7

المناعة النفسية كمنبئ بالتحصيل الدراسي لدى طلبة المرحلة المتوسطة

Psychological immunity as a predictor of academic achievement among middle school students .

بلال نور الدين ناجي

تربية الأنبار

belalalani84@gmail.com

ملخص البحث
هدف البحث إلى معرفة مدى إسهام المناعة النفسية كمنبئ بالتحصيل الدراسي لدى طلبة المرحلة المتوسطة. شملت العينة 427 طالبًا وطالبة، تم اختيارهم عشوائيًا لضمان تمثيل متنوع وشامل. استخدم البحث المنهج الوصفي الارتباطي لتحليل العلاقة بين المناعة النفسية والتحصيل الدراسي. اعتمدت الدراسة على استبانة مخصصة لقياس المناعة النفسية، تضمنت ثلاثة أبعاد رئيسة: التفكير الإيجابي، الثقة بالنفس، وحل المشكلات، بينما تم تقييم التحصيل الدراسي استنادًا إلى نتائجهم في الاختبارات المدرسية، ولتحليل البيانات، تم تطبيق أساليب إحصائية مناسبة، بما في ذلك تحليل الانحدار، لتحديد مدى إسهام المناعة النفسية في التنبؤ بمستوى التحصيل الدراسي. أظهرت النتائج وجود علاقة ارتباطية طردية بين المناعة النفسية والتحصيل الدراسي، وأن الطلاب الذين يتمتعون بمستويات مرتفعة من المناعة النفسية يحققون تحصيلًا دراسيًا أفضل، كما كشفت عن وجود فروق دالة إحصائيًا بين الذكور والإناث في مستوى المناعة النفسية والتحصيل الدراسي، حيث تبين أن الإناث يتمتعن بمستويات أعلى من المناعة النفسية مقارنة بالذكور، ما انعكس إيجابيًا على تحصيلهن الدراسي، وأن المناعة النفسية يمكنها بالتنبؤ بالتحصيل الدراسي.
الكلمات المفتاحية: المناعة النفسية – التحصيل الدراسي.

Abstract
The research aimed to know the extent to which psychological immunity contributes as a predictor of academic achievement among middle school students. The sample included 427 male and female students, who were randomly selected to ensure diverse and comprehensive representation. The research used the descriptive correlational approach to analyze the relationship between psychological immunity and academic achievement. The study relied on a questionnaire designed to measure psychological immunity, which included three main dimensions: positive thinking, self-confidence, and problem solving, while academic achievement was evaluated based on their results in school tests. To analyze the data, appropriate statistical methods were applied, including regression analysis, to determine the extent to which psychological immunity contributes to predicting the level of academic achievement. The results showed a positive correlation relationship exists between psychological immunity and academic achievement, and that students with high levels of psychological immunity achieve better academic achievement. The results also revealed statistically significant differences between males and females in the level of psychological immunity and academic achievement, as it was found that females have higher levels of psychological immunity compared to males, which was positively reflected in their academic achievement, and that psychological immunity can predict academic achievement.
Keywords: Psychological immunity - academic achievement.

مقدمة

حظيت مرحلة التعليم المتوسط باهتمام واسع في مختلف دول العالم، نظرًا لأهميتها كإحدى المراحل التعليمية الأساسية التي تسهم في بناء الطالب أكاديميًا ونفسيًا، وتعد شريحة المتعلمين ركيزة أساسية في تقدم المجتمعات وازدهارها، إذ يعتمد عليها التطور والنمو في مختلف المجالات، وتُعد هذه المرحلة التعليمية مرحلة حاسمة في مسار النمو والتطوير، حيث يتم التركيز على الجوانب النفسية التي تلعب دورًا جوهريًا في تعزيز قدرات الطلاب الأكاديمية، مما ينعكس إيجابيًا على مستوى تحصيلهم الدراسي.

على المستوى النفسي، أسهمت التغيرات السريعة والتطورات المستمرة في الأنظمة التعليمية والتربوية في انتشار مشاعر القلق والخوف من الإصابة بالأمراض، مما يؤكد وجود ترابط وثيق بين المناعة الجسدية والمناعة النفسية، ويظهر هذا الترابط من خلال دور المناعة النفسية في تعزيز الحالة المعنوية للفرد، وتمكينه من التحكم في مشاعر القلق والخوف المرتبطة بصحته. كما أن هناك علاقة متينة بين المناعة النفسية والتحديات النفسية الناجمة عن الضغوط والأزمات الطارئة، مثل الإصابة بالأمراض الخطيرة. وتُعَدّ المناعة النفسية عاملاً جوهريًا في تحسين قدرة الفرد على التكيف مع هذه التغيرات وتعزيز كفاءته في مواجهتها بمرونة وفعالية (الليثي،2020، 184).

أظهرت نتائج دراسة (محمد ومحمد، 2018، 177) أن الأفراد الذين يعانون من ضعف في المناعة النفسية يكونون أقل حيوية ونشاطًا، وأكثر عرضة للإصابة بالأمراض والاضطرابات النفسية. كما كشفت دراسة (حسين، 2021) عن التأثيرات التربوية للمناعة النفسية ومدى انعكاسها على مستوى التحصيل الدراسي، وفي هذا السياق تؤكد العديد من الدراسات الحديثة أن تعزيز المناعة النفسية لدى الأفراد يسهم في تحسين قدرتهم على مواجهة التحديات المختلفة، مما ينعكس إيجابًا على أدائهم الأكاديمي واستقرارهم النفسي، ويعزز من قدرتهم على التكيف مع المتغيرات البيئية والتعليمية.

سلّط علم النفس الإيجابي الضوء على طبيعة الإنسان الإيجابية، مبينًا إسهاماته في هذا المجال، ومؤكدًا على أن الإنسان يمتلك في جوهره مقومات القوة التي تعينه على التكيف مع الحياة. لذلك، ركز علماء النفس في العصر الحديث على دراسة الجوانب الإيجابية في شخصية الإنسان، والتي تعزز قدرته على التكيف مع التحديات، بدلاً من التركيز على مواطن الضعف. وتتمثل إحدى أبرز هذه القوى في المناعة النفسية (Psychological Immunity)، التي تعمل كدرع واقٍ ضد الصدمات النفسية والمواقف الضاغطة والإحباطات التي قد يواجهها الفرد في حياته، فالتفكير الإيجابي والتوجه الواعي والمتفائل نحو الحياة يساعدان الفرد على التعامل مع التغيرات والتكيف

معها بفعالية، وتكمن أهمية المناعة النفسية في دورها المحوري في تعزيز القوة الداخلية، مما يسهم في بناء نظرة إيجابية للحياة، ويدعم قدرة الفرد على مواجهة الضغوط والأحداث اليومية بشعور من التوازن النفسي والاستقرار العاطفي (يوسف، 2021، 380).

ويرى (الجزار، 2018) أن المناعة النفسية تُعدّ قوة أساسية تمكّن الطالب من التغلب على التحديات والصعوبات التي قد تعترض طريقه نحو تحقيق أهدافه. فهي تسهم في تطوير طريقة تفكيره، وتعزز قدرته على التعامل مع الضغوط التي يواجهها في بيئته المحيطة، كما تؤثر بشكل كبير على إدراكه لذاته وثقته بقدراته، إضافة إلى دورها في تعزيز صموده أمام التحديات المختلفة، وقد حظي مصطلح "المناعة النفسية" بقبول واسع في الأوساط العلمية، حيث أسهم في الكشف عن العوامل المرتبطة بالقصور والضعف في الجوانب النفسية والعقلية والجسمية، حيث أظهرت نتائج دراسة (الجزار، 2018) أن هناك علاقة ارتباط إيجابية بين ضبط النفس، بوصفه أحد أبعاد المناعة النفسية، ومستوى الأداء الأكاديمي للطلاب، كما كشفت الأبحاث عن اختلاف ديناميكيات الشخصية بين الطلاب الذين يتمتعون بمستويات مرتفعة من المناعة النفسية مقارنة بأقرانهم ذوي المناعة النفسية المنخفضة، مما يؤكد الدور الحاسم لهذه القدرة النفسية في تحسين الأداء الأكاديمي والتكيف مع البيئة التعليمية.

أوضحت نتائج دراسة (فتحي، 2019) أن الطلاب المتفوقين دراسيًا يتمتعون بمستويات مرتفعة من المناعة النفسية، مما يعكس دورها الفاعل كمؤشر إيجابي في التقليل من تأثير الضغوط البيئية، وتساهم المناعة النفسية بشكل مباشر في تحسين مستوى التحصيل الدراسي، حيث يؤدي ارتفاعها، إلى جانب تعزيز ثقة الطالب بقدراته وإمكاناته، إلى تحقيق نتائج أكاديمية متميزة، كما أن تبني التفكير الإيجابي يسهم في رفع مستوى الأداء الأكاديمي، ويساعد الطالب على مواجهة الضغوط البيئية بفعالية، مما ينعكس إيجابيًا على تجربته التعليمية واستقراره النفسي.

وفي ضوء ذلك يسعى البحث الحالي لتناول الدور التنبؤي للمناعة النفسية بالتحصيل الدراسي.

الفصل الأول: تعريف بالبحث

أولًا: مشكلة البحث

يُعتبر التحصيل الدراسي الركيزة الأساسية في العملية التعليمية، حيث يؤدي دورًا جوهريًا في حياة الطلاب منذ مراحل التعليم الأساسي وصولًا إلى التعليم العام. كما يُستخدم كمؤشر لتقييم مستوى الطالب وتحديد مدى جاهزيته للانتقال من مرحلة تعليمية إلى أخرى. بالإضافة إلى ذلك، يُعد

التحصيل الدراسي من المتغيرات المعقدة، نظرًا لارتباطه الوثيق بالعديد من العوامل الأخرى التي تؤثر على الأداء الأكاديمي، مثل العوامل النفسية والاجتماعية والبيئية.

يُعد التحصيل الدراسي من المؤشرات الأساسية التي تعكس مدى تقدم الطالب في العملية التعليمية، إلا أنه لا يعتمد فقط على القدرات المعرفية والمهارات الأكاديمية، بل يتأثر أيضًا بالعوامل النفسية، ومن أبرزها المناعة النفسية. فالمناعة النفسية تمثل قدرة الفرد على التكيف مع الضغوط والتحديات التي تواجهه، مما يعزز من استقراره النفسي ويساعده على التركيز والإنجاز الأكاديمي. وبالنظر إلى طلاب المرحلة المتوسطة، نجد أنهم يمرون بتغيرات نفسية وانفعالية كبيرة تؤثر على أدائهم الدراسي، مما يجعل الحاجة إلى تعزيز المناعة النفسية أمرًا ضروريًا لتحقيق مستويات تحصيل دراسي مرتفعة (محمود، 2021، 34).

كما أظهرت نتائج دراسة (بومنقار، مراد، وخرفوشي، 2018) أن المستوى الثقافي للأسرة يلعب دورًا مهمًا في تشكيل المستوى الثقافي للأبناء، مما ينعكس إيجابيًا على تحصيلهم الدراسي، كما كشفت دراسة محمود (2021) عن وجود علاقة عكسية بين الضغوط الأسرية ومستوى التحصيل الدراسي، حيث يؤدي ارتفاع الضغوط الأسرية إلى تراجع الأداء الأكاديمي للطلاب، وفي السياق ذاته أكدت دراسة الذبياني (2016) على وجود ارتباط وثيق بين التحصيل الدراسي والتحسن الاقتصادي لدى طلبة الجامعة، مما يشير إلى التأثير الإيجابي للعوامل الاقتصادية على الأداء الأكاديمي.

وتُعد المناعة النفسية من المفاهيم الحديثة في علم النفس الإيجابي، حيث تعكس مدى تمتع الطلبة بصحة نفسية وجسدية سليمة، مما يؤثر إيجابيًا على مستوى تحصيلهم الدراسي. وقد أكدت العديد من الدراسات، مثل دراسة برادس (Bredacs, 2016)، ودراسة فتحي (2019)، ودراسة السهيلي (2020)، ودراسة الرفوع وآخرين (2021)، ودراسة السيد (2021)، ودراسة ماراتوس وآخرين (Martos et al., 2021)، على وجود علاقة طردية بين المناعة النفسية والتحصيل الدراسي، مما يعزز أهمية دعم الجوانب النفسية للطلاب لتحسين أدائهم الأكاديمي.

وعلى الرغم من الأهمية المتزايدة للمناعة النفسية في المجال التربوي، لا تزال هناك حاجة لدراسات معمقة توضح طبيعة العلاقة بينها وبين التحصيل الدراسي لدى طلاب المرحلة المتوسطة، فالسؤال الذي يطرح نفسه هو إلى أي مدى يمكن أن تتنبأ المناعة النفسية بتحسين التحصيل الدراسي، وهل هناك فروق واضحة في التحصيل الدراسي بين الطلاب ذوي المناعة النفسية

المرتفعة مقارنة بمن يعانون من ضعف في هذا الجانب، لذا يسعى هذا البحث إلى تسليط الضوء على هذه العلاقة، بهدف فهم دور المناعة النفسية في التنبؤ بالتحصيل الدراسي.

ومن هنا تتحدد مشكلة البحث في معرفة مدى إسهام المناعة النفسية كمنبئ بالتحصيل الدراسي لدى طلبة المرحلة المتوسطة.

وفي ضوء ما سبق يحاول البحث الحالي الإجابة عن الأسئلة الاتية:

1- هل توجد علاقة ارتباطية بين مستويات المناعة النفسية والتحصيل الدراسي لدى طلبة المرحلة المتوسطة؟
2- هل توجد فروق في التحصيل الدراسي بين الطلاب ذوي المناعة النفسية المرتفعة والمنخفضة؟
3- هل توجد فروق في مستوى المناعة النفسية والتحصيل الدراسي لدى الطلبة تعزى لاختلاف الجنس (ذكور - أناث)؟
4- هل يمكن للمناعة النفسية التنبؤ بالتحصيل الدراسي لدى طلبة المرحلة المتوسطة؟

ثانيًا: فرضيات البحث Research hypotheses

1- توجد علاقة ارتباطية طردية بين مستويات المناعة النفسية والتحصيل الدراسي لدى طلبة المرحلة المتوسطة.
2- توجد فروق دالة إحصائيًا في التحصيل الدراسي بين الطلاب ذوي المناعة النفسية المرتفعة والمنخفضة.
3- توجد فروق دالة إحصائيًا في مستوى المناعة النفسية والتحصيل الدراسي لدى الطلبة تعزى لاختلاف الجنس (ذكور - أناث).
4- يمكن للمناعة النفسية أن تسهم بشكل دال إحصائيًا في التنبؤ بمستوى التحصيل الدراسي لدى طلبة المرحلة المتوسطة.

ثالثًا: هدف البحث Research Objective

يهدف البحث الحالي إلى:

1- دراسة العلاقة بين مستويات المناعة النفسية والتحصيل الدراسي لدى طلبة المرحلة المتوسطة.
2- تحليل الفروق في مستوى التحصيل الدراسي بين الطلاب ذوي المناعة النفسية المرتفعة والمنخفضة.
3- تحليل الفروق في مستوى المناعة النفسية والتحصيل الدراسي لدى الطلاب وفقًا لمتغير الجنس.

4- تحديد مدى إمكانية التنبؤ بمستوى التحصيل الدراسي من خلال المناعة النفسية لدى الطلاب.

رابعًا: أهمية البحث Importance of research

أ- الأهمية النظرية

1- تنبع أهمية هذا البحث من أهمية المتغيرين الرئيسيين اللذين تناولهما، وهما المناعة النفسية والتحصيل الدراسي، نظرًا لتأثيرهما المباشر على الأداء الأكاديمي والصحة النفسية للطلاب.

2- يكتسب البحث أهميتها من الفئة العمرية التي تستهدفها، حيث تركز على طلاب المرحلة المتوسطة، وهي من أكثر المراحل العمرية حساسية، نظرًا لما يواجهه الطلاب خلالها من تحديات نفسية واجتماعية وأكاديمية تؤثر على مسارهم التعليمي.

3- تتجلى أهمية البحث أيضًا في تسليط الضوء على احتياجات ومتطلبات طلاب المرحلة المتوسطة، إذ يمثل تلبية هذه الاحتياجات خطوة أساسية في تنمية الثروة البشرية وإعداد كوادر مستقبلية قادرة على مواجهة تحديات الحياة بفعالية.

4- يسهم البحث في لفت انتباه المعنيين بالعملية التعليمية، خاصة في المؤسسات الأكاديمية، إلى ضرورة الاهتمام بالمشكلات النفسية والأكاديمية والاجتماعية والاقتصادية التي يواجهها الطلاب، مما يساعد على وضع استراتيجيات داعمة تسهم في تحسين جودة التعليم وتعزيز الصحة النفسية للطلبة.

ب- الأهمية التطبيقية

1- تطوير أداة لقياس المناعة النفسية لدى طلاب المرحلة المتوسطة.

2- اقتراح اتجاهات بحثية جديدة للدراسات المستقبلية في مجال المناعة النفسية.

3- قد تساهم نتائج الدراسة الحالية في توعية المسؤولين التربويين حول أهمية المناعة النفسية وتصميم استراتيجيات فعالة لتنميتها.

خامسًا: حدود البحث Research limits

1- الحد البشري: متعلمي المرحلة المتوسطة.

2- الحد المكاني: المدارس المتوسطة بحي الجمهوري، قضاء الرمادي.

3- الحد الزماني: العام الدراسي 2025/2024م.

4- الحد الموضوعي: المناعة النفسية كمنبئ بالتحصيل الدراسي لدى طلبة المرحلة المتوسطة.

سادسًا: مصطلحات البحث Search Terms

أ- المناعة النفسية (psychological Immunity)

تُعتبر المناعة النفسية نظامًا متكاملًا متعدد الأبعاد، يتألف من مجموعة من العوامل التي تعزز قدرة الفرد على مقاومة الضغوط والتكيف مع الأزمات. وتتضمن هذه العوامل التفكير الإيجابي، والثقة بالنفس، والقدرة على المواجهة الإيجابية، والمرونة النفسية، وإدارة الذات، بالإضافة إلى التحكم الانفعالي (الليثي، 2020، 186).

ويعرفه البحث إجرائيًا بأنه مجموع الدرجات التي يحصل عليها الطلاب بعد قيامهم بالأداء على مقياس المناعة النفسية وأبعاده المختلفة.

ب- التحصيل الدراسي (Academic Achievement):

عرّفه (السيد، 2017، 25) بأنه مقياس لمستوى الأداء الأكاديمي للطالب خلال مسيرته الدراسية، ويُحسب بقسمة مجموع النقاط التي حصل عليها الطالب في جميع المقررات التي أتمها خلال فصل دراسي أو أكثر، على إجمالي عدد الساعات المعتمدة لتلك المقررات خلال العام الدراسي.

يُعرَّف التحصيل الدراسي إجرائيًا في هذا البحث بأنه المستوى الذي يبلغه الطالب في اكتساب المعارف والمفاهيم والمصطلحات المرتبطة بالمقررات الدراسية، ويتم قياسه من خلال الدرجات التي يحققها الطالب في الاختبارات المقررة خلال العام الدراسي.

سابعًا: الدراسات السابقة

أجرى كوربي وآخرون (Corbi et al., 2020) دراسة بعنوان "التحصيل الدراسي والفشل في الدراسة والعوامل المرتبطة بالنجاح والفشل، والتي هدفت إلى تحليل العوامل التي تسهم في نجاح أو فشل الطلبة أكاديميًا، شملت الدراسة عينة مكونة من 1071 طالبًا، حيث تم جمع البيانات من سجلات الحاسوب الجامعية، وتم تطبيق نموذج تصوري مقترح، وأظهرت النتائج أن النجاح أو الفشل الأكاديمي يمكن التنبؤ به من خلال متغيرات مقياس التحصيل الدراسي.

وفي سياق مشابه، أجرى إرديم وآخرون (Erdem et al., 2023) دراسة بعنوان "الوضع الاجتماعي والاقتصادي والرفاهية كمنبئات للتحصيل الأكاديمي للطلاب، والتي هدفت إلى استكشاف مدى تأثير العوامل الاجتماعية والاقتصادية والرفاهية على التحصيل الدراسي للطلاب. تم تنفيذ الدراسة على عينة مكونة من 186 طالبًا، وتم جمع البيانات من برنامج تقييم الطلاب الدوليين (PISA) لعام 2018، باستخدام المنهج الوصفي. وأشارت النتائج إلى أن العوامل الثلاثة (الوضع الاجتماعي، والاقتصادي، والرفاهية) تلعب دورًا جوهريًا في التنبؤ بمستوى التحصيل الأكاديمي للطلاب.

أجرى (السهيلي، 2020) دراسة بعنوان "المناعة النفسية وعلاقتها بالدافعية للإنجاز لدى الطلاب"، وهدفت إلى الكشف عن العلاقة بين المناعة النفسية ودافعية الإنجاز لدى الطلبة. تكونت عينة الدراسة من 225 طالبًا، واعتمدت على مقياس المناعة النفسية الذي طوره "أولاه" (Olah, 2000) ومقياس الدافعية للإنجاز لأحمد (2012) لجمع البيانات، وذلك وفق المنهج الوصفي. وكانت أبرز نتائج الدراسة تشير إلى وجود علاقة ارتباط موجبة بين مستوى المناعة النفسية ودافعية الإنجاز لدى عينة الدراسة، مما يعني أن ارتفاع مستوى المناعة النفسية يسهم في تعزيز الدافعية للإنجاز، كما كشفت النتائج عن فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى المناعة النفسية لصالح طلبة تخصص العلوم الإنسانية، في حين لم تظهر فروق في المناعة النفسية تعزى لمتغير المستوى الدراسي (الأول والسابع) لدى أفراد العينة.

أجرى ماراتوس وآخرون (Matos et al., 2021) دراسة بعنوان "مخاطر ضعف المناعة النفسية والتحصيل في التحليل الموجه لطلاب والدراسة المستقبلية للرجال الهنغاريين الجدد"، وهدفت إلى استكشاف دور المناعة النفسية في تعزيز التحصيل الدراسي. طبقت الدراسة على عينة عشوائية من الطلاب عبر الإنترنت، واعتمدت على أداة الاستبانة لجمع البيانات وفق المنهج الوصفي. وكانت من أبرز نتائجها الإشارة إلى وجود علاقة طردية بين الثقة بالنفس، باعتبارها أحد أبعاد المناعة النفسية، وبين التحصيل الدراسي، مما يؤكد أن زيادة الثقة بالنفس تساهم في تحسين التحصيل الدراسي. كما أوضحت النتائج أن التدريب على المناعة النفسية لدى الطلاب يعزز من تحصيلهم الدراسي، مما يشير إلى أهمية تطوير البرامج التي تدعم تنمية هذه الموارد في البيئة التعليمية.

تعقيب على الدراسات السابقة

تتفق الدراسات التي تمت مراجعتها في تسليط الضوء على العوامل المؤثرة في التحصيل الدراسي، سواء من خلال العوامل الأكاديمية والبيئية كما في دراسة كوربي وآخرون (2020)، أو من خلال العوامل الاجتماعية والاقتصادية كما في دراسة إرديم وآخرون (2023). وقد أكدت هاتان الدراستان على أن التحصيل الدراسي ليس مجرد نتيجة لمجهود الطالب الفردي، بل يتأثر بالظروف الاجتماعية والاقتصادية المحيطة، مما يستدعي تدخل المؤسسات التعليمية لوضع استراتيجيات دعم تتناسب مع احتياجات الطلاب المختلفة.

من جهة أخرى، ركزت دراستا السهيلي (2020) وماراتوس وآخرون (2021) على دور المناعة النفسية في التحصيل الدراسي، حيث أشارت نتائجهما إلى أن الثقة بالنفس والمناعة النفسية من

العوامل الجوهرية في تحسين الأداء الأكاديمي، مما يبرز أهمية تعزيز المهارات النفسية لدى الطلاب عبر برامج دعم وتدريب متخصصة. ورغم أن الدراستين تناولتا المناعة النفسية كمتغير رئيسي، إلا أن دراسة السهيلي (2020) ركزت على علاقتها بالدافعية للإنجاز، بينما اهتمت دراسة ماراتوس وآخرون (2021) بتأثيرها المباشر على التحصيل الدراسي، وهو ما يعكس تكامل الأبعاد النفسية والتحفيزية في تحقيق النجاح الأكاديمي.

بناءً على هذه الدراسات، يمكن القول إن تحقيق التحصيل الدراسي المرتفع لا يعتمد فقط على القدرات المعرفية، وإنما يتطلب بيئة داعمة من النواحي النفسية، الاجتماعية، والاقتصادية، مما يشير إلى ضرورة تبني نهج شامل في العملية التعليمية يراعي هذه العوامل مجتمعة لتعزيز أداء الطلاب أكاديميًا.

الفصل الثاني: الخلفية النظرية للبحث Theoretical background of the research

يعرض الإطار النظري للبحث على النحو الآتي:

المحور الأول: المناعة النفسية

أولًا: تعريف المناعة النفسية

تعرّف المناعة النفسية على أنها قدرة الفرد على التكيف مع الضغوط والتحديات والصدمات الحياتية من خلال آليات مرنة تساعده على مواجهة الأزمات بفعالية، مما يساهم في الحفاظ على توازنه النفسي والانفعالي (Kennett, et al.,2020, 5).

وتشير (لعيبي،2020، 268) إلى أن المناعة النفسية إلى مجموعة من المهارات والموارد الشخصية والاجتماعية التي يمتلكها الفرد، والتي تمكنه من التعامل مع المواقف الصعبة والتغلب على العقبات دون التأثر السلبي بها، مما يسهم في تعزيز الصحة النفسية والرفاه الاجتماعي.

عرّفها (السيد،2021، 429) على أنها نظام متكامل ومتعدد الأبعاد يتضمن موارد المرونة الشخصية والقدرات التكيفية، والتي تمنح الفرد مناعة ضد الضغوط والتأثيرات السلبية.

ثانيًا: أبعاد المناعة النفسية

تشير دراسات كل من (عبد العزيز، 2019)، (المنشاوي وآخرين، 2021) إلى وجود عدة أبعاد المناعة النفسية منها:

أ- **التفكير الإيجابي**: هو قدرة الفرد على توجيه أفكاره نحو توقُّع نتائج إيجابية، مع الحفاظ على التفاؤل وعدم الاستسلام للإحباط في حال عدم تحقُّق التوقعات.

ب- **المرونة النفسية**: هي قدرة الطالب على التكيُّف والتعامل بفاعلية مع الضغوط والمواقف الصعبة والتحديات التي تواجهه في حياته.

ج- **الثقة بالنفس**: هي إيمان الطالب بقدراته وإمكانياته، مما يمكنه من مواجهة التحديات وتحقيق أهدافه بشكل مستقل.

د- **التوجه نحو الهدف**: هو الحافز الذاتي الذي يدفع الطالب لبذل الجهد لإنجاز المهام والوصول إلى الأهداف التي يسعى إليها.

ه- **حل المشكلات**: هي عملية عقلية وسلوكية يمارسها الطالب للوصول إلى حلول فعَّالة تُمكِّنه من التغلُّب على الضغوط والتحديات التي يواجهها في حياته اليومية.

ثالثًا: أنواع المناعة النفسية

ولقد صنفت المناعة النفسية إلى ثلاثة أنواع وقد أشارت بعض الدراسات إلى أنواعها الثلاثة كما يلي دراسة (محمد، وأخرين، 2018)، (السهيلي، 2020)، (عبد العزيز، 2019)، (المنشاوي وآخرين، 2021):

أ- **مناعة نفسية طبيعية**: تُعد المناعة النفسية درعًا واقيًا ضد الأزمات والصدمات والمواقف الضاغطة التي قد تؤثر على الفرد، حيث تنبع من طبيعة التكوين النفسي للإنسان، والذي يتشكل من التفاعل بين العوامل الوراثية والبيئية، ويتمتع الأفراد ذوو التكوين النفسي المتوازن بمستويات عالية من المناعة النفسية، مما يمنحهم القدرة على تحمل الأزمات والصدمات، والتعامل مع الإحباطات بمرونة، إضافة إلى امتلاك مهارات المواجهة وضبط النفس بفعالية.

ب- **مناعة نفسية مكتسبة طبيعيًا** المناعة النفسية هي القدرة التي يكتسبها الفرد من خلال التعلم والخبرات والمهارات والمعارف، حيث تُعد بمثابة تطعيمات نفسية تعزز من قوة الفرد الداخلية. وتعمل هذه المناعة على تنشيط الصمود النفسي، مما يرفع من قدرة الإنسان على مواجهة الأزمات والصدمات، وتحمل المشكلات، إضافة إلى تعزيز قدرته على ضبط النفس والتكيف مع التحديات المختلفة.

ج- **مناعة نفسية محفزة** تشبه المناعة النفسية في طبيعتها المناعة الجسدية، حيث يكتسبها الإنسان

من خلال التعرض المقصود لمواقف وأحداث ضاغطة تثير مشاعر الغضب والقلق والتوتر، تمامًا كما يتم تحفيز المناعة الجسدية عبر تعريض الجسم للجرثومة المسببة للمرض للحد من خطورتها وتعزيز مقاومتها على المدى الطويل، ويهدف هذا التعرض التدريبي إلى تعليم الفرد كيفية التحكم في مشاعره وأفكاره وانفعالاته، واستبدال المشاعر السلبية بأخرى إيجابية، مما يساعده على التعامل مع الضغوط بمرونة وتكيف نفسي فعّال.

رابعًا: أهمية المناعة النفسية

أشارت دراسة (علي،2021، 16) إلى أهمية المناعة النفسية من خلال ثلاثة محاور رئيسية:

أ- إرشاد الطالب إلى الأساليب الفعالة في التعامل مع الأحداث الضاغطة والمواقف المثيرة التي يواجهها في بيئته المحيطة.

ب- تعزيز قدرة الطالب على التكيف مع تحديات الحياة ومواجهتها بمرونة وثبات.

ج- تمكين الطالب من تحديد أهدافه بوضوح وتحفيزه على السعي لتحقيقها بفعالية وثقة.

المحور الثاني: التحصيل الدراسي

أولًا: تعريف التحصيل الدراسي

عرّفه (السيد، 2017، 250) بأنه أداء الطالب الأكاديمي خلال فترة دراسته، والذي يتم قياسه من خلال قسمة مجموع النقاط التي يحققها الطالب في جميع المقررات الدراسية التي أتمّ دراستها خلال فصل دراسي أو أكثر، على إجمالي عدد الساعات المخصصة لهذه المقررات خلال العام الدراسي.

أما (طه وآخرون، 2022، 362) فقد عرفوه بأنه مجمل ما يكتسبه الطالب من معارف ومهارات بعد تعرضه للخبرات والمواقف التعليمية الخاصة بموضوع معين، ويتمثل في مجموع الدرجات التي تعكس تقييم أداء الطالب فيما يتعلق بمخرجات التعلم، والتي تنتج عن الخبرات التعليمية التي يشارك فيها.

ثانيًا: العوامل المؤثرة في التحصيل الدراسي

صنّف (علي، 2014) العوامل المؤثرة في التحصيل الدراسي إلى متغيرين رئيسيين:

أ- **المتغيرات الداخلية**: وهي العوامل المرتبطة بالفرد نفسه، وتشمل المهارات، وقدرات التوافق، والدافعية الداخلية، ومركز الضبط الداخلي، والتي تلعب دورًا حاسمًا في تحقيق النجاح الأكاديمي.

ب- **المتغيرات الخارجية**: وهي العوامل البيئية والاجتماعية والاقتصادية التي تؤثر على التحصيل الدراسي، وتشمل الظروف البيئية، والأوضاع الاقتصادية، والتعرض للأزمات والتشرد، بالإضافة إلى أنظمة الدعم الاجتماعي التي قد تساهم في تحسين أو إعاقة الأداء الأكاديمي للطالب.

صنّف (العمري، 2012، 33) العوامل المؤثرة في التحصيل الدراسي إلى ثلاثة محاور رئيسية:

الأول: العوامل الشخصية والذاتية

حيث يُعد الطالب المسؤول الأول عن نجاحه الأكاديمي، وذلك من خلال ما يمتلكه من خصائص شخصية، وسمات فردية، وقدرات عقلية تسهم في تحقيق تحصيله الدراسي.

الثاني: العوامل الأسرية

تلعب الأسرة دورًا محوريًا في تقدم الطالب ونجاحه، وتشمل عدة جوانب مؤثرة على إنجازه الأكاديمي، مثل المستوى الاجتماعي والاقتصادي والثقافي للأسرة، بالإضافة إلى عدد الأبناء وترتيب الطالب بين إخوته.

الثالث: العوامل البيئية

تؤثر البيئة المحيطة بشكل كبير على مستوى التحصيل الدراسي، وتشمل البيئة المدرسية بكل مكوناتها، مثل المعلمين، والأصدقاء، والاختبارات، والمناهج الدراسية، والنظام الدراسي، والتي تساهم في تشكيل تجربة الطالب التعليمية.

الفصل الثالث: إجراءات الدراسة Search procedures

أولًا: منهج البحث

استخدم البحث المنهج الوصفي الارتباطي لتحليل العلاقة بين المناعة النفسية والتحصيل الدراسي، وذلك من خلال جمع البيانات الوصفية وتحليلها بهدف استكشاف العلاقات بين المتغيرات، وتحديد مدى إسهام المناعة النفسية في التنبؤ بمستوى التحصيل الدراسي.

ثانيًا: متغيرات البحث

- المتغير المستقل: المناعة النفسية، وتم قياسه باستخدام أداة من إعداد الباحث.

- المتغير التابع: التحصيل الدراسي، فقد تم تقييمه استنادًا إلى نتائج الطلاب في الاختبارات المدرسية، مما وفر مؤشراً موضوعياً لأدائهم الأكاديمي.

ثالثًا: مجتمع البحث وعينته

شمل المجتمع جميع طلبة المرحلة المتوسطة بحي الجمهوري، قضاء الرمادي، موزعين على (5) مدارس متوسطة. تكونت عينة الدراسة من 427 من طلبة المرحلة المتوسطة، حيث تم اختيارهم بشكل عشوائي لضمان تمثيل متنوع وفعّال للفئة العمرية المستهدفة. شملت العينة طلابًا من مختلف المستويات الأكاديمية والاجتماعية والاقتصادية، مما ساهم في تعميم نتائج الدراسة بشكل أفضل. تم تقسيم العينة إلى ذكور (196) طالبًا وإناث (231) طالبةً، لضمان التوازن بين الجنسين، مع مراعاة الفروق الفردية في الخصائص النفسية والاجتماعية.

رابعًا: أداة البحث

تم قياس مستوى المناعة النفسية لدى الطلاب باستخدام استبانة من إعداد الباحث، مما ساعد في الحصول على بيانات دقيقة حول مدى تمتعهم بهذه السمة النفسية.

تضمنت الاستبانة ثلاثة أبعاد (التفكير الإيجابي، الثقة بالنفس، وحل المشكلات)، وتم تحديد بدائل استجابات الطلبة عبر مقياس خماسي متدرج تمثلت ب: (تنطبق تمامًا (5)، تنطبق (4)، تنطبق لحد ما (3)، تنطبق قليلًا (2)، لا تنطبق (1)).

خامسًا: صدق أداة قياس المناعة النفسية

لدراسة صدق الأداة استخدم الباحث نوعين من الصدق:

أ- الصدق الظاهري

تم عرض الأداة على مجموعة من المحكمين ذوي الخبرة في مجاليّ علم النفس والتربية، لأخذ ملاحظاتهم حول مدى شمولية عبارات التي تم صياغتها لأبعاد المناعة النفسية، ومدى ترابطها مع البعد وصلاحيتها لقياسه، ومدى مناسبة العبارات للفئة العمرية المستهدفة، وسلامتها اللغوية، قام الباحث بالتعديل بناءً على ملاحظاتهم لتصبح جاهزة للتطبيق.

ب- صدق الاتساق الداخلي

قام الباحث بتوزيع الاستبانة بعد أن تم التحقق من صدقها ظاهريًا على عينة استطلاعية مكونة من (25) طالبًا من خارج عينة البحث، لحساب معاملات الصدق إحصائيًا.

تم استخدام معامل الارتباط بيرسون بين درجة كل عبارة ودرجة البعد التابعة له، بغرض استخراج معاملات الصدق، والجداول الاتية توضح النتائج:

الجدول (1): معاملات الارتباط بين عبارات بعد التفكير الإيجابي ودرجته الكلية

رقم العبارة	معامل الارتباط	مستوى الدلالة
1	0.766	0.000
2	0.660	0.000
3	0.619	0.001
4	0.764	0.000
5	0.607	0.001

أظهرت النتائج أن معاملات الارتباط بين العبارات ودرجة بعد التفكير الإيجابي ككل جاءت موجبة ودالة إحصائيًا عند مستوى أقل من (0.01)، ما يعني أن العبارات متسقة داخليًا وتقيس البعد بالفعل.

الجدول (2): معاملات الارتباط بين عبارات بعد التفكير الإيجابي ودرجته الكلية

رقم العبارة	معامل الارتباط	مستوى الدلالة
6	0.826	0.000
7	0.867	0.000
8	0.874	0.000
9	0.815	0.000

10	0.821	0.000

أوضحت النتائج أن معاملات الارتباط بين العبارات ودرجة بعد الثقة بالنفس ككل أتت موجبة ودالة إحصائيًا عند مستوى أقل من (0.01)، ما يشير إلى أن العبارات متجانسة داخليًا وتقيس البعد بالفعل.

الجدول (3): معاملات الارتباط بين عبارات بعد حل المشكلات ودرجته الكلية

رقم العبارة	معامل الارتباط	مستوى الدلالة
11	0.845	0.000
12	0.888	0.000
13	0.853	0.000
14	0.645	0.001
15	0.870	0.000

أظهرت النتائج أن معاملات الارتباط بين العبارات ودرجة بعد حل المشكلات ككل جاءت موجبة ودالة إحصائيًا عند مستوى أقل من (0.01)، ما يدل إلى أن العبارات متسقة داخليًا وتقيس البعد بالفعل.

كذلك تم التأكد من أن أبعاد المناعة النفسية مترابطة ومتجانسة مع الأداة ككل، والجدول الاتي يبين ذلك:

الجدول (4): معاملات الارتباط بين أبعاد المناعة النفسية ودرجتها الكلية

البعد	معامل الارتباط	مستوى الدلالة

التفكير الإيجابي	0.923	0.000
الثقة بالنفس	0.895	0.000
حل المشكلات	0.907	0.000

يتبين من النتائج أن معاملات الارتباط بين الأبعاد والأداة ككل جاءت موجبة ودالة إحصائيًا عند مستوى أقل من (0.01)، ما يدل على تمتع أداة قياس المناعة النفسية بصدق داخلي واتساق قوي.

سادسًا: ثبات أداة قياس المناعة النفسية

استخدم الباحث استجابات العينة الاستطلاعية لدراسة ثبات الأداة، وحساب قيمة ألفا كرو نباخ لاستخراج معامل الثبات لكل بعد من أبعاد المناعة النفسية وللأبعاد مجتمعةً، والنتائج كالاتي:

الجدول (5): معاملات الثبات لأداة قياس المناعة النفسية

البعد	عدد العبارات	قيمة ألفا
التفكير الإيجابي	5	0.714
الثقة بالنفس	5	0.894
حل المشكلات	5	0.878
المناعة النفسية ككل	15	0.929

يتضح من النتائج أعلاه أن جميع قيم ألفا جاءت مرتفعة وأعلى من (0.7)، ما يشير إلى تمتع أبعاد المناعة النفسية والأداة ككل بثبات عال، ويعطي ذلك ثقة للباحث لاستخدامه وتطبيقه على عينة البحث وتعميم نتائجه.

الفصل الرابع: نتائج البحث Search Results

أولًا: التحقق من الفرضية الأولى

الفرضية الأولى ونصها: " توجد علاقة ارتباطية طردية بين مستويات المناعة النفسية والتحصيل الدراسي لدى طلبة المرحلة المتوسطة".

تم معالجة إجابات الطلاب على الاستبانة المخصصة لقياس المناعة النفسية، واستخدام معامل الارتباط بيرسون بين الإجابات ومستوى تحصيلهم الدراسي، جاءت النتائج كالاتي:

الجدول (6): نتائج معامل الارتباط بين مستويات المناعة النفسية والتحصيل الدراسي

المتغيرات	التحصيل الدراسي	
	معامل الارتباط	مستوى الدلالة الإحصائية
التفكير الإيجابي	0.867	0.000
الثقة بالنفس	0.832	0.000
حل المشكلات	0.799	0.000
المناعة النفسية ككل	0.921	0.000

يتضح من الجدول أعلاه وجود علاقة ارتباطية طردية مرتفعة بين درجات استجابات الطلبة على أبعاد المناعة النفسية (التفكير الإيجابي، الثقة بالنفس، وحل المشكلات) وبين درجات تحصيلهم الدراسي، إذ جاءت قيم معامل الارتباط إيجابية ومرتفعة ودالة إحصائيًا عند مستويات أقل من (0.01)، كما أظهرت النتائج وجود علاقة ارتباطية قوية وطردية بين أداة قياس المناعة النفسية ككل وبين مستوى التحصيل الدراسي لدى الطلبة، إذ بلغ معامل الارتباط (0.921) عند مستوى أقل من (0.01)، ما يدعم صحة الفرضية الأولى.

ثانيًا: التحقق من الفرضية الثانية

الفرضية الثانية ونصها: " توجد فروق دالة إحصائيًا في التحصيل الدراسي بين الطلاب ذوي المناعة النفسية المرتفعة والمنخفضة".

تم تطبيق اختبار (T-Test) للكشف عن الفروق الدالة إحصائيًا بين مجموعتين مستقلتين، تمثلت المجموعة الأولى بالطلاب ذوي مستوى المناعة النفسية المنخفض والمجموعة الثانية تمثلت بالطلاب ذوي المستوى المرتفع، تم تصنيف مستويات المناعة النفسية لدى الطلاب بناءً على متوسط استجاباتهم على أداة قياس المناعة النفسية ككل، بلغ عدد أفراد المجموعة الأولى (53) طالبًا من أصل (427) طالبًا، والثانية (145) من أصل (427) طالبًا وذلك في مستوى التحصيل الدراسي، وأتت النتائج كالاتي:

الجدول (7): نتائج الفروق في مستوى التحصيل الدراسي بين الطلاب ذوي المناعة النفسية المنخفضة والمرتفعة

المتغير	مستوى المناعة النفسية	عدد الطلاب	المتوسط الحسابي	الانحراف العياري	قيمة (T)	مستوى الدلالة الإحصائية	حجم التأثير
التحصيل الدراسي	منخفض	53	347.32	30.854	-27.691	0.000	0.880
	مرتفع	145	523.55	42.379			

يتضح من الجدول أعلاه أن الفروق في مستوى التحصيل الدراسي بين الطلاب ذوي المناعة النفسية المنخفضة والمرتفعة دالة إحصائيًا، إذ تبين من خلال النتائج أن قيمة (T) بلغت (-27.691) عند مستوى دلالة أقل من (0.001)، ويشير ذلك إلى وجود فرق جوهري بين المجوعتين لصالح الطلاب ذوي المناعة النفسية المرتفعة.

ولتحليل مدى قوة هذا الفرق تم حساب حجم التأثير (مربع إيتا) والذي بلغ (0.880)، ما يشير إلى وجود تأثير كبير للمناعة النفسية في مستوى التحصيل الدراسي، ويعني ذلك أنها تسهم بشكل جوهري في تحسين مستوى التحصيل الدراسي لدى الطلبة.

بناءً على هذه النتائج، يستنتج أن الطلاب الذين يتمتعون بمستويات مرتفعة من المناعة النفسية

يحققون تحصيلًا دراسيًا أعلى مقارنةً بزملائهم ذوي المناعة النفسية المنخفضة، ما يدعم صحة الفرضية الثانية.

ثالثًا: التحقق من الفرضية الثالثة

الفرضية الثالثة ونصها: " توجد فروق دالة إحصائيًا في مستوى المناعة النفسية والتحصيل الدراسي لدى الطلبة تعزى لاختلاف الجنس (ذكور - أناث)".

تمّ تطبيق اختبار (T-Test) للكشف عن الفروق الدالة إحصائيًا بين مجموعتين مستقلتين، المجموعة الأولى تمثلت بالذكور، والمجموعة الثانية الإناث ذلك في مستوى التحصيل الدراسي، وأتت النتائج كالاتي:

الجدول (8): نتائج الفروق في مستوى المناعة النفسية والتحصيل الدراسي بين الذكور والإناث

المتغير	التصنيف	عدد الطلاب	المتوسط الحسابي	الانحراف العياري	قيمة (T)	مستوى الدلالة الإحصائية
المناعة النفسية	ذكور	196	45.74	7.567	-5.923	0.000
	إناث	231	50.05	7.405		
التحصيل الدراسي	ذكور	196	424.95	68.000	-6.127	0.000
	إناث	231	465.48	68.200		

يتضح من الجدول أعلاه أن الإناث يتمتعن بمستويات أعلى من المناعة النفسية مقارنة بالذكور، إذ بلغت قيمة (T) لدلالة الفروق بين الذكور والإناث في مستوى المناعة النفسية (5.923-) وهي قيمة دالة إحصائيًا عند مستوى دلالة أقل من (0.001).

كذلك أظهرت النتائج أن الإناث يتمتعن بمستوى تحصيل دراسي أعلى من الذكور، إذ بلغت قيمة (T) لدلالة الفروق بين الجنسين في مستوى التحصيل الدراسي (6.127-) وهي دالة إحصائيًا عند مستوى دلالة أقل من (0.001).

بناءً على هذه النتائج يمكن القول إن الإناث يتمتعن بمستويات أعلى من المناعة النفسية مقارنة بالذكور ما انعكس إيجابيًا على تحصيلهن الدراسي، وتم التأكد من صحة الفرضية الثالثة.

رابعًا: التحقق من الفرضية الرابعة

الفرضية الرابعة ونصها: " يمكن للمناعة النفسية أن تسهم بشكل دال إحصائيًا في التنبؤ بمستوى التحصيل الدراسي لدى طلبة المرحلة المتوسطة".

تم معالجة إجابات الطلاب على الاستبانة المخصصة لقياس المناعة النفسية، واستخدام معامل الانحدار الخطي المتعدد بطريقة (Enter)، جاءت النتائج كالاتي:

الجدول (9): الانحدار الخطي المتعدد للتنبؤ بمستوى التحصيل الدراسي من خلال المناعة النفسية

		معاملات الانحدار			معامل الارتباط المتعدد (R)	معامل التحديد المتعدد(R^2)	قيمة (F) ودلالتها
	المناعة النفسية	معامل الانحدار (B)	معامل الانحدار المعياري (Beta)	قيمة (T) ودلالتها			
التحصيل الدراسي	الثابت	45.674		5.427**	0.925	0.855	832.879**
	التفكير الإيجابي	10.899	0.467	15.901**			
	الثقة بالنفس	8.392	0.311	10.176**			
	حل	5.817	0.240	8.200**			

	المشكلات						

(**) دالة عند مستوى دلالة أقل من (0.01)

يتبين من الجدول أعلاه أن أبعاد المناعة النفسية (التفكير الإيجابي، الثقة بالنفس، وحل المشكلات) ساهموا بشكل دال إحصائيًا في التنبؤ بمستوى التحصيل الدراسي لدى طلبة المرحلة المتوسطة، إذ أظهرت النتائج أن قيمة (F) بلغت (832.879) عند مستوى دلالة أقل من (0.01)، ما يشير إلى أهمية الأبعاد في التنبؤ بالتحصيل الدراسي لدى طلبة المرحلة المتوسطة، وأن بعد التفكير الإيجابي الأكثر إسهامًا في التنبؤ يليه بعد الثقة بالنفس وبعد حل المشكلات، وبلغت قيمة معامل الارتباط المتعدد (0.925) عند مستوى دلالة أقل من (0.01).

أظهرت النتائج أيضًا أنّ قيمة معامل التحديد المتعدد قد بلغت (0.855) ما يدل على أن الأبعاد مجتمعةً تسهم في تفسير (85.5%) من التباين في مستوى التحصيل الدراسي، بناءً على هذه النتائج تم قبول الفرضية الرابعة.

توصيات البحث

- تبني برامج تدريبية وتوعوية تستهدف تعزيز مهارات التفكير الإيجابي، والثقة بالنفس، وحل المشكلات لدى الطلاب، لما لها من دور في تحسين تحصيلهم الدراسي.
- إدراج مفاهيم المناعة النفسية ضمن المناهج الدراسية، سواء من خلال مواد دراسية مستقلة أو عبر الأنشطة التربوية، بهدف تعزيز قدرة الطلاب على مواجهة التحديات الأكاديمية والحياتية.
- تقديم برامج إرشادية متكاملة تهدف إلى دعم الطلاب نفسيًا، خاصة الفئات الأكثر عرضة للضغط الدراسي، وذلك من خلال جلسات إرشادية فردية وجماعية تعزز مناعتهم النفسية.

مقترحات البحث

- مقارنة أثر المناعة النفسية على التحصيل الدراسي في مختلف المراحل الدراسية، مثل الابتدائية والثانوية، لفهم الفروق العمرية وتأثيرها.
- توسيع نطاق البحث ليشمل متغيرات إضافية، مثل البيئة الأسرية، والدافعية الأكاديمية، والضغوط النفسية، بهدف الحصول على رؤية شاملة للعوامل المؤثرة على التحصيل الدراسي.
- تصميم برامج تدريبية تعتمد على أساليب علمية مجربة لتعزيز المناعة النفسية لدى الطلاب، مع تقييم فاعلية هذه البرامج من خلال دراسات تطبيقية تقيس مدى تأثيرها على الأداء الأكاديمي.

المراجع

المراجع العربية

بومنقار، مراد، وخرفوشي، محمد. (2018). المناخ الأسري وعلاقته بالتفوق الدراسي: دراسة ميدانية بكلية العلوم الاقتصادية جامعة عنابة. مجلة العلوم الاجتماعية، المركز الديمقراطي العربي، ألمانيا برلين، ع3.

الجزار، رانيا. (2018). المناعة النفسية لدى طلاب الجامعة وعلاقتها بالذكاء الأخلاقي والأداء الأكاديمي. مجلة البحث العلمي في الآداب، جامعة عين شمس، ع19، ج7، 130-164.

حسين، سهير. (2021). الآثار التربوية والنفسية لجائحة كورونا وانعكاساتها على التحصيل الأكاديمي لطالبات جامعة الجوف بالمملكة العربية السعودية. المجلة الإلكترونية الشاملة، ع35.

الذبياني، محمد. (2016). الأسس النظرية والمحددات الاقتصادية للإنجاز الأكاديمي للطلبة الجامعيين في المملكة: دراسة في الأصول الاقتصادية للتربية. مجلة العلوم التربوية والنفسية، مج17، ع1، 295-328.

الرفوع، محمد، والربيحات، آلاء. (2021). المناعة النفسية وعلاقتها بالتكيف الدراسي لدى طلبة كلية الهندسة في جامعة الطفيلة التقنية. مجلة الدراسات والبحوث التربوية، مج1، ع2.

السهيلي، راشد. (2020). المناعة النفسية وعلاقتها بالدافعية للإنجاز لدى طلاب جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية. مجلة العلوم التربوية والنفسية، جامعة البحرين، مج21، ع36، 193-198.

السيد، محمود. (2017). الأداء الأكاديمي والشعور بالوحدة والمهارات الاجتماعية كمنبئات لاستخدام مواقع التواصل الاجتماعي لدى طلبة جامعة طيبة. مجلة جامعة الباحثة للعلوم الإنسانية، ع10.

السيد، هدى. (2021). التفاؤل وعلاقته بالمناعة النفسية لدى عينة من طلاب الجامعة. المجلة التربوية، جامعة سوهاج، ج92، 427-495.

طه، رياض، وعباس، أحمد. (2022). دور الطموح الأكاديمي والميل الأكاديمي في جودة الحياة الأكاديمية المدركة والتحصيل الدراسي لدى طلاب كلية التربية. المجلة المصرية للدراسات النفسية، مج32، ع114، 414-435.

عبد العزيز، عبدالعزيز. (2019). كفاءة نظام المناعة النفسي والثقة بالنفس كمنبئات لجودة الحياة لدى عينة من الشباب الجامعي. مجلة الإرشاد النفسي، جامعة عين شمس، ع417، 60-495.

علي، أحمد. (2014). مستويات المناعة النفسية لدى خريجي دور رعاية الأيتام وعلاقتها بالتكيف الأكاديمي والتحصيل الدراسي. المجلة الأردنية في العلوم التربوية، مج10، ع4، 411-430.

علي، حسام. (2021). فاعلية الإرشاد البنائي في تنمية المناعة النفسية لطلاب الجامعة. مجلة الإرشاد النفسي، ع68، ج2.

العمري، مرزوق. (2012). الضغوط النفسية المدرسية وعلاقتها بالإنجاز الأكاديمي ومستوى الصحة النفسية لدى عينة من طلاب المرحلة الثانوية بمحافظة الليث. (رسالة ماجستير، كلية التربية، جامعة أم القرى، المملكة العربية السعودية).

فتحي، ناهد. (2019). الكفاءة الذاتية المدركة والقدرة على حل المشكلات والتوجه نحو الهدف كمنبئات بالمناعة النفسية لدى المتفوقين دراسياً. دراسات نفسية، مج29، ع3، 549-618.

لعيبي، فاتن. (2020). المناعة النفسية وعلاقتها بالتكيف الأكاديمي لدى طلبة الجامعة. مجلة العلوم النفسية، جامعة بغداد، مج31، ع2، 267-304.

الليثي، أحمد. (2020). المناعة النفسية وعلاقتها بالقلق وتوهم المرض المترتب على جائحة فيروس كورونا المستجد (COVID-19) لعينة من طلاب الجامعة. مجلة البحث العلمي في التربية، جامعة عين شمس، ع21، ج183، 8-219.

محمد، مؤيد، ومحمد، أسيل. (2018). المناعة النفسية لدى طلبة الجامعة العائدين وأقرانهم غير العائدين من النزوح. المؤتمر العلمي السنوي ليوم الصحة النفسية، 176-191.

محمود، شيماء. (2021). الضغوط الأسرية وعلاقتها بمستوى التحصيل الدراسي للشباب الجامعي. مجلة دراسات في الخدمة الاجتماعية، ع54، ج4.

المنشاوي، عادل، وغانم، هناء، وأبو حلاوة، محمد. (2021). التوجه السلبي نحو الحياة في ضوء المناعة النفسية واليقظة الذهنية لدى طلاب الجامعة. مجلة سوهاج لشباب الباحثين، ع1، 227-238.

يوسف، محمود. (2021). المناعة النفسية وعلاقتها بالتوجه الإيجابي نحو الحياة وأساليب مواجهة الضغوط النفسية لدى عينة من شباب جامعة عين شمس. المجلة المصرية للدراسات النفسية، مج31، ع113، 307-368.

المراجع الأجنبية

Bredacs, A. (2016). Psychological Immunity Research to the Improvement of the Professional Teacher Training's National Methodological and

Training Development. Practice and Theory in Systems of Education, 11(2), 118-141.

Corbi, R., Rico, T. & Casteion, L. (2020). Academic Achievement and Failure in University Studies: Motivational and Emotional Factors. Sustainability, 12(23.(

Erdem, C., & Kaya, M. (2023). Socioeconomic Status and Wellbeing as Predictors of Students' Achievement: Evidence. (Incomplete reference; please provide additional details for proper formatting(.

Kennett, D.J., Quinn-Nilas, C., & Carty, T. (2020). The indirect effects of academic stress on student outcomes through resourcefulness andperceived control of stress. Studies in higher education,1–13.https://doi.org/10.1080/03075079.2020.1723532.

Martos, T., Jagodics, B., Kőrössy, J., & Szabó, É. (2021). Psychological Resources, Dropout Risk, and Academic Performance in University Students: Pattern-Oriented Analysis and Prospective Study of Hungarian Freshmen. Current Psychology, 42(2). https://doi.org/10.1007/s12144-021-02073-z