

المناعة النفسية لدى المصابين والمتعافين من جائحة كورونا

Psychological Immunity of The Infected and Recovering from Corona Pandemic

أ.د. عبد الرزاق محسن سعود

الجامعة العراقية / كلية التربية

Pro.Dr.Abdulrazzaq Mohsin Saud

Al-Iraqia University/ College of Education

arzms6616@gmail.com

abdulrzaq.saud@aliraqia.edu.iq

أ.د. أميرة جابر هاشم

كلية التربية للبنات / جامعة الكوفة

Pro.Dr.Amera Jabir Hashim

University of Kufa/ College of Education for Woman

ameeraha_2004@yahoo.com

Ameeraj.hashim@uokufa.edu.iq

2021م

المستخلص:

هدفت الدراسة إلى تعرف على مستوى المناعة النفسية لدى المصابين والمتعافين من فيروس كورونا؛ والكشف عن الفروق بين افراد العينة في المناعة النفسية وفقاً لمتغيرات: {الجنس، التحصيل الدراسي، المهنة، الإصابة (مصاب – غير مصاب)، شدة الإصابة، العمر}. وتكونت العينة من (278) فرداً تم الحصول على استجاباتهم من خلال موقع كوكل فورم، إذ تم بناء مقياس للمناعة النفسية تضمن (30) فقرة تم التحقق من خصائصها السايكومترية من صدق وثبات. وبعد تحليل البيانات إحصائياً توصلت الدراسة إلى أن مستوى المناعة النفسية كان منخفضاً لدى أفراد العينة، وأنه لا توجد فروق دالة إحصائية بين في المناعة النفسية وفقاً للمتغيرات المدروسة.

الكلمات المفتاحية: المناعة النفسية – كورونا – كوفيد 19 – المصابين بكورونا – المتعافين من كورونا.

Abstract:

The study aims to identify the psychological immunity of the infected and recovered patients from Corona virus; and to reveal the differences between the sample members in psychological immunity according to the variables: (gender, age, educational achievement, occupation, infection – infected) or uninfected, and severity of infection)).

The sample consisted of (278) individuals whose responses were submitted through google form website, as a measure of psychological immunity was made that included (30) items whose psychometric properties were verified for validity and reliability. After analyzing the data statistically, the study concluded that the level of psychological immunity was low among the sample members, and that there were no statistically significant differences between the psychological immunity according to the studied variables.

Keywords: Psychological Immunity, Corona, Covid – 19, Infection, Recovering and Corona Pandemic

مقدمة

واجه العالم منذ نهاية عام (2019) أزمة صحية عالمية، حيث ظهر فيروس كورونا المستجد (covid-19)، الذي اجتاح العالم بطريقة تكاد تكون غير مسبوقة، ولم تحصل حتى في أكبر الحروب العالمية، مما أدى الى تعرض كافة المجتمعات لتغيير غير مسبوق طرأ قهراً على نمط حياتهم، ومع بدء الحظر المنزلي الاجباري للفرد ومع ارتفاع معدلات الإصابة والوفاة في أغلب دول العالم ومنها العراق، فقد وجدوا أنفسهم أمام أزمة وكارثة صحية غامضة، فانتشر الخوف والقلق والملل والضجر والاكنتاب لدى المصابين وغير المصابين بهذا الفيروس، وأكدت الدراسات أن (1-4) من المصابين بفيروس كورونا يعانون من مشكلات على صعيد الصحة النفسية، مما أدى الى تهديد المناعة النفسية لديهم (Cudjoe & Kotwal,2020).

وقد بين روبر Robert في (1998) في هذا الصدد "وجود علاقة بين العوامل النفسية والقابلية للتعرض الذي ينطوي على الميكانيزمات المناعية التي تمثل استراتيجية سلوكية للدفاع عن العضوي"، وهذا لا طرح المتناغم بين النفس والجسد ووحدة الكائن الحي، يجبرنا الى الحديث عن مفهوم المناعة النفسية لاسيما عند المصابين بفيروس كورونا (Robert,1998).

مشكلة الدراسة:

تنطلق مشكلة الدراسة الحالية من قضية هامة ولدتها الظروف الحياتية الصعبة المتمثلة بفيروس كورونا (Covid-19) المستجد، الذي أصبح مشكلة عالمية لما لها من أضرار كارثية على الصحة الجسمية والنفسية للمجتمعات، وتتمثل خطورة هذا الفيروس في سرعة انتشاره وارتفاع معدلات الإصابة والوفيات فيه ، مما ترك اثار نفسية سلبية لاسيما عند المصابين، أدى الى شعورهم بالخوف والقلق وفقدان السيطرة إضافة الى اضطرابات النوم والاكل والاجتهاد والضغط النفسي، ولا يتوقف الامر عند هذا الحد بل يؤدي فيروس كورونا الى امتداد اثاره النفسية على المدى البعيد وظهور اضطرابات نفسية أكثر تعقيد مما يهدد المناعة النفسية (Cullen et al, 2020).

وأشار أولاه Olah في (2002) الى أهمية المناعة النفسية بعدها نظاما متكاملًا له أدوار ومهام مختلفة تزود الفرد بالمناعة النفسية ضد الضغوط الحياتية وتسهم في تحسين النمو الصحي وتعمل على مواجهة الضغوط النفسية مما تسهم في وقاية الفرد من الاضطرابات النفسية، مثل الخوف والقلق والاكنتاب (Olah,2002,p:9).

إن الاعتماد على فاعلية الجهاز المناعي وكفاءته في الحفاظ على استقرار وحماية الجسم من الامراض والفيروسات يقودنا الى التركيز على الجهاز المناعي للإنسان مرتبط بشكل وثيق بالجهاز العصبي، أي ان الدماغ ويسبب الإصابة بفيروس كورونا قد يصاب بالقلق والخوف، مما يؤثر بشكل وثيق كبير على وظيفته المناعية بسبب ارتفاع هرمون الكورتيزون، مما يؤدي الى الإصابة بضغط الدم وارتفاع مستوى السكر في الدم، وبذلك الشعور بالقلق الزائد قد ينعكس سلباً على الصحة النفسية والجسمية مما يهدد المناعة النفسية والجسمية معاً (Tan et al., 2020)؛ وهذا ما أكدته نتائج العديد من الدراسات، ومنها دراسات: (Cao,et ea,2020)، و(Cullen et al, 2020) و (Jungmann & Witthoft,2020) و (kim,2020) و(Özdin & Özdin,2020) و(Papa,2020).

ويلاحظ هنالك تباين في استجابات الأفراد إزاء هذا الفيروس بتباين خصائصهم الشخصية وما يمتلكونه من مهارات وإمكانات للتعايش معه، بحيث ظهرت نتائج دراسات أخرى ان فيروس كورونا لا يترك اثار نفسية لدى المصابين كما في دراسة (العريفي،2021) ، ودراسة (Cao et al 2020)، واختلفت نتائج الدراسات كذلك في

تأثير متغير النوع فيما يتركه فيروس كورونا من الناحية النفسية، فوجدت دراسة (العريفي ، 2021) ، ودراسة (Ettman,2020) ودراسة (Özdin & Özdin,2020) إن الاناث أكثر عرضة من الذكور للحالات النفسية المتصلة، في حين وجدت دراسة (Tan et al,2020) عدم وجود فرق بين الجنسين فيما يتركه فيروس كورونا من اثار نفسية مهددة للمناعة النفسية لدى المصابين.

وبرزت مشكلة الدراسة الحالية من خلال التقاء الباحثين بعدد من المصابين بفيروس كورونا، وقد لاحظ ان المصابين يعانون من تذبذب في مستوى المناعة النفسية، وبناءً على ذلك قام الباحثان بإجراء مقابلات فردية مع (20) مصاب من الذكور والاناث وطرحت عليهم عدة أسئلة منها: هل تشعر بالضيق؟ هل تشعر بالخوف والقلق من جراء إصابتك؟ هل تمتلك القدرة على مواجهة فيروس كورونا؟ وبذلك اختلفت الإجابات بين لمصابين، ان التناقض في نتائج الدراسات السابقة ومعطيات المقابلة لعدد من المصابين، اعطى مبرراً لإجراء المزيد من الدراسات في هذا المجال خلال جائحة كورونا، لاسيما في المجتمع العراقي الذي قد يختلف عن المجتمعات الأخرى وفق النواحي الثقافية والفكرية والإنسانية والاتجاهات والظروف البيئية والرؤية، كما يختلف في بعض الإجراءات الاحترازية والوقائية من فيروس كورونا. وفي ضوء ما تقدم تبلى مشكلة الدراسة الحالية في السؤالين التاليين:

- ما مستوى المناعة النفسية لدى المصابين بفيروس كورونا؟
- هل توجد فروق بين الافراد المصابين بفيروس كورونا في المناعة النفسية وفقاً لمتغيرات (الجنس، الإصابة، شدة الإصابة، العمر، التحصيل الدراسي، المهنة، المستوى الاقتصادي) ؟

أهمية الدراسة: يمكن الاستفادة من الدراسة الحالية في الجانبين النظري والتطبيقي، على النحو الآتي:

الأهمية النظرية:

- 1-تحتل المناعة النفسية أهمية تدرج ضمن التوجه الإيجابي في علم النفس، ولاسيما لدى المصابين بفيروس كورونا كمتغير نفسي، باهتمام الباحثين على اعتبار أحد عوامل الشخصية المهمة التي لها شأن في تحسين الصحة النفسية والجسدية بالصورة التي تمكنهم من مواجهة التحديات والأزمات والضغوط النفسية.
- 2- تصميم اداة جديدة لقياس المناعة النفسية لدى المصابين بفيروس كورونا.
- 3-تتجلى أهمية الدراسة الحالية في قلة الدراسات سواء المحلية والعربية في حدود علم الباحثين مما سجل سبق في ذلك، ومن ثم تتجلى الأهمية النظرية للدراسة في اثراء البيئة العربية بدراسة جديدة في هذا المجال.
- 4-يطرح هذا الموضوع ضرورة حتمية في الطرف الحالي (انتشار وباء كورونا)، الذي يُشكل ازمة عالمية تعاني منها كافة المجتمعات وكافة الفئات العمرية، ولا تزال لها اثار سلبية على جميع الأصعدة، مما يؤدي الى فهم أعمق لفيروس كورونا من اثاره على الصحة النفسية.
- 5-تستمد هذه الدراسة أهميتها من أهمية المتغيرات التي تتناولها والتي تتمثل في المناعة النفسية لدى المصابين باعتبارها أحد مفاهيم علم النفس الإيجابي، وأحد مؤشرات الصحة النفسية للفرد، حيث تتضمن المناعة النفسية للفرد جهازاً مناعياً معقداً وموازياً بنظام المناعة الحيوية ويوم على مساعدة الفرد من مواجهة من مواجهة الخدمات والأزمات والضغوط النفسية (كأزمة فيروس كورونا).

الأهمية التطبيقية:

1. طرح افاق بحثية جديدة للباحثين حول مفهوم المناعة النفسية لدى المصابين، وتأثيرها كنتوجيه حديث له اثاره النفسية والفكرية والسلوكية (على المصابين بفيروس كورونا).

2. تناول الدراسة الحالية عينة واسعة من افراد المجتمع العراقي بشرائح مختلفة، مما يسمح لنا بالتعرف على خصائص هذا المجتمع وبالتالي يكون فاتحة لأفاق لدراسات أخرى.
3. قد تفيد نتائج هذه الدراسة في التأكيد على أهمية التخفيف من الآثار السلبية الناجمة عن الكوارث والأزمات.
4. وقد تساعد الدراسة الحالية على نشر الوعي الصحي النفسي فيما يخص انتشار الامراض والفيروسات والحث على الوقاية الصحية النفسية على مستوى الفرد والمجتمع.
5. قد يترتب عن الكشف على مستوى المنة النفسية لدى المصابين، التي يتم من خلال ذلك تكثيف الخدمات النفسية وتطبيق البرامج الارشادية لفريقي المنة النفسية.
6. قد تسهم الدراسة الحالية في الكشف عن الفروق في مستوى المنة الشخصية وفقاً للمتغيرات الديمغرافية (شدة الإصابة، عدد الإصابات، العمر، النوع الاجتماعي، التحصيل الدراسي، المهنة) في تقديم تصور شامل للتربويين والمتخصصين والمرشدين النفسيين والجهات المسؤولة، مما قد يساعد بتوسيع الخدمات النفسية بطرائق وقائية واثمائية وعلاجية، لاسيما للفئات الأكثر تضرراً من جائحة كورونا للوصول الى مستوى مناسب للصحة النفسية.

هدفا الدراسة: تهدف الدراسة الى ما يأتي:

1. تعرف المنة النفسية لدى المصابين والمتعافين من فيروس كورونا.
2. الكشف عن الفروق بين افراد العينة في المنة النفسية وفقاً لمتغيرات (شدة الإصابة، عدد الإصابات، العمر، النوع الاجتماعي، التحصيل الدراسي، المهنة).

محددات الدراسة: تحددت هذه الدراسة في إطار المحددات التالية:

- الحدود الموضوعية: تناولت الدراسة متغير المنة النفسية (متغير مستقل) والمتغيرات الديمغرافية (متغير تابع) هي المتغيرات الديمغرافية: العمر (أقل من 20، 21-40، 40-60، 61 فأكثر) - شدة الإصابة (خفيفة، متوسطة، شديدة) - النوع الاجتماعي (ذكر، انثى) - التحصيل الدراسي (يقرأ ويكتب، شهادة ابتدائي ومتوسط، شهادة اعدادية ودبلوم، شهادة جامعية، شهادة عليا) - المهنة (عاطل أو ربة بيت، متقاعد، موظف حكومي، عمل حر) - الإصابات (لم يصاب - مرة واحدة، مرتان، ثلاث مرات، متعاني).
- الحدود البشرية: تناولت الدراسة عينة من افراد المجتمع العراقي المصابين بفيروس كورونا.
- الحدود السكانية: تقتصر هذه الدراسة على النطاق الجغرافي المحدد للدراسة الميدانية في مدن العراق باستثناء مدن إقليم كردستان.

- الحدود الزمانية: طبقت الدراسة في العام 2021م.

- تحديد المصطلحات:

- المنة النفسية

- المنة لغوياً: الحصانة من المرض وتطوره (مجمع اللغة العربية، 2008، 592).
- المنة النفسية اصطلاحاً: قدرة الفرد على التعامل مع الضغوطات والازمات (كأزمة فيروس كورونا) من خلال استعماله الآليات والخطط للمواقف الطارئة، من اجل تدعيم النفسي الصحي مما يؤدي الى تحقيق التكيف النفسي والاجتماعي.

المناعة النفسية اجرائياً: الدرجة التي يحصل عليها المستجيب من خلال اجابته على فقرات المقياس المستخدم في الدراسة الحالية (من اعداد الباحثين).

- **فيروس كورونا:** سلالة جديدة من الفيروسات التي تسبب كوفيد 19، والاسم الإنكليزي للمرض مشتق كالتالي (Co) وهما أول حرفين من كورونا Corona و(Vi) وهما أول حرفين كلمة فيروس Virus و(D) وهو أول حروف من كلمة Disease ويرتبط بعائلة الفيروسات نفسها التي ينتمي اليها الفيروس التي تسبب بمرض المتلازمة الحادة سارز وبعض أنواع الزكام العادي ، ويعد فيروس كورونا من الفيروسات المعدية التي لم يكن أي علم بوجودها قبل تفشيها في مدينة ووهان الصينية في ديسمبر 2019 (حمادي ، 2020) .

-هي من الفيروسات التاجية، التي سميت بهذا الاسم بسبب الحافة الخارجية لبروتينات الغلاف التي تشبه التاج (كورونا باللاتينية) هي عائلة فيروسات الحامض النووي البروتيني عادة ما تكون مسببة للأمراض للشدييات والطيور وتسبب التهابات الجهاز التنفسي (موسى وكجور ، 2020: 35).

كوفيد 19-Covid: هو الاسم الذي أطلقته منظمة الصحة العالمية في 11 شباط 2020، وهو المرض الذي يسببه فيروس كورونا ويكون مصاحباً بالحمى والعياء، والسعال إضافة الى المشاكل التنفسية، وتكون بعض الحالات شديدة تؤدي الى الموت أحياناً، وقد تم إضافة الرقم 19 اشارة الى العام 2019 الذي اكتشفت فيه أول حالة للفيروس (حمادي، 2020).

خلفية نظرية:

أولاً: فيروس كورونا المستجد 19 :

فيروس كورونا المستجد هو نوع من الفيروسات جديداً من نوعه التي قد تصيب الحيوان والإنسان، ومن المعروف أن فيروسات كورونا تسبب لدى البشر حالات عدوى الجهاز التنفسي التي تتراوح حدتها من نزلات البرد الشائعة إلى الأمراض الأشد وخامة مثل متلازمة الشرق الأوسط التنفسية والمتلازمة التنفسية الحادة الوخيمة (سارس)، ويسبب فيروس كورونا مكتشف مؤخراً مرض فيروس كورونا (كوفيد.19) وقد ظهر في مدينة " ووهان "الصينية في اواخر العام 2019، وفي عام 2020 أطلقت لجنة الصحة الوطنية في الصين تسمية " فيروس كورونا المستجد "على الالتهاب الرئوي الناجم عن الإصابة بفيروس كورونا ، واطلقت عليه منظمة الصحة العالمية باسم الجائحة ، وتعد جائحة كورونا جائحة عالمية مدمرة لكثير من شروط الحياة المألوفة ، فضلاً عن تداعياته الاقتصادية والاجتماعية والخدماتية ، وادت الى إصابات عديدة على مستوى العالم وتزايد بمعدلات الوفاة ، وقد أدى الى اجبار الناس من الالتزام بقيود عديدة لحماية انفسهم واسرهم من المرض ، فاصبح على كل فرد مسؤولية اتباع الإجراءات الوقائية ، كالبقاء في البيت والتباعد الاجتماعي والإسراع في اخذ اللقاح (WHO ، 2020).

ثانياً: نظريات المناعة النفسية:

نظريه اولاه Olah :

نشأت نظرية " اولاه "للمناعة النفسية من خلال الاستناد إلى مجموعة من الأبعاد المعرفية والسلوكية والانفعالية والاجتماعية والدافعية والشخصية والبيئية والنفسية، حيث أن هذه الأبعاد تزود الفرد بالمناعة النفسية ضد التوتر وتعزز النمو النفسي والجسمي، وكذلك تؤدي وظيفة المقاومة والحصانة. والغرض من دمج هذه الأبعاد من أجل جعلها منظومة نفسية إيجابية شاملة ومتكاملة ومتفاعلة ومترابطة حيث أن شخصية الفرد تشكلها جوانب و أبعاد كثيرة معقدة

و متشابكة و من الصعب أن تحمي أو تقي أو تصمد أو تدافع عن نفسها ضد التهديدات الخارجية أو الداخلية كالتعرض للشدائد والمصائب والحن ، و كذلك الأحداث و المواقف الصادمة و الضاغطة بكافة أنواعها و التي تستنزف الطاقة والقوة و المقاومة النفسية ، لذلك يكون من الصعب أن تعتمد على بعد أو بعدين من أبعاد الشخصية وإهمال باقي الأبعاد ، وهذا التكامل أو الترابط بين هذه الجوانب و الأبعاد يدعى بنظام أو منظومة المناعة النفسية ، وقد أشارت نظرية أولاه إلى أن المناعة النفسية تتكون من (3) مجالات رئيسية و(16) مكون فرعي وهي:

المجال الأول :محور الاعتقاد.

المجال الثاني :المحور التنفيذي والخلاف.

المجال الثالث :محور تنظيم الذات (اليومي، 2019، ص 182-184) .

يعمل نظام المناعة النفسية كفلتر للوسائل العاطفية التي تحملها الأنشطة، العلاقات الأحداث المواجهات اليومية، من خلال رسائل ومشاعر عاطفية يدركها الفرد ويتفاعل معها ومشاعر لا يدركها ولكنها تنتج ردود أفعال وذلك كأحد عمليات الدماغ الوجداني والتي تظهر مشاعر الخوف والقلق والهياج النفسي إثر التعرض لخطر أو تهديد . ويمكن توضيح ذلك بأنه أحيانا لا يدرك الفرد الخطر حتى تنبهه مشاعره به ، مثل القفز من المكان عند سماع صوت ضجيج عال أثناء انشغال التفكير بشيء آخر كرد فعل انعكاسي ، و هنا فإن نظام المناعة النفسية يؤدي وظيفته و يجعل الفرد يدرك النتائج و يسمح بتقييم ردود الأفعال و تنتج استجابات عاطفية إضافية مثل(: الحرج ، الانزعاج ، العجز ، أو قبول الذات) وهذه تأتي كتقييم لرد الفعل ، بمعنى أن هذا النظام يعطي الفرد رد الفعل و التقييم عليه أيضا ، و هنا يتم ادراك الفعل و التقييم و يصبح محدد لردود مختلفة بالمرات القادمة ،و هذا ما يسمى الطبيعة التعزيزية لنظام المناعة النفسية (الشريف، 2016، ص21).

نظرية سيلبي (1956) Selye :

جاء هانس سيلبي بأهم النظريات التي يركز عليها موضوع الإجهاد أو الشدة وأثرهما على الفرد، إذ أن الربط بين القلق و الإرهاق ليست بنظرية بقدر ما هو مبدأ من المبادئ المسلم بها في مفهوم علم النفس في العصر الحاضر، فحياتنا النفسية و تصرفاتنا في الظروف الطبيعية ما هي إلا تعبير عن التوازن بين إمكانياتنا على تحمل التجارب التي نمر بها و قوة هذه التجارب و وطأتها، فلكل واحد منا قدرة معينة أقرب ما تكون للمناعة النفسية على تحمل الإرهاق و الشدة . وما زاد على هذا الحد فهو كفيل بالإخلال بهذا التوازن سواء كان بالقدر الذي يستطيع التوافق معه أم إلى الحد الذي يؤدي إلى الاختيار بسبب استنزاف جميع الطاقات الممكن للفرد الاستعانة بها في عملية التحمل و أنه من الممكن إصابة أي فرد باختيار مناعته النفسية إذا توفر الإرهاق الكافي الذي يخضع إليه(نجاتي، 2016، ص192).

نظرية مايكين Maykin Bamm

يعتبر مايكين ممن أسسوا فن مهارات مجابهة الضغوط والتي تعتمد على التدريب على التحصين ضد الضغوط النفسية، حيث تشبه هذه العملية طريقة التحصين البيولوجي ضد الامراض العامة (أي المناعة البيولوجية) فهي تقوم على أساس مقاومة الضغوط عن طريق برنامج يعلم الفرد أن يواجه أو يتعامل مع مواقف متدرجة من الضغوط، وهذا الأسلوب متعدد الأوجه نظرا لما يحتاجه من مرونة في مواجهة المواقف المتنوعة للضغوط، وكذلك لوجود فروق فردية وثقافية أيضا لتنوع أساليب المواجهة (سويعد، 2016، ص16).

نظرية باربانيل (2009) Barbanell :

اعتمد باربانيل على مبدأ فرويد في ميكانيزمات اللاوعي، من خلال أن اللاوعي لديه القدرة على احتجاز العواطف والمشاعر المؤلمة الناتجة عن الأحداث السلبية الجارحة، خاصة التي تظهر ويكون مصدرها مرحلة الطفولة المبكرة، فيمكن للشخص المتألم أن يشفى من هذه التأثيرات عبر ميكانيزمات اللاوعي غير المعروفة أو المدركة، والتي تعمل لغرض فرض الجانب الإيجابي على الجانب السلبي، وبالتالي تحمي الفرد من إدراك الذكريات المؤلمة والمشاعر المرتبطة بها. وفي نفس الوقت يفتح بوابة التعلم من الخبرات، فلو تعمق الفرد في المشاعر، فمن المحتمل ألا يستطيع الصمود والبقاء، لذا فإنه يمتلك اتجاه دفين ينفي ويحتجز المشاعر ويخزنها بعيدا عن الإدراك، كما لو أن الفرد ينفي ويبعد عن وعيه بالنبضات غير المقبولة والأفكار والذكريات الأليمة على الأقل مؤقتا. (الشريف، 2016، ص22).

نظرية كانون والتر " Canon Walter :

تعد النظرية المسماة بنظرية "المواجهة أو الهرب " **Fight-or-Flight** " من أوائل النظريات التي اعتمدت على العوامل البيوكيميائية في تفسير الضغوط، إذ يرى أن الأفراد عندما يتعرضون لمواقف ضاغطة فهم إما يجهدون لمقاومتها أو يهربون بعيدا عنها، وتظهر عليهم عدد من التغيرات التي تهيئ الفرد للمقاومة أو الهرب كارتفاع ضغط الدم وزيادة ضربات القلب وسرعة التنفس ويحدث ذلك عن طريق جهاز عصبي يغذي جميع الأحشاء الداخلية للإنسان وهو الجهاز العصبي الذاتي بشقيه (السمبتاوي و الباراسمبتاوي) فتثار الغدة الكظرية لإفراز هرمون الأدرينالين و النورادرينالين ومن ثم يحدث كل تغير فيسيولوجي نتيجة لذلك (احمان، 2012، ص37).

نظرية وولب (1958) Wolpe :

يعد هذا هو الطرح ذو الخلفية السلوكية، حيث قدم **Wolpe** في كتابه العلاج النفسي عن طريق الكف بالنقيض شرحا لفنية التحصين التدريجي و هي فنية من فنيات تعديل السلوك، ومصطلح التحصين كما صاغه وولب يشير إلى الفنية التي يستخدمها المعالج لإنجاز هدف محدد هو إبدال الاستجابة، ويصور على أنه إضعاف لعادات استجابات القلق العصائية بأسلوب تدريجي وذلك يعني إكساب الفرد مناعة نفسية و تنشيطها تدريجيا مقابل إضعاف استجاباته القلق (سويعد، 2016، ص22).

نظرية جيلبرت 1998 (Gilbert) :

إن التوقعات الضمنية أو الظاهرة للنتائج الوجدانية للأحداث المستقبلية، تعتبر هامة وخاطئة، من حيث شدتها ومدتها، فبعض التوقعات قد تكون صائبة، ولكن البعض الغالب قد يكون مبالغ به، حيث يعتمد ذلك على التفسير ببعض الدقة والتكافؤ لشدة الحدث المستقبلي والذي يشكل قاعدة إنفاذ القرارات وشكل الحالة الوجدانية. فمن البديهي أن الأحداث القوية ستحمل نتائج وجدانية عالية، ولكن الناس لا تعي ذلك، فيبالغون في توقعات الاستجابة لآثار الأحداث، وفق ما يسمى " النزعة الثابتة في توقع الأثر " (الشريف، 2016، ص20).

التصور الإسلامي للمناعة النفسية:

لقد ورد مفهوم المناعة النفسية في القرآن والسنة بمعاني باطنة مبطنة تبرز المفهوم و القصد وتختلف في الاصطلاح و التسمية فقد ورد مفهوم المناعة النفسية باصطلاح الوقاية ، يقول الله تعالى " : يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا قُوا أَنْفُسَكُمْ وَأَهْلِيكُمْ نَارًا وَقُودُهَا النَّاسُ وَالْحِجَارَةُ عَلَيْهَا مَلَائِكَةٌ غِلَاظٌ شِدَادٌ لَا يَعْصُونَ اللَّهَ مَا أَمَرَهُمْ وَيَفْعَلُونَ مَا يُؤْمَرُونَ " [التحريم] 6 : و مثل هذه الوقاية لا تكون بالأدوية و لا بالأجسام المضادة إنما تكون بتقوية الآليات والميكانيزمات النفسية في إطار المناعة النفسية ، كما ورد مفهوم المناعة باصطلاح التحصين و قد سبق لنا الإشارة في

العناصر السابقة أن الحصانة هي الترجمة المكافئة لمصطلح " Immunity " و المقصود بها المناعة ويقول الله تعالى: "وَعَلَّمْنَاهُ صَنْعَةَ لَبُوسٍ لَكُمْ لِيُحْصِنَكُمْ مِنْ بَأْسِكُمْ فَهَلْ أَنْتُمْ شَاكِرُونَ" [الأنبياء:8] أي لتتقواكم و تحميكم .وهناك علاقة ارتباطية مفهوم المناعة النفسية بكل من الضغوط والصدمات بما في ذلك ما تحتويه و يصحبها من انفعالات تكون الزيادة في شدتها وحدتها ومدتها سببا للدخول في دائرة الاضطراب النفسي وأحيانا المرض العقلي الذي يعتبر القرآن الق الكريم أهم المقومات المساعدة في العلاج و الوقاية من ، وفق هذا المنطق القرآني يكون الفرد محصنا منشط المناعة الفكرية و المعرفية و النفسية ضد كل اعراض اضطراب ما بعد الصدمة من إجهاد و ضغط ، اي في القرآن الكريم إشارة إلى تحصين الإنسان وإكسابه مناعة نفسية ضد مشاعر الخوف و القلق المدمرة له و التي هي أساس الكثير من الاضطرابات ط ا ربات العصبية و حتى الذهانية والتي تمس روحه وجسده و نفسه و عقله . وقد دلنا الله على التفكير والتدبر وتعدد النعم على سبيل العلاج المعرفي وجودة وجوده وقدرته ضمن الخارطة الادراكية لكل واحد منا على سبيل تنشيط المناعة النفسية للمقاومة والمواجهة على حد سواء (الشويبي،2016).

ويمكن ان يستنتج الباحثان أن النظريات قد تعددت وتنوعت من حيث تناولها للمناعة النفسية حيث تعاملت مع نظرية التحليل النفسي مع المناعة النفسية على أنها قوة الأنا وقدرتها على إحداث التوازن بين متطلبات الم هو والانا الأعلى بينما تناولت نظرية متلازمة أعراض التكيف العام، أي ان المناعة النفسية للفرد من منظور قدراته على مقاومة الضغوط في حين أن النظرية المعرفية تناولت المناعة النفسية من منطق رؤية وافكار الفرد للموقف و قدرته على أن يسلك سلوكا إيجابيا وفقا لهذه الرؤية والأفكار، وترى النظريات النفسية العصبية إن قوة الترابط بين النفس والجسد هو الذي يحدد المناعة النفسية ثم الجسدية ، اما المنظور الإسلامي فيرى ان الايمان بالله والقضاء والقدر بالدعاء والاستغفار مقومات للمناعة النفسية. ولذا يدعو الباحثان الى التكامل بين هذه النظريات في تفسير المناعة النفسية.

ثالثا: دراسات سابقة:

دراسة الشريف (2016): فعالية برنامج ارشادي لتدعيم المناعة النفسية وخفض اضطرابات ما بعد الصدمة لدى مراهقي الاسر المتضررة بالعدوان الأخير على غزة (2014).

هدفت الدراسة التحقق من فاعلية البرنامج الإرشادي لتدعيم نظام المناعة النفسية وخفض اعراض اضطرابات ما بعد الصدمة ، تم استخدام الأدوات:هي البرنامج الإرشادي، مقياس نظام المناعة النفسية، مقياس اعراض الاضطرابات ما بعد الصدمة، المقابلة الاكلينيكية ، تم تطبيقها على عينة من المراهقات من الاسر المتضررات بالعدوان الاخير على غزة 2014 ، والتي سبق تشخيصهن من مركز الصحة النفسية بأهن طون عراض ما بعد الصدمة بعد انتهاء العدوان، والبالغ عددهن (40) مراهقة ، 20 منهن كعينة تجريبية، و 20 كعينة ضابطة، توصلت الدراسة الى فعالية البرنامج الإرشادي في رفع كفاءة المناعة النفسية لدى المجموعة التجريبية مقارنة مع نفسها قبل وبعد ومقارنة مع المجموعة الضابطة.

دراسة العكيلي (2017): المناعة النفسية لدى طلبة الجامعة وعلاقتها بالوعي بالذات والنفو.

هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على المناعة النفسية لدى طلبة الجامعة وعلاقتها بالوعي بالذات والنفو والعلاقة الارتباطية بين متغيرات البحث الثلاثة ومدى إسهام متغيري الوعي بالذات والنفو في التباين الكلي لمتغير المناعة النفسية وذلك على عينة بلغ قوامها 420 طالب وطالبة من طلاب جامعة بغداد .وقد أظهرت النتائج وجود

علاقة ارتباطية موجبة بين المناعة النفسية وكل من الوعي بالذات والعفو كما أن هاذين المتغيرين يساهمان بنسبة 28.4% في التباين الكلي للمناعة النفسية.

دراسة محمد ومحمد (2018): المناعة النفسية لدى طلبة الجامعة العائدين واقرانهم غير العائدين من النزوح.

هدفت الدراسة إلى التعرف على مستوى المناعة النفسية لدى العينة المؤلفة من 300 طالب من جامعة الأنبار، والتعرف على دلالة الفروق بين طلبة الجامعة العائدين واقرانهم لغير عائدين من النزوح في المناعة النفسية وأسفرت النتائج إلى أن افراد العينة يتسمون بمستوى جيد من المناعة النفسية مع وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين العائدين وغير العائدين من النزوح لصالح العائدين.

دراسة البيومي (2019): فعالية برنامج إرشادي لدعم المناعة النفسية وخفض الأفكار اللاعقلانية لدى عينة من طلبة الجامعة.

هدفت الدراسة إلى التحقق من مدى فعالية برنامج إرشادي لدعم المناعة النفسية و خفض الأفكار اللاعقلانية لدى عينة من طلاب جامعة الطائف تكونت من 145 طالب تتراوح أعمارهم بين (20 - 19) عام و تم اختيار عينة قوامها 20 طالب من إجمالي العينة ممن حصلوا على أعلى الدرجات على مقياس الأفكار اللاعقلانية و أدنى الدرجات على مقياس المناعة النفسية و تم تقسيمهم بالتساوي إلى مجموعتين إحداها تجريبية و الأخرى ضابطة، و قد خلصت النتائج بعد تطبيق البرنامج الإرشادي لمدة 5 أسابيع إلى حدوث انخفاض ملحوظ في الأفكار اللاعقلانية و ارتفاع مستوى المناعة النفسية لدى افراد المجموعة التجريبية الذي طبق عليهم البرنامج الإرشادي ، و في هذا إشارة إلى وجود علاقة ارتباطية سالبة بين المناعة النفسية وزيادة الأفكار اللاعقلانية

دراسة الجزار (2019): المناعة النفسية لدى طلبة الجامعة وعلاقتها بالذكاء الأخلاقي و الأداء الأكاديمي.

هدفت الدراسة إلى الكشف عن العلاقة بين المناعة النفسية وكل من الأداء الأكاديمي لطلاب الجامعة والتعرف على إمكانية التنبؤ بالذكاء الأخلاقي وأبعاده من خلال المناعة النفسية وأبعاده لطلاب الجامعة، والكشف عن مدى الاختلافات في ديناميات الشخصية بين الطلاب مرتفعي ومنخفضي مستوى المناعة النفسية، وقد بلغ قوام عينة الدراسة (195) طالب، أسفرت النتائج عن وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائية بين المناعة النفسية و الذكاء الأخلاقي لدى الطلاب، كما أبرزت وجود علاقة ارتباطية موجبة بين ضبط النفس كأحد أبعاد المناعة النفسية والأداء الأكاديمي ، إضافة إلى إمكانية التنبؤ بالذكاء الأخلاقي وأبعاده من خلال المناعة النفسية وأبعاده لدى طلاب الجامعة مشيرة إلى اختلاف ديناميات الشخصية للطلاب مرتفعي المناعة النفسية عنها للطلاب منخفضي المناعة النفسية .

دراسة علي (2019): المناعة النفسية وعلاقتها بعوامل الصمود الأسري المدركة لدي أمهات الأطفال ذوي الإعاقة العقلية القابلين للتعلم.

هدفت الدراسة للكشف عن إمكانية وجود ارتباط بين عوامل الصمود الاسري المدركة والمناعة النفسية لدى أمهات الأطفال ذوي الإعاقة العقلية القابلين للتعلم ، وتقصي مدى إمكانية الاسهام لنسبي لعوامل الصمود النفسي المدركة في التنبؤ بالمناعة النفسية، لدى عينة مكونة من (405) اما من أمهات الأطفال ذوي الإعاقة العقلية القابلين للتعلم، باستخدام مقياسين هما ، مقياس المناعة النفسية (Bona , 2014) وكتن من تعريب الباحثة ، ومقياس الصمود الاسري (Chew& Haase , 2016) وأيضا كان من تعريب الباحث ، وظهرت النتائج وجود ارتباط موجب بين المناعة النفسية وعوامل الصمود الاسري ، ويمكن التنبؤ بالمناعة النفسية من خلال عوامل الصمود الاسري المدركة لدى أمهات الأطفال ذوي الإعاقة العقلية القابلين للتعلم

دراسة الأحمد (2020): المناعة النفسية وعلاقتها بالسعادة لدى عينة من الطلاب الأيتام بالمرحلة الأساسية العليا في محافظة جرش.

هدفت الدراسة إلى التعرف على مستوى المناعة النفسية وعلاقتها بالسعادة لدى عينة من الطلاب الأيتام في المرحلة الأساسية العليا، تم استخدام المنهج الوصفي الارتباطي، وتطبيقه على مجتمع الدراسة وهو محافظة جرش في المملكة الأردنية الهاشمية، ولتحقيق أهداف الدراسة تم اختيار عينة من الطلاب في المرحلة الأساسية العليا (الصفوف الثامن والتاسع والعاشر)، بلغت (131) طالباً يتيماً، وتم تطوير مقياسين أحدهما للمناعة النفسية، والآخر للسعادة، وتم التحقق من الخصائص السيكومترية لهما، وقد توصلت نتائج الدراسة إلى أن مستوى المناعة النفسية جاء بدرجة متوسطة، وبينت النتائج أيضاً وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائية بين معظم أبعاد المناعة النفسية والسعادة، كما توصلت النتائج أن الطلاب الأيتام ذوي المستوى التحصيل المتوسط والمرتفع أفضل في السعادة من الطلاب ذوي المستوى التحصيل المنخفض (الأحمد، 2020).

دراسة حسن Hassan (2021): نموذج سبي للعلاقات المتبادلة بين التنمر الأكاديمي والتفكير الانتحاري والحصانة النفسية بين طلاب الجامعة.

هدفت إلى التعرف على النموذج السبي الذي يفسر العلاقة بين التنمر الأكاديمي والمناعة النفسية والتفكير الانتحاري لدى طلاب الجامعة. إلى جانب ذلك، فإنه يعترف بالاختلافات بين الجنسين في متغيرات البحث. تكونت العينة من (134) طالباً و (139) طالبة من جامعة الأمير سطاتم بن عبد العزيز وجامعة الملك فيصل للعام الدراسي 2020-2021. أعدت الباحثة مقياس التنمر الأكاديمي ومقياس التفكير الانتحاري، وأخذ مقياس المناعة النفسية من دراسة Al-Takhaina، أظهرت الدراسة وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين التنمر الأكاديمي والتفكير الانتحاري. توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في التنمر الأكاديمي والتفكير الانتحاري لصالح الإناث. كما أظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في المناعة النفسية لصالح الذكور. يوصي البحث بإطلاق برامج إرشادية وتدريب لكل من المتنمرين والضحايا المتنمرين لاكتساب نظرة ثاقبة لسلوكياتهم وتصحيحها.

مناقشة الدراسات السابقة:

بعد استعراض العديد من الدراسات السابقة التي ركزت على دراسة المناعة النفسية في البيئتين المحلية والعربية، نلاحظ عدة نقاط اختلاف وأخرى اتفاق بين الدراسات سابقة العرض من حيث الهدف والموضوع، المنهجية، إذ أن دراسة الشريف (2016) اهتمت بدراسة فعالية برنامج إرشادي لتدعيم المناعة النفسية وخفض اضطرابات ما بعد الصدمة لدى مراهقي الأسر المتضررة بالعدوان الأخير على غزة (2014) وكان منهجها المنهج التجريبي، ودراسة العكيلي (2017) اهتمت بدراسة المناعة النفسية لدى طلبة الجامعة وعلاقتها بالوعي بالذات والنفو وكان منهجها المنهج الارتباطي، أما دراسة مُجَد ومُجَد (2018) تناولت موضوع المناعة النفسية لدى طلبة الجامعة العائدين وإقراهم غير العائدين من النزوح وكان منهجها المنهج الوصفي المقارن، ودراسة البيومي (2019) اهتمت بموضوع فعالية برنامج إرشادي لدعم المناعة النفسية وخفض الأفكار اللاعقلانية لدى عينة من طلبة الجامعة وكان منهجها المنهج التجريبي، في حين أن دراسة الجزار (2019) اهتمت بموضوع المناعة النفسية لدى طلبة الجامعة وعلاقتها بالذكاء الأخلاقي و الأداء الأكاديمي منهجها المنهج الارتباطي، وتناولت دراسة علي (2019) موضوع المناعة النفسية وعلاقتها بعوامل الصمود الأسري المدركة لدي أمهات الأطفال ذوي الإعاقة العقلية القابلين للتعليم وكان منهجها المنهج الارتباطي، أما

دراسة الأحمد (2020) فتناولت موضوع المناعة النفسية وعلاقتها بالسعادة لدى عينة من الطلاب الأيتام بالمرحلة الأساسية العليا في محافظة جرش وكان منهجها المنهج الارتباطي ، اما دراسة حسن (2021) Hassan كان موضوعها نموذج سبي للعلاقات المتبادلة بين التنمر الأكاديمي والتفكير الانتحاري والحصانة النفسية بين طلاب الجامعة وكان منهجها المنهج الارتباطي .ومن حيث العينات اختلفت الدراسات من حيث حجم العينة ونوع العينة ، فقد تمثلت اغلبها بطلبة الجامعة كما في دراسة (العكيلي،2017) ودراسة (مُحَمَّد ومُحَمَّد، 2018) ودراسة البيومي (2019) ودراسة (الجزار،2019) ودراسة (Hassan،2021) ، أما دراسة (الشريف،2016) اهتمت بالمراهقين ، اما دراسة (علي،2019) تناولت أمهات الأطفال ذوي الإعاقة العقلية ،اما دراسة (الأحمد،2020) تناولت عينة الأيتام، أما ما يتعلق بحجم العينة تراوحت بين (40) فرد كما في دراسة (الشريف،2016) الى (420) فردا كما في دراسة دراسة (العكيلي،2017)، أما من حيث النتائج التي توصلت لها الدراسات السابقة كانت مختلفة وذلك لاختلاف في الهدف ونوع العينة .

الإضافة العلمية التي تقدمها الدراسة الحالية يمكن تلخيصها في:

- الهدف من الدراسة الحالية معرفة مستوى المناعة النفسية لدى المصابين بفيروس كورونا والفروق في مستوى المناعة النفسية ووفقا لمتغيرات ديمغرافية
- اختلفت الدراسة الحالية بنوع العينة وهي المصابين بفيروس كورونا، وبحسب علم الباحثين لم يجدا دراسة تناولت المناعة النفسية لدى المصابين بفيروس كورونا، وهذا ما زاد من حجة الباحثين في القيام بدراسة الحالية
- توسيع عينة الدراسة فقد اقتضت أغلب الدراسات السابقة على الطلبة، إذ أن عينة الدراسة الحالية لفئات وشرائح مختلفة.

منهج البحث واجراءاته:

اعتمد المنهج الوصفي المقارن في البحث لمناسبته لمشكلة الدراسة وطبيعتها، وقد اتبعت الإجراءات الاتية:

مجتمع البحث: يتكون مجتمع البحث من جميع الأفراد الذين لديهم القدرة على الاستجابة على مقياس المناعة النفسية المبرمج في موقع كوكل فورم (Google Form) من الجنسين وبمختلف الأعمار ومن المستويات الدراسية المختلفة وسواء كانوا عاطلين عن العمل أم ممن يعملون بأية مهنة أو ربات بيوت ومن غير المصابين والمصابين والمتعافين بفايروس كورونا، وعليه يكون مجتمع البحث غير محدد العناصر ويتضمن جميع من لديه القدرة على القراءة واستعمال المواقع الإلكترونية. (لم تحدد المحافظات التي تم الحصول على عينة)

عينة البحث:

تم اختيار عينة البحث بصورة قصدية من خلال نشر رابط المقياس <https://forms.gle/KdyJHWn9AwVkoySe6> إذ تم الحصول على استجابات (278) شخص، منهم (97) غير مصاب و(181) مصاب، موزعين بواقع (59) ذكر و(219) أنثى، و(35) منهم كانوا دون المرحلة الجامعية و(199) في المرحلة الجامعية و(44) في مراحل الدراسات العليا؛ والجدول (1) يوضح ذلك:

جدول (1)

عينة البحث الأساسية

العينة	الجنس		الإصابة		المرحلة	
	ذكر	أنثى	مصاب	غير مصاب	جامعية	دراسات عليا
العدد	59	219	181	97	199	44
المجموع	278					

أداة البحث (مقياس المناعة النفسية):

تم إعداد مقياس المناعة النفسية من خلال الاطلاع على الأدبيات والدراسات السابقة والمقاييس المتعلقة بموضوع البحث، إذ تم صياغة (30) فقرة وضعت أمام كل منها بدائل ثلاثية (تنطبق عليّ - تنطبق عليّ إلى حد ما - لا تنطبق عليّ)، وقد وضعت التعليمات التي توضح للمستجيبين كيفية الإجابة عنه وكذلك البيانات المتعلقة بمتغيرات البحث الديموغرافية؛ كما تم استخراج الصدق الظاهري للمقياس وذلك من خلال عرضه على (10) من الخبراء المتخصصين في العلوم التربوية والنفسية، وقد اتفق الخبراء على جميع الفقرات بنسبة (80%) فما فوق، مع الأخذ ببعض التعديلات الضرورية للمقياس؛ ولأجل التحقق من الصدق البنائي تم اعتماد لاستخراجه مؤشر علاقة درجة الفقرة الدرجة الكلية للمقياس، ذلك أنه يعد مؤشراً لصدق الفقرة، ومؤشراً لتجانس الفقرات في قياسها للظاهرة السلوكية (Allen & Yen, 1979: p.124)، ولإستخراجه تم استعمال معامل ارتباط بيرسون والذي بينت نتائجه أن جميع الفقرات كان دالة إذ أن قيم معامل الارتباط المحسوبة لهذه الفقرات كان أكبر من القيمة الجدولية عند مستوى دلالة (0.01) كما أشارت إليه نتائج الحقيبة الإحصائية (spss) والجدول (2) يوضح ذلك.

إذ تم تحليل البيانات إحصائياً على جميع استجابات أفراد العينة (278) فكانت نتائج التحليل الإحصائي على وفق الآتي:

جدول (2)

علاقة الفقرة بالدرجة الكلية لمقياس المناعة النفسية

رقم الفقرة	معامل الارتباط	رقم الفقرة	معامل الارتباط	رقم الفقرة	معامل الارتباط
1	**0.602	11	**0.53	21	*0.571
2	**0.47	12	**0.413	22	**0.405
3	**0.634	13	**0.169	23	**0.432
4	**0.383	14	**0.383	24	**0.449
5	**0.459	15	**0.466	25	**0.551
6	**0.271	16	**0.538	26	**0.291
7	**0.577	17	**0.355	27	**0.474
8	**0.527	18	**0.455	28	**0.531
9	**0.485	19	**0.185	29	**0.213

رقم الفقرة	معامل الارتباط	رقم الفقرة	معامل الارتباط	رقم الفقرة	معامل الارتباط
10	**0.25	20	**0.57	30	**0.26

** دالة إحصائية عند مستوى دلالة (0.01).

وقد استخرج الثبات الذي يشير الى الدقة ومدى الاتساق في تقدير العلامة الحقيقية التي يقيسها الاختبار (عودة وملكاوي، 1992:ص194)، وقد اعتمدت لاستخراجه طريقة تحليل التباين باعتماد معادلة الفا-كرونباخ، ذلك أنها تقيس التجانس والاتساق بين فقرات الاختبار (احمد، 1981:ص234-236)؛ إذ تم اعتماد بيانات عينة البحث الأساسية البالغة (278)، وقد بلغ معامل الثبات للمقياس (0,856) ويعد هذا ثباتاً جيداً. التطبيق: تم اعتماد التطبيق الإلكتروني من خلال تزويد المستجيبين برابط المقياس على مختلف مواقع التواصل الاجتماعي.

الوسائل الإحصائية: تم استعمال الوسائل الإحصائية الآتية في تحليل البيانات إحصائياً:

1. معامل ارتباط بيرسون لاستخراج علاقة الفقرة بالدرجة الكلية.
2. الفاكرونباخ لاستخراج ثبات الاختبار.
3. الاختبار التائي لعينة واحدة لتحقيق الهدف الأول.
4. تحليل التباين المتعدد للتحقق من الهدف الثاني.

عرض النتائج وتفسيرها:

1- للتحقق من الهدف الأول: (تعرف مستوى المناعة النفسية لدى المصابين والمتعافين من جائحة كورونا)، استعمل الاختبار التائي لعينة واحدة لمقارنة المتوسط الحسابي للعينة البالغ (48.658) بانحراف معياري (5.649) مع الوسط الفرضي لمقياس المناعة النفسية البالغ (60)، فأظهرت نتائج التحليل أن القيمة التائية المحسوبة (10.796) وهي دالة إحصائية بمستوى فوق (0,01) بدرجة حرية (277) وكان الفرق لمصلحة الوسط الفرضي للمقياس، وكما موضح في الجدول (3).

جدول (3)

قيمة ت المحسوبة للفرق بين المتوسط الحسابي للعينة والمتوسط النظري لمقياس المناعة النفسية

الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الفرضي	درجة الحرية	قيمة ت المحسوبة	مستوى الدلالة
48.658	5.649	60	277	10.796	0.000

إن هذه النتيجة تشير إلى أن مستوى المناعة النفسية لعينة البحث كان منخفضاً، ولعل السبب في ذلك خطورة المرض وسرعة انتشاره وحالات الوفاة الكبيرة وعدد الإصابات الكبير على المستوى المحلي والعالمي والقيود المفروضة بسببه مما كان له الأثر الكبير في حياة الأفراد والمجتمعات ومن مختلف النواحي، زيادة عما تركه الإصابة بفيروس كورونا من مضاعفات ناجمة من الإصابة سواء كانت نفسياً أو جسمياً، وهو ما يتسبب في انخفاض مستوى المناعة النفسية لديهم.

2- للتحقق من الهدف الثاني: (دلالة الفروق الإحصائية في المناعة النفسية وفقاً لمتغيرات: الجنس والإصابة والعمر والتحصيل والمهنة والمستوى الاقتصادي وشدة الإصابة)، تم استعمال تحليل التباين المتعدد والذي أظهرت نتائجه أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية وفقاً لمتغيرات البحث في المناعة النفسية بمستوى دلالة (0.05) وبدرجات حرية

(1,278) بالنسبة لمتغيري الجنس والإصابة و(2, 278) بالنسبة لمتغيرات العمر والمهنة والمستوى الاقتصادي والشدة و(3, 278) بالنسبة لمتغير التحصيل، كما بينت النتائج أنه لا توجد فروق دالة إحصائية في التفاعلات بين المتغيرات وفي كل الاحتمالات، والجدول (4) يوضح ذلك.

إن هذه النتيجة تشير إلى عدم تأثير متغيرات الجنس والإصابة والعمر والتحصيل والمهنة والمستوى الاقتصادي وشدة الإصابة في المناعة النفسية للأفراد، وقد يرجع ذلك إلى تأثير جائحة كورونا على الجميع بغض النظر عن مثل هذه المتغيرات، فالفايروس يمكن أن يصيب الجميع دون استثناء بغض النظر عن جنسهم وعمرهم ومستوى تحصيلهم ومهنتهم ومستواهم الاقتصادي.. فهو يهدد البنية النفسية للأفراد جميعهم.

جدول (4)

القيم الفاتية المحسوبة لنتائج التحليل الإحصائي spss في المناعة النفسية وفقا لمتغيرات البحث

المصدر	مجموع المربعات	Df	متوسط المربعات	F	Sig.
Corrected Model	3336.955 ^a	102	32.715	1.040	.405
Intercept	100379.509	1	100379.509	3191.815	.000
الجنس	27.342	1	27.342	.869	.352
العمر	33.802	2	16.901	.537	.585
التحصيل	153.223	3	51.074	1.624	.186
المهنة	65.476	2	32.738	1.041	.355
الاقتصادي	94.968	2	47.484	1.510	.224
الشدة	67.193	2	33.596	1.068	.346
الإصابة	35.336	1	35.336	1.124	.291
Error	5503.581	175	31.449		
Total	667041.000	278			
Corrected Total	8840.536	277			

*تم حذف قيم التفاعلات بين المتغيرات، ذلك أنها غير دالة جميعها واختصارا في العرض

الاستنتاجات:

1. ان جائحة كورونا أضعفت في المناعة النفسية.
2. ان جائحة كورونا لم تميز بين ذكر أو أنثى ولا بين صغير ولا كبير ولا متعلم ولا صاحب شهادة عليا ولا ذوي مستوى مرتفع أو منخفض ولا بين عاطل أو عامل أو موظف، فقد أثرت في انخفاض مستوى المناعة النفسية للجميع ولم تظهر الفروق على وفقها.

التوصيات:

1. ضرورة قيام الجهات ذات العلاقة بالتنمية البشرية ووحدات الإرشاد بعمل ندوات وورش حول طرق وأساليب التعامل مع الجائحة..
2. عمل برامج إرشادية تتكفل بها الجامعات ذات العلاقة لغرض رفع مستوى المناعة النفسية لدى الأفراد.

المقترحات:

استكمالا للبحث الحالي، نقترح اجراء الدراسات الاتية:

1. المناعة النفسية وعلاقتها ببعض المتغيرات النفسية مثل (الصحة النفسية، عوامل الشخصية الكبرى، وأساليب التفكير، والذكاءات المتعددة، والذكاء الناجح والعملي والإبداعي....).
2. بناء برنامج إرشادي لرفع المناعة النفسية لدى الأفراد المصابين بكورونا.

3. بناء برنامج إرشادي لرفع المناعة النفسية لدى الأفراد غير المصابين بكورونا.

المصادر:

- الأحمّد، مُجّد رفيق مُجّد (2020)، "المناعة النفسية وعلاقتها بالسعادة لدى عينة من الطلاب الأيتام بالمرحلة الأساسية العليا في محافظة جرش"، *مجلة العلوم التربوية والنفسية*، المجلد (4)، ع (9)، ص 125-144
- أحمان، لبنى (2012). "أثر الضغوط النفسية في الكف المناعي العصبي المكتسب"، *مجلة العلوم الإنسانية والاجتماعية*، العدد 9، الجزء الأول، جامعة باتنة، الجزائر.
- البيومي، سعد رياض مُجّد (2019)، "فعالية برنامج إرشادي لدعم المناعة النفسية وخفض الأفكار اللاعقلانية"، *المجلة الإلكترونية الشاملة متعددة المعرفة لنشر الأبحاث العلمية والتربوية (MECSJ)*، العدد (16).
- الجزار، رانيا خميس (2019). *المناعة النفسية لدى طلبة الجامعة وعلاقتها بالذكاء الأخلاقي والأداء الأكاديمي*، أطروحة دكتوراه، جامعة عين الشمس، مصر.
- حمادي، حسين ابراهيم (2020). "الكلفة الاجتماعية والاقتصادية لجائحة فيروس كورونا دراسة ميدانية في ناحية العبارة محافظة بابل"، *مجلة كلية التربية، جامعة واسط*، العدد (39)، الجزء (2)، ص 56-77.
- سويعد، مرفت ياسر (2016). *الخصانة النفسية وعلاقتها بقلق المستقبل وجودة الحياة لدى الشباب في مراكز الإيواء*، رسالة ماجستير، الجامعة الإسلامية، غزة: فلسطين.
- الشريف، رولا رمضان مُجّد (2016). *فعالية برنامج إرشادي لتدعيم المناعة النفسية وخفض اضطرابات ما بعد الصدمة لدى مراهقي الأسر المتضررة بالعدوان الأخير على غزة*، رسالة ماجستير، الجامعة الإسلامية، غزة، فلسطين.
- الشويلي، عباس حلو (2010). *القران الكريم وجهاز المناعة*، *<http://hbhk.yoo7.com/t3-topic>
- علي، أماني عادل سعد (2019). "المناعة النفسية وعلاقتها بعوامل الصمود الأسري المدركة لدى أمهات الأطفال ذوي الإعاقة العقلية القابلين للتعلم"، *المجلة المصرية للدراسات النفسية*، مصر، المجلد (49)، العدد (104)، ص 51-114.
- العكيلي، جبار وداي باهض (2017). "المناعة النفسية لدى طلبة الجامعة وعلاقتها بالوعي بالذات والعفو"، *مجلة دراسات في التربية وعلم النفس*، مصر، العدد (81)، سنة 2017.
- مُجّد، أسيل صبار و مُجّد مؤيد منفي (2018). *المناعة النفسية لدى طلبة الجامعة*، قدم إلى المؤتمر السنوي (يوم الصحة النفسية)، في 10/10/2018، جامعة الأنبار.
- مجمع اللغة العربية (2008)، *المعجم الوجيز*، القاهرة، الهيئة العامة لشؤون المطابع الأميرية.
- موسى، منتصر كمال الدين مُجّد و كجور، ادم بشير ادم (2020). "مستوى القلق النفسي في ظل جائحة كورونا وسط سكان محافظة الاحساء"، *مجلة الخليج العربي*، المجلد (48) العدد 3.

- نجاتي، غني (2016). "المناعات النفسية وعلاقتها بالتقبل الوالدي"، *مجلة جامعة البعث*، المجلد 38، العدد 18، ص143-169.

- Allen, J. M., & Yen, W. M., (1979): **Introduction to measurement theory** Pacific Grove, CA: Brooks / Cole.
- Anastasi, Anne & Urbina, Susana (1997): **Psychological Testing**, New Jersey, Prentice Hall.
- Cao W. et al (2020). "The Psychological Impact of Covid-19 epidemic on College Students in China", **Psychiatry Research**, Volume-287 may 112934.
- Cudjoe, Thomas K.M. & Kotwal, Ashwin A. (2020). "Social Distancing: Amid a Crisis in Social Isolation and Loneliness", **Journal of the American Geriatrics Society**, 68, 27-29.
- Cullen, et al (2020). "Mental health in the COVID-19 pandemic", **An International Journal of Medicine**, 113(5), 311-312.
- Ettman, C. et al (2020). **Prevalence of Depression Symptoms in US Adults Before and During the COVID-19 Pandemic**. JAMA Network Open, 3 (9), 1
- Hassan, Amani Abdel-Tawab Saleh (2021), A Causal Model of the Mutual Relationships Between Academic Bullying, Suicidal Thinking, and Psychological Immunity Among University Students. **Turkish Journal of Computer and Mathematics Education**, Vol.12 No.3, 4298-4309.
- Jungmann, S & Witthoft, M. (2020). Health anxiety, cyberchondria, and coping in the current COVID-19 pandemic: Which factors are related to coronavirus anxiety?, **Journal of Anxiety Disorders**, 73, 1-9.
- Kim, K.P.S.U. (2020). **Using psychoneurotic immunity against Covid-department of psychiatry**, China medical university hospital no. 2, Yuh-De Road. Touching 404 Twain.
- Oláh, A., (2002). **Positive Traits: Flow and Psychological Immunity. Paper Presented at The First International Positive Psychology Summit**, 3-6 October 2002, Washington D.C.
- Özdin & Özdin (2020). "Levels and predictors of anxiety, depression and health anxiety during COVID-19 pandemic in Turkish society: The importance of gender", **International Journal of Social Psychiatry**, 1-8.
- Papa S, et al (2020). **Prevalence of depression, Anxiety and insomnia among health care workers during the covid-19 pandemic: Brain, behavior, and immunity**, <http://doi.org/10.016/J.bbi.2020.05.026>.

- Robert Ader, (1998) Psychoneuroimmunology, **ILAR. Journal.** Vol.39, issue1, Pp:27-29.
- Tan, W. et al (2020). **Is returning to work during the covid-19 pandemic stressful? A study on immediate mental health status and psychoneurotic immunity prevention measure of Chinese work force.** Article in press, brain behavior, and immunity. Science direct.
- World Health Organization (WHO) (2019). **AIDS-Related Deaths.** Available online: <https://www.who.int/gho/hiv/en/>
- World Health Organization (WHO) (2020). **WHO Director-General's opening remarks at the media briefing on COVID-19** - 18 March 2020.
- World Health Organization (WHO) (2020). **Statement on the second meeting of the International Health Regulations (2005) Emergency Committee regarding the outbreak of novel coronavirus (2019-nCoV).**