

# أبعاد المنعة النفسية لدى طلاب الجامعة بالوادي الجديد في ضوء الجنس والتخصص الأكاديمي

د. شيماء محمد جادالله (\*) د. منتصر صلاح فتحى أحمد (\*)

## الملخص:

اختبرت الدراسة فرضاً، مؤداه أن: " المنعة النفسية وأبعادها لدى طلاب الجامعة تختلف وفقاً لمتغيري الجنس والتخصص الأكاديمي". أجريت الدراسة على عينة قوامها ١٥٦ طالب وطالبة من قاطني الوادي الجديد (متوسط عمر زمني ١٩,٣١ سنة، وانحراف معياري  $\pm ٢,٨٧$  سنه) من طلاب الفرقة الرابعة بالكليات النظرية (كلية التربية، وكلية الآداب)، والكليات العملية (كلية العلوم، وكلية التربية الرياضية، وكلية الطب البيطري). وطبق عليهم اختبار المنعة النفسية لعصام زيدان. وبينت النتائج وجود فرق بين طلاب الجامعة من الجنسين في المنعة النفسية وأبعادها (باستثناء بُعد الثقة بالنفس) في اتجاه الإناث، كما أكدت النتائج ووجود فرق أيضاً في التخصص الأكاديمي في المنعة النفسية وأبعادها (التفكير الإيجابي، الثقة بالنفس، والمرونة النفسية والتكيف) في اتجاه التخصص العلمي.

الكلمات المفتاحية: المنعة النفسية، الجنس، التخصص الأكاديمي

---

(\*) مدرس علم النفس بكلية الآداب بالوادي الجديد -جامعة أسيوط.

(\*) مدرس علم النفس بكلية الآداب بالوادي الجديد -جامعة أسيوط.

## Psychological Immunity dimensions among college students in the New Valley in light of sex and academic specialization

Dr. Shaimaa M. Gad Allah<sup>(\*)</sup>

Dr. Montaser S. Fathy<sup>(\*)</sup>

### Abstract

The study examined hypothesis: "The psychological immune and its dimensions among university students vary according to gender and academic specialization." The study was conducted on a sample of 156 male and female residents of the New Valley (average age of 19.31 years and standard deviation  $\pm 2.87$  years) of fourth year students in theoretical colleges (Faculty of Education and Faculty of Arts), practical colleges (Faculty of Science, Faculty of Physical Education, Veterinary Medicine). They tested the psychological immune. The results showed a difference between university students of both sexes in psychological immune and their dimensions (except after self-confidence) in the direction of females. The results also confirmed the existence of teams in the academic specialization in psychological immune and its dimensions (positive thinking, self-confidence, psychological flexibility and adaptation) scientific students.

**key words:** Psychological Immunity, gender, Academic specialization

### المقدمة

شغل موضوع الشخصية المواجهة للضغوط بشكلٍ إيجابي فكر الفلاسفة القدامى، وبظهور التوجه الإيجابي في علم النفس الذي يعمل على

---

(\*) Lecturer of Biopsychology- Faculty of Arts- Assiut University

(\*) Lecturer of Biopsychology- Faculty of Arts- Assiut University

تأسيس وتنمية مفهوم الشخصية الصحية، والتي طرحها الباحثون للتوجه لها منهم ألبورت Allport، وسانده اكتشاف أدلر Adlér لإمكانية تعلم الجهاز المناعي، وبالتالي اكتساب الفرد للمناعة النفسية تقيه المرض الجسدي والاضطراب النفسي، وهو ما جعل من المناعة النفسية<sup>(١)</sup> من الموضوعات الحديثة نسبياً ضمن الدراسات النفسية، وإذا بدأ هذا المفهوم باختزال عدد من المفاهيم الأخرى التي تنطوي تحته مثل المرونة، الصلابة، مهارات التوافق ... وغيرها (العكيلي، ٢٠١٧).

وتبرز بنية المناعة النفسية في الظروف التي تتحدى الفرد لاستنهاض مصادره الشخصية بغرض التعامل مع هذه المواقف الضاغطة التي تُعيق تحقيق أهدافه خصوصاً حين تتضمن هذه المواقف المنافسة التي تتطلب جهود مستمرة لتحقيق الغاية (McKay, Niven, Lavalley & White, 2008)، مما دفع العديد من البحوث النفسية لتناولها والتركيز على المتغيرات المدعمة للقدرة علي مواجهة الفعالة أو عوامل المقاومة والتي ترتبط باستمرار بالسلامة النفسية حتى في مواجهة الظروف الضاغطة والتي من شأنها دعم قدرة الفرد علي مواجهة المشكلات والتغلب عليها (المفرجي والشهري، ٢٠٠٨).

وتعتبر المراحل الجامعية من المراحل المهمة في حياة الفرد التي تحدد شكل حياته المستقبلية، ولكي يجتاز الطالب هذه المرحلة بنجاح فيتوجب عليه بذل الجهد، المثابرة، وتحمل الأعباء الدراسية والمتطلبات الجامعية بالإضافة إلى مواجهة ضغوط الحياة اليومية الأخرى، كما يتطلب ذلك أيضاً رضا الطالب وقناعته بالتخصص الذي يدرسه، وكل ذلك يتطلب وجود المناعة النفسية لدى الطالب الجامعي لتمكنه من عبور هذه المرحلة بسلام.

ومن الجدير بالذكر، أن الطلاب الجامعيين من سكان الوادي الجديد بفناته وشرائحه المختلفة يعيشون ظروفًا حياتية ضاغطة في كون محافظة الوادي الجديد على أطراف الجمهورية فقد أدى ذلك لشبه انعزال حيث أن أقرب

(1) Psychological immunity

محافظة لها تبعد ثلاث ساعات وهي محافظة أسيوط التي تمدهم بالعلاج والأكل وأغلب الموارد الحياتية الأخرى من جهة، وتغير الظروف داخل الأسرة وتوتر العلاقات الاجتماعية وتعقد الظروف الاقتصادية وما يتعرضون له من ضغوط بحياتهم الجامعية من جهة أخرى. لذلك فهم ليسوا بمنأى عن تأثير تلك الظروف التي تتطلب المقاومة والدفاع للحفاظ على مناعتهم النفسية والجسمية. فضعف القدرة على مواجهة الضغوط النفسية والاحداث المؤلمة يعزى في نظر تايلور ولوب (Taylor & lobe, 1989) لضعف المنعة النفسية مما يؤثر على نشاطهم وصحتهم الجسمية. إذ أن بناء الشخصية المتوازنة السوية يأتي من مواجهة الصعاب ومعرفة جوانب القوة والضعف في جوانبها كافة (عبد الجبار، ٢٠١٠). وهو ما فسره النموذج النفسعصبي-المناعي<sup>(١)</sup> أن أثناء التعرض للضغوط المختلفة يؤدي ذلك إلى إفراز مختلف الوسائط الكيميائية التي تؤثر على الحالة النفسية والمزاج من خلال التعرض لمختلف الآلام كالصداع، والأرق نتيجة أن هناك تفاعلاً متبادلاً بين الجانب النفسي، وكل من الجهاز العصبي الغدي، والمناعي (محارب، ١٩٩٣).

ومن هنا هدفت الدراسة الحالية إلى التعرف على المنعة النفسية لدى طلاب الجامعة بالوادي الجديد (ذكور واثاث) وباختلاف تخصصهم الأكاديمي (الإنساني والعملي).

### مشكلة الدراسة

يبدو أن البيئة الأكاديمية شكلت فرصة للتحقق من المنعة النفسية ليس لمجرد كونها مرحلة عمرية تتطلب جهداً معيناً، فهي المأمّن والاستثمار الأمثل لمصادر الشخصية بإحداث فرق في مسار الحياة وترك بصمة الشخص في تفجير طاقاته. ويتفق هذا مع مفهوم الفعالية الذاتية في السياق الأكاديمي التي أشار لها برادي-أمون وفويرتيس (Brady-Amoon & Fuertes, 2011) بأن

(1) Psychoendoneuroimmunology

المعتقدات التي يحملها الفرد حول قدراته ترتبط بالحاجة للتفوق والتي سوف تتفاعل بشكلٍ ديناميكي مع متغيرات البيئة الأكاديمية. وهدفت دراسة Cicchetti, Rogosch, Lynch, & Holt, 1993 إلى التعرف على الفروق الفردية في المُنعة النفسية، وعلاقتها بتقدير الذات وضبط الأنا ومرونته، وقد أظهرت أن لها ضرورة في التوافق السلوكي الإيجابي. وجاءت دراسة Haskett, Nears, Ward, & McPherson, 2006 بغرض تقصي المُنعة النفسية وعلاقتها بالأداء الأكاديمي، وأوضحت النتائج أنها تلعب دورًا إيجابيًا في الأداء الأكاديمي.

وتناولتها الدراسة التي أجراها كل من جوديا سوانسن وزملائها (Swanson, Valiente, Lemery- Chalfant & O'Brien, 2011) كمتغير وسيط بين الدعم الوالدي من جهة، والتحصيل الأكاديمي والفعالية الاجتماعية من جهة أخرى، وكان قوام عينة الدراسة ٢٤٠ مراهق ومراهقة، وقد دعمت أن غياب الدعم الوالدي يُسهم بشكلٍ سلبي في المُنعة النفسية.

وأيدتها نتائج دراسة سكرن وزملائه ( Skinner, Manikkam, Tracey, ) (Guerrero-Bosagna, Haque, & Nilsson, 2013) بكون المُنعة النفسية تتطلب مهارات في التوافق. ودراسة أجراها ستاك، باريل، وتوربا ( Stack, Parrila & Torppa, 2014) والتي هدفت للتحقق من دور المُنعة النفسية في التغلب على صعوبات التعلّم في القراءة ورفع التحصيل الأكاديمي لعينة قوامها ١٢٠ طالب جامعي، وأظهرت أن المُنعة النفسية ارتبطت بالمثابرة، والجد، وارتفاع التحصيل، والرضا العام عن الذات. وأيدت نتائج دراسة بوني وآخرين (Bonnie, Milstein, Calcutt, Ross, Wagner, & Lonsdorf, 2012) دراسة ستارك وزملائه بأن مهارات التكيف الاجتماعي، الذكاء، والرغبة في التعلّم كلها عوامل تزيد من مهارات التوافق والنجاح.

وهذا من شأنه أن يؤكد أن العوامل التي تؤثر في المُنعة النفسية هي عوامل متعددة، ومركبة، ومتداخلة، ولا يمكن التقليل من شأن أي منها. وبُناءً على الهدف من الدراسة، صيغت مشكلة الدراسة في التساؤل الرئيس الآتي:

"هل يتمتع طلاب جامعة الوادي الجديد بالمنعة النفسية، وهل تتباين أبعادها باختلاف النوع والتخصص الأكاديمي".

وينبثق من هذا التساؤل الرئيس عدد من التساؤلات الفرعية، كما يلي:

- ١- هل توجد فروق دالة احصائياً في أبعاد المنعة النفسية لدى طلاب الجامعة وفق متغير الجنس (ذكور، إناث)؟
- ٢- هل توجد فروق دالة في أبعاد المنعة النفسية لدى طلاب الجامعة وفق متغير التخصص الأكاديمي (الإنساني، العملي)؟

### المفاهيم والأطر النظرية لمتغيرات الدراسة:

تتضمن الدراسة الحالية مصطلح رئيس هو: المنعة النفسية، وفيما يلي عرض لها: -

#### (١) المنعة النفسية:

المنعة النفسية لغوياً تعني الحصانة، أو التحصين، والوقاية، والحماية، والمقاومة (المعجم الوسيط، ١٩٨٥؛ لسان العرب، ١٩٩٤)

ويعود مصطلح المنعة في أصله إلى الفيزياء والرياضيات حيث يشير إلى سعة المادة عند العودة لحالة التوازن بعد الإزاحة، وهي جزء من قياس الاستقرار في الرياضيات (Bodin & Wiman, 2004)، وما يُفرض إليه هذا المفهوم هو أن السلوك الديناميكي بشكلٍ عام يسعى للعودة لحالة التوازن؛ أي أن الحركة وعوامل المرونة هي عوامل تسير جنباً إلى جنب مع المنعة، وتلعب دوراً حاسماً في العودة لحالة الاستقرار من عدمه.

أما في العلوم النفسية، فعادةً ما يتم تناول هذا المفهوم في إطار المصاعب الحياتية بشكلٍ عام، حيث يتم الحكم على مستوى المنعة لدى الشخص في ضوء المخرجات المترتبة على الخبرة الضاغطة سواءً كانت إيجابية أو سلبية (Seery, 2011)، حيث تبرز بنية المنعة النفسية في الظروف التي تتحدى الفرد لاستنهاض مصادره الشخصية بغرض التعامل مع هذه المواقف الضاغطة التي تُعيق تحقيق أهدافه خصوصاً حين تتضمن هذه المواقف المنافسة التي تتطلب جهوداً مستمرة لتحقيق الغاية (McKay, Niven, & Lavalley, & White, 2008).

ويتم تقييم فعالية المواجهة من خلال تفضيلات الفرد في استخدام أساليب التكيف، وتعتبر المواجهة المتمركزة حول المشكلة عموماً أكثر فعالية، ومفيدة في الحالات التي يمكن التحكم فيها، في حين أن التكيف مع الانفعال والمتمركز حوله هو أفضل في الحالات التي يكون فيها الفرد منخفض الضبط (Polman & Nicholls, 2007). وتلعب المنعة النفسية دوراً هاماً في التعامل مع الإجهاد بشكلٍ فعّالٍ لاحتوائها على العديد من المكونات مثل الشعور بالضبط، والمهارة المستفادة، والصلابة النفسية، والتفائل، والإحساس بالتماسك، والوعي الذاتي، والكفاءة الذاتية (Oláh, 2005). وتتمثل السمة المشتركة لهذه العوامل في أنها توفر جميعها موارد محتملة للفرد عند التعامل مع حدث مجهود معين، ونتيجة لذلك تُسهم في المواجهة الفعّالة منفتحة في ذلك مع تعريف دوبي وشاهي بأنها: " نظام متكامل من أبعاد الشخصية المعرفية، والتحفيزية، والسلوكية التي ينبغي أن توفر الحصانة ضد الإجهاد، وتعزيز الحالة الصحية، وتكون بمثابة موارد لمقاومة الإجهاد، أو الأجسام المضادة النفسية" (Dubey & Shahi, 2011: 37).

رغم أنه سبق أن تناول "فرويد" فكرة الدفاع النفسي من خلال آليات (ميكانيزمات) الدفاع النفسي، إلا أن مفهوم المنعة النفسية الجديد يختلف تماماً عن مفهوم الدفاع النفسي القديم، وظهر مفهوم المنعة النفسية في نهاية التسعينيات من القرن العشرين، وبداية الألفية الجديدة. وقد تعددت المسميات التي أُطلقت على هذا المفهوم منها (نظام المنعة السلوكية)<sup>(١)</sup>، والمنعة العقلية<sup>(٢)</sup>، وإمكانية أو استعداد المنعة النفسية<sup>(٣)</sup>، والمنعة الانفعالية<sup>(٤)</sup>، والمنعة

---

(1) Behavioral Immunity System

(2) Mental Immunity

(3) psychological Immunity Competence

(4) Emotional Immunity

الوجدانية<sup>(١)</sup>، ونظام المنعة الانفعالية<sup>(٢)</sup>، ونظام المنعة الوجدانية<sup>(٣)</sup>، ونظام المنعة النفسية<sup>(٤)</sup>، ويفضل الباحثان الحاليان استخدام مصطلح المنعة النفسية لسهولة، وبساطته، وشموله، ودقته. كان أول من أشار إلى اصطلاح المنعة النفسية دانييل جليبرت وزملاؤه ( Gilbert, Pinel, Wilson, Blumberg, ) (Wheatley, 1998a,b) ولكن "أتيليا أولاه" هو أكثر من كرس جهوده وبحوثه لدراسة المنعة النفسية بدأها عام ١٩٩٦ ( Oláh, 1996; 2000; 2002; 2004; ) (2005)، وقد مر مفهوم المنعة النفسية خلال تطوره بعدة مراحل وتناولته الكثير من التعريفات؛ فمنها ما يظهر دورها في (١) مواجهة الضغوط الحياتية، فيعرفها كل من لوثر، ووسيشيتي، وبيكر بأنها عملية دينامية تشمل تكيفاً إيجابياً مع المواقف التي تتحدى تحقيق الأهداف ( Luthar, Cicchetti, & ) (Becker, 2000). بينما نجد أن فريقاً آخر من الباحثين يبرز (٢) مفهوم الصدمة كجزء من تعريف المنعة النفسية فيشير وايندل، وبيبيت، ونوبز بأن المنعة عملية دينامية يستخدم الفرد خلالها مهارات تكيف إيجابية على الرغم من الأحداث الصادمة التي يختبرها، إضافة إلى كونها عملية تعبر عن قدرة الفرد على التوافق مع الضغط من خلال استخدام مصادره الشخصية، والبيئية بغرض العودة لحالة التوازن أثناء مواجهة المحن ( Windle, Bennert & ) (Noyes, 2011). فيما يميل كونر وديفيدسون (Connor & Davidson, 2003) إلى تعريفها بصورة غير مباشرة، إذ يؤكدان أنه لا بد من تعريفها (٣) من خلال قياسها، وبالتالي فإن العناصر التي تبدو أساسية كمكونات للمنعة النفسية تتضمن: التفاؤل، والمثابرة، ومركز الضبط الداخلي، والفعالية الذاتية، والقدرة على التكيف، وأخيراً الدعم الاجتماعي المُدرك. كما في تعريف زيدان

(1) Affective Immunity

(2) Emotional Immune System

(3) Affective Immune System

(4) psychological Immune System



(٢٠١٣: ٨١٧) أنها " قدرة الفرد على التخلُّص من أسباب الضغوط النفسية والإحباطات، والتهديدات، والمخاطر، والأزمات النفسية عن طريق التحصين النفسي بالتفكير الإيجابي، وضبط الانفعالات، والإبداع في حل المشكلات، وزيادة فعالية الذات ونموها، وتركيز الجهد نحو الهدف، وتحدي الظروف وتغييرها، والتكيف مع البيئة". ويذهب فريق آخر لوضع المُنعة النفسية في (٤) إطار وقائي حيث يركز على العوامل الوقائية في الشخصية التي تحصن الفرد ضد الضغوط (Wagnild & Young, 1993)، أما تعريف روتر ( Rutter, 1990) فتضيف بُعدًا آخر في تعريف المُنعة النفسية، إذ اعتبرتها (٥) الوجه الآخر لمفهوم الهشاشة النفسية<sup>(١)</sup>، وتضيف أن المُنعة النفسية لا تُشير إلى بناء ثابت في شخصية الفرد بل أنها تتحسن بوجود عوامل وقائية أخرى مثل وجود علاقة حميمة، والدعم الاجتماعي، وتقدير الذات، ومفهوم الذات، ومهارات حل المشكلات.

#### - النماذج المفسرة للمُنعة النفسية:

##### (١) نموذج الشامل لـ " أولاه "

تطور مفهوم نظام المُنعة النفسية على أساس مساهمته في فعالية المواجهة<sup>(٢)</sup> من خلال دمج العديد من القوى المعرفية والسلوكية للشخصية والتي ترتبط تجريبيًا بقوة سمات الشخصية ومواردها لتكون نظام واحد شامل يعمل كأجسام مضادة نفسية تعمل على اكساب الفرد مُنعة ضد الضغوط، وتُحسن من نموه النفسي الصحي (Oláh, 1996).

وتتبنى أولاه، وكابيتاني - فوفيني هذه النظرية للاتجاه النفسي الإيجابي، والذي يؤكد على نقاط القوة البشرية وإمكاناتها بدلًا من النظر إلى نقاط الضعف والعيوب في الشخصية (Oláh & Kapitány-Fövény, 2012)،

(1)Vulnerability

(2) Coping effectiveness

ويرى " أولاه " المنفعة النفسية أنها: "نظام مركب يتكون من عدة أنظمة فرعية تتكون بدورها من مجموعة من العوامل والأبعاد الفرعية تتفاعل مع بعضها البعض لحماية الذات من الآثار السلبية للضغوط النفسية عن طريق التقويم المعرفي للتهديدات، وتفعيل استجابات سلوكية من شأنها أن تقاوم الضغوط، وتُحقق التكيف مع ظروف البيئة، وزيادة الفعالية، والتكامل، ونمو الشخصية من خلال تجميع ومزامنة<sup>(1)</sup> الموارد، والسمات المعرفية والدافعية والسلوكية للشخصية للتعامل الفعّال مع الضغوط" ( Oláh, & Kapitány –Fövén, ) (2012). ويدعم أسبينوال وستونجر (Aspinwall & Staudinger, 2003: 13) النموذج الشامل لـ " أولاه " في أن القوة البشرية قد تكمن أساسًا في القدرة على تطبيق العديد من الموارد والمهارات المختلفة مثل التفاؤل التقضيي، والمصدقية الذاتية، وضبط النفس بشكلٍ مرن عند الضرورة لحل مشكلة، أو العمل نحو تحقيق هدف". وتكمن أهمية هذا النهج أنه يبحث عن العوامل المعرفية، والسلوكية، والاجتماعية، والانفعالية، والبيئية لتضمن اختيار أساليب المواجهة التي تُناسب خصائص الموقف وحالة الفرد لتمكن من تعزيز وتحسين الأداء.

## ٢) المنفعة النفسية الانفعالية لـ "جلبرت"

بينما يرى جلبرت (Gilbert, et al., 1998a: 621) أن الأحداث التي يمر بها الفرد يترتب عليها مُخرجات انفعالية تُشكل ميل أو نزعة شبه ثابتة ومستديمة لتوقع آثار الأحداث في المستقبل، فعندما يتعرض الفرد لحدث سلبي قوي يترتب عليه آثار سلبية فتظهر لدى الفرد استجابات قوية قد تصل إلى أقصى مداها من التطرف في ذروة الحدث، ولكن بمرور الوقت يتم استيعاب، واحتواء الحدث فتقوم العمليات اللاشعورية بالتخلص من الاستجابات المتطرفة حيث يعمل جهاز المنفعة النفسية على تجاهل النزعة الثابتة لتوقع الآثار السلبية المستقبلية للحدث عن طريق آليات أو عمليات معرفية هي التجاهل،

(1) Synchronizing

والتحويل، وإعادة صياغة المعلومات، واستخدام أساليب مثل استنتاج الدوافع، والحد من التنافر، وتعزيز الذات، والنزعة الذاتية، والتخيلات الإيجابية بهدف تعديل خصائص الخبرة السلبية للتخفيف من المشاعر السلبية. ويتفق معه كيجان (17: 2006, kagen) في أنها ما هي إلا نظام لتبديل الاستجابات الانفعالية عن طريق استخدام الحواس، والقدرة على التمييز بين الأمور المفيدة، والضارة، والمحايدة، والذاكرة، والقدرة على إدراك المفاهيم - التي تضم الخيال وإمكانية التخطيط المسبق - مما يُعطى الفرد القدرة على التواجد في البيئة المحيطة التي تُشكل خطراً، أو تكون آمنة مما يساعد على تشكيل، وصياغة خطط للعمل، وبذلك تكون المُنعة النفسية تعمل كمرشح أو منقي لفرز، وتصنيف المعنى الوجداني للأنشطة، والأحداث، والمواجهات اليومية. يسمح للفرد بتقويم ردود أفعاله خاصةً استجاباته الوجدانية مثل الخزي، أو الفخر بجانب التصميم، والعزم على التصرف بطريقة مختلفة في المرة القادمة، وتقبل الذات، وبذلك يكون لنا استجابة تقييمية دائماً للموقف مما يساعد على حماية، ووقاية النفس، والحفاظ عليها.

### ٣) المُنعة النفسية آلية للدفاع النفسي

ويُري " هنري دريهير " (Dreher, 1999: 15-28) أنها أحد تصورات "فرويد" عن آليات الدفاع النفسي التي تقوم على تنقية المشاعر، وحجب المشاعر المؤلمة الناتجة عن الأحداث السلبية خاصةً التي تعود إلى مرحلة الطفولة المبكرة ليؤدي إلى تغليب الجوانب الإيجابية على السلبية فتحمي الفرد من المشاعر السلبية المرتبطة بالذكريات المؤلمة، ويزيد من التعلُّم من الخبرات كذلك التخلص من المشاعر، والوجدانيات السلبية التي يُخزنها بعيداً عن الوعي ولو بصفة مؤقتة لإفراح المجال للمشاعر الموجبة لتتم عملية التكيف.

### ٤) النموذج الفسيولوجي للمُنعة النفسية.

إن نشاط الجهاز المناعي أثناء التعرُّض لإصابات مختلفة يؤدي إلى إفراز مختلف الوسائط الكيميائية التي تؤثر على الحالة النفسية، والمزاج من

خلال التعرض لمختلف الآلام كالصداع، والأرق، فمثلاً الإفراز في إفراز الانترلوكين يؤدي إلى الإصابة بالتهاس ((Marazziti, et al., 2010)، ومنه يمكننا الوصول إلى نتيجة أن هناك تفاعلاً متبادلاً بين الجانب النفسي، وكل من الجهاز العصبي الغدي، والمناعي حيث تؤثر الحالة النفسية للفرد مهما كانت طبيعتها (فرح، وغضب، واكتئاب، وقلق) على الجانب العصبي أولاً والذي يستقبلها كتنبيه في شكل معلومة حسية، والذي يقوم بدوره بتحريض الجهاز الغدي على إفراز الهرمونات حسب طبيعة الحالة النفسية، ومن خلال هذه الهرمونات، والوسائط الكيميائية يتأثر الجهاز المناعي ليتجاوب إما بتنشيط الخلايا المناعية أو تثبيطها، والعكس صحيح فأتاء دخول جسم غريب إلى الجسم فإن الجهاز المناعي ينشط لمقاومة هذا الجسم الغريب من خلال الخلايا المناعية كالمفاويات، والكريات البيضاء مما يؤدي إلى إعطاء إشارات للجهاز العصبي والغدي لإفراز مختلف الوسائط الكيميائية لمساعدة الجسم على المقاومة، وأثناء حدوث هذه التفاعلات فإن الفرد يتعرض لآلام مختلفة وارتفاع درجة حرارة جسمه مما يعرضه للضيق، والحزن، والاكتئاب ( Lorentz, 2006).

وتبنى الدراسة الحالية تعريف أولاه للمنعة النفسية (Oláh, 1996: 38) في أنها تركيب مرتبط بالصحة النفسية والضغوط البيئية، وأنها عامل من عوامل الشخصية يعكس بعد الشخصية المرتبط بالضغط والإنهاك النفسي. وإجراءً نقاس من خلال الدرجة التي يحصل عليها الطالب على مقياس المنعة النفسية المستخدم بالدراسة.

### الدراسات السابقة

أجرى أولاه وزملاؤه (Oláh, Nagy, & Toth, 2010) دراسة لمقارنة توقعات الحياة والمنعة النفسية في عدة ثقافات مختلفة ومعرفة العلاقة بين المنعة النفسية وتوقعات الحياة، وتكونت العينة من ثلاثة آلاف مشارك من ١٢ دولة مختلفة حول العالم، وتم تطبيق مقياس المنعة النفسية، ومقياس توقعات

الحياة. وأظهرت نتائج الدراسة وجود علاقة ارتباطية قوية بين المنعة وتوقعات الحياة تختلف بتباين الثقافة.

وتناولتها الدراسة التي أجراها كل من جوديا سوانسن وزملائها (Swanson, Valiente, Lemery- Chalfant & O'Brien, 2011) كمتغير وسيط بين الدعم الوالدي من جهة، والتحصيل الأكاديمي والفعالية الاجتماعية من جهة أخرى، وكان قوام عينة الدراسة ٢٤٠ مراهق ومراهقة، وقد دعمت أن غياب الدعم الوالدي يُسهم بشكلٍ سلبي في المنعة النفسية. وأيدتها نتائج دراسة سكنر وزملائه ( Skinner, Manikkam, Tracey, Guerrero-Bosagna, ) (Haque, & Nilsson, 2013) بكون المنعة النفسية تتطلب مهارات في التوافق. ودراسة أجراها ستاك، باربلا، وتوريا ( Stack, Parrila & Torppa, 2014) والتي هدفت للتحقق من دور المنعة النفسية في التغلب على صعوبات التعلم في القراءة ورفع التحصيل الأكاديمي لعينة قوامها ١٢٠ طالب جامعي، وأظهرت أن المنعة النفسية ارتبطت بالمتابعة، والجد، وارتفاع التحصيل، والرضا العام عن الذات. وأيدت نتائج دراسة بوني وآخرين ( Bonnie, Milstein, Calcutt, ) (Ross, Wagner, & Lonsdorf, 2012) دراسة ستارك وزملائه بأن مهارات التكيف الاجتماعي، الذكاء، والرغبة في التعلم كلها عوامل تزيد من مهارات التوافق والنجاح.

وهدف دراسة "دوبي وشاهي" (Dubey & Shahi, 2011) لمعرفة العلاقة بين المنعة النفسية وأساليب المواجهة: دراسة على المهن الطبية، ومعرفة دور المنعة النفسية في استخدام استراتيجيات التكيف، وخفض الضغوط، والإنهاك النفسي لدى أصحاب المهن الطبية. وتكونت العينة من ٢٠٠ طبيب، وتم تطبيق مقاييس الضغوط، والإنهاك النفسي، والمنعة النفسية على العينة. وأظهرت النتائج أن مهنة الممارس العام ذات المستوى المرتفع من التعرض للضغوط، والإنهاك. وأن رفع المنعة النفسية لديهم كان لها تأثير على خفض الضغوط، والإحساس بالإنهاك، واستخدام استراتيجيات التكيف.

واستخلصا أن المنعة النفسية تعمل على التوازي مع المنعة الحبوية ومثلها، وأنه يمكنها التغلب على الضغوط النفسية.

وهدفنا دراسة "علي" (٢٠١٤) إلى التحقق من مستويات المنعة النفسية وعلاقتها بالتكيف الأكاديمي، والتحصيل الدراسي، حيث تكونت عينة الدراسة من ١٩٥ طالب جامعي، أو بمستوى الدبلوم أو التدريب المهني توزعوا على مجموعتين ٩٢ فرداً من الأيتام خريجي دور الرعاية و١٠٣ طالب يعيشون في أسر طبيعية. كما ضمنت الدراسة مجموعة من المتغيرات التصنيفية، واستخدمت الدراسة مقياسي المنعة النفسية، والتكيف الأكاديمي. وأظهرت النتائج وجود مستويات مرتفعة من المنعة النفسية لدى عينة الأيتام. كما تبين أن منعتهم النفسية تنبأ بتكيفهم الأكاديمي، والتحصيل، كما تبين خلال المقارنة أن عينة الأيتام تفوقوا في مجال المصادر الشخصية بالمقارنة مع العاديين، فيما ظهرت فروق دالة تبعاً لعدد سنوات الإقامة في دار الرعاية لصالح من أقام لفترة أطول إضافة إلى فروق دالة تُعزي لسبب الإقامة والمستوى التعليمي الأكاديمي.

وقامت سويعد (٢٠١٦) بدراسة للتعرف على العلاقة بين كل من الحصانة النفسية (المنعة النفسية)، وقلق المستقبل، وجودة الحياة لدى الشباب من نزلاء مراكز الإيواء في قطاع غزة، والتعرف على الفروق الفردية بين أفراد العينة في مستوى الحصانة النفسية، ومستوى قلق المستقبل، ومستوى جودة الحياة لدى أفراد العينة. واستخدمت الباحثة مقياس للحصانة النفسية، ومقياس لجودة الحياة، ومقياس لقلق المستقبل. وكانت عينة الدراسة من نزلاء مراكز الإيواء في شرق غزة من فئة الشباب من الفئة العمرية ٢٠ - ٣٠ عاماً، وقوامها ٣٦٨ نزيلاً. وجاءت النتائج تؤكد انخفاض مستوى الحصانة النفسية (المنعة النفسية) وجودة الحياة لدى الشباب من نزلاء مراكز الإيواء، ومستوى قلق المستقبل منخفض لديهم. ولا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الحصانة النفسية (المنعة النفسية) في كافة أبعادها لدى عينة الدراسة تُعزي

للحالة الاجتماعية، وتوجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الحصانة النفسية (المنعة النفسية) إلى عينة الدراسة في بُعد التفاؤل يُعزي للعمر، وفي بُعد الالتزام الديني يُعزي لأبعاد حل المشكلات، والمبادرة الذاتية، والثقة بالنفس تُعزي للجنس. كما لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى قلق المستقبل في كافة أبعاده لدى عينة الدراسة تُعزي للجنس، والحالة الاجتماعية، فيما توجد فروق تُعزي للعمر. ولا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى جودة الحياة في كافة أبعادها لدى عينة الدراسة تُعزي للعمر، والجنس، والحالة الاجتماعية.

واستعانت دراسة محمد (٢٠١٦) بأسر بلغت ٤٠ أسرة من أسر الأطفال المعاقين عقلياً القابلين للتعلّم ممن تتراوح أعمارهم من ٣٥ - ٤٥ عاماً، وذلك للكشف عن دور المنعة النفسية وعلاقتها بإدارة الغضب لدى أسر الأطفال المعاقين عقلياً القابلين للتعلّم. وكشفت النتائج عن وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً بين درجات الأفراد على مقياس المنعة النفسية ودرجاتهم على مقياس إدارة الغضب لدى أسر الأطفال المعاقين عقلياً القابلين للتعلّم، كما أوضحت النتائج عدم وجود فرق دال إحصائياً بين متوسط درجات الآباء والأمهات على مقياس المنعة النفسية.

وعليه، تشير المراجعة السابقة للدراسات أن المنعة النفسية كمفهوم عام يظهر بمستويات متفاوتة لدى خريجي الجامعة (Cicchetti, Rogosch, Lynch, & Holt, 1993; Haskett, Nears, Ward, & McPherson, 2006; Swanson, Valiente, Lemery- Chalfant & O'Brien, 2011) إلا أنه لم يجد الباحثان - في حدود علمهما - بعد الاضطلاع على الدوريات والمجلات العلمية دراسات تناولت المنعة النفسية لدى طلاب الجامعة في ضوء متغيري النوع والتحصيل الأكاديمي أو أي متغيرات ديموجرافية أخرى. وبحثت في أغلب الدراسات لدى المراهقين (Swanson, Valiente, Lemery- Chalfant & O'Brien, 2011) وعلى صعوبات التعلّم (Stack, Parrila & Torppa, 2014) وأسرة الأطفال

المعاقين عقلياً (محمد، ٢٠١٦) ونزلاء مراكز الإيواء (سويعد، ٢٠١٦) والأيتام (علي، ٢٠١٤). وبعضها الآخر (Bonnie, Milstein, Calcutt, Ross, Wagner, & Lonsdorf, 2012; Skinner, Manikkam, Tracey, Guerrero-Bosagna, & Haque, & Nilsson, 2013; Stack, Parrila & Torppa, 2014) ركز على العوامل الداخلية المرتبطة بالمُنعة النفسية (مثل تقدير الذات، المثابرة، الثقة بالنفس، ومهارات التكيف).

بينما نجد أن دراسات أخرى (Swanson, Valiente, Lemery- Chalfant & O'Brien, 2011) تؤكد على دور العوامل الاجتماعية، والبيئية، والثقافية المرتبطة بالمُنعة النفسية (مثل أنظمة الدعم الاجتماعي، والمؤسسي، والثقافي السائدة).

## فروض الدراسة

وتأسيساً على ذلك يمكن صياغة الفرض الرئيس للدراسة على النحو التالي: "تتباين المُنعة النفسية في ضوء الجنس والتخصص الأكاديمي لطلاب الجامعة بالوادي الجديد" وينبثق من هذا الفرض الرئيس للدراسة ما يلي:

- ١- توجد فروق دالة احصائياً في أبعاد المُنعة النفسية لدى طلاب الجامعة وفق متغير الجنس (ذكور، إناث).
- ٢- توجد فروق دالة احصائياً في أبعاد المُنعة النفسية لدى طلاب الجامعة وفق متغير التخصص الأكاديمي (الإنساني، العملي).

## المنهج

تم استخدام المنهج الوصفي المقارن أو ما يُسمى بالمنهج العليّ المقارن الذي يحاول التعرف على العوامل المفسرة للعلاقة بين المتغيرات من خلال المقارنة بين المجموعات في ظاهرة معينة كما يسعى هذا المنهج لتحديد مقدار ما تفسره المتغيرات المختلفة منالتباين (القرشي، ٢٠٠١).



## عينة الدراسة

اختيرت عينة الدراسة من طلاب الجامعة بالوادي الجديد التابعة لجامعة أسيوط خلال الفصل الدراسي الأول للعام الدراسي ٢٠١٧/٢٠١٨ م، وقد تم اختيارهم بالطريقة الطبقيّة العشوائية، حيث اختيرت عينة الدراسة بكتابة أسماء الكليات وخطها، ومن ثم سحبها عشوائياً. إذ بلغ حجم العينة ١٥٦ طالب وطالبة موزعين وفقاً لمتغير الجنس والتخصص الدراسي كما هو مبين بالجدول (١). وجميع الطلاب من قاطني الوادي الجديد بمتوسط عمر زمني ١٩,٣١ ( $\pm ٢,٨٧$ ) من طلاب الفرقة الرابعة بالكليات الإنسانية (كلية التربية، وكلية الآداب)، والكليات العملية (كلية العلوم، وكلية التربية الرياضية، وكلية الطب البيطري).

جدول رقم (١) توزيع أفراد العينة الدراسة حسب الكليات

الكليات	اسم الكلية	الفرقة	ذكور	النسبة المئوية	إناث	النسبة المئوية	المجموع الكلي
التربية النظرية	التربية	الفرقة الرابعة	١٥	٢٦,٣٢%	٣٩	٣٩,٣٩%	٥٤
الآداب	الآداب	الفرقة الرابعة	١٩	٣٣,٣٣%	٢٦	٢٦,٢٦%	٤٥
العلوم	العلوم	الفرقة الرابعة	٥	٨,٧٧%	٧	٧,٠٧%	١٢
التربية العملية	التربية الرياضية	الفرقة الرابعة	١٤	٢٤,٥٦%	١٨	١٨,١٨%	٣٢
الطب البيطري	الطب البيطري	الفرقة الرابعة	٤	٧,٠١٧%	٩	٩,٠٩%	١٣
	المجموع		٥٧	١٠٠%	٩٩	١٠٠%	١٥٦

## مقاييس الدراسة

### (١) مقياس المنعة النفسية

أعد المقياس عصام محمد زيدان، ويتكون مقياس المنعة النفسية من ١١٧ عبارة منها ٩١ عبارة موجبة، و٣٦ عبارة سالبة، موزعة على ٩ عوامل هي التفكير الإيجابي، والإبداع وحل المشكلات، وضبط النفس والالتزان، والصمود والصلابة النفسية، وفعالية الذات، والثقة بالنفس، والتحدي والمثابرة،

والمرونة النفسية والتكيف، والتفاؤل. ويقابل كل عبارة منها تدرج من خمسة بدائل لاختيار الاستجابة يتراوح بين ١ - ٥ درجة، لتتراوح درجات الفرد على المقياس بين ١١٧ - ٥٨٥ درجة على كامل المقياس.

### صدق المقياس

حسب مُعد المقياس الصدق من خلال ٤ طرق: (١) بدأ باستخدام صدق المحكمين حيث قام مُعد المقياس بعرض الصورة الأولية للمقياس على عشرة خبراء من أساتذة الصحة النفسية، وعلم النفس، والقياس النفسي لتحكيمة وإبداء الرأي في كافة جوانب المقياس ومحتوياته وبنوده حتى يصل لأفضل صيغة ممكنة. وقد بلغت نسب الاتفاق بينهم على عبارات المقياس ما بين ٨٠-١٠٠٪. (٢) الصدق العاملي للمقياس من خلال مصفوفة معاملات ارتباط درجات العينة على العامل بدرجاتهم على كل عامل من العوامل الأخرى، وبدرجاتهم الكلية على المقياس بكامله، وكانت جميع معاملات الارتباط دالة. (٣) الصدق التمييزي (المقارنة الطرفية) وباستخدام الصدق التمييزي لقياس قدرة المقياس على التمييز بين مرتقي ومنخفضي المنفعة النفسية طبق المقياس على ٢٥٠ طالب من كلية التربية بجامعة المنصورة، وبحساب قيمة ت والنسبة الحرجة كانت دالة عند مستوى ٠,٠١. (٤) الصدق التلازمي وأيضاً استخدم مُعد المقياس الصدق التلازمي مع مقياسين آخرين هما استبيان الصلابة النفسية لعماد مخيمر (٢٠٠٢)، ومقياس الصلابة النفسية لآمال أباطة (٢٠١١) على عينة من طلاب كلية التربية بجامعة المنصورة بلغ حجمها ٢٥٠ طالب وطالبة، وبحساب قيم معاملات الارتباط وجد أنها موجبة ودالة.

### ثبات المقياس

أما عن الثبات فقد استخدم مُعد المقياس ٤ طرق أيضاً وهي: (١) الاتساق الداخلي فقد طبقه على ٢٥٠ طالب وطالبة بكلية التربية بجامعة المنصورة، وتم حساب معامل الارتباط بين درجاتهم على كل عبارة من عبارات

المقياس ودرجاتهم على البُعد الذي تنتمي إليه العبارة، وكذلك درجاتهم على المقياس ككل. وكانت معاملات الارتباط دالة عند مستوى ٠,٠١ (٢) واستخدم ثبات التجزئة النصفية على ٢٥٠ طالب وطالبة بكلية التربية بجامعة المنصورة. وتم تقسيم المقياس إلى نصفين يتكون أحدهما من العبارات ذات الأرقام الفردية ويضم ٥٩ عبارة، ويتكون النصف الثاني من العبارات الزوجية التي تضم ٥٨ عبارة. وبحساب معاملات الارتباط بين درجات العينة على كل من الأبعاد والدرجة الكلية في نصفي المقياس وتصحيحها باستخدام معادلات جتمان، وسبيرمان - براون، وكيودر ريتشاردسون، وكانت قيم معاملات الارتباط دالة عند مستوى ٠,٠١ (٣) وبطريقة ثبات إعادة الاختبار على ٢٤١ طالب وطالبة بكلية التربية جامعة المنصورة، وإعادة التطبيق بفواصل زمني قدره اسبوعين وتم حساب معامل الارتباط بين التطبيق الأول، والتطبيق الثاني على كل الأبعاد وجد أن قيم معاملات الارتباط دالة. (٤) وطريقة " ألفا كرونباخ " على عينة بلغت ٢٥٠ طالب وطالبة بكلية التربية بجامعة المنصورة، وتم تطبيق معادلة ألفا كرونباخ على درجات العينة وجد أن معاملات الثبات دالة عند مستوى (٠,٠١).

وقام الباحثان بالدراسة الراهنة بالتأكد من دلالات ثبات مقياس المُنة النفسية حيثُ قاموا بحساب ثبات إعادة الاختبار على عينة من طلاب الجامعة بالوادي الجديد بلغت ٥٠ طالبًا وطالبة بفواصل زمني أسبوعين، وبحساب معامل الارتباط بين التطبيق الأول، والتطبيق الثاني على كل الأبعاد، وجدنا أن قيم معاملات الارتباط دالة احصائيًا وذات ثبات مقبول، وجرى كذلك حساب معامل الثبات باستخدام معادلة ألفا كرونباخ، ويوضح الجدول (٢) قيم معاملات الثبات.

جدول رقم (٢) قيم معاملات الثبات لمجالات مقياس المنعة النفسية والمقياس ككل

أبعاد المقياس	ثبات إعادة التطبيق	ألفا كرونباخ
التفكير الإيجابي	٠,٧١	٠,٧٧
الإبداع وحل المشكلات	٠,٦٢	٠,٧٦
ضبط النفس والالتزان	٠,٦١	٠,٦٦
الصمود والصلابة النفسية	٠,٧١	٠,٧٥
فاعلية الذات	٠,٧٣	٠,٦٢
الثقة بالنفس	٠,٦٧	٠,٧٨
التحدي والمثابرة	٠,٦١	٠,٨٣
المرونة النفسية والتكيف	٠,٧٣	٠,٧٥
التفاؤل	٠,٧٣	٠,٨٢
الدرجة الكلية	٠,٦٧	٠,٧٩

### نتائج الدراسة

ينص الفرض الأول أنه: " توجد فروق ذات دلالة إحصائية في أبعاد المنعة النفسية لدى طلاب الجامعة وفق متغير الجنس (ذكور، وإناث)". وللتحقق من هذا الفرض قام الباحثان بحساب متوسطي درجات طلاب الجامعة من الذكور والإناث، واستخدام اختبار "ت" للعينات غير المرتبطة للتحقق من وجود فرق بين المجموعتين، ويتضح ذلك في الجدول التالي:

جدول (٣) دلالة الفروق باختبارات بين متوسطي درجات طلاب الجامعة من الذكور والإناث

الأبعاد	المجموعات	ن	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجات الحرية	قيمة (ت)	مستوي الدلالة
التفكير الإيجابي	ذكور	٥٧	٣٨,٥٦١٤	٨,٣٦٨٧٧	١٥٣	٥,٧ -	٠,٠١
	إناث	٩٩	٤٤,٥٣٠٦	٤,٥١٣٩١			
الإبداع وحل المشكلات	ذكور	٥٧	٣٥,٣١٥٨	٦,٥٠٠٤٣	١٥٣	٩,٠٥ -	٠,٠١
	إناث	٩٩	٤٢,٣٩٨٠	٣,٢٢٢٧٩			
ضبط النفس والالتزان	ذكور	٥٧	٣٨,١٠٥٣	٧,٥٣٩٦٢	١٥٣	٣,٣٢ -	٠,٠١
	إناث	٩٩	٤١,٤٠٨٢	٤,٨١٣٧٢			
الصمود والصلابة النفسية	ذكور	٥٧	٢٩,٥٧٨٩	٧,٥٢٣٦٥	١٥٣	١٧,٧ -	٠,٠١
	إناث	٩٩	٤٧,٥٤٠٨	٥,٠٥٤٦٩			
فعالية الذات	ذكور	٥٧	٣٠,٦٦٦٧	٢,٤٥١٩٢	١٥٣	١٠,٧ -	٠,٠١
	إناث	٩٩	٣٧,١٥٣١	٤,١٥٧٦٠			
الثقة بالنفس	ذكور	٥٧	٣٥,٤٥٦١	٥,٤١١٨٦	١٥٣	٠,٤٩ -	غير دالة
	إناث	٩٩	٣٥,٨٧٧٦	٤,٩٣٩٣٥			
التحدي والمثابرة	ذكور	٥٧	٣٣,٦٦٦٧	٤,٩٧٩٧٢	١٥٣	٣,١٢ -	٠,٠١
	إناث	٩٩	٣٦,١٠٢٠	٤,٤٨٧٠٧			
المرونة النفسية والتكيف	ذكور	٥٧	٣٥,١٩٣٠	٦,٠٨٦٩٨	١٥٣	١٦,٨ -	٠,٠١
	إناث	٩٩	٥٢,٦٧٣٥	٦,٣٣٣٩٦			
التفاؤل	ذكور	٥٧	٢٨,٣١٥٨	٤,٩٤٦٧١	١٥٣	٨,٥٣ -	٠,٠١
	إناث	٩٩	٣٥,٤٦٩٤	٥,٠٨٣٢٣			
	ذكور	٥٧	٣٠,٤٨٥٩٦	٢٧,٤٢٠٩٥			
مج	إناث	٩	٣٧١,٩٥٩٢	٢٣,٩٢٩٤١	١٥٣	١٥,٩ -	٠,٠١

يتضح من جدول (٣) وجود فرق دال إحصائياً بين متوسطي درجات طلاب الجامعة من الذكور والإناث في المُنعة النفسية وأبعادها فكانت نتائجها في اتجاه الإناث لوصول قيم (ت) لحد الدلالة المقبولة إحصائياً عند مستوى ٠,٠١ باستثناء

بُعد الثقة بالنفس لعدم وصول قيم ت لحد الدلالة المقبولة إحصائيًا. وينص الفرض الثاني، أنه: " توجد فروق ذات دلالة إحصائية في أبعاد المُنعة النفسية وأبعادها لدى طلاب الجامعة وفق متغير التخصص الأكاديمي (الإنساني، العلمي)". ولاختبار صحة هذا الفرض قام الباحثان بحساب متوسطي درجات طلاب الجامعة من حيث التخصص الإنساني والعلمي. وقد تم استخدام اختبار ت للعينات غير المرتبطة للتحقق من وجود فرق بين المجموعتين، ويتضح ذلك في الجدول التالي:

جدول (٤) دلالة الفروق باختبار ت بين متوسطي

درجات طلاب الجامعة من الإنساني، العلمي

الأبعاد	المجموعات	ن	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجات الحرية	قيمة (ت)	مستوي الدلالة
التفكير الإيجابي	أدبي	٩٩	٤١,٤٤٩٠	٦,٦٣٩٦٥	١٥٣	٢,١٤ -	٠,٠٥
	علمي	٥٧	٤٣,٨٥٩٦	٦,٩٣٩٦٣			
الإبداع وحل المشكلات	أدبي	٩٩	٣٩,٥٣٠٦	٦,٥٨٥٢١	١٥٣	٠,٧٣ -	غير دالة
	علمي	٥٧	٤٠,٢٤٥٦	٤,١٣٢٩٧			
ضبط النفس والالتزان	أدبي	٩٩	٤٠,٥٠٠٠	٦,١٩٩٨٥	١٥٣	٠,٨١ -	دالة
	علمي	٥٧	٣٩,٦٦٦٧	٦,٠٨٠٨١			
الصمود والصلابة النفسية	أدبي	٩٩	٤١,٨٠٦١	١١,٠٢٦٣٦	١٥٣	١,٣٤ -	غير دالة
	علمي	٥٧	٣٩,٤٣٨٦	٩,٧١٠١٢			
فعالية الذات	أدبي	٩٩	٣٤,٥٤٠٨	٤,٢٥٧٦٠	١٥٣	٠,٧٧ -	دالة
	علمي	٥٧	٣٥,١٥٧٩	٥,٦٠٢٢٦			
الثقة بالنفس	أدبي	٩٩	٣٥,٠٠٠٠	٤,٩٤٧١٤	١٥٣	٢,٣٤ -	٠,٠٥
	علمي	٥٧	٣٦,٩٦٤٩	٥,١٧٥٣٧			
التحدي والمثابرة	أدبي	٩٩	٣٤,٨٢٦٥	٤,٤٢١١٩	١٥٣	١,٢٩ -	غير دالة
	علمي	٥٧	٣٥,٨٥٩٦	٥,٣٧٩٩٨			
المرونة النفسية والتكيف	أدبي	٩٩	٤٧,٧١٤٣	١٠,٢١٠١٦	١٥٣	٢,٣١ -	٠,٠٥
	علمي	٥٧	٤٣,٧١٩٣	١٠,٥٩٩٤٥			
التفاؤل	أدبي	٩٩	٣٠,٦٤٢٩	٤,٠٦٤٥٦	١٥٣	٦,٦٥ -	٠,٠١
	علمي	٥٧	٣٦,٦١٤٠	٧,١١٣٢٥			
مج	أدبي	٩٩	٣٤٤,٨١٦٣	٤٣,٦٤٥٣٢	١٥٣	٢,١٤ -	٠,٠٥
	علمي	٥٧	٣٥١,٥٢٦٣	٣٦,٢٣٠٩٦			

يتضح من جدول (٤) وجود فرق دال إحصائياً بين متوسطي درجات طلاب الجامعة من حيث التخصص العلمي والإنساني في المنفعة النفسية وأبعادها (التفكير الإيجابي، والثقة بالنفس، والمرونة النفسية والتكيف، والتفاؤل) عند مستوى ٠,٠٥، في اتجاه التخصص العلمي، وبُعد التفاؤل دال عند مستوى ٠,٠١ في اتجاه التخصص العلمي، وعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الأبعاد التالية (الإبداع وحل المشكلات، وضبط النفس والالتزان، والصمود والصلابة النفسية، وفعالية الذات، والتحدي والمثابرة، والمجموع) لعدم وصول قيم ت لحد الدلالة المقبولة إحصائياً.

ولقد أظهرت المعالجة الإحصائية للنتائج المتحصل عليها في الدراسة الحالية:

- ١- وجود فرق جوهري بين طلاب الجامعة (الذكور والإناث) في المنفعة النفسية وأبعادها باستثناء بُعد الثقة بالنفس فكانت نتائجها في اتجاه الإناث.
- ٢- وجود فرق جوهري بين طلاب الجامعة من حيث التخصص الأكاديمي (العلمي والإنساني) في المنفعة النفسية وأبعادها (التفكير الإيجابي، والثقة بالنفس، والمرونة النفسية والتكيف، والتفاؤل) في اتجاه التخصص العلمي.
- ٣- وعدم وجود فرق جوهري بين طلاب الجامعة من حيث التخصص الأكاديمي (العلمي والإنساني) في المنفعة النفسية في الأبعاد التالية (الإبداع وحل المشكلات، وضبط النفس والالتزان، والصمود والصلابة النفسية، وفعالية الذات، والتحدي والمثابرة، والمجموع).

### مناقشة النتائج

يلجأ الطالب الجامعي بالوادي الجديد إلى الاستجابة للضغوط النفسية والجامعية والجغرافية بتعديل سلوكه ليواصل مشوار حياته في البناء وإثبات ذاته، وهو ما يتطلب من الطالب نظرة واقعية للحياة والعمل من خلالها وعينة على المستقبل، معتمداً على المنفعة النفسية التي تعمل على حماية العقل وتوفير

القوة للفرد لمكافحة الإجهاد والخوف وانعدام الأمن والدونية مثل الأفكار السلبية وتحقيق التوازن العقلي (Bhardwaj & Agrawal, 2015).

وهو ما أوضحتها النتيجة الرئيسية للدراسة وهي أن: طلاب الجامعة بالوادي الجديد يتمتعون بالمنعة النفسية التي تعد نظام مركب يتكون من عدة أنظمة فرعية تتكون بدورها من مجموعة من الأبعاد الفرعية التي تتفاعل مع بعضها البعض لحماية الذات من الآثار السلبية للضغوط النفسية عن طريق التقويم المعرفي للتهديدات، وتفعيل استجابات سلوكية والتي من شأنها أن تقاوم الضغوط، وتُحقق التكيف مع ظروف البيئة، وزيادة الفعالية، والتكامل، ونمو الشخصية، والسمات المعرفية والدافعية والسلوكية للشخصية للتعامل الفعّال مع الضغوط (Oláh, & Kapitány –Fövén, 2012).

وقد تحققت فرضيات البحث بوجود فروق دالة إحصائية في أبعاد المنعة النفسية لدى طلاب الجامعة بالوادي الجديد وفق متغير الجنس (ذكور، وإناث) وأبعادها تمتع طلاب الجامعة بالمنعة النفسية أي أن الطالب وفقاً لمفهوم المنعة النفسية قادر على حماية نفسه من التأثيرات السلبية المحتملة للضغوط، والتهديدات والأزمات النفسية والتخلص منها عن طريق التحصين النفسي وذلك باستخدام الموارد الذاتية والإمكانات الكامنة في الشخصية التي تنعكس في أبعادها (زيدان، ٢٠١٣). وبالتالي زيادة المنعة النفسية التي تمكنهم من الاستمرار والنجاح في الحياة واجتياز الصعاب التي تواجههم من خلال تطبيق العديد من الموارد والمهارات المختلفة مثل النقاؤل التفضيلي، والمصادقية الذاتية، وضبط النفس بشكلٍ مرن عند الضرورة لحل مشكلة، أو العمل نحو تحقيق هدف". وتكمن أهمية هذا النهج أنه يبحث عن العوامل المعرفية، والسلوكية، والاجتماعية، والانفعالية، والبيئية لتضمن اختيار أساليب المواجهة التي تُناسب خصائص الموقف وحالة الفرد لئلا يمكنه من تعزيز وتحسين الأداء (Aspinwall & Staudinger, 2003: 13).

ولعدم وصول قيمة ت لقيمة الدلالة فكان بُعد الثقة بالنفس غير دال،



ويمكن إرجاع هذه النتيجة إلى تكرار الظروف الضاغطة التي يعيشها الطلاب، حيث إن تكرار الظروف الضاغطة يؤدي إلى زيادة القدرة على التكيف معها.

كما وجد فرق جوهري بين طلاب الجامعة من حيث التخصص الأكاديمي (العلمي والإنساني) في المُنعة النفسية وأبعادها (التفكير الإيجابي، والثقة بالنفس، والمرونة النفسية والتكيف، التفاؤل) في اتجاه التخصص العلمي. مع انعدام الفروق بين طلاب الجامعة وفق التخصص الأكاديمي (العلمي والإنساني) في المُنعة النفسية في الأبعاد التالية (الإبداع وحل المشكلات، وضبط النفس والالتزان، والصمود والصلابة النفسية، وفعالية الذات، والتحدي والمثابرة، والمجموع)، ليوضح أن الطلاب يتميزون بقدرتهم على التفكير العلمي والتفاعل مع الأنشطة الطلابية، وامتلاكهم قدرًا كافيًا من المعلومات والمعارف، وقدرتهم على استخدام البدائل والقدرة على تغيير الوجهة الذهنية والقدرة على التفكير بأشكاله وطرائقه المختلفة، وبالتالي يؤدي إلى زيادة مستوى المنعة النفسية لديهم. وجاء ذلك مؤيدًا لنتائج دراسة حنصالي (٢٠١٤) حول وجود فروق بالمنعة النفسية وفق متغير الجنس، كما تتفق مع النتائج الجزئية لدراسة علي (٢٠٠٠) حول ارتباط المنعة النفسية بالتخصص الأكاديمي، فالأشخاص الذين يتمتعون بدرجة عالية من المنعة النفسية هم ذوو التخصصات العلمية. فيما رجّحت بعض الدراسات دور العوامل الداخلية في الأداء الأكاديمي، حيث حاول كل من العلوان والعطيات (٢٠١٠) دراسة العلاقة بين الدافعية الداخلية الأكاديمية، وعلاقتها بالتحصيل، إذ افترضت الدراسة أن الدافعية الداخلية ترتبط بمهارات حل المشكلات، والتفكير الإبداعي، وهذا من شأنه أن يؤكد على دور أبعاد المُنعة النفسية مثل قبول التحدي، والمسؤولية التي تُعد من العوامل المرتبطة بالمنعة النفسية، حيث تكون مؤشرًا على أنهم يمتلكون عددًا من المهارات الاجتماعية التي تساعدهم على مقاومة أحداث الحياة الضاغطة. وقد يفسر ذلك تمتع الإناث بارتفاع الثقة بالنفس عن الذكور من طلاب الجامعة؛ لارتباط الإناث بالعديد من المسؤوليات التي تفرضها الحياة الحاضرة على

المرأة، الأمر الذي ربما أدى إلى ارتفاع درجات الضغوط النفسية لدى الإناث بشكل ترتب عليه فروق دالة بينهن وبين الذكور في درجة المنعة النفسية، الأمر الذي يعكس من ناحية أخرى أن درجة الكف المناعي تختلف باختلاف درجة المنعة النفسية أي أنها العامل المشكل والرئيس في الصحة النفسية والعقلية.

وأخيراً، ووفقاً لنموذج أولاه للمُنعة النفسية نظام مركب يتكون من عدة أنظمة فرعية تتكون بدورها من مجموعة من العوامل والأبعاد الفرعية تتفاعل مع بعضها البعض لحماية الذات من الآثار السلبية للضغوط النفسية عن طريق التقويم المعرفي للتهديدات، وتفعيل استجابات سلوكية من شأنها أن تقاوم الضغوط، وتُحقق التكيف مع ظروف البيئة، وزيادة الفعالية، والتكامل، ونمو الشخصية من خلال تجميع ومزامنة<sup>(1)</sup> الموارد، والسمات المعرفية والدافعية والسلوكية للشخصية للتعامل الفعّال مع الضغوط" (Oláh, & Kapitány, 2012) نجد أن النتائج الدراسة الراهنة توضح إجمالاً أن المنعة النفسية تعتمد على الجوانب المهمة والمترابطة في حياة الإنسان وهي: الانفعالات والأفكار والسلوك، حيث يتم تشكيل الأفكار وفقاً للعواطف، ويتحول السلوك وفقاً للأفكار وتتحرك هذه الدورة بشكل مستمر. ويكون مستوى المنعة النفسية لدينا متناسباً بشكل مباشر مع التوازن الأمثل فيما بينهم. مما يجعلها العامل المشكل الرئيس للصحة النفسية والعقلية. ووفقاً لمنظمة الصحة العالمية (WHO)، فإن "الصحة العقلية تشمل الرفاهية الذاتية، والكفاءة الذاتية المدركة، والاستقلالية، والكفاءة، وتحقيق الذات للقدرات الفكرية والوجدانية، وغيرها" (The world health report, 2001).

(1) Synchronizing

## المراجع

- ابن فارس. (١٩٨٥). **المعجم الوسيط**. القاهرة: دار النهضة العربية، ط٣.
- ابن منظور. (١٩٩٤). **لسان العرب**. بيروت: دار صادر.
- جابر، جابر عبد الحميد وكفافي، علاء الدين. (١٩٩٠). **معجم علم النفس والطب النفسي**. القاهرة: دار النهضة العربية.
- حنصالي، مريانة. (٢٠١٤). **إدارة الضغوط النفسية وعلاقتها بسمتي الشخصية المناعية " الصلابة النفسية والتوكيدية " في ضوء الذكاء الانفعالي** (رسالة دكتوراه غير منشورة). جامعة محمد خيضر بسكرة. كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية، قسم العلوم الاجتماعية.
- زيدان، عصام محمد. (٢٠١٣). **المنعة النفسية: مفهومها وأبعادها وقياسها - دراسة عاملية**. **مجلة كلية التربية جامعة طنطا؛ ٥١ (٣): ٨١٣ - ٨٨٢**.
- سويد، ميرفت ياسر. (٢٠١٦). **الحصانة النفسية وعلاقتها بقلق المستقبل وجودة الحياة لدى الشباب في مراكز الإيواء في قطاع غزة** (رسالة ماجستير غير منشورة). الجامعة الإسلامية بغزة. كلية التربية.
- العلوان، أحمد والعطيات، خالد. (٢٠١٠). **العلاقة بين الدافعية الداخلية الأكاديمية والتحصيل الأكاديمي لدى عينة من طلبة الصف العاشر الأساسي في مدينة معان في الأردن**. **مجلة الجامعة الإسلامية (سلسلة الدراسات الإنسانية)؛ (١٨) ٢: ٦٨٣ - ٧١٧**.
- المفرجي، سالم محمد والشهري، عبد الله. (٢٠٠٨). **الصلابة النفسية والأمن النفسي**. جامعة المنيا. **مجلة علم النفس المعاصر والعلوم الإنسانية؛ ١٩: ١٥-٢٦**.
- القرشي، عبد الفتاح إبراهيم. (٢٠٠١). **تصميم البحوث في العلوم السلوكية**. الكويت: دار القلم للنشر والتوزيع.

علي، أحمد الشيخ. (٢٠١٤). مستويات المنعة النفسية لدى خريجي دور رعاية الأيتام وعلاقتها بالتكيف الأكاديمي والتحصيل الدراسي. الأردن. جامعة اليرموك. *المجلة الأردنية في العلوم التربوية*؛ ١٠(٤): ٤١١-٤٣٠.

علي، عبد السلام علي. (٢٠٠٠). المساندة الاجتماعية وأحداث الحياة الضاغطة وعلاقتها بالتوافق مع الحياة الجامعية لدى طلاب الجامعة المقيمين مع أسرهم في المدن الجامعية، *مجلة علم النفس، الهيئة المصرية العامة للكتاب*، عدد (٥٣).

محمد، إيمان نبيل حنفي. (٢٠١٦). *المنعة النفسية وعلاقتها بإدارة الغضب لدى أسر الأطفال المعاقين عقلياً القابلين للتعلم* (رسالة ماجستير غير منشورة). جامعة حلوان. كلية التربية، قسم الصحة النفسية.

محارب، ناصر إبراهيم. (١٩٩٣). الضغوط النفس اجتماعية والاكنتاب وبعض جوانب جهاز المنعة لدى الإنسان: تحليل جمعي للدراسات المنشورة ما بين (١٩٨١-١٩٩١)، *مجلة الثقافة النفسية*، العدد ٦، مجلد ٢، دار النهضة العربية.

عبد الجبار، مواهب عبد الوهاب. (٢٠١٠). *المنعة النفسية وعلاقتها بالكفاءة الشخصية وسمو الذات لدى المصابين بمرض الغدة الدرقية*، أطروحة دكتوراه، قسم الإرشاد النفسي والتوجيه التربوي، كلية التربية، الجامعة المستنصرية.

Aspinwall L & Staudinger UM. (2003). A psychology of human strengths: Fundamental questions and future directions for a positive psychology. In Aspinwall L. & Staudinger UM. (Eds.), *Towards a psychology of human strengths* (pp. 9 – 22). Washington, DC: APA Books.

Bhardwaj, AK & Agrawal G. (2015). Concept and Applications of Psycho-Immunity (Defense against Mental Illness): Importance in Mental Health Scenario. *Online Journal of Multidisciplinary Research (OJMR)*; 1 (3): 6-15.

- Bodin P & Wiman BLB. (2004). Resilience and other stability concepts in ecology: notes on their origin, validity and usefulness, *ESS Bulletin*; 2 (2): 33 – 43.
- Bonnie KE, Milstein MS, Calcutt S, Ross SR, Wagner K, & Lonsdorf EV. (2012). Flexibility and persistence of chimpanzee foraging behavior in a captive environment, *American Journal of Primatology*; 74: 661–668.
- Brady P, & Fuertes JN. (2011). Self-Efficacy, Self-Rated Abilities, Adjustment, and Academic Performance. *Journal of Counseling & Development*; 4 (89): 431- 438.
- Brady-Amoon P & Fuertes, JN. (2011). Self-Efficacy, Self-Rated Abilities, Adjustment, and Academic Performance. *Journal of Counseling & Development*; 89: 431-438.
- Cicchetti D, Rogosch FA, Lynch M, & Holt K. (1993). *Resilience in maltreated children: Processes leading to adaptive outcome*. Development and Psychopathology.; 5: 629–647.
- Connor KM, & Davidson JR. (2003). *Development of a new resilience scale: the Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC)*, *Depress Anxiety*, 18(2) , 76 – 82.
- Dreher H. (1995). *The immune power personality: 7 Traits you can develop to stay healthy*. New York: penguin Book.
- Dubey A & Shahi D (2011). Psychological Immunity and Coping Strategies: A Study on Medical Professionals. *Indian Journal of social Science researches*; 1-2 (8): 36 - 47.
- Gilbert DT, Pinel EC, Wilson TD, Blumberg SJ & Wheatley TP. (1998). Immune Neglect: A source of durability bias in affective forecasting. *Journal of Personality and Social Psychology*; 75 : 617-638.
- Gilbert DT, Pinel EC, Wilson TD, Blumberg SJ, Wheatley TP. (1998). Immune Neglect: A Source of Durability Bias in Affective Forecasting. *Journal of Personality and Social Psychology*; 3 (75): 617 - 638.
- Haskett ME, Nears K, Ward CS, & McPherson AV (2006). *Diversity in adjustment of maltreated children: factors associated with resilient functioning*, *Clinical Psychology Review*; 26 (6): 796-812.
- Lorentz MM (2006). Stress and Psychoneuroimmunology revisited: using mind – body intervention to reduce stress, *Alternative Journal of Nursing*; 11:1-11.

- Luthar S., Cicchetti D, & Becker B (2000). The Construct of Resilience: A Critical Evaluation and Guidelines for Future Work. *Journal of Child Development*; 71(3): 543 – 562.
- Marazziti D, Baroni S, Masala I, Golia F, Consoli G, Massimetti G, Picchetti M, Catena Dell'osso M, Giannaccini G, Betti L, Lucacchini A, Ciapparelli A. (2010). *Impulsivity, gender, and the platelet serotonin transporter in healthy subjects. Neuropsychiatr Dis Treat.* 2010 Feb 3; 6: 9-15.
- Martin A & Marsh H (2009). Academic resilience and academic buoyancy: multidimensional and hierarchical conceptual framing of causes correlates and cognate constructs. *Journal Oxford Review of Education*; 3 (35): 353-370.
- McKay J, Niven AG, Lavallee D, & White A (2008). *Sources of Strain among Elite UK Track Athletes*, *The Sport Psychologist*; 22: 143 - 163.
- Oláh A, & Kapitány-Fövény M. (2012). *A positive pszichológia tíz éve.* *Magyar Pszichológiai Szemle*; 67 (1): 19 - 45.
- Oláh A, Nagy H & Toth K (2010). *Life expectancy and psychological immune competence in different cultures*, *ETC – Empirical Text and culture Research*; 4: 102 – 108.
- Oláh, A., (1996). *Psychological immune system: An integrated structure of coping potential dimensions.* Paper presented at the 9th conference of the European Health Psychology Society, Bergen, Norway.
- Oláh, A., (2000). *Health protective and health promoting resources in personality: A framework for the measurement of the psychological immune system.* Paper presented at the Positive Psychology Meeting, Quality of Life Research Center, and Claremont Graduate University.
- Oláh, A., (2002). *Positive Traits: Flow and Psychological Immunity.* Paper Presented at The First International Positive Psychology Summit, 3-6 October 2002, Washington D.C.
- Oláh, A., (2004). **Psychological immunity: A new concept in coping with stress.** *Applied Psychology in Hungary*, 56, 149-189.
- Oláh, A., (2005): *Anxiety, coping, and flow. Empirical studies in interactional perspective.* Budapest: Trafford Press.
- Polman RC & Nicholls AR. (2007). Coping in sport: A systematic review. *Journal of Sports Sciences*; 25 (1): 11 – 31.
- Seery MD (2011). *Resilience: A Silver Lining to Experiencing Adverse Life Events?* , *Current Directions in Psychological*

- Science; 20 (6): 390 – 394.
- Skinner MK, Manikkam M, Tracey R, Guerrero-Bosagna C, Haque M, & Nilsson EE (2013). *Ancestral dichloro diphenyl trichloroethane (DDT) exposure promotes epigenetic Transgenerational inheritance of obesity*. BMC Med; 23: 11 – 228.
- Stack-Cutler HL, Parrila RK, & Torppa M. (2014). Using a Multidimensional Measure of Resilience to Explain Life Satisfaction and Academic Achievement of Adults With Reading Difficulties. *Journal of Learn Disability*; 48 (6): 646 – 57.
- Swanson J, Valiente C, Lemery-Chalfant K, & O'Brien TC (2011). Predicting early adolescents' academic achievement, social competence, and physical health from parenting, ego resilience, and engagement coping. *Journal of Early Adolescence*; 4 (29): 548-576.
- Wagnild GM & Young HM (1993). Development and psychometric evaluation of the Resilience Scale. *Journal of Nursing Measurement*; 1 (2): 165 – 178.
- Windle G, Bennett KM, & Noyes J (2011). *A methodological review of resilience measurement scales*. Health Quality Life Outcomes; 49: 8.