



## المناعة النفسية وعلاقتها بالتكيف الدراسي لدى عينة من طلاب الفصل الدراسي الأول بكلية التربية جامعة بني وليد

أ. فتحية مسعود مفتاح مجيد \*  
قسم التربية وعلم النفس، كلية التربية، جامعة بني وليد، ليبيا

### Psychological Immunity and its Relationship with Academic Adaptation Among Faculty Semester Students at the Faculty of Education, University of Bain waleed

Fathia Masoud Majid \*  
Department of Education and Psychology, Faculty of Education,  
Bain waleed University, Libya

\*Corresponding author

fathiamjed66@gmail.cpm

\*المؤلف المراسل

تاريخ النشر: 2025-02-23

تاريخ القبول: 2025-02-15

تاريخ الاستلام: 2024-12-18

#### المخلص

استهدف البحث الحالي التعرف على العلاقة بين المناعة النفسية والتكيف الدراسي لدى عينة من طلاب الفصل الدراسي الأول بكلية التربية، جامعة بني وليد. وقد تم استخدام المنهج الوصفي الارتباطي، وتكونت عينة البحث من (80) طالباً وطالبة، تم اختيارهم بالطريقة العشوائية. استخدم في البحث مقياسان: احدهم للمناعة النفسية المكون من (37) فقرة، والاخر للتكيف الدراسي، المكون من (33) فقرة، وذلك بعد التأكد من صدقهما وثباتهما. أظهرت النتائج عدم وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (0.05) بين المناعة النفسية والتكيف الدراسي لدى عينة البحث. وأظهرت النتائج أن درجة المناعة النفسية لدى العينة البحث جاءت جيدة، في حين كانت درجة التكيف الدراسي لديهم جيدة أيضاً.

**الكلمات المفتاحية:** المناعة النفسية، التكيف الدراسي، كلية التربية.

#### Abstract

This study aims to identify the level of psychological immunity and its relationship to academic adaptation among students of the first semester at the faculty of Education in Bane walled. The descriptive correlative approach was used. And the study sample consisted of(80) male and female student. Who were selected randomly. The researcher applied the psychological immunity scale (33) items to ensure their validity and reliability. the results showed a correlation between psychological immunity and academic adaptation, with a Statistically significant correlation coefficient of (0.05). the results also indicated that level of psychological immunity among the study sample was good, which was reflected in a good degree of academic adaptation

**Keywords:** Psychological Immunity, Academic Adaptation, Faculty of Education.

## المقدمة:

تعتبر مرحلة التعليم الجامعي من أبرز مراحل التعليم، حيث تمثل مرحلة انتقالية بين البيئة المدرسية وبيئة تعليمية حديثة تعزز النمو المعرفي وتطور القيم الاجتماعية، ففي هذه المرحلة يسعى الفرد لتحقيق أهدافه في الحياة ويحدد شكل حياته المستقبلية، ولكي يختار هذه المرحلة بنجاح وجب عليه الجد والمثابرة والقيام بالعديد من المتطلبات الدراسية والاجتماعية، ولا تخلو هذه المرحلة من تعرض الفرد إلى الكثير من التفاعلات الاجتماعية التي تؤدي الضغوط النفسية نظراً لما تطلبه من تفاعلات اجتماعية، والتحديات الدراسية التي تتطلب مجابهة فعالة لما تتضمن مناعة جيدة لدى الطلاب لمجابهة هذه التحديات الجديدة، حيث تعتبر المناعة النفسية من المكونات النفسية التي لاقت اهتماماً من قبل علماء النفس، وكشفت عن الكثير من أسباب القصور والضعف في النواحي الجسمية والعقلية والنفسية لدى الفرد. تشير المناعة النفسية إلى قدرة الأفراد على التعامل مع الضغوط النفسية والتحديات بطرق فعالة، حيث تتضمن مهارات مثل التفكير الإيجابي والمرونة النفسية والدعم الاجتماعي، مما يساعد الأفراد على التكيف مع المواقف المختلفة.

ويعدّ موضوع التكيف مهماً في الدراسات والبحوث العلمية، لأهميته في حياة الإنسان بصفة عامة، وحياة الطالب الجامعي خاصة حيث يسعى الكثير إلى فهم سلوكيات المتعلم ودراسة صحته النفسية من كل الجوانب. (سعاد زيداني، 2021: 16)

ويعدّ التكيف الدراسي لدى طلبة الجامعة عمليةً تؤثر بشكل كبير على نجاحهم الأكاديمي وتجربتهم الجامعية، إذ يواجه الطلاب في هذه المرحلة تحديات متعددة، مثل زيادة مستوى المسؤولية، وضغوط الدراسة، وتغير البيئة الاجتماعية، التي قد تشكل عائقاً أمام هؤلاء الطلاب في مسيرتهم التعليمية داخل الجامعة. يُبنى التكيف القدرة على إدارة الوقت بفعالية، وتطوير مهارات الدراسة، وبناء علاقات اجتماعية إيجابية. ومع مثل هذه التحديات، يسعى الطالب للوصول إلى حالة الاتزان النفسي في كافة المجالات، ليبذل أقصى جهده بعيداً عن الاضطراب النفسي ليميل للتغيرات الجامعية الجديدة.

## مشكلة البحث:

يواجه الطالب في المرحلة الجامعية في الكثير من الأحيان إلى ضغوطاً متعددة ومختلفة، مثل ضغوط الدراسة، الامتحانات، والتحديات الاجتماعية مما يعزز المناعة النفسية لدى الطالب في مواجهة هذه الضغوط وتقليل الشعور بالإحباط والانهيار، مما يساعده على الاستقرار في أدائه الأكاديمي بشكل جيد. فالتعرض للضغوط الحياتية قد يؤثر على مستوى المناعة النفسية للطلاب الجامعي، فقد أكد (سيلي والعبيدي 2019 : 375)

أن التعرض إلى المحن والصدمات تدريجياً يؤدي إلى فقدان القدرة على المواجهة والمقاومة (انخفاض المناعة النفسية) فيصبح الإنسان هشاً، ضعيفاً، ومعرضاً بشكل أكبر لعرض وضغط وسهولة التكيف مع المواقف الضاغطة، أن مهمة التعليم تعتبر المهنة المستقبلية لطلبة كلية التربية وهي من المهن التي تجري فعاليتها في بيئة اجتماعية تتطلب قدرات كبيرة من القدرة على فهم الآخرين، وإدارة المواقف التعليمية وما يرتبط بها من مواقف اجتماعية بمرونة ومهارة.

وقد لاحظت الباحثة من خلال معاشتها لعدد من الطلبة لبعض الصعوبات التي يتعرض لها طلبة كلية التربية، تختلف من حيث درجة التعقيد والصعوبة عن التخصصات الأخرى مما يدفع الطلبة إلى تأجيل الدراسة، أو الانتقال إلى تخصصات أخرى، أو إلى كلية أخرى، أو فترة زمنية لإكمال الدراسة أكثر مما هو مقرر. وترى الباحثة أن مستوى المناعة النفسية للطلبة الجامعيين بكلية التربية قد يكون له انعكاسات على شخصيتهم وصحتهم النفسية مما ينعكس على علاقتهم بالآخرين وقدرتهم على عدم التكيف، بالإضافة إلى ندرة الدراسات المتعلقة بمتغيري البحث حسب حدود علم الباحثة وعليه كان هذا دافعا قويا لمزيد من البحث والدراسة في هذا الموضوع وهنا تتحدد مشكلة البحث بالأسئلة الآتية :

1. ما مستوى المناعة النفسية لدى عينة من طلاب الفصل الدراسي الأول بكلية التربية جامعة بني وليد؟
2. ما مستوى التكيف الدراسي لدى عينة من طلاب الفصل الدراسي الأول بكلية التربية جامعة بني وليد؟
3. هل توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة احصائية عند مستوى دلالة (0.05) بين المناعة النفسية والتكيف الدراسي لدى عينة من طلاب الفصل الدراسي الأول بكلية التربية جامعة بني وليد؟

### فروض البحث:

1. أن طلاب الفصل الدراسي الأول بكلية التربية جامعة بني وليد لديهم مستوى جيد من المناعة النفسية.
2. أن طلاب الفصل الدراسي الأول بكلية التربية جامعة بني وليد لديهم مستوى جيد من التكيف الدراسي.
3. لا توجد علاقة بين المناعة النفسية والتكيف الدراسي لدى عينة من طلاب الفصل الدراسي الأول بكلية التربية جامعة بني وليد.

### أهمية البحث:

1. تكمن أهمية البحث في أنها تعد إضافة جديدة للمعرفة العلمية لكونها من الدراسات النادرة في مدينة بني وليد التي تجمع متغيري (المناعة النفسية، التكيف الدراسي) في دراسة واحدة حسب علم الباحثة.
2. إضافة نظرية للمجموع الدراسات التي تناولت أبعاد التكيف.
3. يمكن أن يساهم هذا البحث في تطوير برامج تعليمية ونفسية تدعم الطلبة، مما يعزز من تجاربهم الدراسية ويحقق لهم النجاح الأكاديمي والشخصي.

### أهداف البحث:

يهدف البحث للتعرف على:

1. مستوى المناعة النفسية لدى عينة من طلاب الفصل الدراسي الأول بكلية التربية جامعة بني وليد.
2. مستوى التكيف الدراسي لدى عينة من طلاب الفصل الدراسي الأول بكلية التربية جامعة بني وليد.
3. معرفة العلاقة بين المناعة النفسية والتكيف الدراسي لدى عينة من طلاب الفصل الدراسي الأول بكلية التربية جامعة بني وليد.

### حدود البحث:

- الحدود الموضوعية: المناعة النفسية وعلاقتها بالتكيف الدراسي.
- الحدود البشرية: طلاب الفصل الدراسي الأول بكلية التربية.
- الحدود المكانية: كلية التربية بني وليد جامعة بني وليد.
- الحدود الزمنية: الفصل الدراسي (خريف 2024-2025).

### مصطلحات البحث:

#### أولاً: المناعة النفسية

هي قدرة الفرد على حماية نفسه من التأثيرات السلبية المحتملة للضغوط، والتهديدات، والمخاطر والإحباطات، والأزمات النفسية والتخلص منها عن طريق التحصين النفسي باستخدام الموارد الذاتية والإمكانات الكامنة في الشخصية مثل التفكير الإيجابي وحل المشكلات وضبط النفس، والالتزان، والتحدى، والمثابرة الفعلية، والتفاؤل، والمرونة، والتكيف مع البيئة. (عصام زيدان، 2013: 81).

#### التعريف الاجرائي للمناعة

الدرجة الكلية التي حصل عليها المستجيب في ضوء اجابته لفرقات مقياس المناعة النفسية المستخدم في البحث.

#### ثانياً: التكيف الدراسي

يعرفه (أحمد الزق، 2012:28) بأنه مدى قدرة الطالب على تحقيق حاجاته التعليمية في ضوء متطلبات الجو الدراسي أكاديمياً واجتماعياً. وهناك من يطلق عليه مصطلح التوافق الدراسي، ويعد التكيف الدراسي أحد المعايير التي يقيم بها سلوك الطلبة في المدرسة.

#### التعريف الاجرائي للتكيف الدراسي

إنه الدرجة الكلية التي يحصل عليها المفحوص على مقياس التكيف الدراسي في البحث الحالي.

### ثالثاً: كلية التربية بني وليد

هي إحدى كليات جامعة بني وليد وتأسست بهدف إعداد وتطوير كوادر تربوية مؤهلة للعمل في المجال التعليمي والتربوي إذ تسعى الكلية إلى توفير برامج دراسية تؤهل المعلمين بالمعرفة والمهارات اللازمة للتدريس في مختلف مراحل التعليم، وتقديم خدمات تربوية وبحثية لدعم العملية التعليمية.

### الإطار النظري والدراسات السابقة

#### أولاً: الإطار النظري

تم تناول الإطار النظري حسب مفاهيم البحث، وذلك بعد مراجعة الأدب النظري ذي الصلة بموضوع هذا البحث، وهي كالاتي:

#### المناعة النفسية (Psychological Immunity)

المناعة النفسية لغويًا بمعنى الحصانة والوقاية من المرض، ويقال هو في منعة: صار منيعاً محمياً، والمنعة: العز والقوة، والمنيع: ذو المناعة أي القوي الشديد. (مصطفى وآخرون، 2004: 88)

#### المناعة اصطلاحاً

إنها نظام وقائي ارتقائي له مكوناته المتكاملة، تساعد الفرد على تقوية وتعزيز عمليات التفاعل بينه وبين الظروف البيئية الضاغطة. وهذا النظام ليس مهمته فقط مساعدة الفرد على التعايش مع الضغوط، ولكنه مسؤول أيضاً عن رعايته وتكامل الشخصية، والنمو الذاتي للفرد بشكل متزامن مع تطورات البيئة. (علي القاضي، 1994: 64)

يقصد بالمناعة النفسية مفهوم افتراضي، وهو قدرة الفرد على مواجهة الأزمات وتحمل الصعوبات، مما ينتج عنها من أفكار ومشاعر غضب، وانتقام أو أفكار ومشاعر يأس وتشاؤم. (الجنابي، 2019: 51)

وقد أوضح (Bredqcs، 2016 : p126) أن المناعة النفسية عبارة عن نظام متكامل وقائي يعمل على حماية الذات ووقايتها، حيث إن مكوناتها تجعل الأفراد قادرين على مواجهة مختلف الضغوط النفسية والاجتماعية.

كما عرف كل من أحمد عبدالمالك، وسعاد كامل (2017: 336) إن المناعة النفسية بأنها نظام متعدد الأبعاد، تتكامل فيه مجموعة من السمات الشخصية التي تزود الفرد بإرادة قوية، وقدرة على التحكم الذاتي، والإصرار على تحقيق الأهداف، مما يمكنه من مواجهة الإحباطات الحياتية، ومقاومة ما ينتج عنها من آثار ومشاعر وانفعالات سلبية، في إطار من الثقة بالنفس والتفاؤل.

وقد اوضحت الباحثة المناعة النفسية بأنها نظام نفسي وقائي يمكن الطالب من تقوية وتعزيز الذات لمواجهة الأزمات والمشكلات والضغوط التي يواجهها.

#### - مظاهر المناعة النفسية

- 1- يستطيع الفرد الثبات أمام المطالب والشهوات.
- 2- يستطيع الفرد مواجهة التحديات الصعبة.
- 3- يتمكن للفرد تحرير الروح من الغضب والتحرر إدارة الإنسان من الروابط التي طالما ربطتها بإرادة الآخرين.
- 4- يتسم الفرد بالهدوء والاطمئنان.

#### أنواع المناعة النفسية

##### 1- مناعة نفسية طبيعية

وهي مناعة ضد القلق والتوتر والتأزم، وهي موجودة لدى الفرد في طبيعته التكوينية النفسية، الذي تنشئ نتيجة التفاعل بين العوامل الوراثية والبيئية، فالفرد صاحب التكوين النفسي الصحي يتمتع بمناعة نفسية طبيعية عالية ضد الأزمات والكروب والقدرة على تحمل الضغوطات ومواجهة الصعوبات وضبط النفس.

##### 2 - مناعة نفسية مكتسبة طبيعية

وهي أيضاً مناعة ضد التوتر والقلق، يكتسبها الفرد من مواقف التعلم والخبرات والمهارات والمعارف التي يتعلمها في مواجهة الأزمات والضغوطات والصعوبات المختلفة.

### 3 - مناعة نفسية مكتسبة صناعية

وهي تشبه المناعة الجسدية التي يكتسبها الفرد في مخزن الجسم عند التعرض للمصيبة المرضية، وذلك للحد من خطورتها، وتبقى مناعتها مدة طويلة، وتسمى مناعة مكتسبة فاعلة. (جبار العكيلي، 2017: 430)

#### النظريات المفسرة المناعة النفسية

##### 1- نظرية التحليل النفسي (فرويد)

يرى فرويد أن الشخصية مكونة من ثلاثة أجزاء، كل من هذه الأجزاء يتمتع بميزات خاصة، وهذه ليست منفصلة في بعضها، وإنما أوحدها مرتبط بالآخر ومكمل له، حيث تؤلف هذه الأجزاء وحدة متكاملة هي (الشخصية). وهذه الأجزاء هي

أ- **الهُو** : وهو مستودع الغرائز وتحتوي كل طاقة النفسية بشكل مهم ومباشر بإرضاء الحاجات الجسمية، إذ يعمل الهو على وقف ما يسميه فرويد (مبدأ اللذة) على تجنب الألم وزيادة اللذة عن طريق اهتمامها بخفض التوتر فهي تكافح من أجل الإرضاء العاجل لحاجاتها فهي لا تسمح في التأجيل أو التأخير لإرضاء لأي بسبب كان خلفياً بسبب العادات أو أسباباً أخرى تملئها وقائع الحياة اليومية.

ب- **الأنا**: هي الجزء الثاني من الشخصية، فهي قادرة على أدراك بيئة الفرد والتلاعب بطريقة عملية وهي تعمل على وقف ما يسميه فرويد (مبدأ اللذة) وغرضها ليس أعاقه أو اعتراض نزوات الهو، ولكن غرضها مساعدة الهو في الحصول على خفض الضروري للتوتر، ولأن الأنا مدركة للواقع فهي تقرر الوقت والأسلوب الذي يمكن أن تشبع به الغرائز وبشكل مناسب ومقبول اجتماعياً. (شلتز، 1983: 36)

##### 2- نظرية المواجهة والهروب لأصحابها (والتركانون)

وتركز على مفهوم التوازن، إذ يقوم الفرد بالمحافظة على حالة التوازن الداخلي عند تعرضه للضغط، فيتولد الضغط نتيجة لمحاولاته المنكررة، لعادة التوازن، بحيث أن الأفراد عندما يتعرضون لمواقف ضاغطة فإن الجسم يتشار تبعا لذلك دافعية الجهاز العصبي، وجهاز الغدد الصماء بصورة تلقائية، ويظهر على الفرد مجموعة من التغيرات الفسيولوجية الداخلية مما يؤدي إلى الاستجابة لذلك التهديد، إما بالواجهة أو الهروب. (محمد البلوي، 2014: 45)

#### التكيف الدراسي (Educational Adjustment)

يعمل الفرد الي تغيير سلوكه استجابته لتغيرات البيئية، ويبحث عن وسائل جديدة لإشباع حاجاته، فإن لم يجد اشباعاً لحاجاته في بيئته فانه إما أن يعمل على تعديل بيئته، أو تعديل حاجاته، وهذا السلوك (التكيف) هو عملية شخصية تعمل فيها خبرة الفرد، والموقف الذي يحيط به، فأحد الأفراد يستخدم عقله، وبعضهم الآخر يهتم بجسده. أما النوع الثالث فيستعمل الهروب، والآخر للهجوم، وقد يلجأ الرابع الي حل مشكلة، والواجهة. ولكن يجعل هؤلاء الأشخاص يختارون أسلوباً من هذه الأساليب دون غيرها عوامل التكرار والتعلم، والألفة، والتعزيز. (محمد الرفوع، 2021: 94)

يعرف التكيف بأنه عملية ديناميكية مستمرة، يحاول بها الإنسان عند طريق تغيير سلوكه أو أفكاره أو مشاعره مما يتوافق مع البيئة التي تشمل كل ما يحيط به من أفراد ومتغيرات وامكانات الوصول إلي حالة من الاستقرار النفسي والبدني. (عبدالله أبو رغيري، 2015: 219)

#### أنواع التكيف

##### 1- التكيف الذاتي (الشخصي) :

يعرف بأنه عملية تفاعلية بين الفرد وبيئته، ويقوم الفرد من خلال هذه العملية أما بتعديل سلوكه أو بتعديل بيئته ويقصد به قدرة الفرد على التوفيق بين دوافعه وأدواره الاجتماعية المتصارعة مع هذه الدوافع الداخلية الفطرية والعضوية والثانوية والمكتسبة وإرضاء الجميع إرضاء مناسباً في وقت واحد حتى يخلو من الصراع الداخلي، كما أن التكيف الذاتي يتمثل في قدر من التقدير الذاتي والرضا عن النفس على أساس واقعي والذي يؤدي الي التقليل من الإحباط والقلق عن طريق السعادة مع النفس وقوة الشخصية والاتزان الانفعالي والشعور مع النفس وقوة الشخصية والاتزان الانفعالي والشعور بالكفاءة وبهذا يعتبر أساس تكامل الشخصية واستقرارها. (سعاد زيداني، 2021: 26)

## 2- التكيف الدراسي:

هو مصطلح الا المحصلة النهائي للعلاقة الديناميكية بين الطالب من جهة، وبين محيطه المدرسي من جهة أخرى، مما يسهم في تقدم الطالب ونمائه العلمي والنفسي.

## 3- التكيف الاجتماعي:

إحساس الفرد بالسعادة من جراء عقد علاقات اجتماعية، حميمة مع الآخرين، مبتعداً عن السيطرة والتمك والعدوانية. (بندر عويض، 2019: 75)

## مظاهر التكيف الدراسي:

### 1-الراحة النفسية:

تتجلى في غياب مشاعر التوتر، الاكتئاب، الضغط النفسي، مع القدرة على مواجهة الأزمات والتحديات دون مبالغة، مما يعكس حالة من التوازن والمرونة النفسية.

### 2- متابعة الدروس:

تعني التزام الطالب بحضور الدروس بشكل منتظم، وبدون انقطاع، بالإضافة الي التفاعل الإيجابي أثناء المحاضرة، من خلال طرح الأسئلة، والمشاركة في النقاشات، وتنفيذ الأنشطة المطلوبة داخل القسم، مما يعكس اهتمامه وفهمه للمادة الدراسية.

### 3- أقامه العلاقات:

وتتمثل في انسجام الطالب في محيطه لتلبية حاجته إلي الاندماج للجماعة، مما يؤدي على اكتساب تقدير الذات، وتعزيز ثقته بنفسه، كما تسهم في بناء علاقات إيجابية مع المعلمين، قائمة على المودة والاحترام المتبادل، مما يساعد في خلق بيئة تعليمية داعمة. (سعاد زيداني، 2021، 32)

## ثانياً: الدراسات السابقة

1- دراسة رانيا الجزار (2019) بعنوان المناعة النفسية وعلاقتها بالذكاء الأخلاقي والأداء الأكاديمي لدى طلبة الجامعة. هدفت الدراسة الي الكشف عن العلاقة بين المناعة النفسية وكل من الذكاء الأخلاقي والأداء الأكاديمي لطلاب الجامعة والتعرف على إمكانية التنبؤ بالذكاء الأخلاقي وأبعاده من خلال المناعة النفسية. تكونت عينة الدراسة من طلاب الفرقة الأولى بكلية التربية الرياضية بنين جامعة الزقازيق، وكانت عدد عينة الدراسة (195) طالباً، استخدمت الباحثة: - مقياس المناعة النفسية إعداد عصام 2013 ومقياس الذكاء الأخلاقي (إعداد الباحثة، وكانت نتائج الدراسة تشير إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة إحصائية بين المناعة النفسية والذكاء الأخلاقي لدى طلبة الجامعة، ووجود علاقة ارتباطية موجبة بين ضبط النفس كأحد أبعاد المناعة النفسية والأداء الأكاديمي لطلاب الجامعة.

2- دراسة فاتن كاظم (2020) "المناعة النفسية وعلاقتها بالتكيف الأكاديمي لدى طلبة الجامعة" هدفت الدراسة إلي التعرف على: مستوى المناعة النفسية، مستوى التكيف الأكاديمي، العلاقة بين المناعة النفسية والتكيف الأكاديمي لدى طلبة الجامعة، الفروق في العلاقة بين المناعة النفسية والتكيف الأكاديمي تبعاً لجنس الطلبة ( ذكور - إناث)، تكونت عينة الدراسة من (400) طالب وطالبة سحبو بطريقة العشوائية الطبقية، توصلت الدراسة إلي النتائج الآتية: إن طلبة الجامعة يعانون من انخفاض حقيقي بمستوى المناعة النفسية وانخفاض مستوى التكيف الأكاديمي لدى طلبة الجامعة .

3- دراسة الاء أحمد (2021) "المناعة النفسية وعلاقتها بالتكيف الدراسي لدى طلبة كلية الهندسة في جامعة الطفيلية" هدفت الدراسة إلي التعرف على درجة المناعة النفسية وعلاقتها بالتكيف الدراسي لدى طلبة كلية الهندسة، استخدمت الباحثة المنهج الوصفي الارتباطي، وتكونت عينة الدراسة من (359) طالباً وطالبة ثم اختيرهم بالطريقة العشوائية الطبقية، وقد أظهرت نتائج الدراسة أن درجة المناعة النفسية ودرجة التكيف الدراسي جاءت متوسطة لدى طلبة كلية الهندسة، وأظهرت النتائج وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (0.05) بين المناعة النفسية والتكيف الدراسي لدى طلبة كلية الهندسة.

4- شوبيل يزيد (2022) دور المناعة النفسية في تحقيق التكيف الدراسي وحل المشكلات الاجتماعية لدى الطلبة المقبولين على اجتياز شهادة البكالوريا، هدفت الدراسة إلي معرفة طبيعة دور المناعة النفسية في تحقيق التكيف الدراسي، وكذلك دور المناعة النفسية في حل المشكلات، تكونت عينة الدراسة من (208)

طالب، وتم تطبيق كل من مقياس المناعة النفسية (عبدالجبار، 2010) ومقياس التكيف الدراسي (بن عائشة، 2015) توصلت نتائج الدراسة إلي إن مستوى المناعة النفسية يتميز بانخفاض لدى الطلبة المقبولين على اجتياز شهادة البكالوريا، وأنه لا توجد علاقة موجبة بين المناعة النفسية والتكيف الدراسي، وإن المناعة النفسية لها القدرة في التنبؤ بمستوى التكيف الدراسي.

#### - تعقيب على الدراسات السابقة

1- تنوعت أهداف الدراسات السابقة، حيث تناولت بعض الدراسات العلاقة بين المناعة النفسية والذكاء الاجتماعي (مثل دراسة رانيا الجزار 2019)، في حين ركزت دراسات أخرى (مثل فاتن كاظم 2020) على دراسة مستوى المناعة النفسية وعلاقتها بالتكيف الأكاديمي. كما سعت بعض الأبحاث الي استكشاف دور المناعة النفسية في تحقيق التكيف الدراسي. أما الدراسة الحالية، فتستهدف تحديد العلاقة بين المناعة النفسية والتكيف الدراسي.

2- اتفقت الدراسة الحالية مع دراسة (رانيا الجزار 2019) من حيث اختيار العينة التي تضمنت طلاب الفرقة الأولى من طلبة الكلية، ومع ذلك تفاوتت أحجام العينات في الدراسات السابقة، حيث اعتمدت بعضها على عينات الكبيرة مثل دراسة (فاتن كاظم 2020) ودراسة (الأء أحمد 2021).

3- اختلفت الأدوات المستخدمة في الدراسات السابقة تبعاً لأهداف كل دراسة، بينما اعتمدت الدراسة الحالية أداة مشابهة لتلك المستخدمة في دراسة (يزيد شويل 2022) فيما يتعلق بالتكيف الدراسي (لبن عائشة 2015)

4- تباينت نتائج الدراسات السابقة في تناولها للعلاقة بين المناعة النفسية والتكيف الدراسي. فقد أشارت بعض الدراسات الي وجود علاقة ارتباطية موجبة، بينما أوضحت أخرى أن طلاب الجامعات يعانون من مستويات منخفضة من المناعة النفسية، مما يؤدي الي انخفاض التكيف الأكاديمي لديهم، كما أشارت دراسة (الاء أحمد 2021) إلى أن درجة المناعة النفسية ومستوى التكيف الدراسي جاءت متوسطة، مع وجود علاقة ارتباطية إيجابية ذات دلالة إحصائية بينهما.

في حين سيتم تناول نتائج الدراسة الحالية ومقارنتها بما سبق ذكره في فصل لاحق.

#### - منهج وإجراءات البحث:

فيما يلي وصف للمجتمع البحث وتوزيع العينة، ووصف أدواتي البحث وإجراءات تقييم صدقها وثباتها.

1- **منهج البحث:** أعتمد البحث الحالي على المنهج الوصفي الارتباطي للتعرف على متغيري البحث. يعرف المنهج الوصفي الارتباطي

2- **مجتمع البحث:** تكون مجتمع البحث من طلاب الفصل الدراسي الأول المسجلين بكلية التربية بني وليد للفصل الدراسي خريف (2024- 2025) والبالغ عددهم (117) طالباً وطالبة حسب إحصائية القبول والتسجيل في الكلية والجدول (1) يوضح ذلك.

#### الجدول (1) : يبين توزيع أفراد المجتمع حسب متغير الجنس والتخصص.

المجموع	عدد الإناث	عدد الذكور	القسم العلمي
30	24	06	الدراسات الإسلامية
07	06	01	رياضيات
25	23	02	الإدارة التعليمية
09	09	0	اللغة الإنجليزية
25	24	01	التربية وعلم النفس
08	06	02	الحاسب الآلي
08	08	0	الكيمياء
05	02	03	التربية الخاصة
117	102	15	الإجمالي

## عينة البحث

تكونت عينة البحث من 80 طالباً وطالبة من الطلبة الجدد بكلية التربية بني وليد أي ما نسبته (74%) من المجتمع الأصلي لبحث وتم اختيارهم بالطريقة العشوائية والجدول رقم (2) يبين توزيع عينة البحث.

الجدول (2): يبين توزيع عينة البحث.

المجموع	عدد الإناث	عدد الذكور	القسم العلمي
10	08	02	الدراسات الإسلامية
06	05	01	رياضيات
14	12	02	الإدارة التعليمية
07	07	0	اللغة الإنجليزية
21	20	01	التربية وعلم النفس
06	04	02	الحاسب الآلي
04	04	0	الكيمياء
12	09	03	التربية الخاصة
80	69	11	الإجمالي

## أدوات البحث

من أجل تحقيق أهداف البحث الحالي، استعانت الباحثة بالأدوات الآتية:-  
- مقياس المناعة النفسية

### وصف المقياس

قامت الباحثة بتطبيق مقياس المناعة النفسية المعد من قبل (سويعد2016) ليتناسب مع أهداف البحث، المكون من 38 فقرة وبعد عملية التحكيم وحساب الخصائص السيكومترية أصبحت 37 فقرة، وأما بدائل الإجابة على فقرات المقياس بثلاث بدائل ( نعم 3، الي حد ما 2، لا 1) تميز هذا المقياس بخصائص صدق وثبات جيدة، حيث تم اعتماد على صدق المحكمين في مناسبة الفقرات، كم تم التأكد من ثبات المقياس باستخدام التجزئة النصفية وبلغت قيمة الثبات للدرجة الكلية (0.89) وهو معامل ثبات مرتفع والاداة صالحة للقياس.

### - مقياس التكيف الدراسي:

#### وصف المقياس:

يتكون مقياس التكيف الدراسي ل بن عائشة من (64) بنداً منها (38) عبارة إيجابية و(26) عبارة سلبية، تقيس جميعها ابعاد التكيف الدراسي. وبعد عملية التحكيم وحساب الخصائص السيكومترية أصبحت فقرات المقياس (33) فقرة. هذا المقياس من نوع ليكرت ثلاثي بحيث يقابل كل بند البدائل وهي ( نعم 3، الي حد ما 2، لا 3) تميز هذا المقياس بخصائص صدق وثبات جيدة، تم عرض المقياس على مجموعة من المحكمين والمتخصصين في علم النفس بكلية التربية بني وليد، بلغت قيمة معامل الثبات بطريقة التجزئة النصفية (0.73) وهو معامل ثبات مرتفع.

#### تصحيح المقياس:

من خلال أوزان بدائل إجابات بنود المقياس يتبين لنا أن أعلى درجة للمقياس هي (03) وأقل درجة للمقياس هي (01) ويكون بهذا مستوى التكيف الدراسي.

#### الأساليب الإحصائية:

اعتمد البحث الحالي على الأساليب الإحصائية من خلال البرنامج الإحصائي (spss) للتحقق من التساؤلات التي تم وضعها وصياغتها، ومن ثم معالجتها بالطرق الإحصائية المناسبة، فقد استخدمت الباحثة المتوسط الحسابي والانحراف المعياري، وتم استخدام المتوسط التجريبي والمتوسط النظري لحساب مستوى متغيري البحث، كما تم استخدام معامل الارتباط سبيرمان براون لاستخراج العلاقة الارتباطية بين المتغيرات.

## نتائج البحث ومناقشتها:

بعد معالجة البيانات إحصائياً، تم التوصل إلى النتائج التالية:

### 1- إجابة التساؤل الأول:

لغرض الإجابة على التساؤل الأول والذي ينص على ما مستوى المناعة النفسية لدى عينة من طلاب الفصل الدراسي الأول بكلية التربية جامعة بني وليد؟ تم استخراج المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ت) على مقياس المناعة النفسية، والجدول التالي يوضح ذلك:

### الجدول (3): يوضح المتوسط الحسابي والانحراف المعياري

وقيمة (ت) لمستوى المناعة النفسية لدى عينة البحث

ت	المتغير	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	T المحسوبة	T الجدولية	الدلالة الاحصائية
1	المناعة النفسية	80	65,3	32,7	6,13	1,99	0.05

يبين الجدول (3) أن درجة المناعة النفسية لدى عينة البحث جاءت جيدة بمتوسط حسابي (3,65)، وانحراف معياري (7,32)، وبالتالي تقبل الفرضية التي تنص على أن (طلاب الفصل الدراسي الأول بكلية التربية جامعة بني وليد لديهم مستوى جيد من المناعة النفسية) نظراً لأن طلاب الفصل الدراسي الأول بكلية التربية جامعة بني وليد لديهم من القوة ما يمكنهم من الصمود أمام المواقف الشديدة والأليمة، كما أن لديهم القدرة على المقاومة والتحمل لمتطلبات المحيط الذي يعيشون فيه، بالإضافة إلى القدرة على تحقيق التوافق مع المواقف الصعبة التي يتعرضون لها، وهذا ما تم تأكيده في الإطار النظري من قبل (أفراح نصر الدين، علاء حسين، 2022) بأن المناعة النفسية هي نظام متكامل وقائي ارتقائي له مكوناته متكاملة تساعد الفرد على تقوية وتعزيز عمليات التفاعل بينه وبين ظروف البيئة، وهذا النظام ليس مهمته فقط مساعدة الفرد على التعايش مع الضغوط، بل هو أيضاً مسؤول عن رعاية وتكامل الشخصية والنمو الذاتي للفرد بشكل مترامن مع تطورات البيئة.

ويعزي السبب إلى أن طلاب الفصل الدراسي الأول غالباً ما يكون لديهم حماس ودافع كبير لمواجهة تحديات الحياة الجامعية، مما ينعكس إيجابياً على مناعتهم النفسية، أو أن الحياة الجامعية توفر بيئة جديدة ومثيرة للطلبة الجدد، وقد يرونها كفرصة لتحقيق الذات وبناء مستقبل مهني، مما يعزز مناعتهم النفسية، وقد يكون لديهم تصورات إيجابية عن الحياة الجامعية وتجربة التعلم الجديدة، مما يعزز شعورهم بالتكيف، وقد أظهرت نتائج البحث أن مستوى المناعة النفسية جيد لدى الطلبة الجدد بكلية التربية فان ذلك يشير إلى هؤلاء الطلبة يمتلكون قدرة جيدة على التكيف مع الظروف الجديدة ومواجهة الضغوط المرتبطة بالحياة الجامعية.

### 2- إجابة التساؤل الثاني:

لغرض الإجابة على التساؤل الثاني والذي ينص على (ما مستوى التكيف الدراسي لدى عينة من طلاب الفصل الدراسي الأول بكلية التربية جامعة بني وليد؟ تم استخراج المتوسط الحسابي والانحراف المعياري، مقياس التكيف الدراسي والجدول التالي يوضح ذلك:

### الجدول (4): المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ت) للتكيف الدراسي لدى عينة البحث.

ت	المتغير	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	T المحسوبة	T الجدولية	الدلالة الاحصائية
2	التكيف الدراسي	80	36,82	21,65	4,82	1,99	0.05

وتظهر النتائج أعلاه في الجدول السابق يتضح إن مستوى التكيف الدراسي لدى عينة البحث جاءت بدرجة جيدة، وبالتالي تقبل الفرضية التي تنص على أن (طلاب الفصل الدراسي الأول بكلية التربية جامعة بني

وليد لديهم مستوى جيد من التكيف الدراسي) وبمتوسط حسابي (36,82) وانحرف معياري (21,65)، وقد اختلفت هذه النتيجة مع نتائج الدراسات السابقة مثل دراسة فاتن كاظم (2020) إن طلبة الجامعة يعانون انخفاض ملحوظ لمستوى التكيف الأكاديمي، وترجح الباحثة هذه النتيجة إلى إن الظروف الاجتماعية والاقتصادية أو الثقافية التي أجريت فيها الدراسة مختلفة عن الظروف التي أجريت فيها الدراسات السابقة، أو قد تكون عينة البحث الحالية لها خصائص مختلفة (مثل العمر، التخصص) عن العينات التي استخدمت في الدراسات السابقة.

وهذا ممكن أن يشير الي أن طلاب الفصل الدراسي الأول يمتلكون قاعدة قوية يمكن البناء عليها لتعزيز تكيفهم واستمرار مناعتهم النفسية خلال السنوات المقبلة، مما يعزز استعدادهم للانخراط في الدراسة ومواجهة متطلباتها، وعادة ما تكون السنة الأولى في الكلية تمهيدية، حيث تكون المناهج مصممة لمساعدة الطلبة على الانتقال من النظام المدرسي الي النظام الجامعي، وهذا يتيح للطلبة فرصة التكيف بسهولة مع الأنشطة والمهام الدراسية دون ضغوط كبيرة.

### 3- إجابة التساؤل الثالث:

للإجابة على التساؤل الثالث للبحث الحالي، والذي ينص على (هل توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (0.05) بين المناعة النفسية والتكيف الدراسي لدى عينة من طلاب الفصل الدراسي الأول بكلية التربية جامعة بني وليد)؟

قامت الباحثة باستخدام معامل الارتباط سبيرمان براون للمعرفة ما إذا كانت هناك علاقة بين متغيري البحث؟

**الجدول (5):** يوضح العلاقة بين المناعة النفسية والتكيف الدراسي لدى أفراد العينة.

المتغير	العينة	درجة الحرية	t المحسوبة	T الجدولية	مستوى الدلالة
المناعة النفسية التكيف الدراسي	80	78	0.051	1.67	غير دالة إحصائياً 0.05

نلاحظ من خلال نتائج الجدول بما أن الدلالة الإحصائية بلغت 0.051 وهي أكبر من مستوى الدلالة 0.05 فإنه لا توجد علاقة دالة إحصائياً بين المناعة النفسية والتكيف الدراسي، وبالتالي تقبل الفرضية التي تنص علي أنه (لا توجد علاقة ارتباطية بين المناعة النفسية والتكيف الدراسي لدى عينة من طلاب الفصل الدراسي الأول بكلية التربية جامعة بني وليد) وتأتي هذه النتيجة متسقة مع نتيجة دراسة (يزيد شويعل 2022) والذي أوضحت على أنه لا توجد علاقة ارتباطية بين المناعة النفسية والتكيف الدراسي لدى أفراد العينة وأن المناعة النفسية لها القدرة في التنبؤ بمستوى التكيف الدراسي.

فإن ذلك يشير إلي إن مستوى المناعة النفسية لدى الطلبة ليس عاملاً مؤثراً بشكل مباشر أو قوي في مستوى تكيفهم الدراسي (مثل أدائهم الأكاديمي، القدرة على التكيف مع البيئة الدراسية، أو التعامل مع متطلبات الدراسة) أن المناعة النفسية ليست العامل الحاسم في تحديد مستوى التكيف الدراسي، وأن الطلبة الذين يمتلكون مناعة نفسية قوية ليسوا بالضرورة أفضل تكيفاً دراسياً من غيرهم والعكس صحيح. وقد يكون التكيف الدراسي مرتبطاً بعوامل أخرى أكثر تأثيراً، مثل الدافع الداخلي، جودة البيئة التعليمية، الدعم الاجتماعي قد تختلف العلاقة بين المناعة النفسية والتكيف الدراسي بناء على الثقافة، العمر، التخصص الدراسي وربما تكون المناعة النفسية غير مؤثرة في سياق عينة البحث.

التكيف الدراسي قد يتأثر أكثر بعوامل مثل: - البيئة التعليمية (كجودة التدريس والمرافق) الدعم الاجتماعي (من الأسرة، الأصدقاء، الزملاء) القدرات الدراسية (مثل الذكاء الأكاديمي أو أساليب التعلم) هذه العوامل قد تكون لها تأثير أكبر من المناعة النفسية مما أدى عدم ظهور علاقة واضحة بين المناعة النفسية والتكيف الدراسي.

## ملخص النتائج:

كشفت النتائج من خلال التحليل الإحصائي عن عدم وجود علاقة ارتباطية بين المناعة النفسية والتكيف الدراسي لدى عينة من الطلبة الجدد بكلية التربية بني وليد، وأن مستوى المناعة النفسية والتكيف الدراسي لدى أفراد العينة كان جيد.

## التوصيات والمقترحات:

### التوصيات:

1. إقامة ندوات للطلبة الجدد لتعريفهم بنظام الجامعة والكلية، وتهيئة الطلبة للتكيف مع النظام الجامعي الجديد.
2. تنظيم ورش عمل ومحاضرات لزيادة وعي الطلبة بأهمية المناعة النفسية وكيفية تعزيزها.
3. توفير دعم نفسي واجتماعي من خلال مراكز الإرشاد الجامعي.
4. تصميم برامج خاصة للطلبة الذين يواجهون صعوبات في التكيف الدراسي مثل الطلبة المنتقلين من بيئات مختلفة أو القادمين من مناطق نائية.
5. تعزيز العلاقات بين الطلبة من خلال الأنشطة الجماعية لتعزيز الدعم الاجتماعي.

### المقترحات:

1. إجراء دراسات مشابهة على عينات أكبر من الطلبة في كليات أخرى.
2. دراسة العلاقة بين المناعة النفسية والتكيف في مراحل دراسية أخرى، مثل الفصول المتقدمة.
3. دراسة فعالية البرامج الإرشادية المقدمة للطلاب في الفصل الدراسي الأول في تحسين التكيف.
4. إشراك أولياء الأمور في توعية الطلبة الجدد بأهمية التكيف النفسي والدراسي.

## قائمة المراجع:

### أولاً: المراجع العربية

1. أحمد عبد المالك أحمد، وسعاد كامل قرني (2017) التنبؤ بالهناؤ النفسي في ضوء كل من المناعة النفسية واليقظة العقلية لدى معلمي ذوي الاحتياجات الخاصة بالمنيا، دراسات عربية في التربية وعلم النفس، رابطة التربويين العرب، (2)، (85) ص (329 - 368)
2. أحمد يحيى الزق (2012). علم النفس (ط 2). عمان: زمزم، ناشرون ومفكرون.
3. بنذر عويص العتيبي (2019). درجة التفاعل الصفي وعلاقتها بالتكيف المدرسي، المجلد الخامس والثلاثون، العدد الحادي عشر.
4. جبار وادي العكلي (2017). المناعة النفسية لدى طلبة الجامعة وعلاقتها بالوعي الذاتي والعفو الذاتي والعفو، دراسات عربية في التربية وعلم النفس، رابطة التربويين العرب، (81) ص 423-454
5. دارون شلتر (1983): نظريات الشخصية. ترجمة حمد دلي، مطبعة جامعة بغداد.
6. سعاد زيداني (2021). التكيف المدرسي وعلاقته بالسلوك العدواني لدى المراهقين. دراسة ميدانية، تخصص علم النفس المدرسي.
7. صاحب الجنابي (2019). الأزمة النفسية: تشخيصها وأساليب التعامل معها. عمان. دار البازوري العلمية.
8. عصام زيدان (2013) المناعة النفسية مفهومها وأبعادها وقياسها. مجلة كلية التربية، جامعة طنطا، (15)، ص 812-882.
9. علي القاضي (1994) ظاهرة المناعة النفسية في الحضارة الإسلامية، مجلة منبر الإسلام - العدد 3.
10. عبد الله أبو زعير، (2015) مفاهيم معاصرة في الصحة النفسية، ط1، الأكاديميون للنشر والتوزيع، عمان.
11. فانتن كاظم (2020) المناعة النفسية وعلاقتها بالتكيف الأكاديمي لدى طلبة الجامعة، مجلة العلوم الإنسانية، ع 3، سبتمبر/ دولة النشر العراق، ص 267-304.

12. محمد البلوي (2014) مبادي الإرشاد النفسي في المجال العسكري.
13. مصطفى إبراهيم والزيات، أحمد عبد القادر (2004) المعجم الوسيط، ج 1، جمهورية مصر، القاهرة.
14. يزيد شويعل (2022) دور المناعة النفسية في تحقيق التكيف الدراسي وحل المشكلات الاجتماعية لدى الطلبة المقبلين على اجتياز شهادة البكالوريا: دراسة ميدانية تنبؤية، دراسات نفسية، المجلد (13)، العدد (1)، الجزائر، ص 237-250.

#### ثانياً: المراجع الأجنبية

1. Bredacs A.M.(2016) psychological immunity Research to the improrem of the professional teacher traiwing,s National