



مجلة كلية التربية . جامعة طنطا  
ISSN (Print):- 1110-1237  
ISSN (Online):- 2735-3761  
<https://mkmgjournals.ekb.eg>  
المجلد (٩٠) أبريل ٢٠٢٤ م



المناعة النفسية لدى طلبة المرحلة الثانوية في مدينة الطيرة في الوسط العربي

إعداد

أ. خيرالله حسن داود خاسكيه  
طالب دكتوراة التعلم والتعليم  
كلية الدراسات العليا- جامعة النجاح الوطنية  
نابلس- فلسطين  
[khairallahabohassan@gmail.com](mailto:khairallahabohassan@gmail.com)

المجلد (٩٠) أبريل ٢٠٢٤ م

## الملخص

هدفت الدراسة التعرف إلى درجة المناعة النفسية لدى طلبة المرحلة الثانوية في مدينة الطيرة في الوسط العربي، وتحديد الفروق في المناعة النفسية لدى الطلبة تبعاً لمتغيري الجنس والصف والتفاعل بينهما. ولتحقيق ذلك، أجريت الدراسة على عينة طبقية- عشوائية قوامها (٢٢٨) طالباً وطالبة في المدارس الثانوية في مدينة الطيرة طبق عليهم مقياس المناعة النفسية (فتحي، ٢٠١٩)، واستخدم الباحث المنهج الوصفي المسحي نظراً لملائمته لطبيعة الدراسة وأهدافها. ولتحليل البيانات والوصول إلى النتائج تم استخدام البرنامج الإحصائي (SPSS). ومن أهم النتائج التي توصلت إليها الدراسة أن الدرجة الكلية للمناعة النفسية لدى طلبة المرحلة الثانوية في مدينة الطيرة في الوسط العربي كانت كبيرة وبوزن نسبي (٨١.٦%). وأظهرت النتائج أيضاً أنه لا توجد فروق دالة إحصائية في الدرجة الكلية للمناعة النفسية وجميع مجالاتها لدى الطلبة تعزى لمتغيري الجنس والصف. وتوصي الدراسة بضرورة تركيز معلمي ومعلمات المرحلة الثانوية على تنمية الضبط الانفعالي لدى الطلبة ومساعدتهم في مواجهة ضغوطهم النفسية.

**الكلمات المفتاحية:** المناعة النفسية، طلبة المرحلة الثانوية، مدينة الطيرة، الوسط العربي.

## Psychological immunity among Secondary School Students in Al- Tira City in the Arab Sector

### Abstract

The purpose of the study was to identify the degree of psychological immunity among Secondary School Students in Al- Tira city in the Arab sector. In addition to determine the differences in the degree of psychological immunity among Secondary School Students according to the variables of gender, class, and interaction. The study was conducted on a stratified random sample consisting of (228) students in the Al- Tira secondary schools. The researcher used the descriptive- survey method for its compatibility to the nature of the study and psychological immunity scale (Fathi, 2019). Data were analyzed using SPSS. The results of the study revealed that the degree of psychological immunity of high School students in Al- Tira city in the Arab sector was high, as percentage of response for the total score was (81.6%). Also, there were no statistically significant differences in the total score of psychological immunity and its domains among Secondary School Students in Al- Tira city in the Arab sector according to the variables of gender, class, and interaction except the domain of emotional control. The study recommends that the secondary school teachers must focus on developing the students' emotional control and helping them cope with their psychological pressures.

**Keywords:** *Psychological immunity, high school students, Al- Tira city, Arabic sector.*

## مقدمة الدراسة:

تعيش المجتمعات تقدماً سريعاً في شتى المجالات المختلفة، ومما يخلق ضغوطاً سلبية ومواقف جديدة ضاغطة على الفرد وتجعله يبحث عن بناء استراتيجيات للتكيف معها ومواجهتها. وتعد البيئة المدرسية جزءاً لا يتجزأ من المجتمع والتي يكثر فيها مثل هذه الضغوطات النفسية والمواقف الضاغطة التي يتعرض لها الطلبة خلال العملية التعليمية، وللحفاظ على صحتهم النفسية وتنمية قدرتهم على المواجهة أصبح من الضروري امتلاكهم لمناعة نفسية قوية. ويعد تكوين المناعة النفسية من اهم أهداف علم النفس الإيجابي، وينظر إليها بمثابة القوة التي تصقل تفكير الفرد وتزيد من وعيه في مواجهة التحديات والتغلب على العقبات من أجل تحقيق النجاحات، وإيجاد الحلول المناسبة للمشكلات (الجزار وآخرون، ٢٠١٨).

ويرى (Seery, 2011) و(المعافي ونصر، ٢٠١٩) أن المناعة النفسية ذات أهمية في وقاية الفرد من الأمراض النفسية، وتقويه في مواجهة مصاعب الحياة، وتحسن من استثمار طاقاته بالتعامل مع المواقف الضاغطة، وتزيد من قدرته على تحمل الصعوبات وما يرتبط بها من تأثيرات نفسية سلبية كالغضب والعوانية واليأس والتشاؤم. ويؤكد على ذلك (السلمي والغنامي، ٢٠٢٣) أن المناعة النفسية لدى الأفراد تمكنهم من حسن التعامل مع المشكلات التي تواجههم والتكيف مع الظروف، ومما يساعدهم في الحفاظ على صحتهم النفسية وتحسين جودة الحياة. ويرى (Choochom, et al, 2019) أن الافراد الذين لديهم مستوى عال من المناعة النفسية يتكون لديهم القدرة على بناء استراتيجيات ذاتية للتكيف مع المشكلات والشدائد والصعاب. ويؤكد على ذلك ( Bhardwaj, & Agrawal, 2015) أن المناعة النفسية ذات أهمية لتحقيق الصحة النفسية للفرد، حيث أنها تساعده على التكيف والتعايش مع الضغوط النفسية والمواقف الجديدة، وتعزيز ذاته، وتزيد من قدرته على تحمل المسؤولية وتوجيه انفعالاته مما يجعله يشعر بالرضا عن حياته والعيش بأمان.

وفي الجانب التعليمي، اشارت العديد من الدراسات مثل دراسات كل من (محمد، ٢٠٢١) و(الجزار وآخرون، ٢٠١٨)، و(فتحي، ٢٠١٩)، و (السلمي والغنامي، ٢٠٢٣) أن

للمناعة النفسية أهمية في مساعدة الطلبة على التكيف وتحسين تحصيلهم الدراسي وتتمي الكفاءة الذاتية والقدرة على حل المشكلات، وتحسين جودة الحياة. وأشادت (طه، ٢٠٢٢) بدور المناعة النفسية في تعزيز العمليات الانفعالية والتفاعلية لدى الطلبة، وخلق سلوكيات واستجابات إيجابية عند مواجهة مواقف ضاغطة تصبح كخبرات جديدة مكتسبة، وتعزيز التفاؤل والتصور الإيجابي عن الحياة.

وفي ضوء ما سبق يعد موضوع الدراسة الحالية ذات أهمية كونه من المواضيع الحديثة التي تطبق على الطلبة في المدارس الثانوية في الوسط العربي الفلسطيني المحتل عام ١٩٤٨م.

#### مشكلة الدراسة وتساؤلاتها:

تعد المناعة النفسية من أسى أهداف علم النفس الإيجابي لتحقيق النجاحات، فهي تساعد الطلبة على التكيف الدراسي والاندماج الأكاديمي وتمنية الكفاء الذاتية والقدرة على حل المشكلات ومواجهة الصعوبات كما ورد في العديد من الدراسات السابقة مثل (شويل وفريد، ٢٠٢٢) و(الرفوع والريجات، ٢٠٢١) و(عامر، ٢٠٢١) و(الجزار وآخرون، ٢٠١٨) و(فتحي، ٢٠١٩)، وبالرغم من هذه الأهمية إلا أنه يوجد نقص في الدراسات حول موضوع المناعة النفسية لدى طلبة المدارس في الوسط العربي، ومن هنا ظهرت مشكلة الدراسة في سعيها للإجابة عن التساؤلين الآتيين:

- ١- ما درجة المناعة النفسية لدى طلبة المرحلة الثانوية في مدينة الطيرة في الوسط العربي؟
  - ٢- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجة المناعة النفسية لدى طلبة المرحلة الثانوية في مدينة الطيرة في الوسط العربي تبعاً لمتغيري الجنس والصف والتفاعل بينهما؟
- أهداف الدراسة:**

سعت الدراسة لتحقيق الهدفين الآتيين:

- التعرف إلى درجة المناعة النفسية لدى طلبة المرحلة الثانوية في مدينة الطيرة في الوسط العربي.
- الكشف عن الفروق في درجة المناعة النفسية لدى طلبة المرحلة الثانوية في مدينة الطيرة في الوسط العربي تبعاً لمتغيري الجنس والصف والتفاعل بينهما.

## أهمية الدراسة:

تكمن أهمية الدراسة الحالية فيما يلي:

- تعد الدراسة الحالية في حدود علم الباحث من الدراسات القليلة والنادرة التي تتناول موضوع المناعة النفسية لدى طلبة المرحلة الثانوية في الوسط العربي.
- تلقي الدراسة الضوء على المناعة النفسية وأهميتها لدى الطلبة في المدارس الثانوية، والذي يعد مرجعا علميا يستفيد منه المعلمين والمعلمات في معرفة كيفية تنمية الصحة النفسية الإيجابية للطلبة أثناء التعليم.
- قد تسهم نتائج الدراسة في معرفة علاقة المناعة النفسية ببعض المتغيرات كالجنس والصف في المدارس الثانوية في الوسط العربي.
- تفتح الدراسة آفاق بحثية جديدة لدى الباحثين التربويين في الوسط العربي من أجل إجراء دراسات حديثة حول العلاقة بين المناعة النفسية لدى الطلبة في المراحل التعليمية المختلفة وبعض المتغيرات النفسية والاجتماعية.
- تسهم الدراسة في توفير مقياساً للمناعة النفسية صالحاً للتطبيق في الوسط العربي ومستوفياً للشروط العلمية من حيث الصدق والثبات عند التوجه نحو إجراء دراسات جديدة.

## مصطلحات الدراسة:

**المناعة النفسية (Psychological Immunity):** هو عبارة عن نظام وقائي متكامل يوظفه الشخص لتعزيز وتقوية ذاته، ويساعده على التفاعل مع البيئة المحيطة الضاغطة بكل مقوماتها، وتدعيم صحته النفسية من خلال بعض المكونات كالتفكير الإيجابي والثبات الانفعالي والتعاؤل والابداع في حل المشكلات والتعاؤل والثقة بالنفس والمثابرة والكفاءة الاجتماعية والصمود النفسي (عامر، ٢٠٢١).

ويعرفها الباحث إجرائياً بدرجة استجابة الطلبة على فقرات ومجالات مقياس المناعة النفسية (فتحي، ٢٠١٩).

**مدينة الطيرة (AI- Tira City):** هي مدينة عربية تقع في اللواء الأوسط وفقاً للتقسيم الإداري الاسرائيلي وضمن المثلث الجنوبي، وتعد ثالث أكبر المدن العربية في المثلث وحصلت على اسم مدينة في عام ١٩٩١ م.

### حدود الدراسة:

التزم الباحث خلال اجراء الدراسة بالحدود الآتية:

- الحد البشري: طلبة المرحلة الثانوية.
- الحد المكاني: المدارس الثانوية في مدينة الطيرة في الوسط العربي.
- الحد الزمني: أجريت الدراسة في العام الدراسي (٢٠٢٤ - ٢٠٢٥ م).
- الحد الموضوعي: يتمثل بدراسة المناعة النفسية لدى طلبة المرحلة الثانوية في مدينة الطيرة في الوسط العربي، وفي متغيري الدراسة (الجنس والصف).
- الحد الاجرائي: يتمثل بنتائج الدراسة التي تحدد في ضوء تحقق الشروط العلمية لأداة الدراسة ودقة الاستجابة عليها من أفراد عينة الدراسة، وجودة تمثيل العينة لمجتمعها.

### الإطار النظري والدراسات السابقة:

#### أولاً: المناعة النفسية:

تعد المناعة النفسية كنظام وقائي يمكن التلميذ من تقوية وتعزيز ذاته في مواجهة المشكلات والضغوط والأزمات وما يرتبط بها من مشاعر وأفكار سلبية، والعمل على استبدالها بأفكار إيجابية والتفاؤل والدافعية للتعلم والثبات والالتزان الانفعالي (طه، ٢٠٢٢). ويرى (Bhardwaj & Agrawal, 2015) أن المناعة النفسية تتمثل فيما يملكه الفرد من قوة كالثقة بالنفس، والالتزان الانفعالي، والتفاؤل، والقدرة على التكيف وغيرها من مؤشرات الصحة النفسية الإيجابية التي تساعده في مواجهة الضغوط والصراعات والتحديات.

وتعرف (فتحي، ٢٠١٩) المناعة النفسية بقدرة الفرد بناء استراتيجيات لمواجهة الضغوط النفسية والصعوبات الاجتماعية والتكيفية من خلال تكوين عوامل وقائية كال تفكير الإيجابي والضبط الانفعالي والتدين والمسؤولية الاجتماعية والتكيف والمرونة النفسية والتوجه نحو الهدف وإدارة وفاعلية الذات والابداع وحل المشكلات.

ويرى (Olah, 2010) أن المناعة النفسية بأنها نظام وقائي متكامل يجعل الفرد قادراً على حل المشكلات والتخلص من التوترات والدفاع عن النفس، مما يحقق صحته النفسية الإيجابية.

ويرى الباحث أن المناعة النفسية في الدراسة الحالية بأنها نظام متكامل وقائي يساعد التلاميذ على مواجهة التحديات والصعوبات، ويزيد من قدرتهم على التكيف الدراسي والاندماج وحسن التصرف في المواقف الضاغطة، مما يحافظ على صحتهم النفسية والجسمية.

### أهمية المناعة النفسية:

تعد المناعة النفسية ذات أهمية للطلبة نظراً لارتباطها بالتحصيل والقدرة على التكيف الدراسي والاندماج الأكاديمي وتقدير الذات وجودة الحياة. حيث أشارت العديد من الدراسات السابقة إلى أهمية المناعة النفسية لدى الطلبة من خلال تقليلها لقلق المستقبل وزيادة إدارة وتنظيم الذات (شاهين، ٢٠٢٣)، وقدرتها على التنبؤ بالتوجه الإيجابي نحو المستقبل (الحلي، ٢٠٢١)، وارتباطها الوثيق بالتحديد الذاتي المتمثل بالتمكين النفسي والاستقلالية وتقدير الذات وتنظيم الذات الأكاديمية (طه وآخرون، ٢٠٢٢)، وتحسينها لجودة الحياة لدى الطلبة ذوي صعوبات التعلم (إبراهيم، ٢٠٢٠)، وأنها تعمل على زيادة النقاؤل (السيد، ٢٠٢١)، وتحسين الكفاءة الذاتية المدركة للطلبة وقدرتهم على حل المشكلات (فتحي، ٢٠١٩)، وتزيد المناعة النفسية من الاستقلال الذاتي لدى الطلبة (عبد الله وآخرون، ٢٠٢٢)، وتساعد الطلبة على التكيف الدراسي وحل المشكلات الاجتماعية (شويلع وفريد، ٢٠٢٢) و(الرفوع والريجات، ٢٠٢١)، وتقلل المناعة النفسية من الأفكار للاعقلانية وخداع الذات وتنمي لدى الطلبة الأفكار المنطقية في مواجهة التحديات (السلمي، ٢٠٢٢)، وتحسن المناعة النفسية من التوافق النفسي (حسن وسالم، ٢٠٢٢)، وتساهم في تحقيق السعادة للطلبة (الأحمد، ٢٠٢٠)، وتزيد من الاندماج الأكاديمي وتحسن من جودة الحياة (عامر، ٢٠٢١)، وترتبط المناعة النفسية ارتباطاً وثيقاً بالذكاء الروحي واحترام الدين (السلمي والغنامي، ٢٠٢٣).

### مكونات المناعة النفسية وأنواعها:

في ضوء بعض الدراسات السابقة ظهر العديد من المكونات والأبعاد للمناعة النفسية، حيث يرى (Choochom, et al., 2019) أن المكونات الأساسية للمناعة النفسية تتمثل بالمرونة النفسية، والتعقل أو التفكير الإيجابي، والقدرة على التكيف واستراتيجيات

المواجهة، والاعتماد على الذات، والأمل. وحددت (فتحي، ٢٠١٩) أبعاد المناعة النفسية بالتفكير الإيجابي، والضبط الانفعالي، والمبادأة والتوكيدية، والابداع في حل المشكلات، الصمود والصلابة النفسية، إدارة وفاعلية الذات، والتوجه نحو الهدف، والتكيف والمرونة النفسية، والتدين، والمسؤولية الاجتماعية. وأشارت (حسن وآخرون، ٢٠٢٢) أن هناك أربعة عوامل تسهم في قياس المناعة النفسية تتمثل بالتوجه الإيجابي لحل المشكلات، والكفاء الذاتية، والكفاءة الروحية (التدين)، والتوجه نحو الهدف.

وفيما يتعلق بأنواع المناعة النفسية، أشارت (طه وآخرون، ٢٠٢٢) أنه يوجد لدى الفرد ثلاثة أنواع من المناعة النفسية، حيث يتعلق النوع الأول بالمناعة النفسية الطبيعية التي تنمو وفقا للتفاعل بين الجوانب الوراثية والبيئة وتعمل ضد التوتر والقلق، وأن الفرد الممتلك لهذا النوع يتميز بضبط النفس والقدرة العالية على مواجهة الصعوبات والكروب والأزمات. أما النوع الثاني يرتبط بالمناعة النفسية المكتسبة طبيعياً من خلال مواقف التعلم المختلفة والخبرات والمعارف عند مواجهة الصعوبات، وهي تشبه النوع الأول في عملها ضد التوتر والقلق والتأزم. بينما النوع الثالث يتعلق بالمناعة النفسية المكتسبة صناعياً كخلق مواقف تزيد من فاعلية وقدرة الفرد على تحمل الصعوبات، وتشبه الجسم عند حقنه بجرثومة مسببة للمرض لتقوية جهاز المناعة والحد من خطورتها لفترة زمنية طويلة.

#### ثانياً: الدراسات السابقة:

يعرض الباحث بعض الدراسات السابقة التي تناولت دراسة المناعة النفسية لدى الطلبة في المرحلة الثانوية وعلاقتها ببعض المتغيرات وهي:  
أجرت (Al- Ammari & Al- Eryani, 2023) دراسة حول مستوى المناعة النفسية لدى طالبات المرحلة الثانوية في أمانة العاصمة صنعاء، وتكونت عينة الدراسة من (٥٠٠) طالبة تم اختيارهم بالطريقة العشوائية- التطبيقية. واستخدمت الباحثتان المنهج الوصفي المسحي. وأشارت نتائج الدراسة أن مستوى المناعة النفسية لدى الطالبات كان مرتفعاً، وأنه لا توجد فروق دالة إحصائية في مستوى المناعة النفسية تبعاً لمتغيري العمر والمستوى الدراسي (الصف).

وقامت (الصيدلاني وآخرون، ٢٠٢٣) بدراسة هدفت للتعرف إلى العلاقة بين المناعة النفسية وخبرات الإساءة في مرحلة الطفولة لدى عينة من الطلبة بالمرحلة الثانوية في مدينة جدة، والكشف عن الفروق في المناعة النفسية لدى الطلبة تبعاً لمتغير النوع (ذكر، أنثى) والتخصص (علمي، أدبي). وتكونت عينة الدراسة من (٢١٩) طالباً وطالبة في المرحلة الثانوية، واستخدم الباحثون المنهج الوصفي الارتباطي. ومن أهم نتائج الدراسة أن مستوى المناعة النفسية مرتفعاً وان مستوى خبرات الإساءة في مرحلة الطفولة كان منخفضاً لدى عينة الدراسة، ووجود علاقة عكسية دالة إحصائياً بين المناعة النفسية والإساءة في مرحلة الطفولة لدى الطلبة، وأنه لا توجد فروق دالة إحصائياً في المناعة النفسية وخبرات الإساءة في مرحلة الطفولة تبعاً لمتغيري النوع والتخصص.

وأجرت (يوسف، ٢٠٢٢) دراسة هدفت للتعرف إلى مستوى الدعم الأسري والمناعة النفسية والعلاقة بينهما لدى عينة من مدارس التعليم الثانوي في محافظة دمشق، ولتحديد الفروق في مستوى الدعم الأسري والمناعة النفسية تبعاً لمتغيري (الجنس، التخصص). وتكونت عينة الدراسة من (٧١٠) طالباً وطالبة، واستخدمت الباحثة المنهج الوصفي الارتباطي. وأظهرت النتائج أن مستوى المناعة النفسية لدى عينة الدراسة كان متوسطاً، وأنه توجد علاقة طردية دالة إحصائياً بين المناعة النفسية والدعم الأسري لدى الطلبة، وأظهرت أيضاً أنه لا توجد فروق دالة إحصائياً في المناعة النفسية تعزى لمتغيري (الجنس، التخصص).

وقام (شويلع وفريد، ٢٠٢٢) بدراسة هدفت للتعرف إلى دور المناعة النفسية في تحقيق التكيف الدراسي وحل المشكلات الاجتماعية لدى الطلبة المقبلين على اجتياز شهادة البكالوريا (المرحلة الثانوية). وتكونت عينة الدراسة من (٢٠٨) طالباً وطالبة طبق عليهم أدوات الدراسة الخاصة بالمناعة النفسية والتكيف الدراسي وحل المشكلات الاجتماعية. واستخدم الباحثان المنهج الوصفي الارتباطي. وأظهرت النتائج أن توجد علاقة طردية دالة إحصائياً بين المناعة النفسية وكل من التكيف الدراسي وحل المشكلات، وأن مستوى المناعة النفسية لدى عينة الدراسة كان منخفضاً، وأنه لا توجد فروق دالة إحصائياً في مستوى المناعة النفسية لدى الطلبة تعزى لمتغير الجنس.

وأجرت (السلمي، ٢٠٢٢) دراسة بهدف التعرف إلى العلاقة بين الأفكار اللاعقلانية اتجاه كوفيد- ١٩ والمناعة النفسية لدى طلبة المرحلة الثانوية في مدينة جدة. وتكونت عينة الدراسة من (٣١٢) طالباً وطالبة، وتم استخدام المنهج الوصفي والارتباطي. وأظهرت نتائج الدراسة وجود علاقة عكسية بين الأفكار اللاعقلانية والمناعة النفسية، حيث أنه كلما زادت المناعة النفسية لدى الطلبة زاد لديهم التفكير المنطقي. وأظهرت النتائج أيضاً عدم وجود فروق دالة إحصائية في الأفكار اللاعقلانية والمناعة النفسية لدى الطلبة تبعاً لمتغير الصف الدراسي، وكانت الفروق دالة إحصائية تبعاً لمتغير الجنس ولصالح الذكور، وكان مستوى المناعة النفسية لدى الطلبة مرتفعاً.

وأجرت (عبد الله وآخرون، ٢٠٢٢) دراسة حول العلاقة بين المناعة النفسية والاستقلال الذاتي لدى طلبة المرحلة الثانوية. وتكونت عينة الدراسة من (٢٦٠) طالباً وطالبة في المرحلة الثانوية، واستخدمت الباحثة المنهج الوصفي الارتباطي والتحليلي. وأظهرت نتائج الدراسة وجود علاقة إيجابية دالة إحصائية بين الاستقلال الذاتي والمناعة النفسية لدى طلبة المرحلة الثانوية، وأظهرت النتائج أيضاً عدم وجود فروق دالة إحصائية في مستوى المناعة النفسية والاستقلال الذاتي لدى عينة الدراسة وفقاً لمتغير النوع (ذكر، أنثى).

وقامت (طه وآخرون، ٢٠٢٢) بدراسة هدفت التعرف إلى العلاقة بين المناعة النفسية والتحديد الذاتي لدى طلبة الحلقة الثانية من التعليم الأساسي، حيث تكونت عينة الدراسة من (٢٦٠) طالباً وطالبة تتراوح أعمارهم ما بين (١٢ - ١٥ سنة)، واستخدم الباحثون المنهج الوصفي الارتباط والتحليلي. وأشارت النتائج إلى وجود علاقة ارتباطية إيجابية بين المناعة النفسية والتحديد الذاتي وأبعاده (تنظيم الذات الأكاديمي، الاستقلالية، التمكين النفسي، تقدير الذات)، وبينت الدراسة عدم وجود فروق دالة إحصائية في المناعة النفسية والتحديد الذاتي لدى الطلبة تعزى لمتغير النوع (ذكر، أنثى).

وقام (إبراهيم، ٢٠٢٠) بدراسة حول العلاقة بين المناعة النفسية وجودة الحياة لذوي صعوبات التعلم الاجتماعية والانفعالية في المدارس الثانوية الفنية والزراعية، وتكونت عينة الدراسة من (٨٨) طالباً وطالبة، واستخدم الباحث المنهج الوصفي الارتباطي. وأظهرت نتائج الدراسة وجود علاقة طردية بين المناعة النفسية وتحسين جودة الحياة لدى الطلبة ذوي صعوبات التعلم، وأن المناعة النفسية تسهم بالتنبؤ بجودة الحياة.

## الطريقة والاجراءات

### منهج الدراسة

استخدم المنهج الوصفي المسحي نظراً لملائمته لطبيعة الدراسة وأهدافها.

### مجتمع الدراسة

تكون مجتمع الدراسة من جميع الطلبة في المدارس الثانوية في مدينة الطيرة في الوسط العربي والبالغ عددهم (١١١٥) طالباً وطالبة خلال العام المدرسي (٢٠٢٤ - ٢٠٢٥ م)، والجدول رقم (١) يبين توزيع أفراد مجتمع الدراسة وفقاً لمتغيري الجنس والصف.

جدول (١): الوصف لمجتمع الدراسة وفقاً لمتغيري الجنس والصف (ن=١١١٥).

الصف	ذكر	انثى	المجموع
العاشر	١٨٤	١٩٧	٣٨١
الحادي عشر	١٥٩	٢٠٥	٣٦٤
الثاني عشر	١٧٢	١٩٨	٣٧٠
المجموع	٥١٥	٦٠٠	١١١٥

### عينة الدراسة:

أجريت الدراسة على عينة طبقية- عشوائية قوامها (٢٢٨) طالباً وطالبة من المرحلة الثانوية في مدارس مدينة الطيرة، حيث وتمثل العينة ما يقارب نسبته (٢٠%) من مجتمع الدراسة، والجدول رقم (٢) يبين توزيع أفراد عينة الدراسة تبعاً لمتغيري الجنس والصف.

جدول (٢): توزيع أفراد عينة الدراسة وفقاً لمتغيري الجنس والمستوى الدراسي

(ن=٢٢٨).

المتغيرات المستقلة	مستوى المتغير	التكرار	النسبة المئوية %
الجنس	ذكر	٧٦	٣٣.٣
	أنثى	١٥٢	٦٦.٧
	المجموع	٢٢٨	%١٠٠
الصف	العاشر	١٠٩	٤٧.٨
	الحادي عشر	٤٠	١٧.٥
	الثاني عشر	٧٩	٣٤.٧
	المجموع	٢٢٨	%١٠٠

### أداة الدراسة:

ولقياس درجة المناعة النفسية لدى طلبة الثانوية تم استخدام مقياس فتحي (٢٠١٩)، حيث تكون المقياس من (٥٤) فقرة موزعة على (١٠) مجالات كما يظهر في الجدول (٢). وتكون سلم الاستجابة على الفقرات من (٥) استجابات وفق تدرج ليكرت الخماسي وهي: (٥) درجة كبيرة جداً، (٤) درجة كبيرة، (٣) درجة متوسطة، (٢) درجة قليلة، (١) درجة قليلة جداً، وكانت صياغة جميع الفقرات في نفس الاتجاه الإيجابي.

جدول (٣): الوصف لمجالات مقياس المناعة النفسية (فتحي، ٢٠١٩).

الرقم	اسم المجال	عدد الفقرات	أرقام الفقرات
١	التفكير الإيجابي	٩	٩-١
٢	الضبط الانفعالي	٥	١٤-١٠
٣	المبادأة والتوكيدية	٥	١٩-١٥
٤	الابداع وحل المشكلات	٥	٢٤-٢٠
٥	الصمود والصلابة النفسية	٥	٢٩-٢٥
٦	إدارة وفاعلية الذات	٥	٣٤-٣٠
٧	التوجه نحو الهدف	٥	٣٩-٣٥
٨	التكيف والمرونة النفسية	٥	٤٤-٤٠
٩	التدين	٥	٤٩-٤٥
١٠	المسؤولية الاجتماعية	٥	٥٤-٥٠
	المقياس ككل	٥٤	٥٤-١

### الخصائص العلمية لأداة الدراسة:

#### أولاً: الصدق:

يعد مقياس المناعة النفسية صادقاً وصالحاً للاستخدام في البيئة الفلسطينية، حيث تم التأكد من صدقه في دراسة (مصطفى، ٢٠٢٤) باستخدام صدق المحكمين، وصدق الاتساق الداخلي (Internal Consistency) من خلال استخراج قيم معامل الارتباط بيرسون بين المجالات والدرجة الكلية للمقياس، حيث تراوحت قيم معامل الارتباط ما بين (٠.٨٤ - ٠.٩٦)، وكانت جميعها دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ( $\alpha \geq 0.01$ )، وبالتالي يقيس المقياس ما وضع لأجله. وللتأكيد على ذلك تم استخدام صدق الاتساق الداخلي واستخراج قيم معامل الارتباط بيرسون بين المجالات والدرجة الكلية للمقياس، وذلك بعد إجراء تجربة استطلاعية على عينة تكونت من (٣٠) طالباً وطالبة في المرحلة

الثانوية تم استبعادهم عينة الدراسة الأصلية، حيث تراوحت قيم معامل الارتباط بيرسون بين المجالات والدرجة الكلية للمقياس ما بين (٠.٨١ - ٠.٩٥) وكانت جميعها دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ( $\alpha \geq 0.01$ ) كما يظهر في الجدول رقم (٤)، ومما يعني ذلك أن المقياس صادقاً في قياس ما وضع لأجله.

جدول (٤): العلاقة بين المجالات والدرجة الكلية لمقياس المناعة النفسية.

الرقم	اسم المجال	قيمة (ر)	مستوى الدلالة
١	التفكير الإيجابي	٠.٩٢	**٠.٠٠٠
٢	الضبط الانفعالي	٠.٨٤	**٠.٠٠٠
٣	المبادأة والتوكيدية	٠.٨٨	**٠.٠٠٠
٤	الابداع وحل المشكلات	٠.٩٤	**٠.٠٠٠
٥	الصمود والصلابة النفسية	٠.٩٤	**٠.٠٠٠
٦	إدارة وفاعلية الذات	٠.٩٣	**٠.٠٠٠
٧	التوجه نحو الهدف	٠.٩١	**٠.٠٠٠
٨	التكيف والمرونة النفسية	٠.٨١	**٠.٠٠٠
٩	التدين	٠.٨٨	**٠.٠٠٠
١٠	المسؤولية الاجتماعية	٠.٩٥	**٠.٠٠٠

\*\*علاقة دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ( $\alpha \geq 0.01$ ).

#### ثانياً: الثبات:

يتمتع مقياس المناعة النفسية بدرجة عالية من الثبات وصالح لتحقيق أغراض الدراسة، حيث تم التأكد من معامل ثباته باستخدام معادلة كرونباخ الفا (Cronbach's Alpha) لنفس العينة الاستطلاعية، وكانت قيمة معامل الثبات للمقياس ككل (٠.٩٦)، وتراوحت معاملات الثبات للمجالات ما بين (٠.٨٥ - ٠.٩٥)، وهي قيم متقاربة مع دراسة (مصطفى، ٢٠٢٤)، ونتائج الجدول رقم (٥) تظهر ذلك.

جدول (٥): معاملات الثبات لمقياس المناعة النفسية.

الرقم	اسم المجال	عدد الفقرات	كرونباخ الفا
١	التفكير الإيجابي	٩	٠.٩٣
٢	الضبط الانفعالي	٥	٠.٩٠
٣	المبادأة والتوكيدية	٥	٠.٨٥
٤	الابداع وحل المشكلات	٥	٠.٨٨
٥	الصمود والصلابة النفسية	٥	٠.٩٣
٦	إدارة وفاعلية الذات	٥	٠.٩٥
٧	التوجه نحو الهدف	٥	٠.٩٠
٨	التكيف والمرونة النفسية	٥	٠.٨٦
٩	التدين	٥	٠.٩٤
١٠	المسؤولية الاجتماعية	٥	٠.٩٣
	المقياس ككل	٥٤	٠.٩٦

متغيرات الدراسة:

أ- المتغيرات المستقلة (Independent Variables) وهي:

- الجنس وله مستويان هما: (ذكر، أنثى).
- الصف وله ثلاثة مستويات وهي: (عاشر، حادي عشر، ثاني عشر).

ب- المتغيرات التابعة (Dependent Variables):

وتمثلت بدرجة استجابة أفراد عينة الدراسة على فقرات ومجالات مقياس المناعة النفسية (فتحي، ٢٠١٩).

إجراءات الدراسة:

قام الباحث بإجراء الدراسة باتباع الخطوات الآتية:

- الاطلاع على الدراسات السابقة والأدب التربوي التي تناولت موضوع المناعة النفسية في المجال التربوية والتعليمي (في حدود علم الباحث).
- تحديد أداة الدراسة المناسبة لمقياس المناعة النفسية كما أعدت في دراسة (فتحي، ٢٠١٩).
- تحديد مجتمع الدراسة وعينتها.
- التأكد من الشروط العلمية من حيث الصدق والثبات لمقياس المناعة النفسية، وذلك بإجراء تجربة استطلاعية عن عينة تكونت (٣٠) طالباً وطالبة من المرحلة الثانوية في مدينة الطيرة تم استبعادهم من عينة الدراسة الأصلية

- تصميم المقياس إلكترونياً وارسالها إلى أفراد عينة الدراسة المستهدفة، حيث كانت عدد الاستجابات والردود الصحيحة والصالحة للتحليل الإحصائي (٢٢٨) رداً والتي تمثل عينة الدراسة.
- وبعد جمع البيانات تم ترميزها ومعالجتها إحصائياً باستخدام البرنامج الإحصائي (SPSS).
- تم عرض النتائج ومناقشتها والتي في ضوءها تم التوصل إلى الاستنتاجات والتوصيات.  
**المعالجات الإحصائية:**
- للإجابة عن تساؤلي الدراسة تم استخدام البرنامج الإحصائي (SPSS) من خلال اجراء ما يلي:
- المتوسطات الحسابية، والأوزان النسبية للإجابة عن التساؤل الأول حول المناعة النفسية لدى طلبة المرحلة الثانوية في مدينة الطيرة في الوسط العربي.
- تحليل التباين الثنائي (Two- way ANOVA) بإحدى صورته العاملية (٣ × ٢) لتحديد الفروق في درجة المناعة النفسية لدى طلبة المرحلة الثانوية في مدينة الطيرة في الوسط العربي وفق متغيري الجنس والصف والتفاعل بينهما.
- معامل الارتباط بيرسون (Pearson Correlation Coefficient) لمعرفة صدق الاتساق الداخلي لمقياس المناعة النفسية.
- معادلة كرونباخ الفا (Cronbach's Alpha) للتأكد من معامل الثبات لمقياس المناعة النفسية.
- ولتفسير النتائج المتعلقة بالتساؤل الأول تم استخدام المتوسطات الحسابية وفق تدرج ليكرت للسلم الخماسي، حيث تم حساب المدى بين أعلى استجابة وأقل استجابة على الفقرات (٥ = ١ - ٤)، ومن ثم تقسيم المدى على عدد المستويات لتحديد طول الفئة (٤/٥ = ٠.٨٠) ويضاف إليها (١) كأقل استجابة، فيصبح تصنيف الدرجات كالاتي: (١.٨٠) فأقل ويقابله الوزن النسبي (٣٦%) فأقل درجة مناعة نفسية قليلة جداً، (أكبر من ١.٨٠ - ٢.٦٠) ويقابله الوزن النسبي (أكبر من ٣٦% - ٥٢%) درجة مناعة نفسية قليلة، (أكبر من ٢.٦٠ - ٣.٤٠) ويقابله الوزن النسبي (أكبر من ٥٢% - ٦٨%) درجة مناعة نفسية

متوسطة، (أكبر من ٣.٤٠ - ٤.٢٠) ويقابله الوزن النسبي (أكبر من ٦٨% - ٨٤%)  
درجة مناعة نفسية كبيرة، أكبر من (٤.٢٠) وبوزن نسبي أكبر من (٨٤%) درجة مناعة  
نفسية كبيرة جداً. (صفر واما، ٢٠١٩).

### نتائج الدراسة ومناقشتها

أولاً: نتائج التساؤل الأول وينص على:

ما درجة المناعة النفسية لدى طلبة المرحلة الثانوية في مدينة الطيرة في الوسط  
العربي؟

وللإجابة عن التساؤل تم حساب الوسط الحسابي والوزني النفسي لكل فقرة وللمجال التي  
تنتمي إليه وللدرجة الكلية للمناعة النفسية، ونتائج الجدول رقم (٦) تبين ذلك.

جدول (٦): المتوسطات الحسابية والأوزان النسبي والدرجة للمناعة النفسية لدى طلبة

المرحلة الثانوية في مدينة الطيرة في الوسط العربي (ن = ٢٢٨).

الرقم	الفقرات	متوسط الاستجابة*	الوزن النسبي	الدرجة
١	أنظر للجانب الإيجابي في المواقف الصعبة.	3.70	٧٤	كبيرة
٢	أشعر بالرضا عما حققته في حياتي.	3.91	٧٨.٢	كبيرة
٣	أستشير ذوي الخبرة عند مواجهتي للمشكلات.	3.46	٦٩.٢	كبيرة
٤	أثق أن أحلامي ستجد طريقها للتحقق.	4.43	٨٨.٦	كبيرة جداً
٥	أنا شخص إيجابي في حياتي وتفكيرتي.	3.93	٧٨.٦	كبيرة
٦	أنا شخص متفائل بطبعي.	3.94	٧٨.٨	كبيرة
٧	أعي أن الاعتماد على النفس هو السبيل لتحقيق الأهداف.	4.53	٩٠.٦	كبيرة جداً
٨	لا أعتد على الحظ في أمور حياتي بل على قدراتي وخبراتي.	4.12	٨٢.٤	كبيرة
٩	أرى أن المستقبل سيكون مشرقاً ومبهجاً وسعيداً.	4.22	٨٤.٤	كبيرة جداً
	الدرجة الكلية لمجال التفكير الإيجابي	٤.٠٣	٨٠.٦	كبيرة
١٠	أنا لا أعصب أو اتعصب بسهولة.	2.92	٥٨.٤	متوسطة
١١	أفكر في أقوالي وأفعالي قبل التعامل مع الآخرين.	3.82	٧٦.٤	كبيرة
١٢	أفعل أشياء كثيرة ولا أندم عليها.	3.65	٧٣	كبيرة
١٣	أنا شخص غير متسرع.	3.41	٦٨.٢	كبيرة
١٤	لدى القدرة على التحكم في أعصابي وأفعالي وأقوالي.	3.69	٧٣.٨	كبيرة
	الدرجة الكلية لمجال الضبط الانفعالي	٣.٥٠	٧٠	كبيرة
١٥	عادة أكون المبادر ببدء الحديث مع الآخرين إذا تطلب الموقف ذلك.	3.69	٧٣.٨	كبيرة
١٦	أبادر بمواجهة المشكلات لأنني أثق في قدرتي على حلها.	3.91	٧٨.٢	كبيرة
١٧	لا أستسلم لمطالب الآخرين غير المعقولة مهما كلفني الأمر.	4.08	٨١.٦	كبيرة

كبيرة	٧٦.٤	3.82	لدى القدرة على تقبل النقد من الآخرين وتوجيه النقد إليهم.	١٨
كبيرة	٨٠	4	أعبر عن رأيي بكل حرية تجاه الآخرين أو الموقف.	١٩
كبيرة جداً	٧٨	3.90	الدرجة الكلية لمجال المبادأة والتوكيدية	
كبيرة	٧٤.٢	3.71	يصفني الآخرون بأنني ذو قدرة على حل المشكلات.	٢٠
كبيرة	٧٨.٨	3.94	لدى القدرة على طرح حلول بديلة لأية مشكلة عندما تواجهني صعوبات.	٢١
كبيرة	٧٨.٨	3.94	يرى الآخرون أنني أمتلك أفكاراً مميزة ومختلفة.	٢٢
كبيرة	٧٥.٢	3.76	استخدام التفكير العلمي في مواجهة مشكلات الحياة شيء أساسي.	٢٣
كبيرة	٧٦	3.80	دائماً لدى أفكار جديدة ومبتكرة.	٢٤
كبيرة	٧٦.٦	3.83	الدرجة الكلية لمجال الابداع وحل المشكلات	
كبيرة	٨٣.٦	4.18	أصمد أمام العقبات لأصل لأهدافي مهما كانت النتائج.	٢٥
كبيرة	٧٧.٨	4.39	أأخذ قراراتي بنفسني وأتحمل مسئوليتها.	٢٦
كبيرة جداً	٨٦.٨	4.34	أعي أن التغيير سنة الحياة وضرورة لاكتساب الخبرات.	٢٧
كبيرة	٨٢.٦	4.13	لدى القدرة على التصدي للمشكلات ومواجهتها.	٢٨
كبيرة جداً	٨٨	4.40	أدافع عن مبادئ وقيمي مهما كانت النتائج.	٢٩
كبيرة جداً	٨٥.٨	4.29	الدرجة الكلية لمجال الصمود والصلابة النفسية	
كبيرة جداً	٨٩	4.45	أنا قادر على إدارة شئوني بنفسني وتحقيق ما أريد عندما أصر عليه.	٣٠
كبيرة	٨٣.٢	4.16	عزيمتي قوية وهمتي شديدة دائماً.	٣١
كبيرة	٨١.٦	4.08	يرى الآخرون أنني ناجح ومتميز في نواحي حياتي المختلف.	٣٢
كبيرة	٨١	4.05	لدى قوة تأثير لي وللآخرين لأن لدى إمكانيات كبيرة.	٣٣
كبيرة جداً	٨٩.٦	4.48	أسعى لتحقيق أهدافي التي وضعتها لنفسني.	٣٤
كبيرة جداً	٨٤.٨	4.24	الدرجة الكلية لمجال إدارة وفاعلية الذات	
كبيرة جداً	٨٦.٤	4.32	لدى القدرة على الوصول لأهدافي مهما كلفني ذلك.	٣٥
كبيرة	٧٩.٤	3.97	يصفني الآخرون بأنني شخص مثابر مهما كانت العقبات..	٣٦
كبيرة جداً	٨٥.٨	4.29	عندما أبدأ عملاً لابد أن أتمه على أكمل وجه مهما كان التحدي.	٣٧
كبيرة	٨٤	4.20	لدى القدرة على مواصلة ما يسند إلى من مهام مهما كانت الصعوبة.	٣٨
كبيرة جداً	٨٧.٨	4.39	مهما كانت العوائق أسعى لتحقيق أهدافي الواضحة في الحياة	٣٩
كبيرة جداً	٨٤.٨	4.24	الدرجة الكلية لمجال التوجه نحو الهدف	
كبيرة	٨١.٦	4.08	أتحلى بالمرونة وأتكيف مع المواقف التي تواجهني.	٤٠
كبيرة	٧٦.٤	3.82	لا بد من تغيير خططي إذا واجهتني مشكلة أو عقبة	٤١
كبيرة	٧٥.٤	3.77	أقبل النقد والآراء المختلفة وأستفيد منها.	٤٢
كبيرة جداً	٨٥	4.20	النظر إلى المشكلة من جوانب مختلفة يساعد على حلها.	٤٣
كبيرة	٦٨.٦	3.43	لا أصر على وجهة نظري في مواجهة المواقف الصعبة إذا	٤٤
كبيرة	٧٧.٢	3.86	الدرجة الكلية لمجال التكيف والمرونة النفسية	
كبيرة	٧٩.٨	3.99	أؤدي جميع الصلوات المفروضة.	٤٥
كبيرة جداً	٩٣.٤	4.67	التقرب إلى الله يزيد من قدرتي على مواجهة المواقف	٤٦



والقدرة على التكيف الدراسي والاندماج الأكاديمي، وتحديد الذات وتقرير المصير، والتوجه نحو تحقيق الأهداف، والقدرة على مواجهة المواقف الضاغطة وتحملها، والكفاءة الذاتية والابداع في حل المشكلات، والتوجه الإيجابي نحو المستقبل، والثقة بالنفس، والالتزان الانفعالي، والذكاء الروحي والأخلاقي، والتمكين النفسي والمرونة النفسية، وتقدير الذات والاستقلال الذاتي، والتوافق النفسي، والسعادة والرضا. ويؤكد على ذلك العديد من الدراسات السابقة التي تناولت العلاقة بين المناعة النفسية ومتغيرات نفسية أخرى تتعلق بشخصية الطلبة مثل دراسة (شويعل وفريد، ٢٠٢٢) ودراسة (الرفوع والريجات، ٢٠٢١) التي أظهرت نتائجها وجود علاقة إيجابية بين المناعة النفسية التكيف الدراسي وحل المشكلات الاجتماعية، ودراسة (السيد، ٢٠٢١) التي بينت نتائجها وجود علاقة موجبة دالة إحصائياً بين المناعة النفسية والتفاؤل، ودراسة (فتحي، ٢٠١٩) التي أظهرت نتائجها وجود علاقة طردية بين المناعة النفسية والكفاءة الذاتية المدركة والقدرة على المشكلات والتوجه نحو الهدف، ودراسة (شاهين، ٢٠٢٣) التي أشارت إلى وجود علاقة عكسية بين المناعة النفسية وقلق المستقبل وعلاقة طردية مع إدارة وتنظيم الذات، ودراسة (الحلبي، ٢٠٢١) التي بينت نتائجها إن للمناعة النفسية القدرة على التنبؤ بالتوجه الإيجابي للطلبة نحو المستقبل، ودراسة (عبد الله وآخرون، ٢٠٢٢) التي بينت نتائجها وجود علاقة موجبة دالة إحصائياً بين المناعة النفسية وشعور الطلبة بالاستقلال الذاتي، ودراسة (السلمي، ٢٠٢٢) التي أشارت إلى وجود علاقة عكسية بين المناعة النفسية والأفكار اللاعقلانية وخداع الذات وأن الطلبة يستخدمون أفكار عقلانية في مواجهة الصعوبات والتحديات، ودراسة (الأحمد، ٢٠٢٠) التي أظهرت وجود علاقة طردية بين المناعة النفسية والسعادة، ودراسة (حسن وسالم، ٢٠٢٢) التي أشارت إلى وجود علاقة طردية بين المناعة النفسية والتوافق النفسي لدى الطلبة.

وبخصوص المحور الثاني التي يتعلق بالبيئة المحيطة بالطلبة، تلعب الأسرة الدور الرئيسي في تكوين المناعة النفسية للفرد وصقل شخصيته الإيجابية والمحافظة على صحته النفسية والتوافق النفسي. ويؤكد على ذلك دراسة (يوسف، ٢٠٢٢) التي أشارت إلى وجود علاقة وطيدة بين الدعم الأسري والمناعة النفسية لدى الطلبة. وأشارت (الزوكاري

وإبراهيم، ٢٠٢٣) إلى دور الأسرة في تنمية المناعة النفسية لدى أفرادها من خلال التدبير وبناء السلوك الحسن وجميع الخبرات النفسية الإيجابية عندما تكون التربية سليمة وسوية. ويؤكد على ذلك دراسة (الصيدلاني وآخرون، ٢٠٢٣) التي بينت وجود علاقة عكسية بين المناعة النفسية وخبرات الإساءة في مرحلة الطفولة لدى عينة من الطلبة بالمرحلة الثانوية في مدينة جدة. ومن المحتمل أن يكون للدعم والمساندة الاجتماعية من قبل الأصدقاء أو الزملاء في المدرسة أو المرشد النفس والاجتماعي دوراً في رفع درجة المناعة النفسية لدى عينة الدراسة عند التعرض لمواقف ضاغطة. وتؤكد على ذلك دراسة (الحلبي، ٢٠٢١) التي بينت نتائجها وجود علاقة إيجابية بين المساندة الاجتماعية والمناعة النفسية والتوجه الإيجابي نحو المستقبل. وأخيراً، تعد مدينة الطيرة في الوسط العربي مجتمعاً محافظاً ومتمديناً ويشعر الأفراد بوجود جودة للحياة ورضاء، والذي قد يكون سبباً في تنمية المناعة النفسية لدى عينة الدراسة من خلال التدبير والذكاء الأخلاقي (القدرة على التمييز بين الصواب والخطأ)، حيث أشارت دراسة (السلمي والغنامي، ٢٠٢٣) إلى وجود علاقة إيجابية بين المناعة النفسية والذكاء الروحي، وأشارت دراسة (الحضري، ٢٠٢١) إلى وجود علاقة وطيدة بين المناعة النفسية والتوجه الديني الجوهري، حيث يعد التدبير مكون رئيسي لتحسين المناعة النفسية. وأشارت دراسة (عامر، ٢٠٢١) إلى وجود علاقة إيجابية بين المناعة النفسية وجودة الحياة والاندماج الأكاديمي لدى الطلبة. وأشارت نتائج دراسة (الجزار وآخرون، ٢٠١٨) إلى وجود علاقة طردية دالة إحصائياً بين المناعة النفسية والذكاء الأخلاقي لدى الطلاب، وتوجد أيضاً علاقة ارتباطية موجبة بين ضبط النفس والمناعة النفسية والأداء الأكاديمي لدى الطلاب.

وتعارضت النتائج مع دراسة (يوسف، ٢٠٢٢) التي أظهرت أن مستوى المناعة النفسية كانت متوسطاً لدى طلبة الثانوية. ودراسة (شويلع وفريد، ٢٠٢٢) التي أظهرت أن مستوى المناعة النفسية لدى طلبة الثانوية كان منخفضاً. ومن المحتمل أن يرجع هذا الاختلاف إلى طبيعة العينة والمجتمع ونوع المدرسة.

ثانياً: نتائج التساؤل الثاني وينص على:

هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجة المناعة النفسية لدى طلبة المرحلة الثانوية في مدينة الطيرة في الوسط العربي تعزى إلى متغيري الجنس والصف والتفاعل بينهما؟

وللإجابة عن التساؤل تم استخدام تحليل التباين الثنائي (Two-way ANOVA)، ونتائج الجدولين رقم (٧، ٨) تبين ذلك.

جدول (٧): المتوسطات الحسابية لدرجة المناعة النفسية لدى طلبة المرحلة الثانوية في

مدينة الطيرة في الوسط العربي تبعاً لمتغيري الجنس والصف (ن = ٢٢٨).

المتوسط الموزون	الثاني عشر	الحادي عشر	العاشر	الصف		مجالات المناعة النفسية
				الجنس	الصف	
٤.١٣	٤.٠٧	٣.٩٣	٤.٢١	ذكر		التفكير الإيجابي
٣.٩٨	٤.٠٣	٤.١١	٣.٨٨	أنثى		
٤.٠٣	٤.٠٤	٤.٠٦	٤.٠١	المتوسط الموزون		
٣.٧٤	٣.٥٦	٣.٤٠	٣.٨٢	ذكر		الضبط الانفعالي
٣.٤١	٣.٥٥	٣.٦٣	٣.١٩	أنثى		
٣.٥٠	٣.٥٥	٣.٥٧	٣.٤٣	المتوسط الموزون		
٣.٩٩	٤.١٠	٣.٨٥	٣.٩٨	ذكر		المبادأة والتوكيدية
٣.٨٦	٣.٨٦	٤.٠٣	٣.٧٨	أنثى		
٣.٩٠	٣.٩٣	٣.٩٩	٣.٨٥	المتوسط الموزون		
٣.٨٩	٣.٨٦	٣.٨٠	٣.٩٤	ذكر		الابداع وحل المشكلات
٣.٨٠	٣.٨٩	٣.٧٩	٣.٧٣	أنثى		
٣.٨٣	٣.٨٨	٣.٧٩	٣.٨١	المتوسط الموزون		
٤.٣٤	٤.٣٣	٤.٢٩	٤.٣٧	ذكر		الصمود والصلابة النفسية
٤.٢٦	٤.٤٣	٤.٢٣	٤.١٢	أنثى		
٤.٢٩	٤.٤٠	٤.٢٥	٤.٢٢	المتوسط الموزون		
٤.٣٢	٤.٣٠	٤.٢٤	٤.٣٥	ذكر		إدارة وفاعلية الذات
٤.٢١	٤.٣١	٤.٣٠	٤.٠٨	أنثى		
٤.٢٤	٤.٣٠	٤.٢٨	٤.١٨	المتوسط الموزون		
٤.٢٥	٤.٢١	٤.٠٩	٤.٣١	ذكر		التوجه نحو الهدف
٤.٢٣	٤.٣٥	٤.٢٤	٤.١٢	أنثى		
٤.٢٤	٤.٣٠	٤.٢٠	٤.١٩	المتوسط الموزون		
٣.٩٣	٣.٩١	٣.٦٧	٤.٠١	ذكر		التكيف والمرونة النفسية
٣.٨٢	٣.٨٨	٤.٠٨	٣.٦٥	أنثى		
٣.٨٦	٣.٨٩	٣.٩٦	٣.٧٩	المتوسط الموزون		
٤.٥٣	٤.٥٠	٤.٦٠	٤.٥٢	ذكر		التدين
٤.٥٤	٤.٦٢	٤.٦٠	٤.٤٥	أنثى		
٤.٥٤	٤.٥٨	٤.٦٠	٤.٤٨	المتوسط الموزون		
٤.٣٨	٤.٢٣	٤.٣٦	٤.٤٧	ذكر		

٤.٣٩	٤.٤٣	٤.٣٧	٤.٣٨	أنتى	المسؤولية الاجتماعية
٤.٣٩	٤.٣٦	٤.٣٧	٤.٤١	المتوسط الموزون	
٤.١٤	٤.١١	٤.٠٢	٤.١٩	ذكر	الدرجة الكلية
٤.٠٤	٤.١٤	٤.١٣	٣.٩٣	أنتى	
٤.٠٨	٤.١٢	٤.١٠	٤.٠٣	المتوسط الموزون	

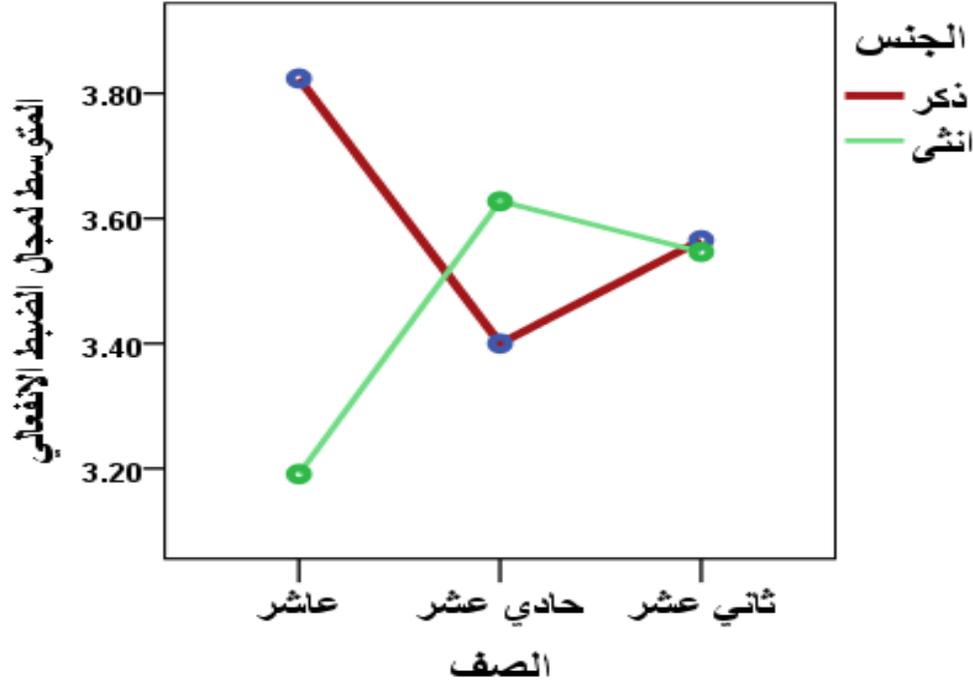
جدول رقم (٨): نتائج تحليل التباين الثنائي لدلالة الفروق في درجة المناعة النفسية لدى طلبة المرحلة الثانوية في مدينة الطيرة في الوسط العربي تبعاً لمتغيري الجنس والصف (ن = ٢٢٨).

مستوى الدلالة	قيمة (ف)	متوسط المربعات	درجات الحرية	مجموع مربعات الانحراف	مصدر التباين	مجالات المناعة النفسية
٠.٥٤٨	٠.٣٦	٠.١٦	١	٠.١٦	الجنس	التفكير الإيجابي
٠.٩٧٤	٠.٠٣	٠.٠١	٢	٠.٠٢	الصف	
٠.١٠٩	٢.٢٤	٠.٩٦	٢	١.٩٢	الجنس x الصف	
		٠.٤٣	٢٢٢	٩٥.٥٢	الخطأ	
			٢٢٨	٣٧٩٧.٥٩	المجموع	
٠.٢٧٦	١.١٩	٠.٨٠	١	٠.٨٠	الجنس	الضبط الانفعالي
٠.٩٣٠	٠.٠٧	٠.٠٥	٢	٠.١٠	الصف	
*٠.٠١٠	٤.٧٥	٣.١٨	٢	٦.٣٦	الجنس x الصف	
		٠.٦٧	٢٢٢	١٤٨.٦٨	الخطأ	
			٢٢٨	٢٩٥٠.٤٨	المجموع	
٠.٤٩٦	٠.٤٧	٠.٢٥	١	٠.٢٥	الجنس	المبادأة والتوكيدية
٠.٥٩٣	٠.٥٢	٠.٢٣	٢	٠.٥٥	الصف	
٠.٣٨٤	٠.٩٦	٠.٥١	٢	١.٠١	الجنس x الصف	
		٠.٥٣	٢٢٢	١١٦.٩١	الخطأ	
			٢٢٨	٣٥٩٢.١٢	المجموع	
٠.٥٧٧	٠.٣١	٠.١٧	١	٠.١٧	الجنس	الابداع وحل المشكلات
٠.٨٧٥	٠.١٣	٠.٠٨	٢	٠.١٥	الصف	
٠.٥٧٣	٠.٥٦	٠.٣١	٢	٠.٦١	الجنس x الصف	
		٠.٥٥	٢٢٢	١٢٠.٩٠	الخطأ	
			٢٢٨	٣٤٦٨.٠٤	المجموع	
٠.٥٢٥	٠.٤١	٠.١٨	١	٠.١٨	الجنس	الصمود والصلاب النفسية
٠.٣٩٤	٠.٩٤	٠.٤١	٢	٠.٨١	الصف	
٠.٢٢١	١.٥٢	٠.٦٦	٢	١.٣٢	الجنس x الصف	
		٠.٤٤	٢٢٢	٩٦.٥٧	الخطأ	
			٢٢٨	٤٢٩٣.٥٦	المجموع	
٠.٥١٦	٠.٤٢	٠.١٧	١	٠.١٤	الجنس	إدارة وفاعلية الذات
٠.٦٥٣	٠.٤٣	٠.١٨	٢	٠.٣٦	الصف	
٠.٢٧١	١.٣١	٠.٥٥	٢	١.١٠	الجنس x الصف	
		٠.٤٢	٢٢٢	٩٣.٣٠	الخطأ	
			٢٢٨	٤٢٠٠.٦٨	المجموع	

٠.٧٧	٠.٠٩	٠.٠٤	١	٠.٠٤	الجنس	التوجه نحو الهدف
٠.٧٣٨	٠.٣٠	٠.١٥	٢	٠.٢٩	الصف	
٠.٢٣٦	١.٤٥	٠.٧٠	٢	١.٤٠	الجنس x الصف	
		٠.٤٨	٢٢٢	١٠٦.٥٥	الخطأ	
			٢٢٨	٤١٩٨	المجموع	
٠.٩٥٠	٠.٠١	٠.٠١	١	٠.٠١	الجنس	التكيف والمرونة النفسية
٠.٨٥٥	٠.١٦	٠.٠٨	٢	٠.١٦	الصف	
٠.٠٩٨	٢.٢٩	١.١٧	٢	٢.٣٤	الجنس x الصف	
		٠.٥١	٢٢٢	١١٣.١٠	الخطأ	
			٢٢٨	٣٥١٥.١٠	المجموع	
٠.٨٤٧	٠.٠٤	٠.٠٢	١	٠.٠٢	الجنس	التدين
٠.٦٢٥	٠.٤٧	٠.٢٠	٢	٠.٣٩	الصف	
٠.٩٢١	٠.٤٨	٠.٢٠	٢	٠.٤٠	الجنس x الصف	
		٠.٤٢	٢٢٢	٩٢.٤٤	الخطأ	
			٢٢٨	٤٧٩٠.٠٨	المجموع	
٠.٧٥١	٠.١٠	٠.٠٤	١	٠.٠٤	الجنس	المسؤولية الاجتماعية
٠.٦٤٢	٠.٤٤	٠.١٨	٢	٠.٣٧	الصف	
٠.٣٧٤	٠.٩٩	٠.٤١	٢	٠.٨٢	الجنس x الصف	
		٠.٤١	٢٢٢	٩١.٦٠	الخطأ	
			٢٢٨	٤٤٨٥.٥٢	المجموع	
٠.٦٣٢	٠.٢٢	٠.٠٦	١	٠.٠٦	الجنس	الدرجة الكلية
٠.٧٩٩	٠.٢٢	٠.٠٦	٢	٠.١٢	الصف	
٠.٠٩٢	٢.٤٠	٠.٦٤	٢	١.٢٧	الجنس x الصف	
		٠.٢٦	٢٢٢	٥٨.٦١	الخطأ	
			٢٢٨	٣٨٥٨.٧٨	المجموع	

\* فروق دالة احصائياً عند مستوى الدلالة ( $\alpha \geq 0.05$ ).

يتضح من نتائج الجدول رقم (٨) أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha \geq 0.05$ ) في الدرجة الكلية للمناعة النفسية وجميع مجالاتها لدى طلبة المرحلة الثانوية في مدينة الطيرة في الوسط العربي تعزى لمتغيري الجنس والصف. وفيما يتعلق بالتفاعل بين متغيري الجنس والصف كانت الفروق دالة إحصائياً في مجال (الضبط الانفعالي) ولصالح الطلاب في الصف العاشر. والشكل البياني (١) يظهر ذلك.



الشكل (١): المتوسطات الحسابية لمجال الضبط الانفعالي تبعاً لمتغيري الجنس والصف والتفاعل بينهما.

وتتفق هذه النتائج مع العديد من الدراسات السابقة التي أظهرت عدم وجود فروق دالة إحصائية في المناعة النفسية تبعاً لمتغير الجنس مثل دراسات كل من (الصيدلاني وآخرون، ٢٠٢٣)، و(يوسف، ٢٠٢٢)، و(شويلع وفريد، ٢٠٢٢)، و(عبد الله وآخرون، ٢٠٢٢)، و(ظه وآخرون، ٢٠٢٢). وفيما يتعلق بمتغير الصف، جاءت النتائج متفقة مع دراسة (Al- Ammari & Al- Eryani, 2023) ودراسة (السلمي، ٢٠٢٢) التي أظهرت نتائجها عدم وجود فروق دالة إحصائية في مستوى المناعة النفسية تبعاً لمتغير المستوى الدراسي (الصف).

ويرى الباحث أن السبب في ذلك يعود إلى التشابه في طبيعة التنشئة والتربية الأسرية لكلا الجنسين مع عدم التفرقة بينهما، والتشابه في الثقافة والعادات والتقاليد المجتمعية، والمساواة بين الطلبة في العملية التعليمية وعدم التحيز لنوع دون الآخر في جميع الصفوف، وأن طبيعة المدارس الثانوية في مدينة الطيرة مختلطة حيث يتعرض فيها الطلبة

لنفس المواقف الضاغطة وبالتالي يتكون لديهم خبرات متشابهة في عملية التكيف والسلوكيات النفسية الإيجابية. ويؤكد على ذلك (يوسف، ٢٠٢٢) أن أسلوب الوالدية غير التسلطي وعدم التفرقة بين الذكور والاناث في المعاملة والتفاعل الأسري والدعم الأسري والثقة والتعاون كانت من الأسباب لعدم وجود فروق في المناعة النفسية لدى طلبة المرحلة الثانوية في دمشق تبعاً لمتغير الجنس. ويرى (الزوكاري وإبراهيم، ٢٠٢٣) أن الأسرة تلعب دوراً رئيسياً في بناء شخصية الفرد ومناعته النفسية فهي المسؤولة عن اكسابه جميع السلوكيات النفسية الإيجابية من خلال التربية والتنشئة الصحيحة بغض النظر عن الجنس أو النوع.

وتتعارض النتائج مع دراسة (السلمي، ٢٠٢٢) التي أظهرت وجود فروق دالة إحصائياً تبعاً لمتغير الجنس ولصالح الذكور في مدينة جدة. ومن المحتمل أن يرجع هذا التعارض إلى طبيعة العينة والمجتمع والاختلاف في طبيعة المدارس، حيث أن المدارس مختلطة في مدينة الطيرة ولا يوجد فصل بين مدارس الذكور والاناث مقارنة بالمدارس في جدة. وفيما يتعلق بالتفاعل بين متغيري الجنس والصف كانت الفروق دالة إحصائياً في مجال (الضبط الانفعالي) ولصالح الطلاب في الصف العاشر. ويرى الباحث أن السبب في ذلك قد يرتبط في الجانب الوراثي للطلاب -الذكور من حيث عدم وجود أمراض وراثية تؤثر على انفعاليتهم. ويؤكد على ذلك (الزوكاري وإبراهيم، ٢٠٢٣) أن المناعة النفسية تتأثر بوجود مرض وراثي، وأن للمناعة النفسية دوراً هاماً في استمرار التوازن النفسي والضبط الانفعالي. ويرى الباحث أيضاً أن الضغوطات النفسية المرتبطة العملية التعليمية التي يتعرض لها طلاب الصف العاشر تكون أقل من الصفوف الأخرى من حيث متطلباتها، وبالتالي كانت درجاتهم في الضبط انفعالي أفضل من غيرهم.

#### الاستنتاجات:

في ضوء نتائج الدراسة يستنتج الباحث ما يلي:  
- يتمتع طلبة المرحلة الثانوية في مدينة الطيرة في الوسط العربي بدرجة كبيرة من المناعة النفسية، وأن أهم مجالات المناعة النفسية لديهم هو التدين وأقلها أهمية مجال الضبط الانفعالي.

- لا يوجد تباين كبير وذات أهمية بين وجهات نظر الطلاب والطالبات في الصفوف الثانوية المختلفة حول المناعة النفسية ومجالاتها.
- الطلاب الذكور في الصف العاشر لديهم ضبط انفعالي أفضل من الطلاب والطالبات في نفس الصف والصفوف الثانوية الأخرى.

#### التوصيات:

- في ضوء اهداف الدراسة ونتائجها توصي الدراسة فيما يلي:
- ضرورة تركيز معلمي ومعلمات المرحلة الثانوية في الوسط العربي على تنمية الضبط الانفعالي لدى الطلبة ومساعدتهم في مواجهة ضغوطهم النفسية.
- اجراء دراسات أخرى مشابهة على الطلبة في المراحل التعليمية الأخرى ودراسة العلاقة بين المناعة النفسية ومتغيرات نفسية أخرى.
- توعية أولياء الأمور بأهمية مناقشة ابناءهم ومتابعتهم في العملية التعليمية ومساعدتهم على التكيف مع الضغوط النفسية التي تواجههم.
- ضرورة وجود برامج ارشادية نفسية تنمي المناعة النفسية لدى الطلبة في المدارس، وتوعية المعلمين حول أهمية تعزيز الصحة النفسية الايجابية للطلبة خلال العملية التعليمية كالثقة بالنفس وتقدير الذات والتفاؤل والتفكير الإيجابي والصلابة النفسية الخ.

## المراجع

أولاً: المراجع العربية:

- ابراهيم، سليمان عبد الواحد يوسف. (٢٠٢٠). دور المناعة النفسية في التنبؤ بجودة الحياة لذوي صعوبات التعلم الاجتماعية والنفسية بالمدارس الثانوية الفنية والزراعية في ضوء نظرية عربية جديدة. *بحوث في التربية النوعية*، ٣٧، ٥٣١ - ٥٦٠.
- الأحمد، محمد رفيق محمد. (٢٠٢٠). المناعة النفسية وعلاقتها بالسعادة لدى عينة من الطلاب الأيتام في المرحلة الأساسية العليا في محافظة جرش. *مجلة العلوم التربوية والنفسية*، ٤ (٩)، ١٢٥ - ١٤٤.
- الجزار، رانيا خميس، ومجاهد، شيماء أحمد، وسليمان، سناء محمد. (٢٠١٨). المناعة النفسية لدى طلاب الجامعة وعلاقتها بالنكاح الأخلاقي والأداء الأكاديمي، *مجلة البحث العلمي في التربية*، جامعة عين شمس - كلية البنات للآداب والعلوم والتربية، ١٩ (١٥)، ٤٩٣ - ٥٣٥.
- الحضري، سومة أحمد محمد. (٢٠٢١). المناعة النفسية وعلاقتها بالتوجه الديني والمشكلات النفسية المترتبة على جائحة فايروس كورونا المستجد covid-19 لدى طلاب وطالبات الأزهر. *مجلة التربية (الأزهر)*، ٤٠ (١٩٢)، ٤٧١ - ٥٥٧.
- الحلبي، حنان خليل. (٢٠٢١). المناعة النفسية والمساندة الاجتماعية كمنبئات بالتوجه الإيجابي نحو المستقبل لدى عينة من طالبات جامعة القصيم. *المجلة الدولية للدراسات التربوية*، ٩ (٢)، ٤٦٩ - ٤٨٧.
- الرفوع، محمد أحمد خليل، والريجات، آلاء أحمد. (٢٠٢١). المناعة النفسية وعلاقتها بالتكيف الدراسي لدى طلبة كلية الهندسة في جامعة الطفيلة التقنية، *مجلة الدراسات والبحوث التربوية*، مركز العطاء للاستشارات التربوية، ١ (٢)، ٨٨ - ١١٢.
- الزوكاري، نجاته المقطوف، وإبراهيم، عزيزة محمد ضو. (٢٠٢٣). المناعة النفسية ودورها في استمرار الاتزان النفسي للفرد. *مجلة القرطاس للعلوم الإنسانية والتطبيقية*، ١ (٢٢)، ٢٥ - ٣٩.
- السلمي، بشائر عبد الله. (٢٠٢٢). العلاقة بين الأفكار اللاعقلانية اتجاه كوفيد-١٩ والمناعة النفسية لدى طلبة المرحلة الثانوية بجدة (دراسة مختلطة). *المجلة الدولية لنشر الدراسات العلمية*، ١٥ (١)، ١ - ٤٥.
- السلمي، ربيع سلمان، والغنامي، فاطمة حمدي. (٢٠٢٣). الذكاء الروحي وعلاقته بالمناعة النفسية وجودة الحياة لدى عينة من طالبات الدراسات العليا بجامعة الملك عبد العزيز. *المجلة العربية للآداب والدراسات الإنسانية*، ٢٧، ٢٩٧ - ٣٣٦.
- الصيدلاني، هتون حسين، الرفيدي، سماء علي، وحمد، إراد عمر حمد. (٢٠٢٣). المناعة النفسية وعلاقتها بخبرات الإساءة في مرحلة الطفولة لدى عينة من الطلبة بالمرحلة الثانوية بمدينة جدة. *المجلة العربية للعلوم التربوية والنفسية*، ٧ (٣١)، ٥٦٧ - ٥٩٤.

- المعافي، خالد أحمد، ونصر، فتحي مهدي. (٢٠١٩). الخصائص السايكومترية لمقياس المناعة النفسية. *مجلة بحوث التربية النوعية*، ٥٥، ١٩٥-٢٠٦.
- حسن، سيد محمد صميدي، وسالم، رانيا محمد. (٢٠٢٢). استراتيجيات مواجهة الضغوط كعامل وسيط بين المناعة النفسية والتوافق النفسي لدى تلاميذ الصف الرابع الابتدائي. *المجلة المصرية للدراسات النفسية*، ٣٢ (١١٥)، ١٤١-٢٠٢.
- حسن، فايز حسن أحمد، ومحمد، أحمد علي بديوي، وعبد الرزاق، عمرو محمد. (٢٠٢٢). العوامل المسهمة في المناعة النفسية لدى طلبة كلية التربية في جامعة حلوان في ضوء بعض المتغيرات الديموجرافية. *دراسات تربوية واجتماعية*، ٢٨ (١٠)، ٢٩-٨٦.
- شاهين، سارة محمد سيد. (٢٠٢٣). علاقة المناعة النفسية بقلق المستقبل وإدارة الذات لدى طالبات الجامعة. *المجلة المصرية للدراسات النفسية*، ٣٣ (١١٩)، ١٧٥-٢٢٠.
- شويعل، يزيد، وفريد، بكيس. (٢٠٢٢). دور المناعة النفسية في تحقيق التكيف الدراسي وحل المشكلات الاجتماعية لدى الطلبة المقبلين على اجتياز شهادة البكالوريا (دراسة ميدانية تنبؤية). *مجلة دراسات نفسية*، ١٣ (١)، ٢٣٧-٢٥٠.
- صفر، عمار حسن، آغا، ناصر حسين. (٢٠١٩). مدى موافقة الإداريين في مدارس التعليم العام بدولة الكويت ورغبتهم نحو تطبيق معايير ISTE للإداريين. *المجلة التربوية، جامعة الكويت - مجلس النشر العلمي*، ٣٣ (١٣١)، ١٥-٥٩.
- طه، فاطمة عبد الخالق محمد، بديوي، أحمد علي، وجمال نور محمد، والصابوي داليا يسري. (٢٠٢٢). المناعة النفسية وعلاقتها بالتحديد الذاتي لدى تلاميذ الحلقة الثانية من التعليم الأساسي، *مجلة دراسات تربوية واجتماعية*، ٢٨ (٧)، ٢٩-٨٦.
- عامر، ايمان مختار محمود. (٢٠٢١). الاسهام النسبي للمناعة النفسية في التنبؤ بجودة الحياة والاندماج الأكاديمي لدى طالبات الجامعة. *المجلة المصرية للدراسات النفسية*، ١١٣ (٣١)، ١٠٣-١٧٦.
- عبد الله، حسنية محمد الفاتح، الكيال، مختار أحمد، وحسن، رمضان علي (٢٠٢٢). المناعة النفسية وعلاقتها بالاستقلال الذاتي لدى طلاب المرحلة الثانوية. *مجلة كلية التربية جامعة بني سويف*، ١٩ (١١٤)، ١٤٥-١٧٤.
- فتحي، ناهد أحمد (٢٠١٩). الكفاءة الذاتية المدركة والقدرة على حل المشكلات كمنبئات بالمناعة النفسية لدى المتفوقين دراسياً (المكونات العاملة لمقياس المناعة النفسية). *دراسات نفسية*، ٢٩ (٣)، ٥٤٩-٦١٨.
- محمد، ليلي بابكر عمر. (٢٠٢١). المناعة النفسية لدى طالبات كلية التربية وعلاقتها بالنكاه



الاجتماعي، مجلة كلية التربية، جامعة أسيوط - كلية التربية، ٣٧(٧)، ٦١ - ٩٥.  
- مصطفى، طارق فراس يوسف. (٢٠٢٤). العلاقة بين المناعة النفسية والنكاه الاخلاقي لدى لاعبي  
اندية الدرجة الممتازة للكرة الطائرة في المحافظات الشمالية من فلسطين. (رسالة ماجستير غير منشورة)،  
كلية الدراسات العليا، جامعة النجاح الوطنية، فلسطين.  
- يوسف، ولاء. (٢٠٢٢). الدعم الأسري وعلاقته بالمناعة النفسية لدى عينة من طلبة التعليم الثانوي  
العام بمدارس محافظة دمشق. مجلة جامعة دمشق للآداب والعلوم الإنسانية، ٣٨ (٣)، ٧٩ - ١١٤.  
ثانياً: المراجع الأجنبية

- Al-Ammari, A. Q., & Al-Eryani, E. A. (2023). The level of Psychological Immunity among Secondary School Female Students in the Capital's secretariat Sana'a. *Journal of Educational and Psychological Sciences*, 7(12),141 – 160.
- Bhardwaj, A., & Agrawal, G. (2015). Concept and applications of psycho-immunity (defense against mental illness): Importance in mental health scenario. *Journal of multidisciplinary research*, 1 (3), 6- 15.
- Choochom, O., Umaporn, S., Chavanovanich, J., & Tellegen, p. (2019). A model of self- development for enhancing psychological immunity of the elderly. *International Journal for The Behavior Science*, 14(1), 84- 96.
- Olah, A. (2010). Life expectancy and psychological immune competence in different culture. *ETC, Empirical Text and Culture Research*, 4, 102- 108.
- Seery, M. (2011). Challenge or threat? Cardiovascular indexes of resilience and vulnerability to potential stress in humans. *Neuroscience and Bio Behavioral Reviews*, 35 (3), 1603- 1610.