مدى اسهام مراكز الارشاد التربوي النفسي في رفع كفاءة نظام المناعة النفسية من خطر الاصابة بفايروس كورونا المستجد (covid-19) لدى طلبة الجامعات العراقية

أ.م.د. ساهرة قحطان عبد الجبار و أ.م.د.حيدر طارق كاظم البزون
كلية المستقبل الجامعة جامعة بابل/ كلية التربية الاساسية

The extent to which the psychological educational counseling centers contribute to raising the efficiency of the psychological immune system from the risk of infection with the emerging corona virus (covid-19) among Iraqi university students

M.D. Sahira Qahtan Abdul-Jabbar
Al-Mustaqbal University College
Prof. Dr. Haidar Tariq Kazem Al-Bazoun
University of Babylon / College of Basic Education
رقم النقال / 07705888817 ايميل hta16@yahoo.com

Abstract:

The current study aimed to identify the extent of the contribution of psychological educational counseling centers in raising the efficiency of the psychological immune system from the risk of infection with the emerging corona virus (covid-19) among Iraqi university students, and to achieve the research objectives, the two researchers built a special questionnaire for psychological and educational counseling centers in Iraqi universities consisting of (23) A paragraph to which the answer is either yes and take the score (1) or no and take the score (0). Likewise, the scale of (Al-Sharif, 2016) was adopted for the competence of the mental immune system, consisting of (69) paragraphs with a five-point scale of Likert and taking grades (5, 4, 3, 2, 1), and after applying the tools to the statistical analysis sample of (300) male and female students who were randomly selected from public and private universities and not from the basic study sample, and the psychometric characteristics of the scale were extracted from the validity and reliability of both tools. To make them ready for final application, to be applied after that to the basic study sample of (348) male and female students, and a level has been reached for the extent of the contribution of educational and psychological counseling centers in reducing fears and concerns about the risk of infection with Corona B virus. The ranks of students as well as in raising the efficiency of the psychological immune system alike, and it was also found that there are no statistically significant differences at the level of (0.05) between the sex variable and for both variables, as the (T) test values calculated for both were smaller than the tabular value. Amount (1.96), and the study concluded with a set of conclusions, recommendations and proposals

Key words: **Educational and Psychological Counseling Center - Mental Immune System – Coronavirus.**

ملخص الدراسة:

هدفت الدراسة الحالية التعرف على مدى اسهام مراكز الارشاد التربوي النفسي في رفع كفاءة نظام المناعة النفسية من خطر الاصابة بفايروس كورونا المستجد (covid-19) لدى طلبة الجامعات العراقية ، ولتحقيق اهداف البحث قام الباحثان ببناء استبيان خاص لمراكز الارشاد النفسي والتربوي في الجامعات العراقية مكون من (23)

فقرة تكون الاجابة عليها اما بنعم وتأخذ الدرجة (1) او لا وتأخذ الدرجة (صفر) ، وكذلك تم تبني مقياس (الشريف ،2016) الخاص بكفاءة نظام المناعة النفسية والمكون من (69) فقرة ذات تدريج خماسي من نوع ليكرت وتأخذ الدرجات (5 ، 4 ، 3، 2 ، 1) ، وبعد تطبيق الأداتيين على عينة التحليل الاحصائي البالغة (300) طالب وطالبة والذين تم اختيارهم بصورة عشوائية من الجامعات الحكومية والاهلية ومن غير عينة الدراسة الاساسية، وتم استخراج الخصائص السايكومترية للمقياس من صدقٍ وثبات لكلا الأداتيين ليصبحا جاهزتين للتطبيق النهائي، ليتم تطبيقهما من بعد ذلك على عينة الدراسة الاساسية والبالغة (348) طالباً وطالبة وتم التوصل الى بوجد مستوى لمدى اسهام مراكز الارشاد التربوي والنفسي في خفض المخاوف والقلق من خطر الاصابة بفايروس كورونا بين صفوف الطلبة وكذلك في رفع كفاءة نظام المناعة النفسية على حدٍ سواء، وكذلك تم التوصل الى انه لا توجد فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى دلالة (0.05) بين متغير الجنس ولكلا المتغيرين ، اذ كانت قيم اختبار (ت) المحسوبة لكلاهما اصغر من القيمة الجدولية البالغة (1.96) ، وخلصت الدراسة الى مجموعة من الاستنتاجات والتوصيات والمقترحات.

ملخص البحث:

كلمات مفتاحية: مركز الارشاد التربوي والنفسي – نظام المناعة النفسية – فايروس كورونا

الفصل الاول (التعريف بالبحث)

مشكلة الدراسة:

يعد الارشاد التربوي والنفسي من الدعائم الاساسية في المجتمعات المتقدمة ، اذ من خلاله يتم تقديم المساعدة للأشخاص والمؤسسات التربوية والتعليمية ، الا ان ما تم ملاحظته من فوضى عارمة اصابت العالم بأسره من خلال تفشي فايروس كورونا المستجد (covid-19) وظهور حالات الذعر والخوف والقلق على كافة شرائح المجتمع ، الامر الذي يؤدي الى خفض كفاءة نظام المناعة النفسية لدى الافراد ، مما يسهل عملية انقضاض الفايروس وتمكنه من الفرد المصاب نتيجة تلك المخاوف التي تنتابه .

اذ اشارت العديد من الدراسات النفسية ومنها دراسة (ايمانويل ،2010) على إن المعرفة بالحدث او العارض ليس بالضروري أن تقلل اثر الاصابة بالأمراض ، ولكن المعرفة العامة بتأثير المتغيرات الداخلية والخارجية على الفرد يمكن لها ان ترفع كفاءة نظام المناعة النفسية وبالتالي يتغلب من خلالها الفرد على المرض (Emanuel,2010 : 327).

كما ايدت ذلك دراسة (الشريف، 2016) التي اشارت الى اهمية الارشاد الجمعي في خفض نسب الاصابة بالصدمات والمخاوف والقلق ، اذ بينت ان فنيات الارشاد التربوي والنفسي تساهم مساهمة فعالة في رفع كفاءة نظام المناعة النفسية والتغلب على الامراض والاسترخاء والعيش بهدوء وسلام (الشريف ،2016 : 117-119) .

بالإضافة الى ذلك فان علم النفس الارشادي قائم على تقديم خدمات تهدف إلى رفع درجة استبصار الفرد بالحالة التي هو عليها في ثلاث محاور هي" مرشد – مسترشد– عملية ارشادية "(سعفان ، 2004: 34-35).

ومن خلال ما تقدم تبرز مشكلة البحث الحالي بالإجابة عن التساؤل الاتي :

(هل يوجد مدى لإسهام مراكز الارشاد التربوي النفسي في رفع كفاءة نظام المناعة النفسية من خطر الاصابة بفايروس كورونا المستجد (covid-19) في الجامعات العراقية).

اهمية الدراسة:

تتلخص اهمية الدراسة في النقاط الاتية:

1- اهمية الارشاد التربوي والنفسي في الجامعات العراقية من خلال الدور والمهمات التي تضطلع بها هذه المراكز بالقيام بواجبات متعددة خاصة بالطلبة الامر الذي يساهم في تقليل كمية الضغوط النفسية وحالات القلق والذعر الذي يواجهونه اثناء التحاقهم بالجامعات.

2- اهمية التعرف على طرق ووسائل تعزيز نظام كفاءة المناعة النفسية في المؤسسات التربوية والجامعية على حد سواء.

3- الكشف عن الادوار التي قامت بها مراكز الارشاد التربوي والنفسي في مواجهة جائحة كورونا وما خلفته من اثار نفسية في صفوف الطلبة .

4- تقديم نتائج موضوعية خاصة بالإرشاد التربوي والنفسي والتدابير المتخذة من قبل الجامعات في مواجهة تلك الجائحة ، واجراءات الوقاية .

5- بث روح الوعي بين صفوف الطلبة من خلال الاستفادة من البرامج والندوات وورش العمل المقدمة من قبل الجامعات العراقية.

6- اهمية قياس مدى اسهام مراكز الارشاد التربوي والنفسي في الجامعات العراقية في نشر ثقافة الوعي بين صفوف الطلبة وسبل والوقاية والتدابير المتخذة في مواجهة فايروس كورونا المستجد.

7- اهمية قياس كفاءة نظام المناعة النفسية لدى ابنائنا الطلبة لمعرفة ما يمتلكونه من مناعة نفسية يستطيعون من خلالها مواجهة الفايروس والتغلب عليه.

اهداف الدراسة:

ترمي الدراسة الحالية التعرف على :

1- مدى اسهام مراكز الارشاد التربوي والنفسي في الجامعات العراقية في الحد من خطر اصابة الطلبة بفايروس كورونا المستجد

2- الفروق ذات الدلالة الاحصائية لمدى اسهام مراكز الارشاد التربوي والنفسي في الجامعات العراقية في الحد من خطر اصابة الطلبة في الجامعات العراقية بفايروس كورونا المستجد على وفق متغير الجنس" ذكور – اناث".

3- مستوى كفاءة نظام المناعة النفسية لدى طلبة الجامعات العراقية للحد من خطر الاصابة بفايروس كورونا المستجد

4- الفروق ذات الدلالة الاحصائية في كفاءة نظام المناعة النفسية لدى طلبة الجامعات العراقية للحد من خطر الاطابة بفايروس كورونا المستجد على وفق متغير الجنس ذكور – اناث.

حدود الدراسة:

تتحدد الدراسة الحالية بـ :

1- الحدود المعرفية : مراكز الارشاد التربوي والنفسي ، وكفاءة نظام المناعة النفسية ، وفايروس كورونا المستجد (covid-19) .

2- الحدود المكانية : الجامعات العراقية الحكومية (بابل ، الكوفة ، كربلاء، القادسية) والجامعات الاهلية في محافظة بابل (كلية المستقبل الجامعة ، والحلة الجامعة ، والاسلامية).

3- الحدود الزمانية : العام الدراسي (2020- 2021).

تحديد المصطلحات:

سيقوم الباحثان بتعريف المصطلحات الاتية :

1- الارشاد التربوي والنفسي :

عرفه كل من :

- (دبور والصافي ،2007) : " هو العملية التي تهتم بالتوفيق بين الفرد وما له من خصائص مميزة من ناحية ، والفرص الدراسية المختلفة والمطالب المتباينة من ناحية اخرى ، والت تهتم ايضاً بتوفير المجال الذي يؤدي نمو الفرد وتربيته "(دبور والصافي ، 2007 :87).
- (العزة ، 2009): "وهو عملية دينامية انسانية هادفة وواعية تستهدف تقديم المساعدة للمسترشد في مختلف النواحي للاستفادة مما لديه من امكانيات والدفع بها لتحقيق اقصى قدر ممكن من النمو السوي في كافة المجالات العقلية والنفسية والاجتماعية والجسمية والانفعالية والمهنية "(العزة ،2009 :48).
- (الجمعية الامريكية لعلم النفس ،2001): " بانها الخدمات التي يقدمها اختصاصيون وفق مبادئ واساليب دراسة السلوك الانساني خلال مراحل النمو المختلفة ويقدمون خدماتهم لتأكيد الجانب الايجابي لشخصية المسترشد واستغلاله في تحقيق التكيف لديه واكسابه قدرة اتخاذ القرار(ابو عطية ،2002: 125).

2- كفاءة نظام المناعة النفسية :

عرفه كل من:

- (مرسي،2002) : بأنه" مفهوم فرضي يقصد به قدرة الفرد على مواجهة الأزمات، وتحمل الصعوبات والمصائب، ومقاومة ما ينتج عنها من أفكار ومشاعر الغضب والسخط والعداوة والانتقام واليأس والعجز والانهزامية والتشاؤم" (مرسي، 2002: 96).
- (ويلسون، 2002) : بأنه" الدفاعات النفسية التي تعمل على تبرير واعادة تفسير ومعادلة وتشويه المعلومات السلبية، بأسلوب يحسن من آثارها التي تهدد الكيان الوجداني، وتصل بالفرد للشعور الجيد، عبر إغفال التشوه الحادث لتبرير الأحداث السلبية (willson, 2002: 38).
- (الشريف ،2015) : " قدرة الفرد على تخطي الاحداث الصادمة ببناء معرفي ووجداني، ووصف الشخصية اعتماداً على اكثر من مدرسة نفسية دمج من خلالها الخبرات السابقة والاهتمام بالأدراك الواضح للموقف والقدرات التنظيمية للشخصية، وهو بذلك قريب جداً الى مسببات تطور اعراض الاضطرابات التي تأتي من الخبرات الحادة "(الشريف ،2015: 14- 15).

وقد تبنى الباحثان تعريف (الشريف، 2015) وذلك لأنه اكثر شمولية من باقي التعريفات الاخرى ، بالإضافة الى تبنيهما مقياسه.

3- **فايروس كورونا المستجد (covid-19)** :" وهو مصطلح يشير الى عائلة الفايروسات المعروف بانها تصيب الجهاز التنفسي للإنسان ، وهو مرض معد يسببه فايروس تاجي مكتشف حديث نسبياً" (ويكيبيديا ، 2019).

الفصل الثاني (اطار نظري)

سيقوم الباحثان بعرض اطار نظري وفقاً لمتغيرات الدراسة وكما يأتي:

اولاً: الارشاد النفسي:

يعرف الإرشاد النفسي بأنه "عملية مساعدة تهدف إلى تنمية قدرات المسترشد، وتحقيق النفع، والاستفادة من الموارد، والمهارات التي يمتلكها؛ للتكيف مع صعوبات الحياة، وتحدياتها"، ويعتبر الإرشاد النفسي خدمة يقدمها شخص متخصص، ومؤهل لتقديم الإرشاد، كما أنه علاقة شخصية ديناميكية قائمة بين طرفين يشتركان في رسم الأهداف وتحديد المشكلة ضمن حالة من الاحترام، والألُفة، والمحبة، والتقدير، مما يتيح للشخص المتخصص إيجاد الحلول المناسبة للمشكلة (الحلايقة،2020: 3).

- **اسس مبادئ الإرشاد النفسي :**

تعتمد العملية الإرشادية على مجموعة من أسس ومبادئ الإرشاد النفسي التي تعمل على تحقيق الهدف المرغوب من عملية الإرشاد، والوصول بالفرد إلى أعلى درجة من درجات الصحة النفسية، وجعله يشعر بالسعادة والسلام الداخلي، ويقوم الإرشاد النفسي على مساعدة الفرد وجعله متوافق نفسيا واجتماعياً وهذه الاسس والمبادئ هي:

أولاً: الأسس الفلسفية للإرشاد النفسي

تعتبر هذه الأسس من أهم محاور أسس ومبادئ الإرشاد النفسي، لما تحدده من أمور هامة يجب أن يأخذها المرشد بعين الاعتبار عند قيامه بإجراء مقابلة إرشادية، وهذه العوامل هي:

1. **حرية الإنسان:**

تعتبر حرية الإنسان من أهم الأسس التي يجب على المرشد النفسي أخذها في الاعتبار، فالإنسان له الحرية الكاملة في تحديد مصيره واختيار سلوكياته، يجب على المرشد النفسي احترام رغبة المسترشد في ممارسة الحرية وينبغي أن يقوم بإرشاد العميل إلى إدراك قيمة الحصول على الحرية ومميزاتها، حتى يتمكن من الوصول إلى تحقيق التوافق النفسي والاجتماعي والتمتع بصحة نفسية جيدة.

2. **طبيعة الأنسان :**

هناك نظريتان تحكم طبيعة الإنسان الأولى تعامل الإنسان على إنه مسير غير مخير ومسلوب الإرادة غير قادر على التحكم في سلوكه وانفعالاته ولكنه يتصرف وفقا لقوانين وعادات وظروف البيئة المحيطة به، والنظرية الثانية والتي تقر بأن الإنسان مخير قادر على التحكم في سلوكياته وانفعالاته واختيار كل الأعمال وفقاً لمجاله الإدراكي.

(البيلاوي وعبد الحميد، 2002: 176- 178)

ثانياً: الأسس النفسية للإرشاد النفسي :

يعتمد الارشاد النفسي على اسس مهمة هي :

1. **الفروق الفردية:**

من الممكن وجود تشابه بين الأفراد في بعض الجوانب ولكن لا يوجد شخصين متطابقين بنسبة 100% ولذلك فيجب على المرشد النفسي والمرشد التربوي مراعاة الفروق الفردية بين الأفراد سواء كانت فروقا مهنية أو جسدية أو تعليمية أو انفعالية ، فهناك عوامل تسبب اضطرابات ومشاكل لأفراد ولا تسبب

اضطرابات لدى أفراد أخرين وكذلك ردود أفعال المسترشدين قد تختلف باختلاف فروقهم الفردية فهمنهم من يُعالج بعد جلستين أو ثلاثة وهناك ما يحتاج لعدد أكبر من الجلسات، وتعد الأسس النفسية من أهم أسس ومبادئ الإرشاد النفسي.

2. **فروق الفرد الواحد:**

تتباين قدرات وإمكانيات الفرد الواحد من حيث قوتها وضعفها ومن حيث خصائصها، وخصائص الفرد الجسمية قد تتباين مع خصائصه العقلية، وخصائصه النفسية، ولذلك فعلى المرشد أخذ هذا التباين وخاصة الأشياء التي تتعلق بسلوكيات الفرد في الاعتبار.

3. **الفروق بين الجنسين:**

هناك العديد من العوامل البيولوجية والتنشئة الاجتماعية، والجوانب العقلية والانفعالية والجسمية والنفسية تشكل فروقاً بين الجنسين، وبالتالي فهي تؤثر بالتبعية على العلاقة الإرشادية، ولا يمكن تطبيق هذه العملية على الجنسين فما يناسب الإناث لا يشترط بالضرورة أن يناسب الذكور، نظراً لاختلاف ظروف التنشئة الأسرية بين الجنسين.

(ابو اسعد، 2009: 243)

4. **مطلب النمو:**

يستطيع الفرد الوصول إلى النمو النفسي السوي من خلال إشباع حاجاته الأساسية وتحقيق ذاته، والوصول إلى مستوى مناسب من النضج الذي يمكنه من استغلال إمكانياته وطاقاته للوصول إلى أعلى مراحل النمو النفسي السوي(ابراهيم و سليمان، 2002 : 234- 236).

ثالثاً: الأسس الاجتماعية في الإرشاد النفسي:

1. تهدف العملية الإرشادية إلى مساعدة الفرد على إشباع حاجاته الأساسية التي تظهر نتيجة اختلاف مراحله العمرية والظروف التي تفرضها عليه البيئة المحيطة به.
2. من الضروري تعاون المرشد مع القائمين على العملية التعليمية، بهدف وضع خطط علمية مدروسة ومنظمة بهدف إنجاح العملية الإرشادية والتي تهدف بشكل أساسي إلى تحسين العملية التربوية.
3. تعتبر عملية تفاعل الفرد مع المجتمع الكائن به من أهم محاور العملية الإرشادية، حيث يقوم الإرشاد النفسي بالتعامل مع المسترشد على اعتباره عضو داخل جماعة باختلاف أنواعها فهو فرد من أفراد أسرة وفرد في جماعة من الأصدقاء وعضو فعال في المجتمع المحيط به، ويتمحور دور الإرشاد حول تقويم سلوك الفرد ومساعدته على تحقيق التوافق الاجتماعي والتوازن النفسي.

وباعتبار المدرسة مؤسسة تربوية واجتماعية قادرة على تقديم الخدمات الإرشادية المختلفة بجانب وظائفها الأساسية فينبغي عليها إشراك الآباء والمسؤولين الاجتماعية في عملية الإرشاد النفسي لتحقيق أهدافها المرغوبة. (ابو جادو، 1998: 127- 128).

رابعاً: الأسس التربوية:

1. يهتم الإرشاد النفسي بمعاملة التلاميذ على أنهم أعضاء فعالين داخل جماعة مجتمعية كالأسرة والمدرسة والأصدقاء، حيث يعتبر تفاعل الفرد مع المجتمع من أهم محاور نجاح عملية الإرشاد النفسي .
2. تعتبر المؤسسات التعليمية من أهم الأنظمة الاجتماعية لما توفره من مساعدة للأفراد خلال مراحلهم التعليمية، حيث تتيح لهم إمكانية التعبير عن أراءهم وأفكارهم من خلال المشاركات الاجتماعية والأنشطة المختلفة.

تقوم المؤسسات التعليمية بمشاركة الآباء والقادة الاجتماعيين في عملية الإرشاد النفسي، عن طريق دعم العلاقات المباشرة بين بعضهم البعض، بهدف إنجاح العملية الإرشادية وتحقيق أهدافها المرغوبة.

(منسي ،2000: 213).

خامساً: الأسس العصبية والنفسية:

يتكون جسم الإنسان من مجموعة من الأجهزة الحيوية مثل الجهاز الهضمي والتنفسي والعصبي والغدي، ويتكفل كل جهاز بتأدية وظيفة معينة هامة وضرورية لاستمرار حياة الإنسان ، وفي حالة حدوث خلل في وظائف إحدى الأعضاء فأنها تؤثر بالتبعية على باقي الأعضاء، فمثلا في حالة وجود مرض عضوي لدى الفرد فإنه يؤثر بالسلب على صحته النفسية وأيضا في حالة وجود مرض نفسي فهو يؤثر أيضا على أعضائه الحيوية ، ولذلك فيجب على المرشد النفسي أن يكون على دراية بعلم النفس الفسيولوجي حتى يتمكن من تحديد أسباب المرض سواء كان عضوي وأثره على الحالة النفسية، أم هو نفسي فيحاول مساعدة الفرد كي يتمكن من مساعدة وإيجاد حل مناسب لمشكلة (جبريل ،1994: 625- 627) .

- **مبادئ الإرشاد النفسي**

يعتمد الإرشاد النفسي على مجموعة من المبادئ، ومن أهمها:

1. **الثبات النسبي للسلوك الإنساني**

يتميز سلوك الإنسان بالثبات النسبي على طول مراحل نموه المختلفة، مما يساعد المرشد على التنبؤ بسلوك المسترشد مستقبلاً.

2. **استعداد الفرد للإرشاد النفسي**

يتميز الإنسان بالتطلع إلى التطور والتقدم في جميع مجالات حياته التعليمية والمهنية والاجتماعية، ولذلك فهو دائما ما يكون لديه القدرة والقابلية على تقبل الإرشاد والتوجيه بهدف تعديل السلوكيات الخاطئة والتعرف على الجوانب الإيجابية والعمل على تنميتها، حتى يصل إلى صحة نفسية جيدة.

3. **احترام الفرد وتقبله**

ينبغي على المرشد احترام المسترشد وتقبله أي كانت حالته، وإبداء التعاطف تجاهه، الأمر الذي يزيد من الثقة المتبادلة بين الطرفين، مما يؤدي إلى نجاح العملية الإرشادية

4. **حق الفرد في تحديد مصيره**

فالفرد له مطلق الحرية في تحديد مصيره واتخاذ القرار المناسب لشخصيته، ولا يجب على المرشد أن يجبر المسترشد على إتباع اتجاهات معينة أو تعديلات سلوكية معينة، بهدف تحقيق مصالح شخصية.

5. **مرونة السلوك الإنساني**

يتميز سلوك الإنسان بالمرونة والقدرة على التغيير وفقا للخبرات الجديدة التي يكتسبها الفرد أو الظروف التي يمر بها فى فترة ما، ولذلك يجب على المرشد أخذ هذا المبدأ بعين الاعتبار حيث يُمكّنه من تعديل سلوكيات المسترشد السيئة.

6. **حق الفرد في الإفادة من الإرشاد النفسي**

من حق أي فرد الحصول على الإرشاد والتوجيه وكافة الخدمات التي يقدمها الإرشاد النفسي من أجل الحصول على صحة نفسية صحية، وتحقيق التوافق النفسي والاجتماعي والمهنية.

(الحريري والامامي، 2010: 56- 58)

ثانياً: نظام المناعة النفسية:

ترتبط المناعة النفسية ارتباطاً وثيقاً بالرضا عن الحياة وأبعاد الرفاهية ، مثل إتقان البيئة ، والهدف في الحياة، والنمو الشخصي وقبول الذات والعلاقات الإيجابية والاستقلالية ، كما ان الصفات المناعية النفسية الوقائية للشخصية، مثل الإحساس بالتماسك ، والإحساس بالنمو الذاتي والدوافع العاطفية ، والسيطرة والتحكم في التهيج ، لهما علاقة قوية بالعقل و الصحة النفسية والبدنية وانها تلعب دور الوسيط في التكيف النفسي ورفع كفاءة نظام المناعة النفسية (Olha,2009:128).

وقد اشارت العديد من الدراسات التي اجريت في هذا المضمار الى ان الاشخاص المصابين بالأمراض الخطيرة والصعبة والاورام الى انخفاض حاد في المناعة النفسية قبل اصابتهم بتلك الامراض ، اذ بينت دراسة (Gupta & Pandey,2014) بعد تطبيق عدد من المقاييس الخاصة بالمناعة النفسية في هنغاريا على عينة من الناس الى ان الاشخاص المصابين بالأورام السرطانية اظهروا انخفاضاً كبيراً في مخزون نظام كفاءة المناعة النفسية لديهم مما ادى الى اصابتهم بتلك الاورام (Gupta & Pandey,2014:78-79).

خصائص نظام المناعة النفسية:

1. ظهور سلوكيات واستجابات إيجابية عند توقع احداث سلبية.
2. التصور الخطأ عن قد ا رت جهاز المناعة النفسية يحد من قوة استجاباته.
3. التعامل مع الأحداث المؤلمة كخبرات جديدة.
4. تعزز التفاؤل والنظرة الايجابية للحياة.
5. تعمل بشكل أفضل عند تركها تمارس مهمتها الفطرية.
6. تعمل على حدوث التكيف والموائمة مع الاحداث المؤلمة.
7. فهم نواتج السلوكيات وتفسيرها .
8. تفريغ الطاقة السلبية النفسية على شكل اعراض جسدية مما يخفف الألم النفسي.
9. تعزز استراتيجيات المواجهة التكيفية الواعية لرد الفعل على حساب ميكانزمات الدفاع اللاشعورية.
10. إجادة استخدام المعرفة وتوظيفها في ادراك النواتج الإيجابية الممكنة للوصول لحياة أكثر إيجابية
11. تراقب مصادر التكيف للفرد وسرعة ودقة السلوك المناسب.

(الشريف،2016: 17-18).

الفصل الثالث (منهجية البحث واجراءاته)

يتضمن هذا الفصل تحديد المنهج المستعمل في البحث الحالي وإجراءاته من حيث تحديد المجتمع واختيار العينة وإجراءات إعداد أدوات البحث ، فضلاً عن الوسائل الإحصائية التي اعتمد عليها البحث في تحليل النتائج وكما يأتي:

أولاً: منهجية البحث :

إن المنهج المستعمل في البحث الحالي هو المنهج الوصفي الارتباطي الذي يسعى من خلاله الباحث الى تحديد الوضع الحالي للظاهرة المدروسة، ومن ثم وصفها ، وبالنتيجة يعتمد دراسة الظاهرة على ما توجد عليه في الواقع ويهتم بوصفها وصفاً دقيقاً (ملحم،2000: 32).

وتهدف الدراسات الارتباطية الى الكشف عن قوة واتجاه العلاقات بين المتغيرات ، والتنبؤ بمتغير من خلال متغير آخر أو أكثر(الشايب،2009: 27).

ثانياً: مجتمع البحث :

يقصد بمجتمع البحث المجموعة الكلية ذات العناصر التي يسعى الباحث الى أن يعمم عليها النتائج ذات العلاقة بالمشكلة (عودة وملكاوي،1992: 159).

وشمل مجتمع البحث الحالي طلبة جامعات (بابل والقاسم الخضراء وكربلاء والقادسية والكوفة والحلة الجامعة والمستقبل والاسلامية) والبالغ عددهم (96498) الف طالب وطالبة في كلا الاختصاصين العلمي والانساني وبواقع (41285) الف طالباً و(55213) طالبة يتوزعون على الجامعات الحكومية والاهلية المذكورة في اعلاه.

ثالثاً: عينة البحث :

يقصد بعينة البحث جزء من المجتمع الذي تجري عليه الدراسة ، يقوم الباحث باختيارها لإجراء دراسته عليها وفق قواعد خاصة لكي تمثل المجتمع تمثيلاً صحيحاً (داود وعبد الرحمن،1990: 67) .

وقد قام الباحثان باختيار العينة على وفق مرحلتين وكما يأتي :

أ- عينة الكليات :

استخدم الباحثان الأسلوب الطبقي العشوائي في اختيار عينة الكليات، فقد تم كتابة اسماء الكليات على قصاصات ورقية وتم وضع قصاصات كل مجموعة (علمية – انسانية) في كيس على جهة ليتم سحب واختيار (8) كليات وبواقع (4) كليات علمية و (4) كليات انسانية يمثلان نسبة (10%) من المجتمع الكلي للجامعات والكليات الاهلية.

ب- عينة الطلبة :

قام الباحثان باختيار عينة الطلبة من جميع المراحل الدراسية للكليات بالأسلوب الطبقي العشوائي ذات التوزيعات المتناسبة وبنسبة (0.5%) من مجتمع البحث الكلي ، وبلغ عدد افراد عينة البحث الاساسية (348) طالباً وطالبة بواقع (164) طالباً و(184) طالبة تم اختيارهم وفق النسبة المئوية من مجتمع البحث الكلي والجدول (1) يوضح ذلك.

جدول (1) يبين عدد افراد عينة البحث الاساسية والكليات

ت	اسم الكلية	الجامعة	التخصص	عدد افراد العينة		
				طالب	طالبة	المجموع
1	العلوم	كربلاء	علمي	13	14	27
2	الهندسة	الكوفة	علمي	35	39	47
3	علوم الاغذية	القاسم الخضراء	علمي	9	11	20
4	تكنلوجيا المعلومات	بابل	علمي	13	14	27
5	التربية انكليزي	المستقبل	انساني	13	13	26
6	القانون	الاسلامية	انساني	9	12	21

7	القانون	الحلة	انساني	37	42	79
8	الآداب	القادسية	انساني	35	39	73
المجموع الكلي				164	184	348

رابعاً: أداتا البحث :

لتحقيق اهداف البحث الحالي الذي يرمي إلى قياس كفاءة نظام المناعة النفسية فقد تطلب من الباحثان القيام بتقديم استبيان خاص بمراكز الارشاد التربوي والنفسي في الجامعات والكليات وقد تم اعداده من قبل الباحثين ، وتبني مقياس كفاءة نظام المناعة النفسية المعد من قبل (الشريف،2015) وفق الخطوات العلمية والعملية وكما يأتي:

1- استبيان خاص بمراكز الارشاد التربوي والنفسي للحد من خطر الاصابة بفايروس كورونا المستجد :

قام الباحثان بإعداد استبيان خاص بالطلبة مكون من (23) فقرة ذات بديلين (نعم) وتعطى الدرجة (1) و(لا) وتعطى الدرجة (صفر) للإجابة عليه ، ويتضمن التعليمات الواردة من قبل خلية اللجنة العليا لخلية الازمة في العراق للحد من خطر الاصابة بفايروس كورونا المستجد والاجراءات الاحترازية الخاصة بمراكز الارشاد الجامعي للحد من خطر الاصابة بهذا الفايروس ، وكذلك التوعية وبث روح الطمأنينة وعدم الخوف بين صفوف الطلبة ورفع كفاءة نظام المناعة النفسية لديهم ، وقد تم استخراج الخصائص السايكومترية للمقياس من صدق وثبات وكما يأتي:

اولاً: الصدق:

ويشير الصدق الى الدرجة التي يكون بها المقياس قادراً على أن يقيس فعلاً الخاصية التي يفترض أنه وضع لقياسها (Gray,2002: 43) .

وقد تم استخراج الصدق من خلال ايجاد الصدق الظاهري وكما يأتي:

- **الصدق الظاهري:**

إن عرض فقرات المقياس على مجموعة من الخبراء للحكم على صلاحيتها في قياس الخاصية المراد قياسها يعد نوعا من أنواع الصدق الذي يطلق عليه الصدق الظاهري (Moss, 1994: 204) .

وقد تم عرض فقرات الاستبيان على مجموعة من المحكمين المتخصصين في مجال العلوم التربوية والنفسية والبالغ عددهم (17) محكماً وفي ضوء آراء الخبراء حظيت جميع الفقرات بالموافقة من خلال استعمال مربع كاي بعد اجراء بعض التعديلات اللغوية على بعض الفقرات والجدول (2) يبين ذلك.

جدول(2) يبين قيمة مربع كاي لمعرفة آراء المحكمين في صلاحية فقرات الاستبيان الخاص بمراكز الارشاد التربوي والنفسي الجامعي

الفقرات	عدد الخبراء	الموافقون	غير الموافقين	درجة الحرية	قيمة مربع كاي		مستوى الدلالة الاحصائية (0.05)
					المحسوبة	الجدولية	
23-1	17	17	صفر	1	17	3.84	دالة

بعد الاطلاع على الجدول اعلاه نجد أن قيمة مربع كاي المحسوبة قد بلغت (13.22) وهي أعلى من قيمة (كا2) الجدولية البالغة (3.84) عند مستوى دلالة إحصائية (0.05) ودرجة حرية (1) وبذلك تم قبول جميع الفقرات من قبل الخبراء وتحقق الصدق الظاهري للمقياس.

ثانياً : الثبات :

يعد الثبات خاصية سايكومترية يجب التحقق منها لبيان صلاحية استعمال المقياس فضلا عن الصدق مما يجعله أكثر قوة ومتانة (Moss, 1994:223).

وقد تم التحقق من الثبات من خلال تطبيق الاستبيان على (40) طالب وطالبة واعادة التطبيق عليهم مرة اخرى بعد مرور (15) يوماً من التطبيق الاول ، وبعد جمع البيانات وتفريغها في برنامج الحقيبة الاحصائية (SPSS) وبأستعمال معامل ارتباط بيرسون وجد ان معامل الثبات قد بلغ (0.96)وهو معامل ثبات جيد يمكن الوثوق به وبنسبة كبيرة.

2- مقياس كفاءة نظام المناعة النفسية:

قام الباحثان بتبني مقياس كفاءة نظام المناعة النفسية والمعد من قبل (الشريف،2015) والذي تكون من (69) فقرة موزعة على انظمة فرعية هي الاحتواء (14فقرة)، والمواجهة التكيفية (30فقرة) ، وتنظيم الذات (25فقرة) ، ذات تدريج خماسي وقد تم استخراج الخصائص السايكومترية للمقياس من صدق وثبات وكما يأتي:

اولاً: الصدق:

الصدق هو الخاصية السايكومترية التي تكشف عن مدى تأدية المقياس للغرض الذي أُعد من اجله (عودة،1985: 163).

وقد تم استخراج نوعين من الصدق هما:

أ-الصدق الظاهري:

يعد التحليل المنطقي للفقرات ضرورياً لأنه يؤشر الى مدى تمثيل الفقرة ظاهرياً للسمة التي أُعدت لقياسها (الكبيسي والداهري،2001: 17).

لذلك قام الباحثان بالتحقق من صلاحية الفقرات من خلال عرض المقياس على مجموعة من المحكمين المتخصصين في مجال العلوم التربوية والنفسية والبالغ عددهم (17) محكماً وفي ضوء آراء الخبراء حظيت جميع الفقرات بالموافقة من خلال استعمال مربع كاي بعد اجراء بعض التعديلات اللغوية على بعض الفقرات والجدول (3) يبين ذلك.

جدول(3) يبين قيمة مربع كاي لمعرفة آراء المحكمين في صلاحية فقرات مقياس كفاءة نظام المناعة النفسية

الفقرات	عدد الخبراء	الموافقون	غير الموافقين	درجة الحرية	قيمة مربع كاي		مستوى الدلالة الاحصائية (0.05)
					المحسوبة	الجدولية	
1-69	17	16	1	1	13.22	3.84	دالة

بعد الاطلاع على الجدول اعلاه نجد أن قيمة مربع كاي المحسوبة قد بلغت (13.22) وهي أعلى من قيمة (كا2) الجدولية البالغة (3.84) عند مستوى دلالة إحصائية (0.05) ودرجة حرية (1) وبذلك تم قبول جميع الفقرات من قبل الخبراء وتحقق الصدق الظاهري للمقياس.

ب- صدق البناء :

وهو المدى الذي يمكن ان يقرر بموجبه ان المقياس يقيس خاصية معينة ويسمى أحياناً بصدق المفهوم أو صدق التكوين الفرضي (Anastasi,1988,: 151) .

وقد تم التحقق منه من خلال ايجاد القوة التميزية وعلاقة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس وعلاقة الفقرة بالمجال الذي تنتمي اليه وعلاقة المجال بالمجال الاخر وكما يأتي:

- **القوة التمييزية :**

تعد القوة التميزية للفقرة من الخصائص السايكومترية المهمة لفقرات المقاييس النفسية لاسيما معيارية المرجع ، لأنها تكشف عن قدرة الفقرات على قياس الفروق الفردية في الظاهرة التي يقوم على اساسها القياس النفسي (Ebel :1972, 399).

وإن الهدف الأساس من حساب القوة التميزية للفقرات هو استبعاد الفقرات التي لا تميز بين المفحوصين والإبقاء على تلك التي تميز بينهم (Ebel & Frisbie,: 2009,294).

وقد تكونت عينة التحليل الإحصائي من (300) من طالب وطالبة ومن غير عينة البحث الاساسية والجدول (4) يبين ذلك.

جدول (4) يبين حجم عينة التحليل الإحصائي

ت	اسم الكلية	الجامعة او الكلية	التخصص	عدد افراد العينة		
				ذكور	اناث	المجموع
1	هندسة المواد	بابل	علمي	29	32	61
2	الادارة والاقتصاد	كربلاء	علمي	18	22	40
3	اللغة الانكليزية	الحلة	انساني	21	25	46
4	القانون	المستقبل	انساني	33	37	70
5	التربية	القادسية	انساني	40	43	83
المجموع الكلي				141	159	300

ويعد اسلوب المجموعتين الطرفيتين إجراءً مناسباً في عملية تحليل الفقرات لذلك استعمل الباحثان هذا الاسلوب وباتباع الاجراءات الاتية:

1- تحديد الدرجة الكلية لكل استمارة من الاستمارات البالغة (300) استمارة.

2- ترتيب الدرجات تنازلياً من أعلى درجة الى أدنى درجة.

3- اعتمدت نسبة (27%) من الاستمارات الحاصلة على أعلى الدرجات وبواقع (81) استمارة في المجموعة العليا و(27%) من الاستمارات الحاصلة على أدنى الدرجات وبواقع (81) استمارة في المجموعة العليا ليصبح

المجموع الكلي للاستمارات (162)، حيث ان نسبة (27%) تجعل المجموعتين على أفضل صورة من حيث الحجم والتباين (Mehren&Lehman,1984: 122) .

4- استعمل اختبار (t-test) لعينتين مستقلتين لحساب دلالة الفروق بين متوسطي المجموعتين العليا والدنيا لكل فقرة وتبين أن الفقرات كلها كانت مميزة ، حيث بلغت جميع قيم (t-test) المحسوبة اكبر من القيمة الجدولية والتي بلغت (1,96) عند مستوى دلالة احصائية (0,05) وبدرجة حرية (160) والجدول (4) يبين ذلك.

- **علاقة درجة الفقرة :**

بما إن القوة التمييزية للفقرات لا تحدد مدى تجانسها في قياس الظاهرة الموضوعة لقياسها ، إذ من الممكن أن يكون هناك فقرات متقاربة في قوتها التمييزية ولكنها تقيس أبعاد سلوكية مختلفة (Anastasi & Urbina, 2010: 155).

وعلى هذا الأساس تم حساب صدق الفقرات للمقياس من خلال :

1- علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس:

إن ارتباط درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس يعني ان الفقرة تقيس المفهوم نفسه الذي تقيسه الدرجة الكلية للمقياس ، واستعمل الباحث المحك الداخلي المتمثل بالدرجة الكلية للمقياس لاستخراج صدق الفقرات اذ يستخرج صدق الفقرات من قبل اغلب الباحثين في القياس النفسي عن طريق حساب معامل الارتباط بين درجة الفقرة والدرجة الكلية للمقياس (الامام،1990: 131).

ولتحقيق ذلك فقد تم احتساب قيم معامل الارتباط بين درجة الفقرة والدرجة الكلية للمقياس باستعمال معامل ارتباط بيرسون ، وتبين أن الفقرات جميعها دالة إحصائياً لان جميع قيم معاملات الارتباط كانت اكبر من القيمة الجدولية البالغة (0,113) عند مستوى دلالة احصائية (0,05) وبدرجة حرية (298)، وتراوحت درجات معامل ارتباط بيرسون ما بين (0.22- 0.53) .

2-علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمجال الذي تنتمي اليه:

إذ تم استعمال أسلوب علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمجال الذي تنتمي إليه الفقرة ، وعند حساب معامل الارتباط بين درجة كل فقرة والدرجة الكلية للمجال الذي تنتمي اليه الفقرة باستعمال معامل ارتباط بيرسون تم التوصل الى أن الفقرات جميعها دالة إحصائياً لان جميع قيم معاملات الارتباط كانت اكبر من القيمة الجدولية البالغة (0,113) عند مستوى دلالة احصائية (0,05) وبدرجة حرية (298)، وتراوحت درجات معامل ارتباط بيرسون ما بين (0.24- 0.49) .

ثانياً: الثبات:

تم استخراج الثبات باستعمال معادلة الفاكرونباخ للاتساق الداخلي ، وهذه الطريقة تعتمد على اتساق اداء الفرد من فقرة الى اخرى ويشير الى الدرجة التي تشترك بها جميع فقرات المقياس في قياس خاصية معينة عند الفرد (ثورندايك وهيجن: 1986, 79).

ولأجل استخراج الثبات لمقياس السلوك العدواني تم اجراء التحليل الاحصائي للإجابات فقد ظهر ان معامل ثبات الفاكرونباخ للمقياس الحالي (0,83) ويُعد هذا المعامل مقبول لأن معامل التحديد أكبر من (0,50) والذي تم تحديده من قبل علماء القياس النفسي (باركر وآخرون،1999: 122).

خامساً: الوسائل الاحصائية :

تم استخدام برنامج الحقيبة الاحصائية (SPSS) في تحليل نتائج البحث ،اذ استعملت الوسائل الاتية:

1- اختبار مربع كاي (كا2):	استخدم في ايجاد الصدق الظاهري لأداتي البحث.
2- معامل ارتباط بيرسون :	استخدم في ايجاد الثبات للاستبيان وعلاقة الفقرة بالدرجة الكلية وعلاقة الفقرة بالمجال الذي تنتمي اليه لمقياس كفاءة نظام المناعة النفسية.
3- معادلة الفا – كرونباخ :	استخدمت في ايجاد الثبات لمقياس كفاءة نظام المناعة النفسية.
4- اختبار (t-Test) لعينة واحدة :	استخدم لتحقيق هدفي البحث الاول والثالث.
5- اختبار (t-Test)لعينتين مستقلتين:	استخدم لإيجاد القوة التميزية للمقياس ، وتحقيق هدفي البحث الثاني والرابع.

الفصل الرابع

عرض النتائج وتفسيرها

يتضمن هذا الفصل عرضاً لنتائج البحث ومن ثم تفسيرها بناءاً على البيانات التي تم الحصول عليها من عينة البحث الاساسية، وبعد أن أجرى الباحثان التحليلات الإحصائية المناسبة للبيانات قاما بعرضهما على وفق أهداف البحث على النحو الآتي:

1- الهدف الاول : "التعرف على مدى اسهام مراكز الارشاد التربوي والنفسي في الجامعات العراقية في الحد من خطر اصابة الطلبة بفايروس كورونا المستجد".

لتحقيق هذا الهدف قام الباحثان باستخدام اختبار (t-Test) لعينة واحدة ، ووجد بأن الوسط الحسابي قد بلغ (**19.89**) في حين كان المتوسط الفرضي (11.5) وبانحراف معياري (**2.005**) والجدول (5) يبين ذلك.

جدول (5) يبين قيمة اختبار (t-Test) والوسطين الحسابي والفرضي

حجم العينة	الوسط الحسابي	المتوسط الفرضي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	قيمة (t-Test)		مستوى الدلالة الاحصائية
					المحسوبة	الجدولية	
348	19.89	11.5	2.005	347	78.051	1.96	0.05

2- الهدف الثاني : "التعرف على الفروق ذات الدلالة الاحصائية لمدى اسهام مراكز الارشاد التربوي والنفسي في الجامعات العراقية في الحد من خطر اصابة الطلبة بفايروس كورونا المستجد على وفق متغير الجنس ذكور- اناث".

لتحقيق هذا الهدف قام الباحثان باستخدام اختبار (t-Test) لعينتين مستقلتين ، ووجد بأن الوسط الحسابي للذكور قد بلغ (**19.89**) وللإناث (**19.87**) وبانحراف معياري للذكور (**2.012**) وللإناث (**2.004**) والجدول (6) يبين ذلك.

جدول (6) يبين قيمة اختبار(t–Test) المحسوبة والجدولية

الجنس	حجم العينة	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	قيمة (t–Test)		مستوى الدلالة الاحصائية
					المحسوبة	الجدولية	
ذكور	164	19.89	2.012	346	0.020	1.96	0.05
اناث	184	19.87	2.004				

3– الهدف الثالث : "التعرف على مستوى كفاءة نظام المناعة النفسية في الجامعات العراقية للحد من خطر اصابة الطلبة بفايروس كورونا المستجد".

لتحقيق هذا الهدف قام الباحثان باستخدام اختبار(t–Test) لعينة واحدة ، ووجد بأن الوسط الحسابي قد بلغ (272.68) في حين كان المتوسط الفرضي (207) وبانحراف معياري (52.744) والجدول (7) يبين ذلك.

جدول(7) يبين قيمة اختبار(t–Test) والوسطين الحسابي والفرضي

حجم العينة	الوسط الحسابي	المتوسط الفرضي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	قيمة (t–Test)		مستوى الدلالة الاحصائية
					المحسوبة	الجدولية	
348	272.68	207	52.744	347	23.230	1.96	0.05

4– الهدف الرابع : "التعرف على الفروق ذات الدلالة الاحصائية في كفاءة نظام المناعة النفسية لدى طلبة الجامعات العراقية للحد من خطر الاطابة بفايروس كورونا المستجد على وفق متغير الجنس ذكور– اناث".

لتحقيق هذا الهدف قام الباحثان باستخدام اختبار(t–Test) لعينتين مستقلتين ، ووجد بأن الوسط الحسابي للذكور قد بلغ (269.23) وللإناث (275.76) وبانحراف معياري للذكور (54.697) وللإناث (50.892) والجدول (8) يبين ذلك.

جدول(8) يبين قيمة اختبار(t–Test) والوسطين الحسابي والفرضي

الجنس	حجم العينة	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	قيمة (t–Test)		مستوى الدلالة الاحصائية
					المحسوبة	الجدولية	
ذكور	164	269.23	54.697	346	1.15	1.96	0.05
اناث	184	275.76	50.892				

المصادر:

1– الحلايقة، غادة (2020): " اهمية الارشاد النفسي" ، دار اليازوري للنشر والطباعة، عمان – الاردن.

2- الشريف ،رولا رمضان محمد (2016):"فاعلية برنامج ارشادي لتدعيم نظام المناعة النفسية وخفض اضطرابات ما بعد الصدمة لدى مراهقي الاسر المتضررة بالعدوان الاخير على غزة"، رسالة ماجستير منشورة، الجامعة الاسلامية، غزة- فلسطين.

3- البلاوي، إيهاب وعبدالحميد، أشرف (2002): " الإرشاد النفسي المدرسي " ، دار الكتاب الحديث ، القاهرة – مصر .

4- باركر، كريس ويسنرانج، نانسي واليوت، روبرت (1999): مناهج البحث في علم النفس الإكلينيكي والإرشادي، ترجمة نجيب صبورة ومرفت أحمد شوقي وعائشة السيد رشدي، مكتبة الإنجلو المصرية، القاهرة

5- ابو اسعد، احمد عبد اللطيف (2009): " الارشاد المدرسي " ، دار المسيرة للنشر والتوزيع ، عمان – الاردن .

6- ابراهيم ،فيوليت ، وسليمان ،عبد الرحمن (2002) : " دراسات في سيكولوجية النمو"، مكتبة زهراء الشرق، القاهرة – مصر .

7- ابو جادو ،صالح (1998): " سيكولوجية التنشئة الاجتماعية " ، دار المسيرة للنشر والتوزيع ، عمان – الاردن .

8- منسي ، حسن (2000) : " ادارة الصفوف " ، دار الكندي للنشر والتوزيع ، اربد – الاردن .

9- جبريل ، ثريا (1994) : " العدوان لدى طلبة الجامعة وأثر بعض أساليب العلاج الجشطالتي في التخفيف من حدته"، أبحاث المؤتمر الدولي الأول للإرشاد النفسي ، جامعة عين شمس – مصر .

10- الحريري ،رافدة ، والامامي ،سمير (2010) : " الارشاد التربوي والنفسي في المؤسسات التعليمية " ، دار المسيرة للنشر والتوزيع ، عمان – الاردن .

11- ملحم، سامي (2000): " القياس والتقويم في التربية الخاصة وعلم النفس"، ط2، دار المسيرة للنشر والتوزيع، عمان.

12- عودة، أحمد سلمان وملكاوي، فتحي حسن (1992): أساسيات في البحث العلمي في التربية (عناصر البحث ومناهجه والتحليل الإحصائي لبياناته)، ط2، أربد، الأردن.

13- الشايب، عبد الحافظ (2009): أُسس البحث التربوي، ط1، دار وائل للنشر، عمان .

14- داود، عزيز حنا والعبيدي، ناظم هاشم ،1990: علم نفس الشخصية ، مطبعة التعليم العالي بالموصل ، الموصل – العراق.

15- عودة، أحمد سلمان (1985): القياس والتقويم في العملية التدريسية، دار الأمل للنشر، الأردن.

16- الكبيسي، وهيب مجيد والداهري، صالح حسن (2001): المدخل الى علم النفس التربوي، دار الكندي للنشر والتوزيع، عمان- الأردن.

17- الإمام، مصطفى محمود والعجيلي، صباح حسين أنور (1990): التقويم النفسي، وزارة التعليم العالي والبحث العلمي، جامعة بغداد.

18- ثورندايك، روبرت وهيجن، اليزابيث (1989): القياس والتقويم في علم النفس والتربية، ترجمة عبد الله الكيلاني، وعبد الرحمن عدس، مركز الكتب الأردني، عمان.

19- العزة ، سعيد حسيني (2009): "دليل المرشد التربوي في المدرسة "، دار الثقافة ، عمان – الاردن.

20- دبور، عبد اللطيف ، والصافي عبد الحكيم (2007) : " الارشاد المدرسي بين النظرية والتطبيق" ، دار الفكر العربي ، عمان الاردن .
21- مرسي، كمال (2002) : "التأصيل الاسلامي للإرشاد والعلاج النفسي لاضطرابات ما بعد الصدمة "، المجلة التربوية ، العدد 50، عمان – الاردن.
22- سعفان، محمد (2004) : " العملية الإرشادية "، دار الكتاب الحديث ، القاهرة – مصر.
23- ابو عطية (2002): " دراسات في سيكولوجية النمو "، مكتبة زهراء الشرق ، القاهرة – مصر.

- Gupta, R., & Pandey, R. (2014). Sense of Coherence and Self-Compassion as Potential Psychological Adaptogens for Suicide: An Overview. American Journal of Life Science
- Oláh, A. (2005). Anxiety, coping, and flow. Empirical studies in interactional perspective. Budapest: Trefort Press
- Moss, P. A. (1994) : "can there be nalidity without reliability " . Education researcher , USA.

Anastasi,A (1988): Psychology Testing,4th-ed,New york,Mc-Millian publishing.
Anstasi . A. & Urbina . S. (2010) : " Psychological testing " . PHI Learning Private limited" , New Delhi
Emanuel,A(2020) : "The role of mindfulness factsine effective forecasting" , personality and individual differences, u.s.a.