



ISSN: 1994-4217 (Print) 2518-5586(online)

Journal of College of Education

Available online at: <https://eduj.uowasit.edu.iq>

Rese. Falah Ajeel
Youssef

Dr. Malik Fadhil
Abdullah

Wasit university/
College of Education
for Humanities

Email:

falahtmeme@gmail.com

Malik.fdhail@gmail.com

Keywords:

psychological
immunity, recovering
from the Corona
pandemic



Article info

Article history:

Received 15.JUN.2021

Accepted 17.AUG.2021

Published 28.FEB.2024



Psychological immunity for people recovering from the Corona pandemic

A B S T R A C T

Abstract

The aim of the current research is to identify the level of mental immunity of those recovering from the Corona pandemic, and the research community consists of (16666) individuals, and the research sample of (400) individuals recovered from the Corona pandemic was selected in Wasit Governorate (Kut City Center) for the year (2020-2021) From the age of (18-50) years for both sexes with different academic achievement, and after the researcher perused the literature and previous studies, the researcher did not find an appropriate tool for the research sample, and the researcher built the research scale, and the psychometric immunity measure consisted of (30) items and the psychometric properties of the scale were extracted, Where the researcher extracted the apparent validity of the scale, as well as the validity indicators of the construction were verified, and the stability was extracted by two methods (test and retest, and Vackronbach) based on a sample of (40). individuals, and the data were statistically analyzed using the Statistical Package for Social Sciences (SPSS) and the results showed What follows: Those recovering from the Corona pandemic enjoy a good degree of psychological immunity, and in light of the results, the researcher reached a set of conclusions, recommendations and proposals.

© 2022 EDUJ, College of Education for Human Science, Wasit University

DOI: <https://doi.org/10.31185/eduj.Vol54.Iss2.2199>

المناة النفسية لدى المتعافين من جائحة كورونا

الباحث فلاح عجيل يوسف التميمي أ.م.د. مالك فضيل عبد الله القرشي

جامعة واسط / كلية التربية للعلوم الإنسانية

مستخلص البحث

هدف البحث الحالي التعرف على مستوى المناة النفسية لدى المتعافين من جائحة كورونا وتكون مجتمع البحث من (١٦٦٦٦) فرد وتم اختيار عينة البحث البالغ عددها (٤٠٠) فرد من المتعافين من جائحة كورونا في محافظة واسط (مركز مدينة الكوت) للعام (٢٠٢٠-٢٠٢١) من عمر (١٨ - ٥٠) سنة لكلا الجنسين بمختلف تحصيلهم الدراسي وبعد اطلاع الباحث على الأدبيات والدراسات السابقة لم يجد الباحث اداة مناسبة تخص عينة البحث وقام الباحث ببناء مقياس البحث ، وكان مقياس المناة النفسية مكون من (٣٠) فقرة ، وتم استخراج الخصائص السيكومترية للمقياس، حيث قام الباحث استخراج الصدق الظاهري للمقياس ، وكذلك تم التحقق من مؤشرات صدق البناء ، وتم استخراج الثبات بطريقتي (الاختبار وإعادة الاختبار، والفاكرونباخ) بالاعتماد على عينة قوامها (٤٠) فرد ، وُحِلَّ البيانات إحصائياً باستعمال الحقيبة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS) وأظهرت النتائج ما يأتي: تمتع المتعافين من جائحة كورونا بقدر جيد من المناة النفسية وفي ضوء النتائج توصل الباحث إلى مجموعة من الاستنتاجات والتوصيات والمقترحات.

الكلمات المفتاحية: المناة النفسية ، المتعافون من جائحة كورونا.

الفصل الاول

أولاً: مشكلة البحث:

تعد الصحة مطلباً اساسياً ومهماً تسعى دول العالم ومنظماتها وافرادها الى بلوغه وتعمل جاهدة على تحقيقه من اجل حياة صحية سليمة يسهم من خلالها الفرد في جهود التنمية المختلفة لأسرته ومجتمعه (الاحمدي، ٢٠٠٣: ١٢).

حيث يواجه العالم اليوم مشكلة صحية خطيرة نظراً لما تسببه من نتائج في غاية الخطورة على مستوى الفرد والمجتمع الا وهيه ظهور فايروس وبائي حسب تصنيف منظمه اليونيسف والذي سمي بفايروس كورونا (COVID_19) والذي يعتبر وباءً عالمياً حديث العهد، وقد ظهر بطريقة مفاجئة وبسرعة فائقة على مستوى العالم. (غيات، ٢٠٢٠: ٢٨٦).

ويواجه الأفراد الذين تعرضوا بشكل مباشر او غير مباشر لخطر فايروس كورونا بعض الأعراض المرضية التي تنتمي لبعض الاضطرابات، سواء بشكل مزمن او طارئ ففي ظل حالة الطوارئ التي تفرضاها جائحة كورونا وانتشار المرض في انحاء العالم، وعدم قدرة دول عظمى على السيطرة على انتشاره، وما يترافق مع ذلك من ضغوط نفسية متمثلة بالخوف من الاصابة بالمرض، او الخوف من نقل العدوى للأخرين والشعور بالقلق العام والشعور بالعجز من حماية النفس والمقربين والشعور بالاكئاب والوحدة والآثار السلبية للحجر المنزلي والصحي وغيرها من الاسباب التي تؤدي الى تأثيراً سلبياً على الصحة النفسية (السفاسفة، ٢٠٢٠: ٢٠٠).

* بحث مستل من رسالة: التميمي، فلاح عجيل يوسف. (٢٠٢١). المعتقدات الصحية وعلاقتها بالمناة النفسية لدى المتعافين من جائحة كورونا في محافظة واسط، رسالة ماجستير (غير منشورة)، كلية التربية للعلوم الإنسانية، جامعة واسط.

وان استمرار التعرض الى الشدائد والمحن يؤدي تدريجياً الى انهيار مقاومة الفرد ويفقد القدرة على المواجهة ويصبح انساناً ضعيفاً ذو صحة مهددة ومعنويات منخفضة ويصبح عاجزاً عن التوافق والتواصل مع من يحيط به وبالتالي يؤدي الى ضعف المناعة النفسية وهذا الضعف يولد خطراً كبيراً على صحة الفرد واتزانه (Marzieh, 2005 :135) .

ووجد الباحث بعض الدراسات التي تعزز مشكلة البحث مثل: دراسة (السفاسفة، ٢٠٢٠) . وبناء على ما تقدم فإن مشكلة البحث الحالي تتضح بالإجابة على السؤال الآتي: ما مستوى المناعة النفسية لدى المتعافين من جائحة كورونا؟

ثانياً: أهمية البحث :

وتظهر المناعة النفسية كأحد المتغيرات العامة في الشخصية من خلال القدرة العالية في التعامل مع المواقف الصعبة كالأمراض والمشكلات والضغوطات والصدمات التي يواجهها الفرد بطريقة ناجحة، والقدرة على التعافي واستعادة الحيوية النفسية، والاحتفاظ بالسعادة والاتزان النفسي كل ذلك بهدف تحقيق عملية التكيف الصحي في الحياة المهنية والأسرية والاجتماعية. (Werner,1989,p72).

أن المناعة النفسية تبني أفكاراً إيجابية متفائلة واعتماد ممارسات إيجابية، كالبحث عن العلاج المناسب وعدم التهاون في ذلك، وتعد احدى العوامل التي تؤدي إلى التفاؤل والأمل بمستقبل أفضل، مما يتطلب الابتعاد عن الأفكار السوداوية الهدامة، والإيمان بقدرته على النجاح والتغلب على الأمراض والأوبئة، الإيمان القوي بقدرة جسده على التحمل والشفاء، لذلك لا يمكن ان تكون للشخص مناعة بدنية دون ان تكون له مناعة نفسية تؤثر بدورها على صحته البدنية وما يميز الصحة النفسية ان لها علاقة بأراده الفرد نفسه من خلال حملة لمجموعة من الافكار وتبنيه لفلسفة ايجابية في الحياة وهو ما يمكن التعبير عنه بالمناعة النفسية واهميتها في تدعيم المناعة البدنية والتي تساعد بدورها دون شك على مواجهه جائحة كورونا (غيات ،٢٠٢٠ :٢٨٦) .

وتختلف استجابة كل فرد عن الآخر للضغوط النفسية، وبعضها تظهر على شكل أعراض مثل قضم الأظافر، الإفراط في الأكل او الإفراط في التدخين أو على شكل اضطرابات مثل الاكتئاب او الرهاب او القلق المزمن (يونس، ٢٠٠١ :٣١).

وتعتبر المناعة النفسية أحد اساليب الوقاية من المشكلات النفسية والاجتماعية، اذ تظهر الحتمية الوقائية في تحقيق اعظم استثمار للبشر في ثلاثة ابعاد اساسية هي قوة الجسم وقوة العقل وقوة الايمان، والفرد او المجتمع اذا ما اكتسب تلك القوى الثلاثة الاساسية فانه بالتأكيد سوف يقاوم ويواجه ما يعرقله من مشكلات (كامل، ١٩٩٤ :٣٢٠). فالفرد يمتلك الية داخلية تشترك مع نظام المناعة الحيوية، وتقيس ما يحدث لوجدانه وبالتالي تمكنه من التحرك للداخل والخارج من المشاعر السلبية ويتم التحكم بالحركة من الداخل وهذه الالية هي المدخل لفهم المشاعر السلبية المتطرفة وتعديل الاستجابات نحو الاستقرار بمواجهة تقلبات الحياة. (Masten,2011,p:227) .

وتعمل المناعة النفسية على تبرير وإعادة تفسير ومعادلة وتشويه المعلومات السلبية بأسلوب يُحسن من اثارها التي تهدد الكيان الوجداني وتصل بالفرد للشعور الجيد عبر اغفال التشوه الحادث لتبرير الاحداث السلبية (Wilson ,2002 :33).

وكما تعبر عن قدرة الفرد على التعامل مع الواقع إذ أن المناعة النفسية تتضمن قدرة الفرد على توظيف قدرات العقلية والبدنية ومهاراته الاجتماعية لتحقيق الأهداف والتغلب على المصاعب التي تعترضه في حياته اليومية وتحويل

الفشل إلى نجاح، وفهم المشكلات والصعوبات وإيجاد حلول ايجابية لها والتعامل الجيد مع الضغوط، Bandalos, (2002:79).

وتعتبر هي سلاح النفس البشرية للدفاع ضد غزو الأوبئة النفسية ان جاز التعبير وهي خط الدفاع الاول للإنسان ضد عدوى الميكروبات والجراثيم والفايروسات النفسية وهي حائط الصد في مواجهه الاضطرابات والامراض النفسية المختلفة فالمناعة النفسية هي الوجه الاخر للمناعة العضوية ولكن من الجانب النفسي (زيدان، ٢٠١٥: ٨١٦).

صنفت منظمة الصحة العالمية فايروس كورونا المستجد (COVID-19) على أنه (جائحة) وهي أعلى درجات انتشار الوباء، وفي يوم (٢٥) من آذار أعلنت الأمم المتحدة أن كورونا المستجد يهدد البشرية جمعاء، وينتشر بسهولة من شخص إلى آخر على مستوى العالم (البركي، ٢٠٢٠: ٧).

يعد فايروس جديد يرتبط بعائلة الفيروسات التاجية الذي يتسبب بمرض المتلازمة التنفسية الحادة الوخيمة وبعض أنواع الزكام العادي، وهو من فصيلة الفيروسات التاجية، لكنه يختلف جينياً عن فيروس (سارس) و(ميرس)، حيث أنه حساس جداً للأشعة فوق البنفسجية والحرارة، يُمكن قتل الفيروس بتعريضه لدرجة حرارة (٥٦) لمدة (٣٠) دقيقة، او مطهر يحتوي على كلور أو كحول إيثيلي بتركيز (٧٥%) وحمض فوق الخليك وبيروكسيد الهيدروجين (دليل الوقاية من فيروس كوفيد-19، 2020).

ثالثاً: هدف البحث:

يهدف البحث الحالي التعرف على مستوى المناعة النفسية لدى المتعافين من جائحة كورونا.

رابعاً: حدود البحث:

يتحدد البحث الحالي بالمتعافين من جائحة كورونا لكلا الجنسين (ذكور - إناث) في محافظة واسط (مركز مدينة الكوت) للعام الدراسي (٢٠٢٠ - ٢٠٢١).

خامساً: تحديد المصطلحات:

المناعة النفسية: عرفها كل من :

١. سلي (Selye, 1976) :

هي المقاومة والصمود النفسي امام الضغوط التي يواجهها الفرد (Selye, 1976, p45) في (منوخ، ٢٠١٧: ٣٧٥).

٢. مرسي (٢٠٠٠) :

هي مفهوم فرضي يقصد به قدرة الفرد على مواجهة الازمات والكروب وتحمل الصعوبات والمصائب ومقاومة ما ينتج عنها من أفكار ومشاعر الغضب والسخط والعداوة والانتقام واليأس والعجز والانهمامية والتشاؤم (مرسي، ٢٠٠٠: ٩٦).

٣. بونانو (Bonanno, 2007) :

هي القدرة على التعافي من التأثيرات السلبية للأحداث الضاغطة والقدرة على تجاوزها بشكل ايجابي ومواصلة الحياة بفاعلية واقتدار (Bonanno, 2007, 678).

٤. ألبرت وآخري (Albert-Lorincz et al, 2012):

هي مجموع السمات الشخصية التي تجعل الفرد قادراً على تحمل تأثيرات الإنهاك والضغط، وعلى دمج الخبرة المكتسبة من ذلك، بنمط لا يؤثر على الوظائف الفعالة للفرد، كما أنه ينتج مناعة نفسية مضادة تحمي الفرد من التأثيرات البيئية السلبية (Albert-Lorincz et al., 2012: 104) في (اليومي، ٢٠١٩: ٦).

- التعريف النظري للمناعة النفسية:

اعتمد الباحث تعريف (Bonanno ، 2007) تعريفاً نظرياً للمناعة النفسية.

- التعريف الاجرائي للمناعة النفسية:

هي الدرجة الكلية التي يحصل عليها المستجيب من خلال اجابته على فقرات مقياس المناعة النفسية المُعد من قبل الباحث .

ثالثاً : المتعافين من جائحة كورونا: اللجنة الوطنية الصينية للصحة (٢٠٢٠) عرفته:

هم الاشخاص الذين اكتسبوا الشفاء التام بعد تعرضهم للإصابة بفيروس كورونا الأمر الذي تطلب عزلهم لمدة لا تقل عن اسبوعين أو اكثر خشية من انتشار الفايروس لأشخاص آخريين، ويتم تقديم العلاج لهم (المضادات الحيوية) أثناء العزل الصحي، وبعد تجاوزهم مرحلة الخطر والتأكد من اخذ عينات (مسحات) منهم، يتم اخراجهم يمارسون حياتهم الطبيعية (الدليل الصيني الشامل لفايروس كورونا المستجد، ٢٠٢٠: ٢٣).

الفصل الثاني

المحور الأول: إطار النظري:

- مفهوم المناعة النفسية:

ويعد مفهوم المناعة النفسية من المفاهيم المهمة في الوقت الراهن التي حظيت باهتمام الباحثين بوصفها من العوامل المهمة التي تساعد الافراد على التوافق مع المواقف المختلفة التي يتعرضون لها في حياتهم (البهاص، ٢٠٠٢: ٣٢). ويرتبط هذا المفهوم بمفهوم الضغوط النفسية ارتباطاً وثيقاً ولا بد من الإشارة الى ان نمط الاستجابة للضغوط يتأثر بعدد من العوامل الشخصية واسلوب مواجهه المصاعب والغذاء والادوية التي يتناولها الفرد (دافيدوف، ١٩٨٣: ٨٨). فمصطلح المناعة يعنى مقاومة الضغط والشد النفسي والجسمي، كما تعتبر المناعة النفسية من العمليات الوقائية التي تساعد على حماية الفرد من الاضطرابات النفسية والأمراض الجسمية المختلفة (الاعجم، ٢٠١٣: ٢).

وان عدم امتلاك الفرد مناعة نفسية سوف يزيد من وطأة الضغوط وان استمرارها يؤدي الى تفاقم آثارها السلبية على صحته النفسية والجسمية، وقد يواجه بعض الافراد الضغوط بأساليب تكيفيه تزيد من قدرتهم على تحمل الشدائد والصعوبات وقد يواجه البعض الآخر الضغوط بأسلوب الاستسلام والخضوع للشدائد والصعوبات وذلك لان الأفراد يختلفون في طريقة إدراكهم لتلك الضغوط وفي استراتيجيات مواجهتهم لها تبعاً لاختلاف سماتهم وخصائصهم الشخصية وخبراتهم السابقة وتوقعاتهم بشأن الموقف الذي يمرون به (دافيدوف، ١٩٨٣: ٤٦).

حيث أن تطور الحياة يؤدي الى زيادة مشاكلها ومتطلباتها فيقع الفرد تحت ضغوط مالية وصحية وعاطفية ونفسية مختلفة في محاولته لتأمين هذه المتطلبات، وهذه كلها مسببات لكثير من الامراض والعلل النفسية والجسمية (منظمة الصحة العالمية، ١٩٩٩: ١٢).

وفي حال فقدان الفرد جهاز مناعته النفسية فسوف يتعرض لاكتساب صفات سيئة وخبيثة تدرج تحت ما يطلق عليه اعراض فقدان المناعة النفسية المتمثلة بالإصابة بالأمراض وبارتفاع القابلية للإيحاء وفقدان السيطرة الذاتية والتحكم الذاتي والاستسلام للفشل والانعزالية وفقدان الاساس بالسرور والمتعة في الحياة من جراء حدوث خلل في معايير الحكم على الأشياء والمواقف كالانغلاق والجمود الفكري والسرقة والارهاب والتطرف والتورط في الادمان. (عصفور، ٢٠١٣، ٢٣).

حيث تعتبر المناعة النفسية بوصفها منظومة عقلية من الأفكار المنهجية القادرة على انتاج الافكار المضادة للأفكار المدمرة للفرد او المجتمع فبقدر قوة الجهاز المناعي الذي يمتلكه الفرد بقدر ما يملك من المرونة في الفهم والاستيعاب والقدرة على حل المشكلات. (Gilbertet al ,1998).

أنواع المناعة النفسية:

تقسم المناعة النفسية الى ثلاثة انواع وهي:

١- مناعة نفسية فطرية :

تحدث عنها يونج (١٩٧٧) أنها المكافئ النفسي لنزوع الجسم إلى تصحيح ذاته عبر (التعويض اللاوعي) والتي توجد عند الفرد منذ لحظة الميلاد في طبيعة تكوينه النفسي، والذي ينمو من التفاعل بين الوراثة والبيئة، وأكثر ما يعبر عنها هو تحويل الطاقة الوجدانية السلبية لأعراض جسدية (زيدان، ٢٠١٣: ٨٢٧).

٢- مناعة نفسية توافقية :

وهي الامتداد الطبيعي لتطور المناعة الفطرية، والتي تتم من خلال إدراك الفرد الاستجابات نحو الخبرات والمواقف التي ينجح فيها بتجاوز الأزمات والمحن، للوصول إلى التوازن النفسي المناسب للنمو والنضج، كما وتكمن فكرة هذا النوع في تعويض الطاقة النفسية المستنفذة من التكيف مع الضغوط عبر التعديل المستمر للاستجابات نحو المواقف المتكررة، من خلال الآليات المعرفية لعمليات التكيف، والتي تزيد بمرور الخبرات الإيجابية والسلبية، كما يمكن تعزيزها عبر تدعيم موارد الشخصية المحددة لذاتها (الشريف، ٢٠١٥: ٤٠).

٣- مناعة نفسية مكتسبة صناعياً :

وهي التي يكتسبها الفرد هذه المناعة من تعرضه عمداً لموقف مثير للتوتر والغضب مع تدريبه على السيطرة على انفعالاته وافكاره ومشاعره وتعويدته على طرد وساوس القلق والجزع والغضب وابدالها بأفكار ومشاعر مفرحة في هذا الموقف ومع ان بأشكالها الثلاثة تعتمد على ما لدينا من افكار ومشاعر تدخل تحت ارادتنا فأننا نستطيع تنشيطها وتمييزها من خلال تعديل طريقتنا في التفكير وتحسين سلوكياتنا (مرسي، ٢٠٠٠: ٩٧).

وظائف المناعة النفسية :

للمناعة النفسية عدة وظائف منها :

١. انها تعزز اليات الدفاع النفسي.
٢. انها تحمي الفرد من الضرر او الأذى الوجداني .

٣. انها تستبدل الالم النفسي بأعراض جسدية .
٤. انها تعمل على تقوية وتعزيز الاختيار الحر (Barbanel، 2009 :16) .

• طرائق بناء وتكوين المناعة النفسية عند الفرد:

- قدمت الجمعية النفسية الامريكية عشرة طرائق لبناء وتكوين المناعة النفسية كما يلي:
١. العلاقات الاجتماعية الايجابية بالأسرة والاصدقاء بصورة خاصة ومع الآخرين بصورة عامة.
 ٢. عدم الاعتقاد بأن الازمات او الاحداث الضاغطة مشكلات لا يمكن تجنبها او لا يمكن حلها.
 ٣. تقبل الظروف التي لا يمكن تغييرها.
 ٤. وضع هدف واقعي ايجابي والاندماج باتجاه تحقيقه.
 ٥. تنمية الثقة بالذات.
 ٦. اتخاذ افعال حاسمة في المواقف الصعبة.
 ٧. التطلع الى الاستكشاف.
 ٨. المحافظة على روح التفاؤل والاستبشار وتوقع الافضل.
 ٩. المحافظة على التصور طويل الاجل وفهم الحدث الضاغط في إطار السياق الواسع.
 ١٠. رعاية الفرد لجسده وعقله، وممارسة تدريبات منتظمة، ومراعاة حاجاته ومشاعره، والاندماج في الانشطة الترفيهية والاسترخاء ومتاع الذات، والتعلم من الخبرات السابقة (APA, 2010: 93).

النظريات التي فسرت مفهوم المناعة النفسية :

أولاً: نظرية كوباسا (Kobasa 1983) والدراسات المنبثقة عنها:

لقد قدمت كوباسا نظرية رائدة في مجال الوقاية من الإصابة بالاضطرابات النفسية والجسمية تناولت خلالها العلاقة بين المناعة النفسية بوصفها مفهوما حديثا في هذا المجال واحتمالات الإصابة بالأمراض، واعتمدت هذه النظرية على عدد من الأسس النظرية والتجريبية ، كما بين ذلك (Mtteson,1987)، أن أسس النظرية تمثلت في آراء بعض العلماء أمثال "فرانكل و ماسلو و روجرز، والتي أشارت الى أن وجود هدف للفرد أو معنى لحياته الصعبة يعتمد بالدرجة الأولى على قدرته على استغلال امكاناته الشخصية والاجتماعية بصورة جيدة في (راضي، ٢٠٠٨: ٢٥).

ويعد نموذج لازروس من أهم النماذج التي اعتمدت عليها هذه النظرية حيث انها نوقشت من خلال ارتباطها بعدد من العوامل، وحدد في ثلاثة عوامل رئيسية وهي:

١. البنية الداخلية للفرد.
٢. الاسلوب الإدراكي المعرفي
٣. الشعور بالتهديد والإحباط.

وذكر لازروس أن حدوث خبرة الضغوط يحددها في المقام الأول طريقة إدراك الفرد للموقف ، واعتباره ضغطاً قابلاً للتعيش، تشمل عملية الإدراك الثانوي وتقييم الفرد لقدراته الخاصة وتحديد مدى كفاءتها في تناول المواقف الصعبة، فتقدير الفرد لقدراته على نحو سلبي والجزم بضعفها وعدم ملائمتها للتعامل مع المواقف الصعبة أمر يشعر بالتهديد ، وهو يعني عند لازروس توقع حدوث الضرر سواء البدني أو النفسي، ويؤدي الشعور بالتهديد بدوره إلى الشعور بالإحباط متضمناً الشعور بالخطر أو الضرر الذي يقرر الفرد وقوعه بالفعل (Lazarus , 1994 , 287).

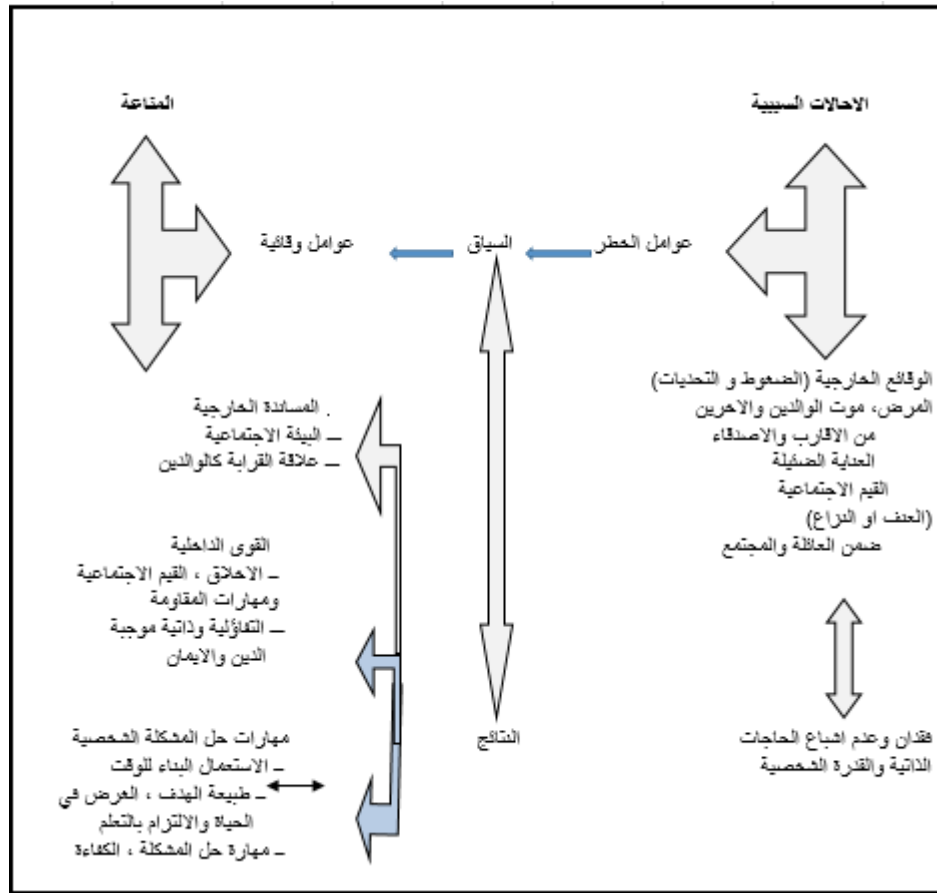
ثانياً: نظرية اريك اريكسون (Erikson, 1959):

وجهة نظر اريكسون في تطور الشخصية وتكاملها يكون عن طريق ما اسماه ازمانات الحياة وهي عبارة عن مشكلة تكيف متدرجة ومتصاعدة ويتحقق هذا التكيف كلما كانت المناعة النفسية عالية فكل مرحلة من مراحل النمو (من الميلاد الى الممات) تتميز بصراعات وازمانات تحتاج الى معالجات وحلول من خلال التعامل معها بطريقة تكيفية نمويه تتناسب مع هذه المرحلة .

ووفقاً لمبدأ التخلف المتعاقب فكل مرحلة من مراحل النمو بالنسبة لأريكسون لها مهامها الحياتية في تحقيق النجاح والفشل، هذا له اثره المهم على النمو في المرحلة الاتية فلكثير من عمل اريكسون يمكن النظر اليه على انه وصف للقوة الاجتماعية والتاريخية التي تؤثر على قوة المناعة او ضعف وصلابة الانا فأثار المجتمع على الشخص هي مركز تطور الشخصية والفروق في المتغيرات الثقافية مهمة وتؤدي الى اختلافات في سلوك الراشدين فالمجتمعات المختلفة لها طرق مختلفة في تنشئة اطفالها وبذلك فان طريقة التربية في العائلة والنماذج الاجتماعية عبر مراحل النمو النفسي والجنسي يؤديان عملاً مهماً في التكوين (Erikson, 1959) في (الزهراني : ٢٠٠٥ : ١٣) .

ثالثاً : أنموذج بينر (Pienar , 2007):

ينطوي هذا الأنموذج على الموازنة بين العوامل الوقائية ضد عوامل الخطر للاستجابة بنجاح للتحديات في الأسرة ، المدرسة ، المجتمعات، تؤكد بينر أن المناعة تتحدد بوجود عوامل الوقاية التي تخفف تأثير التعرض للمخاطر ، وبمثابة عامل محفز عن طريق تعديل الاستجابة للمخاطر وتقلل احتمالية النتائج السلبية، ومن ثم مناعة الأفراد محددة ومتوقعة بحسب الموارد الداخلية والخارجية المتاحة لهم وهي التي تشكل وتحدد المناعة النفسية لديهم (Pienar 2007, P: 211) والشكل (٤) يوضح ذلك.



شكل (٤) انموذج بينر في المناعة النفسية (العسيري، ٢٠٠٣ ص ١١).

تشير (بينر) الى المناعة الى انها عملية ديناميكية أكثر مما هي صفة ثابتة وتشتمل عمليات وتراكيب متنوعة لا تشكل أطوار ومراحل محددة بل تحدث عبر فترة حياتية مرتبطة بمدى من الصدمات والضغوط بشكل مصاحب منسوجة في شبكة من العلاقات والتجارب خلال مسيرة حياتية ممتدة منذ الولادة الى الموت، وتذكر (بينر) ان الحالات السببية تكون أعمق بكثير من التهديدات والتجربة المؤلمة نفسها وترتبط بشكل خاص بتجربة فقدان الأفراد لاحتياجاتهم، فالطفل الذي لا يجد بيئة تحتيوه وتسانده، ستكون مشاعره أكثر حدة وأكثر تهديدا مما لدى البالغ، وان سلوك الانسان دائما يكون ذا غرض وموجه نحو الهدف وبطريقة ما أو بأخرى يكافح الأفراد باستمرار ليحفظوا اتزانهم الحيوي وحالة التوازن صحتهم في أثناء التفاعل مع البيئة ويواصلون الكفاح لأجل الحصول على طاقة كامنة فعلية من خلال محاولة تحقيق حاجاتهم وكلما تحقق اشباع الحاجات تحققت الاهداف لذلك فالحاجات الانسانية تشكل العامل الرئيس في مجموعة الأهداف ان المكونات الاساسية في المناعة ضرورية لتشجيع الوعي الذاتي وبشكل مساعد الكفاءة المدركة وتقوية المشاعر والمعتقدات التي تعزز المناعة وهي المساعدة الخارجية والقوى الداخلية ومهارات حل المشكلة الشخصية (Pienar 2007: 211).

- الدراسات السابقة للمناعة النفسية:

• دراسة (السفاسفة، ٢٠٢٠):

هدفت الدراسة الى التعرف على مستوى أعراض الاضطرابات النفسية الناتجة عن انتشار فايروس كورونا ومستواها وعلاقتها بمستوى المناعة النفسية لدى عينة من الأردنيين الذين تعرضوا لهذا الفايروس بشكل مباشر أو غير مباشر، تكون عدد أفراد عينة من (١٠٠) ذكر وانثى متطوعين، ولتحقيق أهداف الدراسة تم اعتماد مقياس تشخيص الاضطرابات

النفسية ، وتطوير مقياس المناعة النفسية ، بعد التأكد من دلالات صدقهما وثباتهما اشارت النتائج إلى أن أعراض الاضطرابات النفسية الناتجة عن انتشار فايروس كورونا جاءت حسب متوسطاتها الحسابية على النحو الآتي: القلق، والوسواس القهري ، والاكتئاب، والحساسية من الأشخاص، والهذيان، والعدائية، والنفسجسمانية، والذهانية ، وأن أكثرها انتشارا هو القلق وبمستوى عال ، وأقلها انتشاراً الأعراض الذهانية وبمستوى منخفض ، كما أشارت النتائج أن مستوى المناعة النفسية لأفراد الدراسة جاء متوسطاً، وأن هناك علاقة ضعيفة بين أعراض الاضطرابات النفسية الناتجة عن انتشار فايروس كورونا، ومستواها وبين مستوى المناعة النفسية (السفاسفة، ٢٠٢٠).

• دراسة عبد الجبار (٢٠١٠) الموسومة:

(المناعة النفسية وعلاقتها بالكفاءة الشخصية وسمو الذات لدى المصابين بمرض الغدة الدرقية) هدفت الدراسة الى التعرف على مدى اسهام متغيري الكفاءة الشخصية وسمو الذات في المناعة النفسية، كما هدفت الدراسة الى التعرف على المناعة النفسية وعلاقتها بالكفاءة الشخصية وسمو الذات لدى المصابين بمرض الغدة الدرقية وكانت العينة من (٢٠٠) فرداً بواقع (١٠٠) فرداً مصاب بمرض الغدة الدرقية و(١٠٠) فرداً غير مصاب بالمرض ، وكانت النتائج أن الكفاءة الشخصية وسمو الذات لها مساهمة ذات دلالة إحصائية في التنبؤ بالمناعة النفسية ، وتبين أيضا ان مرضى الغدة الدرقية يعانون من انخفاض درجاتهم على مقياس المناعة النفسية والكفاءة الشخصية وسمو الذات موازنة بالإحصاء (عبد الجبار، ٢٠١٠).

• دراسة (Manceaux & Zdanowicz N: 2016) الموسومة:

(المناعة النفسية وعلاقتها بأساليب المواجهة لدى مرضى الاكتئاب): هدفت الدراسة الى فحص العلاقة بين المناعة النفسية والاكتئاب؛ وذلك لدى عينة مكونة من (١٦٠) فرداً من مرضى الاكتئاب وأكدت نتائج الدراسة وجود علاقة عكسية بين الاكتئاب والمناعة ، كما ان أستعمل اساليب المواجهة له فاعلية في تقليل الاكتئاب وقد أكدت نتائج الدراسة: أن ضعف المناعة النفسية يسبب الاكتئاب، وذلك كرد فعل عند التعرض للضغوط الحياتية وعدم القدرة على مواجهتها، وضعف الدعم الاجتماعي والاسري، وعدم الثقة بالنفس، وصعوبة التحكم الانفعالي، وضعف المناعة النفسية ، والتشاؤم المستمر، وعدم القدرة على الاتزان الانفعالي (Manceaux & Zdanowicz N: 2016) في (شعبان ، ٢٠٢٠).

• دراسة لاي وآخرون (Li, et. al, 2020) الموسومة:

(الصحة النفسية وعلاقتها بالمناعة النفسية في ظل جائحة كورونا): هدفت الدراسة الى معرفة تأثير جائحة كورونا على الصحة النفسية هدفت وايضاً الدراسة الى مساعدة صانعي القرارات الى وضع سياسات الحضر التي تقلل من تأثير الجائحة على المناعة النفسية واعتمدت منهجية الدراسة على دراسة و تحليل التعليقات والمدونات على أحد أكبر مواقع التواصل الاجتماعي الصينية (weibo) تم تحليل (١٧٨٦٥) تعليقا وأعلانا على الموقع وتصنيف التعليقات التي تتعلق بالخوف أو القلق المرتبط بالجائحة، وأشارت نتائج الدراسة الى أن المشاعر السلبية مثل القلق، والاكتئاب، والحساسية والاجتماعية كانت أعلى من المشاعر التي تدل على الصحة النفسية مثل مشاعر الرضا، والسعادة، وأشارت نتائج الدراسة أيضا الى أن هناك تأثيراً واضحاً على الصحة النفسية نتيجة جائحة كورونا ويجب على صانعي القرارات العمل على وضع السياسات التي تزيد وتقلل من عمل الاخصائي النفسي في المجتمع لأجل تخفيف الاعراض النفسية السلبية الناتجة عن جائحة كورونا (Li,etal,2020) .

الفصل الثالث

أولاً: منهج البحث:

لا بد من اتباع منهج محدد يمكن عن طريقه دراسة متغير البحث ووصف الظاهرة موضوع الدراسة وتحليلها، ويعتمد دراسة كل ظاهرة على ما يتواجد عليه في الواقع، وعلى وصف تلك الظاهرة وصفاً دقيقاً وشاملاً (ملحم، ٢٠٠٠: ٣٢).

ثانياً: مجتمع البحث:

ويقصد بالمجتمع كل الاشياء أو الأشخاص الذين يشكلون أساس موضوع مشكلة البحث، أو هو كل العناصر التي لها علاقة بمشكلة البحث التي يروم الباحث أن يعمم عليها نتائج الدراسة (عباس، ٢٠٠٩: ٢١٧)، ويتحدد مجتمع البحث الحالي بالأفراد المتعافين من جائحة كورونا في محافظة واسط للعام الدراسي (٢٠٢٠-٢٠٢١) من كلا الجنسين والبالغ عددهم (١٦٦٦٦) وتم الحصول على هذه البيانات من دائرة صحة محافظة واسط قسم الصحة العامة شعبة الامراض الانتقالية بكتابهم ذي العدد ٥٦٤٠ في ١١ / ٣ / ٢٠٢١ بموجب كتاب تسهيل المهمة الصادر من عمادة كلية التربية للعلوم الانسانية / الدراسات العليا ذو العدد (٥٣) في ١١ / ١ / ٢٠٢١ والجدول (١) يوضح ذلك.

جدول (١)

مجتمع البحث موزع حسب الجنس والقطاع وعدد المصابين وعدد الوفيات وعدد المشافين

القطاع	عدد الاصابات	ذكور	الاناث	عدد الوفيات	عدد الشفاء الكلي
الاكوت ١	١١٦٣٧	٦٨٦٦	٤٧٧١	٢٠٣	١١٤٣٤
الكوت ٢	٥٢٨٩	٣١٢١	٢١٦٨	٥٧	٥٢٣٢
المجموع	١٦٩٢٦	٩٩٨٧	٦٩٣٩	٢٦٠	١٦٦٦٦

ثالثاً: عينة البحث:

أستعمل الباحث العينة العشوائية الطبقية، والغرض من هذه العينة هو الحصول على بيانات لأجراء عمليات التحليل الاحصائي لجميع فقرات المقاييس، والتي تعد من الخطوات الأساسية لبناء كل مقياس (Anastasi, 1976:192). وهناك مجموعة من الاعتبارات العلمية التي يتم على وفقها تحديد حجم العينة، ولقد تم اختيار حجم عينة البحث الحالي على وفق الاعتبارات الآتية:

١. رأي ايبيل (Ebel, 1972) الذي يشير إلى أن سعة العينة وكبرها هو الإطار المفضل في عملية الاختيار، لأنه كلما زاد حجم العينة قل احتمال وجود الخطأ المعياري (Ebel, 1972, p. 289-290).
٢. تأكيد ننلي (Nunnally, 1972) على أن نسبة عدد أفراد العينة إلى عدد فقرات المقياس يجب أن لا تقل عن نسبة (١:٥) لعلاقة ذلك بتقليل خطأ الصدفة في عملية التحليل الإحصائي (Nunnally, 1978, p. 262).
٣. إشارة الزوبعي والحمداني (١٩٨٣) التي تقيد بان العينة المناسبة في بناء الاختبارات والمقاييس النفسية هي العينة التي تتألف من (٤٠٠) مفحوص فأكثر بعد الاختيار العشوائي المتناسب لها (الزوبعي، وآخرون، ١٩٨٣: ١٣). وفي ضوء هذه الاعتبارات، تألفت عينة التحليل الاحصائي من (٤٠٠) فرد من الذكور وإناث المتعافين من جائحة كورونا في محافظة واسط (مركز المدينة الكوت) بواقع (٢٨٦) ذكور، و(١١٤) إناث كما في الجدول (٢).

جدول (٢) عينة البحث الأساسية موزعة حسب الذكور والاناث

القطاع	ذكور	الاناث	المجموع
الاكوت ١	١٣٢	٤٧	١٧٩
الكوت ٢	١٥٤	٦٧	٢٢١
المجموع الكلي	٢٨٦	١١٤	٤٠٠

رابعاً: أداة البحث:

- مقياس المناعة النفسية:

لغرض إكمال إجراءات الدراسة الحالية لابد من القيام ببناء مقياس يقيس المناعة النفسية لدى المتعافين من جائحة كورونا، ولغرض بناء مقياس المناعة النفسية، قام الباحث باتباع الآتي:-

- تحديد التعريف النظري للمناعة النفسية:

فقد اعتمد الباحث تعريف (بونانو، ٢٠٠٧) الذي عرفها بأنها القدرة على التعافي من التأثيرات السلبية للأحداث الضاغطة والقدرة على تجاوزها بشكل ايجابي ومواصلة الحياة بفاعلية واقتدار.

- صياغة الفقرات:

قام الباحث بصياغة فقرات المقياس من خلال مراجعة الأدبيات والدراسات السابقة فضلاً عن الفقرات التي صاغها الباحث من الاطار النظري والاستبيان الاستطلاعي الذي وزع على افراد العينة ليكون عدد فقرات المقياس بصورته الاولية (٣٠) فقرة ، مع مراعاة في ذلك:

١- أن تكون الفقرة معبرة عن فكرة واحدة فقط، وغير قابلة إلا لتفسير واحد.

٢- استبعاد ادوات النفي قدر المستطاع تجنباً للإرباك في الاجابة.

٣- أن يكون محتوى الفقرة واضحاً وصريحاً (ثورندايك وهيجن، ١٩٨٩، ٢٠٥).

وبذلك أصبح عدد الفقرات (٣٠) فقرة بصورته الأولية.

صلاحية الفقرات:

إن التحليل المنطقي يعد ضرورياً في بدايات إعداد الفقرات، لأنه يؤثر مدى تمثيل الفقرة ظاهرياً لما أعدت لقياسه، إذ إن الفقرة الجيدة في صياغتها تسهم في رفع قوتها التمييزية ومعامل صدقها (الكبيسي، ٢٠٠١: ١٧١). وللتحقق من ذلك استعان الباحث بمجموعة من المحكمين المتخصصين في مجال التربية وعلم النفس البالغ عددهم (١١) محكماً من أجل إبداء آرائهم والحكم على مدى صلاحية فقرات مقياس المناعة النفسية ومدى ملائمة الفقرات للمقياس، وقد كانت نسبة الموافقة (٨٢ % - ١٠٠ %) على الفقرة لتعد مقبولة في المقياس، إذ تم الإبقاء على جميع الفقرات، فضلاً عن أن بعض الفقرات قد تم تعديلها، كي تتلاءم مع عينة الدراسة الحالية من المرضى المتعافين من جائحة كورونا، والجدول (٣) يوضح ذلك.

جدول (٣) آراء المحكمين في صلاحية فقرات مقياس المناعة النفسية

ت	أرقام الفقرات	الموافقون		المعارضون	
		النسبة	تكرار	النسبة	تكرار
١	١، ٢، ١٢، ١٣، ١٥، ١٦، ١٧، ١٩، ٢٠، ٢٢، ٢٤، ٢٦، ٢٧، ٢٨	١٠٠%	١١	-	-
٢	٣، ٤، ٨، ٩، ١٠، ١١، ١٤، ٢١، ٢٣، ٢٥، ٢٩، ٣٠	٩١%	١٠	٩%	١
٣	٤، ٥، ٦، ٧، ١٨	٨٢%	٩	١٨%	٢

- بدائل الإجابة وتصحيح المقياس:

اعتمد الباحث طريقة ليكرت (Likert) الخماسي المتدرج في إعداد الفقرات للمقياس، وتعدّ من أكثر الطرائق شيوعاً في القياس، وأفضلها في التنبؤ بالسلوك وبما ان عدد البدائل (٥) وهي (تنطبق على كثيراً جداً، تنطبق على كثيراً، تنطبق على بدرجة متوسطة، تنطبق على قليلاً، لا تنطبق على أبداً) عند تصحيح المقياس تعطى الدرجات من (٥ - ٤ - ٣ - ٢ - ١) للفقرات الموجبة (١ - ٢ - ٣ - ٤ - ٥) للفقرات السالبة بعد ذلك تجمع الدرجات بحسب استجابة كل فرد لتكون الدرجة الكلية على المقياس، حيث تكون أعلى درجة يحصل عليها المجيب هي (١٥٠) وأقل درجة (٣٠).

- تجربة وضوح التعليمات:

إنّ التعليمات تعد بمثابة الدليل الذي يسترشد به المستجيب في أثناء إجابته على الفقرات لكل مقياس، وروعي أن تكون التعليمات سهلة ومفهومة، كما تم التأكيد فيها على المستجيب ضرورة اختيار البديل المناسب، والذي يعبر عن رأيه وذلك من خلال وضع علامة (✓) أمام البديل المناسب، وأنه لا توجد إجابة صحيحة وأخرى خاطئة، وأن الإجابة لن يطلع عليها احد سوى الباحث، وسوف تستعمل لأغراض البحث، ومن ثم طبق المقياس على عينة مكونة من (٢٠) فرد، وبعد إجراء التطبيق الاستطلاعي اتضح أن جميع فقرات المقياس واضحة لأفراد العينة، كما أن مدى الوقت الذي استغرقه المستجيب في الإجابة على المقياس (١٢-٢٠) دقيقة وبمتوسط قدره (١٦) دقيقة .

- الخصائص السايكومترية :

اولاً - صدق المقياس:

ترى (Anastasi) أن المقياس الصادق هو المقياس الذي يحقق الوظيفة التي يعد من اجلها (Anastasi, 1988, p139) فالاختبار الصادق هو الاختبار الذي يقيس الظاهرة التي وضع من اجل قياسها دون اية ظاهرة اخرى (النعيمة، ٢٠١٤: ٢١٩) من أنواعه.

وللتحقق من صدق المقياس الحالي اعتمد الباحث المؤشرات الآتية:

أ- الصدق الظاهري: وقد تحقق هذا النوع من الصدق للمقياس من خلال عرضه على مجموعة من المحكمين المختصين في القياس النفسي والتربوية وعلم النفس واخذت نسبة الاتفاق ما بين (٨٢% - ١٠٠%).

ب- مؤشرات صدق البناء: وقد تحقق هذا النوع من الصدق من خلال:

أولاً - القوة التمييزية للفقرات:

لحساب القوة التمييزية لفقرات مقياس المناعة النفسية عمد الباحث إلى تحليل الفقرات عن طريق اتباع الآتي:

- ١- تحديد الدرجة الكلية لكل استمارة من الاستمارات البالغ عددها (٤٠٠) استمارة.
- ٢- ترتيب الاستمارات من أعلى درجة إلى أدنى درجة.
- ٣- تعيين نسبة (٢٧%) التي تُعد أقصى تمايز بين الاستمارات الحاصلة على الدرجات العليا والبالغ عددها (١٠٨) استمارة كذلك تعيين نسبة (٢٧%) من الاستمارات الحاصلة على الدرجات الدنيا، والبالغ عددها (١٠٨) استمارة وبذلك يكون عدد الاستمارات التي خضعت للتحليل (٢١٦) استمارة من أصل (٤٠٠) استمارة.
- ٤- تطبيق الاختبار التائي لعينتين مستقلتين لاختبار دلالة الفروق بين المجموعتين العليا والدنيا على كل فقرة، وقد عدت القيمة التائية مؤشراً لتمييز كل فقرة، وكانت جميع الفقرات دالة لأن القيم التائية المحسوبة لها أكبر من القيمة التائية الجدولية (١,٩٦) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) وبدرجة حرية (٢١٤) والجدول (٤) يوضح ذلك:

جدول (٤) القوة التمييزية لفقرات مقياس المناعة النفسية بأسلوب المجموعتين المتطرفتين

الذالة	القيمة التائية المحسوبة	المجموعة الدنيا		المجموعة العليا		الفقرة
		الانحراف المعياري	المتوسط	الانحراف المعياري	المتوسط	
دالة	٤,٣١٥	١,٢٦١	٣,٥٩	٠,٨٨٢	٤,٢٣	١
دالة	٧,٧١٠	١,١٠٣	٢,٧٩	١,٠١٣	٣,٩٠	٢
دالة	٧,٨٠٧	١,٢١١	٣,٠١	٠,٩٥٢	٤,١٧	٣
دالة	٨,٥١٦	١,٠٧١	٢,٦٥	١,٠٧١	٣,٨٩	٤
دالة	٣,٨٣٨	١,١٠٠	٢,٨٠	١,١٣٣	٣,٣٨	٥
دالة	٨,٨٦٩	١,٠٤٥	٣,٠٣	٠,٩٣١	٤,٢٢	٦
دالة	٣,٤٩٤	٠,٩٩٨	٢,٥٦	١,٤٢٠	٣,١٥	٧
دالة	١١,٧٢٣	١,١٣٧	٢,٨١	٠,٧٨١	٤,٣٧	٨
دالة	٣,٠٠٤	١,٢٦٨	٢,٤١	١,٥٢٨	٢,٩٨	٩
دالة	٦,٩٥١	١,٣٠٠	٣,٠٣	١,٠٧٨	٤,١٦	١٠
دالة	٣,٣٦٨	١,٠٦٢	٢,٤٥	١,٤١٧	٣,٠٣	١١
دالة	٩,٧٤٤	١,٢١١	٢,٨١	١,٠٤٥	٤,٣١	١٢
دالة	٨,٣٤٤	١,٢٩٢	٣,٢٢	٠,٨٤٧	٤,٤٦	١٣
دالة	٨,٤٧٣	١,٢٦٦	٢,٩٣	١,٠٣٦	٤,٢٦	١٤
دالة	١٠,٨١٧	١,٢٧٨	٢,٩٥	٠,٨٥٧	٤,٥٦	١٥
دالة	٨,٨٦٧	١,٣٠٩	٣,٣١	٠,٧٧١	٤,٦١	١٦
دالة	٧,٢٣٢	١,٢٠٣	٣,٣١	١,٠٧٠	٤,٤٣	١٧
دالة	٨,٠٨٦	١,١٤٧	٣,٠٥	١,١٩٢	٤,٣٣	١٨
دالة	٣,٧٦٩	١,٢٠٨	٣,٤١	١,٣٨٦	٤,٠٧	١٩
دالة	٧,١٩٦	٠,٩٧٥	٣,٦١	٠,٧٢٨	٤,٤٥	٢٠
دالة	٩,٦٣٤	٠,٨٨١	٣,٨٣	٠,٤٧١	٤,٧٦	٢١
دالة	١٠,٠٧٤	٠,٩٥٥	٣,٦٨	٠,٥٢٣	٤,٧٣	٢٢
دالة	٦,٠٨٧	٠,٧٨٥	٣,٦٧	١,٠٧١	٤,٤٤	٢٣
دالة	٣,٤٥٠	٠,٨١٨	٣,٧٢	١,٢٣١	٤,٢١	٢٤
دالة	٩,١٥٢	٠,٨٤٨	٣,٤٩	٠,٧٥٥	٤,٤٩	٢٥
دالة	٩,٩٩٥	٠,٨٠١	٣,٦٥	٠,٦٤٨	٤,٦٤	٢٦
دالة	٥,٨١٠	٠,٧٩٦	٣,٧٦	٠,٨٤٣	٤,٤١	٢٧
دالة	٥,٨٨١	٠,٨٩٨	٣,٦٦	١,٠٦٢	٤,٤٤	٢٨
دالة	٦,٨٨٤	٠,٩٢٦	٣,٦١	٠,٩٥٢	٤,٤٩	٢٩
دالة	٧,٨٠٩	١,٠٢٤	٣,٥٨	٠,٦٦٣	٤,٥٠	٣٠

ثانياً - علاقة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس:

يعني هذا أن الفقرة تقيس المفهوم نفسه الذي يقيسه المقياس كلياً إذ يعد هذا احد مؤشرات صدق البناء (الزوبعي، ١٩٨٣، ٤٣)، وقد تحقق هذا النوع من الصدق في مقياس المناعة النفسية من خلال إيجاد العلاقة الارتباطية بين درجة كل فقرة والدرجة الكلية للمقياس، واستخدم معامل ارتباط بيرسون لاستخراج العلاقة الارتباطية بين درجة كل فقرة والدرجة الكلية ل(٤٠٠) استمارة ، وأظهرت نتائج المعالجة الإحصائية لدرجات الأفراد على مقياس المناعة النفسية وجود علاقة ارتباطية دالة لدى مقارنتها بالقيمة الجدولية (٠,٠٩٨) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) وبدرجة حرية (٣٩٨) ولجميع الفقرات والجدول (٥) يوضح ذلك .

جدول (٥) قيم معاملات ارتباط بين درجة كل فقرة والدرجة الكلية لمقياس المناعة النفسية

معاملات الارتباط	ت	معاملات الارتباط	ت
٠,٤٧٢	١٦	٠,٢٩١	١
٠,٤٩٣	١٧	٠,٤٠٣	٢
٠,٥٣٤	١٨	٠,٤٢٦	٣
٠,٣٠٣	١٩	٠,٤٣٢	٤
٠,٣٣٥	٢٠	٠,٢٥٤	٥
٠,٤٣١	٢١	٠,٤٣١	٦
٠,٤٦٢	٢٢	٠,٢٦٨	٧
٠,٤٦٣	٢٣	٠,٥٣١	٨
٠,٣٥١	٢٤	٠,٣٠٢	٩
٠,٤٢٧	٢٥	٠,٤٠٢	١٠
٠,٤٥٦	٢٦	٠,٣١٠	١١
٠,٣١٣	٢٧	٠,٥٤٤	١٢
٠,٤٦١	٢٨	٠,٥١٢	١٣
٠,٤٢٤	٢٩	٠,٤٢٠	١٤
٠,٣٢٠	٣٠	٠,٥١٠	١٥

ثانياً - ثبات المقياس :

للكشف عن مؤشرات ثبات مقياس المناعة النفسية تم حساب الثبات بطريقتين هما :

أ- الاتساق الخارجي باستعمال طريقة الاختبار - إعادة الاختبار:

تم تطبيق المقياس على أفراد عينة الثبات البالغة (٤٠) فرد، وبعد مرور مدة أسبوعين او اكثر من التطبيق الأول، فقد أعيد تطبيق المقياس من قبل الباحث مرة أخرى على العينة ذاتها، ثم صححت إجاباتهم، وباستعمال معامل ارتباط (بيرسون) بين درجات التطبيقين الأول والثاني، وقد بلغ معامل الثبات (٠,٨١)، وتعد هذه القيمة مؤشراً إيجابياً على مدى استقرار إجابات المستجيبين على مقياس المناعة النفسية .

ب - طريق الاتساق الداخلي باستعمال معامل ألفا كرونباخ:

ولأجل استخراج الثبات لمقياس المناعة النفسية بهذه الطريقة تم استعمال معادلة (ألفا كرونباخ) على افراد عينة الثبات البالغة (٤٠) فرد، وقد بلغ معامل الثبات لمقياس المناعة النفسية (٠,٧٩).

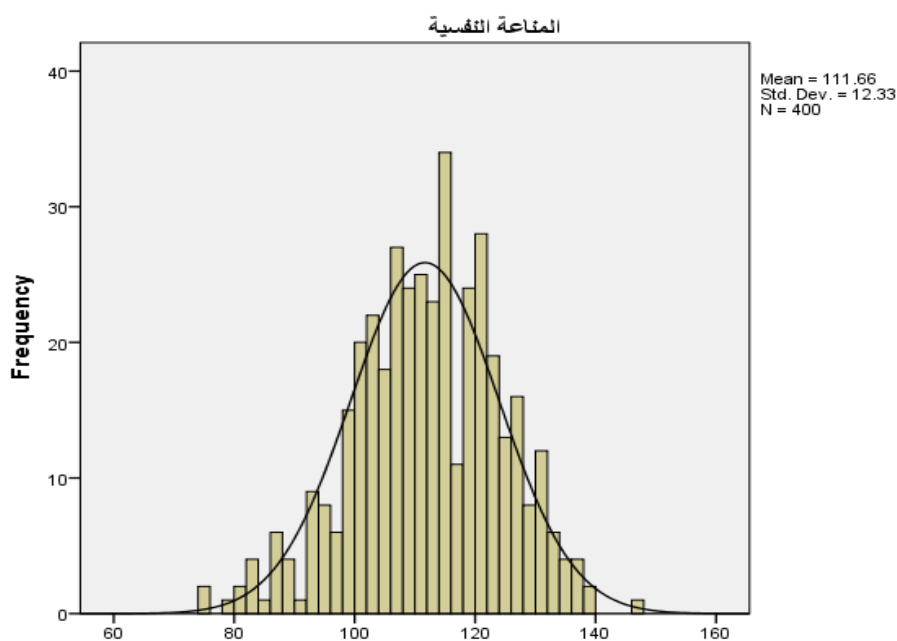
المؤشرات الإحصائية لمقياس المناعة النفسية:

من خلال استخراج المؤشرات الإحصائية لدرجات استجابات عينة البحث تبين أن توزيع درجات عينة التحليل الإحصائي في مقياس المناعة النفسية كان اقرب إلى التوزيع الاعتدالي، الجدول (٦) والشكل (١) يوضحان ذلك.

جدول (٦) المؤشرات الإحصائية لدرجات استجابات عينة البحث في مقياس المناعة النفسية

قيمها	المؤشرات الإحصائية الوصفية	
١١١,٦٦	Mean	الوسط الحسابي
١١٢,٠٠	Median	الوسيط
١١٥	Mode	المنوال
١٢,٣٣٠	Std. Deviation	الانحراف المعياري
٠,٠٨٢-	Skewness	الالتواء
٠,٠٤٤-	Kurtosis	التفرطح
٧٥	Minimum	اقل درجة
١٤٦	Maximum	أعلى درجة

شكل (١) توزيع عينة التحليل الإحصائي في مقياس المناعة النفسية



وصف المقياس بالصيغة النهائية:

طبق الباحث المقياس على أفراد عينة البحث المتمثلة بالمرضى المتعافين من جائحة كورونا، ومن كلا الجنسين والبالغ عددهم (٤٠٠) فرد ، يتكون المقياس الحالي بالصيغة النهائية من (٣٠) فقرة وقد وضع للمقياس (٥) بدائل وهي (تطبيق على كثيرا جدا، تطبيق على كثيرا، تطبيق على بدرجة متوسطة ، تطبيق على قليلا، لا تتطبق علي أبدا) ، إذ طلب من المستجيب أن يؤشر بعلامة (✓) أمام الفقرة التي يرى انها تتطبق عليه وتكون درجات التصحيح تنازلياً (٥-٤-٣-٢-١) لل فقرات الموجبة (١-٢-٣-٤-٥) لل فقرات السالبة ، ولما كان عدد الفقرات (٣٠) فقرة ، فان اعلى درجة ستكون (١٥٠) ، وادنى درجة ستكون (٣٠) بمتوسط فرضي قدره (٩٠) درجة .

خامساً - الوسائل الاحصائية: لمعالجة بيانات هذا البحث، استخدمت الوسائل الاحصائية الاتية، بمساعدة الحقيبة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS) بواسطة الحاسوب.

الفصل الرابع

أولاً - عرض نتائج البحث وتفسيرها ومناقشتها:

• التعرف على المناعة النفسية لدى المتعافين من جائحة كورونا.

تحقيقاً لهذا الهدف استخرج الباحث المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لاستجابات افراد عينة البحث على فقرات المقياس حيث بلغ المتوسط الحسابي (١١١,٦٦) و بانحراف معياري (١٢,٣٣٠) وهو اعلى من المتوسط الفرضي البالغ (٩٠) ولإيجاد دلالة الفرق استخدم الباحث الاختبار التائي لعينة واحدة، فنتبين ان قيمة الاختبار التائي المحسوبة هي (٣٥,١٢٩) وهي أعلى من القيمة الجدولية البالغة (١,٩٦) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) وهي دالة احصائيا وكما هو موضح في الجدول (٧).

جدول (٧) نتائج الاختبار التائي للفرق بين المتوسط الحسابي والوسط الفرضي لمقياس المناعة النفسية

العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الفرضي	درجة الحرية	القيمة التائية المحسوبة	القيمة الجدولية	مستوى الدلالة
٤٠٠	١١١,٦٦	١٢,٣٣٠	٩٠	٣٩٩	٣٥,١٢٩	١,٩٦	٠,٠٥

وتشير هذه النتيجة الى تمتع عينة البحث بالمناعة النفسية بالرغم من الظروف النفسية والصحية الصعبة التي تهدد الحياة في الوضع الراهن ، ويرى الباحث ان هذه النتيجة تنسجم مع طبيعة المجتمع العراقي لما يملكه من صبر وقوه تحمل في الظروف الصعبة واساليب تعامل ايجابية مع المشكلات التي تواجه نتيجة التعرض للالزامات والشدائد المستمرة جعلت لهم مناعة نفسية عالية ، وهذه النتيجة جاءت منسجمة مع الاطار النظري الذي يشير بانة هناك بعض الناس يختلفون في درجة مناعتهم النفسية والقوه تمكنهم من الصمود امام اي درجة من درجات الضغوط النفسية ومواجهتها وان لكل فرد لديه قدر معين من المناعة النفسية يستطيع يتحمل بها الضغوط الى الحد الذي لا يستنفذ فيه الفرد حدود هذه المقامة، وهذه النتيجة تتفق مع دراسة (Manceaux& Zdanowicz N,P: 2016) ودراسة (السفاسفة، ٢٠٢٠) .

ثانياً - الاستنتاجات:

من خلال معطيات البحث الحالي استنتج الباحث الآتي:

- تمتع المتعافين من جائحة كورونا بقدر جيد من المناعة النفسية نتيجة التعامل مع الضغوط بطريقة ناجحة تؤدي الى زيادة قدرة الفرد على المواجهة الفعالة للشدائد والمحن.

ثالثاً - التوصيات:

في ضوء النتائج التي تم التوصل اليها البحث الحالي يوصي الباحث بما يأتي:

- ١- مساهمة وزارة الصحة على اهمية مفهوم المناعة النفسية ونشره عن طريق المؤسسات الاعلامية كونها تساهم في تقليل الاثار السلبية للأحداث الحياة الضاغطة وتعمل على حماية الافراد من الاصابة بالأمراض الصحية والنفسية.
- ٢- مساهمة وزارة الصحة ووزارة التعليم العالي والبحث العلمي ووزارة التربية على وضع خطط وبرامج وقائية من اجل تنمية وعي الافراد في غرس السلوكيات والعادات الصحية للتعامل الايجابي والفعال مع احداث الحياة الضاغطة وتذليل الصعوبات والمشكلات التي تواجه الأفراد.
- ٣- الاستفادة من مقاييس البحث للتعرف على المناعة النفسية لشرائح مختلفة من الافراد من قبل مراكز الارشاد النفسي في الجامعات العراقية والمرشدين التربويين العاملين في وزارة التربية.

رابعاً - المقترحات:

يقترح الباحث في ضوء النتائج والتوصيات ما يأتي :

- ١- إجراء دراسة تبحث في العلاقات بين المناعة النفسية ومتغيرات نفسية وتربوية أخرى، مثل جودة الحياة، ضبط الذات، قوة الانا.
- ٢- اجراء دراسة مقارنة تتناول الفروق بين الذكور والاناث والمصابين والمتعافين من جائحة كورونا.

المصادر العربية والاجنبية

١. الأحمدي، علي بن حسن (٢٠٠٣) : مستوى الوعي الصحي لدى تلاميذ الصف الثاني الثانوي وعلاقته باتجاهاتهم الصحية في المدينة المنورة ، كلية التربية ، جامعة ام القرى، الرياض .
٢. الاعجم، نادية محمد (٢٠١٣) : المناعة النفسية وعلاقتها بالمساندة الاجتماعية لدى طلبة الجامعة ، (رسالة ماجستير غير منشورة) ، كلية الآداب ، جامعة ديالى .
٣. البركي، فؤاد (٢٠٢٠): الدليل العلمي الشامل لفايروس كورونا المستجد ١٩ COVID - قسم الشؤون العلمية ، جامعة المثني، العراق .
٤. البهاص ، سيد أحمد (٢٠٠٢) : النهك النفسي وعلاقته بالصلاية النفسية لدى معلمي ومعلمات التربية الخاصة ، مجلة كلية التربية جامعة طنطا ، العدد الواحد والثلاثون .
٥. الحيايني، صبري) ٢٠٠١ : (الارشاد التربوي والنفسي الاسلامي ونظرياته ، دار الصفاء للنشر والتوزيع ، ط ١ ، عمان .
٦. دافيدوف ، لندال (١٩٨٣): الشخصية والدافعية والانفعالات ط ١ ، ترجمة السيد الطواب ، الدار الدولية للاستثمارات الثقافية ، مصر .
٧. راضي، زينب نوفل (٢٠٠٨) : الصلاية النفسية لدى أمهات شهداء انتفاضة الأقصى وعلاقتها ببعض المتغيرات ، رسالة ماجستير غير منشورة ، الجامعة الإسلامية، كلية التربية، غزة .
٨. الزهيرى، لمياء (٢٠١٢): المرونة النفسية وعلاقتها بأحداث الحياة الضاغطة لدى طلبة الجامعة (رسالة ماجستير غير منشورة)، كلية العلوم الانسانية ،جامعة ديالى .
٩. الزوبعي (١٩٨٣) : الاختبارات والمقاييس النفسية، جامعة الموصل ، دار الكتب للطباعة والنشر، الموصل .
١٠. زيدان، عصام محمد (٢٠١٣): المناعة النفسية مفهومها وأبعادها وقياسها، مجلة كلية التربية ، جامعة طنطا (٥١)، ٨١١-٨٨٢ .
١١. السفاضة ، محمد ابراهيم(٢٠٢٠) : مستوى اعراض الاضطرابات النفسية الناتجة عن انتشار فايروس كورونا وعلاقته بمستوى المناعة النفسية لدى عينة من الاردنيين ، جامعة مؤتة ، الاردن .
١٢. الشريف ،علاء فريد(٢٠١٥): فاعلية برنامج إرشادي قائم على خصائص الشخصية المحددة للذات في تدعيم نظام المناعة النفسية لخفض مشاعر الاغتراب النفسي (اطروحة دكتوراه غير منشورة)، كلية التربية ، جامعة المنصورة .
١٣. عباس، محمد خليل ونوفل ، محمد بكر (٢٠٠٩): مدخل الى مناهج البحث في التربية وعلم النفس، ط٢، دار الميسرة للنشر والتوزيع والطباعة، عمان، الأردن .
١٤. عبد الوهاب، كامل(١٩٩٤): سيكولوجيا السلوك الاجتماعي والاتصال - القاهرة -مكتبة النهضة المصرية، مصر .
١٥. ثورنديك ، لازويرت وهجين ، اليزابيث (١٩٨٩): القياس والتقويم في علم النفس والتربية، ترجمة عبد الله زيد الكيلاني وعبد الرحمن عدس، ط ٤ مركز الكتب الأردني .
١٦. شعبان، نسمة لطفي (٢٠٢٠): المناعة النفسية وعلاقتها بالاكنتاب لدى عينة من المراهقين المعاقين بصريًا، مجلة البحث في التربية وعلم النفس المجلد ٥٣ العدد ٢ ابريل ٢٠٢٠ كلية التربية- جامعة المنيا .
١٧. عصفور ،ايمان حسنين (٢٠١٣) : تنشيط المناعة النفسية لتنمية مهارات التفكير الإيجابي وخفض قلق التدريس لدى الطالبات المعلمات شعبة الفلسفة والاجتماع، مجلة دراسات عربية في التربية وعلم النفس .
١٨. غيات، بوفلجة(٢٠٢٠) : دور الرفاه النفسي في تدعيم الحصانة النفسية والجسدية لمواجهة وباء كوفيد - ١٩، جامعة وهران ٢، محمد بن أحمد، الجزائر .
١٩. النعيمي، مهدي محمد عبد الستار (٢٠١٤): القياس النفسي في التربية وعلم النفس، ط١، جامعة ديالى، العراق .
٢٠. الكبسي، طارق فحل(٢٠٠١):الدعم النفسي الاجتماعي الانساني ،مجلة الهلال الاحمر العراقية، العدد ٣ .
٢١. مرسي، كمال(٢٠٠٠): السعادة وتنمية الصحة النفسية ، الجزء الاول ، دار النشر للجامعات . القاهرة .

٢٢. ملحم ، سامي محمد (٢٠٠٠): مناهج البحث في التربية وعلم النفس، دار المسيرة للنشر والتوزيع ، عمان
٢٣. منظمة الصحة العالمية (١٩٩٩): الصحة النفسية والجسمية، المكتب الاقليمي لشرق المتوسط، مصر .
٢٤. يونس، رفعة (٢٠٠١) : الطب النفسي يشفي الجسم العليل ، مجلة الصحة والطب ، العدد ٥٩ ، دبي.
25. (APA) American Psychological Association (2010). Resilience Factoris and strategies,750, first street, NE, washigton Dc.
26. Anastasi, A. (1976): **Psychological Testing**, (4th). New York: Macimillan.
27. Barbanel, L., (2009): **Breaking the Addiction to Please Goodbye Guilt**. Published by Jason Aronson. An imprint of Roman & Littlefield Publishers, Inc.
28. Gilbert,D.T.,Pinel,E.C.,Wilson,T.D.,Blimberg,s,j.&wheatleyM.T.P1998.. **Immune neglect:A source igforecasting**. Journal of personality and journal of person ality and social psychology ,75,717-638.
29. Goldstein , S. (2008) : **Creating A Clinical Psychology Of Resilience** , pearson Education , Inc .
30. Lazarus,R.S(1994): **Stress and Emotion,A New synthesi**,New York:Springer.
31. Manceaux,P., Zdanowicz,N(2016): **Immunity ,coping and depression . Psychiatria Danubina**. 28, (1) pp 165-169.
32. Marzieh , 2005 , **Identifying stressors and reactions to stressors** – in gifted and non-gifted students , International Education.
33. Masten ,A,S(2011): ordinary Magi : **Resilience processes In Development American psychologist**.,p.227-283.
34. Nunnally, J.C. (1978): **Psychometric theory New york McGraw – Hill**.
35. Ven breda , A.D. (2001) : **Resilience Theory : Aliterature Review Pretoria** , South Africa Military Health Service .
36. Werner, D. F.(1987). Dictionnaire de la Psychologie. France : Librairie Générale Française.
37. Wilson, L, (2002) : **Risk and resitance factors and adjustment in maternal caregivers pf children with serious mental disorders** (Unpublished Doctoral Disserttion), the Fihving Institute, USA.
38. Bonanno , GA. Galea , S , Buceli , A, & Vlahov , D , (2007) : **What Predicts Ciar Psychological Resilience After Disaster** . The Role Of Demographics , Resoueces , And Life Stress . Journal Of Consulting And Clinical