الإيجابية وعلاقتها بالمناعة النفسيَّة لدى عينة من متلقِّي لقاحات (كوفيد "١٩") في مدينة الرياض

إعداد

د. عائشة بنت فهد بن عبد الله بن يحياء

أستاذ مشارك –قسم علم النفس –كلية التربية

جامعة الأميرة نورة بنت عبد الرحمن

المستخلَص:

هدَفَت الدراسة الحالية إلى معرفة مستوى الإيجابية والمناعة النفسيَّة لدى عينة من متلقِّي لقاحات (كوفيد "١٩")، في مراكز التطعيم بمدينة الرياض، والكشف عن الإسهام النسبي للإيجابية في تفسير تبايُن المناعة النفسيَّة لدى أفراد العينة، وقد تم استخدام المنهج الوصفي الارتباطي، وكانت أدوات الدراسة عبارة عن مقياس الإيجابية "إعداد الباحثة"، ومقياس المناعة النفسيَّة "إعداد الباحثة"، وتكوَّنت عينة الدراسة الفعلية من (٢١٢) فردًا (٩١ ذكرًا، و ١٢١ أنثى)، وتوصَّلت الدراسةُ إلى أن مستوى الإيجابية لدى عينة من متلقِّي لقاحات (كوفيد "١٩") جاء مرتفعًا، وكان مستوى المناعة النفسيَّة لديهم مرتفعًا، وتبيَّن وجودُ علاقة طردية بين الإيجابية والمناعة النفسيَّة وجميع أبعادها: الصلابة النفسيَّة، والتحدي والمثابَرة، وتنظيم الذات، والتوجه نحو الهدف، وأساليب المواجَهة، كما تبيَّن أن الإيجابية تفسِّر ما نسبته (٣٣,٩٪) من التبايُن في المناعة النفسيَّة لدى عينة من متلقِّي لقاحات (كوفيد "١٩")، وتبيَّن عدم وجود فروق بين درجات عينة الدراسة على مقياس الإيجابية تُعزى لمتغيرات النوع الاجتماعيّ، أو الفئة العمرية، أو الحالة الاجتماعية، أو الحالة الصحيَّة، وتبيَّن أيضًا عدم وجود فروق بين درجات العينة على مقياس المناعة النفسيَّة تُعزى لمتغيرات الفئة العمرية، أو الحالة الاجتماعية، أو الحالة الصحيَّة، فقط ظهرت فروقٌ تُعزى لمتغيِّر النوع الاجتماعيّ لصالح الذكور، ولقد تم مناقشة النتائج في ضوء الأدبيات السابقة.

الكلمات المفتاحية: – الإيجابية – المناعة النفسيَّة –كوفيد "١٩".

Positivity and its relationship to psychological immunity among a sample of (covid-١٩) vaccine recipients in Riyadh Preparation

Aisha Bint Fahad BinYahya
Associate Professor-Department of Psychology-Faculty of Education
Princess Nora bint Abdulrahman University

Abstract*:*

The Current study aimed to know the level of positivity and psychological immunity among a sample of recipients of anti-Covid 19 vaccines in vaccination centers in Riyadh, and to reveal the relative contribution of positivity in explaining the variation of psychological immunity among the sample members, and the descriptive correlative approach was used, the study tools were a measure of positivity "prepared by the researcher", and a measure of psychological immunity "prepared by the researcher". The actual study sample consisted of (212) individuals (91 males, 121 females), The study concluded that the level of positivity among a sample of recipients of anti-Covid 19 vaccines was high, and their level of psychological immunity was high, and it was found that there is a direct relationship between positivity and psychological immunity and all its dimensions: Psychological hardness, challenge , perseverance, self-regulation, goal-orientation, and coping methods, as it was found that positivity explains (33.9%) of the variation in psychological immunity among a sample of recipients of anti-Covid 19 vaccines, It was found that there were no differences between the scores of the study sample on the positivity scale due to the variables of gender, age, marital status, or health status, It was also found that there were no differences between the sample scores on the psychological immunity scale due to the variables of the age, social status, or health status, Only differences appeared due to the gender variable in favor of males, and the results were discussed in the light of previous literature.

Keywords: - Positivity - Psychological Immunity - Covid "19.

المقدمة:

يُخلق الإنسان بمزيج من المشاعر تمثِّل القوة والضَّعْف، والإيجابي والسلبي، وللتنشئة الاجتماعية دور مهم في صقل شخصيته وتعديل سلوكه، وتكوين أفكاره والتأثير في عواطفه، وللخبرات والتجارب التي يمر بها أثر كبير في قراراته ومصيره، فالظروف والمواقف الضاغطة قد تجعله مضطربًا نفسيًّا وفكريًّا وسلوكيًّا، وقد يقع ضحيةَ الفشل والتعاسة والحزن والتوتر، وفي هذا الصدد أكَّدَ كلٌّ مِنْ (بحر وأبو ناموس، ٢٠١٨م، ص ٥٢٣) على أن تحقيق الإيجابية والحياة السعيدة والهناء الشخصي أهداف رئيسة للإنسان؛ ليعيش حياة أكثر توازنًا؛ لأن الإيجابية تجعله يلبي رغباته ويسدّ حاجاته.

وعلم النفس الإيجابي عبارة عن الدراسة الموضوعيَّة للخصال الإيجابية في الإنسان، وتعمل المؤسَّسات الاجتماعية والنفسية على ترقية هذه الخصال، وتنميتها لإعداد شخصيات إيجابية، ولقد أَوْلَى علمُ النفس اهتمامَه خلالَ تاريخه بالنماذج السيئة السلبية والمرضى والعاجزين، والآن يتجه إلى الاهتمام بالأقوياء، فموضوع علم النفس الإيجابي هو ضمن إطار فَهْم وتحليل الشخصية الإيجابية (معمرية، ٢٠١٢م، ص ١٠٢).

وقد ورَد في قاموس الجمعية الأمريكية لعلم النفس تعريف علم النفس الإيجابي باعتباره مجالاً للنظريات والأبحاث، والدراسات النفسيَّة التي تركز على الخبرات النفسيَّة والسِّمات الفردية، أو مناحي القوة الأخلاقية، وعلم النفس الإيجابي اهتم أيضًا بالمستوى الانفعالي، وعلى المستوى الفردي هو معنيٌّ بالسمات الشخصية الإيجابية؛ مثل الشجاعة والوفاء، والحكمة، وعلى المستوى الجمعي فهو معنيٌّ بالفضائل المدنية، والمؤسَّسات التي تزيد فعاليةَ مشارَكة الفرد كمُواطن صالح في المجتمع؛ مثل: (الإيثار والاتزان والاعتدال والمسؤولية) (Vanden BOS, 2007, p. 713).

ويقوم علم النفس الإيجابي على استراتيجيات مختلفة من أجل غرس الأمل، وبناء القوة، التي تعمل كحاجز مناعة ضد إصابة الفرد بالاضطرابات النفسيَّة والعقلية، ومن بين هذه الاستراتيجيات (التدفُّق، والأمل، والتفاؤل، والذكاء الوجداني، والفكاهة، والكفاءة الذاتية، والتفكير الإيجابي) (الفنجري، ٢٠٠٨م، ص ٤٢). وكان لعلم النفس الإيجابي أثر كبير في تحقيق السعادة والهناء الشخصي رغمَ كل هذه التحدِّيات والضغوط (إبراهيم والفضلي، ٢٠٢١م، ص ٤٦٣)؛ لأنَّه علم يدرس طرق التكيُّف والانفعالات الإيجابية لدى الأفراد وسُبُل تنميتها، فالإيجابية مصطلح عامٌّ يضم في طياته متغيرات وعوامل كثيرة.

وقد أشار كلٌّ مِنْ (عبد العال ومظلوم، ٢٠١٣م، ص ٢٣) إلى أنَّ علم النفس الإيجابي يحظى بأهمية كبيرة؛ لأنه يهدف لتحقيق توافُق الفرد مع البيئة المحيطة، وتعزيز الصحة النفسيَّة، وما يزيد علم النفس الإيجابي أهميةً أنَّه ذو طابع تطبيقيّ"؛ فمن خلال دراسة متغيراته وتصميم استراتيجياته يمكن تعزيز الرضا عن الحياة، والتفاؤل، والأمل، والتخفيف من حدة الغضب والتوتر والخوف والقلق، كما يُحقِّق الهناء الشخصي والسلام الداخلي، ويساعد الأفرادَ على تجاوز المحن والخبرات الأليمة، ويعزز قدرته على تحقيق أهدافه، لكن

حياة البشر لا تمشي على وتيرة واحدة أو نمط محدَّد، بل إن العالَم يشهد تغيرات كبيرة، علميَّة وتقنية واتصالية ومعلوماتية، إضافةً إلى التغيرات الصحيَّة والسياسية والاقتصاديَّة والاجتماعيَّة، وجميع هذه التغيرات أثَّرت – بشكلٍ كبيرٍ– على نمط البشر في الحياة اليومية، وأثَّرت في سلوكهم؛ مما زاد حجمَ الأعباء على الأفراد والجماعات، وزادت مشكلات الاتِّزَان، وأصبح الأفراد يعانون مشكلات وضغوطًا لا يمكن حصرها (عبدالواحد، ٢٠٢٠م)، والشخص الإيجابي هو القادر على التكيُّف مع كافة هذه التغيرات، وهو مَنْ يُكيِّف حاجاته ورغباته بناءً على تلك التغيرات، ويُطوِّر نفسَه، ويُعزِّز قدراته على المواجَهة والتحدي.

والإيجابية أحد بواعث استنباط الأفضل، وهي سرُّ الأداء العالي، وتُعزِّز بيئةَ العمل، وتعمل على الانفتاح والصدق، والثقة، كما أنَّها تتجه بالفرد نحو القيمة والفائدة، وتُسهِم في الفعالية والبناء، وتساعد الفردَ على حل المشكلات، وتُجنِّبه الأخطارَ، وتجعله قادرًا على التحكم بالمتغيرات والعوامل المحيطة (الأنصاري، ٢٠١٢م، ص ٥ – ٦).

وأشار بيتر (Peter) إلى أن الفرد الإيجابي لديه سمات إيجابية؛ مثل: (الثقة بالنفس، والتفاؤل، والاستقلالية، والتعاطف، والقدرة على التحمل والتكيُّف، وفَهْم الطبيعة الإنسانية بشكل واقعيّ) (المدهون، ٢٠١٧م، ص ١٢٠). وما شهده العالم نتيجةَ تداعيات جائحة "كورونا" يتطلَّب سمات إيجابية للتكيُّف مع التغيرات التي طرأت نتيجةَ هذا الفيروس، والتفاعل الإيجابي على أنَّها خبرة يمكن الاستفادة منها في الوقاية، كذلك ترى الباحثة أن الشخص الإيجابي يُغلِّب المصالح العامَّة على مصالحه الشخصية بكافة تفاصيلها، وكلما ارتفعت نِسَب الإيجابية في مجتمع ما، فإنَّه يستطيع تجاوُزَ تداعيات جائحة "كورونا"؛ لأن إيجابية الفرد تدفعه نحو الاستجابة مع التعليمات الصحيَّة، إضافةً إلى أن الإيجابي يُمثِّل قدوةً للآخرين؛ وبالتالي يكون له تأثير إيجابي على سلوك الآخَرينَ وتصرفاتهم تجاهَ هذه الجائحة.

ويُستخدَم مصطلح المناعة في مجالات واسعة، خاصةً في المجال الطبي والصحي والوقاية من الأمراض، كذلك زاد انتشارُه في الأوساط والبحوث النفسيَّة والاجتماعيَّة، على أنَّه جدار حماية للفرد من الوقوع في وحل الاضطرابات النفسيَّة والاجتماعيَّة والسلوكيَّة.

ومن الجهود التي بُذلت حول تفسير الارتباط بين الإيجابية والمناعة النفسيَّة ما قدَّمه كل من (Selgman & Csikszentmihalyi, 2000) حول مفهوم علم النفس الإيجابي؛ حيث أكدوا أنَّ علم النفس الإيجابي يقوم على الفكرة القائلة بأنَّه إذا تعلَّم الفردُ العودةَ إلى الهدوء والأمل والتفاؤل وامتلاك المناعة النفسيَّة المرتفعة؛ فإنَّه أقلُّ عرضةً للإصابة بالاكتئاب، وسيشعر بالسعادة وستكون حياته أكثرَ هناءً وإثمارًا، وهذا يُدلِّل على أن الإيجابية والمناعة النفسيَّة متكاملان، وأن ارتفاع المناعة النفسيَّة يُعزِّز مفاهيمَ علم النفس الإيجابي والتمتُّع بالإيجابية المناسِبة؛ حيث أشار (عبد الواحد، ٢٠١٦م، ص ٢٤٩) إلى أن تحقيق المناعة النفسيَّة أحد أهداف علم النفس الإيجابي، بل وأهمها، وأضاف (عبد الواحد، ٢٠١٩، ص ٢٢٢) أن المناعة النفسيَّة هي إكسير الحياة، وسببٌ حقيقيٌّ لجودتها النفسيَّة؛ لكن يختلف الشعور بها والتعبير عنها من فرد لآخَر،

ومن مرحلة عمرية لأخرى، ومن ثقافة لأخرى، وتتنوَّع مصادر المناعة النفسيَّة، لكنها تبقى قمةَ مَطالِب الإنسان في الحياة، وأهم أهدافه التي يسعى لتحقيقها. فيما أشارت (عصفور، ٢٠١٣م) إلى أن تنشيط المناعة النفسيَّة يعزز مهارات التفكير الإيجابي.

والمناعة تعمل بداخل الإنسان كجهاز دفاع للحد من المخاطر الذي تُهدِّده، ولمصطلح المناعة في المجال الطبي انعكاس كبير على مصطلح المناعة النفسيَّة، حيث أكَّدَ كلٌّ مِنْ (Kagan, 2006, p. 17; Rachman, 2016, p. 3) أن المناعة النفسيَّة نظام وظيفي يحمي الفرد من آثار الضغوط السلبية، لكن أكَّد (Albert-Lőrincz, Albert-Lőrincz, Kádár, Krizbai, & Lukács-Márton, 2011, p. 105) أن المناعة النفسيَّة نظام حيوي لكنَّه منظَّم ومعقَّد يقي الفردَ من الاضطرابات النفسيَّة، ويُسهِم في مواجَهة الضغوط.

والمناعة النفسيَّة إذا انخفضت عن الحد الأدنى يمكن أن تؤدِّي إلى تأثير سلبي على النواحي النفسيَّة والجسمية والاجتماعيَّة والسلوكية؛ ممَّا قد يُشكِّل عقبةً في تحقيق الاتِّزَان الفكري والنفسي، وهذا يؤثِّر سلبًا على أداء الفرد وتصرفاته تجاهَ ذاته وتجاه الآخَرين، وقد ينتج عن نقص المناعة النفسيَّة إهمال الذات ونقص الدافعية وصعوبة التوافُق الشخصي والاجتماعيّ (السهلي، ٢٠٢٠م، ص ١٦٦). فالفرد الذي لا يتمتع بمناعة نفسية جيدة قد تزيد لديه المخاوف، وقد يتخذ قرارات خاطئة، وبالنسبة لموضوع الدراسة، فإن المناعة النفسيَّة تُسهِم في قَبول الفرد للإرشادات الصحيَّة والامتثال لآراء الخبراء، وقد تُشكِّل دافعًا نحو تلقِّي لقاح فيروس (كوفيد "١٩")؛ لأن المناعة النفسيَّة تُساعِد الفردَ على التصرف بحكمة وحذَر وخوف يتوافَق مع الموقف لا زيادة ولا نقصان.

وتقول روتر (Rutter, 1990): إن المناعة النفسيَّة لا تشير إلى بناء ثابت في شخصية الفرد، بل يمكن تحسينها بوجود عوامل وقائية أخرى؛ مثل الدعم الاجتماعيّ، وتقدير الذات، ومفهوم الذات، وتعزيز مهارات حل المشكلات، وهي مرتبطة بعوامل مختلفة (فتحي، ٢٠١٩م، ص ٥٥٢). وانطلاقًا من ذلك قد يكون تلقي اللقاح سببًا للارتياح من آثار كورونا السلبية على الحالة المزاجية.

مشكلة الدراسة:

"كورونا" جائحة انتشرت بشكل يصعب تفسيره، حتى أنَّها دفعت كثيرًا من الدول والأنظمة إلى الاستسلام أمامها والاعتراف بالانهيار لمنظومتها الصحيَّة وقدرتها على مواجهتها كأزمة صحيَّة؛ لكن بدأت بوادر الأمل تطفو على السطح بعد ظهور لقاحات مضادة لهذا الفيروس، رغم أن فاعليتها حتى اللحظة لم تتحقَّق بالدرجة المطلوبة؛ لأن فيروس كوفيد "١٩" من النوع التاجي القادر على التحوُّل والتحوُّر.

ولقد برزت خلال جائحة "كورونا" آراء وأفكار متنوعة، أثَّرت في المنحنى الوبائي وقدرة المؤسَّسات الصحيَّة والحكومية على السيطرة الناجحة على انتشار الوباء، ومن خلال متابَعة الباحثة لأحداث هذه الجائحة عبرَ وسائل الإعلام المختلفة ومواقع التواصُل الاجتماعيّ وجدت فئات مختلفة؛ منهم يُقدِّم النصائح

للآخَرين حول طرق الوقاية وإجراءات السلامة، مرورًا ببعض الأفراد الذين أُصيبوا وتحدَّثوا عن تجربتهم مع الوباء، وهناك من مثَّلت لهم جائحة "كورونا" كابوسًا أثَّر في تفاعلاتهم الاجتماعية، وهناك من لا زال لا يؤمن بوجود فيروس، وأن جائحة "كورونا" مفتعَلة.

وبناءً على ذلك جاءت نسبة الإقبال على اللقاح في مدينة الرياض أدنى من المستوى المرغوب، وأن مِنَ الملقَّحين مَنْ أُجبر على تلقِّي اللقاح لأغراض السفر أو العمل أو لأسباب أخرى، ومن هذا المنطلق تؤمِن الباحثة أن لذلك تفسيرات نفسية متباينة ومعقَّدة إلى حدٍّ ما، وأن اختلاف الإيجابية لدى الأفراد قد يكون له تأثير في قَبول اللقاح من عدمه.

ومن خلال الاطلاع على عدد من الدراسات السابقة التي تناولت المناعة النفسيَّة خلال جائحة "كورونا"؛ مِثْل دراسة (سالمان، ٢٠٢١م؛ وحنتول، ٢٠٢١م؛ والليثي، ٢٠٢٠م) يمكن استخلاص أهمية المناعة النفسيَّة في التفاعل الإيجابي مع ظروف جائحة "كورونا"، والامتثال للأوامر والتعليمات المتعلِّقة بإجراءات السلامة، وأن المناعة تنعكس سلبًا على توهُّم المرض أو القلق منه، وعلى الرغم من الجهود التي بُذلت حول المناعة النفسيَّة خلال جائحة "كورونا" إلا أن الإيجابية وعلاقتها بالمناعة النفسيَّة لم تتناولها الدراسات السابقة التي تحصَّلت عليها الباحثة، إضافةً إلى فئة متلقِّي اللقاح لم تحظَ بالاهتمام اللازم من البحث؛ لذا يمكن حصر مشكلة الدراسة في السؤال الرئيس التالي: ما مستوى الإيجابية وعلاقتها بالمناعة النفسيَّة لدى عينة من متلقِّي لقاحات فيروس كوفيد "١٩"؟

وينبثق عن السؤال الرئيس مجموعةٌ من الأسئلة الفرعية؛ وهي على النحو التالي:

١. ما مستوى الإيجابية لدى عينة من متلقِّي لقاحات فيروس كوفيد "١٩"؟

٢. ما مستوى المناعة النفسيَّة لدى عينة من متلقِّي لقاحات فيروس كوفيد "١٩"؟

٣. هل توجد علاقة ذات دلالة إحصائيَّة بين الإيجابية والمناعة النفسيَّة لدى عينة من متلقِّي لقاحات فيروس كوفيد "١٩"؟

٤. ما مستوى الإسهام النسبي للإيجابية في تفسير التبايُن بالمناعة النفسيَّة لدى عينة من متلقِّي لقاحات فيروس كوفيد "١٩"؟

٥. هل توجد فروقٌ ذاتُ دلالةٍ إحصائيَّةٍ في مستوى الإيجابية لدى عينة من متلقِّي لقاحات فيروس كوفيد "١٩" تُعزى لمتغيرات: النوع الاجتماعيّ، أو الفئة العمرية، أو الحالة الاجتماعية، أو الحالة الصحيَّة؟

٦. هل توجد فروقٌ ذاتُ دلالةٍ إحصائيَّةٍ في مستوى المناعة النفسيَّة لدى عينة من متلقِّي لقاحات فيروس كوفيد "١٩" تُعزى لمتغيرات: النوع الاجتماعيّ، أو الفئة العمرية، أو الحالة الاجتماعية، أو الحالة الصحيَّة؟

أهداف الدراسة:

سعت الدراسة إلى تحقيق الأهداف التالية:

١. التعرُّف على مستوى الإيجابية لدى عينة من متلقِّي لقاحات فيروس كوفيد "١٩".

٢. الكشف عن مستوى المناعة النفسيَّة لدى عينة من متلقِّي لقاحات فيروس كوفيد "١٩".

٣. التحقُّق من وجود علاقة بين الإيجابية والمناعة النفسيَّة لدى عينة من متلقِّي لقاحات فيروس كوفيد "١٩".

٤. قياس مستوى الإسهام النسبي للإيجابية في تفسير التبايُن بالمناعة النفسيَّة لدى عينة من متلقِّي لقاحات فيروس كوفيد "١٩".

٥. اختبار الفروق في مستوى الإيجابية لدى عينة من متلقِّي لقاحات فيروس كوفيد "١٩" تُعزى لمتغيرات: النوع الاجتماعيّ، أو الفئة العمرية، أو الحالة الاجتماعية، أو الحالة الصحيَّة.

٦. التحقق من وجود فروق في مستوى المناعة النفسيَّة لدى عينة من متلقِّي لقاحات فيروس كوفيد "١٩" تُعزى لمتغيرات: النوع الاجتماعيّ، أو الفئة العمرية، أو الحالة الاجتماعية، أو الحالة الصحيَّة.

أهمية الدراسة:

تنبثق أهميةُ الدراسة من خلال ما يلي:

أولاً: أهمية نظرية:

١. تتناول الدراسةُ موضوعًا لم يأخذ حقَّه في البحث والتطوير؛ كون جائحة "كورونا" حديثة النشأة وما زالت ظاهرة صحيَّة مجهولة نسبيًّا.

٢. أن الدراسة تهتم بمتغيرين لهما أهمية بالغة في دراسة السلوك والشخصية الإنسانية، وما يزيدها أهمية أنَّها تأتي في إطار علم النفس الإيجابي: الإيجابية، والمناعة النفسيَّة.

٣. أن الدراسة تستكمل الجهود التي بُذلت حول تأثير جائحة "كورونا" وتداعياتها على الحالة المزاجية للأفراد.

ثانيًا: أهمية تطبيقية:

١. تفيد نتائج الدراسةُ المرشدين الصحيين؛ حيث تبين لهم طرق التعامُل النفسي مع حالات كورونا، وسبل إرشاد الأفراد نحو تلقِّي اللقاحات.

٢. تُقدِّم الدراسةُ نتائجَ وتوصيات تُعزِّز الحالة المزاجية للأفراد الذين تلقَّوا اللقاح؛ حيث يمكن أن تُسهِم التوصيات في تحسين المناعة النفسيَّة والإيجابية لديهم.

٣. تُقدِّم الدراسةُ نتائجَ وتوصيات قد تفيد الباحثين والمختصين؛ حيث تفتح لهم آفاقًا لدراسات مستقبلية حول موضوع الدراسة والفئة المستهدَفة.

مصطلحات الدراسة:

الإيجابية:

تُعرَّف الإيجابية على أنَّها: بناء شخصي يُشير إلى تصرُّف تقييمي أساسي، وواسع الانتشار يقود الأفراد إلى النظرة الإيجابية للحياة، وتشير الإيجابية أيضًا إلى ميل فردي للتقييم الإيجابيّ، أو هي توجُّه إيجابيّ نحو مجالات الحياة المختلفة (Caprara, Fagnani, Alessandri, Steca, Gigantesco, Sforza, & Stazi, 2009: 277).

والإيجابية مفهوم سيكولوجي متعدد العناصر والأبعاد، وتتمثل بقوة الأنا والتوكيدية، وتقدير الذات والإبداع ومعنى الحياة، وتحمل تلك الأبعادُ في مضامينها مجموعة من الصُّوَر والدلالات الإيجابية (علوان والنواجحة، ٢٠١٣م، ص ١٢). وتُعرف الإيجابية بأنَّها: طاقة تُحفِّز الذات للعمل والإنجاز؛ بواسطة استثمار كامل لقدرات وموارد الفرد، وصولاً إلى النتائج الأنجح لتحقيق السعادة والنجاح عبرَ النواتج والأفكار الإيجابية وصناعة الخيارات الخلاقة لمواجَهة المواقف والتحديات (الخالدي، ٢٠١٨م، ص ١٤٨).

وتُعرف الباحثة الإيجابية في الدراسة الحالية بأنَّها: التفاعل والتكيُّف السليم مع المواقف والظروف مهما بلغ تعقيدها وحِدَّتها وتأثيرها على حياة الفرد، والسعي المتواصل لتجاوز التحدِّيات من أجل تحقيق النجاح، والاستمرار في الحياة اليومية بتفاؤل وأمل بأن المستقبل أفضل، والامتثال للأفكار الإيجابية، وتجاهُل الأفكار السلبية التي تخطر على بال الفرد.

المناعة النفسيَّة:

المناعة النفسيَّة نظام معقَّد ومنظَّم ووقائيّ لحماية الفرد من الاضطرابات النفسيَّة والبيئية لمواجهة الضغوط النفسيَّة والانفعالية أسوةً بنظام المناعة الحيوية (Barbamell, 2009, p. 17)؛ و(Albert-Lőrincz, Albert-Lőrincz, Kádár, Krizbai, & Lukács-Márton, 2011, p. 105).

وعرفت (فتحي، ٢٠١٩م، ص ٥٥٦) أن المناعة النفسيَّة عبارة عن قدرة الفرد على استخدام السُّبُل والآليات والاستراتيجيات لمواجَهة الصعوبات الاجتماعية والتكيفية والضغوط النفسيَّة، فهي بناء غير ثابت في الشخصية، وتتحسَّن بوجود عوامل وقائية؛ كالتفكير الإيجابي، والضبط الانفعالي، والمبادأة، والتوكيدية، والإبداع، وحل المشكلات، والصمود والصلابة النفسيَّة، وإدارة وفاعلية الذات، والتوجه نحو الهدف، والمرونة النفسيَّة، والتدين، والمسؤولية الاجتماعية.

وتُعرِّف الباحثة المناعة النفسيَّة في الدراسة الحالية بأنَّها: قدرة الفرد على حماية نفسه والمحيطين به من الضغوط الحياتية المختلفة، والتكيُّف الإيجابي مع كافة الأحداث والظروف المواتية، وتغليب الأفكار الإيجابية على غيرها من الأفكار، والتعامل بمرونة نفسية وفكرية مع تداعيات جائحة "كورونا" لحماية الذات والآخَرين، والتوجه نحو الهدف، وتلبية متطلَّبات المسؤولية الاجتماعية.

جائحة "كورونا" "كوفيد ١٩":

تتبنَّى الباحثة التعريف التالي: الجائحة تعني وباء ينتشر بين البشر في مساحة كبيرة مثل قارة، أو قد تتسع لتضم كافة أرجاء العالَم. أما جائحة "كورونا" فتعني انتشار فيروس مستجِدّ يُسمَّى "كوفيد ١٩"، وهو فيروس خطير ومميت ويسبب أضرارًا في الجهاز التنفسي، وينتشر بسرعة بالملامَسة أو بطُرُق أخرى، انطلَق من الصين وانتشر بكافة أرجاء العالَم (منظَّمة الصحة العالميَّة، ٢٠٢٠م، ص ٢).

حدود الدراسة:

تتحدد الدراسة في إطار ما يلي:

١. **الحدود الموضوعيَّة:** اقتصرت الدراسة على كشف العلاقة بين الإيجابية والمناعة النفسيَّة لدى عينة من متلقِّي لقاحات فيروس كوفيد "١٩".

٢. **الحدود الزمنية:** أُجريت الدراسة خلال الفترة (مايو/ ٢٠٢١ إلى أغسطس/ ٢٠٢١م).

٣. **الحدود المكانية:** أُجريت الدراسة في المملكة العربية السعودية، وتحديدًا بمدينة الرياض.

٤. **الحدود البشرية:** طُبِّقت الدراسةُ على عينة من متلقِّي لقاحات فيروس كوفيد "١٩" بمدينة الرياض.

الدراسات السابقة:

تناولت كثير من الدراسات متغيرَي الإيجابية والمناعة النفسيَّة، ولقد حظي كل متغيِّر باهتمام خاص في مجالات عدة ولدى فئات مختلفة، وسيتم تناوُل الدراسات التي تناولت متغيرات الدراسة بحسب درجة ارتباطها لموضوع الدراسة.

وحول متغيِّر الإيجابية لم تصل الباحثة لدراسات تناولت الإيجابية في ظل تداعيات جائحة "كورونا"، ومن بين الدراسات التي تناولت موضوع الإيجابية دراسة (Rusu & Colomeischi, 2020)، والتي هدفت إلى الكشف عن الدور الوسيط لمشاركة العمل بين مستوى الإيجابية والرفاهية بين المعلِّمين، واستخدمت الدراسةُ المنهجَ الارتباطيَّ، وكانت أداة الدراسة عبارة عن استبانة، وشارك في الدراسة نحو (١٣٣٥) معلِّمًا ومعلِّمةً من مدارس رومانيا، بواقع (٥٧٣ ذكرًا، و٧٦٢ أنثى)، واستنادًا إلى الدراسات السابقة، تم افتراض أن الإيجابية لها تأثير إيجابي على الرفاهية بين المعلِّمين؛ فأشارت نتائج الدراسة أن نسبة المشاعر الإيجابية أكبر من السلبية لدى المعلِّمين، وأن المشاعر الإيجابية تزيد من خلال المشارَكة بالعمل (التفاني والاستيعاب والحيوية)، وأظهَر المشارِكون مستوياتٍ عاليةً من الرفاهية الذاتية، كما تبيَّن أن مرتفعي الرفاهية لديهم مشاعر إيجابية أكبر من غيرهم، وتبيَّن أن المشارَكة في العمل تتوسط العلاقة بين الإيجابية والرفاهية لدى المعلِّمين.

وقد اجريت دراسة سالمان (٢٠١٨م) من أجل معرفة القُوَى الإيجابية للشخصية في علاقتها باستراتيجيات مقاوَمة أعراض الاضطرابات النفسيَّة لدى عينة من طلاب الجامعة، واستخدمت الباحثةُ المنهجَ الوصفيَّ التحليليَّ المقارنَ، واختيرت عينة عشوائية من طلاب جامعة المنيا بلغت (٢٠٦) طالبًا

وطالبةً، واعتمدت على مقياس القوى الإيجابية للشخصية من إعداد الباحثة، وقائمة الأعراض المختصَرة، إعداد ديروجاتس (١٩٧٥م)، ترجمة وتقنين الباحثة (٢٠١٨م)، وتوصَّلت الدراسةُ إلى عدة نتائج، أبرزها: أن ترتيب القوى الإيجابية للشخصية جاء كالتالي: قُوَى الصدق، والامتنان، والروحانية، والمثابرة، والقيادة، وقوى الفكاهة، ثم قوى البصيرة، ثم التنظيم الذاتيّ، وحب التعلم، والحذر، وجاء ترتيب الفضائل الإيجابية: الشجاعة، ثم السمو، السماحة، الإنسانية، العدالة، الحكمة، هوس الاضطهاد، ثم القلق، الاكتئاب، الحساسية بين شخصية، الذهان، العداء، البارانويا، الأعراض النفسجسمية، وأخيرًا الرهاب. وتبيَّن وجودُ علاقة موجبة بين الفضائل الإيجابية والقوى الإيجابية للشخصية وبين استراتيجيات مقاوَمة الأعراض النفسيَّة، على حين لم تظهر علاقة دالَّة إحصائيًّا بين القوى الإيجابية وقائمة الأعراض المختصَرة.

وأجرت البشيتي (٢٠١٧م) دراسةً بهدف معرفة الإيجابية وعلاقتها بتحقيق الذات والتوافق المهني للعاملات في مؤسَّسات التعليم العالي الحكومي في محافظات غزة، وتم استخدام المنهج الوصفي التحليلي، وتكوَّنت عينة الدراسة من (١٨٠) امرأة عاملة بمؤسسات التعليم العالي، واستخدمت مقياسًا للإيجابية، ومقياسًا لتحقيق الذات، ومقياسًا للتوافق المهني، وتبيَّن وجودُ مستوى مرتفع من الإيجابية للمرأة العاملة بمؤسسات التعليم العالي، وكان مستوى تحقيق الذات والتوافق المهني مرتفعًا أيضًا، كما تبيَّن وجود علاقة طرديَّة بين الإيجابية وتحقيق الذات، وبين الإيجابية والتوافق المهني، كما تبيَّن أنَّه توجد فروق في الإيجابية تُعزى لمتغيِّر المؤسَّسة التعليميَّة، على حين لم تظهر فروق تُعزى لمتغيرات المؤهِّل العلميّ وطبيعة العمل وسنوات الخبرة.

وجاءت دراسة (السيد، ٢٠١٦م) من أجل الوقوف على العدوانية وعلاقتها ببعض متغيرات علم النفس الإيجابي لدى عينة من الطلاب والموظفين، وتكوَّنت عينة الدراسة من (٣٩٥) طالب جامعة، و(٢٦٦) من موظفي الجامعة، وقد حصل طلاب الجامعة الذكور على أعلى متوسط في الدرجة الكلية لمقياس العدوانية، يليهم طالبات الجامعة، ثم عينة الموظفين من الذكور، وأخيرًا عينة الموظَّفات، وبالنسبة للارتباط بين العدوانية وبعض متغيرات علم النفس الإيجابي، فكانت على النحو التالي: ظهر ارتباط موجب بين التفاؤل وحب الحياة والرضا عن الحياة، والأمل، ومقاييس التقدير الذاتيّ لدى عينتَي الذكور والإناث، كما ظهر ارتباط سالب بين العدوانية والرضا عن الحياة، والأمل، ومقاييس التقدير الذاتيّ لدى عينتَي الذكور والإناث.

كما هدَفَت دراسة العبيدي (٢٠١١م) إلى قياس مستوى الإيجابية وعلاقتها بقلق المستقبل لدى عينة من طلبة الجامعة، وتكوَّنت عينة الدراسة من (٩٩٠) طالبًا وطالبةً، تم اختيارهم عشوائيًّا من جامعة بغداد، وطورت الباحثة مقياسًا للإيجابية، وآخَر لقلق المستقبل، وخلُصَت الدراسةُ إلى أن الطلبة يتمتعون بمستوى أعلى من المتوسط من الإيجابية، واتضح أن قلق المستقبل أدنى من المتوسط، كما وتبيَّن وجود علاقة ارتباط سالبة بين المتغيرين الإيجابية وقلق المستقبل لدى طلبة الجامعة.

وهدفت دراسةُ كلٍّ من الدفاعي والخالدي والتميمي (٢٠٠٩م) إلى تحديد مستوى الإيجابية لدى طلبة الجامعة وعلاقتها بمتغير الجنس، وتكوَّنت عينة الدراسة من (٣٠٠) طالبًا وطالبةً، تم اختيارهم عشوائيًّا من الجامعة المستنصرية، وخلصت الدراسة إلى مجموعة من النتائج، كان أهمُّها أن الإيجابية لها أثر بالغ في سعي الطلبة لتحقيق النجاح والتفوق العلمي، كما أن الذين يمتلكون سمةَ الإيجابية يكونون فاعلين بشكلٍ واضحٍ مع الآخَرين باعتبار أن هذه السمة تشكل دافِعًا مهمًّا لتجاوُز ضغوطات الحياة مهما كانت شدتها.

قام سالمان (٢٠٢١م) بدراسة هدَفَت إلى معرفة العلاقة بين المناعة النفسيَّة وكل مِنْ تَسامِي الذات وقلق العدوى بفيروس كورونا المستجدّ، لدى عينة من مُعلِّمي التعليم الأساسي؛ حيث اعتمدت الدراسة على المنهج الوصفي، وأعدَّت الباحثةُ مقياسًا للمناعة النفسيَّة، ومقياسًا لتسامي الذات، ومقياسًا لقلق العدوى، وطبقت على عينة بلغت (٩٣) معلِّمًا ومعلِّمةً، وقد توصَّلَت الدراسةُ إلى تمتُّع عينة الدراسة بمستوى متوسط من المناعة النفسيَّة سواء مَنْ سبَق إصابتُه أو من لم يُصَب بفيروس "كوفيد ١٩"، وتبيَّن وجودُ علاقة موجبة بين المناعة النفسيَّة وتسامي الذات وعلاقة سالبة مع قلق العدوى، ولم تظهر فروق في المناعة النفسيَّة تُعزى لمتغيرات النوع الاجتماعيّ، أو العمر، أو الإصابة بفيروس "كوفيد ١٩"، وتبيَّن أن نسبة إسهام تسامي الذات في تفسير التبايُن في المناعة النفسيَّة (٤٤,٧٪)، وأن قلق العدوى يُفسِّر (٥٢,٨٪) من التبايُن في المناعة النفسيَّة.

وقد هدَفَت دراسة حنتول (٢٠٢١م) إلى التحقق من وجود علاقة بين القلق الاجتماعيّ المرتبط بجائحة "كورونا" لدى عينة من طلاب كلية التربية بجامعة جازان ومتغيري المناعة النفسيَّة والاتزان الانفعالي؛ حيث اعتمدت الدراسة على المنهج الارتباطي، وتكوَّنت عينة الدراسة من (٧٠) طالبًا وطالبةً، واعتَمَدت الدراسةُ على مقياس للقلق الاجتماعيّ المرتبط بجائحة "كورونا"، ومقياس للمناعة النفسيَّة ومقياس للاتزان الانفعالي، وتوصَّلت الدراسةُ إلى عدة نتائج؛ جاء أهمها: أن هناك مستوى مرتفعًا من القلق الاجتماعيّ المرتبط بجائحة "كورونا"، وتبيَّن وجودُ علاقة بين القلق الاجتماعيّ المرتبط بجائحة "كورونا" والمناعة النفسيَّة، وعلاقة بين القلق الاجتماعيّ والاتزان الانفعالي، وتبيَّن وجودُ فروق بين مرتفِعِي ومنخفِضِي القلق الاجتماعيّ في مستوى المناعة النفسيَّة، وتبيَّن أنَّه يمكن التنبُّؤ بالقلق الاجتماعيّ المرتبط بجائحة "كورونا" من خلال متغيري المناعة النفسيَّة والاتزان الانفعالي.

وقد أجرى الليثي (٢٠٢٠م) دراسةً بهدف التحقق من المناعة النفسيَّة وعلاقتها بالقلق، وتوهُّم المرض المترتِّب على جائحة فيروس كورونا المستجد لعينة من طلاب الجامعة، وتم استخدام المنهج الوصفي، وتكوَّنت عينة الدراسة من (٤٦٥) طالبًا اختيروا عشوائيًّا من بعض الجامعات المصرية، تراوحت أعمارهم ما بين (١٨—٢٢) سنة، وطُبِّقت عليهم أدوات الدراسة التي تمثلت بمقياس المناعة النفسيَّة ومقياس القلق ومقياس توهم المرض، وتوصَّلت الدراسةُ إلى عدة نتائج، أبرزُها أن المناعة النفسيَّة جاءت مرتفعةً، وتبيَّن

وجود علاقة عكسية بين المناعة النفسيَّة وأبعادها: التفكير الإيجابي، والثقة بالنفس، والمواجَهة الإيجابية، والمرونة النفسيَّة، وتنظيم الذات، والضبط الانفعالي، وكل من القلق وتوهُّم المرض.

التعقيب على الدراسات السابقة:

تناولت الدراسات السابقة متغيرَي الإيجابية والمناعة النفسيَّة، ولقد تبيَّن من عرض هذه الدراسات أن الإيجابية لها تأثير في تحقيق الذات والسعادة والتوافق المهني، وتبيَّن من خلال عرض دراسات المناعة النفسيَّة أنَّها ترتبط بموضوع جائحة "كورونا"، وأن المناعة النفسيَّة تم قياسها من خلال مجموعة كبيرة من الأبعاد؛ لأن المناعة ذاتها وتكوينها ما زال قيد البحث والتطوير وفي تغيُّر مستمر مع ظهور تغيرات وتحديات جديدة.

وتأتي الدراسة الحالية استكمالاً للجهود التي بُذلت بهدف قياس الإيجابية والمناعة النفسيَّة، لكنها تضيف عنصرين مهمين؛ الأول يتعلَّق بالإيجابية وعلاقتها بالمناعة النفسيَّة، والثاني يتعلَّق بدراسة ظاهرة جديدة لم تحظَ بما تستحقه من اهتمام في البحث النفسي؛ كون جائحة "كورونا" أُطلق عليها جائحة كوفيد "١٩" المستجد.

الإجراءات المنهجيَّة

منهج الدراسة:

اعتمدت الدراسة على المنهج الارتباطي؛ وهو أحد المناهج والطرق العلميَّة في تفسير الظواهر والمتغيرات؛ حيث يُعدّ المنهج الارتباطي بمثابة أسلوب علمي في وصف ظاهرة ما ومحاولة تفسيرها، والتحقق من العلاقة بين عواملها وتقصِّي مقدار هذه العلاقة وآثارها على الفئات المستهدَفة.

مجتمع الدراسة:

تكوَّن مجتمعُ الدراسة من جميع متلقِّي لقاحات فيروس كوفيد "١٩" بأنواعها المختلفة بمدينة الرياض؛ لكنَّ الباحثة لم تستطع الوصول إلى عدد دقيق لعدد متلقِّي لقاح فيروس كوفيد "١٩" نظرًا لتعدد المراكز، والإقبال اليوميّ لمتلقي اللقاحات، وحصول بعضهم على اللقاح لمرة واحدة، وحصول آخَرين على جرعتين من اللقاح.

عينة الدراسة:

اختارت الباحثة عينة بطريقة عشوائية بلغت (٢٤٠) فردًا، فاستجاب منهم (٢١٢) فردًا، بنسبة استجابة بلغت (٨٨,٣٣٪)، وجديرٌ بالذِّكْر أنَّه تم اختيار عينة الدراسة من مراكز التطعيم التالية: مستشفى الملك عبد الله الجامعي، ومستشفى الملك خالد الجامعي، ومستشفى الدرعية، ومستشفى سليمان الحبيب. وجدول (١) يصف خصائص عينة الدراسة الفعلية حسبَ متغيرات: النوع الاجتماعيّ، والفئة العمرية، والحالة الاجتماعية، والحالة الصحيَّة:

جدول ١

خصائص عينة الدراسة تبعًا لبعض المتغيرات الديمغرافية

البيان	المتغيرات	العدد	النسبة المئوية %
النوع	ذكر	٩١	٤٢,٩٠
	أنثى	١٢١	٥٧,١٠
الفئة العمرية	٣٠ سنة فأقل	٢١	٩,٩٠
	من ٣٠ إلى أقل من ٤٠	٥١	٢٤,١٠
	من ٤٠ إلى أقل من ٥٠	٨٦	٤٠,٦٠
	٥٠ سنة فأكثر	٥٤	٢٥,٥٠
الحالة الاجتماعية	أعزب/ آنسة	١٦	٧,٥٠
	متزوج/ متزوجة	١٦٤	٧٧,٤٠
	مطلَّق/ مطلَّقة	١٥	٧,١٠
	أرمل/ أرملة	١٧	٨,٠٠
الحالة الصحيَّة	معافى بصحة جيدة	١٥١	٧١,٢٠
	يعاني من أمراض عادية	٣٢	١٥,١٠
	يعاني من أمراض مزمنة	١٤	٦,٦٠
	يعاني من أمراض خطرة	١٥	٧,١٠
	الإجماليّ	٢١٢	١٠٠,٠

أدوات الدراسة:

١. مقياس الإيجابية:

قامت الباحثة بالاطلاع على عدد من الدراسات السابقة ذات العلاقة بموضوع الإيجابية، فوجدت تباينًا شديدًا في تناوُل المتغير وطرق قياسه، والأبعاد المعتمَدة؛ وهذا الاختلاف يرجع إلى تعريفاتهم لمصطلح الإيجابية؛ حيث إن (Singh & Jha, 2010) مقياس للإيجابية باعتبارها سمات شخصية: صورة الذات الإيجابية، والتوجه نحو الآخَرين، والالتزام والتعهد الذاتيّ، والتوحُّد الثقافيّ. أما (عبد الخالق، ٢٠١٨م) فطوَّر مقياسًا للذات الإيجابية تكوَّن من (١٦) عبارة اشتُقَّت من مقاييس مختلفة، مثل الفاعلية الذاتية والثقة بالنفس وتنظيم الذات، على حين قام كل من (المجالي وعبدالرشيد، ٢٠١٩م) ببناء مقياس للإيجابية تكوَّن من (٣٣) فقرة توزَّعت على أربعة أبعاد: السعادة النفسيَّة، وجودة الحياة، والتدفُّق والاندماج، والعقلانية والاتزان، والتفكير الإيجابيّ، وحدَّد كلٌّ من (البشيتي، ٢٠١٧م) أبعاد الإيجابية على أنَّها: النظرة التفاؤلية للحياة، والموهبة والتفوق في الإنجاز، والسلوك التوكيدي، والثقة بالنفس والآخرين، والذكاء الانفعالي، أما (علوان والنواجحة، ٢٠١٣م) فاعتبرَا أن للإيجابية ستة أبعاد: قوة الأنا، والتوكيدية، وتقدير الذات، والاتزان الانفعالي، والإبداع، ومعنى الحياة.

ولقد أخذت الباحثة بالآراء التي قدَّمَها (عبد الخالق، ٢٠١٨م) في قياس الإيجابية، وتم تطوير مقياس للإيجابية عن الملقَّحِين، بحيث تضمَّن المقياسُ (٢٠) عبارة يجاب عنها وفقَ سُلَّم استجابة ثلاثي الترتيب:

تنطبق على: (تمامًا، إلى حدٍّ ما، لا تنطبق)، ويتمَّ تصحيحُها (٣، ٢، ١)، وكانت جميع الفقرات موجبة، وشملت العبارات متغيرات إيجابية مختلفة منها: الاتِّزَان الانفعالي، والثقة بالنفس، والإبداع، والتوكيدية، وتقدير الذات، والتنظيم الذاتيّ، والفاعلية الذاتية.

وتحقَّقت الباحثةُ من صدق المقياس وثباته من خلال مجموعة من الإجراءات الميدانية، أهمها عرضه على مجموعة من المختصِّين وعلماء النفس في بعض الجامعات، وتعديل وتقنين فقراته بناءً على آراء لجنة التحكيم، ثم جرى تطبيق المقياس بعدَ تحكيمه على عينة استطلاعية من متلقي اللقاحات بلغت (٥٠) فردًا، وتم حساب معاملات الارتباط بين فقرات المقياس ودرجته الكلية، وكانت معاملات الارتباط كما يوضحها الجدول التالي:

جدول ٢

معاملات الارتباط ومستوى الدلالة بين فقرات مقياس الإيجابية ودرجته الكلية

م	مُعامِل الارتباطِ	مستوى الدلالة	م	مُعامِل الارتباطِ	مستوى الدلالة
١	٠,٥٢١**	٠,٠٠٠	١١	٠,٤٠٥**	٠,٠٠٠
٢	٠,٦٣٧**	٠,٠٠٠	١٢	٠,٥٥١**	٠,٠٠٠
٣	٠,٥٧٨**	٠,٠٠٠	١٣	٠,٧١٤**	٠,٠٠٠
٤	٠,٦٨٣**	٠,٠٠٠	١٤	٠,٥٩٢**	٠,٠٠٠
٥	٠,٣٩٠**	٠,٠٠٠	١٥	٠,٧٢٥**	٠,٠٠٠
٦	٠,٦٤٩**	٠,٠٠٠	١٦	٠,٧١٥**	٠,٠٠٠
٧	٠,٧٩٥**	٠,٠٠٠	١٧	٠,٦٧٨**	٠,٠٠٠
٨	٠,٤١٩**	٠,٠٠٠	١٨	٠,٤١٦**	٠,٠٠٠
٩	٠,٣٦٥**	**٠,٠٠٩**	١٩	٠,٥٥٧**	٠,٠٠٠
١٠	٠,٦٢٩**	٠,٠٠٠	٢٠	٠,٤٤٤**	**٠,٠٠١**

*** مستوى الدلالة عند درجات حرية (٤٨) ومستوى دلالة (٠,٠٥) تساوي (٠,٢٧٨).**

**** مستوى الدلالة عند درجات حرية (٤٨) ومستوى دلالة (٠,٠١) تساوي (٠,٣٦٢).**

يبين جدول (٢) أن جميع قِيَم الاحتمال جاءت أدنى من مستوى الدلالة (٠,٠٥)، وهذا يُدلِّل على أن معاملات الارتباط بين عبارات المقياس ودرجته الكلية دالَّة إحصائيًّا؛ وبالتالي فإن المقياس يتمتَّع بصدق اتِّساق داخلي جيد.

كذلك تمَّ التحقُّقُ من ثبات المقياس من خلال تحليل بيانات العينة الاستطلاعية، وتم استخدام طريقة كرونباخ ألفا، وطريقة التجزئة النصفية التي تقوم على أساس تقسيم المقياس إلى فقرات فردية الرُّتَب، وفقرات زوجية الرُّتَب؛ ومِن ثَمَّ حساب مُعامِل الارتباطِ بينها، وتصحيحه باستخدام المعادلة المناسِبة إمَّا سبيرمان براون أو جتمان، والجدول التالي يبين نتائج ثبات مقياس الإيجابية:

جدول ٣

معاملات ثبات مقياس الإيجابية

البيان	المعامل
عدد العبارات	٢٠
معامل كرونباخ ألفا	٠,٩٦٠
معامل ارتباط الفقرات فردية الرُّتب مع الدرجة الكلية	٠,٩٥٠
معامل ارتباط الفقرات زوجية الرُّتب مع الدرجة الكلية	٠,٩٣٠
مُعامِل الارتباطِ بين الفقرات فردية الرُّتب والزوجية	٠,٨٦٦
مُعامِل الارتباطِ المصحَّح بطريقة سبيرمان براون	٠,٩٢٨
مُعامِل الارتباطِ المصحَّح بعد تعديل الطول باستخدام جتمان	٠,٩٢٠

يبين جدول (٣) أن معامل كرونباخ ألفا لجميع فقرات مقياس الإيجابية جاء مرتفعًا، وبلغ (٠,٩٦٠)، ويوضح الجدول أن مُعامِل الارتباطِ بين الفقرات فردية الرُّتب، والفقرات زوجية الرُّتب (٠,٨٦٦)، وهو معامل ارتباط قوي ودالّ إحصائيًّا، كذلك بعد تصحيحه باستخدام سبيرمان براون (٠,٩٢٨)، ومن خلال معادلة جتمان (٠,٩٢٠)، وهي مؤشِّرات تُدلِّل على أن المقياس يتمتع بثبات مرتفع.

٢. مقياس المناعة النفسيَّة:

تم مراجعة بعض الدراسات والبحوث ذات العلاقة بالمناعة النفسيَّة، وتبيَّن وجود اختلاف كبير في تناوُل المناعة النفسيَّة من حيث الأبعاد وطريقة القياس، فمن خلال دراسة (العمري، ٢٠٢١م) التي جاءت من أجل تطوير مقياس للمناعة النفسيَّة عندَ الراشدين، وتكوَّن المقياس من الأبعاد التالية: الثقة بالنفس، وضبط النفس، والقدرة على حل المشكلات، والتخطيط وامتلاك البدائل، والاستفادة من الخبرات السابقة، والتواصل مع الجسد، وقوة الاعتقاد، والسَّكِينة.

كما أعدَّت (فتحي، ٢٠١٩م) مقياسًا للمناعة النفسيَّة يتكوَّن من (٥٤) عبارة، تتوزع إلى الأبعاد التالية: التفكير الإيجابي، والضبط الانفعالي، والمبادأة والتوكيدية، والإبداع وحل المشكلات، والصمود والصلابة، وإدارة وفاعلية الذات، والتوجه نحو الهدف، والتديُّن، والمسؤولية الاجتماعية وكفاءة الذات، ومن المقاييس الشائعة في البيئة العربية للمناعة النفسيَّة مقياس (زيدان، ٢٠١٣م)، والذي تكون من الأبعاد التالية: التفكير الإيجابيّ، والإبداع وحل المشكلات، وضبط النفس والاتزان، والصمود والصلابة النفسيَّة، وفاعلية الذات، والثقة بالنفس، والتحدي والمثابَرة، والمرونة النفسيَّة، والتفاؤل، وفي دراسة أعدَّها كلٌّ من (Bhardwai & Agrawal, 2015, p. 10) جاءت أبعاد المناعة النفسيَّة: الثقة بالنفس، والتوافق، والنضج الانفعالي، والسعادة النفسيَّة، والاتجاه الإيجابي نحو الماضي.

واعتبر (الليثي، ٢٠٢٠م، ص ١٩١) أن المناعة النفسيَّة جهاز متكامل يتكوَّن من: التفكير، والثقة بالنفس، وتنظيم الذات، والمرونة النفسيَّة، وضبط الانفعالات، والمواجَهة، والتوجه الديني، والتوجُّه نحو الهدف، والتفاؤل، وقوة الإرادة، وحل المشكلات.

يتَّضِح من تناوُل الباحثين للمناعة النفسيَّة أن هناك أبعادًا كثيرة ترجع إلى متغيرات علم النفس الإيجابي، وقد تتداخل البيانات عند تحليل البيانات وحساب معادلة الانحدار في الدراسة الحالية؛ لذا حرصت الباحثة على تمثيل المناعة النفسيَّة في الدراسة الحالية من خلال تناوُل أبعاد لا تتداخل مع متغيِّر الإيجابية؛ مثل الصلابة النفسيَّة، والتوجه نحو الهدف، والتحدي والمثابَرة، وتنظيم الذات، وتم صياغة المقياس بصورته الأولية، وتكوَّن من (٣٥) فقرة تتوزَّع بالتساوي على الأبعاد التالية: الصلابة النفسيَّة، والتوجه نحو الهدف، والتحدي والمثابَرة، وتنظيم الذات، وأساليب المواجَهة، وبَعْد التحكيم وتعديل المقياس لم تتغير عدد الفقرات، إنما جرى التعديل في صياغة (٥) فقرات، واستبدال فقرة واحدة. ويجاب على المقياس من خلال سُلَّم ثلاثي الترتيب: (تنطبق تمامًا، إلى حدٍّ ما، لا تنطبق)، ويتم تصحيح المقياس عبر المفتاح (٣، ٢، ١)، وكانت جميع الفقرات إيجابية، كما تم تطبيق المقياس على عينة استطلاعية بلغت (٥٠) فردًا من متلقِّي لقاحات فيروس كوفيد "١٩"، وتحققت الباحثة من صدق المقياس وثباته، حيث استخدمت بيانات العينة الاستطلاعية في حساب صِدْق الاتساق الداخلي لفقرات المقياس من خلال حساب معاملات الارتباط بين عبارات المقياس والدرجة الكلية للبُعْد المنتمية إليه، ويمكن توضيح النتائج من خلال الجدول التالي:

جدول ٤

معاملات الارتباط ومستوى الدلالة بين فقرات مقياس المناعة النفسيَّة والدرجة الكلية للأبعاد

م.	مُعامِل الارتباطِ	مستوى الدلالة	م.	مُعامِل الارتباطِ	مستوى الدلالة
	البُعْد الأول: الصلابة النفسيَّة			البُعْد الثاني: التحدِّي والمثابرة	
١	**0.635	٠,٠٠٠	١	**0.703	٠,٠٠٠
٢	**0.405	٠,٠٠٤	٢	**0.588	٠,٠٠٠
٣	**0.534	٠,٠٠٠	٣	**0.412	٠,٠٠٣
٤	**0.669	٠,٠٠٠	٤	**0.525	٠,٠٠٠
٥	**0.777	٠,٠٠٠	٥	**0.658	٠,٠٠٠
٦	**0.807	٠,٠٠٠	٦	**0.510	٠,٠٠٠
٧	**0.719	٠,٠٠٠	٧	**0.629	٠,٠٠٠
#	مُعامِل الارتباطِ	مستوى الدلالة	#	مُعامِل الارتباطِ	مستوى الدلالة
	البُعْد الثالث: تنظيم الذات			البُعْد الرابع: التوجُّه نحو الهدف	
١	**0.597	٠,٠٠٠	١	**0.736	٠,٠٠٠
٢	**0.574	٠,٠٠٠	٢	**0.814	٠,٠٠٠
٣	**0.509	٠,٠٠٠	٣	**0.685	٠,٠٠٠
٤	**0.371	٠,٠٠٨	٤	**0.508	٠,٠٠٠
٥	**0.367	٠,٠٠٩	٥	**0.631	٠,٠٠٠
٦	**0.497	٠,٠٠٠	٦	**0.637	٠,٠٠٠
٧	**0.581	٠,٠٠٠	٧	**0.615	٠,٠٠٠
١	**0.609	٠,٠٠٠	٥	**0.662	٠,٠٠٠
٢	**0.620	٠,٠٠٠	٦	**0.731	٠,٠٠٠

٣	**0.645	٠,٠٠٠	٧	**0.755	٠,٠٠٠
٤	**0.616	٠,٠٠٠			

يتَّضِح من الجدول (٤) أن جميع قيم الاحتمال كانت أقل من مستوى الدلالة (٠,٠٥)، وهذا يُدلِّل على أن معاملات الارتباط دالَّة إحصائيًّا، وأن جميع فقرات مقياس المناعة النفسيَّة منتمية وتتمتَّع بصدق اتِّساق داخلي، كذلك قامت الباحثة بحساب مصفوفة معاملات الارتباط البينية لأبعاد المناعة النفسيَّة مع درجته الكلية، وكانت النتائج على النحو التالي:

جدول ٥

معاملات الارتباط البينية لأبعاد مقياس المناعة النفسيَّة ودرجته الكلية

أبعاد مقياس المناعة النفسيَّة	الصلابة النفسيَّة	التحدِّي والمثابرة	تنظيم الذات	التوجه نحو الهدف	أساليب المواجهة	الدرجة الكلية
الصلابة النفسيَّة	١					
التحدِّي والمثابرة	**0.628	١				
تنظيم الذات	**0.757	**0.674	١			
التوجه نحو الهدف	**0.727	**0.498	**0.609	١		
أساليب المواجَهة	**0.645	**0.737	**0.479	**0.622	١	
الدرجة الكلية	**0.788	**0.829	**0.887	**0.809	**0.844	١

يبين الجدول (٥) أن جميع معاملات الارتباط جاءت دالَّة إحصائيًّا عند مستوى دلالة (٠,٠١)، وهذا يُدلِّل على صدق الأبعاد في قياس ما وُضعت لأجل قياسه، ولقد تحقَّقت الباحثةُ من ثبات المقياس؛ من خلال طريقتَي كرونباخ ألفا، والتجزئة النصفية، وجاءت النتائج على النحو المبيَّن بالجدول التالي:

جدول ٦

معاملات ثبات مقياس المناعة النفسيَّة

البيان	المعامل
عدد الفقرات	٣٥
معامل كرونباخ ألفا	٠,٩٢٢
معامل ارتباط الفقرات فردية الرُّتب مع الدرجة الكلية	٠,٨٣٣
معامل ارتباط الفقرات زوجية الرُّتب مع الدرجة الكلية	٠,٧١٤
مُعامِل الارتباطِ بين الفقرات فردية الرُّتب والزوجية	٠,٧٧١
مُعامِل الارتباطِ المصحّح بطريقة سبيرمان بروان	٠,٨٧٠
مُعامِل الارتباطِ المصحِّح بعد تعديل الطول باستخدام جتمان	٠,٨٦٢

يبين الجدول (٦) أن جميع معاملات الارتباط جاءت دالَّة إحصائيًّا، حيث بلغ معامل كرونباخ ألفا لجميع فقرات المقياس (٠,٩٢٢)، وهو مؤشر على ثبات المقياس، كما يُوضِّح الجدول أن مُعامِل الارتباطِ بين فقرات المقياس الفردية وفقراته الزوجية بلَغ (٠,٧٧١)، وبعد التصحيح باستخدام معادلة سبيرمان براون بلَغ (٠,٨٧٠)، وبعد تعديل طول المقياس بلغ معامل جتمان (٠,٨٦٢)، وجميعها مؤشِّرات على ثبات المقياس.

المعالجَات والأساليب الإحصائية:

اعتمدت الباحثة على برنامج SPSS وتحديدًا (SPSS IBM- Version 22.0)، وتم الاعتماد على مجموعة من الاختبارات والأساليب الوصفية مثل الأوساط الحسابية والانحرافات المعياريَّة والأوزان النسبية والرُّتَب، من أجل معرفة درجات تقدير أفراد عينة الدراسة على أبعاد الاستبانة وفقراتها، إضافةً إلى اختبار نقطة القطع (Cut Point)، على حين استخدمت بعض الاختبارات الاستدلالية المعملية من أجل اختبار الفرضِيَّات؛ مثل اختبار "ت" للفروق بين مجموعتين مستقلتين (Independent Samples T - Test)، أو اختبار تحليل التبايُن الأحادي للفروق بين ثلاث مجموعات فأكثر (One Way ANOVAs)، كذلك لم تختر الباحثةُ الاختباراتِ إلا بعد التحقق من اعتدالية منحنى البيانات (Normal Test) بطريقة كولمجروف-سمرنوف (١-Sample Kolmogorov-Smirnov).

التوزيع الاعتدالي:

تحقَّقت الباحثة من اعتدالية منحنى البيانات من خلال اختبار كولمجروف – سمرنوف (**١-Sample** Kolmogorov-Smirnov)؛ لمناسبته طبيعة عينة الدراسة، حيث يُستخدَم للعينات الكبيرة التي تتجاوز (٣٠) مفردة، وهذا يفيد في طبيعة الاختبارات الواجب استخدامها معملية أو غير معملية؛ حيث استخدمت الباحثة اختبار التنويع الطبيعي؛ لأنَّها لم تستطع جمع البيانات من كافة أفراد مجتمع الدراسة، رغم أن عينة الدراسة عددها كبير نسبيًّا، والجدول رقم (٧) يُوضِّح النتائج:

جدول ٧

نتائج اختبار التوزيع الاعتدالي لأدوات الدراسة

م.	البيان	عدد الفقرات	قيمة الاختبار	قيمة (Sig.)
١	مقياس الإيجابية	٢٠	١,٦٠٢	٠,١٠٩
٢	مقياس المناعة النفسيَّة	٣٥	١,٧٩٠	٠,٠٧٣

يُوضِّح جدول (٧) أن البيانات تتبَع توزيعًا طبيعيًّا، ويجب استخدام اختبارات معملية لمناسبتها لخصائص هذه البيانات واعتداليتها.

عرض النتائج ومناقَشتها

النتائج المتعلِّقة بالسؤال الأول ومناقَشتها:

للإجابة عن السؤال الأول الذي نصَّ على: **"ما مستوى الإيجابية لدى عينة من متلقِّي لقاحات فيروس "كوفيد ١٩"؟**؛ تم استخدام الإحصاء الوصفي مثل الوسط الحسابي والانحراف المعياريّ والوزن النسبي، ثم جرى تصنيف عينة الدراسة حسب درجات استجاباتهم على مقياس الإيجابية باستخدام اختبار (Cut Point) عند نقطتَي قطع (٣٣,٣٣ و٤٦,٦٧):

جدول ٨

الإحصاء الوصفي لدرجات أفراد العينة على مقياس الإيجابية

البيان	الوسط الحسابي	الانحراف المعياريّ	الوزن النسبي	التقدير
الإيجابية	٤٨,١٤٦	٦,٠٥٣	٨٠,٢٤	مرتفع

يبين جدول (٨) أن مستوى الإيجابية لدى عينة من متلقِّي لقاحات فيروس كوفيد "١٩" جاء مرتفعًا؛ حيث بلغ الوسط الحسابي (٤٨,١٤٦)، والدرجة الكلية من (٦٠) وهذا يُدلِّل على أن الوزن النسبي (٨٠,٢٤٪)، وأن مستوى الإيجابية مرتفع.

جدول ٩

تصنيف درجات أفراد العينة على مقياس الإيجابية

التصنيف	الفترة	العدد	النسبة المئوية
إيجابية مرتفعة	٦٠ – ٤٦,٦٧	١٤٧	٦٩,٢٠
إيجابية متوسطة	٤٦,٦٦ – ٣٣,٣٤	٥٧	٢٧,٠٠
إيجابية منخفضة	٣٣,٣٣ – ٢٠	٨	٣,٨٠

يتَّضِح من النتائج أعلاه أن مستوى الإيجابية لكافة أفراد العينة يقع في الفترة ما بين (٤٦,٦٧ إلى ٦٠)، وهي ضمنَ مستوى الإيجابية المرتفع، ويتَّضِح أن هناك (٢٧٪) من أفراد العينة لديهم مستوى إيجابية متوسط ضمنَ الفترة (٣٣,٣٤ إلى ٤٦,٦٦) على مقياس الإيجابية، وأن (٣,٨٪) فقط من أفراد العينة لديهم مستوى إيجابية منخفض ضمنَ الفترة (٢٠ إلى ٣٣,٣٣) على مقياس الإيجابية، وأن النسبة الأكبر (٦٩,٢٠٪) لديهم مستوى إيجابية مرتفع وضمنَ الفترة (٤٦,٦٧ إلى ٦٠) على مقياس الإيجابية.

يمكن تفسير هذه النتائج في ضوء عدد من المعطيات، أهمها طبيعة المجتمع السعودي وميوله الإسلامية وامتثاله وقناعته بقول رسول الله ﷺ: "مَنْ أَصْبَحَ مِنْكُمْ آمِنًا فِي سِرْبِهِ، مُعَافًى فِي جَسَدِهِ، عِنْدَهُ قُوتُ يَوْمِهِ، فَكَأَنَّمَا حِيزَتْ لَهُ الدُّنْيَا"(٢). وإسلامنا الحنيف يدعو للإيجابية بشتى مجالات الحياة، وهو دين سَكِينة وطمأنينة، والتزام المجتمع السعودي بالقِيَم الإسلامية يُعزِّز لديهم السَّكِينة والطمأنينة والإيجابية في التعامُل والتكيُّف مع مظاهر الحياة اليومية بضغوطها ومسرَّاتها.

والإسلام دين الإيجابية؛ فصبر المسلم على البلاء جزء مهم من الإيجابية، وإيمانه بأن ما أصابه من خير أو شر هو من عند الله، وأن له خيرًا فيه إيجابية، كما يمكن تفسير هذه النتائج في ضوء التنشئة الاجتماعية في الأسرة السعودية، والتي تُبنى على أساس الود والاحترام والتعاطف، وهي من أشد عوامل دعم الإيجابية، كما تجدر الإشارة إلى أن كافة المؤسَّسات التربويَّة السعودية تقدم موضوعات ومقرَّرات لتعزيز الإيجابية لدى الأفراد، وأن فئة الدراسة هي من ذوي الصحة الجيدة والمتعافين؛ حيث إن التعافي يمنح الفردَ الراحة والسلام

(٢) رواه البخاري في الأدب المفرد برقم (٣٠٠)؛ والترمذي في السنن برقم (٢٣٤٦).

الداخلي الذي يعزز إيجابية الفرد، كما أن الإيجابية تجاه وباء كورونا مصدرها التعامُل الإيجابي من الجهات الرسمية واستخدامها طرقا وإجراءات مدروسة ومخطَّطا لها، والتعاون الشديد من وسائل الإعلام المحلية والعالمية، إضافةً إلى أن المجتمع السعودي ذاته لم يتأثر كما تأثَّرت بلدان أخرى بهذا الوباء.

هذه النتائج تتفق -بشكلٍ كبيرٍ- مع نتائج دراسة (Rusu & Colomeischi, 2020)، كما اتفقت مع نتائج دراسة (البشيتي، ٢٠١٧م) التي أشارت إلى وجود مستوى مرتفع من الإيجابية لدى المرأة العاملة في التعليم العالي، واتفقت أيضًا مع نتائج دراسة (العبيدي، ٢٠١١م).

النتائج المتعلِّقة بالسؤال الثاني ومناقَشتها:

للإجابة عن السؤال الثاني الذي ينص على:"**ما مستوى المناعة النفسيَّة لدى عينة من متلقِّي لقاحات فيروس "كوفيد ١٩"**؟؛ تم استخدام الإحصاء الوصفي مثل الأوساط الحسابية والانحرافات المعياريَّة والأوزان النسبية لأبعاد المناعة النفسيَّة ودرجته الكلية، وجرى تصنيف عينة الدراسة حسبَ درجات استجاباتهم على مقياس المناعة النفسيَّة باستخدام اختبار (Cut Point) عند نقطتَي قطع (٥٨,٣٣ و٨١,٦٧):

جدول ١٠

الإحصاء الوصفي لدرجات أفراد العينة على أبعاد مقياس المناعة النفسيَّة ودرجته الكلية

البيان	الوسط الحسابي	الانحراف المعياريّ	الوزن النسبي	التقدير
البُعْد الأول: الصلابة النفسيَّة	١٥,٦٧٠	٢,٦٠	٧٤,٦٢	مرتفع
البُعْد الثاني: التحدّي والمثابرة	١٥,٤٦٠	٢,٦٧	٧٣,٦٢	مرتفع
البُعْد الثالث: تنظيم الذات	١٥,٧٦٠	٢,٩٤	٧٥,٠٥	مرتفع
البُعْد الرابع: التوجه نحو الهدف	١٦,٢٨٠	٢,٩٣	٧٧,٥٢	مرتفع
البُعْد الخامس: أساليب المواجهة	١٦,١٢٧	٢,٦٤	٧٦,٨٠	مرتفع
الدرجة الكلية للمناعة النفسيَّة	٧٩,٣١	١٠,٧٧	٧٥,٥٣	مرتفع

يُبيِّن جدول (١٠) أن مستوى المناعة النفسيَّة لدى عينة من متلقِّي لقاحات فيروس "كوفيد ١٩" جاء مرتفعًا، وكان الوسط الحسابي (٧٩,٣١)، والدرجة الكلية تساوي (١٠٥)، بمعنى أن المناعة النفسيَّة لأفراد العينة بلغت (٧٥,٥٣٪)، ويبين الجدول تقارب الأبعاد من حيث الوزن النسبي؛ حيث جاء بالمرتبة الأولى بعد التوجه نحو الهدف بوزن نسبي (٧٧,٥٢٪)، يليه بُعد أساليب المواجهة (٧٦,٨٠٪)، ثم تنظيم الذات بوزن نسبي (٧٥,٠٥٪)، ثم بُعد الصلابة النفسيَّة بوزن نسبي (٧٤,٦٢٪)، وأخيرًا بُعد التحدّي والمثابَرة بوزن نسبي (٧٣,٦٢٪).

جدول ١١

تصنيف درجات أفراد العينة على مقياس المناعة النفسيَّة

التصنيف	الفترة	العدد	النسبة المئوية
مناعة نفسية مرتفعة	٨١,٦٧ – ١٠٥	١٠٦	٥٠,٠٠
مناعة نفسية متوسطة	٥٨,٣٤ – ٨١,٦٦	٩٥	٤٤,٨٠
مناعة نفسية منخفضة	٣٥ – ٥٨,٣٣	١١	٥,٢٠

يُبيِّن الجدول (١١) أن (٥٠٪) من أفراد عينة الدراسة لديهم مناعة نفسية مرتفعة، وتراوحت درجاتهم على المقياس ما بين (٨١,٦٧ إلى ١٠٥)، على حين كان (٤٤,٨٠٪) من أفراد العينة لديهم مناعة نفسية متوسطة وحصول على تقدير ما بين (٥٨,٣٤ إلى ٨١,٦٦) على مقياس المناعة النفسيَّة، في حين كان (٥,٢٠٪) فقط مستوى المناعة النفسيَّة لديهم منخفض، ويتراوح ما بين (٣٥ إلى ٥٨,٣٣٪).

يمكن تفسير هذه النتائج في ضوء أن التربية والتنشئة في المجتمع السعودي تُسايِر الظروف وتعمل على بناء الإنسان القادر على تحمُّل الصعوبات والتحديات، إضافةً إلى أن الحياة في مدينة الرياض بما تحتويه من هدوء وأماكن ترفيهية، وظروف المعيشة المريحة تنعكس على المناعة النفسيَّة لأفراد المجتمع، كذلك فإن جائحة "كورونا" انتشرت- بشكلٍ كبيرٍ- في المجتمعات والدول المجاورة، لكن المملكة العربية السعودية- بكافة طاقاتها وإمكاناتها- استطاعت السيطرة على الحالات، وكانت نِسَب الوفيات قليلة نسبيًّا؛ ممَّا أسهَم في ثقة المواطن بإجراءات السلامة والمؤسسة الصحيَّة، وهذا عزز صمودهم تجاه هذه الجائحة، وانعكس على المناعة النفسيَّة لديهم، كذلك فإن الشخص السويّ يعمل على الصمود تجاه التحدِّيات وظروف الحياة الصعبة، وتوجُّه عينةِ الدراسة نحو تلقِّي اللقاح يُدلِّل على أن لديهم تكوينًا معرفيًّا سويًّا، وهذا مؤشِّر على مناعتهم النفسيَّة، كذلك فإن الشخص السوي يستطيع أن يبني لنفسه حصنًا من الضغوط والاضطرابات؛ وبالتالي يعزز ثقته بنفسه وبقدراته على تجاوُز التحدِّيات؛ ممَّا يُسهم في مناعته النفسيَّة، والنتائج المتعلِّقة بالسؤال الثاني تتَّفق مع نتائج دراسة (الليثي، ٢٠٢٠م) التي أشارت إلى وجود مستوى مرتفع من المناعة النفسيَّة، لكن جاءت نسب المناعة النفسيَّة أعلى من النسب التي توصلت إليها دراسة (سالمان، ٢٠٢١م).

النتائج المتعلِّقة بالسؤال الثالث ومناقَشتها:

للإجابة عن السؤال الثالث، والذي ينص على:**"هل توجد علاقة ذات دلالة إحصائيَّة بين الإيجابية والمناعة النفسيَّة لدى عينة من متلقِّي لقاحات فيروس "كوفيد ١٩"**؟، تم حساب مصفوفة معاملات الارتباط بين الإيجابية وأبعاد المناعة النفسيَّة ودرجتها الكلية للعينة كاملةً، ولعينة الذكور فقط، ولعينة الإناث فقط، والجدول التالي يبين النتائج:

جدول ١٢

مصفوفة معاملات الارتباط بين الإيجابية وأبعاد المناعة النفسيَّة ودرجتها الكلية

المتغيرات	الإيجابية					
المناعة النفسيَّة	الذكور فقط		الإناث فقط		العينة كاملة	
	الارتباط	مستوى الدلالة	الارتباط	الاحتمال	الارتباط	مستوى الدلالة
البُعْد الأول: الصلابة النفسيَّة	**0.467	٠,٠٠٠	**0.500	٠,٠٠٠	**0.485	٠,٠٠٠
البُعْد الثاني: التحدِّي والمثابرة	**0.417	٠,٠٠٠	**0.443	٠,٠٠٠	**0.432	٠,٠٠٠
البُعْد الثالث: تنظيم الذات	**0.363	٠,٠٠٠	**0.405	٠,٠٠٠	**0.386	٠,٠٠٠
البُعْد الرابع: التوجه نحو الهدف	**0.441	٠,٠٠٠	**0.474	٠,٠٠٠	**0.460	٠,٠٠٠
البُعْد الخامس: أساليب المواجَهة	**0.509	٠,٠٠٠	**0.526	٠,٠٠٠	**0.519	٠,٠٠٠
الدرجة الكلية للمناعة النفسيَّة	**0.555	٠,٠٠٠	**0.603	٠,٠٠٠	**0.582	٠,٠٠٠

يبين الجدول (١٢) أن جميع مستويات الدلالة جاءت أقل (٠,٠٥)، وهذا يُدلِّل على وجود علاقة بين الإيجابية وأبعاد المناعة النفسيَّة: الصلابة النفسيَّة، والتحدي والمثابرة، وتنظيم الذات، والتوجه نحو الهدف، وأساليب المواجهة، والمناعة النفسيَّة للدرجة الكلية، وكانت معاملات الارتباط عند الذكور دالَّة إحصائيًّا، والمعامَلات لعينة الإناث فقط دالَّة إحصائيًّا، وكذلك بالنسبة للعينة الكلية.

وترَى الباحثةُ أن النتائج الواردة تتَّفق مع الآراء التي أُثيرت حول العلاقة والتكامل بين الإيجابية ومتغيرات علم النفس الإيجابي والمناعة النفسيَّة، مثل (عصفور، ٢٠١٣، عبد الواحد، ٢٠١٦، وعبد الواحد، ٢٠١٩م)، وترَى الباحثةُ أن الإيجابية والشعور بالهناء الشخصي والسعادة والتكيُّف مع الظروف حسب الأولوية والحدة يجعل الفردَ قادرًا على توظيف أفكاره ومعارفه ومعلوماته في مواجَهة الظروف والتحديات حتى لو كانت خارج سيطرته مثل جائحة "كورونا"، ويبني حولَ ذاته جدار حماية "المناعة النفسيَّة"، ويتعاطى مع هذه الظروف بناءً على أفكاره الإيجابية؛ وبالتالي تتحسَّن لديه المناعة النفسيَّة. وهذه الآراء أكَّدها كلٌّ من (Van Der Zee, et al., 2002)؛ حيث اعتبروا أن الإيجابي يتحكَّم بذاته ويثق بنفسه في تجاوُز التحدِّيات، كما تتفق هذه النتائج مع نتائج دراسة (Rusu & Colomeischi, 2020)، والتي أشارت إلى أن المشاعر الإيجابية تنعكس على الرفاهية النفسيَّة للأفراد.

النتائج المتعلِّقة بالسؤال الرابع ومناقَشتها:

للإجابة عن السؤال الرابع، والذي ينص على:**"ما مستوى الإسهام النسبي للإيجابية في تفسير التبايُن بالمناعة النفسيَّة لدى عينة من متلقِّي لقاحات فيروس "كوفيد ١٩"؟**"، تم استخدام معادلة الانحدار البسيط، والجدول التالي يبين معالم الانحدار للإيجابية على المناعة النفسيَّة:

جدول ١٣

مُعامِل الارتباطِ والتفسير والارتباط الحقيقي بين الإيجابية والمناعة النفسيَّة

المتغيرات	قيمة B	قيمة t	قيمة Sig.
الإيجابية	٠,٥٨٢	٠,٣٣٩	٠,٣٣٦
المناعة النفسيَّة			

يبين جدول (١٣) أن قيمة الارتباط بين الدرجة الكلية للإيجابية والدرجة الكلية للمناعة النفسيَّة (٠,٥٨٢)؛ وبالتالي فإن معامل التفسير يساوي (٠,٣٣٩)، ويوضح جدول (١٣) تحليل التبايُن لانحدار الإيجابية على المناعة النفسيَّة:

جدول ١٤

اختبار تحليل التبايُن لانحدار الإيجابية على المناعة النفسيَّة

البيان	مصدر التبايُن	مجموع المتوسطات	درجات الحرية	متوسط المربَّعات	قيمة (F)	قيمة (Sig.)
المعالم	الانحدار	٨٢٩٤,٥٢٦	١	٨٢٩٤,٥٢٦	١٠٧,٧٣١	٠,٠٠٠
	البواقي	١٦١٦٨,٥٤٥	٢١٠	٧٦,٩٩٣		
	الإجماليّ	٢٤٤٦٣,٠٧١	٢١١			

يُبيِّن جدول (١٤) أن قيمة (**Sig.**) الاحتمالية جاءت أقلَّ من مستوى الدلالة (٠,٠٥)، وهذا يُدلِّل على أن نموذج الانحدار دالٌّ إحصائيًّا، على حين يُوضِّح جدول (١٤) نموذج الانحدار:

جدول ١٥

نموذج الانحدار الخَطّيّ للإيجابية على المناعة النفسيَّة

النموذج	قيمة B	قيمة t	قيمة Sig.
الثابت	٢٩,٤٢٨	٦,٠٧٦	٠,٠٠٠
الإيجابية	١,٠٣٦	١٠,٣٧٩	٠,٠٠٠

يبين الجدول (١٥) أن قيمة الاحتمال الإيجابية للمتغير جاءت أقل من مستوى الدلالة (٠,٠٥)، وهذا يُدلِّل على أن معادلة الانحدار دالَّة إحصائيًّا، وأن الإيجابية لها أثر دالٌّ إحصائيًّا على المناعة النفسيَّة، ويبين الجدول (١٢) أن قيمة معامل التفسير (٠,٣٣٩)؛ بمعنى أن الإسهام النسبي للإيجابية في تحقيق المناعة النفسيَّة جاء بنسبة (٣٣,٩٠٪)، أي أن التغير في الإيجابية يسهم في تفسير تبايُن (٣٣,٩٠٪) في المناعة النفسيَّة لدى أفراد عينة الدراسة.

وترَى الباحثةُ أن قدرة الإيجابية على تفسير (٣٣,٩٠٪) من التبايُن في المناعة النفسيَّة، يُوضِّح أن المناعة النفسيَّة مرتبطة بعوامل كثيرة ومتعددة، منها الراحة، والطمأنينة، والسعادة، والهناء الشخصي، إضافةً إلى ثقة الفرد بنفسه وبمهاراته وقدراته، وتداخُل هذه العوامل وتفاعُلُها يمنح الفردَ إيجابيةً؛ وبالتالي الإيجابية جزء مهم من مناعته النفسيَّة، وأن الإيجابية جزء مهم في قدرة الفرد على التكيُّف مع مواقف الحياة ومواجهة تحدياتها، ويمكن القولُ: إنَّ الفرد الإيجابي قادر على مواجَهة التحدِّيات ويدرك كفاءته وقدراته وإمكاناته، ويضع لنفسه أهدافًا تتفق مع هذه القدرات والإمكانات، وهذا من شأنه أن يُعزِّز مناعته النفسيَّة، وقدرته

على مواجَهة التحدِّيات وتوظيف واستثمار قدراته ومهاراته في التصدي للمواقف النفسيَّة والحياتية التي تُعيق تحقيقَ أهدافه، وهذا يدعَم العلاقة بين الإيجابية والمناعة النفسيَّة، واعتبار أن الإيجابية جزء مهمّ من تحقيق المناعة النفسيَّة واستثمارها في الحياة اليومية.

وطبيعة الحياة وما فيها من تغيُّرات بحاجة إلى فرد قادر على التكيُّف مع التغيرات، والتحكم بالذات والسيطرة عليها والتمتُّع باتزان انفعالي؛ ليكون إيجابيًّا في تفاعلاته وحياته اليومية، وهذا يعزز مناعته النفسيَّة، وابتعاده عن مصادر الاضطرابات النفسيَّة بمختلف أنواعها. وتتفق هذه النتائج مع نتائج دراسة (سالمان، ٢٠١٨م) بشكل جزئي، والتي أشارت إلى أن القُوَى الإيجابية في الشخصية تُسهِم في مقاوَمة الاضطرابات النفسيَّة التي تعد جزءًا مهمًّا في تعزيز المناعة النفسيَّة.

النتائج المتعلِّقة بالسؤال الخامس ومناقَشتها:

للإجابة عن السؤال الخامس، والذي ينص على: **"هل توجد فروقٌ ذاتُ دلالةٍ إحصائيَّةٍ في مستوى الإيجابية لدى عينة من متلقِّي لقاحات فيروس "كوفيد ١٩"**، تُعزى لمتغيرات: النوع، أو الفئة العمرية، أو الحالة الاجتماعية، أو الحالة الصحيَّة؟"، تم استخدام اختبار "ت" للفروق بين مجموعتين مستقلتين لإيجاد الفروق تبعًا لمتغيِّر النوع، واختبار تحليل التبايُن الأحادي للفروق بين ثلاث مجموعات فأكثر لإيجاد الفروق تبعًا لمتغيرات الفئة العمرية والحالة الاجتماعية والحالة الصحيَّة، وفيما يلي توضيح للنتائج:

أولاً: الفروق في الإيجابية وَفقًا لمتغيِّر النوع (ذكور/ إناث):

جدول ١٦

اختبار ت للفروق في درجات العينة على مقياس الإيجابية وَفقًا لمتغيِّر النوع (ذكور/ إناث)

البيان	الجنس	العدد	المتوسط الحسابيّ	الانحراف المعياريّ	قيمة (T)	قيمة (Sig.)
الإيجابية	ذكر	٩١	٤٨,٤٧٣	٥,٩٢٦	٠,٦٨٠	٠,٤٩٧
	أنثى	١٢١	٤٧,٩٠١	٦,١٥٨		

** مستوى الدلالة عند درجات حرية (١١٩) ومستوى دلالة (٠,٠١) تساوي (٢,٦)

* مستوى الدلالة عند درجات حرية (١١٩) ومستوى دلالة (٠,٠٥) تساوي (١,٩٨)

يتَّضِح من جدول (١٦) أن مستوى الدلالة جاء أكبر من مستوى الدلالة (٠,٠٥)، وكانت قيمة "ت" المحسوبة أقل من قيمة "ت" الجدولية عند درجات حرية (١١٩)، وهذا يُدلِّل على أنَّه لا توجد فروق بين درجات الذكور والإناث على مقياس الإيجابية.

وترَى الباحثةُ أن المجتمع السعودي أخَذ في الفترة الأخيرة بمنح الذكور والإناث نفس الاهتمامات والأولويات في الحياة التعليميَّة والصحية والحياة العامَّة، وهذا انعكس على تقارُب معارف وطُرُق تفكير الذكور والإناث؛ وبالتالي جاء مستوى الإيجابية لديهم متقاربًا، ولا فروق جوهرية، وطبيعة الأسرة ومؤسَّسات المجتمع السعودي لا تُفرِّق بين الذكور والإناث، والإيجابية بمثابة متغيِّر يحتاجه الذكور والإناث للتكيف مع متطلَّبات الحياة اليومية؛ لذا جاءت الإيجابية لديهم متقاربة.

ثانيًا: الفروق في الإيجابية وَفقًا لمتغيِّر الفئة العمرية:

جدول ١٧

اختبار تحليل التباين الأحادي للفروق بين درجات العينة على مقياس الإيجابية وَفقًا لمتغيِّر الفئة العمرية

البيان	مصدر التباين	مجموع المتوسطات	درجات الحرية	متوسط المربَّعات	قيمة (F)	قيمة (Sig.)
الإيجابية	بين المجموعات	٣٩,٥٨٢	٣	١٣,١٩٤	٠,٣٥٧	٠,٧٨٤
	داخل المجموعات	٧٦٨٨,٨٨٥	٢٠٨	٣٦,٩٦٦		
	الإجماليّ	٧٧٢٨,٤٦٧	٢١١			

يتَّضِح من جدول (١٧) أن مستوى الدلالة جاء أكبر من (٠,٠٥)، وكانت قيمة "ف" المحسوبة أقل من قيمة "ف" الجدولية عند درجات حرية (٣-٢٠٨)، وهذا يُدلِّل على أنَّه لا توجد فروق على مقياس الإيجابية تبعًا لمتغيِّر الفئة العمرية، وترَى الباحثةُ أن الدراسة الحالية جاءت ضمن الدراسات المهتمة بجائحة "كورونا" وفي إطار تداعياتها، وهي جائحة أثَّرت على كافة الفئات العمرية، وكان تعامل المجتمع معها بإيجابية كبيرة؛ نظرًا لتفاعلهم مع الجهات الحكومية والمؤسَّسات المعنِيَّة، والتي أطلقت كثيرًا من الإجراءات والسبل للحفاظ على الأمن المجتمعي والسلامة العامَّة؛ وبالتالي جاءت تقديراتهم على مقياس الإيجابية متقاربًا رغمَ اختلاف الفئة العمرية لديهم.

ثالثًا: الفروق في الإيجابية وَفقًا لمتغيِّر الحالة الاجتماعية:

جدول ١٨

اختبار تحليل التباين الأحادي للفروق بين درجات العينة على مقياس الإيجابية وَفقًا لمتغيِّر الحالة الاجتماعية

البيان	مصدر التباين	مجموع المتوسطات	درجات الحرية	متوسط المربَّعات	قيمة (F)	قيمة (Sig.)
الإيجابية	بين المجموعات	١٥٧,٨٧٧	٣	٥٢,٦٢٦	١,٤٤٦	٠,٢٣١
	داخل المجموعات	٧٥٧٠,٥٩٠	٢٠٨	٣٦,٣٩٧		
	الإجماليّ	٧٧٢٨,٤٦٧	٢١١			

يتَّضِح من جدول (١٨) أن مستوى الدلالة جاء أكبر من مستوى الدلالة (٠,٠٥)، وكانت قيمة "ف" المحسوبة أقل من قيمة "ف" الجدولية عند درجات حرية (٣-٢٠٨)، وهذا يُدلِّل على أنَّه لا توجد فروق على مقياس الإيجابية تبعًا لمتغيِّر الحالة الاجتماعية، ويمكن تفسير هذه النتائج في ضوء ثقافة المجتمع السعودي، والتي تقوم على العدالة والمساواة، وعدم نَبْذ الفئات المهمَّشة، مثل المطلّقين والمطلَّقات أو الأرامل، والإيجابية بمثابة ثقافة منتشرة بين أفراد المجتمع؛ بسبب طُرُق التعليم والتربية والتنشئة، وهي من العوامل التي تخضع لها كافة فئات الدراسة الاجتماعية.

رابعًا: الفروق في الإيجابية وَفقًا لمتغيِّر الحالة الصحيَّة:

جدول ١٩

اختبار تحليل التبائين الأحادي للفروق بين درجات العينة على مقياس الإيجابية وَفقًا لمتغيِّر الحالة الصحيَّة

البيان	مصدر التبائين	مجموع المتوسطات	درجات الحرية	متوسط المربَّعات	قيمة (F)	قيمة (.Sig)
الإيجابية	بين المجموعات	٣٤,١٣٩	٣	١١,٣٨٠	٠,٣٠٨	٠,٨٢٠
	داخلَ المجموعات	٧٦٩٤,٣٢٨	٢٠٨	٣٦,٩٩٢		
	الإجماليّ	٧٧٢٨,٤٦٧	٢١١			

يتَّضِح من جدول (١٩) أن مستوى الدلالة جاء أكبر من مستوى الدلالة (٠,٠٥)، وكانت قيمة "ف" المحسوبة أقل من قيمة "ف" الجدولية عند درجات حرية (٣-٢٠٨)؛ وهذا يُدلِّل على أنَّه لا توجد فروق على مقياس الإيجابية تبعًا لمتغيِّر الحالة الصحيَّة، وترَى الباحثةُ أن قناعة الأفراد بأن الصحة نعمة من الله، وأن الله -سبحانه وتعالى- هو الشافي، وأنَّ الأمراضَ جزءٌ من الحياة العادية والتكيُّف مع المرض بالدعاء والصبر ينعكس على إيجابية الأفراد؛ وبالتالي لم تكن هناك فروق واضحة وجوهرية بين المتعافينَ والمرضى في درجاتهم وتقديراتهم على مقياس الإيجابية المطبَّق عليهم.

النتائج المتعلِّقة بالسؤال السادس ومناقَشتها:

للإجابة عن السؤال السادس، والذي ينص على:"**هل توجد فروقٌ ذاتُ دلالةٍ إحصائيَّةٍ في مستوى المناعة النفسيَّة لدى عينة من متلقِّي لقاحات فيروس "كوفيد ١٩**" تُعزى لمتغيرات: النوع، أو الفئة العمرية، أو الحالة الاجتماعية، أو الحالة الصحيَّة؟". تم استخدام اختبار "ت" للفروق بين مجموعتين مستقلتين لإيجاد الفروق تبعًا لمتغيِّر النوع الاجتماعيّ، واختبار تحليل التبائين الأحادي للفروق بين ثلاث مجموعات فأكثر؛ لإيجاد الفروق تبعًا لمتغيرات الفئة العمرية والحالة الاجتماعية والحالة الصحيَّة، وفيما يلي توضيح للنتائج:

أولاً: الفروق في المناعة النفسيَّة وَفقًا لمتغيِّر النوع:

جدول ٢٠

اختبار ت للفروق في درجات العينة على مقياس لمناعة النفسيَّة وَفقًا لمتغيِّر النوع (ذكور/ إناث)

البيان	الجنس	العدد	المتوسط الحسابيّ	الانحراف المعياريّ	قيمة (T)	قيمة (Sig.)
المناعة النفسيَّة	ذكر	٩١	٨٥,٤٨٤	٩,٦٨٩	٣,٠٨٠	٠,٠٠٧
	أنثى	١٢١	٧٦,١٧٤	١١,٦٢		

**** مستوى الدلالة عند درجات حرية (١١٩) ومستوى دلالة (٠,٠١) تساوي (٢,٦)**

*** مستوى الدلالة عند درجات حرية (١١٩) ومستوى دلالة (٠,٠٥) تساوي (١,٩٨)**

يتَّضِح من جدول (٢٠) أن مستوى الدلالة جاء أقل من مستوى الدلالة (٠,٠٥)، وكانت قيمة "ت" المحسوبة أكبر من قيمة "ت" الجدولية عند درجات حرية (١١٩)، وهذا يُدلِّل على أنَّه توجد فروق بين درجات الذكور والإناث على مقياس المناعة النفسيَّة، ويبين الجدول أن الفروق لصالح الذكور، ويمكن

تفسير هذه النتائج في ضوء اختلاف التركيبة النفسيَّة والجسديَّة بين الرجل والأنثى، فعواطف الأنثى أكثر رقةً، وأكثر حساسيةً للظروف والمواقف الضاغطة، كما يمكن تفسير هذه النتائج في ضوء ثقافة المجتمع السعودي والمجتمعات العربية، والتي تمنح الذكورَ المهامَّ التي تحتاج للجهد الكبير بخلاف الأنثى، إضافةً إلى طرق التنشئة والتربية؛ فإن المجتمع السعودي يقوم بتربية الذَّكَر على الخشونة والمواجَهة والشجاعة، على حين يتم تربية الأنثى على النعومة، وتُمنَح لها مهامٌّ لا تتَّسِم بالخشونة والمواجَهة والتحدي، وهذه النتائج تختلف مع نتائج دراسة (سالمان، ٢٠٢١م)، والتي أوضحت عدم وجود فروق في المناعة النفسيَّة تُعزى لمتغيِّر النوع.

ثانيًا: الفروق في المناعة النفسيَّة وَفقًا لمتغيِّر الفئة العمرية:

جدول ٢١

اختبار تحليل التباين الأحادي للفروق بين درجات العينة على مقياس المناعة النفسيَّة وَفقًا لمتغيِّر الفئة العمرية

البيان	مصدر التباين	مجموع المتوسطات	درجات الحرية	متوسط المربَّعات	قيمة (F)	قيمة (Sig.)
المناعة النفسيَّة	بينَ المجموعات	٧٠,١٤٠	٣	٢٣,٣٨٠	٠,١٩٩	٠,٨٩٧
	داخلَ المجموعات	٢٤٣٩٢,٩٣٠	٢٠٨	١١٧,٢٧٤		
	الإجماليّ	٢٤٤٦٣,٠٧١	٢١١			

يتَّضِح من جدول (٢١) أن مستوى الدلالة جاء أكبر من مستوى الدلالة (٠,٠٥)، وكانت قيمة "ف" المحسوبة أقل من قيمة "ف" الجدولية عند درجات حرية (٣-٢٠٨)، وهذا يُدلِّل على أنَّه لا توجد فروق على مقياس المناعة النفسيَّة تبعًا لمتغيِّر الفئة العمرية، وترَى الباحثةُ أن المناعة النفسيَّة من المتغيرات المهمة في حياة الفرد، وتنمو وتتَّضح معالمها مع كل فئة عمرية، وهذا انعكس على استجابات أفراد العينة على مقياس المناعة النفسيَّة؛ فكان لكل فئة خصائص مرتبطة بمناعتها النفسيَّة تجاهَ تلك المرحلة. وتتفق هذه النتائجُ مع نتائج دراسة (سلمان، ٢٠٢١م) التي أوضحت أن المناعة النفسيَّة لا تتأثر بمتغيِّر العمر، وأنَّه لا توجد فروق بين درجات العينة على المناعة النفسيَّة تُعزى لمتغيِّر العمر.

ثالثًا: الفروق في المناعة النفسيَّة وَفقًا لمتغيِّر الحالة الاجتماعية:

جدول ٢٢

اختبار تحليل التباين الأحادي للفروق بين درجات العينة على مقياس المناعة النفسيَّة وَفقًا لمتغيِّر الحالة الاجتماعية

البيان	مصدر التباين	مجموع المتوسطات	درجات الحرية	متوسط المربَّعات	قيمة (F)	قيمة (Sig.)
المناعة النفسيَّة	بينَ المجموعات	٣٨٦,٥٥٢	٣	١٢٨,٨٥١	١,١١٣	٠,٣٤٥
	داخلَ المجموعات	٢٤٠٧٦,٥١٨	٢٠٨	١١٥,٧٥٢		
	الإجماليّ	٢٤٤٦٣,٠٧١	٢١١			

يتَّضِح من جدول (٢٢) أن مستوى الدلالة جاء أكبر من مستوى الدلالة (٠,٠٥)، وكانت قيمة "ف" المحسوبة أقل من قيمة "ف" الجدولية عند درجات حرية (٣-٢٠٨)، وهذا يُدلِّل على أنَّه لا توجد فروق على مقياس المناعة النفسيَّة تبعًا لمتغيِّر الحالة الاجتماعية، وربَّما تعود هذه النتائج إلى ثقافة المجتمع السعودي التي لا تَنبِذ الفئات المهمَّشة؛ مثل المطلق/ المطلقة، والأرمل/ والأرملة، وتمنحها الدعمَ الاجتماعيَّ اللازم بما

يجعلها مثل الفئات الاجتماعية الأخرى مثل الأعزب/ الآنسة، والمتزوج/ المتزوجة، في التحدِّي والمثابَرة والصلابة النفسيَّة والقدرة على المواجَهة والتكيُّف مع الظروف الراهنة، وهذا انعكس على استجابات أفراد عينة الدراسة؛ حيث لم تظهر فروقٌ في مناعتهم النفسيَّة.

رابعًا: الفروق في المناعة النفسيَّة وَفقًا لمتغيِّر الحالة الصحيَّة:

جدول ٢٣

اختبار تحليل التبائن الأحادي للفروق بين درجات العينة على مقياس المناعة النفسيَّة وَفقًا لمتغيِّر الحالة الصحيَّة

البيان	مصدر التبائن	مجموع المتوسطات	درجات الحرية	متوسط المربَّعات	قيمة (F)	قيمة (Sig.)
الإيجابية	بينَ المجموعات	٢١٨,٥١١	٣	٧٢,٨٣٧	٠,٦٢٥	٠,٦٠٠
	داخلَ المجموعات	٢٤٢٤٤,٥٦٠	٢٠٨	١١٦,٥٦٠		
	الإجماليّ	٢٤٤٦٣,٠٧١	٢١١			

يتَّضِح من جدول (٢٣) أن مستوى الدلالة جاء أكبر من مستوى الدلالة (٠,٠٥)، وكانت قيمة "ف" المحسوبة أقل من قيمة "ف" الجدولية عند درجات حرية (٣-٢٠٨)، وهذا يُدلِّل على أنَّه لا توجد فروق على مقياس المناعة النفسيَّة تبعًا لمتغيِّر الحالة الصحيَّة، وجاءت هذه النتائج بخلاف توقُّعات الباحثة؛ حيث كان لديها اعتقاد سائد أن المناعة الصحيَّة والنفسية يلتقيان بكثير من العوامل، لكن تُوضِّح النتائج أنَّه رغمَ اختلاف الحالة الصحيَّة لعينة الدراسة، فإن ذلك لم يؤثِّر ذلك في مناعتهم النفسيَّة، ويمكن تفسير هذه النتائج في ضوء أن المناعة الصحيَّة والأمراض خارجة عن سيطرة الفرد، لكن في المناعة النفسيَّة يمكن أن يقوم الفرد بإحاطة نفسه بجدار الحماية النفسيَّة، وتحمُّل الضغوط والتعامل مع التغيرات والظروف، وأن يُولَد لديه قناعة بأن لكل مشكلة حلاًّ، وأن يؤمن بأن ما كتب الله -سبحانه وتعالى- علينا لا مفرَّ منه، وأن ما كتبه الله لنا لا يمكن لقوة في العالم أن تغيره؛ وبالتالي المعاناة من الأمراض لم يكن لها تأثيرٌ في المناعة النفسيَّة؛ لأن هناك إيمانًا راسخًا لدى أفراد العينة بأن المرض بمثابة القدر الذي كتبه الله على الفرد، والمناعة النفسيَّة جزء من الإيمان بالقَدَر، والتحمل والسيطرة على الذات والصبر؛ لأن الصبر على الشدائد جزءٌ مهمٌّ من التعافي والشعور بالراحة والهناء الشخصي.

التوصيات والمقترَحات:

في ضوء ما توصَّلَت إليه الدراسةُ من نتائج توصي الباحثة بما يلي:

١. توفير أدوات ومقاييس عربية مقنَّنَة لقياس متغيرات علم النفس الإيجابي، مثل: الهناء الشخصي، والسلام الداخلي، والراحة النفسيَّة، ومتغيرات وعوامل وأبعاد المناعة النفسيَّة.

٢. إجراء دراسات مقارنة للمناعة النفسيَّة لدى عينة من العاديين ومصابي كورونا بالمملكة العربية السعودية.

٣. إجراء دراسات للوقوف على مستوى المناعة النفسيَّة لدى فئات أخرى في ضوء بعض المتغيرات النفسيَّة والديمغرافية والاجتماعيَّة.

٤. أن تتعاطى المؤسَّسات الاجتماعية بالمملكة العربية السعودية مع حاجات المجتمع حسبَ الفئة العمرية، وأن تلبي طموحَهم من الأنشطة والبرامج التي تُقدِّم لهم الدعم وتُساعِدهم على تعزيز مناعتهم النفسيَّة.

٥. تناوُل موضوعات الإيجابية في المقرَّرات الدراسيَّة للمراحل المدرسيَّة والجامعية؛ باعتبارها متغيرًا ينعكس على التنمية البشرية؛ لأنَّها تُعزِّز مناعة المجتمع النفسيَّة.

٦. أن تتعاون المؤسَّسات الإعلامية مع المؤسَّسات الصحيَّة في توفير برامج التثقيف الصحي بجوار الرعاية الصحيَّة.

قائمة المصادر والمراجع

أولاً – المصادر والمراجع العربية:

الأنصاري، سامية لطفي. (٢٠١٢م). "ندوة التفكير الإيجابي: استراتيجياته وتطبيقاته"، المجلة المصرية للدراسات النفسيَّة – الجمعية المصرية للدراسات النفسيَّة. ٢٢(٧٤)، ٥ – ٢٢.

البشيتي، فاطمة عمر. (٢٠١٧م). "الإيجابية وعلاقتها بتحقيق الذات والتوافق المهني لدى المرأة العاملة في مؤسَّسات التعليم العالي الحكومية في محافظات غزة"، [رسالة ماجستير غير منشورة]، جامعة الأقصى بغزة، فلسطين.

حنتول، أحمد بن موسى. (٢٠٢١م). "القلق الاجتماعيّ المرتبط بجائحة فيروس كورونا المستجد والاتزان الانفعالي والمناعة النفسيَّة لدى عينة من طلاب جامعة جازان"، دراسات عربية في التربية وعلم النفس – رابطة التربويين العرب. ع (١٣١)، ٣٣٣- ٣٥٤.

الخالدي، بدر مشعل. (٢٠١٨م). "التفكير الإيجابي لدى مُعلِّمي التربية البدنية بدولة الكويت"، مجلة علوم الرياضة وتطبيقات التربية البدنية –جامعة جنوب الوادي. ١(٩)، ١٤٦ – ١٦٥.

الدفاعي، كاظم علي هادي والخالدي، أمل إبراهيم حسون والتميمي، محمود كاظم محمود. (٢٠٠٩م). "الإيجابية لدى طلبة الجامعة وعلاقتها بمتغير الجنس"، مجلة الأستاذ. ١ (٠٥) ٩٤٤– ٤٣٤.

سالمان، الشيماء محمود. (٢٠١٨م). "القوى الإيجابية للشخصية في علاقتها باستراتيجيات مقاومة أعراض الاضطرابات النفسيَّة لدى عينة من طلاب الجامعة"، مجلة الإرشاد النفسي –جامعة عين شمس. ع (٥٤)، ٧٧ – ١٣١.

سالمان، الشيماء محمود. (٢٠٢١م). "المناعة النفسيَّة وعلاقتها بكل من تسامي الذات وقلق العدوى بفيروس كورونا المستجد لدى مُعلِّمي مرحلة التعليم الأساسي على ضوء بعض المتغيرات الديموجرافية"، مجلة البحث العلمي في التربية – جامعة عين شمس. ٢٢(٣) ، ٣٦٧ – ٤٠٢.

السهلي، راشد سعود. (٢٠٢٠م). "المناعة النفسيَّة وعلاقتها بالدافعية للإنجاز لدى طلاب جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية"، مجلة العلوم التربويَّة والنفسية – جامعة البحرين٢١(٣)، ١٦٣ – ١٩٨.

عبد العال، تحية ومظلوم، مصطفى (٢٠١٣م). "الاستمتاع بالحياة في علاقته ببعض متغيرات الشخصية الإيجابية: دراسة في علم النفس الإيجابيّ"، مجلة كلية التربية بجامعة بنها. ٩٣(٢)، ٧٩ – ١٦٥.

عبد الخالق، أحمد محمد. (٢٠١٨م). "الذات الإيجابية بوصفها مؤشِّرًا للحياة الطيبة. المجلة المصرية للدراسات النفسيَّة – الجمعية المصرية للدراسات النفسيَّة"، ٢٨(٩٩)، ١ – ١٥.

عبد الواحد، سليمان. (٢٠١٩م). "أساليب التفكير وأنماط معالجة المعلومات المرتبطة بنصفي المخ لدى مرتفعي ومنخفضي المناعة النفسيَّة من المسنين مرضى باركينسون: دراسة نيوروسيكولوجية في إطار التفاعل بين المخ وجهاز المناعة"، المؤتمر الدولي الأول: "مشكلات المسنين بين الواقع والآفاق". (١٧ – ١٨/ نوفمبر/ ٢٠١٩)، (٢١٩-٢٥٠)، كلية العلوم الإنسانية والاجتماعيَّة – جامعة آكلي محند أولحاج – البويرة، الجزائر.

عبد الواحد، سليمان. (٢٠٢٠م). "دور المناعة النفسيَّة في التنبُّؤ بجودة الحياة لذوي صعوبات التعلم الاجتماعية والانفعالية بالمدارس الثانوية الفنية الزراعية في ضوء نظرية عربية جديدة"، مجلة بحوث في التربية النوعية – جامعة القاهرة ٣٧(١)، ٥٣١ – ٥٦٠، عدد خاص بأبحاث المؤتمر العلمي الدولي السابع: "التعليم النوعي وتحسين جودة الحياة"، (١٨– ٢٩/ فبراير/ ٢٠٢٠)، كلية التربية النوعية بجامعة القاهرة، جمهورية مصر العربية.

عبد الواحد، سليمان. (نوفمبر/ ٢٠١٦م). "المناعة النفسيَّة وتنشيطها لدى الشباب الجامعي: مدخل إلى خفض الإرهاب النفسي: دراسة تجريبية في إطار التفاعل بين المخ وجهاز المناعة"، مؤتمر العلوم الاجتماعية والإنسانية في مكافحة الإرهاب، (١٣–١٤/ نوفمبر/ ٢٠١٦م)، كلية التربية – جامعة بني سويف، جمهورية مصر العربية.

العبيدي، عفراء إبراهيم خليل (٢٠١١م). "مستوى الإيجابية وعلاقتها بقلق المستقبل لدى عينة من طلبة الجامعة"، مجلة دراسات العلوم ٣٨(٣). ٩٤٢ – ٩٦٤.

عصفور، إيمان حسنين. (٢٠١٣م). "تنشيط المناعة النفسيَّة لتنمية مهارات التفكير الإيجابيّ وخفض قلق التدريس لدى الطالبات المعلمات شعبة الفلسفة والاجتماع"، دراسات عربية في التربية وعلم النفس – رابطة التربويين العرب. ٤٢(٣)، ١١ – ٦٣.

علوان، نعمات والنواجحة، زهير عبد الحميد. (٢٠١٣م). "الذكاء الوجداني وعلاقته بالإيجابية لدى طلبة جامعة الأقصى بمحافظات غزة". مجلة الجامعة الإسلامية للدراسات التربويَّة والنفسية.٢١(١)، ١ – ٥١.

العمري، رحمة تيسير. (٢٠٢١م). "بناء مقياس المناعة النفسيَّة لدى الراشدين في المجتمع الجزائري"، [رسالة ماجستير غير منشورة]. جامعة العربي بن المهيدي – أم البواقي. الجزائر.

فتحي، ناهد أحمد. (٢٠١٩م). "الكفاءة الذاتية المدركة والقدرة على حل المشكلات التوجه نحو الهدف كمنبئات بالمناعة النفسيَّة لدى المتفوقين دراسيًّا: المكونات العامليَّة لمقياس المناعة النفسيَّة"، دراسات نفسية – رابطة الإخصائيين النفسيين المصرية. ٢٩(٣)، ٥٤٩ – ٦١٨.

الفنجري، حسن عبد الفتاح. (٢٠٠٨م). "فاعلية استخدام بعض استراتيجيات علم النفس الإيجابيّ في التخفيف من قلق المستقبل"، المجلة المصرية للدراسات النفسيَّة. ع (١٣)، ٣٩–٨٨.

الليثي، أحمد حسن. (٢٠٢٠م). "المناعة النفسيَّة وعلاقتها بالقلق وتوهم المرض المترتب على جائحة فيروس كورونا المستجد لعينة من طلاب الجامعة"، مجلة البحث العلمي في التربية – جامعة عين شمس. ٢١(٨)، ١٨٣–٢١٩.

المجالي، مصلح مسلم وعبد الرشيد، ناصر سيد. (٢٠١٩م). "سمات الشخصية الإيجابية وفق مفاهيم علم النفس الإيجابيّ وعلاقتها بمهارات قيادة فريق العمل لدى القيادات لأكاديمية في الجامعات: جامعة ظفار أُنموذجًا"، العلوم التربويَّة – جامعة القاهرة ٢٧(٣)، ٢٦٤–٣١٦.

المدهون، عبد الكريم سعيد. (٢٠١٧م). "السلوك الإيجابيّ وعلاقته ببعض المتغيرات لدى طلبة كليات جامعة فلسطين بغزة"، مجلة جامعة القدس المفتوحة للأبحاث والدراسات التربويَّة والنفسية. ٦(١٩)، ١١٩–١٣٠.

معمرية، بشير (٢٠١٢م). "علم النفس الإيجابيّ: اتجاه جديد لدراسة القوى والفضائل الإنسانية"، مجلة دراسات نفسية، ١(٢)، ٩٧–١٥٨.

منظَّمة الصحة العامليَّة. (٢٠٢٠م). "فيروس كوفيد ١٩" – جائحة "كورونا".

ثانيًا: المراجع الإنجليزية:

Alansary, S. L. (2012). ndwh altfkyr aleyjaby: astratyjyath wttbyqath. almjlh almsryh lldrasat alnfsyh (In Arabic). aljm'eyh almsryh lldrasat alnfsyh. 22(74), 5 – 22.

Albshyty, F. (2017). aleyjabyh w'elaqtha bthqyq aldat waltwafq almhny lda almrah al'eamlh fy m'essat alt'elym al'ealy alhkwmyh fy mhafzat ghzh. (In Arabic). [unpolished master thesis], jam'eh alaqsa bghzh, flstyn.

Hntwl, A. M. (2021). alqlq alajtma'ey almrtbt bja'ehh fyrws kwrwna almstjd walatzan alanf'ealy walmna'eh alnfsyh lda 'eynh mn tlab jam'eh jazan. (In Arabic). drasat 'erbyh fy altrbyh w'elm alnfs – rabth altrbwyyn al'erb. Vol.(131), 333- 354.

Alkhaldy, B. M. (2018). altfkyr aleyjaby lda m'elmy altrbyh albdnyh bdwlh alkwyt. (In Arabic). mjlh 'elwm alryadh wttbyqat altrbyh albdnyh –jam'eh jnwb alwady. Vol.(9), 146 – 165.

Aldfa'ey, W., aml W., Mhmwd M. (2009). alayjabyh lda tlbh aljam'eh w'elaqtha bmtghyr aljns. (In Arabic). mjlh alastad. Vol. (94), 405 – 434.

Salman, A. M. (2018). alqwa alayjabyh llshkhsyh fy 'elaqtha bastratyjyat mqawmh a'erad aladtrabat alnfsyh lda 'eynh mn tlab aljam'eh. (In Arabic). mjlh alershad alnfsy –jam'eh 'eyn shms. Vol.(54), 77 – 131.

Salman, A. M. (2021). almna'eh alnfsyh w'elaqtha bkl mn tsamy aldat wqlq al'edwa bfyrws kwrwna almstjd lda m'elmy mrhlh alt'elym alasasy 'ela dw' b'ed almtghyrat aldymwjrafyh. (In Arabic). mjlh albhth al'elmy fy altrbyh – jam'eh 'eyn shms. 22(3), 367 – 402.

Alshly, R. S. (2020). almna'eh alnfsyh w'elaqtha baldaf'eyh llenjaz lda tlab jam'eh alemam mhmd bn s'ewd aleslamyh. (In Arabic). mjlh al'elwm altrbwyh walnfsyh - jam'eh albhryn. ٢١ (٣), ١٦٣ – ١٩٨.

Aebd M. (2013). alastmta'e balhyah fy 'elaqth bb'ed mtghyrat alshkhsyh aleyjabyh: drash fy 'elm alnfs alayjaby. (In Arabic). mjlh klyh altrbyh bjam'eh bnha. 93(2), 79 – 165.

Aebdalkhalq, M. (2018). aldat alayjabyh bwsfha m'eshraan llhyah altybh. (In Arabic). almjlh almsryh lldrasat alnfsyh – aljm'eyh almsryh lldrasat alnfsyh. 28(99),1 – 15.

Aebdalwahd, S. (2019). asalyb altfkyr wanmat m'ealjh alm'elwmat almrtbth bnsfy almkh lda mrtf'ey wmnkhfdy almna'eh alnfsyh mn almsnyn mrda barkynswn "drash nywrwsykwlwjyh fy etar altfa'el byn almkh wjhaz almna'eh". alm'etmr aldwly alawl: "mshklat almsnyn byn alwaq'e walafaq". (In Arabic). 17 – 18/ nwfmbr/ 2019, 219 - 250, klyh al'elwm alensanyh walajtma'eyh – jam'eh akly mhnd awlhaj – albwyrh, aljza'er.

Aebdalwahd, S. (2020). dwr almna'eh alnfsyh fy altnb'e bjwdh alhyah ldwy s'ewbat alt'elm alajtma'eyh walanf'ealyh balmdars althanwyh alfnyh alzra'eyh fy dw' nzryh 'erbyh jdydh. mjlh bhwth fy altrbyh alnw'eyh. (I.n Arabic). jam'eh alqahrh, 37(1), 531 – 560, 'edd khas babhath alm'etmr al'elmy aldwly alsab'e: "alt'elym alnw'ey wthsyn jwdh alhyah", 18 – 29/ fbrayr/ 2020, klyh altrbyh alnw'eyh bjam'eh alqahrh, jmhwryh msr al'erbyh.

Aebdalwahd, S. (November/ 2016). almna'eh alnfsyh wtnshytha lda alshbab aljam'ey: mdkhl ela khfd alerhab alnfsy: drash tjrybyh fy etar altfa'el byn almkh wjhaz almna'eh. (In Arabic). m'etmr al'elwm alajtma'eyh walensanyh fy mkafhh alerhab, 13–14/ nwfmbr/ 2016, klyh altrbyh – jam'eh bny swyf, jmhwryh msr al'erbyh.

Al'ebydy, K. (2011m). mstwa aleyjabyh w'elaqtha bqlq almstqbl lda 'eynh mn tlbh aljam'eh. (In Arabic). mjlh drasat al'elwm altrbwyh. 38(3). 942 – 964.

Aesfwr, H. (2013). tnshyt almna'eh alnfsyh ltnmyh mharat altfkyr alayjaby wkhfd qlq altdrys lda altalbat alm'elmat sh'ebh alflsfh walajtma'e. (In Arabic). drasat 'erbyh fy altrbyh w'elm alnfs – rabth altrbwyyn al'erb. 42(3), s 11 – 63.

Aelwan, W., zhyr E. (2013). aldka' alwjdany w'elaqth balayjabyh lda tlbh jam'eh alaqsa bmhafzat ghzh. (In Arabic). mjlh aljam'eh aleslamyh lldrasat altrbwyh walnfsyh.21(1), 1 – ٥١.

Al'emry, R. T. (2021m). bna' mqyas almna'eh alnfsyh lda alrashdyn fy almjtm'e aljza'ery. (In Arabic). [unpolished master thesis], jam'eh al'erby bn almhydy – am albwaqy. aljza'er.

Fthy, N. A. (2019). alkfa'h aldatyh almdrkh walqdrh 'ela hl almshklat altwjh nhw alhdf kmnb'eat balmna'eh alnfsyh lda almtfwqyn drasyaan: almkwnat al'eamlyh lmqyas almna'eh alnfsyh. (In Arabic). drasat nfsyh – rabth alakhsa'eyyn alnfsyyn almsryh. 29(3), s 549 – 618.

Alfnjry, H. E. (2008). fa'elyh astkhdam b'ed astratyjyat 'elm alnfs alayjaby fy altkhfyf mn qlq almstqbl. (In Arabic). almjlh almsryh lldrasat alnfsyh. Vol (13), 39 – 88.

Allythy, H. (2020). almna'eh alnfsyh w'elaqtha balqlq wtwhm almrd almtrtb 'ela ja'ehh fyrws kwrwna almstjd l'eynh mn tlab aljam'eh. (In Arabic). mjlh albhth al'elmy fy altrbyh – jam'eh 'eyn shms. 21(8), 183 – 219.

Almjaly, W., nasr S. (2019). smat alshkhsyh alayjabyh wfq mfahym 'elm alnfs alayjaby w'elaqtha bmharat qyadh fryq al'eml lda alqyadat lakadymyh fy aljam'eat: jam'eh zfar anmwdjaan. al'elwm altrbwyh – jam'eh alqahrh. 27(3), 264 – 316.

Almdhwn, S. (2017).alslwk alayjaby w'elaqth bb'ed almtghyrat lda tlbh klyat jam'eh flstyn bghzh. (In Arabic). mjlh jam'eh alqds almftwhh llabhath waldrasat altrbwyh walnfsyh. 6 (19), 6 119 – 130.

M'emryh, B. (2012). 'elm alnfs alayjaby: atjah jdyd ldrash alqwa walfda'el alensanyh. (In Arabic). mjlh drasat nfsyh, 1(2), 97 – 158.

Mnzmh A. (2020). fyrws kwfyd "19" – ja'ehh kwrwna. (In Arabic)

Albert-Lőrincz, E., Albert-Lőrincz, M., Kádár, A., Krizbai, T., & Lukács-Márton, R. (2011). Relationship between the characteristics of the psychological immune system and the emotional tone of personality in adolescents. SOCIAL PEDAGOG Y, 23(1), 103 – 114.

Albert-Lőrincz, E., Albert-Lőrincz, M., Kádár, A., Krizbai, T., & Lukács-Márton, R. (2011). Relationship between the characteristics of the psychological immune system and the emotional tone of personality in adolescents. SOCIAL PEDAGOG: The New Educational Review, 23 (1), 103-123.

Barbanell, L. (2009). Breaking the Addiction to Please: Goodbye Guilt. Rowman & Littlefield.

Caprara, G. V., Fagnani, C., Alessandri, G., Steca, P., Gigantesco, A., Sforza, L. L. C., & Stazi, M. A. (2009). Human optimal functioning: The genetics of positive orientation towards self, life, and the future. Behavior genetics, 39(3), 277-284.

Kagan, H. (2006). The psychological immune system: A new look at protection and survival. Author House.

Rachman, S. J. (2016). Invited essay: Cognitive influences on the psychological immune system. Journal of behavior therapy and experimental psychiatry, 53, 2-8.

Rusu, P. P., & Colomeischi, A. A. (2020). Positivity ratio and well-being among teachers. The mediating role of work engagement. Frontiers in psychology, 11, 1608 – 1629. Available at: (https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7387570/). 27/ July/ 2021.

Seligman, M. E. P., & Csikszentmihalyi, M. (2000). Positive psychology: An introduction, American psychologist, 55, 5-14. Edición especial.

Seligman, M. E., & Csikszentmihalyi, M. (2014). Positive psychology: An introduction. In Flow and the foundations of positive psychology (pp. 279-298). Springer, Dordrecht.

Singh, K., & Jha, S. D. (2010). The positive personality traits questionnaire: Construction and estimation of psychometric properties. Psychological Studies, 55(3), 248-255.

Van der Zee, K., Thijs, M., & Schakel, L. (2002). The relationship of emotional intelligence with academic intelligence and the Big Five. European journal of personality, 16(2), 103-125.

VandenBos, G. R. (2007). APA dictionary of psychology. American Psychological Association.