
الخصائص السيكومترية لقياس المناعة النفسية *

إعداد

خالد أحمد عبد الرحمن المعافى المالكى
باحث ماجستير

تحت إشراف

فتحى مهدي محمد نصر
أستاذ الصحة النفسية المشارك بقسم التربية وعلم النفس

مجلة بحوث التربية النوعية - جامعة المنصورة

عدد (٥٥) - يوليو ٢٠١٩

* هذه الورقة مستخلصة من رسالة ماجستير بعنوان "المناعة النفسية وعلاقتها بالسلوك العدواني لدى طلاب الصف الأول ثانوي بمحافظة أضم" إشراف الدكتور/ فتحى مهدي محمد نصر- أستاذ الصحة النفسية والإرشاد النفسي المشارك.

الخصائص السيكومترية لمقياس المناعة النفسية

إعداد

فتحى مهدي محمد نصر**

خالد أحمد عبد الرحمن المعافى المالكي*

الملخص

هدفت المقياس إلى تحديد مستوى المناعة النفسية لدى طلاب الصف الأول الثانوي، والتحقق من خصائصه السيكومترية، ويتألف المقياس من تسعة أبعاد، تم صياغة البنود التي تمثل كل بعد من الأبعاد التسعة ليصل عدد بنود المقياس إلى (٥٤) بند، وقد وضع الباحث مجموعة من البدائل لكل بند من بنود المقياس وفق تدريج ليكرت وذلك (أوافق بشدة = ٤ درجات)، (أوافق = ٣ درجات)، (لا أوافق = ٢ درجتان)، (لا أوافق بشدة = ١ درجة واحدة)، وبالتالي تبلغ الدرجة الصغرى للمقياس (٥٤) درجة، أما الدرجة العظمى فتبلغ (٢١٦) درجة، وتشير الدرجة المرتفعة إلى المستويات العليا من المناعة النفسية، أما الدرجات المنخفضة فتشير إلى انخفاض مستوى المناعة النفسية لدى الفرد، ويطبق المقياس بشكل فردي وجماعي. تم تطبيق المقياس على عينة استطلاعية مكونة من (٥٩) طالباً بالصف الأول الثانوي، واستخدم الباحث لحساب الصدق طريقة الإتساق الداخلي، ولحساب الثبات طريقة ألفا كرونباخ، وأسفرت نتائج التحليل عن ارتفاع مؤشرات الصدق بين البنود والأبعاد التي تنتمي إليها حيث تراوحت ما بين (٠,٣٣٤ - ٠,٧٣٢)، وبين الأبعاد والدرجة الكلية للمقياس عن صدق وثبات المقياس حيث تراوحت ما بين (٠,٤٣٦ - ٠,٧٢٣)، كما بلغ معامل ثبات المقياس بطريقة ألفا كرونباخ (٠,٨٥٦).

مقدمة:

يعد مصطلح المناعة النفسية Psychological Immunity من المصطلحات الحديثة في دراسات الصحة النفسية والإرشاد النفسي حيث ظهر في أوائل التسعينات وقد استخدم لمواجهة الضغوط وانحرافات السلوك والآثار النفسية والمشاعر السلبية والدفاع عن الذات ضد الأزمات والتهديدات والمخاطر النفسية وحماية النفس من الاضطرابات والأمراض النفسية (زيدان، ٢٠١٣)، وقبل ذلك تناوله فرويد من خلال فكرة الدفاع النفسي وشرح آليات وميكانيزمات الدفاع النفسي.

ويمكن القول أن بدايات ظهور مفهوم المناعة النفسية على يد الأمريكية سوزان كوبازا Sozanne Kobasa أثناء إعدادها لرسالة الدكتوراه تحت إشراف أستاذها مادي Maddi بجامعة شيكاغو بالولايات المتحدة الأمريكية والتي انتهت منها في سنة ١٩٧٧ (مخير، ٢٠١١، ١١).

* باحث ماجستير

** أستاذ الصحة النفسية المشارك بقسم التربية وعلم النفس

وترجع أهمية المناعة النفسية وتنميتها لدى الطالب لكونها القوى المحركة التي تسمح للإنسان بالتغلب على التحديات وتجاوز العثرات ليحقق النجاحات، وإلى صقل تفكيره وتوجيهه إلى حسن التعامل مع الضغوط والتوترات في البيئة المليئة بالمشكلات، كما يمكن تنمية التوجيه العقلي لدى الطالب لتنشيط المناعة النفسية ليكون أكثر قدرة على التعامل مع مجريات الحياة وصعوباتها وتحدياتها بطرق إيجابية يمكن من خلالها التغلب على أي انحرافات سلوكية تظهر عليه أو على الوسط المدرسي الذي ينضج فيه (عصفور، ٢٠١٣: ٢٧).

وقد وصفت كوبازا (Kobasa, 1979, 67) المناعة النفسية بأنها "مجموعة من السمات الشخصية تعمل كمصدر أو كواق لأحداث الحياة الشاقة، وأنها تمثل اعتقاداً أو اتجاهًا عامًا لدى الفرد في قدرته على استغلال كافة مصادره، وإمكاناته النفسية، والبيئية المتاحة، كي يدرك أحداث الحياة الشاقة إدراكاً غير مشوه، ويفسرها بمنطقية وموضوعية، ويتعايش معها على نحو إيجابي. وأنها تتضمن ثلاثة أبعاد رئيسية، هي الالتزام، والتحكم، والتحدي".

فالمناعة النفسية تشير إلى قدرة الشخص على مواجهة الأزمات والكروب وتحمل الصعوبات ومقاومة ما ينتج عنها من أفكار ومشاعر يشوبها الغضب والعداوة والانتقام واليأس والعجز والانهزامية والتشاؤم، كما أن المناعة النفسية تمد الفرد بمناعة إضافية تنشط أجهزة المناعة الجسمية لديه (حسان، ٢٠٠٩: ٦٢).

مقياس المناعة النفسية (إعداد الباحث)

الهدف من المقياس:

يهدف المقياس تحديد مستوى المناعة النفسية التي يتمتع بها طلاب الصف الأول الثانوي بمحافظه أضفم.

خطوات تصميم المقياس:

قام الباحث في سبيل إعداد مقياس المناعة النفسية بالخطوات التالية:

- الاطلاع على الأدب النظري ذات الصلة بالمناعة النفسية وهو قليل نظراً لحداثة المفهوم ومن أهم هذه الدراسات؛ دراسة غنايم (٢٠١٨) برنامج إرشادي نفسي لتنشيط المناعة النفسية؛ ودراسة العكيلي (٢٠١٧) على المناعة النفسية لدى طلبة الجامعة، ودراسة صباح (٢٠١٧) تأثير النشاط البدني على المناعة النفسية؛ ودراسة محمد (٢٠١٦) على المناعة النفسية لدى أمهات الأطفال المعاقين عقلياً القابلين للتعليم، ودراسة الشريف (٢٠١٦) لتدعيم نظام لمناعة النفسية، ودراسة عصفور (٢٠١٣) تنشيط المناعة النفسية.

- الاطلاع عدد من المقاييس المرتبطة بالمناعة النفسية ومن تلك المقاييس ما يلي:
- مقياس المناعة النفسية للموهوبين بالمرحلة الثانوية (إعداد غنايم، ٢٠١٨)، ويتألف في صورته الأولية من (٤٣) مفردة موزعة على أربعة أبعاد، بعد ضبط النفس والسيطرة عليها واشتمل على (٩) مفردات، بعد التفكير الإيجابي وتضمن (١١) مفردة، وبعد الإبداع في حل المشكلات واحتوى

على (١٠) مفردات، والرابع الحث الذاتي ومقاومة الفشل واشتمل على (١٣) مفردة، وبعد التحقق من صدقه وثباته وصلت مفرداته في صورتها النهائية إلى (٣١) مفردة.

- مقياس المناعة النفسية للمصابين بمرض الغدة الدرقية (إعداد عبد الجبار في العكيلي، ٢٠١٧)، ويتكون من (٣٠) فقرة، يستجيب عليها المفحوص وفق بدائل ثلاثية، تنطبق علي كثير (٣) درجات، تنطبق علي بدرجة متوسطة (٢) درجتان إثنان، لا تنطبق علي (١) درجة واحدة، والمقياس أحادي البعد.

- مقياس المناعة النفسية لأسر المعاقين العقياً القابلين للتعلم (إعداد محمد، ولاشين، وعبد الحميد، ٢٠١٦)، وتآلف من (٦١) عبارة، أشتملت على أربعة أبعاد هي: الضبط الانفعالي (١٥) عبارة، الكفاءة الاجتماعية (١٧) عبارة، التفكير الإيجابي (١٥) عبارة، الكفاءة الذاتية (١٣) عبارة، يتم تصحيحه وفق تقديرات دائمة (٣)، أحياناً (٢)، نادراً (١).

- مقياس المناعة النفسية للرياضيين المتقدمين في بعض الألعاب الفردية والجماعية (إعداد خضر، ٢٠١٧)، ويتكون من (٣٩) فقرة إيجابية وسلبية، موزعة على سبعة أبعاد، ولكل فقرة خمسة بدائل (دائماً، غالباً، أحياناً، نادراً، أبداً)، وتكون درجات الفقرات الإيجابية (١، ٢، ٣، ٤، ٥)، والفقرات السلبية (١، ٢، ٣، ٤، ٥).

- قائمة جهاز المناعة النفسي إعداد أولاه وآخرون (et al., 2012 Olah)، أعده وترجمه للعربية العسامي (د.ت)، وتتكون القائمة من (٨٠) عبارة موزعة على (١٦) عاملاً تقيس المناعة النفسية، وهذه العوامل موزعة على ثلاثة أنظمة فرعية، أولاً: النظام الفرعي: الإقدام - الرصد (MAS) ويشتمل على (التفكير الإيجابي، الشعور بالسيطرة، الشعور، بالتماسك، الشعور بالنمو الذاتي، التحدي التوجه نحو التغيير والتحدي، الرصد الاجتماعي، توجه نحو الهدف)، ثانياً: النظام الفرعي: التنفيذ - الإبداع (CES) ويشتمل على (الإبداع الذاتي، حل المشكلات، الفاعلية الذاتية، حشد القدرات الاجتماعية، إبداع القدرات الاجتماعية)، ثالثاً: النظام الفرعي: التنظيم الذاتي (SRS) ويشتمل على (التزامن، ضبط الإنذفاع، ضبط الانفعال، ضبط التهيج المفرط)، يتم الاستجابة على القائمة وفق بدائل (غير موافق إطلاقاً، غير موافق، عادي، موافق، موافق دائماً).

وصف المقياس:

استفاد الباحث من الخطوات آنفة الذكر في تحديد أبعاد مقياس المناعة النفسية، والذي بلغ تسعة أبعاد، ثم صياغة العبارات التي تمثل كل بعد من الأبعاد التسعة، وقد وضع الباحث مجموعة من البدائل لكل عبارة من عبارات المقياس وفق تدرج ليكرت وذلك (أوافق بشدة = ٤ درجات)، (أوافق = ٣ درجات)، (لا أوافق = ٢ درجتان)، (لا أوافق بشدة = ١ درجة واحدة)، وبالتالي تبلغ الدرجة الصغرى للمقياس (٥٤) درجة، أما الدرجة العظمى فتبلغ (٢١٦) درجة، وتشير الدرجة المرتفعة إلى المستويات العليا من المناعة النفسية، أما الدرجات المنخفضة فتشير إلى انخفاض مستوى المناعة النفسية لدى

الفرد، ويطبق المقياس بشكل فردي وجماعي. والجدول التالي يوضح أبعاد المقياس والعبارات التي تمثله:

جدول (١)

أبعاد وعبارات مقياس المناعة النفسية

م	الأبعاد	أرقام العبارات	عدد العبارات
١	التفكير الإيجابي	٩-٨-٧-٦-٥-٤-٣-٢-١	٩
٢	الإبداع وحل المشكلات	١٥-١٤-١٣-١٢-١١-١٠	٦
٣	ضبط النفس والإتزان	٢٢-٢١-٢٠-١٩-١٨-١٧-١٦	٧
٤	الصمود والصلابة النفسية	٢٧-٢٦-٢٥-٢٤-٢٣	٥
٥	فاعلية الذات	٣٣-٣٢-٣١-٣٠-٢٩-٢٨	٦
٦	الثقة بالنفس	٣٨-٣٧-٣٦-٣٥-٣٤	٥
٧	التحدي والمثابرة	٤٣-٤٢-٤١-٤٠-٣٩	٥
٨	المرونة النفسية والتكيف	٤٨-٤٧-٤٦-٤٥-٤٤	٥
٩	التفاؤل	٥٤-٥٣-٥٢-٥١-٥٠-٤٩	٦
١٠	المجموع		٥٤

صدق المقياس:

صدق الإتساق الداخلي: Internal Consistency Validity

تم حساب التجانس الداخلي للمقياس عن طريق حساب معاملات الارتباط بين درجات الأفراد على كل عبارة من عبارات مقياس المناعة النفسية والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه، ثم حساب معاملات الارتباط بين درجة كل بعد من أبعاد مقياس المناعة النفسية والدرجة الكلية. ويوضح ذلك الجداول التالية:

جدول (٢)

معاملات الارتباط بين عبارات بعد التفكير الإيجابي والدرجة الكلية للبعد (ن = ٥٩)

م	العبارات	معامل الارتباط
١	أقتنع بأن كل ما يحدث حولي إيجابي وسيستمر	٠.٥١٤**
٢	الحياة فيها الكثير الذي يستحق أن نعيش من أجله	٠.٥١٨**
٣	أقتخر بنفسي عندما أفكر فيما وصلت إليه	٠.٤٣٣**
٤	أتحمل مسؤولية كل أقوالتي وأفعالي	٠.٤٣٦**
٥	الاعتماد على النفس أفضل الطرق لتحقيق الأهداف	٠.٥٦٢**
٦	لكل مجتهد نصيب	٠.٣٦٧**
٧	العلم والمعرفة هي التي تحقق النمو والتطور الاجتماعي	٠.٥٠٨**
٨	النجاح صدفة تحدث مع بعض الأشخاص فقط	٠.٣٣٤**
٩	الفشل قدر محتوم لا بد من حصوله	٠.٣٩٠**

(*) دال عند مستوي ٠.٠٥

جدول (٣)

معاملات الارتباط بين عبارات بعد الإبداع وحل المشكلات والدرجة الكلية للبعد (ن = ٥٩)

م	العبارات	معامل الارتباط
١	كثير من أفكاري يستخدمها الآخرون للاستفادة منها	٠.٤٨٥*
٢	أفكاري تكون مميزة في الأعمال الجماعية	٠.٥٥٠**
٣	قدراتي الإبداعية أعلى من معظم الناس حولي	٠.٦٢٧**
٤	أستطيع بسهولة إيجاد حلول بديلة حتى عندما أكون تحت ظروف صعبة	٠.٦٦٠**
٥	من يستغل عقله ينجح في جميع مواقف حياته	٠.٤٧٦**
٦	أعرف جيدا ما ينبغي عمله، لكنني أفتقد القدرة على القيام به	٠.٤٥١**

(♦) دال عند مستوى ٠.٠٥

جدول (٤)

معاملات الارتباط بين عبارات بعد ضبط النفس والإتزان والدرجة الكلية للبعد (ن = ٥٩)

م	العبارات	معامل الارتباط
١	قليلًا ما يسيطر علي الغضب	٠.٥٩٦**
٢	كلامي يسبق تفكيري لأنني أتكلم أولاً ثم أفكر فيما قلته	٠.٥١٧**
٣	أتحكم في أقوالي وأفعالي في أي موقف	٠.٣٧٧**
٤	أتمنى أن أترك الاندفاع والتسرع في تعاملاتي اليومية	٠.٣٦٥**
٥	أقلق بسهولة إذا حدثت لي أمور سيئة أو غير سارة	٠.٤٩٢**
٦	أشعر بغضب شديد إذا سارت الأمور بخلاف ما أريد	٠.٥٩٠**
٧	بعض انفعالاتي أكبر مما يحتمل الموقف	٠.٧٠٢**

(♦) دال عند مستوى ٠.٠٥

جدول (٥)

معاملات الارتباط بين عبارات بعد الصمود والصلابة النفسية والدرجة الكلية للبعد (ن = ٥٩)

م	العبارات	معامل الارتباط
١	إذا أردت الوصول لأهدافي سرعان ما أصل إليها	٠.٥٠٦**
٢	أستطيع أن أحقق طموحاتي مهما واجهت من صعوبات	٠.٧٠٥**
٣	مبادئ ثابتة مهما حدثت لي	٠.٧٦٦**
٤	أأخذ قراراتتي بنفسى دون تدخل الآخرين فيها.	٠.٦٦١**
٥	شعوري بإنجاز ما أريده يمنحني القوة في التصدي للمشكلات	٠.٥٧١**

(♦) دال عند مستوى ٠.٠٥

جدول (٦)

معاملات الارتباط بين عبارات بعد فاعلية الذات والدرجة الكلية للبعد (ن = ٥٥)

م	العبارات	معامل الارتباط
١	لدي إمكانات عالية أسخرها لخدمة الآخرين	٠.٥٥٢**
٢	الأنشطة الهادفة في حياتي اليومية قليلة جدا	٠.٦٧١**
٣	أفقد الأهداف الواضحة الواجب تحقيقها	٠.٧٤٦**
٤	لدي قوة تدفع الآخرين للنجاح ويمكنني التأثير عليهم في كل الظروف	٠.٦٢٣**
٥	أرى أن الناس حولي يتقدمون بينما أنا متجمد مكاني	٠.٥٥٣**
٦	أنفذ جميع أفكاري عندما أصر عليها	٠.٣٠٣*

(♦) دال عند مستوي ٠.٠٥

جدول (٧)

معاملات الارتباط بين عبارات بعد الثقة بالنفس والدرجة الكلية للبعد (ن = ٥٥)

م	العبارات	معامل الارتباط
١	أدرك أن أي موقف صعب يواجهني ستكون نهايته سعيدة	٠.٦٧٣**
٢	أدافع عن آرائي بكل قوة	٠.٦٦١**
٣	أتمتع بقدرات عالية في الحكم على الآخرين	٠.٥٤٣**
٤	أرفض الانتقاد لأنه يزعجني	٠.٧٠٠**
٥	أثق في نفسي ولا تهزني الآراء المهاجمة	٠.٤٨٥**

(♦) دال عند مستوي ٠.٠٥

جدول (٨)

معاملات الارتباط بين عبارات بعد التحدي والمثابرة والدرجة الكلية للبعد (ن = ٥٥)

م	العبارات	معامل الارتباط
١	أجرب المواقف المفاجئة غير المتوقعة، وأعتبرها تحديات مثيرة	٠.٥٩١**
٢	إذا بدأت أي عمل أو مهمة أستمّر فيها حتى نهايتها	٠.٤٣٢**
٣	غالبًا ما أبدأ في مشروع جديد قبل أن أنهى المشروع السابق	٠.٦٤٢**
٤	أتحدى نفسي لكي أكون متميزًا	٠.٥١٥**
٥	أرحب بالنقد المخالف لرأيي	٠.٧٠١**

(♦) دال عند مستوي ٠.٠٥

جدول (٩)

معاملات الارتباط بين عبارات بعد المرونة النفسية والتكيف والدرجة الكلية للبعد (ن = ٥٩)

م	العبارات	معامل الارتباط
١	كل ما يحقق أهدافي أستخدامه دون تأخير	٠.٤٧٢**
٢	أستطيع أن أحتوي غضب الآخرين	٠.٣٨٩**
٣	الغاية تبرر الوسيلة المستخدمة لوصولي إلى هدفي	٠.٧٥١**
٤	أغير تفكيري حسب متطلبات الموقف الحالي	٠.٧٣٢**
٥	إذا تعثرت أعود بسرعة إلى الوضع الطبيعي لأنطلق من جديد	٠.٦٦١**

(♦) دال عند مستوي ٠.٠٥

جدول (١٠)

معاملات الارتباط بين عبارات بعد التفاضل والدرجة الكلية للبعد (ن = ٥٩)

م	العبارات	معامل الارتباط
١	أرى أنني شخص متفائل كما يصفني الآخرون	٠.٤٥٣**
٢	شخصيتي تتغير إلى الأفضل بمرور الزمن	٠.٣٦١**
٣	أعتقد أن جميع أحلامي سوف تتحقق	٠.٦٤٩**
٤	حياتي تسير من سيئ إلى أسوأ	٠.٥٩٨**
٥	صوت الباطل أعلى من صوت الحق	٠.٦٤١**
٦	السنوات القادمة تحمل بشئ سارة	٠.٦٣٤**

(♦) دال عند مستوي ٠.٠٥

يتضح من الجداول (٢، ٣، ٤، ٥، ٦، ٧، ٨، ٩، ١٠) أن جميع معاملات الارتباط بين كل عبارة من عبارات المقياس والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه دالة عند مستوى (٠.٠١)، مما يشير إلى ترابط هذه العبارات مع الدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه، ويدل ذلك على الاتساق الداخلي للمقياس وصلاحيته للتطبيق.

جدول (١١)

معاملات الارتباط بين كل بعد من أبعاد مقياس المناعة النفسية والدرجة الكلية للمقياس (ن = ٥٩)

م	الأبعاد	معامل الارتباط
١	التفكير الإيجابي	٠.٥٩٦**
٢	الإبداع وحل المشكلات	٠.٦٥٨**
٣	ضبط النفس والإنجاز	٠.٦٨١**
٤	الصمود والصلاة النفسية	٠.٦٤٤**
٥	فاعلية الذات	٠.٦٨٦**
٦	الثقة بالنفس	٠.٥٣٤**
٧	التحدي والمثابرة	٠.٧٢٣**
٨	المرونة النفسية والتكيف	٠.٤٣٦**
٩	التفاضل	٠.٥٠١**

(♦) دال عند مستوي ٠.٠٥

يتضح من جدول (١١) أن جميع معاملات ارتباط كل بعد من أبعاد مقياس المناعة النفسية والدرجة الكلية للمقياس دالة عند مستوى (٠.٠١)، مما يشير إلى ارتفاع مؤشرات الاتساق الداخلي للمقياس وصلاحيته للتطبيق.

ثبات المقياس:

الثبات بطريقة معامل ألفا - كرونباخ:

للتحقق من ثبات المقياس تم حساب معامل ثبات ألفا كرونباخ Cronbach Alpha، لعبارات كل بعد من أبعاد مقياس المناعة النفسية، وثبات المقياس ككل للتحقق من مدى ثبات المقياس وملائمته للتطبيق والإعتماد عليه في نتائج الدراسة. وفيما يلي توضح ذلك:

جدول (١٢)

معامل الثبات بطريقة ألفا - كرونباخ لمقياس المناعة النفسية (ن = ٥٩)

أبعاد مقياس المناعة النفسية	عدد العبارات	معامل ثبات ألفا كرونباخ
التفكير الإيجابي	٩	٠.٤٤٦
الإبداع وحل المشكلات	٦	٠.٥٠٢
ضبط النفس والالتزان	٧	٠.٥٦٢
الصمود والصلاية النفسية	٥	٠.٦٣٩
فاعلية الذات	٦	٠.٦٠٢
الثقة بالنفس	٥	٠.٥٨٨
التحدي والتأثير	٥	٠.٥١٠
المرونة النفسية والتكيف	٥	٠.٥٤٣
التفاؤل	٦	٠.٥٦٦
الدرجة الكلية	٥٤	٠.٨٥٦

يتضح من جدول (١٢) أن جميع قيم معاملات ثبات ألفا على أبعاد مقياس المناعة النفسية والدرجة الكلية مرتفعة وبالتالي يمكن الوثوق في نتائجه والإعتماد عليه في التحقق من فروض الدراسة.

المراجع:

- زيدان، عصام محمد (٢٠١٣). المناعة النفسية مفهومها وأبعادها وقياسها، مجلة كلية التربية، ع٥١٤، جامعة طنطا، مصر، ٨١٦ - ٨١٧.
- حسان، ولاء إسحاق (٢٠٠٩). فاعلية برنامج إرشادي مقترح لزيادة مرونة الأنا لدى طالبات الجامعة الإسلامية بغزة، رسالة ماجستير منشورة، كلية التربية، الجامعة الإسلامية، غزة.
- عصفور، إيمان حسنين محمد (٢٠١٣). تنشيط المناعة النفسية لتنمية مهارات التفكير الإيجابي وخفض قلق التدريس لدى الطالبات الملمات شعبة الفلسفة والاجتماع. دراسات عربية في التربية وعلم النفس، السعودية، ع٤٢٤، ج٣، ١١ - ٦٣.
- سليمان، سناء محمد، (٢٠٠٨)، مشكلة العنف والعدوان لدى الأطفال والشباب. القاهرة: عالم الكتب للنشر والتوزيع والطباعة.
- مخيمر، عماد محمد (٢٠١١). مقياس الصلابة النفسية. القاهرة، مكتبة الأنجلو المصرية.
- غنايم، أمل محمد (٢٠١٨). برنامج إرشادي نفسي ديني لتنشيط المناعة النفسية وأثره في تحقيق الأمن الفكر لدى الموهوبين بالمرحلة الثانوية. مجلة الإرشاد النفسي، مركز الإرشاد النفسي، جامعة عين شمس، ع٥٥٤، ج١، ٣٨١ - ٤٢٦.
- العكيلي، جبار وادي باهض (٢٠١٧). المناعة النفسية لدى طلبة الجامعة وعلاقتها بالوعي بالذات والعفو. دراسات عربية في التربية وعلم النفس، ع٨١، ٤٢٣ - ٤٥٤.
- محمد، إيمان نبيل حنفي (٢٠١٦) المناعة النفسية لدي أمهات الأطفال المعاقين عقليا القابلين للتعليم وعلاقتها بالكفاءة الاجتماعية لدي ابنائهم، دراسات تربوية واجتماعية، مج٢٢، ع٣٥.٣ - ٤٨٦.
- الشريف، رولا رمضان محمد (٢٠١٦). فاعلية برنامج إرشادي لتدعيم نظام المناعة النفسية وخفض اضطرابات ما بعد الصدمة لدى مراهقي الأسر المتضررة بالعدوان الأخير على غزة (٢٠١٤). رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، الجامعة الإسلامية. غزة.
- Kobasa, S.C. (١٩٧٩). Stressful life events, personality, and health: an inquiry into hardiness, Journal of Personality and Social Psychology, 42, (1), 168-177.
- Olah, A., Nagy, H. & Toth, K. (2010). Life expectancy and psychological immune competence in different cultures. ETC—Empirical Text and Culture Research, 4, 102 - 108.

Abstract

the scale was designed to determine the level of psychological immunity in the first grade of secondary students and to verify its psychometric characteristics. The scale consists of nine dimensions. The items representing each of the nine dimensions were formulated to reach the number of items in the scale to 54 items. (I strongly agree = 4 degrees), (I agree = 3 degrees), (I disagree = 2 degrees), (I strongly disagree = 1 degree) and therefore the smallest score of the scale (54) Degree, and the great score is (216) degrees, and indicate high to the higher levels of psychological immunity, Low scores indicate a low level of psychological immunity in the individual, and the scale is applied individually and collectively. The results were based on a sample of 59 students in the first grade of secondary. The researcher used the method of internal consistency to calculate the stability. The results of the analysis revealed the high indicators of truth between the items and the dimensions to which they belong. 0.732), and between the dimensions and the total degree of the scale for the accuracy and stability of the scale, which ranged between (0.436 - 0.723), and the coefficient of stability of the scale in the way Alpha Kronbach (0.856).