الحصانة الذاتية لدى عينة من طلبة المرحلة الاعدادية

م.م عبير دهام كاظم الصالح

كلية التربية للعلوم الانسانية/ جامعة تكريت

المستخلص:

ويقتصر البحث الحالي بطلبة المرحلة الاعدادية ومن كلا الجنسين (ذكور- إناث) والتخصصين (علمي- ادبي) للعام الدراسي (2021 -2022).

وتضمنت عينة البحث (120) طالباً وطالبة موزعين بصورة متساوية للاختصاص الإدبي والعلمي وكلا الجنسين.

1- مستوى الحصانة الذاتية لدى المرحلة الاعدادية.

2- الفروق ذات الدلالة الإحصائية في مستوى الحصانة الذاتية لدى طلبة المرحلة الاعدادية تبعاً لمتغيري الجنس.

3- الفروق ذات الدلالة الإحصائية في مستوى الحصانة الذاتية لدى طلبة المرحلة الاعدادية تبعاً لمتغيري التخصص.

وفي ضوء النتائج توصلت الباحثة إلى مجموعة من التوصيات منها:

1- تأكيد دور الحصانة الذاتية بوصفها مصدر مهم وضروري في جميع المؤسسات التربوية والتعليمية.

كذلك أقترحت الباحثة العديد من الدراسات منها:

إجراء دراسة تتناول الحصانة الذاتية لمراحل دراسية أخرى مثل طلبة المرحلة الجامعية.

Abstract:

The current research is limited to students of the preparatory stage of both sexes (males - females) and two specializations (scientific - literary) for the academic year (2022-2021). The research sample included (120) male and female students equally distributed in the literary and scientific specialization, and both sexes.

1- The level of self-immunity in the middle school stage.
2- Statistically significant differences in the level of self-immunity among middle school students according to the two sexes.
3- Statistically significant differences in the level of self-immunity among middle school students according to the two majors variables. In light of the results, the researcher reached a set of recommendations, including:
    1- Confirming the role of self-immunity as an important and necessary source in all educational and educational institutions

أولاً: مشكلة البحث:-

تعد الحصانة الذاتية هدفاً أساسياً لكل شخص، لذا جاء الاهتمام في السنوات الأخيرة بالموضوعات التي تؤكد على إيجابية الشخصية الإنسانية، ويشدد علماء علم النفس الإنساني على ضرورة أن تكون الحياة الداخلية والخارجية للإنسان أكثر عمقاً وتوافقاً مما يجعله قادراً على التعامل الكفء مع أقسى الظروف التي يواجهها في حياته اليومية، وأن الحصانة الذاتية ترتبط ارتباطاً وثيقاً مع الكثير من المفاهيم والمتغيرات الإيجابية، التي تعد مؤشراً مهماً في تفسير السلوك الإنساني والتنبؤ به وربما يكون متغيرا يمكن التنبؤ به من خلال علاقته بالمتغيرات الأخرى.

لا يختلف اثنان على أن المرحلة الحالية تشهد قفزة كبيرة في الجانب العلمي، وعلى هذا الأساس تحاول الأمم والمجتمعات للاستثمار الأمثل لمواردها البشرية، وذلك من خلال الاهتمام بالمؤسسات التعليمية ومن بينها الجامعات، وذلك من أجل مواكبه التطور والتقدم وتحقيق النجاح.

ويشكل طلبة الجامعة شريحة هامة من شرائح المجتمع الذي يتطلع إلى التقدم والازدهار، علاوة على ذلك فهم عماد الأمة وقادتها في المستقبل، إذ أصبح الاهتمام بفئة الطلبة الجامعيين ودراسة خصائصهم ومعرفة حاجياتهم والاطلاع على مشاكلهم.

وتعد مرحلة الدراسة الجامعية من المراحل المهمة في حياة الطالب، لما لها من دور في تحديد شكل حياته المستقبلية و دوره فيها، وكغيرها من المراحل فإن أفرادها معرضون للضغوط النفسية، ويشير كوبازا وسميث **Kopaza and Smith,1982,** إلى أن التعرض للضغوط والأزمات هو أمر حتمي ولا مفر منه، إذ إن الحياة تحمل في طياتها الكثير من العقبات والصعوبات والظروف غير المؤاتية، وقد لخص (سميث) ذلك بقوله: "لا حياة بدون ضغوط، وحيث توجد الحياة توجد الضغوط" (صيدم، 2012 : 4).

في ضوء ما تقدم، وفي ظل هذه التحديات والظروف الحياتية الصعبة التي يواجهها الطلبة الجامعيون تتجلى الحاجة للحصانة النفسية "**Psycho-immunity**" وما ينطوي عليها من قدرات تعمل على تقوية شخصية الفرد وتساعده على الانسجام مع ظروف الحياة المختلفة

وتعد الحصانة الذاتية المرفأ الآمن والحصن المتين ضد هذه الضغوط، إذ يمكن القول إن القرن الحادي والعشرين هو عصر علم النفس الإيجابي بامتياز، وتعد موضوعات المرونة النفسية، المناعة النفسية، الصمود النفسي، الذكاء الانفعالي، الرفاه النفسي، الطمأنينة النفسية، والحصانة الذاتية.... إلخ، من المفاهيم المهمة في علم النفس الإيجابي، وذلك بسبب ما يترتب عليها من آثار إيجابية على التوافق النفسي والاجتماعي للفرد.

ثانياً: أهمية البحث:

كرَّسَ علم النفس جانباً كبيراً من دراساته للبحث في جوانب الكدر والتعاسة في حياة الإنسان، لكنه بخل بإسهاماته وتحليلاته ومنطلقاته النظرية في تناول الجانب المضيء في حياتهم مثل (الشعور بالسعادة، والتسامح، والتفاؤل، والصمود النفسي، والصلابة النفسية، والجلد، والطمأنينة النفسية، والمناعة النفسية، والمرونة النفسية، والصبر على تحمل الشدائد والمحن التي يواجهها الإنسان).

ومن هنا أصبح البحث في مفاهيم علم النفس خصوصاً الإيجابية منها مطلباً إنسانياً ملحاً، بعد ما خاض البحث ولعدة سنوات في تلك المفاهيم السلبية والأمراض النفسية التي أرقت الإنسانية طويلاً وعظَّمت من آثارها، تلك المفاهيم التي جعلت الشخصية مليئة بمشاعر الحزن والقلق والاكتئاب، فقد نشأت لديها الرغبة في إيجاد فرع من فروع علم النفس يهتم بشكل كبير بذلك الجانب المنير والمضيء في حياة الإنسان، ذلك العلم الذي يبحث عن تلك الصفات والخصائص الفاعلة والإيجابية التي تعضد من قيمة الإنسان،

وتركز على إنسانيته وتضفي عليه عمق التسامي والتباهي بتلك المشاعر الإنسانية الإيجابية.

وبدأت هذه الخصائص الإيجابية التي تتفرد بها الشخصية الإنسانية تشخصها عيون هؤلاء العلماء الذين تخصصوا في علم النفس الإيجابي، ذلك العلم الذي راح يبحث في الإنسان عن أجمل ما فيه من مشاعر وأحاسيس. (سليمون، 2015: 91).

وهذا التوجه الذي أخذا علم النفس الإيجابي بدراسته، إنما كان بتوجيه من مؤسس هذا العلم سليجمان **(Seligman)** الذي دعا علماء النفس وبتوجيه منه للبحث عن القوى الإيجابية التي يمتلكها الإنسان بديلاً عن البحث في تلك الجوانب السلبية أو المضطربة في الشخصية الإنسانية (سيلجمان، 2003: 12).

ويمتلك الإنسان الكثير من الصفات الإيجابية، التي ينبغي على الباحثين دراستها والبحث عنها وفيها ومعرفة تأثيرها على حياتنا وشخصياتنا، والتعرف على العوامل التي تنميها وتفعلها، والتعرف كذلك على الذين يملكون مثل هذه الصفات الإيجابية وكيف يمكن تنمية المزيد منها وجعلها مثمرة ودائمة.

وتعد الجامعات من المؤسسات التربوية والتعليمية التي تقوم بدور مهم ومؤثر في خلق حركة التجديد في المجتمعات كافة، عن طريق التأثير في الطبقات الاجتماعية التي سوف يكون لها الدور الأساسي في التخطيط والتوجيه والانتاج، ولذلك فمن الأهداف الجوهرية والمهمة هي إعداد جيل متحرر من الجهل والتخلف وقوي في تركيبته وأخلاقه وشخصيته يعي تراث أمته ويعتز بها ويُسلح بمنجزات العصر العلمية.

إنَّ شريحة الشباب عامة، والطلبة خاصة، من الشرائح المهمة في المجتمع، وذلك لكونهم قادة المستقبل وعليهم تبني الأمة آمالها ومستقبلها، وهم قادة الغد ورجاله وإليهم تؤول مسؤولية حمل أمانة العمل الوطني وعلى قدر ما ينجح المجتمع في إعداد هذه الشريحة يتحقق نجاحه حيث يرى المجتمع نفسه في مرآة الشباب في هذه المرحلة عندما يسعون إلى أن يوظفوا مهاراتهم الاجتماعية والثقافية والمهنية وأن يجدوا لأنفسهم فلسفةً

ومُثلاً وأخلاقيات خاصة وأن ينجحوا في تكوين علاقات اجتماعية مع من هم بنفس سنهم من كلا الجنسين لذا لابد أن تحقق الجامعة لهم جوًا نفسياً واجتماعياً واكاديمياً ملائماً لتوظيف هذه المهارات لكي يشعروا بالتوافق وإن أثر الجامعة في تكوين شخصية الطالب بوصفها البيئة الثانية التي يواصل الطالب فيها نموه وإعداده للحياة التي تكون بالشكل الذي صاغه المنزل لشخصية الطالب بالتهذيب والتعديل بما يهيئوه من نواحي النشاط لمرحلة النمو التي ينال فيها مجالاً واسعاً للتدريب والتعليم والتعامل مع غيره والتوافق الاجتماعي والأكاديمي وتكوين الأسس الأولية للحقوق والواجبات والقيم الاجتماعية (السيد و عبدالرحمن، 1999: 205) ولفهم الحصانة الذاتية "**psycho–immunity**"، نحتاج إلى فهم المناعة الجسدية أولاً، معنى المناعة هو قدرة الكائن على مقاومة عدوى أو توكسين معين بفعل أجسام مضادة محددة، بعبارة أخرى، تعني المناعة امتلاك حالة متوازنة لآلية دفاع بيولوجي كافية لمكافحة العدوى، الأمراض، أو غيرها من الغزو البيولوجي غير المرغوب فيه، عن طريق خلايا الدم البيضاء المقاتلة، تتكون خلايا الدم البيضاء، وهي الخلايا الرئيسية المقاتلة في الجهاز المناعي، من ثلاثة أصناف: الخلايا الليمفاوية، أحادية الخلايا، والخلايا الحبيبية، كل نوع من الخلايا له وظائفه الخاصة، ويتكون الجهاز المناعي البيولوجي أيضاً من مختلف الأجسام والعمليات البيولوجية داخل الكائن الحي، ويمكن تصنيف الجهاز المناعي إلى أنظمة فرعية، مثل نظام المناعة الفطرية مقابل نظام المناعة التكيفي، أو المناعة الخليطة مقابل المناعة الخلوية، حيث أن القدرة الكبيرة لجهاز المناعة هي التمييز بين أنسجة الجسم، والبكتيريا الجيدة والغزاة، يهاجم الجهاز المناعي حصريًّا مسببات الأمراض والبكتيريا المعادية ويحافظ على الصحة الجيدة، **(Orkin & Zon, 2008, p. 132)**.

لقد تم تطوير نموذج الحصانة الذاتية من قبل أولاه **(Oláh.2002)**، هي "نظام متكامل من أبعاد الشخصية المعرفية والدافعية والسلوكية التي يجب أن توفر مناعة ضد الضغوط النفسية، وتعزيز التنمية الصحية، والعمل كموارد مقاومة الضغوط أو الأجسام

المضادة النفسية" لذا، فإن الحصانة الذاتية هي تلك القدرة أو القوة أو طبقة حماية العقل التي توفر القوة للفرد لمكافحة الضغوط النفسية والخوف وانعدام الأمن والدونية والفيروسات مثل الأفكار السلبية، وإنشاء التوازن النفسي من خلال توفير الدفاعات باستخدام القوة مثل الثقة بالنفس، والتكيف، والنضج العاطفي،....الخ، **(Bhardwaj & Verma, 2014, p. 192)**.

وتأسيساً على ما سبق ذكره تبرز أهمية البحث الحالي من خلال:

1- أهمية المرحلة العمرية للطالب الاعدادية: إذ تمثل مرحلة المراهقة والشباب.

2- عدم وجود دراسة سابقة (على حد علم الباحث) تربط بين متغيرالحصانة الذاتية

3- إن النتائج التي يتوصل إليها البحث وكذلك المقترحات يمكن أن يثير لنا بحوثاً نظرية وميدانية تعزز أسس المعرفة في هذا الميدان.

ثالثاً: أهداف البحث :-

يهدف البحث الحالي التعرف على:

1- مستوى الحصانة الذاتية لدى المرحلة الاعدادية.

2- الفروق ذات الدلالة الإحصائية في مستوى الحصانة الذاتية لدى طلبة المرحلة الاعدادية تبعاً لمتغيريالجنس

3- الفروق ذات الدلالة الإحصائية في مستوى الحصانة الذاتية لدى طلبة المرحلة الاعدادية تبعاً لمتغيرالتخصص.

رابعاً: حدود البحث:-

ويقتصر البحث الحالي بطلبة المرحلة الاعدادية ومن كلا الجنسين (ذكور- إناث) والتخصصين (علمي- ادبي) للعام الدراسي (2021 - 2020).

خامساً: تحديد المصطلحات:-

أولاً: الحصانة الذاتية:- ويعرفها كلاً من:

1- اولاه Oláh (2004): وحدة متكاملة متعددة الأبعاد لموارد الشخصية المرتبطة بالجوانب المعرفية والدافعية والسلوكية تيسر للفرد التعامل مع الضغوط ومقاومتها، **(Oláh, A, 2004, p. 161)**.

2- ابيلسون وآخرين Abelson (2004): عبارة عن التوجهات التكيفية غير المدركة التي تعمل عبر التوازن بين خداع الذات واختبار الواقع لتعامل بكفاءة مع متطلبات الحياة اليومية، **(Abelson & Gregg, 2004)**.

3- ختاتنة (2010): امتلاك الفرد القدرة على مواجهة الأزمات والضغوط النفسية وتحمل المصاعب والمتاعب التي يواجهها في حياته اليومية ومقاومة ما ينتج عنها من مشاعر وأحاسيس وأفكار تجعله في مأمن مما يعاني منه أقرانه ممن تعرضوا لنفس الظروف والأحداث، (ختاتنة ، 2010: 271).

4- دوبي وشاهي **Dubey & Shahi (2011)**: نظام متكامل لأبعاد الشخصية، تهدف إلى إحداث التوازن بين متطلبات الشخصية والسياق من أجل زيادة عملية التكيف النفسي والاجتماعي والفيزيقي، **(Dubey & Shahi, 2011, p. 40)**.

التعريف النظري: هي منظومة متكاملة ذات مجالات متعددة وهي (المرونة النفسية، والصلابة النفسية، والصمود النفسي) التي تجعل الفرد قادراً على مواجهة الأزمات، واحداث الحياة الضاغطة وتحمل التأثيرات الناتجة عن الضغوط، حيث يتنج عنها مضادات نفسية تحمي الفرد وتحافظ على الطمأنينة الداخلية للفرد.

التعريف الاجرائي: وهو الدرجة الكلية التي يحصل عليها المستجيب من خلال استجابته لفقرات مقياس الحصانة الذاتية المعُد من قبل الباحث

الفصل الثاني

الاطار النظري والدراسات السابقة

الحصانة الذاتية:-

أولاً: الحصانة لغة:-

التحصين لغة من حصن، والرجوع إلى معجمات اللغة يُظهر أن هذه الكلمة تدل في الأصل على المنع والحِفْظ والحِياطَة والحِرْز. (أصل الإحصان المنع) كما جاء في لسان العرب، والمصدر (حَصانة) مشتق من الجذر الثلاثي (ح ص ن)، ويمكن أن نستخلص مما ورد في بعض المعاجم وقواميس اللغة، أن كلمة (حَصانة) تفيد معاني المنعة، والحماية، والأمان، والدرع. وحَصُنَ المكانُ يَحْصُنُ حَصانةً، فهو حَصِين: منع، وأَحْصَنَه صاحبُه وحَصَّنه. والحِصْنُ: كلُّ موضع حَصِين لا يُوصَل إلى ما في جَوْفِه، والجمع حُصونٌ. حَصِينٌ: من الحَصانة. وحَصَّنْتُ القرية، إذا بنيتَ حولَها أسوار، وتَحَصَّنَ العَدُوُّ. وفي حديث الأَشعث: تَحَصَّنَ في مِحْصَنٍ. المِحْصَنُ: القصرُ والحِصْنُ. وتَحَصَّنَ إذا دخل الحِصْنَ واحْتَمى به. ودِرْعٌ حَصِين وحَصِينة: مُحْكَمَة (ابن منظور، 2005: 223)

أنواع الحصانة الذاتية:-

1- الحصانة القيمية: وهي التي تتكون لدى الفرد بعد مروره بعمليه تربوية مجتمعيه لصياغه الأخلاق والعادات التي يتصف بها من خلال تربية آبائهم أو مربيهم لهم باتباع الأساليب التربوية السليمة والتي تناسب قدراتهم.

2- الحصانة الصحية: وهي امتلاك الفرد القدرة على مقاومة الأمراض ومسبباتها وتأتيك نتيجة اتباع الفرد العادات الغذائية الصحيحة ومعرفة مالذي يؤدي إلى الامراض.

3- الحصانة الذاتية: وهي امتلاك الفرد القدرة على مواجهة الأزمات والضغوطات النفسية وتحمل المصاعب والمتاعب ومقاومة ما ينتج عنها من مشاعر وأحاسيس وأفكار تجعله في مأمن مما يعاني منه أقرانه ممن واجهة الظروف والأحداث ذاتها.

4- الحصانة الفكرية: بالعلم والتثقيف والمقصود به حماية عقول الأفراد من الآثار السلبية والفكرية الشاذة الموجودة في المجتمع سواء كان عن طريق التلقي المباشر من الوسائل التقنية الحديثة أو من أصدقاء السوء، ذلك أن الزخم الهائل من القنوات الفضائية التي تنصب ليل نهار على رؤوس الأفراد والتي تأتي من ثقافات وقيم متنوعة تختلف في بيئاتها عن بيئاتنا، مما يشكل تناقضاً كبيراً بين ثقافتنا وثقافة تلك الدول، الأمر الذي يؤدي إلى التأثير على ثقافة وسلوكيات الأفراد (ختاتنة، 2010: 271).

أهداف الحصانة الذاتية:-

وذكر (ختاتنة، 2010: 270) الأهداف الأساسية للتحصين النفسي:-

1- الثبات أمام الضغوط والأزمات والتيارات الوافدة التي تهدف إلى زعزعة ثقة الافراد بأنفسهم.

2- استمرار عطاء الفرد وحثه على الصحوة واليقظة لمتابعة مسيرته في الحياة وهذا يعني المزيد من السعي الحثيث لتحسين معالم الشخصية السوية

مجالات الحصانة الذاتية :

واعتمدت الباحثة على استخدام المجالات التالية للحصانة النفسية تماشياً مع الدراسات السابقة التي تتفق مع أهداف بحثها، و وفق تعريفها لها، والمجالات هي المرونة النفسية والصلابة النفسية، والصمود النفسي.

أولاً: المرونة النفسية: psychological resilience:-

تعني المرونة النفسية القدرة على التعافي من التأثيرات السلبية التي أحدثتها الشدائد أو النكبات أو الأحداث الضاغطة والقدرة على تخطيها أو تجاوزها بشكل إيجابي ومواصلة الحياة بفاعلية واقتدار" وتعرف المرونة في علم النفس بأنها" القدرة الإيجابية للفرد على التكيف مع الضغوط النفسية، وتمكنه من أداء وظائفه بشكل جيد (**Masten, A S, 2009, p. 29**).

ثانياً: الصلابة النفسية Psychological Hardiness:-

الصلابة النفسية: هي قدرة الفرد على مواجهة الأزمة أو الموقف أو المحنة وتجاوزها، من خلال فهمة وإدراكه وتحليله للموقف الضاغط بطرق وأساليب معرفية سليمة (البطش، 2018: 27).

والصلابة تعني المقاومة والقدرة على الاحتمال وصلب الشيء صلابة فهو صلبٌ وشديد ويقال برهن عن صبر وصلابة أي ثبات على قرار وعزيمة لا تلين على مواصلة ما بدأ به ويقال تحمل مصائبه بصلابة (صفية، 2017:

ثالثاً: الصمود النفسي: Psychological Resilience:-

يعرف الصمود النفسي بأنه مجموعة من العوامل النفسية المتفاعلة والسمات الإيجابية في الشخصية والتوافق الجيد والمواجهة الإيجابية للضغوط النفسية والتي تمكن معيلي المعاقين عقلياً من عدم الانهيار والانكسار أمام الضغوطات والتهديدات والمحن، بل تجعلهم قادرين على التعامل معها بكل كفاءة من خلال قدرتهم على تحمل المسؤولية وتميزهم بالمرونة والتفاؤل والتماسك الشخصي (أبو مشايخ، 2018: 25).

بعض النظريات التي تناولت الحصانة الذاتية:-

1- **نظرية وليام ماجواير: (1961) (التحصين النفسي):-** تم تطوير هذه النظرية من قبل عالم النفس الاجتماعي (ويليام ماجواير، 1961) من خلال تقوية الاتجاهات والاعتقادات التي يعتنقها المرء وبناء مقاومة ضد الأزمات المصاعب

التي يتعرض لها في المستقبل، ولنجاح التحصين، يجب تعريض الأفكار القائمة للتهديد (دافع للمقاومة) وبعد ذلك يحدث استباق التفنيد إعادة البناء المعرفي وتطوير القوة للدفاعات في مواجهة الأفكار المضادة المحتملة، ويجب أن تكون الحجة المقدمة أثناء التحصين قوية بدرجة تسمح بإطلاق الدافع للحفاظ على الاتجاهات والاعتقادات القائمة وفي الوقت نفسه ضعيفة بحيث لا يفند المتلقي الحجة المضادة، إن التشبيه الطبي للتلقيح هو أفضل توضيح لمفهوم التحصين النفسي، كما أن هذا التشبيه في الحقيقة يوضح كيفية إحداث المقاومة من خلال التحصين.

وشرح (ماجواير،1961) في بداية الأمر تتمثل آلية عمل التلقيح الطبي في تعريض الجسم لفيروسات ضعيفة بحيث تكفي لدفع الجسم إلى الاستجابة (مثل إنتاج الأجسام المضادة) وفي الوقت ذاته لا تكون قوية بدرجة تفوق مقاومة الجسم لها.

ويعمل التحصين السلوكي بنفس الطريقة: من خلال تعريض شخص ما لحجج مضادة ضعيفة لبدء عملية إقامة الحجج المضادة والتي تعطي في النهاية مقاومة لرسائل الإقناع الأقوى التي تواجه الشخص فيما بعد تسمح بإطلاق الدافع للحفاظ على الاتجاهات والاعتقادات القائمة وفي الوقت ذاته لا تكون ضعيفة بحيث لا يفند المتلقي الحجة المضادة. (ويكيبيديا، 2018).

2- نظرية التحصين لمايكنباوم (Meichenbaum ,1976):

يعد (مايكنباوم) ممن أسسوا فن مهارات مجابهة الضغوط والتي تعتمد على التدريب على التحصين ضد الضغوط النفسية، والتحصين ضد الضغط مصطلح مأخوذ من العلوم الطبية، وهو يسعى لإعطاء الفرد إحساساً بالسيطرة على مخاوفه وذلك عن طريق تعليمه مهارات متنوعة لمواجهتها (النوايسة، 2013: 79).

وتشبه هذه الطريقة عملية التحصين البيولوجي ضد الأمراض العامة، وهي تقوم على أساس مقاومة الضغوط عن طريق برنامج يعلم المسترشد كيف يواجه أو يتعامل مع مواقف متدرجة للضغط (الشناوي، 1994: 135).

وقد ذكر ماكينباوم وتيرك **(Meichenbaum & Turk ,1976)** أن التحصين ضد الضغوط يشبه التحصين الطبي الذي يؤدي إلى الحماية من المرض، فالتحصين ضد الضغوط يزود الفرد بالمهارات التي تمكنه من التعامل مع المواقف الضاغطة المستقبلية، وكما في التحصين الطبي فإن مقاومة الشخص تصبح أفضل عندما يتعرض لمثير قوي بما فيه الكفاية بحيث يؤدي بالشخص إلى استخدام دفاعاته (حمدي، 1999: 166)ويتألف التدريب على التحصين ضد الضغوط من الجمع بين المعلومات المتوفرة، النقاش على أسلوب سقراط، إعادة بناء الجانب المعرفي، حل المشكلة، التدريب على الاسترخاء، هذه المقاربة قد صممت لتعليم مهارات التكيف التي يمكن تطبيقها على المشكلات الحالية والمستقبلية

دراسات سابقة:-

دراسات عربية تناولت الحصانة الذاتية:-

1- **دراسة سويعد ، (2016): (الحصانة وعلاقتها بقلق المستقبل وجودة الحياة لدى الشباب في مركز الإيواء في قطاع غزة)**.هدفت الدراسة إلى التعرف على العلاقة بين كل من الحصانة الذاتية وقلق المستقبل وجودة الحياة لدى الشباب من نزلاء مركز الإيواء في قطاع غزة، والتعرف على الفروق الفردية بين أفراد العينة في مستوى الحصانة الذاتية، ومستوى قلق المستقبل ومستوى جودة الحياة لدى أفراد العينة، إذ تكونت أداة الدراسة من مقياس الحصانة الذاتية ومقياس جودة الحياة من إعداد الباحثة ومقياس قلق المستقبل من إعداد الباحثة هيام عابد، حيث تكون مجتمع الدراسة من نزلاء مركز الإيواء في شرق غزة وبيت حانون من فئة

الشباب ومن الفئة العمرية (20–30 عاما) والبالغ عددهم (5888) نزيلاً، وقد تم اختيار عينة عشوائية بلغت نحو (368) فرداً، واعتمدت الباحثة المنهج الوصفي التحليلي. وتوصلت النتائج أن مستوى الحصانة الذاتية وجودة الحياة مرتفعان لدى الشباب من نزلاء مركز الإيواء، ومستوى قلق المستقبل منخفض لديهم، كما لا توجد فروق دلالة إحصائية في مستوى الحصانة الذاتية في كافة أبعادها لدى عينة الدراسة تعزى للحالة الاجتماعية، وتوجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الحصانة الذاتية لدى عينة الدراسة في بعد التفاؤل يعزى للعمر، وفي بعد الالتزام الديني يعزى للمنطقة، وفي أبعاد حل المشكلات، والمبادرة الذاتية، والثقة بالنفس تعزى للجنس، كما لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى قلق المستقبل في أبعاده كافة لدى عينة الدراسة تعزى للمنطقة والجنس والحالة الاجتماعية، فيما توجد فروق تعزى للعمر، كما لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى جودة الحياة في كافة أبعادها لدى عينة الدراسة تعزى للعمر والجنس والحالة الاجتماعية، فيما توجد فروق تعزى للمنطقة، كما توصلت إلى عدم وجود علاقة ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (0.05) بين الحصانة الذاتية وقلق المستقبل، وجود علاقة طردية ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (0.05) بين الحصانة الذاتية وجودة الحياة (سويعد، ميرفت ياسر، 2016)

دراسات أجنبية تناولت الحصانة الذاتية:-

1- **دراسة أولاه (Olah , 2009): الحصانة الذاتية كمفهوم جديد من التأقلم وعلاقته بالمرونة النفسية.** هدفت الدراسة الى دراسة مصطلح الحصانة الذاتية كمفهوم جديد للتأقلم والمرونة لدى الفرد على عينة متكونة من **(657)** فرد، واستخدم مقياس قائمة مصادر الحصانة الذاتية **(PIS)** الذي يتكون من **(16)** من المقاييس الفرعية الذي يشمل عدد من السمات الشخصية ذات العلاقة بالحصانة الذاتية مثل التفكير الإيجابي، الشعور بالسيطرة، التماسك، الإبداع،

مفهوم الذات، الشعور بالنمو الذاتي وغيرها من السمات الشخصية ذات العلاقة بالحصانة الذاتية، ولتحليل البيانات واستخراج النتائج استخدم عدد من الوسائل الإحصائية منها (التكرارات والمتوسطات الحسابية والنسب المئوية، معامل ارتباط بيرسون، الاختبار الفائي، معامل الارتباط المتعدد واظهرت نتائج مقياس (**PIS**) وأظهرت النتائج الى أن العناصر (الستة عشر) للمقياس عملت كجهاز وقائي يقوي الحصانة الذاتية ويزيد من قدرة الأفراد على التأقلم وأن طرق التكيف أظهرت ارتباطاً عالياً مع بنود المقياس (**Olah, 2009**).

2- **دراسة لابسلي وهيل**(Lapsley & Hill ,2010).(**الحصانة الذاتية الذاتية ، التفاؤل والتكيف في مرحلة البلوغ المبكرة**): هدفت هذه الدراسة إلى تقييم العلاقة بين الحصانة الذاتية الذاتية، والتفاؤل والتكيف في مرحلة البلوغ القياسية، ارتباطهم بسلوكيات المخاطرة، مثل تعاطي المخدرات ومشاكل التكيف الجامعي لدى عينة الدراسة المكونة من (**350**) طالب وطالبة من أوروبا وأمريكا تتراوح أعمارهم بين (**17**الى **20**) عاما منهم (**73**% إناث، **27**% ذكور) ومنهم (**93%** بيض البشرة) و (**7%**سود البشرة)، وقد تم استخدام المنهج الوصفي التحليلي في الدراسة، تم قياس الحصانة الذاتية بمقياس الحصانة لدى المراهقين (**AIS**) وتم قياس التفاؤل بقائمة المخاطر النسبية القياسية.

وأظهرت النتائج أن المقاييس الفرعية لمقياس الحصانة (**AIS**) أظهر اتساقاً داخلياً قوياً وأن الحصانة الذاتية والتفاؤل كانا أيضاً عاملي بناء، مع قدرات مختلفة للتكيف، وتنبؤ المخاطر، وأن الحصانة الذاتية كانت مرتبطة بسلوكيات المخاطرة أكثر من التفاؤل. وأظهرت أيضا أن الحصانة الذاتية كانت مرتبطة عكسياً بالاكتئاب والثقة بالذات والمشكلات الشخصية (**Lapsley & Hill, 2010**).

الفصل الثالث

اجراءات البحث

أولاً:- منهجية البحث:

اعتمدت الباحثة في البحث الحالي على المنهج الوصفي الارتباطي في ضوء متغيرات البحث وأهدافه، في هذا المنهج تدرس المتغيرات للبحث كما هي لدى الأفراد من دون أن يكون للباحثة دور في ضبط المتغيرات، ولا يقف البحث الوصفي كما يبدو من التسمية عند حدود وصف الظاهرة إنما يذهب أبعد من ذلك فيحلل، ويقارن، ويقيم وصولا إلى تعميمات تزيد بها معرفتنا عن تلك الظاهرة (الزوبعي، 1981: 53).

ثانياً:- تحديد مجتمع البحث:

ويقصد بمجتمع البحث جميع أفراد الظاهرة قيد الدراسة، وقد عرفه أبو حويج (2002) بأنه الأفراد أو الأشياء عامة الذين لهم خصائص معينة يمكن ملاحظتها، والمحك الوحيد للمجتمع هو وجود خاصية مشتركة بين الأفراد، ويطلق على خصائص المجتمع التي يمكن ملاحظتها معالم المجتمع (أبو حويج، 2002: 44)

وقد اعتمدت الباحثة على مجتمع طلبة قسم تربية تكريت والبالق عددهم 1589 موزعين حسب الجنس الى (781) طالب وطالبة

1- عينة البحث

اعتمدت الباحثة على عينة مقدارها (120) طالب وطالبة، وكما في جدول رقم (1).

جدول (1)

توزيع أفراد عينة البحث بحسب (التخصص ، الجنس)

التخصص	ذكور	اناث	المجموع
علمي	30	30	60
ادبي	30	30	60
المجموع	60	60	120

مقياس الحصانة الذاتية:-

تم بناء مقياس الحصانة الذاتية من خلال الاجراءات الآتية:

1- **مراجعة الأدبيات والدراسات السابقة:** بهدف الحصول على فقرات ملائمة لأداته قام الباحث بالاطلاع على عدة مقاييس للحصانة الذاتية في ضوء ما تم تفصيله في الفصل الثاني في هذا البحث، ومنها:

مقياس سويعد للحصانة الذاتية (سويعد، ميرفت ياسر، 2016) ومقياس اتسياكاليس للحصانة **(Tsiakalis & Papps, 2014)**، ومقياس أولاه للحصانة النفسية **(Oláh, 2009)**، ومقياس لابسلي للحصانة **(AIS) (Lapsley & Hill, 2010)**.

وبعد الاطلاع على مقاييس الحصانة الذاتية لم تجد الباحثة منها ما يلائم بحثها وذلك لاختلاف طبيعة ونوع العينة، لذلك قامت الباحثة ببناء مقياس للحصانة الذاتية يتلاءم مع طبيعة بحثها.

2- **إعداد مجالات المقياس:-** من خلال الاطلاع على الأدبيات والدراسات السابقة التي عنيت بموضوع البحث الحالي الحصانة الذاتية فقد تم الاعتماد على مجالات زيدان (2013)، للمناعة النفسية والتي استخرجها الباحث من دراسة (زيدان، عصام محمد، 2013)، وهي (المرونة النفسية، الصلابة النفسية، والصمود النفسي)، وبعد عرضها على عدد من الخبراء والمحكمين وذوي الاختصاص في مجال التربية وعلم النفس حصلت المجالات على موافقة بنسبة (100%) ملحق (1).

3- صياغة الفقرات وإعداد البدائل:-

بعد أن تم تحديد مجالات مقياس الحصانة الذاتية قامت الباحثة بصياغة الفقرات لكل مجال وتمت صياغة (30) فقرة موزعة على ثلاثة مجالات وعلى النحو الآتي:- مجال المرونة النفسية (10) فقرة، مجال الصلابة النفسية (10)

فقرة، مجال الصمود النفسي (10) .وكان عدد البدائل (5)، وهي (تنطبق عليّ بدرجة كبيرة جداً، تنطبق عليّ بدرجة كبيرة، تنطبق عليّ بدرجة متوسطة، تنطبق عليّ بدرجة قليلة، لا تنطبق عليّ أبداً).

وقد روعيه في صياغة الفقرات مايلي:-

1- أن تصاغ الفقرة بلغة واضحة لدى عينة البحث.

2- تجنب الفقرات التي تحمل أكثر من معنى في ان واحد.

3- أن تكون الفقرات بصيغة المتكلم (سمارة، 1989: 81).

4- أن لا تتضمن الفقرات فضلاً عن احتواء الفقرة على فكرة واحدة فقط وإن تكون قابلة لتفسير (أبو علام، 1989: 134).

5- إعداد تعليمات المقياس:-

لأجل إكمال الصيغة الأولية للمقياس أعدت الباحثة التعليمات التوضيحية أخذ بعين الاعتبار أن تكون واضحة وتتسم بالسهولة وسرعة فهم المستجيب لها، والإشارة إلى ما تحصل عليه الباحثة من إجابات هي لأغراض البحث العلمي فقط، إذ تعد تعليمات الإجابة التي تضمنتها أداة البحث بمثابة موجه لمستجيب (العتابي، 2006: 52).

6- صلاحية الفقرات(الصدق الظاهري):-

من أجل التعرف على مدى صلاحية الفقرات (الصدق الظاهري)، والتثبت من المحتوى المراد قياسه يفحص المقياس للكشف عن مدى تمثيل فقراته لجوانب السمة التي يفترض أن يقيسها (عبد الرحمن، 1998: 158).

فقد تم عرض مقياس الحصانة الذاتية بصورته الأولية، ملحق رقم (1)، على (10) محكماً وخبيراً من المتخصصين في العلوم التربوية والنفسية، لتقرير ما إذا كانت الفقرات صالحة أو غير صالحة أو بحاجة إلى تعديل مع ذكر

الملاحظة إن وجدت، إذ يعد التحليل المنطقي للفقرات ضرورياً في بداية إعداد الفقرات لأنه يؤشر مدى ت

مثيل الفقرة ظاهرياً للسمة التي أعدت لقياسها، فالفقرة الجيدة في صياغتها والتي ترتبط بسمة موضوع الدراسة تسهم في رفع قوتها التميزية ومعامل صدقها (الكبيسي، 2001، 171).

وقد أعتمدت الباحثة نسبة أتفاق (80%) فأكثر كنسبة لصلاحية أو حذف أو تعديل الفقرة، كما أعتمدت الباحثة على مربع كاي للتأكد من مدى صلاحية الفقرات، واعتماداً على رأي الخبراء والمحكمين قامت الباحثة بتعديل بعض الفقرات وعليه بلغت عدد فقرات المقياس (29) فقرة، وهي اكبر من القيمة الجدولية (3,84) عند مستوى دلالة (0،05)، والجدول رقم (2) يوضح ذلك.

جدول (1)

آراء الخبراء والمحكمين حول صلاحية فقرات مقياس الحصانة الذاتية بصورته الأولية

المجالات	المجال	عدد الفقرات	الموافقون		المعارضون		مربع كاي		مستوى الدلالة
			التكرار	النسبة	التكرار	النسبة	المحسوبة	الجدولية	
الحصانة الذاتية	المرونة النفسية	10	10	%100	0	%0	5	3,84	دالة
	الصلابة النفسية	10	10	%100	0	%0	5	3,84	دالة
	الصمود النفسي	9	10	%100	0	%10	0,2	3,84	دالة

7- التحليل الإحصائي للفقرات:-

لقد أشار المختصون في القياس إلى أهمية إجراء التحليل الإحصائي للفقرات إذ أشار إيبُل **(Ebel,1972)**، إلى أن الهدف من إجراء تحليل الفقرات هو الإبقاء على الفقرات الجيدة في المقياس **(Ebel, 1972, p. 392)**، لأن

اعتماد الفقرات التي تتميز بخصائص قياسية جيدة تجعل المقياس أكثر صدقاً وثباتاً (**Anastasi & Urbina, 1997, p. 193**).

لقد استخدمت الباحثة عدة أساليب لتحليل الفقرات إحصائياً وفي ما يأتي توضيح لهذه الأساليب:-

1- **القوة التمييزية للفقرات:** Items Discrimination:يقصد بالقوة التمييزية للفقرات قدرتها على التمييز بين المجموعة العليا والمجموعة الدنيا من الأفراد الحاصلين على درجات مرتفعة والأفراد الحاصلين على درجات منخفضة في الصفة التي تقيسها كل فقرة من فقرات المقياس (الظاهر، وآخرون، 2002: 129)، أي القدرة على التمييز بين الأفراد الذين يملكون الصفة وبين الأفراد الذين لا يملكون الصفة، ولأجل التحقق من ذلك فقد استخدمت الباحثة القوة التمييزية للفقرات المُكونة لمقياس الحصانة الذاتية الأساليب التالية:-

أ- حساب القوة التمييزية للفقرات: تشير القوة التمييزية للفقرة إلى قدرة الفقرة على التمييز بصورة صحيحة بين المفحوصين من حيث امتلاكهم للسمة أو الخاصية التي يقيسها الاختبار (**Anastasi & Urbina, 1997, p. 81**). ولغرض التحقق من القوة التمييزية للفقرات قامت الباحثة بتطبيق المقياس، على عينة مكونة من (100) طالباً وطالبة تم اختيارهم بطريقة عشوائية من طلبة مدارس قسم تربية تكريت، وبعد تصحيح استجاباتهم تم ترتيب الاستمارات تنازلياً وفي ضوء الترتيب اختار الباحث (27%) من الدرجات العليا والتي تمثل (27) طالباً وطالبة كمجموعة عليا، و(27%) من الدرجات الدنيا والتي تمثل (27) طالباً وطالبة كمجموعة دنيا

وقد ضمت كلتا المجموعتين (108) استمارات وبذلك حصل الباحث على مجموعتين الأولى تمثل المجموعة العليا والثانية تمثل

المجموعة الدنيا، واستعان الباحث ببرنامج الحقيبة الإحصائية (SPSS) إذ تم معالجة البيانات وذلك بحساب (T.Test) للمجموعة العليا والمجموعة الدنيا لعينتين مستقلتين.

أظهرت النتائج أن جميع الفقرات مميزة إذ تبين أن قيمتها التائية المحسوبة أكبر من قيمتها التائية الجدولية البالغة (1.96) عند مستوى دلالة (0,05) ودرجة حرية (52) ما عدا الفقرات (4، 22، 29) إذ كانت قيمتها التائية المحسوبة أقل من قيمتها التائية الجدولية، أي: أن قوتها التمييزية ضعيفة، لذا تم حذف هذه الفقرات، وبذلك أصبح عدد فقرات المقياس (26) فقرة، والجدول رقم (3) يوضح ذلك.

جدول (3)

القوة التمييزية لفقرات مقياس الحصانة الذاتية باستخدام أسلوب المجموعتين المتطرفتين

الفقرات	المجموعة العليا		المجموعة الدنيا		القيمة التائية المحسوبة	مستوى الدلالة 0,05
	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري		
1	3,85	1,266	2,77	1,090	6,737	دالة
2	4,70	0,630	4,28	0,926	3,953	دالة
3	4,00	1,144	2,81	1,063	7,949	دالة
4	3,12	1,575	2,94	1,138	0,990	غير دالة
5	4,46	0,961	2,81	1,195	11,229	دالة
6	4,61	1,003	3,13	1,095	10,370	دالة
7	4,31	1,165	3,02	1,050	8,588	دالة
8	3,68	1,471	3,01	1,156	3,703	دالة
9	4,47	0,901	3,19	1,015	9,852	دالة
10	4,27	1,019	2,86	1,054	9,973	دالة
11	4,18	1,352	3,07	1,048	6,693	دالة

الفقرات	المجموعة العليا		المجموعة الدنيا		القيمة التائية المحسوبة	مستوى الدلالة 0,05
	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري		
12	4,56	1,026	3,28	1,252	8,204	دالة
13	4,81	0,676	3,75	0,787	10,574	دالة
14	4,80	0,469	3,58	1,086	10,655	دالة
15	4,75	0,643	3,38	1,205	10,425	دالة
16	4,34	0,997	3,10	1,152	8,466	دالة
17	3,83	1,308	3,00	1,127	5,016	دالة
18	3,86	1,148	3,15	0,695	5,523	دالة
19	3,84	1,137	3,05	1,071	5,298	دالة
20	4,61	0,915	3,63	1,028	7,408	دالة
21	4,31	1,165	3,02	1,050	8,588	دالة
22	3,46	1,443	3,22	1,105	1,376	غير دالة
23	4,70	0,687	3,05	0,980	14,391	دالة
24	4,62	0,862	3,42	0,939	9,818	دالة
25	4,49	1,018	3,55	1,218	6,181	دالة
26	4,17	1,123	3,29	1,160	5,660	دالة
27	4,40	1,032	3,32	1,101	7,399	دالة
28	3,85	1,266	2,77	1,090	6,737	دالة
29	4,70	0,630	4,55	0,926	0,953	غير دالة

ب- أسلوب علاقة الفقرة بالدرجة الكلية: (الاتساق الداخلي للفقرات)

Internl Consistency:

يعد أسلوب ارتباط درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس من الوسائل المستعملة في حساب الاتساق الداخلي للمقياس، إذ يهتم بمعرفة كون كل فقرة من فقرات المقياس تسير في الاتجاه الذي يسير فيه المقياس كلهُ أم لا، فهي تمتاز بأنها تقدم لنا مقياساً متجانساً (عبد الرحمن، 1998: 207)، من مؤشرات صدق البناء ارتباط درجة كل

فقرة في المقياس بمحك داخلي وهو درجة المقياس الكلية (أبو حطب، 1973: 104)، أعتمد الباحث في التحليل الإحصائي للفقرات على إيجاد معامل الارتباط بين كل فقرة والدرجة الكلية للمقياس، وتم إيجاد معامل الارتباط بين درجات أفراد العينة ودرجاتهم الكلية على المقياس، والتي تراوحت ما بين (0,662 – 14,391) وأستخدم الباحث معامل ارتباط بيرسون لحساب العلاقة، فتبين أن جميع معاملات ارتباط درجات فقرات المقياس مع المقياس دالة إحصائياً،) وفقاً لمعيار (**Ebel–0.19**) فقد كانت دالة إحصائياً، والجدول رقم (4) يوضح ذلك.

جدول (4)

معامل الارتباط بين درجة كل فقرة والدرجة الكلية للمقياس

رقم الفقرة	معامل الارتباط	رقم الفقرة	معامل الارتباط	رقم الفقرة	معامل الارتباط
1	0,476	10	0,515	19	0,427
2	0,281	11	0,369	20	0,425
3	0,375	12	0,293	21	0,238
4	0,045	13	0,283	22	0,440
5	0,517	14	0,299	23	0,442
6	0,411	15	0,327	24	0,467
7	0,501	16	0,503	25	0,497
8	0,398	17	0,521	26	0,523
9	0,246	18	0,095		

الخصائص السيكومترية للمقياس:-

ينبغي أن تتوافر بعض الخصائص السيكومترية الأساسية في المقياس، ومن أهمها صدقه وثبات درجاته (علام، 2000: 184). فقد تحقق للمقياس الحالي مؤشرات الصدق والثبات التالية :

أولاً : الصدق:- Validity:

يعد الصدق من الخصائص الأساسية للحكم على صلاحية المقياس، ومن أهم الشروط الواجب توافرها في المقياس النفسي قبل الشروع بتطبيقه، كونه يعكس جودته وصدقه بوصفه أداة لقياس ما وضع من أجل قياسه **(Fonagy & Higgitt, 1984, p. 21)** في (الزوبعي، 1981: 30).

1- **صدق البناء:-** : وهو الدرجة التي يقيس بها الاختبار سمة أو ظاهرة سلوكية معينة ويتحقق عن طريق إيجاد العلاقة بين درجات الفقرات والدرجة الكلية للمقياس **(Anastasi & Urbina, 1997, p. 151)** لذلك قامت الباحثة باستخدام معامل ارتباط بيرسون بين درجات عينة الطلبة على كل فقرة من فقرات المقياس ودرجاتهم الكلية ،وقد تحقق صدق البناء من خلال:

- القوة التمييزية للفقرات. ارتباط الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس.

2- الصدق المنطقي:

وقد تم ذلك من خلال تحديد مفهوم الحصانة الذاتية وتحديد مجالاته والفحص المنطقي للفقرات وتقدير مدى تمثلها للخاصية التي أعدت لقياسها (الإمام وآخرون، 1990: 127)، سواء بالنسبة للباحثة في صياغته للفقرات أو بالنسبة للمحكمين عند اتخاذ القرار في صدق المقياس المعد لهذا الغرض.

ثانياً:- ثبات المقياس (Reliability):

يعد مفهوم الثبات من المفاهيم الجوهرية في القياس النفسي (فرج، 1980: 331). ويعني بثبات الاختبار أنه درجة التوافق أو التجانس بين قياسين لشيء واحد، أي إن درجات الفرد تكون متشابهة تحت ظروف قياس قليلة الاختلاف (أرفن ووليم، 2003:

335)، وأن تكون أدوات القياس على درجة عالية من الدقة والإتقان والاتساق فيما تزودنا به من بيانات عن السلوك المفحوص، وقامت الباحثة باستخراج الثبات بطريقتين هما:

1- معامل ألفا كرونباخ للاتساق الداخلي(طريقة تحليل تباين)

أشار كل من ثورندايك وهيجن(**Thorndike & Hegen ,1991**)، إلا أن استخراج الثبات على هذه الطريقة يتوقف على الاتساق في استجابة الفرد على كل فقرة من فقرات المقياس (**Thorndike, R. M & Hagen, 1991, p. 82**) ، فقد تم استخراج الثبات بهذه الطريقة، ثم استخدم معادلة ألفا كرونباخ وقد بلغ معامل الثبات لمقياس الحصانة الذاتية (0,68) وهذا مؤشر إلى أن ثبات المقياس جيد استناداً إلى الدراسات السابقة فكلما ارتفعت قيمة الثبات كلما كان أفضل.

2- الثبات بطريقة إعادة الاختبار :-

استخدمت الباحثة طريقة إعادة الاختبار لإيجاد ثبات المقياس وذلك بتطبيق بعد مرور أسبوعين تم إعادة التطبيق على العينة نفسها وباستعمال معامل ارتباط بيرسون (**Person**) وقد بلغ معامل الثبات بين درجات التطبيقين (0,71) وهذا يعد مؤشراً جيداً على الثبات (عيسوي، 1985: 58).

ثالثاً:- الصيغة النهائية للمقياس:

يتكون مقياس الحصانة الذاتية بصيغته النهائية من (26) فقرة، وأمام كل واحدة منها تدرج خماسي للإجابة (تنطبق عليّ بدرجة كبيرة جداً، تنطبق عليّ بدرجة كبيرة، تنطبق عليّ بدرجة متوسطة، تنطبق عليّ بدرجة قليلة، لا تنطبق عليّ أبداً) يطلب من أفراد العينة اختيار إحدى هذه البدائل عند الإجابة، وبذلك فإن أعلى درجة يمكن أن يحصل عليها المستجيب على فقرات المقياس هي (130) درجة، من خلال عدد فقرات المقياس مضروبة في أكبر قيمة لبدائل الإجابة وهي (5)، بينما أقل درجة يحصل عليها

المستجيب على فقرات المقياس هي تساوي عدد الفقرات مضروبة بأقل قيمة لبدائل الإجابة وهي (1)، أي: إن أقل درجة هي (26) درجة، وإن المتوسط الفرضي للمقياس (78) درجة، والجدول رقم (14) يبين عدد مجالات المقياس وعدد فقرات كل مجال .

رابعاً : التطبيق النهائي:-

لقد تم تطبيق مقياس الحصانة الذاتية بصيغته النهائية ملحق (2) على عينة البحث البالغة (120) والذين تم اختيارهم بطريقة عشوائية ومن أجل تحقيق أهداف البحث الحالي قامت الباحثة بتطبيق الأداة على أفراد العينة أنفسهم بحيث أجاب كل طالب عن فقرات مقياس الحصانة الذاتية، وبعد اكتمال التطبيق قامت الباحثة بتكميم الاستمارات والحصول على البيانات من أجل معالجتها إحصائياً بغية الحصول على النتائج، وكما سيتم توضيحه في الفصل الآتي.

خامساً: الوسائل الإحصائية:-

لمعالجة بيانات هذا البحث تم استخدام الوسائل الإحصائية الآتية بمساعدة الخبير الاحصائي:

أولاً: مربع كاي لعينة واحدة:- **(X one_sampleest)**:

ثانياً: الاختبار التائي لعينتين مستقلتين:- **(T_test)** استخدم في: -

ثالثاً: الاختبار التائي لعينة واحدة:- **(T,test)**.

رابعاً:- معامل ارتباط بيرسون **(Person Correlation Coefficient)**

الفصل الرابع

عرض النتائج ومناقشتها

يتضمن هذا الفصل عرض النتائج التي توصلت إليها الباحثة ومناقشتها، وسيتم عرض هذه النتائج وفق أهداف البحث:

الهدف الأول: مستوى الحصانة الذاتية لدى طلبة المرحلة الاعدادية:-

لتحقيق هذا الهدف تم معالجة البيانات إحصائياً فتبين أن المتوسط الحسابي لعينة طلبة مرحلة الجامعة على مقياس الحصانة الذاتية بلغ (167,65) درجة، والانحراف المعياري (17,87) درجة، وعند مقارنته بالمتوسط الفرضي (78) لمقياس الحصانة الذاتية الذي يبلغ (88,83) درجة، وجد أن هنالك فرقاً واضحاً بين المتوسطين لصالح المتوسط الحسابي، ولغرض الوقوف على دلالة هذا الفرق أستخدمت الباحثة الاختبار التائي (**t-test**) لعينة واحدة، وقد تبين أن القيمة التائية المحسوبة (145,29) وهي أعلى من القيمة الجدولية البالغة (1,96) درجة، وهي دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (0,05) ودرجة حرية (119)، مما يشير إلى أن طلبة الجامعة يتمتعون بمستوى عالٍ من الحصانة الذاتية، والجدول رقم (5) يوضح ذلك.

جدول (5)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والقيمة التائية المحسوبة لعينة طلبة المرحلة الاعدادية على مقياس الحصانة الذاتية

المتغير	العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الفرضي	درجة الحرية	القيمة التائية		مستوى الدلالة 0,05
						المحسوبة	الجدولية	
الحصانة الذاتية	120	88,83	17,87	78	119	145,29	1,96	دالة

ويمكن تفسير ارتفاع مستوى الحصانة الذاتية إلى تكرار الظروف الضاغطة التي تواجههم وكبر حجمها مما يزيد من مستوى الحصانة الذاتية لديهم، حيث تكرار هذه المواقف الضاغطة توفر للفرد القدرة على تحمل الإجهاد والتعامل مع التهديدات بطريقة لا تضر بالشخصية بأي شكل من الأشكال بل تشكل أساساً لتحسين وإثراء مناعته النفسية، ويرجع هذا التحسن إلى المعرفة والخبرة المكتسبة من خلال المشاركة النشطة في الأوضاع المجهدة والاستفادة من الموارد المتاحة، وتتفق نتيجة هذه الدراسة مع نتيجة دراسة (صباح ؛ الشجيري، 2017).

الهدف الثاني: الفروق ذات الدلالة الإحصائية في مستوى الحصانة الذاتية لدى طلبة المرحلة الاعدادية وفقاً لمتغير الجنس (ذكور– إناث):-

لتحقيق هذا الهدف تم معالجة البيانات إحصائياً لدرجات أفراد العينة، فبلغ المتوسط الحسابي للذكور على مقياس الحصانة الذاتية (90,52) درجة، وانحراف معياري (20,159) درجة، بينما كان المتوسط الحسابي للإناث (87,63) درجة، وانحراف معياري (14,682)، وبعد أن استخدمت الباحثة الاختبار التائي لعينتين مستقلتين وجد أن القيمة التائية المحسوبة هي (2,74) وهي أعلى من القيمة الجدولية البالغة (1,96) وهي دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (0,05) ودرجة حرية (118)، وهذا يعني وجود فروق بين الذكور والإناث على مقياس الحصانة الذاتية، لصالح المتوسط الأكبر. والجدول رقم (6) يوضح ذلك

جدول (6)

الفروق ذات الدلالة الإحصائية في مستوى الحصانة الذاتية لدى طلبة المرحلة الاعدادية وفقاً لمتغير الجنس (ذكور– إناث)

المتغير	الجنس	العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	القيمة التائية		مستوى الدلالة 0,05
						المحسوبة	الجدولية	
الحصانة الذاتية	الذكور	60	90,52	20,159	118	2,749	1,96	دالة
	الإناث	60	87,63	14,682	118			

ويمكن تفسير النتيجة الحالية في ضوء طبيعة الظروف التي نشأت فيها طالبات الجامعة من مختلف محافظات العراق وهذا يعني اختلاف ظروف نشأتهن، أما ظروفهن داخل الجامعة فهي متشابهة، وبالتالي يمكن أن يكون لدى الإناث مستوى جيد في درجة الحصانة الذاتية، وأن البيئة المحلية بما فيها من صعوبات تشجع الطالبات على مواجهة المشاق وايجاد الطرق والاستراتيجيات اللازمة للتكيف معها.

الهدف الثالث: الفروق ذات الدلالة الإحصائية في مستوى الحصانة الذاتية لدى طلبة المرحلة الاعدادية وفقاً لمتغير التخصص (علمي– ادبي):-

لتحقيق هذا الهدف تم معالجة البيانات إحصائياً لدرجات أفراد العينة، فبلغ المتوسط الحسابي لطلبة الفرع الادبي، على مقياس الحصانة الذاتية (87,78) درجة، وانحراف معياري (19,06) درجة، بينما كان المتوسط الحسابي لطلبة الفرع العلمي (89,53) درجة، وانحراف معياري(16,60) درجة، وبعد أن استخدم الباحث الاختبار التائي لعينتين مستقلتين وجد أن القيمة التائية المحسوبة هي (0,759) وهي أقل من القيمة التائية الجدولية البالغة (1,96) وهي غير دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (0,05) ودرجة

حرية (118)، وهذا يعني عدم وجود فروق بين طلبة الفرع العلمي وطلبة الفرع الادبي على مقياس الحصانة الذاتية ، والجدول رقم (7) يوضح ذلك.

جدول (7)

الفروق ذات الدلالة الإحصائية في مستوى الحصانة الذاتية لدى طلبة المرحلة الاعدادية وفقاً لمتغير التخصص (علمي- ادبي)

المتغير	التخصص	العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	القيمة التائية		مستوى الدلالة 0,05
						المحسوبة	الجدولية	
الحصانة الذاتية	علمي	60	89,53	16,608	118	0,759	1,96	غير دالة
	ادبي	60	87,78	19,068	118			

ترى الباحثة أن الحصانة الذاتية تتأثر بعوامل عدة غير التخصص الدراسي، مثل التنشئة الاجتماعية وأساليب المعاملة الوالدية والتفاعل مع البيئة المحيطة، فضلاً عن الأفكار والبنى الإدراكية التي كونها الفرد عن نفسه وعن الأحداث التي تمر به، كل تلك العوامل تؤدي دوراً مهماً في تشكيل الحصانة الذاتية لدى الفرد، أن قدرة الطلبة على الاستمرار والنمو تعتمد على قدرتهم على خلق علاقة إيجابية متوازنة مع البيئة الخارجية المتمثلة في الأسرة، ولذلك غابت الفروق بين الطلبة في الحصانة الذاتية

التوصيات:- The Recommendation:

وفقاً لما توصلت إليه من نتائج فإن الباحثة توصي بالآتي:

1- تأكيد دور الحصانة الذاتية بوصفها مصدر مهم وضروري في جميع المؤسسات التربوية والتعليمية

2- وصية الباحثين في العلوم التربوية والنفسية الاهتمام في بحوثهم بموضوع الحصانة الذاتية بصفة خاصة، وبعلم النفس الإيجابي بصفة عامة وذلك لحاجتنا الماسة لمثل هذه الدراسات في مجتمعنا المليء بالضغوط.

المقترحات:- The Suggestions:

بناءً على النتائج التي تم التوصل إليها تقترح الباحثة ما يلي:

1- إجراء دراسة تتناول الحصانة الذاتية لمراحل دراسية أخرى مثل طلبة المرحلة الجامعية.

2- إجراء دراسة عن الحصانة الذاتية وعلاقتها بمتغيرات تربوية واجتماعية ونفسية أخرى مثل (إدارة الوقت، بالتلوث الفكري، بالفراغ الروحي)

المصادر العربية:

- أبوحويج ، مروان. (2002). سايكلوجية التنشئة الاجتماعية، ط1. عمان، دار الميسرة.الأردن
- الإمام، مصطفى محمود، و وآخرون. (1990). التقويم والقياس. دار الحكمة، بغداد.
- أرفن ووليم. (2003). القياس والتقويم في التربية وعلم النفس، ترجمة الزبيدي هيثم كامل و أبو هلالة ماهر. دار الكتاب الجامعي، العين الإمارات العربية المتحدة.
- البياتي ، عبد الجبار توفيق ، زكريا زكي . (1977) : الآحصاء الوصفي والآستدلالي في التربية وعلم النفس. بغداد : مطبعة مؤسسة الثقافة العامة
- ثورندايك ، روبرت ، وهِيجن ، اليزابيث (1989):القياس والتقويم في علم النفس والتربية ، مركز الكتاب الآردني ، عمان الآردن.

- جابر، كاظم كريم. (2011): مناهِج البحث في التربية وعلم النفس، ط1، مكتبة النعيمي للطباعة والنشر، بغداد.
- الزوبعي، عبد الجليل والغنام، محمد أحمد .(1981) : مناهِج البحث في التربية، مطبعة بغداد– العراق.
- الربيعي، دعاء معن. (2013). تأثير التحصين النفسي ضد الضغوط في تنمية قدرة الذات على المواجهة لدى طالبات المرحلة الإعدادية، رسالة ماجستير(غير منشورة). جامعة ديالى: كلية التربية للعلوم الانسانية.
- الشريف، علاء. (2014) .المناعة النفسية وعلاقتها بالاغتراب النفسي لدى طلبة الجامعة. جامعة الزقازيق : مجلة كلية التربية. 512–537:(36).
- العزاوي، وسام كردي. (2018). الصمود النفسي وعلاقته بالتوجه نحو الحياة والطموح الأكاديمي لدى طلبة الجامعة. اطروحة دكتوراه (غير منشورة). جامعة تكريت.
- حمدي، نزيه. (1999). فعالية تدريبات التحصين ضد الضغط النفسي في خفض المشكلات. مجلة جامعة دمشق، المجلد (15) العدد (04). 161–186.
- حمزة، أحمد. (2010). كيف نربي أبنائنا. ط1. دار الثقافة للنشر والتوزيع، عمان.
- ختاتنة، سامي محسن؛ أبو سعد، أحمد عبد اللطيف. (2010). علم النفس الإعلامي. عمان، دار الميسرة للنشر والتوزيع، الأردن.
- رزوقي، نادية محمد. (2013). المناعة النفسية وعلاقتها بالمساندة الاجتماعية لدى طلبة
- الجامعة. رسالة ماجستير (غيرمنشورة). جامعة ديالى: كلية التربية للعلوم الانسانية.

- زيدان، عصام محمد. (2013). المناعة النفسية مفهومها وأبعادها وقياسها. جامعة طنطا: مجلة كلية التربية، (51)، 812-882.
- سويعد، ميرفت ياسر. (2016). الحصانة النفسية وعلاقتها بقلق المستقبل وجودة الحياة لدى الشباب في مركز الإيواء في قطاع غزة، رسالة ماجستير (غير منشورة). الجامعة الاسلامية، غزة.

المصادر الاجنبية:

- **Anastasi, A., & Urbina, S. (1997). Psychological testing. Prentice Hall/Pearson Education..**
- **Lapsley, D. K., & Hill, P. L. (2010). Subjective Invulnerability, Optimism Bias and Adjustment in Emerging Adulthood. Journal of Youth & Adolescence. Aug2010, Vol. 39 Issue 8, p847-857.**
- **Tsiakalis, V., & Papps, F. A. (2014). Fear of Death: The Unique Roles of Invulnerability, Resilience and Psychosocial Maturity. Conference Making Sense of: Suffering, Dying and Death. (2014) Prague, Czech Republic.**
- **Voitkāne, S. (2004). Goal Directedness in Relation to Life Satisfaction, Psychological Immune System and Depression in First-semester University Students in Latvia. Baltic Journal Of Psychology, 5(2), 19-30.**

- **Wikipedia. (2019, 1 23). Instagram. Retrieved 4 8, 2019, from Wikipedia: https://ar.wikipedia.org/wiki/**
- **Young, K S. (1998). Internet addiction, theemer gence of a new clinical disoder. Cyperpsychology and Behaviour. pp 237-244.**
- **young, K. S. (2003). surfing not studying: deating with internet addiction on campus (on- Line), Available: www.net addictio**