مجلة بنها للعلوم الإنسانية الترقيم الدولي الموحد للطباعة:(2537-0170)
العدد (4) الجزء (2) السنة (2025) ,(1-26) الترقيم الدولي الموحد الإلكتروني : (2537-0189)
https://bjhs.journals.ekb.eg

الخصائص السيكومترية لمقياس المناعة النفسية لدى تلاميذ المرحلة الإعدادية

رضا ناجي علي خليفه - تحية محمد عبدالعال - رحاب يحيي أحمد - عفاف إبراهيم بركات
قسم الصحة النفسية والتربية الخاصة - كلية التربية- جامعة بنها

المستخلص

هدف البحث الحالي إلى التحقق من الخصائص السيكومترية لمقياس المناعة النفسية لدى تلاميذ المرحلة الإعدادية، وذلك من خلال إعداد مقياس يتسم بالصدق والثبات والاتساق الداخلي، ويعكس أبعاد المناعة النفسية لدى هذه الفئة. وقد اعتمد الباحث على المنهج الوصفي، وطبّق المقياس على عينة مكونة من (٣٠) تلميذًا وتلميذة تتراوح أعمارهم بين (١٢–١٥) عام بمتوسط عمري (١٣.٥) وانحراف معياري (٠.٩١). تكون المقياس في صورته النهائية من (٥١) عبارة موزعة على (٥) أبعاد وهي الثقة بالنفس والثبات الانفعالي والقدرة على حل المشكلات والتفكير الإيجابي والقدرة على التخطيط، وتم تصحيحه وفقًا لمقياس ليكرت الثلاثي. أشارت نتائج التحكيم إلى صلاحية العبارات بنسبة اتفاق بين (٨٠٪–١٠٠٪)، وبلغ معامل الصدق التلازمي (٠.٧١) دالًا عند مستوى (٠.٠١)، كما تراوحت معاملات الاتساق الداخلي بين (٠.٤٨–٠.٨٦)، ومعاملات الارتباط بين الأبعاد والدرجة الكلية من (٠.٦٨–٠.٨٥)، وبلغ معامل الثبات باستخدام ألفا كرونباخ (٠.٧٦–٠.٨٩)، وبطريقة التجزئة النصفية (٠.٧٤–٠.٨٧). تتراوح درجات المقياس بين (٥١–١٥٣)، وتم تحديد حدود القطع للتصحيح كالآتي: منخفض (٥١–٨٥)، متوسط (٨٦–١١٩)، مرتفع (١٢٠–١٥٣). تشير النتائج إلى تميز المقياس بخصائص سيكومترية جيدة، ما يجعله أداة مناسبة لقياس المناعة النفسية لدى تلاميذ هذه المرحلة.

الكلمات المفتاحية: المناعة النفسية، المقياس، المرحلة الإعدادية، الخصائص السيكومترية، الصدق، الثبات.

Abstract

The current study aimed to examine the psychometric properties of a Psychological Immunity Scale tailored for preparatory school students. This was achieved by developing a scale characterized by validity, reliability, and internal consistency, reflecting the dimensions of psychological immunity relevant to this age group. The researcher adopted a descriptive approach and applied the scale to a sample of 30 students (male and female), aged between 12 and 15 years, with a mean age of 13.5 years and a standard deviation of 0.91. The final version of the scale consisted of 51 items distributed across five dimensions: self-confidence, emotional stability, problem-solving ability, positive thinking, and planning ability. The scale was scored using a three-point Likert system. Expert review indicated that item validity ranged between 80% and 100%. The concurrent validity coefficient reached 0.71, which was statistically significant at the 0.01 level. Internal consistency coefficients ranged from 0.48 to 0.86 for items and from 0.68 to 0.85 between subscales and the total score. Reliability was confirmed using Cronbach's alpha (ranging from 0.76 to 0.89) and split-half reliability (ranging from 0.74 to 0.87). The total score on the scale ranged from 51 to 153, with cutoff points categorized as follows: low (51–85), moderate (86–119), and high (120–153). The findings indicate that the scale possesses strong psychometric properties, making it a suitable tool for measuring psychological immunity in preparatory stage students.

Keywords: Psychological Immunity, Scale, Preparatory Stage, Psychometric Properties, Validity, Reliability.

مقدمة:

تُعتبر المناعة النفسية من المفاهيم الحديثة التي حظيت بأهمية متزايدة في مجال علم النفس الإيجابي. وهي تعبر عن قدرة الفرد على التكيف مع الضغوط والتحديات والتغلب على الأزمات دون أن ينهار نفسيًا. ومع تزايد التحديات التي يواجهها الأفراد في مختلف مراحل حياتهم، أصبح من الضروري البحث عن آليات تعزز من صمودهم النفسي. تُعد المرحلة الإعدادية فترة حساسة تشهد تغيرات نفسية وبيولوجية واجتماعية، لذا فإن قياس المناعة النفسية لدى التلاميذ في هذه المرحلة يساعد في فهم قدرتهم على التكيف. يُعتبر ذلك خطوة مهمة نحو تطوير برامج تدخل وقائية، كما يُساهم في الكشف المبكر عن الفئات الأكثر عرضة للضغوط النفسية.

يواجه تلاميذ المرحلة الإعدادية مجموعة من التحديات المتنوعة المتعلقة بالنمو النفسي والاجتماعي والانفعالي، حيث ينتقلون من مرحلة الطفولة المتأخرة إلى مرحلة المراهقة. يصاحب هذا الانتقال تغييرات في الاهتمامات والعلاقات والقيم، مما يجعلهم أكثر عرضة للقلق والتوتر والصراعات النفسية. لذلك، يُعتبر توفير أدوات قياس دقيقة وموثوقة للمناعة النفسية أمرًا بالغ الأهمية، حيث يساعد في تقييم قدرة التلاميذ على التعامل مع الضغوط المدرسية والاجتماعية. كما يتيح للمرشدين التربويين والمعلمين فهم البنية النفسية لهؤلاء التلاميذ، مما يسهم في تصميم تدخلات تربوية وإرشادية مناسبة. ويبرز هذا أهمية تعزيز الدعم النفسي داخل المدرسة. (عبدالزهرة لفته البدران ،٢٠١٧، ١، ٢)

تنبع أهمية القياس السيكومتري للمناعة النفسية من الحاجة إلى أدوات علمية تتيح التعرف على السمات النفسية الدقيقة لدى الأفراد. فالمقاييس النفسية الجيدة يجب أن تتسم بخصائص سيكومترية قوية مثل الصدق والثبات والمعايير. وهذه الخصائص تضمن أن الأداة تقيس فعلاً ما يُفترض أن تقيسه. كما تعكس مدى دقة وموثوقية النتائج المستخلصة. وعند تطبيق مقياس على تلاميذ المرحلة الإعدادية، فإن التحقق من خصائصه السيكومترية يعد ضرورة علمية. فبدون هذه الخصائص، تصبح النتائج قابلة للتشكيك وغير قابلة للاستخدام في أغراض البحث.

في ظل الضغوط المتزايدة التي تواجهها المؤسسات التعليمية وتأثيرها على المناخ المدرسي، أصبح دعم الصحة النفسية للطلاب هدفًا استراتيجيًا لا يقل أهمية عن الدعم الأكاديمي. من هنا، يتجاوز مفهوم المناعة النفسية مجرد التكيف الفردي ليصبح عنصرًا وقائيًا يحمي الطلاب من الانهيار النفسي المحتمل نتيجة الأزمات النفسية أو الصدمات البيئية، مثل التنمر أو التفكك الأسري أو الفشل الدراسي. ونظرًا لغياب مقاييس موثوقة وموجهة لهذه الفئة العمرية في البيئة المصرية، فإن تطوير مقياس خاص بالمناعة النفسية لدى طلاب المرحلة الإعدادية يُعتبر خطوة علمية ضرورية لسد هذا النقص، مما يمكّن الباحثين والمرشدين من تقييم هذا المتغير بدقة. كما أن هذا الإجراء سيساهم في تعزيز السياسات المدرسية الوقائية

التي تهدف إلى تعزيز التكيف النفسي والوقاية من الاضطرابات السلوكية والانفعالية، بما يتماشى مع متطلبات النمو النفسي والاجتماعي لطلاب هذه المرحلة (صباح مرشود ،٢٠١٩، ٣٨٠)

مشكلة البحث:

على الرغم من وجود العديد من المقاييس النفسية التي تناولت موضوع المناعة النفسية في الأدبيات السابقة، إلا أن معظمها إما تم تصميمه لشرائح عمرية مختلفة (مثل البالغين أو طلاب الجامعات)، أو تم تطويره في سياقات ثقافية غير عربية. وهذا قد يؤثر سلبًا على دقة وملاءمة هذه المقاييس في قياس المناعة النفسية لدى تلاميذ المرحلة الإعدادية في البيئة المصرية. بالإضافة إلى ذلك، ركزت بعض هذه المقاييس على جوانب معينة من المناعة النفسية دون الأخذ في الاعتبار شمولية المفهوم وتكامله، أو أنها افتقرت إلى البناء السيكومتري الدقيق، خاصة فيما يتعلق بموثوقية المحكمين أو التكوين الفرضي أو أنواع الثبات المختلفة. علاوة على ذلك، فإن قلة الدراسات الميدانية التي تناولت موضوع المناعة النفسية في هذه المرحلة العمرية، خاصة في ظل الضغوط والتحديات النفسية التي يواجهها التلاميذ مثل التنمر المدرسي، تُبرز الحاجة إلى تطوير أداة جديدة تقيس المناعة النفسية بشكل يتناسب مع خصائص هذه الفئة وبيئتها النفسية والاجتماعية. ومن هنا تبرز أهمية بناء هذا المقياس لسد هذا الفراغ، مع الاعتماد على أسس علمية دقيقة تضمن دقته وموثوقيته وملاءمته لأهداف البحث.

جاءت الدراسة الحالية لمحاولة الإجابة على التساؤل الرئيسي التالي:

ما الخصائص السيكومترية لمقياس المناعة النفسية لدى تلاميذ المرحلة الإعدادية؟

أسئلة البحث:

١. ما مؤشرات الصدق لمقياس المناعة النفسية لدى تلاميذ المرحلة الإعدادية؟
٢. ما مؤشرات الثبات لمقياس المناعة النفسية لدى تلاميذ المرحلة الإعدادية؟
٣. ما مؤشرات الاتساق الداخلي لمقياس المناعة النفسية لدى تلاميذ المرحلة الإعدادية؟

أهداف البحث:

يهدف البحث الحالي إلى ما يلي:

١. التحقق من مؤشرات الصدق لمقياس المناعة النفسية لدى تلاميذ المرحلة الإعدادية.
٢. التحقق من مؤشرات الثبات للمقياس باستخدام طرائق متعددة.
٣. فحص درجة الاتساق الداخلي بين مفردات المقياس وأبعاده والدرجة الكلية.

أهمية البحث:

تنطوي أهمية الدراسة على جانبين رئيسيين: الأهمية النظرية والتطبيقية.

أ) الأهمية النظرية:

- تُسهم الدراسة في إثراء الجانب النظري لمفهوم "المناعة النفسية" بوصفه أحد المفاهيم المحورية في علم النفس الإيجابي.
- تضيف الدراسة إلى الأدبيات النفسية أداة قياس جديدة أو مطورة تتمتع بخصائص سيكومترية دقيقة، مما يعزز من موثوقية القياس في الأبحاث المستقبلية.

ب) الأهمية التطبيقية:

- توفر الدراسة أداة مقننة يمكن استخدامها من قبل الأخصائيين النفسيين والمعلمين داخل المدارس لتقييم المناعة النفسية لدى التلاميذ.
- تُسهم نتائج الدراسة في تصميم برامج إرشادية وتربوية تستهدف تعزيز المناعة النفسية لدى التلاميذ في سن الإعدادية.
- تساعد الأداة على الكشف المبكر عن التلاميذ الأكثر عرضة للضغوط النفسية، مما يُمكن من التدخل السريع قبل تفاقم المشكلات.

مصطلحات البحث:

أ) الخصائص السيكومترية Psychometric Properties

يتبنى الباحث مفهوم الخصائص السيكومترية الذي قدمه صلاح الدين علام (٢٠٠٠)، حيث عرّفه بأنه مؤشرات إحصائية تعكس جودة المقياس ومفرداته. تشمل الخصائص السيكومترية للمفردات تمييز المفردة واتساقها الداخلي، بينما تشمل الخصائص السيكومترية للمقياس دقته وثباته وحساسيته، بالإضافة إلى شكل توزيع التكرار للدرجات.

ب) المناعة النفسية:Psychological Immunity

وتعرف المناعة النفسية إجرائيًا:

بأنها الدرجة التي يحصل عليها التلميذ في المقياس الذي أعدّه الباحث، والمكوَّن من (٥١) عبارة موزعة على (٥) أبعاد، وفق مقياس ليكرت الثلاثي، وتعكس هذه الدرجة مستوى تمتع التلميذ بمهارات المناعة النفسية في ضوء الخصائص النفسية للمرحلة الإعدادية.

ج) المرحلة الإعدادية:

وتعرف المرحلة الإعدادية إجرائيًا:

بأنها مرحلة المراهقة المبكرة والتي يمر بها التلاميذ بتغيرات مختلفة في النمو الجسمي والفسيولوجي والعقلي والانفعالي والاجتماعي، وتتراوح أعمارهم ما بين (١٣-١٥) سنة.

محددات البحث:

- **الحد البشري:** طلاب المرحلة الاعدادية.
- **الحد الزمني:** تم تطبيق الدراسة الحالية في العام الدراسي ٢٠٢٣/ ٢٠٢٤م.

- **الحد المكاني:** المرحلة الاعدادية، بمدرسة خالد بن الوليد الإعدادية، بمدينة بنى مزار محافظة المنيا.
- **الحد الموضوعي:** التحقق من الخصائص السيكومترية لمقياس المناعة النفسية لدي طلاب المرحلة الاعدادية.

الإطار النظري للبحث:

الخصائص السيكومترية للمقاييس النفسية:

تشير الخصائص السيكومترية إلى المؤشرات الإحصائية التي تُستخرج من إخضاع أداة قياس لسلسلة من الإجراءات التجريبية، بهدف تقييم مدى صلاحيتها لقياس ما تم تصميمها من أجله .

وقد أوضح عبد العزيز بوسالم (٢٠١٤) أن الخصائص السيكومترية للاختبار تشمل الصفات الأساسية المتعلقة بفعالية بنود الاختبار، بالإضافة إلى الصدق والثبات، وما يرتبط بهما من معاملات تمييز ومستويات السهولة والصعوبة. كما تشمل أيضًا معايير تفسير النتائج التي يتم التحقق منها بعد إجراء الاختبار بشكل تجريبي على عينة تمثل المجتمع، والتي تُعرف بعينة التقنين. وبالتالي، فإن الخصائص السيكومترية تمثل مجموعة من المؤشرات الهامة:

١- الصدق:(Validity)

يُعتبر صدق الاختبار أو المقياس من أبرز الخصائص التي تميز الاختبارات والمقاييس النفسية والتربوية الجيدة. فالصدق يتعلق بمدى قدرة الاختبار على قياس ما أُعد لقياسه وتحقيق الأهداف التي صُمم من أجلها. ومن خلال الدرجات التي يتم الحصول عليها من تطبيق الاختبار، يمكن الوصول بدقة إلى استنتاجات معينة (صفوت فرج، ٢٠٠٧).

وقد عرّف بشير معمرية (٢٠١٢) الصدق بأنه قدرة الاختبار على التمييز بين طرفي الخاصية، مما يعني أنه يجب أن يكون قادرًا على التفريق بين الأداء القوي والأداء الضعيف لدى أفراد العينة. وإذا كانت درجات الاختبار متقاربة جدًا، فإن ذلك يشير إلى ضعف صدق الاختبار، مما يعني أنه لم يحقق الهدف الأساسي من عملية القياس، وهو إظهار الفروق الفردية بين الأفراد.

يمكن القول إن صدق الاختبار يرتبط بمدى ملاءمته لتحقيق الغرض الذي أُعد من أجله، وبإمكانية استخدام درجات المقياس في تقديم تفسيرات معينة. فلا يمكن الاعتماد على نتائج اختبار لا يقيس ما أُعد لقياسه.

يمكن التحقق من صدق الاختبار بطرق متعددة، منها:

أ. صدق المحتوى: يُعرف أيضًا بصدق المضمون أو الصدق المنطقي أو صدق عينة الاختبار. يشير هذا النوع من الصدق إلى أن بنود الاختبار (مثل المفردات أو الفقرات أو العبارات) تمثل

عينة دقيقة وشـاملة لمحتوى وجوانب السـمة التي يتم قياسـها. كلما كانت بنود المقياس تعكس مختلف جوانب السمة المستهدفة، زادت دقة محتوى المقياس (صلاح الدين علام، ٢٠١١، ٦١).

ب. الصـدق المرتبط بالمحك: يُعتبر المحك مقياسًـا موضـوعيًا مسـتقلًا عن الاختبار، يقيس ما يُراد ملاحظته أو التنبؤ به أو تشخيصه، مما يساعد في تحديد مدى صلاحية الاختبار. أشار صفوت فرج (٢٠٠٧) إلى أن صـدق المحك يعتمد على حسـاب الارتباط بين درجات الاختبار والمحك الخارجي المستقل، والذي يمثل السلوك أو النشاط الذي يتناوله الاختبار. يمكن التمييز بين نوعين من الصـدق المرتبط بالمحك: الصـدق التنبؤي والصـدق التلازمي، وذلك بناءً على اسـتخدام محكات أداء مستقبلية أو حالية.

ت. صـدق التكوين الفرضـي: يشـير إلى قدرة الاختبار على قياس خاصـية أو مفهوم نظري لسـمة معينة يُفترض وجودها، ولكن لا يمكن ملاحظتها بشـكل مباشـر. يتطلب ذلك جمع معلومات تتعلق بالسمة المراد قياسها.

٢- الثبات(Reliability) :

أوضـح سـعد عبد الرحمن (٢٠٠٨) أن الثبات يُعتبر من أبرز الخصـائص السـيكومترية للاختبارات الجيدة، بعد الصـدق. يشـير الثبات إلى مدى اسـتقرار ظاهرة أو سـمة معينة، ويتعلق بدقة الاختبار في قياس هذه السمة في أكثر من مناسبة. لا يمكن أن يكون الاختبار صادقًا ما لم يكن ثابتًا، حيث أصبحت الدراسـات الحديثة تعتبر الثبات مؤشـرًا من مؤشـرات صـدق الاختبار. كما يرتبط الثبات بمقدار الثقة التي يمكن أن نضعها في نتائج الاختبارات، من خلال استقرارها وعدم تغيرها.

من جانبه، أشـار صـلاح الدين علام (٢٠١١) إلى أن درجات الأفراد في الاختبار يجب أن تعكس الفروق الفردية في السـمة المقاسـة. ومن المعروف أن درجات الاختبار تتأثر بدرجات متفاوتة بأخطاء القياس. لذا، فإن الدرجة التي يحصـل عليها الفرد في الاختبار، والمعروفة بالدرجة الملاحظة، تتكون من درجتين: الدرجة الحقيقية، التي تمثل المقدار الفعلي للسـمة لدى الفرد، ودرجة الخطأ، التي تؤدي إلى اختلاف الدرجة الملاحظة عن الدرجة الحقيقية بسبب أخطاء القياس. ويعكس الفرق بين الدرجة الحقيقية والدرجة الملاحظة دقة القياس، حيث يمكن التعبير عن ذلك بالمعادلة التالية: الدرجة الحقيقية = الدرجة الملاحظة – درجة الأخطاء العشوائية.

ويري صلاح الدين علام (٢٠١١) توجد عدة طرق لتقدير الثبات، وهي كالتالي:

- طريقة إعادة الاختبار (معامل الاستقرار): تعتمد هذه الطريقة على تطبيق الاختبار على عينة من الأفراد، ثم إعادة تطبيق نفس الاختبار على نفس العينة بعد فترة زمنية تتراوح عادة بين أسـبوع وسـتة أشـهر. يتم حسـاب معامل ثبات الاختبار من خلال حسـاب معامل ارتباط بيرسـون بين درجات الأفراد في التطبيقين الأول والثاني، ويُعرف معامل الارتباط في هذه الحالة بمعامل الاستقرار.

- طريقة الصور المتكافئة (معامل التكافؤ): تعتمد هذه الطريقة على إعداد صورتين متكافئتين من الاختبار. يتم تطبيق الصورة الأولى، وبعد فترة زمنية قصيرة، تُطبق الصورة الثانية على نفس المجموعة من الأفراد. يُحسب معامل الثبات من خلال حساب معامل الارتباط بين درجات الأفراد في الصورتين المتكافئتين، ويُطلق على معامل الارتباط في هذه الحالة اسم معامل التكافؤ.
- طريقة إعادة الاختبار بصورة مكافئة (معامل الاستقرار والتكافؤ): يمكن للباحث دمج الصورتين المتكافئتين وإعادة الاختبار من خلال تطبيق إحدى الصورتين، ثم بعد فترة زمنية معينة، يتم تطبيق الصورة الثانية. يتم تقدير قيمة معامل الثبات من خلال حساب معامل ارتباط بيرسون للدرجات بين الصورتين، مما يعكس الاستقرار والتكافؤ.
- طريقة التجزئة النصفية (Split-Half): تُستخدم هذه الطريقة عندما يكون من الصعب تطبيق الطرق السابقة. يتم حساب معامل الثبات من خلال إجراء الاختبار مرة واحدة، ثم تقسيم النتائج إلى قسمين متساويين وحساب معامل الارتباط بينهما. يُعتبر هذا المعامل هو معامل الثبات. يمكن أن يتم التقسيم عن طريق فصل الأسئلة إلى فردية وزوجية، أو تقسيم الاختبار نفسه إلى نصفين متساويين في عدد البنود (النصف الأول والنصف الثاني). يتم حساب معامل الارتباط بين نصفي الاختبار باستخدام معامل ارتباط بيرسون. ومن الجدير بالذكر أن هذه التجزئة قد تؤدي إلى انخفاض ملحوظ في معامل الارتباط (معامل الثبات)، لأن المعامل الناتج يعكس ثبات نصف الاختبار فقط. يتم معالجة هذا الانخفاض باستخدام معادلات إحصائية تُعرف بمعادلات تصحيح الطول.

المناعة النفسية Psychological Immunity:

تعتبر المناعة النفسية من المصطلحات العلمية التي ظهرت حديثًا، ولاقت قبولًا كبيرًا في الأوساط العلمية، فهي تعد من أهم المتغيرات النفسية التي تساعد الفرد علي مواجهة الضغوط والصعوبات والمحن التي يواجهها، بل وتعمل علي رفع مستوي كفائتة في الأداء بشكل عام.

أولاً: مفهوم المناعة النفسية:

والمناعة النفسية هي قدرة تكيفية طبيعية شاملة لجميع الجوانب الانفعالية والعاطفية تعمل لا شعوريًا طبقا لنظام معقد ومنظم لمواجهة الضغوط الوجدانية، وحماية الفرد من الاعتداءات النفسية والبيئية، أسوة بنظام المناعة الحيوية (Barbanell, 2009, 16). وأشار كل من (Dubey and Shahi, (2011, 36 بأنها "وعاء الموارد النفسية التي تقي الفرد من السموم والانفعالات السلبية المتطرفة التي تنتج من الإزعاج الدائم والقلق والتوتر العصبي الذي يتعرض له الفرد خلال مواقف الحياة اليومية".

كما وأوضح كل من Albert–Lorincz, et al., (2012, 104) بأنها مجموعة السمات الشخصية التي تساعد الفرد على تحمل التأثيرات الناجمة عن التعرض للضغوط والإنهاك النفسي، من خلال دمج الفرد لكافة الخبرات المكتسبة منها لاستخدامها في المواقف المشابهة للوقاية من التأثيرات البيئية السلبية".

ورأى عصام زيدان (٢٠١٣، ٨١٧) أن المناعة النفسية هي قدرة الفرد على حماية نفسه من التأثيرات السلبية المحتملة للضغوط، والتهديدات، والمخاطر، والإحباطات، والأزمات النفسية، والتخلص منها عن طريق التحصين النفسي باستخدام الموارد الذاتية، والإمكانات الكاملة في الشخصية مثل التفكير الايجابي، والإبداع، وحل المشكلات، وضبط النفس، والإتزان، والصمود، والتحدي، والمثابرة، والمرونة.

كما عرفتها إيمان نبيل (٢٠١٦، ٤٥٧) بأنها قدرة الفرد على مقاومة الأحداث الضاغطة والمواقف المؤلمة والصدمات والأزمات والكوارث والتوافق مع التغيرات الطارئة لحماية الفرد من الأمراض السيكوسوماتية الناتجة عن الضغوط العصبية.

أما أماني عادل (٢٠١٩، ٥٨) فأشارت إلى أن المناعة النفسية هي نظام وقائي متكامل يعمل على وقاية الذات في البيئة التي تعيش فيها لمواجهة الضغوط وتعزيز تكامل الشخصية والنمو الذاتي بشكل متزامن مع التطورات البيئية.

ويعرف الباحث المناعة النفسية بانها: نظام متكامل ومتعدد الأبعاد يجعل الفرد يستخدم مشاعره وقدرته على التمييز بين الأشياء المفيدة والضارة والمحايدة، من خلال الذاكرة والقدرة علي التخيل والتخطيط وتقييم الخطر والحماية أو الدفاع، وإدراك معززات الحياة وصياغة خطط العمل، من أجل وقاية وحماية الحياة والكيان الجسدي من التصدع أو الانقسام.

ثانيًا: مكونات وأبعاد المناعة النفسية:

رأت إيمان عصفور (٢٠١٣) أن مكونات المناعة النفسية تتمثل في أربع وحدات هي (مراقبة الأفكار والتفاؤل والتقدير الذاتي وإدارة الغضب). وأوضح (Choochom, 2014, 191) أن المناعة النفسية بناء نفسي يوضح قدرة الفرد على التعامل مع الظروف الصعبة ويتكون من خمسة أبعاد وهي:

أ) المرونة: وهي قدرة الفرد على الأحتفاظ واستعادة الصحة النفسية بعد المحن والعقل والتكيف والإعتماد على الذات.

ب) التعقل: يمثل وعي بأفكار الفرد ومشاعره وبيئته.

ج) استراتيجيات المواجهة: وهنا يبذل الفرد الجهود لإدارة المواقف الانفعالية▪ ..

د) الأمل: القدرة على إيجاد وسيلة لتحفيز الذات والتقدم وتحقيق أهداف الفرد باستمرار.

هـ) الاعتماد على الذات: وهي قدرة الفرد بمفرده علي حل المواقف الحياتية الضاغطة.

على حين رأت ميرفت سويعد (٢٠١٦) أن مكونات المناعة النفسية تتمثل في (الإلتزام الديني، والتفاؤل وحل المشكلات، والمبادرة الذاتية) وهي تتفق في كثير من المكونات التي ذكرتها (إيمان عصفور، ٢٠١٣). كما رأت أماني عادل (٢٠١٩، ٥٨) أن المناعة النفسية تتكون من ثلاثة نظم فرعية تحتوي على (١٦)

سمة من مصادر القوة الكامنة لتحقيق المناعة النفسية للفرد وهذه النظم الفرعية تتفاعل معا ديناميكيًا لتسهيل التكيف المرن والنمو الذاتي للفرد وهذه النظم الفرعية الثلاثة هي: التوجه نحو المراقبة، الانجاز والإبداع، تنظيم الذات.

كذلك ذكر كل من Gupta & Nebhinani (2020) أن مكونات المناعة النفسية كثيرة ومنها:

١. التفكير الإيجابي وهو يمثل قوة الشخصية التي تنبعث من الشعور من الأمل في المواقف الضاغطة أو الشعور بالتماسك والتحكم الذي يساعد الأفراد أثناء الأزمات وتشجيع إيمانهم بالتحكم بأنفسهم أثناء التعرض لموقف ضاغط.
٢. التنظيم العاطفي الإيجابي الذي يساعد الأشخاص في التعامل مع المشاعر السلبية المتعلقة بالموقف الضاغط وما يرتبط به من شكوك في المستقبل.
٣. توجيه الهدف وهو يشجع الأفراد على إعادة بناء أهدافهم قصيرة المدي في الحياة.
٤. الكفاءة الذاتية التي تعزز إيمان الأفراد بقدراتهم على تحقيق أهدافهم المحددة سلفًا.
٥. مهارة حل المشكلات التي تساعد الأفراد على تحديد المشكلات والبحث عن طرق بديلة للتعامل معها.

ثالثًا: أهمية المناعة النفسية ووظائفها:

ولخص Hassan (2021, 4299) أهمية المناعة النفسية في النقاط التالية:

- تساعد المناعة النفسية المرتفعة علي رفع الحالة الأخلاقية والفكرية (العقلية) للطلاب وتعمل علي إعادة بناء إدراكهم المعرفي وتعديل سلوكهم، وتشكل طريقة تعاملهم مع مواقف وظروف الحياة والعمل.
- تجعل المناعة النفسية الطلاب يبتعدون عن التفكير الخاطئ أو غير المنطقي وتجعلهم لا يلجؤون إلى الانتحار كحل للتخلص من مشاكلهم.
- تساعد الفرد على مواجهة الصراعات والضغوط الانفعالية والتغلب عليها وحماية النفس من الضرر الانفعالي (العاطفي)، والتكيف مع المتغيرات البيئية المختلفة، وتبرير المشاعر والانفعالات الهدامة وتحويلها إلي مشاعر وانفعالات مقبولة.
- تساعد في تكوين صورة أفضل لكيفية تأثير العوامل المعرفية على الصحة الجسمية والنفسية، وتساعد في تحقيق الوصول إلى الرفاهية (السعادة)، كما تساعد في احتواء حدوث أحداث نفسية مؤلمة مثل تكرار الأفكار المزعجة وانتشار الاضطرابات النفسية.

وقد حدد كل من (Olah, 2010, 10) وظائف المناعة النفسية فيما يلي:

- أن المناعة النفسية تتضمن تفسير وتبرير السلوك الناجح.
- التأكيد على الفرص التنموية التي تؤدي إلى حدوث تغيرات إيجابية.
- تفعيل الأدوات المعرفية وتوجيهها نحو إدراك النتائج الإيجابية الممكنة.

- ضمان اختيار استراتيجيات التكيف وأساليب التأقلم المناسبة لخصائص الموقف وحالة الفرد.
- مراقبة موارد التكيف لدى الفرد، وسرعة السلوك المناسب.

رابعًا: الخصائص العامة لمرتفعي ومنخفضي المناعة النفسية

هذا وقد لخص Lckander, (2002, 52) خصائص ومكونات المناعة النفسية التي تساعد على تقوية العمليات الانفعالية والتفاعلية بين الفرد وبيئته، فيما يلى:

١. ظهور سلوكيات واستجابات إيجابية عند توقع احداث سلبية.
٢. التصور الخطأ عن قدرات جهاز المناعة النفسية يحد من قوة استجاباته.
٣. التعامل مع الأحداث المؤلمة كخبرات جديدة.
٤. تعزز التفاؤل والنظرة الايجابية للحياة.
٥. تعزز استراتيجيات المواجهة التكيفية الواعية لرد الفعل على حساب ميكانزمات الدفاع اللاشعورية.
٦. إجادة استخدام المعرفة وتوظيفها في إدراك النواتج الإيجابية الممكنة للوصول لحياة أكثر إيجابية.

ومن هنا يري الباحث أن أهم خصائص المناعة يتركز في الإدراك الإيجابي للذات وتقبل الأحداث الصادمة كخبرات معرفية جديدة تساعد في التكيف مع السياق وتعزز سلوكيات الفرد المنسجمة مع سماته والتي تؤكد ذاته وتساعده على توليد استجابات وجدانية تنسجم مع الحدث المدرك، وتتيح له الفرص لإحداث تغييرات ايجابية من شأنها دعم صنع القرار من أجل تنظيم حياته بشكل فعال.

خامسًا: دور الجماعة (الأسرة – المدرسة) في تعزيز المناعة النفسية لدى الطلاب

رأت ميرفت سويعد (٢٠١٦، ٣٢) أن للأسرة والمدرسة دورًا هامًا في تعزيز المناعة النفسية لدي الطلاب وعليه أوضحت دور كل منهما فيما يلي:

أولاً الأسرة: فالأسرة هي الأساس في تربية الأبناء وتشكيل شخصياتهم، حيث تعتبر النواة الأولى التي تنمو فيها أنماط الشخصية. تلعب الأسرة دورًا هامًا في توفير المناخ الإيجابي الذي يساعد الأطفال على اكتساب المعارف والمهارات، مما يعزز مناعتهم النفسية وقدرتهم على التكيف مع الضغوط الحياتية.

ثانياً المدرسة: وتعتبر المدرسة مؤسسة اجتماعية ذات دور تربوي مهم، تكمل دور الأسرة في إعداد الأفراد لتحقيق أهدافهم وأهداف المجتمع. لا تقتصر المدرسة على التعليم فقط، بل هي مجتمع مصغر يساهم في نمو الشخصية من خلال تفاعل الأفراد.

سادسًا: النظريات المفسرة لعمل نظام المناعة النفسية

١ .النظرية النفسية العصبية المناعية (Psychoneuroimmunology)

تسلط هذه النظرية الضوء على التفاعل بين الجهاز العصبي والجهاز المناعي وتأثير العوامل النفسية، مثل التوتر والقلق، عليهما. إذ يمكن أن تؤدي الضغوط النفسية إلى ضعف المناعة الجسدية، مما يزيد

من احتمالية إصـابة الفرد بالأمراض. وعلى الجانب الآخر، يرتبط الاسـتقرار النفسـي والمرونة العاطفية بتحسين قدرة الجهاز المناعي على مواجهة الأمراض، مما يجعل هذا التفاعل عنصرًا أساسيًا لفهم آليات المناعة النفسية(Ader, R. ,2001).

٢ .نموذج الاستعداد – الضغط (Diathesis–Stress Model)

يفترض هذا النموذج أن الأفراد يختلفون في استعدادهم البيولوجي والنفسي للتعامل مع الضغوط. كما أن هذه الاسـتجابات تتفاعل مع بيئة الفرد وظروفه. عندما تتوفر عوامل وقائية مثل الدعم الاجتماعي أو الشعور بالكفاءة الذاتية، يصبح الفرد أكثر قدرة على التكيف ومناعة نفسية (Ingram, & Luxton,2005).

٣ .نظرية التوسيع والبناء للعواطف الإيجابية (Broaden–and–Build Theory)

تشـير هذه النظرية إلى أن العواطف الإيجابية تعمل على توسـيع إدراك الفرد وتعزز من قدراته على التكيف. كما تساهم في بناء مخزون من الموارد النفسية، مثل المرونة والمثابرة. تمثل هذه الموارد النفسية عناصر فعالة في تعزيز المناعة النفسية، حيث تُستخدم لاحقًا لمواجهة الضغوط (Fredrickson, ٢٠٠١).

٤ .نظرية نظم المناعة النفسية (Psychological Immune System)

تشبه هذه النظرية نظام المناعة الجسدي، حيث تتضمن مجموعة من الآليات الدفاعية النفسية التي تعين الفرد على التكيف مع التحديات الصعبة. تشمل هذه الآليات تنظيم الانفعالات، وحل المشكلات، والتفكير الواقعي، والصلابة النفسية. تعمل جميع هذه العناصر كـ"أجسام مضادة نفسية" تحمي الفرد من الانهيار. (Oláh, 2009).

دراسات سابقة:

– دراسة صباح مرشود (٢٠١٩). بعنوان المناعة النفسية لدى طلاب المرحلة الإعدادية.

وهدفت الدراسة إلى التعرف على مستوى المناعة النفسية لدى طلاب المرحلة الإعدادية وفق متغير التخصص (علمي، أدبي). وتكونت عينة الدراسة من طلاب الصف الخامس في المرحلة الاعدادية في العراق والبالغ عددهم (٣٤٦٧) منهم (٢٣٦٦) طالباً تخصص علمي و (١١٠١) طالب تخصص أدبي، موزعين على (٢٤) مدرسة إعدادية تابعة لمركز مدينة كركوك، وقام الباحث باختيار عينة بلغت (٤٠٠) طالب من طلاب المدارس الإعدادية موزعين على (٦) مدرسة وتم اختيارها بطريقة قصدية، وقد بلغ مجموع الطلاب في تلك المدارس (٩٧٠) وتم بناء مقياس للمناعة النفسية تكون من (٥٠) فقرة، أما بخصوص الوسائل الإحصائية فقد استعان الباحث بالحقيبة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS) وقد أظهرت النتائج ما يأتي: تمتع أفراد عينة الدراسة بمستوى جيد من المناعة النفسية، لا توجد فرق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات أفراد عينة البحث في مستوى المناعة النفسية وفق متغير التخصص (علمي – أدبي).

- **دراسة خالد أحمد عبد الرحمن المالكي، فتحي مهدي محمد نصر.(٢٠١٩). الخصائص السيكومترية لمقياس المناعة النفسية.**

هدفت المقياس إلى تحديد مستوى المناعة النفسية لدى طلاب الصف الأول الثانوي، والتحقق من خصائصه السيكومترية، ويتألف المقياس من تسعة أبعاد، تم صياغة البنود إلى تمثل كل بعد من الأبعاد التسعة ليصل عدد بنود المقياس إلى (٥٤) بند، وقد وضع الباحث مجموعة من البدائل لكل بند من بنود المقياس وفق تدريج ليكرت وذلك (أوافق بشدة= ٤ درجات)، (أوافق= ٣ درجات)، (لا أوافق= ٢ درجتان)، (لا أوافق بشدة= ١ درجة واحدة)، وبالتالي تبلغ الدرجة الصغرى للمقياس (٥٤) درجة، أما الدرجة العظمى فتبلغ (٢١٦) درجة، وتشير الدرجة المرتفعة إلى المستويات العليا من المناعة النفسية، أما الدرجات المنخفضة فتشير إلى انخفاض مستوى المناعة النفسية لدى الفرد، ويطبق المقياس بشكل فردي وجماعي. تم تطبيق المقياس على عينة استطلاعية مكونة من (٥٩) طالبا بالصف الأول الثانوي، واستخدم الباحث لحساب الصدق طريقة الاتساق الداخلي، ولحساب الثبات طريقة ألفا كرونباخ، وأسفرت نتائج التحليل عن ارتفاع مؤشرات الصدق بين البنود والأبعاد التي تنتمي إليها حيث تراوحت ما بين (٠,٣٣٤ -٠,٧٣٢)، وبين الأبعاد والدرجة الكلية للمقياس عن صدق وثبات المقياس حيث تراوحت ما بين (٠,٤٣٦ -٠,٧٢٣)، كما بلغ معامل ثبات المقياس بطريقة ألفا كرونباخ (٠.٨٥٦).

- **دراسة شيماء سليمان، محمد المري اسماعيل وآخرون.(٢٠٢٤). بعنوان الخصائص السيكومترية لمقياس المناعة النفسية لدى عينة من طلبة التعليم الثانوي العام والأزهري.**

يهدف البحث الحالي إلى التعرف على الخصائص السيكومترية لمقياس المناعة النفسية لدى عينة من طلبة الصف الأول الثانوي العام والأزهري. ولتحقيق هذا الهدف تم اختيار عينة استطلاعية عشوائية مكونة من (٢٠٦) طلابٍ وطالباتٍ مقسمين إلى (٩٢) طالبًا، و (١١٤) طالبةً من طلبة الصف الأول الثانوي العام والأزهري بمحافظة الشرقية بإدارتي (ديرب نجم، وغرب الزقازيق) التعليمية للفصل الدراسي الأول من العام الدراسي (٢٠٢٣-٢٠٢٤م)، حيث تم تطبيق مقياس المناعة النفسية المكون من (٣٧) موقفًا، موزعين على ستة أبعاد. وباستخدام برنامج "spss" لكشف نتائج السيكومترية، تم حساب الصدق العاملي وصدق الموقف للمقياس، وتم حساب دلالات مؤشرات ثبات المقياس بطريقة "ألفا كرونباخ" والثبات الطبقي للمقياس ككل، كما تم حساب دلالات مؤشرات الاتساق الداخلي للمقياس عن طريق حساب معاملات الارتباط بين درجات كل موقف من مواقف المقياس والدرجة الكلية للبعد الذى ينتمى إليه وكذلك بين الأبعاد والمقياس ككل ومستوى دلالتها. وتوصلت النتائج إلى توافر الخصائص السيكومترية (الصدق والثبات) لمقياس المناعة النفسية لدى عينة من طلبة التعليم الثانوي العام والأزهري بدرجة جيدة، وبالتالي فهو صالح للتطبيق. وبناءً على أدبيات ونتائج البحث تم وضع مجموعة من التوصيات والمقترحات.

أوجه الاختلاف والتجديد في المقياس الحالي مقارنة بالمقاييس السابقة:

أظهرت مراجعة الدراسات السابقة أن معظم مقاييس المناعة النفسية المتاحة صممت في بيئات ثقافية غير عربية أو لفئات عمرية مختلفة، مثل الراشدين أو طلاب الجامعات، مما يجعل استخدامها مع تلاميذ المرحلة الإعدادية غير دقيق من الناحية السيكومترية. كما أن بعض هذه المقاييس ركز على أبعاد محددة (مثل ضبط الانفعالات أو الصلابة النفسية) دون تمثيل شامل لمفهوم المناعة النفسية بوصفه نظامًا متعدد الأبعاد.

على سبيل المثال، مقياس خالد المالكي (٢٠١٩) اقتصر على أبعاد محددة ولم يُبنَ وفق فئة التلاميذ الإعداديين، كما أن العديد من المقاييس الأجنبية تُعاني من ضعف الملاءمة الثقافية والتحقق من الصدق التلازمي في البيئة العربية.

أما المقياس الحالي، فقد تميز بما يلي:

- تم بناؤه خصيصًا لتلاميذ المرحلة الإعدادية في البيئة المصرية، بعد دراسة خصائصهم النمائية والنفسية.
- يتضمن (٥١) عبارة موزعة على (٥) أبعاد تم التحقق من صدقها من خلال التحكيم والصدق التلازمي.
- تم التأكد من ثباته بطرق متعددة (ألفا كرونباخ – التجزئة النصفية).
- رُوعيت في صياغة عباراته البساطة والوضوح والملاءمة الثقافية واللغوية للفئة المستهدفة.
- حدَّد الباحث بوضوح حدود القطع لتفسير الدرجات، ما يُسهل استخدامه عمليًا في التقييم المدرسي والإرشاد النفسي.

منهجية البحث وإجراءاته:

أولاً– منهج البحث: اعتمد الباحث على المنهج الوصفي الذي يتضمن جمع البيانات واستخراج النتائج وتحليلها بالاعتماد علي الأساليب الإحصائية المناسبة.

ثانيًا– عينة الدراسة :وقد تكونت عينة هذه الدراسة من مجموعتين.

أ) **عينة التحقق من الكفاءة السيكومترية:** والهدف منها هو التحقق من الكفاءة السيكومترية لمقياس المناعة النفسية، لدى التلاميذ بالمرحلة الإعدادية، وبلغت عينة الدراسة (٣٠) تلميذ وتلميذة تراوحت أعمارهم بين (١٢–١٥) عاما، بمتوسط عمري (١٣,٥) عاما، وانحراف معياري (٠.٩١)

ثالثًا – أَدَوَاتُ الدراسة:

أ) الهدف من المقياس

هو تحديد الخصائص السيكومترية لمقياس المناعة النفسية، وقد وجد الباحث ضرورة إعداد مقياس (الخصائص السيكومترية لمقياس المناعة النفسية لتلاميذ المرحلة الإعدادية) لعدة أسباب ومنها:

١. ندرة المقاييس العربية التي تناولت المناعة النفسية للتلاميذ المرحلة الإعدادية
٢. عدم ملائمة المقاييس الأجنبية وعباراتها مع عينة الدراسة وأهداف وثقافة المجتمع المصري، مما قد يؤثر بالسلب على فهم التلاميذ للعبارة.

ب) خطوات بناء وإعداد المقياس:

مرت عملية إعداد مقياس المناعة النفسية بمجموعة من المراحل حتى تم التوصل للصورة النهائية له، ومن أهم الخطوات المنهجية التي قام بها الباحث:

المرحلة الأولى: الاطلاع على التراث السيكولوجى، من خلال إعداد إطار نظري يحتوي على خلاصة ما كتب عن الخصائص السيكومترية لمقياس المناعة النفسية للتلاميذ المرحلة الإعدادية.

المرحلة الثانية: الاطلاع على المقاييس العربية والأجنبية، اطلع الباحث – في ضوء ما توافر لديه – على التراث النفسي للمناعة النفسية، وكذلك الدراسات التي اهتمت بقياس هذا المتغير، والعديد من المقاييس المتوفرة والمتعلقة بالمناعة النفسية بصفة عامة، والمقاييس المتعلقة بالمناعة النفسية للتلاميذ المرحلة الإعدادية، ومن أهم المقاييس التي تم الاطلاع عليها هي:

جدول (١) المقاييس التي اطلع عليها الباحث لإعداد مقياس المناعة النفسية

م	المقياس	مُعد المقياس	السنة
١	الصلابة النفسية	آمال باظة	٢٠١١
٢	المناعة النفسية	عصام محمد زيدان	٢٠١٣
٣	المناعة النفسية	صباح العبيدي	٢٠١٩
٤	المناعة النفسية	حسين مسلم	٢٠٢٠
٥	المناعة النفسية	عبدالمنعم الدردير	٢٠٢٣

المرحلة الثالثة: تحديد أبعاد المقياس، وذلك من خلال الأطر النظرية التي تناولت المناعة النفسية، حيث تكون مقياس المناعة النفسية من (٥) أبعاد يندرج تحت كل بُعد مجموعة من العبارات، بحيث وصل المجموع الكلي لهذه العبارات إلي **(٥١)** عبارة، يقابل كل منها ثلاث استجابات(نعم– إلى حد ما – لا) وعلي المفحوص أن يقوم بوضع علامة (✓) علي العبارة التي تنطبق عليه، وقام الباحث بتعريف كل بُعد على حدة على النحو التالي:

- **الثقة بالنفس:** بأنها قدرة الفرد على الاعتماد على الإمكانيات والقدرات الخاصة به بصورة طبيعية مع البيئة التي تحيط به وذلك لثقته في ذاته وقدراته وأنه يستطيع القيام بأي شيء خاصة المتعلقة بالقدرات الخاصة به

- **الثبات الانفعالي:** وهو القدرة على التحكم والسيطرة على الانفعالات المختلفة والمرونة في الانفعال مع المواقف والأحداث الجارية بحيث تكون الاستجابة الانفعالية مناسبة للمواقف التي تستدعي هذه الانفعالات .
- **القدرة على حل المشكلات:** عملية تفكير يستخدم فيها الفرد ما لديه من معارف مكتسبة سابقة ومهارات من أجل الاستجابة لمتطلبات موقف ليس مألوف له، وتكون الاستجابة بمباشرة عمل ما يستهدف حل التناقض أو اللبس أو الغموض الذي يتضمنه الموقف
- **التفكير الايجابي:** وهو الميل للتفكير بإيجابية وتوقع أفضل النتائج الممكنة المبنية على التفاؤل وتوجيه الانتباه والذكريات والقدرة على التخيل وتنمية الرصيد المعرفي والانفعالي والسلوكي الملائم لعمليات التوافق النفسي والاجتماعي، بما يعود بالنفع على الذات والآخرين في سلوك منتج إيجابي فعال
- **القدرة علي التخطيط:** وهو القدرة على تحديد الأهداف وتنظيم الوقت، وطرق تحقيق هذه الأهداف .

المرحلة الرابعة: صياغة عبارات المقياس، في ضوء تحليل الأُطر النظرية المعنية بالمناعة النفسية، وتحديد بدائل الاستجابة، وكذلك الاطلاع علي المقاييس التي اهتمت بقياس المناعة النفسية، وتحليل مضمونها، تم استخلاص بعض العبارات للإستعانة بها في بناء المقياس، فضلاً عن صياغة عبارات جديدة اعتماداً على نتائج تحليل هذه المصادر المختلفة، وتحديد بدائل الاستجابات وقد رُوعي عند صياغة عبارات المقياس الاعتبارات التالية:

١. أن تكون عبارات المقياس مناسبة للهدف العام للمقياس، والأبعاد الفرعية المكونة للمقياس.
٢. أن تكون باللغة العربية الفصحى، وأن تتسم بالبساطة والوضوح.
٣. ألا تكون العبارات بصيغة النفي.
٤. تجنب العبارات المركبة والغامضة.
٥. تجنب الترادف حتى لا تكون العبارة طويلة.
٦. تجنب استخدام هذه التعبيرات (أكثر، أقل، غالباً، أحياناً، أبداً) في صياغة العبارات.
٧. استخدام فعل واحد في العبارة.

تم عرض المقياس علي عدد من الخبراء المتخصصين في علم النفس التربوي والصحة النفسية والتربية وبلغ عددهم(١٠) محكما، حيث تم تقديم المقياس مسبوقًا بتعليمات توضح الهدف من استخدامه، وطبيعة

العينة التي سوف تطبق عليها، وطلب منهم إبداء الرأي حول مدي انتماء وصلاحية كل مفردة بالمقياس، والتأكد من مدي ملائمة المقياس للهدف الذي وضع لقياسه، وبناءاً علي التوجيهات التي أدلي بها الأساتذة المحكمين، وقام الباحث بحساب نسبة الاتفاق والاختلاف علي كل عبارة من عبارات المقياس بغرض حذف العبارات التي تقل نسبة الاتفاق عليها عن ٨٠ % ، وبناء علي ذلك لم يتم حذف أي عبارة من عبارات المقياس، ولقد أسفر رأي السادة المحكمين علي تعديل بعض البنود وإعادة صياغتها وبالتالي أصبح المقياس في صورته النهائية يتكون من (٥١) عبارة.

جدول (٢) التكرار والنسب المئوية لإتفاق السادة محكمي مقياس المناعة النفسية

رقم العبارة	نسبة الإتفاق	رقم العبارة	نسبة الإتفاق	رقم العبارة	نسبة الإتفاق
١	٩٠٪	١٩	٩٠٪	٣٧	١٠٠٪
٢	٨٠٪	٢٠	٨٠٪	٣٨	١٠٠٪
٣	١٠٠٪	٢١	٨٠٪	٣٩	٩٠٪
٤	١٠٠٪	٢٢	١٠٠٪	٤٠	١٠٠٪
٥	٩٠٪	٢٣	١٠٠٪	٤١	٩٠٪
٦	٩٠٪	٢٤	٩٠٪	٤٢	٨٠٪
٧	٩٠٪	٢٥	١٠٠٪	٤٣	٩٠٪
٨	٨٠٪	٢٦	٩٠٪	٤٤	١٠٠٪
٩	١٠٠٪	٢٧	٨٠٪	٤٥	٩٠٪
١٠	٨٠٪	٢٨	١٠٠٪	٤٦	٨٠٪
١١	٩٠٪	٢٩	٩٠٪	٤٧	٨٠٪
١٢	١٠٠٪	٣٠	٩٠٪	٤٨	٩٠٪
١٣	٩٠٪	٣١	٩٠٪	٤٩	٩٠٪
١٤	٩٠٪	٣٢	٩٠٪	٥٠	٩٠٪
١٥	٨٠٪	٣٣	٨٠٪	٥١	٨٠٪
١٦	٩٠٪	٣٤	١٠٠٪		
١٧	١٠٠٪	٣٥	٨٠٪		
١٨	٨٠٪	٣٦	١٠٠٪		

يتضح من الجدول (٢) أن نسبة اتفاق السادة محكمي المقياس على صلاحية عبارات المقياس تراوحت بين ٨٠ %– ١٠٠٪، ومن ثم قد أسفر صدق المحكمين على عدم حذف أي عبارة من مفردات المقياس، مما يدل علي صدق المقياس وصلاحيته للاستخدام.

ج) الأساليب الإحصائية والبرنامج المستخدم:

استخدم الباحث مجموعة من الأساليب الإحصائية المناسبة للتحقق من الخصائص السيكومترية لمقياس المناعة النفسية، وذلك من خلال برنامج التحليل الإحصائي

(Statistical Package for the Social Sciences) SPSS الإصدار رقم ٢٦.

وقد شملت الأساليب الإحصائية ما يلي:

معامل صدق المحكمين: لحساب نسبة اتفاق السادة المحكمين على صلاحية العبارات.

معامل الارتباط بيرسون:(Pearson's r) : للتحقق من الصدق التلازمي بين المقياس الحالي ومقياس آخر قائم.

لحساب معاملات الاتساق الداخلي بين كل عبارة والبعد الذي تنتمي إليه، وبين الأبعاد والدرجة الكلية للمقياس.

معامل ألفا كرونباخ :(Cronbach's Alpha) للتحقق من ثبات المقياس الكلي وكل بعد فرعي.

معامل التجزئة النصفية (Split-Half Reliability) باستخدام ارتباط سبيرمان-براون (Spearman-Brown Coefficient): للتأكد من اتساق الأداء عبر نصفي المقياس.

نتائج البحث:

سؤال البحث: ما الخصائص السيكومترية (الصدق والثبات) لمقياس المناعة النفسية لدى تلاميذ المرحلة الإعدادية؟

وللإجابة عن هذا السؤال، تم حساب الخصائص التالية:

أولًا: الصدق:

الصدق التلازمي لمقياس المناعة النفسية

تم التحقق من صدق مقياس المناعة النفسية باستخدام الصدق التلازمي عن طريق ارتباط درجات مقياس المناعة النفسية من إعداد الباحث بمقياس المناعة النفسية إعداد: خالد المالكي (٢٠١٩) ويمكن توضيح ما توصل إليه الباحث من نتائج من خلال الجدول التالي:

جدول (٣) معامل الارتباط بين مقياس المناعة النفسية من إعداد الباحث ومقياس المناعة النفسية (إعداد : خالد المالكي، ٢٠١٩).

المقياس	معامل الارتباط بمقياس المناعة النفسية (إعداد: خالد المالكي، ٢٠١٩)
المناعة النفسية من إعداد الباحث	٠.٧١**

** دال عند ٠.٠١

تم تطبيق المقياس إلى جانب مقياس خالد المالكي (٢٠١٩) على نفس العينة، وبلغ معامل الارتباط بين الدرجات (٠.٧١)، وهو معامل قوي ودال عند مستوى (٠.٠١)، مما يدعم الصدق التلازمي للمقياس.

ثانيًا: الاتساق الداخلي:

تم حساب الاتساق الداخلي من خلال حساب معامل ارتباط بيرسون بين كل فقرة من فقرات كل بُعد بالدرجة الكلية له، والتي نتجت من تطبيق المقياس على عينة الدراسة الاستطلاعية، ويمكن توضيح النتائج من خلال الجدول التالي:

جدول (٤): الاتساق الداخلي لعبارات مقياس المناعة النفسية (ن =٣٠)

الثقة بالنفس		الثبات الانفعالي		القدرة علي حل المشكلات		التفكير الإيجابي		القدرة على التخطيط	
رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط
١	٠.٨٤**	١	٠.٦٨**	١	٠.٦٤**	١	٠.٧٧**	١	٠.٥٢**
٢	٠.٤٨**	٢	٠.٦٤**	٢	٠.٦٨**	٢	٠.٤٨**	٢	٠.٦٣**
٣	٠.٣٩**	٣	٠.٦٨**	٣	٠.٥٦**	٣	٠.٤٩**	٣	٠.٥٥**
٤	٠.٦١**	٤	٠.٧٠**	٤	٠.٤٧**	٤	٠.٥٠**	٤	٠.٧٠**
٥	٠.٦١**	٥	٠.٥٦**	٥	٠.٥٣**	٥	٠.٨٤**	٥	٠.٦٨**
٦	٠.٥٢**	٦	٠.٤٧**	٦	٠.٦٦**	٦	٠.٣٩**	٦	٠.٥٠**
٧	٠.٤٩**	٧	٠.٧٠**	٧	٠.٧٦**	٧	٠.٦١**	٧	٠.٥٤**
٨	٠.٦١**	٨	٠.٤٩**	٨	٠.٦٣**	٨	٠.٦١**	٨	٠.٧٨**
٩	٠.٦١**	٩	٠.٥١**	٩	٠.٥١**	٩	٠.٥٤**	٩	٠.٨٦**
١٠	٠.٧٦**	١٠	٠.٦٦**	١٠	٠.٤٦**	١٠	٠.٤٨**	١٠	٠.٦٩**
						١١	٠.٦٨**		

** دالة عند ٠,٠١

يتضح من جدول (٤) أن جميع مفردات أبعاد المقياس كانت دالة بين كل عبارة والبعد الذي تنتمي إليه، وقد تراوحت هذه المعاملات بين (٠.٤٨ – ٠.٨٦)، وهي دالة إحصائيًا عند مستوى (٠.٠١).

كما تم حساب الارتباط بين الأبعاد الفرعية والدرجة الكلية للمقياس وكانت النتائج كما بالجدول التالي:

جدول (٥): يوضح الاتساق الداخلي لأبعاد مقياس المناعة النفسية

البعد	معامل الارتباط
الثقة بالنفس	٠.٧٦**
الثبات الانفعالي	٠.٨٥**
القدرة علي حل المشكلات	٠.٧٩**
التفكير الايجابي	**٠,٧١
القدرة على التخطيط	**٠,٦٨
المقياس ككل	**٠.٧٤

يتضح من الجدول (٥) أن معاملات الارتباط دالة دالة ومرتفعة عند **0.01**، وبين كل بعد والدرجة الكلية للمقياس، وقد تراوحت بين (٠.٦٨ – ٠.٨٥)، مما يشير إلى أن كل بعد يرتبط بصورة قوية بالدرجة الكلية ويمثل جزءًا جوهريًا من البنية الكلية للمناعة النفسية.

ثالثاً: ثبات المقياس:

تمحساب ثبات المقياس بطريقتين هما:

١- بطريقة ألفا كرونباخ

تم استخدام معامل ألفا كرونباج للتحقق من ثبات المقياس، ويوضح جدول (٦) معامل االثبات لكل بعد من أبعاد المقياس:

جدول (٦) معاملات الثبات لأبعاد مقياس المناعة النفسية والمقياس ككل بطريقة ألفا كرونباخ

م	البعد	معامل ألفا كرونباخ
.١	الثقة بالنفس	٠.٨٣
.٢	الثبات الانفعالي	٠,٧٩
.٣	القدرة علي حل المشكلات	٠.٨٩
.٤	التفكير الايجابي	٠.٧٦
.٥	القدرة على التخطيط	٠.٨٧
.٦	المقياس ككل	٠.٩٢

يتضح من الجدول (٦) أن جميع معاملات الثبات مرتفعة والذي يؤكد ثبات مقياس المناعة النفسية وذلك من خلال أن قيم معاملات ألفا كرونباخ والتجزئة النصفية دالة ومرتفعة، وبذلك فإن الأداة المستخدمة تتميز بالصدق والثبات، ويمكن استخدامها علمياً. وكان يقاس وضع ثبات المقياس بعد تطبيقه بأسبوع، وتراوحت معاملات الثبات لأبعاد المقياس بين (٠.٧٦ – ٠.٨٩)، وهي قيم مرتفعة ودالة إحصائيًا، وتدل على ثبات داخلي جيد.

٢. طريقة التجزئة النصفية:

تم التحقق من ثبات مقياس المناعة النفسية لدي تلاميذ المرحلة الإعدادية وذلك من خلال طريقة التجزئة النصفية (سبيرمان براون) والجدول التالي (٧) يوضح معاملات الثبات لأبعاد مقياس المناعة النفسية والمقياس ككل بطريقة التجزئة النصفية .

جدول (٧) معاملات الثبات لأبعاد مقياس المناعة النفسية والمقياس ككل بطريقة التجزئة النصفية

م	البعد	التجزئة النصفية (سبيرمان براون)
.١	الثقة بالنفس	٠.٨٧
.٢	الثبات الانفعالي	٠.٨٥
.٣	القدرة علي حل المشكلات	٠.٨٥
.٤	التفكير الايجابي	٠.٧٤
.٥	القدرة على التخطيط	٠.٨٠
.٦	المقياس ككل	٠.٨١

يتضح من الجدول (٧) تم تقسيم المقياس إلى نصفين متكافئين، وبلغ معامل ارتباط سبيرمان بين النصفين (٠.٧٤ – ٠.٨٧)، مما يؤكد استقرار الأداء عبر أجزاء المقياس. وأن جميع معاملات الثبات مرتفعة والذي يؤكد ثبات مقياس المناعة النفسية وذلك من خلال أن قيم معاملات في التجزئة النصفية دالة ومرتفعة، وبذلك فإن الأداة المستخدمة تتميز بالصدق والثبات.

الصورة النهائية للمقياس:

تكوَّن مقياس المناعة النفسية في صورته النهائية من (٥١) عبارة، موزعة على (٥) أبعاد فرعية، وهي: الثقة بالنفس، الثبات الانفعالي، القدرة على حل المشكلات، التفكير الإيجابي، والقدرة على التخطيط. وتنوّعت العبارات بين صياغات موجبة وسالبة، وتم توزيعها عشوائيًا على مختلف الأبعاد لضمان الحيادية وتقليل التحيز في الاستجابة.

تم تصحيح العبارات وفق مقياس ليكرت الثلاثي، بحيث كانت استجابات العبارات الموجبة تُدرج على النحو التالي:

"نعم = ٣"، "إلى حد ما = ٢"، "لا = ١"،

في حين صُححت العبارات السالبة بعكس الاتجاه:

"نعم = ١"، "إلى حد ما = ٢"، "لا = ٣."

ولا توجد إجابة صحيحة أو خاطئة، بل تُعد الإجابة صادقة ما دامت تعبّر عن شعور الفرد الحقيقي. وبهذا، يتراوح مجموع درجات المقياس بين (٥١) درجة كحد أدنى و**(١٥٣) درجة كحد أقصى.**

وتم تحديد حدود القطع للتصحيح على النحو الآتي:

- منخفض: من (٥١ – ٨٥) درجة،
- متوسط: من (٨٦ – ١١٩) درجة،
- مرتفع: من (١٢٠ – ١٥٣) درجة.

وتُعد هذه الحدود مؤشرًا يساعد في تفسير مستوى المناعة النفسية لدى التلميذ، وتوجيه التدخلات النفسية المناسبة عند الحاجة.

ولا توجد إجابة صحيحة وأخري خاطئة ولكن تكون الإجابة صحيحة إذا عبر عنها الفرد بصدق عن شعوره الفعلي، ويتم تصحيحه بطريقة ليكرت الثلاثية.

ويتراوح مجموع درجات المقياس بين (٥١– ١٥٣) درجة.

ومما سبق يتضح تمتع مقياس المناعة النفسية لدي تلاميذ المرحلة الإعدادية بخصائص سيكومترية مقبولة تتيح استخدامه في الدراسات المستقبلية حول متغير المناعة النفسية لدي تلاميذ المرحلة الاعدادية.

وبذلك يتضح أن الخصائص السيكومترية التي تمتع بها مقياس المناعة النفسية لدي تلاميذ المرحلة الاعدادية، تدل علي تمتعه بدلالات صدق واتساق داخلي وثبات مقبولة، تسمح باستخدامه في البيئة المصرية، مما يدعو للأطمئنان والثقة في نتائجه عند تطبيقة علي عينة اخري مشابهة.

توصيات البحث:

استنادًا إلى النتائج التي توصل إليها البحث الحالي، يمكن تقديم التوصيات التالية:

-الاستفادة من نتائج البحث في قياس المناعة النفسية من خلال تطبيق المقياس على تلاميذ المرحلة الإعدادية.

- تعزيز وتنمية جوانب القوة لدى تلاميذ المرحلة الإعدادية.

المراجع

أولاً – المراجع العربية:

أماني عادل سعد (٢٠١٩). المناعة النفسية وعلاقتها بعوامل الصمود الأسري المدركة لدى أمهات الأطفال ذوي الاعاقة العقلية القابلين للتعلم، الجمعية المصرية للدراسات النفسية، ***المجلة المصرية للدراسات النفسية***، ٢٩(١)، ٥١-١٠٤.

إيمان حسنين عصفور (٢٠١٣). تنشيط المناعة النفسية لتنمية مهارات التفكير الإيجابي و خفض قلق التدريس لدى الطالبات المعلمات شعبة الفلسفة والاجتماع. ***دراسات عربية في التربية وعلم النفس***، رابطة التربويين العرب، ٤٢(٣)،١١ مسترجع من http://search.mandumah.com/Record/481282

إيمان نبيل أحمد (٢٠١٦). المناعة النفسية لدى أمهات الأطفال المعاقين عقلياً القابلين للتعلم وعلاقتها بالكفاءة الاجتماعية لدى أبنائهم، ***مجلة دراسات تربوية واجتماعية***، كلية التربية، جامعة حلوان، ٢٢(٣)، ٤٣٥-٤٨٦.

بشير معمرية .(٢٠١٢). **أساسيات القياس النفسي وتصميم أدواته**. الجزائر: دار الخلدونية للنشر والتوزيع.

خالد أحمد عبد الرحمن المالكي، فتحي مهدي محمد نصر.(٢٠١٩). الخصائص السيكومترية لمقياس المناعة النفسية، **مجلة بحوث التربية النوعية**، كلية التربية النوعية، جامعة المنصورة، (٥٥)، ١٩٥- ٢٠٦.

سعد عبد الرحمن .(٢٠٠٨). **القياس النفسي: النظرية والتطبيق**، ط .٥ القاهرة: هبة النيل العربية للنشر والتوزيع.

شيماء سليمان، محمد المرى محمد إسماعيل، نصر محمود صبري أحمد، إبراهيم محمد على أحمد.(٢٠٢٤). الخصائص السيكومترية لمقياس المناعة النفسية لدى عينة من طلبة التعليم الثانوي العام والأزهري، ***المجلة العربية للقياس والتقويم***، ٥(١٠)، ١- ٣٨.

صباح مرشود العبيدي (٢٠١٩). المناعة النفسية لدى طلاب المرحلة الإعدادية، ***مجلة جامعة تكريت للعلوم الإنسانية***، جامعة تكريت – كلية التربية للعلوم الإنسانية، ٢٦(٦)،٣٧٢-٣٩٤.

صفوت فرج .(٢٠٠٧). **القياس النفسي**، ط.٦ القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.

صلاح الدين محمود علام.(٢٠١١). **القياس والتقويم التربوي والنفسي: أساسياته وتطبيقاته وتوجهاته المعاصرة**، القاهرة، دار الفكر العربي.

عبد العزيز بوسالم (٢٠١٤). **القياس في علم النفس والتربية، الأسس النظرية والمبادئ التطبيقية.** الجزائر: دار قرطبة للنشر والتوزيع.

عبدالزهرة لفته البدران (٢٠١٧). التمركز حول الذات عند طلبة المرحلة الاعدادية، ***مجلة أبحاث البصرة للعلوم الإنسانية***، جامعة البصرة – كلية التربية للعلوم الإنسانية، ٤٢(٤)، ١-٢١.

عصام زيدان (٢٠١٣)، المناعة النفسية مفهومها وأبعادها وقياسه، ***مجلة كلية التربية***، جامعة طنطا، (٥١)، ٨١١-٨٢٢.

ميرفت ياسر سويعد (٢٠١٦). الحصانة النفسية وعلاقتها بقلق المستقبل وجودة الحياة لدى الشباب في مراكز الإيواء" ***رسالة ماجستير***، الجامعة الإسلامية – غزة – فلسطين.

ثانياً- المراجع الأجنبية:

Ader, R. (2001). Psychoneuroimmunology. Current Directions in Psychological Science, 10(3), 94–98. https://doi.org/10.1111/1467-8721.00124

Albert, Lorincz, E., Albert, Lorincz, 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.

Barbanell, L., (2009). **Breaking the Addiction to Please Goodbye Guilt.** Published by Jason Aronson. An imprint of Roman & Littlefield Publishers, Inc.

Choochom, O. (2014) "Antecedents and consequences of psychological immunity", ***Humanities and Social Sciences Review***, 3(3), 191-197.

Dubey, A, & Shahi, D. (2011). Psychological immunity and copying strategies: A study on medical professionals, ***Indian journal of social science Researches***, 8(1-2), 36-47.

Fredrickson, B. L. (2001). The role of positive emotions in positive psychology: The broaden-and-build theory of positive emotions. American Psychologist, 56(3), 218–226. https://doi.org/10.1037/0003-066X.56.3.218

Gupta, T., & Nebhinani, N. (2020). Let's build the psychological immunity to fight against COVID-19. ***Indian Journal of Psychiatry***, 62(5), 601.

Hassan, A, (2021). A causal model of the mutual relationships between academic Bullying, suicidal thinking and psychological immunity among university students, ***Turkish journal of computer and mathematics***, education, 12(3), 4298-4309.

Ingram, R. E., & Luxton, D. D. (2005). Vulnerability-stress models. In B. L. Hankin & J. R. Z. Abela (Eds.), Development of psychopathology: A vulnerability-stress perspective (pp. 32–46). Sage Publications.

Lckander, M. (2002). The Role of The Immune System in Psychology and Neuroscience, ***European Psychologist***, 7(2), 98-115, www.mendelev.com.

Oláh, A. (2009). The psychological immune system: A new conceptual framework of psychological resilience. In C. Kovács (Ed.), New Directions in Psychology (pp. 109–126). Akadémiai Kiadó.

Olah, A., Nagy, H. & Toth, K. (2010). Life expectancy and Psychological immune competence in different cultures. ***ETC-Empirical text and culture research,*** 4, 102- 108.