المناعة النفسية والأفكار الانتحارية لدى طلاب الجامعة بالكويت(*)

د/ هدى ملوح عسكر الفضلي
قسم علم النفس
كلية العلوم الاجتماعية – جامعة الكويت

الملخص:

تهدف الدراسة الحالية إلى توضيح الفروق بين طلبة المرحلة الجامعية بالبيئة الكويتية في كل من المناعة النفسية، والأفكار الانتحارية وفقًا للنوع الاجتماعي، وكذا الكشف عن العلاقة بين المناعة النفسية، والأفكار الانتحارية لديهم، إضافة إلى التنبؤ بالأفكار الانتحارية في ضوء مناعتهم النفسية، وقد تضمنت عينة الدراسة (٢٠٨) طالبًا وطالبة من جامعة الكويت (١١٢ ذكرًا) و(٩٦ أنثى). وبتطبيق مقياس المناعة النفسية للشباب الجامعي إعداد/ سُليمان عبد الواحد وهدى الفضلي (٢٠٢١)، ومقياس الأفكار الانتحارية إعداد/ الباحثة، أسفرت النتائج عن عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الجنسين في مكونات المناعة النفسية ودرجتها الكلية، وكذا في أبعاد الأفكار الانتحارية ودرجتها الكلية، إضافة إلى وجود علاقة ارتباطية سالبة دالة بين الأفكار الانتحارية والمناعة النفسية، وأخيرًا أظهرت النتائج إمكانية التنبؤ بالأفكار الانتحارية بمعلومية المناعة النفسية لدى أفراد عينة الدراسة من طلبة المرحلة الجامعية بالبيئة الكويتية.

الكلمات المفتاحية: المناعة النفسية، الأفكار الانتحارية، طلبة المرحلة الجامعية.

(*) **مجلة كلية الآداب جامعة القاهرة المجلد (٨٣) العدد (٥) يوليه ٢٠٢٣.**

Psychological immunity and suicidal thoughts among Kuwait University students

Prepared by
Dr. Hoda Mallouh Askar ALFadhli
Department of Psychology
Faculty of Social Sciences - Kuwait University

Abstract:

The current study aims to clarify the differences between university students in the Kuwaiti environment in both psychological immunity and suicidal thoughts according to gender, as well as revealing the relationship between psychological immunity and their suicidal thoughts, in addition to predicting suicidal thoughts in light of their psychological immunity. (208) students from Kuwait University (112 males) and (96 females). By applying the scale of psychological immunity for university youth prepared / Soliman Abdel Wahed and Huda Al-Fadhli (2021), and the scale of suicidal thoughts prepared by / the researcher, the results resulted in the absence of statistically significant differences between the sexes in the components of psychological immunity and its total degree, as well as in the dimensions and total degree of suicidal thoughts. In addition to the existence of a significant negative correlation between suicidal thoughts and psychological immunity, and finally the results showed the possibility of predicting suicidal thoughts with the knowledge of psychological immunity among members of the study sample of undergraduate students in the Kuwaiti environment.

Key words: Psychological immunity, Suicidal thoughts, Undergraduate students.

مقدمة :

لما كانت حياة الإنسان لا تمضي على وتيرة واحدة وعلى نمط واحد؛ فإن عالم اليوم يشهد العديد من التغيرات العلمية والتكنولوجية والاجتماعية والاقتصادية والسياسية أثرت في جميع مجالات الحياة وانعكست آثارها الإيجابية والسلبية، مما أدى إلى زيادة الأعباء التي تواجه الفرد وزيادة مشكلاته الحياتية، وجعلت الفرد يعاني من كثير من المشكلات والضغوط الحياتية (سُليمان عبد الواحد، ٢٠٢٠، ٥٣١)؛ الأمر الذي يجعل البعض يفكر في الانتحار.

وتعد دراسة الانتحار جزءًا من أجزاء علم الإجرام؛ لأنه جريمة ترتكب في حق الله– سبحانه وتعالى– وفي حق الإنسان نفسه، فالانتحار فعل ضد الإرادة الإلهية، ولقد نهى الله– سبحانه وتعالى– عباده عن قتل النفس، فقال الحق تبارك وتقدس في محكم التنزيل: (وَلاَ تَقْتُلُواْ أَنفُسَكُمْ إِنَّ اللّهَ كَانَ بِكُمْ رَحِيماً) (سورة النساء، الآية: ٢٩).

والانتحار عبارة عن موضوع دراسة علمية متعددة الاتجاهات يدخل فيها علم الاجتماع، والطب النفسي، والقانون، بالإضافة إلى علماء النفس، والباحثين المتخصصين في العلوم النفسية والتربوية الذين قاموا بدراسات عديدة تناولوا فيها مشكلة الانتحار بالبحث والدراسة (فريد فايد، ٢٠٠٦؛ وعبد الرقيب البحيري ومحفوظ أبو الفضل، ٢٠٠٨؛ وسليمان الغديان، ٢٠١١؛ AlShawashereh., 2015؛ وعبد الرحمن الزهراني، ٢٠١٦؛ وعادل مومني، ٢٠١٧؛ وريم السلطان وبدر الأنصاري، ٢٠١٨؛ وسارة الحارثي، ٢٠١٩؛ وأسماء دياب، ٢٠٢٠؛ والسيد التهامي، ٢٠٢١).

ولقد ظهر علم النفس الإيجابي بعد أن زادت الانفعالات السلبية والضغوط الحياتية والأعباء على كاهل الفرد حتى كادت تفقده معنى الحياة والشعور بالسعادة والرضا عنها، بل كادت تفقده حياته؛ فجاء هذا العلم ليعيد

للحياة بهجتها حيث يركز على الجوانب الإيجابية في حياة الفرد والتي من أهمها المناعة النفسية Psycho immunology (سُليمان عبد الواحد وهدى الفضلي، ٢٠٢١، ٤٦٣).

فالمناعة النفسية تُعد إحدى أهداف علم النفس الإيجابي بل أهمها. كما يشير سُليمان عبد الواحد (٢٠١٦ أ، ٢٤٩؛ ب، ٥٣؛ ٢٠١٧) إلى أنها من النظريات العلمية التي ظهرت حديثًا، ولاقت قبولًا كبيرًا في الأوساط العلمية، وكشفت عن الكثير من أسباب القصور والضعف في النواحي الفكرية والنفسية والجسمية.

وتستند المناعة النفسية على أساس أن العقل والبدن لا ينفصلان، وأن المخ يؤثر على جميع أنواع العمليات الفسيولوجية والنفسية لدى الفرد، وأن الذات الإنسانية معرضة دومًا للضعف والمرض النفسي والجسمي بسبب طريقة تفكير الفرد نفسه، وأنه إذا استطاع الفرد أن يكون أكثر مرونة في تغيير طريقة تفكيره إلى الأفضل، فإنه بذلك يمد جهازه المناعي بطاقة تسهم في جعل العمليات الطبيعية داخل الجسم في حجمها الطبيعى، وتؤدي وظائفها على نحو صحيح، وتقوي عقله وقدراته (Ferencz, 2012).

ومن خلال العرض السابق يتضح أننا بحاجة إلى الاهتمام بالمناعة النفسية لدى الأفراد إذ إنه في حد ذاته يمثل متغيرًا مهمًا من متغيرات علم النفس الإيجابي على المستويين النظري والتطبيقي؛ إذ يُعد من الموضوعات المهمة في الدراسات والبحوث الأجنبية والعربية وخصوصًا لدى الطلبة الجامعيين، الأمر الذي يمكن أن يؤدي إلى تحصينهم ضد التفكير في الانتحار، وهذا ما حدا بالباحثة إلى إجراء الدراسة الحالية.

مشكلة الدراسة:

تُعد ظاهرة الانتحار من أخطر الظواهر المجتمعية انتشارًا في الآونة الأخيرة من القرن الحالي؛ حيث يلاحظ ازديادها بين المراهقين بالعديد من بلدان

العالم مما يؤدي ذلك إلى فقدان شريحة هامة ضمن شرائح المجتمع.

وتتلخص مشكلة الدراسة في تناول "الأفكار الانتحارية وعلاقتها بالمناعة النفسية لدى المراهقين من الجنسين بجامعة الكويت"، حيث تتمحور تلك الأفكار في تفكير المراهق بالرغبة في التخلص من حياته وكره الحياة والتخطيط لإيذاء النفس وفقدان الأمل. فقد تكررت في السنوات الأخيرة على الصعيد العربي حوادث إيذاء الذات والانتحار؛ فتسمع كثيرًا عن انتحار مراهقين سواء بالمرحلتين الثانوية أو الجامعية، أو شابًا شنق نفسه، أو امرأة انتحرت لأسباب مجهولة، حيث باتت ظاهرة الانتحار تجتاح دول العالم ولا سيما العالم العربي الذي ليس بمنأى عنها. وفي هذا الصدد ووفقًا لمنظمة الصحة العالمية يُقدر ازدياد معدل الانتحار حول العالم بنسبة (٦٠%) خلال العقود الخمسة الماضية. وحسب توقعات المنظمة فإن معدلات الانتحار سوف ترتفع على مستوى العالم بنسبة (٥٠%) بحلول عام (٢٠٢٠) لتصل أعداد المنتحرين في العالم إلى مليون ونصف منتحر سنويًّا. حيثُ يشير تقرير منظمة الصحة العالمية إلى أن الانتحار يُعد السبب الثاني للوفاة لدى الفئة العمرية ما بين ١٠-٢٤ عامًا، وكذلك أحد أكبر ثلاثة أسباب للموت في الفئة العمرية من ١٦-٣٤ سنة. (منظمة الصحة العالمية، ٢٠١٤)، بما يعني أن الانتحار قد أصبح من الظواهر المقلقة التي تهدد الأمن والسلام الاجتماعي في البلدان العربية، رغم تأكيد تقارير منظمة الصحة العالمية على أن معدلات الانتحار في البلدان العربية لا تزال متدنية مقارنة بمثيلاتها في كثير من دول العالم. وهذا يستدعي التساؤل والبحث.

ونظرًا لندرة الدراسات والبحوث السابقة التي تناولت المناعة النفسية ودورها في التنبؤ بالأفكار الانتحارية لدى طلبة المرحلة الجامعية في البيئة العربية والأجنبية- في حدود اطّلاع الباحثة- فقد تولدت لدى الباحثة الرغبة في البحث في هذا الموضوع المهم جدًا وتناول دور المناعة النفسية كأحد متغيرات علم النفس الإيجابي في التنبؤ بالأفكار الانتحارية لدى المراهقين الكويتيين

بالمرحلة الجامعية. ومن ثم تتحدد المشكلة في الأسئلة الآتية:

١. هل توجد علاقة ارتباطية دالة بين المناعة النفسية، والأفكار الانتحارية لدى طلبة المرحلة الجامعية بالبيئة الكويتية؟
٢. هل يمكن التنبؤ بالأفكار الانتحارية في ضوء المناعة النفسية لدى طلبة المرحلة الجامعية بالبيئة الكويتية؟
٣. هل تختلف المناعة النفسية لدى طلبة المرحلة الجامعية بالبيئة الكويتية باختلاف النوع الاجتماعي (ذكور- إناث)؟
٤. هل تختلف الأفكار الانتحارية لدى طلبة المرحلة الجامعية بالبيئة الكويتية باختلاف النوع الاجتماعي (ذكور- إناث)؟

أهداف الدراسة:

تهدف الدراسة الحالية إلى ما يأتي:

١. توضيح الفروق بين طلبة المرحلة الجامعية بالبيئة الكويتية في كل من المناعة النفسية، والأفكار الانتحارية وفقًا للنوع الاجتماعي.
٢. الكشف عن العلاقة بين المناعة النفسية، والأفكار الانتحارية لدى طلبة المرحلة الجامعية بالبيئة الكويتية.
٣. التنبؤ بالأفكار الانتحارية في ضوء المناعة النفسية لدى طلبة المرحلة الجامعية بالبيئة الكويتية.

أهمية الدراسة:

تنبع أهمية الدراسة الحالية من:

١. كونها تحاول التعرف على طبيعة المناعة النفسية لدى طلبة المرحلة الجامعية بالبيئة الكويتية وعلاقتها بالأفكار الانتحارية، الأمر الذي يساعد في الاستفادة من إمكاناتهم وطاقاتهم النفسية كاملة.

٢. كونها تركز على متغير مهم في علم النفس الإيجابي، ألا وهو المناعة النفسية، والذي يُعد مؤشرًا للتمتع بالصحة النفسية السليمة.
٣. كونها تقدم مقياسًا للأفكار الانتحارية لدى طلبة المرحلة الجامعية– يضاف إلى المكتبة العربية– لتحديد مستوى الأفكار الانتحارية لديهم يتمتع بمصداقية وبنية عاملية مقبولة وثبات مقبول.
٤. كونها تركز على طلبة المرحلة الجامعية، أي في مرحلة المراهقة التي تعد من أهم فترات حياة الإنسان؛ إذ إن الفرد يكون أكثر مرونة نفسية ولا يزال في طور التشكيل والتعديل والتغيير في مرحلة المراهقة.

مصطلحات الدراسة:

١. المناعة النفسية Psycho immunology:

هي منظومة عقلية من الأفكار المنهجية القادرة على إنتاج الأفكار المضادة للأفكار المدمرة للفرد أو المجتمع (عبد الوهاب كامل، ١٩٩٤ ج، ٢٠٣)، ومن خلالها يكتسب الفرد منهجًا فكريًا موضوعيًا يستخدمه في توليد الأفكار المضادة للأمراض الاجتماعية والأفكار التدميرية (عبد الوهاب كامل، ١٩٩٩، ٥١)، ويفترض عبد الوهاب كامل (١٩٩٤ أ) أنها تتكون من أربع وحدات أساسية هي: (وحدة تكوين أو إنتاج الأفكار المنطقية– وحدة التحكم الذاتي– وحدة الحث الذاتي ومقاومة الفشل– ووحدة التعبير عن الذات).

وتُعرفها الباحثة إجرائيًّا في الدراسة الحالية بأنها "الدرجة التي يحصل عليها طالب/ طالبة الجامعة في الأداء على مقياس المناعة النفسية للشباب الجامعي إعداد/ سُليمان عبد الواحد وهدى الفضلي (٢٠٢١)".

٢. الأفكار الانتحارية Suicidal Thoughts:

هي الأفكار والتصورات المرتبطة بعملية الانتحار والتي إذا نُفّذت بالكامل قد تنتهي بأذى خطير أو بالموت، ومن ثم تُعد مرحلة مبكرة من مراحل عملية الانتحار التي تنتهي بالفعل الانتحاري الكامل.

وتُعرفها الباحثة إجرائيًا في الدراسة الحالية بأنها "الدرجة التي يحصل عليها طالب/ طالبة الجامعة في الأداء على مقياس الأفكار الانتحارية لدى طلبة المرحلة الجامعية المستخدم في الدراسة إعداد/ الباحثة".

٣. طلبة المرحلة الجامعية Undergraduate students:

يقصد بهم في الدراسة الحالية "الطلاب والطالبات الذين يدرسون بالمرحلة الجامعية بالكليات الإنسانية والعلمية بجامعة الكويت".

الإطار النظري والدراسات السابقة:

لما كان الانتحار مشكلة تهدد الحياة وشكلًا من أشكال السلوك الذي يزعزع البناء الاجتماعي ويهدد الوجود الانساني، فإن هناك عدة محاولات نظرية جاءت لتفسيره ومعرفة أسبابه؛ حيثُ من الملاحظ أنه بانتشار التصنيع وتعقد الحياة واشتداد الصراعات وتصاعد المشاكل ترتفع نسب الانتحار في معظم دول العالم، وتتعدد وتتعقد العوامل النفسية الفاعلة في ظاهرة الانتحار من جهة كما تتعدد المتغيرات الخارجية المؤثرة من جهة أخرى، فقد ينتج الانتحار من دوافع عدائية موجهة نحو الذات، وقد يكون الاكتئاب وفقدان الأمل وتضخيم السلبيات سببًا وراء الانتحار، أو شعور الفرد بأنه منبوذ ومُبعد اجتماعيًا (حسن حيدر، ٢٠١٨).

والتفكير في الانتحار يعتبر من الأفكار البعيدة عن الأفكار العادية التي يؤمن بها المراهقون عن الموت والحياة، ويعتبر تمني الموت والتفكير في الانتحار أو الشعور بفقدان الأمل وعدم وجود قدرة على حل مشكلات الحياة علامات على كون المراهق في خطر سيؤدي به إلى الانتحار، بالتالي فهو يحتاج إلى دعم ومساندة، والأخطر من مجرد التفكير في الانتحار هو عمل خطة وتنفيذها لمحاولة الانتحار (عبد الرقيب البحيري ومحفوظ أبو الفضل، ٢٠٠٨، ١١).

وتُعرف الأفكار الانتحارية بأنها "متصل يبدأ بأفكار انتحارية كامنة ثم أفكار أكثر وضوحًا أو تفكير مكثف في الانتحار ينتهي بمحاولات انتحارية فعلية" (حسين فايد، ٢٠٠٨ ب، ٦٦١).

ويعرفها عبد الرقيب البحيري (٢٠١٣) بأنها "متصل يشتمل على تنوع ضخم من السلوك يمتد من التأملات التي يمكن أن تسمح للمتخصص بالتنبؤ بمحاولة انتحارية خطيرة إلى الفكر سريع الزوال للانتحار والذي يحدث لمعظم الناس في وقت ما من حياتهم".

ويتفق كل من شوهان وباريخ (Chouhan & Parikh., 2018, 149-150)؛ وبين وين (Been & Yen., 2020) على أنها "ميل الفرد للتفكير في الانتحار أو القيام بمحاولات انتحار وأفكار حول كيفية النفس، والتي يمكن أن تتراوح من خطة مفصلة إلى اعتبار عابر ولا يتضمن الفعل النهائي المتمثل في القتل الذاتي".

ويذكر عبد الله عسكر (٢٠٠١، ١٢٦) أن كارل منجر Menniger يفسر الفعل الانتحاري باعتباره فعلًا مركبًا من ثلاث رغبات هي:

١. رغبة في أن أقتل (Wish to Kill): تصدر عن الأنا، وهي رغبة ذات نزعة عدوانية ووجدان مشحون بالكراهية، ورغبات في اتهام الآخر وتوبيخه وعزله والتخلص منه وإبادته والانتقام منه.
٢. رغبة في أن أقتل (Wish to be Killed): وهي رغبة تشتق وجودها من طبيعة تكوين الأنا، فإن شدة وجدان الإثم وما يتبعه من تواريخ واتهام ذاتي يكشفان عن حاجة ملحة إلى العقاب، وكذلك فهي تضم النزعات المازوكية من استمتاع بالخضوع والانهزام وتلذذ بمعاناة الألم.
٣. رغبة في أن أموت (Wish to Die): وترحيب بالموت، وهي تولد في الهو (Id) بوجه عام وغريزة الموت والتدمير بوجه خاص، ومضمون هذه الرغبة شعور أساسي باليأس.

ولقد أجريت العديد من الدراسات والبحوث التي تناولت الأفكار الانتحارية لدى الطلبة الجامعيين وأكدت على ضرورة الاهتمام بالحد منها، ومنها دراسة إشراق راصع وصفوت فرج وفيصل يونس ومعتز عبد الله (٢٠١٤) التي هدفت إلى الكشف عن القدرة التنبؤية لكل من الضغوط والاكتئاب بالتفكير الانتحاري، وذلك لدى عينة قوامها (٣٠) طالبًا وطالبة بجامعة صنعاء، وبتطبيق مقاييس الضغوط والاكتئاب والتفكير الانتحاري؛ أشارت النتائج إلى أن الاكتئاب يمكن أن يتنبأ بالتفكير الانتحاري، بينما لا توجد قدرة تنبؤية للضغوط بالتفكير الانتحاري.

ودراسة الشواشيري (AlShawashereh, 2015) التي هدفت إلى الكشف عن العلاقة بين التفكير الانتحاري ومستوى تقدير الذات، وذلك لدى عينة مكونة من (٣٠٢) من الطلبة الجامعيين، وبتطبيق استبانة للتفكير الانتحاري، ومقياس لتقدير الذات؛ أظهرت النتائج وجود علاقة موجبة دالة إحصائيًا بين تقدير الذات والتفكير الانتحاري.

ودراسة سالمة بوغزالة ورأف الله الدرسي (٢٠١٩) التي هدفت إلى الكشف عن الميول الانتحارية في ضوء بعض المتغيرات، وذلك لدى عينة قوامها (٢٥٧) طالبًا جامعيًا، وبتطبيق مقياس للميول الانتحارية؛ توصلت الدراسة إلى عدم وجود ميول انتحارية دالة لدى أفراد عينة الدراسة.

ودراسة محمد المصري وحسام الدين عزب وصلاح الدين أبو ناهية (٢٠٢٠) التي هدفت إلى إعداد مقياس للميول الانتحارية لدى طلبة المرحلة الجامعية والتحقق من كفاءته السيكومترية، وذلك لدى عينة تتألف من (١٦٧) من طلبة الجامعات الفلسطينية، وبتطبيق المقياس على أفراد عينة الدراسة؛ أشارت النتائج إلى تمتعه بكفاءة سيكومترية من خلال اتباع طرق الصدق الآتية: العاملي، والاتساق الداخلي، والبنائي، إضافة إلى اتباع طريقتين لحساب الثبات وهما: ألفا كرونباخ، والتجزئة النصفية.

مما سبق عرضه من دراسات وبحوث سابقة يتضح أنها أشارت إلى وجود علاقة بين طريقة تفكير الفرد في الانتحار وتراكم أحداث الحياة الضاغطة أو حدوث مجموعة من الضغوطات في وقت واحد يفوق قدرة الشخص على المواجهة، وخاصةً لو اجتمعت الضغوط مع خصال شخصية سلبية، وتشوه معرفي فيؤدي ذلك إلى التأثر بالضغوط والتفكير في الانتحار.

ومن ناحية أخرى فقد ظهرت المناعة النفسية كأحد المتغيرات في مجال علم النفس خلال العقود الأخيرة من القرن الماضي لمحاولة الوصول لرؤية متكاملة حول الإنسان، واشتقت من ثلاثة روافد أساسية، وهي علم نفس الصحة، وعلم المناعة النفسي العصبي، والتفاعل بين المخ وجهاز المناعة.

ويعرف كمال مرسي (٢٠٠٠، ٩) المناعة النفسية بأنها "مفهوم فرضي يقصد به قدرة الفرد على مواجهة الأزمات والكروب، وتحمل الصعوبات والمصائب، ومقاومة ما ينتج عنها من أفكار ومشاعر الغضب والسخط والعداوة والانتقام والعجز والانهزامية والتشاؤم".

ويذكر أولاه (Olah, 2002) أنها "نظام متكامل من الأبعاد المعرفية والدافعية والسلوكية للشخصية التي تعطي مناعة ضد الضغوط، وتحسن النمو الصحي، وتعمل كموارد لمقاومة الضغوط أو كأجسام مضادة نفسية".

وقدم كاجان (Kagan, 2006, 94) تعريفًا ينص على أنها "نظام انفعالي تفاعلي متغير يجعل الفرد يستخدم مشاعره وقدرته على التمييز بين الأشياء المفيدة والضارة والمحايدة، من خلال الذاكرة والقدرة على التخيل والتخطيط وتقييم المخاطر، وإدراك معززات الحياة من أجل وقاية وحماية حياته وكيانه الجسدي وهويته".

ويعرفها دوبي وشاهي (Dubey & Shahi, 2011, 36– 37) بأنها "وعاء الموارد النفسية التي تحمي الفرد من السموم التي تولدت من الانزعاج الدائم والتوتر العصبي والقلق الذي يواجه الفرد يوميًّا؛ حيث تحمي الفرد من التعرض للانفعالات السلبية".

وتشير إيمان حنفي وثريا لاشين وعزة خضري (٢٠١٦، ٤٤٥) إلى أنها "قدرة الفرد على مقاومة الأحداث الضاغطة والمواقف المؤلمة والصدمات والأزمات والكوارث والتوافق مع التغيرات الطارئة لحماية الفرد من الأمراض السيكوسوماتية الناتجة عن الضغوط العصبية".

وتعرفها ريهام خطاب (٢٠١٨، ٢٢) بأنها "مظلة لمفهوم متعدد الأبعاد يشمل في طياته منظومة سيكولوجية تعمل على زيادة قدرة الفرد على مواجهة الأزمات والكروب وتحمل الصعوبات والمصائب، ومقاومة كل ما ينتج عنها من أفكار سلبية ومشاعر يأس وعجز وانهزامية وتشاؤم، كما أنها تمد الجسم بمناعة إضافية تعمل على حماية الكيان النفسي للفرد عن طريق بث الأفكار الإيجابية والمواجهة بفعالية واتباع قواعد الطاقة الإيجابية".

وأخيرًا قدمت شعبان (Shapan, 2020, 348) تعريفًا ينص على أنها "خطة وقائية تساعد الفرد على التخلص من الاضطرابات النفسية التي يتعرض لها".

ويرى عبد الوهاب كامل (٢٠٠٢ ب، ١٥٨– ١٧٠) أن جهاز المناعة النفسية يكتسبه الفرد ويتشربه من خلال عملية التطبيع الاجتماعى وإشباع الحاجات الأولية والثانوية للطفل في مراحل العمر المختلفة وكذلك الشباب والفتيات، ويرى أنه ليس جهازًا ماديًّا وإنما هو منظومة معنوية سيكوفسيولوجية أشبه ما تكون بالبرمجيات Software التي نمد بها الحاسب الآلي، ويفترض أن جهاز المناعة النفسية يتكون من أربع وحدات أساسية هي:

أ. **وحدة تكوين أو إنتاج الأفكار المنطقية:** وهي وحدة من يمتلكها، بالتعلم والتدريب في أي مرحلة عمرية يستطيع تكوين الأفكار المنطقية المضادة للأفكار المدمرة لنفسه أو للمجتمع.

ب. **وحدة التحكم الذاتي:** وتشير إلى استخدام عمليات: التقييم الذاتي والرؤية الذاتية والتدعيم الذاتي في تعديل وتغيير احتمال ظهور استجابة ما. (عبد الوهاب كامل، ١٩٩٥، ١٢)

ج. **وحدة الحث الذاتي ومقاومة الفشل:** وهي مهارة الفرد في استيعاب موقف الفشل ودراسته وتحليله منطقيًّا لكي يقوم الفرد بإخراج نفسه من دوامة الدائرة الخبيثة المسيطرة عليه دون أن ينتظر مساعدة الآخرين له.

د. **وحدة التعبير عن الذات:** وهي الوحدة التي تخرج من خلالها الطاقة النفسية في أشكال وصور تختلف تمامًا عن طبيعة تكوينها داخل الفرد.

ويشير عبد الوهاب كامل (٢٠٠٢ أ، ٣٢٠– ٣٢١) إلى أنه إذا فقد الفرد جهاز مناعته النفسية فإنه سوف يتعرض لاكتساب صفات سيئة وخبيثة والتي يطلق عليها أعراض فقدان المناعة النفسية وهي: (ارتفاع القابلية للإيحاء ومن ثم يستقبل الفرد جميع الأفكار بما فيها غير الصحيحة، فقدان السيطرة الذاتية والتحكم الذاتي، الاستسلام للفشل، الانعزالية، فقدان الإحساس بالسعادة وجودة الحياة، حدوث خلل في معايير الحكم على المواقف، والانغلاق والجمود الفكري).

وللمناعة النفسية أهمية كبيرة في حياة الأفراد؛ حيث يتفق كل من: عبد الوهاب كامل (١٩٩٤ أ، ب)، كاجان (Kagan, 2006)، أولاه وناجي وتوث (Olah., Nagy., & Toth., 2010)، وادلي (Wadley, 2011)، عصام زيدان (٢٠١٣)، سُليمان عبد الواحد (٢٠١٦ أ، ب)، وفاطمة طه (٢٠١٧)، أمل غنايم (٢٠١٨)، وسُليمان عبد الواحد (٢٠١٨)، وسُليمان عبد الواحد وأمل غنايم (٢٠١٩)، وسُليمان عبد الواحد (٢٠٢٠)، وسُليمان عبد الواحد وهدى الفضلي (٢٠٢١)، وعبد المحسن المغازي وعبد اللاه حماد (٢٠٢١)، وهالة شمبولية (٢٠٢١) على أن المناعة النفسية تقوم بالعديد من الأدوار والمهام الجزهرية التي تساعد الفرد على التعايش مع الصراعات الانفعالية والضغوط وحماية الذات من الأذى الانفعالي والمرونة والتكيف مع المتغيرات البيئية، والتبرير أو التفسير المنطقي للانفعالات السيئة بحيث تكون انفعالات منطقية وليست مندفعة.

ولقد تنوعت وتعددت النظريات المفسرة للمناعة النفسية؛ فنجد أن نظرية التحليل النفسي قد تعاملت مع المناعة النفسية على أنها قوة الأنا وقدرتها على إحداث التوازن بين متطلبات الهي والأنا والأنا الأعلى، بينما تناولت نظرية متلازمة أعراض التكيف العام إلى المناعة النفسية من منظور قدرات الفرد على مقاومة الضغوط التي يتعرض لها ويجابهها، في حين فسرت النظرية المعرفية المناعة النفسية في ضوء رؤية الفرد للموقف بشمولية وقدرته على أن يسلك سلوكًا إيجابيًا وفقًا لهذه الرؤية (رانيا الجزار وسناء سليمان وشيماء مجاهد، ٢٠١٨، ١٣١).

ولقد أجريت العديد من الدراسات والبحوث التي تناولت المناعة النفسية وأكدت على ضرورة الاهتمام بتنشيطها لدى طلبة الجامعة، منها دراسة إيمان عصفور (٢٠١٣) التي هدفت إلى التعرف على أثر تنشيط المناعة النفسية في تنمية المهارات التفكير الإيجابي، وذلك على عينة قوامها (٢٢) طالبة جامعية، وبتطبيق مقياس التفكير الإيجابي، وكذا برنامج لتنشيط المناعة النفسية، أشارت النتائج إلى فعالية البرنامج في تنشيط المناعة النفسية مما أدى إلى تنمية مهارات التفكير الإيجابي.

ودراسة ستاك وباريلا وتوربا (Stak., Parrila., & Torppa., 2014) التي هدفت إلى الكشف عن دور المناعة النفسية في خفض صعوبات تعلم القراءة، وذلك لدى عينة مكونة من (١٢٠) طالبًا جامعيًّا، وبتطبيق أدوات الدراسة التي كان من بينها مقياسًا للمناعة النفسية؛ أظهرت النتائج أن المناعة النفسية أسهمت في خفض صعوبات التعلم.

ودراسة أيمن حماد (٢٠١٩) التي هدفت إلى التحقق من فاعلية الإرشاد الانتقائي في تقوية المناعة النفسية، وذلك لدى عينة قوامها (٤٠) طالبًا من طلاب الجامعة المتعثرين، وبتطبيق مقياس المناعة النفسية، وكذا برنامج إرشادي انتقائي، توصلت الدراسة إلى فاعلية البرنامج الإرشادي الانتقائي المقترح في تقوية المناعة النفسية لدى أفراد عينة الدراسة.

وأخيرًا أجرت هالة شمبولية (٢٠٢١) دراسة هدفت إلى التحقق من فعالية برنامج تدريبي لتنشيط المناعة النفسية في خفض التفكير الخُرافي، وذلك لدى عينة قوامها (٤٠) طالبًا وطالبة بالمعهد العالي لتكنولوجيا البصريات بالقاهرة، وبتطبيق مقياسي المناعة النفسية، والتفكير الخُرافي لطلبة الجامعة، وكذا برنامج تدريبي لتنشيط المناعة النفسية، توصلت الدراسة إلى فعالية البرنامج التدريبي في تنشيط المناعة النفسية.

مما سبق عرضه من دراسات وبحوث سابقة يتضح أنها ركزت على العلاقة بين طريقة تفكير الفرد ودرجة تحمله للمصاعب والتحديات، ورغبته في تحقيق أهدافه، كما أكدت نتائج هذه الدراسات على وجود تفاعل متبادل ومباشر بين الحالات العقلية والوظائف الجسمية والمناعية، وأشارت نتائج هذه الدراسات إلى أن المناعة النفسية تضبط حركة الجهاز المعرفى نحو إدراك النتائج الإيجابية الممكنة، وتقوي عملية توقع نجاح السلوك الإيجابي، وتضمن اختيار أساليب التأقلم أو التكيف (استراتيجيات المواجهة) التي تناسب خصائص الموقف وحالات الفرد ومزاجه، وتحمي الفرد من الضرر أو الأذى الانفعالي، وتعزز آليات الدفاع النفسي، إضافة إلى إمكانية تنشيط جهاز المناعة النفسية من خلال التدريب والتدخل السيكولوجي.

فروض الدراسة:

يمكن صياغة فروض الدراسة الحالية على النحو التالي:

١. توجد علاقة ارتباطية دالة بين المناعة النفسية، والأفكار الانتحارية لدى طلبة المرحلة الجامعية بالبيئة الكويتية.
٢. يمكن التنبؤ بالأفكار الانتحارية في ضوء المناعة النفسية لدى طلبة المرحلة الجامعية بالبيئة الكويتية.
٣. لا تختلف المناعة النفسية لدى طلبة المرحلة الجامعية بالبيئة الكويتية باختلاف النوع الاجتماعي (ذكور– إناث).

٤. لا تختلف الأفكار الانتحارية لدى طلبة المرحلة الجامعية بالبيئة الكويتية باختلاف النوع الاجتماعي (ذكور – إناث).

الطريقة والإجراءات:

أولًا: منهج الدراسة:

استُخدم المنهج الوصفي (الارتباطي المقارن) لملاءمته لنوعية الفروض ونوعية البيانات.

ثانيًا: عينة الدراسة:

تكونت عينة الدراسة الأساسية من (٢٠٨) طلاب وطالبات من جامعة الكويت (١١٢ ذكرًا) و(٩٦ أنثى) بمتوسط عمر زمني (١٨,٩٩٦) وانحراف معياري قدره (٠,٧٨٩). إضافة إلى عينة استطلاعية قوامها (١٣٠) طالبًا وطالبة من جامعة الكويت منهم (٨٠ ذكرًا) و(٥٠ أنثى) بمتوسط عمر زمني (١٩,٠٨٥) وانحراف معياري قدره (١,١١٢)، وذلك بهدف التحقق من الخصائص السيكومترية لأدوات الدراسة.

ثالثًا: أدوات الدراسة:

١. مقياس المناعة النفسية للشباب الجامعي إعداد/ سُليمان عبد الواحد وهدى الفضلي (٢٠٢١):

يهدف هذا المقياس لقياس المناعة النفسية لدى الطلبة الجامعيين العرب. ويتكون من (٤٠) مفردة، موزعة على (٤) أبعاد رئيسية "وفق تصور عبدالوهاب كامل" هي: (تكوين أو إنتاج الأفكار المنطقية، والتحكم الذاتي، والحث الذاتي ومقاومة الفشل، والتعبير عن الذات).

وفيما يتعلق بالخصائص السيكومترية للمقياس فقد قام مُعدا المقياس بالتحقق من صدقه بعدة طرق منها: صدق المحكّمين؛ حيث حازت جميع مفردات المقياس على نسبة اتفاق محكمين تراوحت ما بين (٩٠– ١٠٠%)، واعتُبر ذلك مؤشرًا لصدق المقياس، والصدق البنائي (صدق التكوين الفرضي)

وذلك بحساب معاملات الارتباط بين درجة كل مفردة والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه حيث تراوحت ما بين (٠,٢٩ – ٠,٧٨)، وكذا بحساب معاملات الارتباط بين درجة كل بعد والدرجة الكلية للمقياس فكانت ما بين (٠,٧٣– ٠,٨٢)، إضافة إلى صدق المحك؛ حيث تم حسابه من خلال إيجاد معامل الارتباط بين مقياس المناعة النفسية لناهد فتحي (٢٠١٩) والمقياس الحالي، وقد بلغ معامل الارتباط بينهما (٠,٨٧) وهو معامل مرتفع، وذلك على أفراد عينة قوامها (ن= ٣٠٠) من الطلبة الجامعيين من الجنسين بجامعتي قناة السويس بمصر، وجامعة الكويت مما يشير إلى صدق عالٍ للمقياس، إضافة إلى الصدق العاملي الذي تم التحقق منه باستخدام التحليل العاملي الاستكشافي الذى أسفر عن ظهور (٤) أربعة عوامل، فسرت مجتمعة معًا (٦٢,٦٤٨%) من التباين الكلي وبجذر كامن قدره (١,١٤٥). كما تم استخدام أسلوب التحليل العاملي التوكيدي عن طريق اختبار نموذج العامل الكامن العام الذي فيه تم افتراض أن جميع العوامل (المكونات الفرعية) المشاهدة للمقياس الحالي تنتظم حول عامل كامن عام واحد One Latent Factor؛ حيث دل على وجود مطابقة جيدة للنموذج في الأبعاد (المكونات) الأربع. كما قام معدا المقياس بالتحقق من ثباته عن طريق معامل ألفا كرونباخ فكانت القيم تتراوح ما بين (٠,٦٣١– ٠,٩٣١)؛ وبطريقة التجزئة النصفية حيث تراوحت قيم معاملات الثبات بعد استخدام معادلة سبرمان– براون ما بين (٠,٨٣– ٠,٩٣)؛ إضافة إلى طريقة إعادة التطبيق بعد "٢١ يوم" من التطبيق الأول فكانت قيم معاملات الارتباط بين التطبيقين تتراوح ما بين (٠,٨٢– ٠,٨٦)؛ وجميعها قيم مقبولة وتشير إلى تمتع المقياس بدرجة مرتفعة من الثبات؛ تجيز استخدامه في الدراسة الحالية.

٢. مقياس الأفكار الانتحارية لدى الطلبة الجامعيين إعداد/ الباحثة:

يهدف المقياس الحالي إلى قياس مستوى الأفكار الانتحارية لدى المراهقين من طلبة المرحلة الجامعية، وقد تم بناؤه استنادًا إلى الأدبيات التي

تناولت الانتحار وتصوره والتفكير فيه، وقياسها مثل: إبراهيم المغربي (٢٠١٥)؛ وعبد الرحمن الزهراني (٢٠١٦)؛ ووردة بلغازي (٢٠١٧)؛ وإياد الحلاق وشيرين جرادات (٢٠١٨)؛ وسارة الحارثي (٢٠١٩)؛ ومحمد الغامدي (٢٠٢٠)؛ وأبرار الحبيب وفاطمة خليفة (٢٠٢١). ويتكون المقياس في صورته النهائية (ملحق ٢) من (٣٠) مفردة موزعة على ثلاث (٣) أبعاد رئيسة هي: (تصور الانتحار، والرغبة في الانتحار، واتخاذ القرار الانتحاري) يشتمل كل بعد على (١٠) مفردات، وأمام كل مفردة خمس استجابات هي: (لا يحدث أبدًا، يحدث نادرًا، يحدث أحيانًا، يحدث غالبًا، ويحدث دائمًا). وتقدر بإعطاء الدرجات (١، ٢، ٣، ٤، ٥) المقابلة للاستجابات على الترتيب، وبذلك تتراوح درجات المقياس ما بين (٣٠– ١٥٠) درجة؛ حيث تشير الدرجة المرتفعة إلى امتلاك الفرد مستوى مرتفع من التفكير الانتحاري، بينما تشير الدرجة المنخفضة إلى عكس ذلك.

الخصائص السيكومترية للمقياس:

- **صدق المقياس:**

تم التحقق من صدق المقياس من خلال الطرق الآتية:

أ. **صدق المحكّمين:**

بعد أن تم صياغة فقرات المقياس، تم عرضه على مجموعة من السادة المحكمين (ملحق ١) المتخصصين في علم النفس ببعض الجامعات العربية، وذلك لتحديد مدى صلاحيته لما وضع لقياسه، حيث حازت جميعها على درجة صدق مناسبة، ومن ثم فقد تم الإبقاء عليها جميعًا، وذلك طبقًا لمعادلة لوش Lawshe لحساب درجة صدق العبارات (سعد عبد الرحمن، ٢٠٠٨، ٢٠١– ٢٠٣)؛ وتم إجراء بعض التعديلات بناء على توجيهات السادة المحكمين، واعتُبر ذلك مؤشرًا لصدق المقياس. ومن ثم أصبح المقياس وفقًا لهذا الإجراء مكون من (٣٠) مفردة موزعة على الأبعاد الثلاثة للمقياس.

ب. الصدق التلازمي (المحك):

تم حساب صدق المقياس الحالي من خلال حساب معامل الارتباط بين مقياس احتمالية الانتحار إعداد/ عبد الرقيب البحيري (٢٠١٣) والمقياس الحالي، من خلال تطبيقهما على أفراد العينة الاستطلاعية، وقد بلغت معاملات الارتباط بينهما (٠,٨١) وهو معامل مرتفع.

ج. صدق المقارنات الطرفية (الصدق التمييزي):

تم حساب صدق المقياس الحالي من خلال طريقة المقارنات الطرفية (الصدق التمييزي)؛ التي ذكرها (رجاء أبو علام، ٢٠٠٣، ٤٢٧)، حيث تم تطبيق محك خارجي وهو مقياس احتمالية الانتحار إعداد/ عبد الرقيب البحيري (٢٠١٣)، وذلك بغرض تحديد الـ(٢٧٪) الأعلى والـ(٢٧٪) الأدنى على المحك الخارجي، ثم تم تطبيق مقياس الأفكار الانتحارية بالدراسة الحالية على المجموعتين الطرفيتين، أي أعلى (٣٥) فردًا، وأدنى (٣٥) فردًا (٢٧٪ X ١٣٠)، وتم حساب اختبار "ت" لدلالة الفروق بين متوسطي المجموعتين الطرفيتين، فكانت قيمة "ت" المحسوبة (٦,٣٦٩) وهي قيمة دالة إحصائيًا عند مستوى (٠,٠١)، مما يُعد دليلًا على قدرة المقياس الحالي على التمييز بين مرتفعي ومنخفضي الأداء عليه، واعتُبر ذلك مؤشرًا لصدق المقياس.

- **ثبات المقياس:**

تم التحقق من ثبات المقياس بطريقة إعادة التطبيق Test-Retest Method، حيث يتم فيها تطبيق المقياس على مجموعة من الأفراد، ثم يُعاد التطبيق مرة أخرى على نفس المجموعة، ويُحسب معامل الارتباط بين التطبيقين لنحصل على معامل ثبات درجات المقياس (سعد عبد الرحمن، ٢٠٠٨، ١٨٠) وأبعاده الفرعية بطريقة إعادة التطبيق "بعد ٢١ يومًا" من التطبيق الأول، وذلك على أفراد عينة الخصائص السيكومترية؛ حيث كانت القيم المتحصل عليها (٠,٨٠٦؛ ٠,٨٠١؛ ٠,٧٦٩؛ ٠,٨٤٢) لأبعاد (تصور

الانتحار، والرغبة في الانتحار، واتخاذ القرار الانتحاري، والدرجة الكلية) على الترتيب، وجميعها قيم مناسبة للمقياس وتجيز استخدامه لما وضع لأجله.

نتائج الدراسة وتفسيرها:

قبل عرض نتائج الدراسة وتفسيرها تجدر الإشارة إلى تحديد الأسلوب الإحصائي الذي ستتحدد ملامحه بعد التحقق من شرط الاعتدالية لبيانات مقياسي المناعة النفسية، والأفكار الانتحارية طبقًا للجدول الآتي:

جدول (١) اعتدالية بيانات مقياسي المناعة النفسية، والأفكار الانتحارية لدى أفراد عينة الدراسة الأساسية "معاملا الالتواء، والتفرطح"

متغيري الدراسة	الاعتدالية				
	العدد	الإلتواء		التفرطح	
	ن	معامل الالتواء	الخطأ المعيارى	معامل التفرطح	الخطأ المعيارى
المناعة النفسية	٢٠٨	١,١٠٥	٠,٦٨٠	١,٤٥٢	٠,٧٧٠
الأفكار الانتحارية	٢٠٨	١,٠٢٤	٠,٦٣٢	١,١٩٩	٠,٦٩٣

يُلاحَظ من جدول (١) أن البيانات تُحقق شرط الاعتدالية، حيث إن التوزيع يُعد اعتداليًا إذا كان معاملا الالتواء والتفرطح أقل من ضعف الخطأ المعياري لكل معامل منهما بغض النظر عن إشارة ذلك المعامل (عزت عبدالحميد، ٢٠١١، ٢٤١– ٢٤٢)؛ ولذلك يتم اللجوء إلى الأسلوب البارامتري معامل ارتباط بيرسون، وتحليل الانحدار، واختبار "ت" "T -test" البارامتري لحساب دلالة الفروق بين مجموعتين مستقلتين.

١. نتائج الفرض الأول وتفسيرها:

ينص الفرض الأول على أنه "**توجد علاقة ارتباطية دالة بين المناعة النفسية، والأفكار الانتحارية لدى طلبة المرحلة الجامعية بالبيئة الكويتية**".

وللتحقق من صحة هذا الفرض، تم حساب معاملات الارتباط بين المناعة النفسية والأفكار الانتحارية كما هو مبين بالجدول الآتي:

جدول (٢) معاملات الارتباط بين الأفكار الانتحارية والمناعة النفسية.

الأفكار الانتحارية	المناعة النفسية	مستوى الدلالة
ن = ٢٠٨	-٠,٨٣١	دالة عند مستوى ٠,٠١

يتضح من جدول (٢) وجود علاقة ارتباطية سالبة دالة عند مستوى (٠،٠١) بين الأفكار الانتحارية والمناعة النفسية لدى أفراد عينة الدراسة، وهو ما يشير إلى تحقق الفرض الأول للدراسة الحالية.

وعلى الرغم من عدم وجود دراسات سابقة تؤيد أو تعارض هذه النتيجة التي توصلت إليها الباحثة والمتعلقة بهذا الفرض نتيجة لندرة الدراسات السابقة التي تناولت علاقة مكونات المناعة النفسية بالأفكار الانتحارية– في حدود إطلاعها– إلا أن هذه النتيجة يمكن تفسيرها في ضوء ما تقدمه المناعة النفسية من زيادة قدرة الفرد على مواجهة الأزمات والكروب وتحمل الصعوبات والمصائب، ومقاومة كل ما ينتج عنها من أفكار سلبية ومشاعر يأس وتشاؤم، كما أنها تمد الجسم بمناعة إضافية تعمل على حماية الكيان النفسي للفرد عن طريق بث الأفكار الإيجابية والمواجهة بفعالية واتباع قواعد الطاقة الإيجابية، مما ساعد أفراد عينة الدراسة الحالية في الحد من أفكارهم الانتحارية.

٢. نتائج الفرض الثاني وتفسيرها:

ينص الفرض الثاني على أنه "**يمكن التنبؤ بالأفكار الانتحارية في ضوء المناعة النفسية لدى طلبة المرحلة الجامعية بالبيئة الكويتية**".

وللتحقق من صحة هذا الفرض إحصائيًّا قامت الباحثة بإجراء تحليل الانحدار الخطي Linear Regression كما توضح الجداول الآتية:

جدول (٣) نتائج تحليل انحدار المناعة النفسية على الأفكار الانتحارية

ملخص نموذج الانحدار				
المتغير	معامل الارتباط المتعدد R	مربع معامل الارتباط المتعدد R square	معامل الارتباط المتعدد R square المعدل	الخطأ المعياري للتقدير
المناعة النفسية	٠,٨٣١	٠,٦٩٠	٠,٦٨٩	٣,٨٣٧٢

تحليل التباين					
مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة "ف"	مستوى الدلالة
الانحدار	٦٧٦٢,٧٤٩	١	٦٧٦٢,٧٤٩	٤٥٩,٢٨٦	٠,٠٠٠
البواقي	٣٠٣٣,٢٤٦	٢٠٦	١٤,٧٢٤		
الكلي	٩٧٩٥,٩٩٥	٢٠٧			

مصدر الانحدار	معامل الانحدار (B)	الخطأ المعياري	معامل بيتا B	قيمة "ت"	مستوى الدلالة
الثابت	٢,٧١٧	٢,٨٠٢		٠٠,٩٦٩	٠,٣٣٣
المناعة النفسية	٠,٩٣٦	٠,٠٤٤	٠,٨٣١	٢١,٤٣١	٠,٠٠٠

يتضح من نتائج الجدول (٣) وجود تأثير دال إحصائيًّا عند مستوى أقل من (٠،٠١) للمناعة النفسية على الأفكار الانتحارية لدى طلبة المرحلة الجامعية بالبيئة الكويتية.

يتضح من نتائج تحليل الانحدار الخطي بالجدول (٣) السابق أن المتغير المستقل (المناعة النفسية) قد أسهم في تباين المتغير التابع (الأفكار

الانتحارية)، حيث كانت قيمة الارتباط المتعدد بين المتغيرين (R) مساوية لـ (٠,٨٣١) وهو ما يمثل إسهام المتغير المستقل في الأفكار الانتحارية وذلك بنسبة مقدارها (٨٣,١%)، وقد أحدث متغير المناعة النفسية تباينًا مقداره (R^2) وقيمته (٠,٦٩٠)، وذلك بنسبة إسهام مقدارها (٦٩%) في المتغير التابع (الأفكار الانتحارية)، حيث بلغت قيمة النسبة الفائية (F) المحسوبة لتحديد دلالة الانحدار (٤٥٩,٢٨٦) وهي قيمة دالة إحصائيًّا عند مستوى أقل من (٠،٠١)، كما بلغت قيمة النسبة التائية (T) المحسوبة لتحديد دلالة الانحدار (٢١,٤٣١) وهي قيمة دالة إحصائيًّا عند مستوى أقل من (٠،٠١)، مما يؤكد قوة الارتباط بين المناعة النفسية والأفكار الانتحارية لدى طلبة المرحلة الجامعية بالبيئة الكويتية، ومن ثم يمكن التنبؤ بالأفكار الانتحارية لديهم من خلال درجاتهم في المناعة النفسية، ومن ثم تكون صيغة المعادلة الانحدارية التنبؤية الدالة على التنبؤ كالآتي:

الأفكار الانتحارية= ٢,٧١٧+ (٠,٩٣٦) المناعة النفسية

وتشير المعادلة السابقة إلى أنه كلما ارتفعت درجة المتعلم في المناعة النفسية انخفضت درجته في الأفكار الانتحارية والعكس، وهذا يؤكد أهمية المناعة النفسية ومدى إسهامها في الأفكار الانتحارية والتنبؤ بها.

وعلى الرغم من عدم وجود دراسات سابقة تؤيد أو تعارض هذه النتيجة التي توصلت إليها الباحثة والمتعلقة بهذا الفرض نتيجة لندرة الدراسات السابقة التي تناولت القيمة التنبؤية للمناعة النفسية بالأفكار الانتحارية– في حدود اطلاعها– إلا أن هذه النتيجة يمكن تفسيرها في ضوء أن المناعة النفسية تزيد من درجة تحمل الفرد للمصاعب والتحديات، كما تزيد من رغبته في تحقيق أهدافه، كما تعزى هذه النتيجة أيضًا إلى وجود تفاعل متبادل ومباشر بين

الحالات العقلية والوظائف الجسمية والمناعية؛ حيث أشارت نتائج بعض الدراسات إلى أن المناعة النفسية تضبط حركة الجهاز المعرفي نحو إدراك النتائج الإيجابية الممكنة، وتقوي عملية توقع نجاح السلوك الإيجابي، وتضمن اختيار أساليب التأقلم أو التكيف (استراتيجيات المواجهة) التي تناسب خصائص الموقف وحالات الفرد ومزاجه، وتحمي الفرد من الأذى الانفعالي.

كما يمكن تفسير هذه النتيجة أيضًا في إطار ما أشار إليه عبد الوهاب كامل (٢٠٠٢ أ، ٣٢٠– ٣٢١) أنه إذا فقد الفرد جهاز مناعته النفسية فإنه سوف يتعرض لاكتساب صفات سيئة وخبيثة والتي يطلق عليها أعراض فقدان المناعة النفسية والتي منها ارتفاع القابلية للإيحاء ومن ثم يستقبل الفرد جميع الأفكار بما فيها غير الصحيحة، والتي تُعد الأفكار الانتحارية إحداها.

٣. نتائج الفرض الثالث وتفسيرها:

ينص الفرض الثالث على أنه "**لا تختلف المناعة النفسية لدى طلبة المرحلة الجامعية بالبيئة الكويتية باختلاف النوع الاجتماعي**".

وللتحقق من صحة هذا الفرض فقد تم حساب المتوسط والانحراف المعياري وقيمة "ت" للمناعة النفسية لدى أفراد عينة الدراسة من الجنسين كما هو موضح بالجدول الآتي:

جدول (٤) المتوسطات والانحرافات المعيارية وقيمة "ت" لدلالة الفروق بين متوسطات درجات أفراد العينة وفقًا للنوع الاجتماعي في المناعة النفسية.

المناعة النفسية	النوع الاجتماعي	ن	م	ع	D.F	قيمة "ت"	مستوى الدلالة
تكوين الأفكار المنطقية	ذكور	١١٢	١٤,٨٧٥	٢,١٦٠	٢٠٦	١,٤٣٠	غير دالة
	إناث	٩٦	١٥,٣٢٢	٢,٣٥٥			
التحكم الذاتي	ذكور	١١٢	١٦,٩٥٥	٣,٩٠٩	٢٠٦	٠,٥٠٩	غير دالة
	إناث	٩٦	١٧,٢١٨	٣,٤٨٢			
الحث الذاتي ومقاومة الفشل	ذكور	١١٢	١٤,٥٥٣	٣,٣١٢	٢٠٦	٠,١٩٧	غير دالة
	إناث	٩٦	١٤,٦٤٥	٣,٤٢٤			
التعبير عن الذات	ذكور	١١٢	١٦,٧٧٦	٢,٧٩٢	٢٠٦	١,٩٤٧	غير دالة
	إناث	٩٦	١٧,٥٤١	٢,٨٦١			
الدرجة الكلية	ذكور	١١٢	٦٣,١٦٠	٦,٥٠٣	٢٠٦	١,٨٥٧	غير دالة
	إناث	٩٦	٦٤,٧٢٩	٥,٥٢٤			

* قيمة "ت" الجدولية عند مستوى (٠,٠١)= ٢,٥٧٦؛ وعند مستوى (٠,٠٥) = ١,٩٦٠ لدلالة الطرفين.

يتضح من جدول (٤) عدم وجود فروق دالة إحصائيًا بين الذكور والإناث في المناعة النفسية، حيث كانت قيمة "ت" غير دالة عند مستويي (٠,٠١؛ ٠,٠٥) في مكونات المناعة النفسية ودرجتها الكلية مما يشير إلى أن طلبة المرحلة الجامعية بالبيئة الكويتية لا يختلفون عن بعضهم البعض في المناعة النفسية وفقًا للنوع الاجتماعي، وهو ما يشير إلى تحقق الفرض الثالث للدراسة الحالية.

وتتفق نتيجة هذا الفرض مع نتائج دراسات: أثمار مجيد (٢٠٠٧)، وأحمد الشيخ (٢٠١٤)، وسُليمان عبد الواحد (٢٠١٩)، وسُليمان عبد الواحد وهدى الفضلي (٢٠٢١) والتي توصلت إلى عدم وجود اختلافات في المناعة النفسية ترجع لنوع الجنس. في حين تختلف نتائج هذا الفرض مع نتائج

دراسات: الناصر وساندمان (Al-Naser & Sandman, 2000)، لابسلى (Lapsley, 2011)، نادية الأعجم (٢٠١٣)، وميرفت سويعد (٢٠١٦)، وناهد فتحي (٢٠١٩) والتي أشارت إلى وجود فروق بين الجنسين في المناعة النفسية لصالح الذكور. كما تختلف أيضًا نتائج هذا الفرض مع نتائج دراسة: شيماء محمد جاد الله، ومنتصر صلاح فتحي (٢٠١٨) والتي أشارت إلى وجود فروق بين الجنسين في المناعة النفسية لصالح الإناث.

وترى الباحثة أن هذه النتيجة تُعد منطقية إذا ما وضعنا في الاعتبار طبيعة العصر الحالي الذى نعيش فيه وعدم التفرقة بين الذكور والإناث بصفة عامة في المعاملة كالسابق، بل إنه في بعض الأحيان تعامل الأنثى معاملة الذكر لحماية نفسها من الذئاب البشرية، ويتم تشجيعها على السلوك الاستقلالي وتحمل المسئولية واتخاذ قرارتها بنفسها، وذلك نظرًا لكثرة الضغوط والاحباطات التي تكتنف هذا العصر ويتعرض لها الشباب الجامعي بصفة عامة على حد سواء دون التفرقة بين نوع جنس الشباب الجامعي العربي.

كما يمكن تفسير هذه النتيجة في ضوء طبيعة عينة الدراسة وطبيعة المجتمعات العربية بشكل عام والمجتمع الكويتي على وجه الخصوص فلم تعد المجتمعات العربية الآن تنظر إلى الذكور نظرة مختلفة عن الإناث، فالكثير من الجامعات العربية الآن منها المشتركة بين الذكور والإناث– كجامعة عينة الدراسة (جامعة الكويت)– بالإضافة إلى إمكانية تدريس الأساتذة الذكور أعضاء هيئة التدريس للبنات، والعكس صحيح فالأساتذة الإناث يدّرسون للبنين، الأمر الذي أدى إلى التساوي بين الجنسين في المناعة النفسية.

٤. نتائج الفرض الرابع وتفسيرها:

ينص الفرض الرابع على أنه "**لا تختلف الأفكار الانتحارية لدى طلبة المرحلة الجامعية بالبيئة الكويتية باختلاف النوع الاجتماعي**".

وللتحقق من صحة هذا الفرض فقد تم حساب المتوسط والانحراف المعياري وقيمة "ت" للأفكار الانتحارية لدى أفراد عينة الدراسة من الجنسين كما هو موضح بالجدول الآتي:

جدول (٥) المتوسطات والانحرافات المعيارية وقيمة "ت" لدلالة الفروق بين متوسطات درجات أفراد العينة وفقًا للنوع الاجتماعي في الافكار الانتحارية.

الافكار الانتحارية	النوع الاجتماعي	ن	م	ع	D.F	قيمة "ت"	مستوى الدلالة
تصور الانتحار	ذكور	١١٢	١٣,٠٢٦	٢,٢٥٥	٢٠٦	١,٦٩٣	غير دالة
	إناث	٩٦	١٢,٥٦٢	١,٥٧٤			
الرغبة في الانتحار	ذكور	١١٢	١٤,٦٠٧	١,٩٠٠	٢٠٦	١,٢٩١	غير دالة
	إناث	٩٦	١٥	٢,٤٨٣			
اتخاذ القرار الانتحاري	ذكور	١١٢	١٣,٦١٦	٢,٢٢٢	٢٠٦	١,٧٩٢	غير دالة
	إناث	٩٦	١٣,١٥٦	١,٢٦٧			
الدرجة الكلية	ذكور	١١٢	٤١,٢٥٠	٣,٦٤٠	٢٠٦	١,٠٩١	غير دالة
	إناث	٩٦	٤٠,٧١٨	٣,٣٢٩			

* قيمة "ت" الجدولية عند مستوى (٠,٠١)= ٢,٥٧٦؛ وعند مستوى (٠,٠٥)= ١,٩٦٠ لدلالة الطرفين.

يتضح من جدول (٥) عدم وجود فروق دالة إحصائيًّا بين طلبة المرحلة الجامعية بالبيئة الكويتية من الجنسين في أبعاد الافكار الانتحارية الثلاثة: (تصور الانتحار، والرغبة في الانتحار، واتخاذ القرار الانتحاري) ودرجتها الكلية، حيث كانت قيمة "ت" غير دالة عند مستويي (٠,٠١؛ ٠,٠٥) في الأبعاد والدرجة الكلية؛ مما يشير إلى أن الذكور الجامعيين بالبيئة الكويتية لا يختلفون عن الإناث في الأفكار الانتحارية، وهو ما يشير إلى تحقق الفرض الرابع للدراسة الحالية.

وتتفق هذه النتيجة مع بعض الدراسات والبحوث التي توصلت إلى عدم وجود فروق في الأفكار الانتحارية ترجع لنوع الجنس، مثل دراسات: حسين فايد (٢٠٠٨ أ)؛ إشراق راصع وآخرين (٢٠١٤)؛ وشيماء باشا وإيمان شنودة (٢٠١٤)؛ وعادل مومني (٢٠١٧)؛ ومنال طه ونفيسة عمر (٢٠٢٠). في حين تتعارض هذه النتيجة مع بعض الدراسات التي توصلت إلى وجود فروق في الأفكار الانتحارية ترجع لنوع الجنس لصالح الذكور، مثل دراسات: إمبي وهيون (Impey & Heun., 2012)؛ ووانج ولايتسي وتران وبونابرت (Wang., Lightsey., Tran., & Ponabart., 2013)؛ وسالمة بو غزالة ورأف الله الدرسي (٢٠١٩). كما تتعارض هذه النتيجة أيضًا مع دراسات: عبير محمد (٢٠٠٤)؛ وكارونيس-توسكانو ومولينا وبيلهام وأبليجات ودهلك وأوفيرمير ولاهي (Chronis-Tuscano., Molina., Pelham., Applegate., Dahlke., Overmyer., & Lahey., 2010)؛ وكاكوزي وبيتير وكزوبور (Kakuszi., Bitter., & Czobor., 2018)؛ وسارة الحارثي (٢٠١٩)؛ والسيد التهامي (٢٠٢١) التي توصلت إلى وجود فروق بين الجنسين في الأفكار الانتحارية لصالح الإناث.

ويمكن تفسير نتيجة هذا الفرض في ضوء طبيعة المجتمعات العربية والذي يُعد المجتمع الكويتي جزءًا منه؛ حيث يتميز فيه كل من الجنسين بالميل للتدين والحرص على إرضاء الخالق- عز وجل- واعتناقهم لعقيدة دينية تحرّم الانتحار وقتل النفس، ولذا فرغم معاناتهم النفسية وشعورهم ببعض الوجدانات السالبة والانفعالات السلبية نتيجة لضغوط الحياة المختلفة ومصاعبها؛ إلا أنهم نادرًا ما يقدمون على السلوك الانتحاري، وهذا ما أشارت إليه نتائج هذا الفرض من عدم وجود فروق في الأفكار الانتحارية ترجع للنوع الاجتماعي.

توصيات وبحوث مقترحة:

أ.التوصيات:

توصي الباحثة بناء على نتائج الدراسة بما يلي:

١. الاهتمام بتنشيط جهاز المناعة النفسية للمراهقين وخاصة بالمرحلة الجامعية من خلال وحدات الإرشاد الطلابي بالجامعة.

٢. إعداد برامج إرشادية متخصصة لفئة المراهقين الجامعيين لتنشيط مناعتهم النفسية وتساعدهم في التغلب على أفكارهم الانتحارية.

٣. تقديم خدمات نفسية علاجية للمراهقين الجامعيين الذين يعانون من درجات مرتفعة من الضغوط النفسية واليأس وذلك لحمايتهم من الأفكار الانتحارية.

ب. دراسات وبحوث مستقبلية مقترحة:

استكمالًا وتطويرًا لأهداف الدراسة الحالية وجوانب القصور فيها، تقترح الباحثة إجراء بعض الدراسات والبحوث المستقبلية، ومنها:

١. أثر التدريب القائم على مكونات المناعة النفسية في الحد من الأفكار الانتحارية لدى الطلبة الجامعيين بالبيئة الكويتية.

٢. الدوجماتية كمنبئ بالأفكار الانتحارية لدى طلبة المرحلة الجامعية.

٣. مدى استقرار الفروق بين الجنسين في كل من المناعة النفسية والأفكار الانتحارية: دراسة طولية.

المراجـــع:

القرآن الكريم.

أبرار إبراهيم الحبيب، وفاطمة خليفة السيد (٢٠٢١). الإجهاد الأكاديمي والكمالية العصابية وعلاقتهما بالميل للانتحار لدى عينة من طالبات الدراسات العليا بجامعة الملك عبد العزيز بجدة. **مجلة البحوث التربوية والنوعية**، ٦، ٨٣–١٣٢.

إبراهيم حامد المغربي (٢٠١٥). **الانتحار رؤية تكاملية**. الإسكندرية: المكتب الجامعي الحديث للنشر.

أسماء عثمان دياب (٢٠٢٠). التفكير الانتحاري وعلاقته بالقصور في التنظيم الانفعالي وبعض الأنظمة الأسرية "دراسة سيكومترية كلينيكية. **المجلة المصرية للدراسات النفسية**، ٣٠ (١٠٩)، ٢١– ٤٦.

إشراق أحمد راصع، وصفوت أرنست فرج، وفيصل عبد القادر يونس، ومعتز سيد عبد الله (٢٠١٤). الضغوط والاكتئاب كمتغيرين منبئين بالتفكير الانتحاري لدى طلبة جامعة صنعاء. **دراسات عربية في علم النفس**، ١٣ (١)، ٩٩– ١٣٢.

الحلاق، إياد سليم، جرادات، نسرين عيسى (٢٠١٨). الأفكار الانتحارية وعلاقتها بعوامل الخطر المرتبطة المرتبطة بالقلق والاكتئاب عند الشباب في الضفة الغربية. **مجلة العلوم التربوية والنفسية– المجلة العربية للعلوم ونشر الأبحاث**، المركز القومي للبحوث– غزة، ٢ (٢٦)، ١٠٩– ١٢٩.

السيد يس التهامي (٢٠٢١). التفكير في الانتحار وعلاقته باضطراب قصور الانتباه المصحوب بالنشاط الزائد في ضوء بعض المتغيرات. **مجلة التربية الخاصة**، كلية علوم الإعاقة والتأهيل، جامعة الزقازيق، ١٠ (٣٤)، ١– ٥٥.

أمل محمد غنايم (٢٠١٨). برنامج إرشادي نفسي ديني لتنشيط المناعة النفسية وأثره في تحقيق الأمن الفكري لدى الموهوبين بالمرحلة الثانوية. **مجلة الإرشاد النفسي**، مركز الإرشاد النفسي، جامعة عين شمس، ٥٥، ٣٨٥– ٤٢٦.

إيمان حسنين عصفور (٢٠١٣). تنشيط المناعة النفسية لتنمية مهارات التفكير الإيجابى وخفض قلق التدريس لدى الطالبات المعلمات شعبة الفلسفة والاجتماع. **دراسات عربية في التربية وعلم النفس**، ٤٢، ٣، ١١– ٦٣.

إيمان نبيل حنفي، وثريا يوسف لاشين، وعزة خضري عبد الحميد (٢٠١٦). المناعة النفسية لدى أمهات الأطفال المعاقين عقليًا القابلين للتعلم وعلاقتها بالكفاءة الاجتماعية لدى أبنائهم. **دراسات تربوية واجتماعية**، كلية التربية، جامعة حلوان، ٢٢ (٣)، ٤٣٥– ٤٨٦.

أيمن عبد العزيز حماد (٢٠١٩). فاعلية برنامج قائم على الإرشاد الانتقائي لتقوية المناعة النفسية لدى الطلاب المتعثرين بالجامعة. **مجلة الإرشاد النفسي**، مركز الإرشاد النفسي، جامعة عين شمس، ٥٩، ١، ٦٩– ١١٨.

حسن حيدر (٢٠١٨). الانتحار (دراسة نظرية). **مجلة البحوث التربوية والنفسية**، (٥٦)، ٣٩٢– ٤٠٨.

حسين علي فايد (٢٠٠٨ أ). **دراسات في السلوك والشخصية**. القاهرة: مؤسسة طيبة للنشر والتوزيع.

حسين علي فايد (٢٠٠٨ ب). صدمة الطفولة البينشخيصية وعلاقتها بخبرات التفكك والتفكير الانتحاري لدى عينة غير إكلينيكية. **دراسات نفسية**، ١٨ (٤)، ٦٤٩– ٦٨٨.

رانيا خميس الجزار، وسناء محمد سليمان، وشيماء أحمد مجاهد (٢٠١٨). المناعة النفسية لدى طلاب الجامعة وعلاقتها بالذكاء الأخلاقي والأداء الأكاديمي. **مجلة البحث العلمي في الآداب**، كلية البنات، جامعة عين شمس، ١٩، ٧، ١٣٠– ١٦٤.

رجاء محمود أبو علام (٢٠٠٣). **التحليل الاحصائى للبيانات باستخدام برنامج SPSS**. القاهرة: دار النشر للجامعات.

ريم السلطان، وبدر الأنصاري (٢٠١٨). تصور الانتحار لدى عينة من طلبة الجامعة: دراسة ارتباطية. **مجلة العلوم الاجتماعية**، مجلس النشر العلمي، جامعة الكويت، ٤٦ (٣)، ١١– ٣٩.

ريهام عصام الدين خطاب (٢٠١٨). أثر برنامج إرشادي قائم على الطاقة الإيجابية في تقوية المناعة النفسية لدى عينة من طلاب جامعة حلوان من ذوي الإعاقة الحركية. **رسالة دكتوراه**، كلية التربية، جامعة حلوان.

سارة مفلح الحارثي (٢٠١٩). الأفكار الانتحارية لدى المراهقين الذين تعرضوا للإساءة الجنسية وعلاقتها بدعم الأقران والفاعلية الذاتية للأحداث الجانحين بمدينة الرياض. **دراسات تربوية ونفسية (مجلة كلية التربية بالزقازيق)**، جامعة الزقازيق، ١٠٣، ١، ٢٩١– ٣٩٧.

سالمة عطية بو غزالة، ورأف الله بو شعراية الدرسي (٢٠١٩). الميول الانتحارية لدى طلاب جامعة عمر المختار وفقًا لبعض المتغيرات. **مجلة جامعة الزيتونة**، ٢٩، ١٠٨– ١٢٥.

سعد عبد الرحمن (٢٠٠٨). **القياس النفسي: النظرية والتطبيق** (ط ٥). الجيزة: هبة النيل العربية للنشر والتوزيع.

سليمان بن عبد الرزاق الغديان (٢٠١١). السلوك المنحرف ودوره في التفكير بالانتحار لدى الأحداث المنحرفين. **دراسات عربية في علم النفس**، ١٠ (٢)، ٣٩١– ٤٢٨.

سُليمان عبد الواحد يوسُف (٢٠١٦ أ). المناعة النفسية وتنشيطها لدى الشباب الجامعي: مدخل إلى خفض الإرهاب النفسي "دراسة تجريبية في إطار التفاعل بين المخ وجهاز المناعة". **مؤتمر العلوم الاجتماعية والإنسانية في مكافحة الإرهاب**، والمنعقد خلال الفترة من ١٣– ١٤ نوفمبر، بكلية الآداب– جامعة بنى سويف.

سُليمان عبد الواحد يوسُف (٢٠١٦ ب). فعالية برنامج تدريبي في تنشيط المناعة النفسية لدى طلاب الجامعة في ضوء أساليب التفكير وعادات العقل لديهم. **المجلة المصرية للدراسات النفسية**، ٢٦ (٩٠)، ٢٤٥– ٢٩١.

سُليمان عبد الواحد يوسُف (٢٠١٧). المناعة النفسية العصبية (PNI): مدخل لخفض الآثار الانفعالية والاجتماعية والصحية المترتبة على الإعاقة لدى المعاقين وأسرهم بالمجتمعات العربية "رؤية في إطار التكامل بين الجهاز العصبي والجهاز المناعي". **مؤتمر "حقوق الأشخاص ذوي الإعاقة في الوطن العربي بين التشريعات والحاجة إلى التفعيل"** جامعة بنها، يوم الأربعاء الموافق ١٦ أغسطس.

سُليمان عبد الواحد يوسُف (٢٠١٨). تكوين جهاز المناعة النفسية مطلب حتمي لبناء الشخصية الوطنية من أجل حماية الشباب من التطرف والإرهاب. **مجلة الإرشاد النفسي**، مركز الإرشاد النفسي، جامعة عين شمس، ٥٤، ٦٤٥– ٦٦٠.

سُليمان عبد الواحد يوسُف (٢٠٢٠). دور المناعة النفسية في التنبؤ بجودة الحياة لذوي صعوبات التعلم الاجتماعية والانفعالية بالمدارس الثانوية الفنية الزراعية في ضوء نظرية عربية جديدة. **مجلة بحوث في التربية النوعية**، كلية التربية النوعية، جامعة القاهرة، ٣٧، ١، ٥٣١– ٥٦٠.

سُليمان عبد الواحد يوسُف، وأمل محمد غنايم (٢٠١٩). أهم الكفاءات النيوروسيكولوجية اللازمة لتحقيق جودة إعداد وتدريب وأداء أخصائي

علم النفس العصبي في مجالات الموهبة والتفوق وصعوبات التعلم. **المجلة العربية لبحوث التدريب والتطوير**، مركز تنمية قدرات أعضاء هيئة التدريس والقيادات بجامعة بنها، ٢ (٥)، ٢٤٦– ٢٦٦.

سُليمان عبد الواحد يوسُف، وهدى ملوح الفضلي (٢٠٢١). المناعة النفسية "وفق تصور عبد الوهاب كامل": دراسة عاملية عبر ثقافية. **دراسات عربية في التربية وعلم النفس**، ١٢٩، ٤٥٩– ٤٩٠.

شيماء عزت باشا، وإيمان نصري شنودة (٢٠١٤). الصمود والمسندة الاجتماعية والضغوط كمنبئات بالتفكير الانتحاري لدى طلاب الجامعة. **المجلة المصرية لعلم النفس الإكلينيكي والإرشادي**، ٢ (٤)، ٥٥٧– ٦٠٢.

عادل مصطفى مومني (٢٠١٧). اضطرابات النوم والأفكار الانتحارية لدى عينة من اللاجئين السوريين وعلاقتها ببعض المتغيرات الديموغرافية. **رسالة ماجستير**، كلية الآداب والعلوم، جامعة عمّان الأهلية، الأردن.

عبد الرحمن بن درباش الزهراني (٢٠١٦). الوظائف التنفيذية كعوامل معرفية فارقة بين مجتري الأفكار الانتحارية ومحاولي الانتحار. **مجلة التربية**، كلية التربية، جامعة الأزهر الشريف، ١٦٧، ١، ٤٢٧– ٤٥٤.

عبد الرقيب أحمد البحيري (٢٠١٣). **مقياس احتمالية الانتحار**. القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.

عبد الرقيب أحمد البحيري، ومحفوظ عبد الستار أبو الفضل (٢٠٠٨). بعض الاضطرابات النفسية المرتبطة بالتفكير الانتحاري لدى عينة من طلاب المرحلة الثانوية. **المجلة المصرية للدراسات النفسية**، ١٨ (٦٠)، ١– ٥٥.

عبد الله السيد عسكر (٢٠٠١). **الاكتئاب النفسي بين النظرية والتشخيص**. القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.

عبد المحسن مسعد المغازي، وعبد اللاه محمود حماد (٢٠٢١). المناعة النفسية لامهات الأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة وعلاقتها باليقظة العقلية لدى أبنائهن. **مجلة البحوث التربوية والنوعية**، مؤسسة التربية الخاصة والتأهيل، ٦، ١– ٣٤.

عبد الوهاب محمد كامل (١٩٩٤ أ). التعلم وتكوين جهاز المناعة النفسية (برنامج علاجى). **مجلة المعلومات**، إدارة النشر بمركز المعلومات والتوثيق، جامعة طنطا، ٥.

عبد الوهاب محمد كامل (١٩٩٤ ب). المناعة النفسية ومثلث الرعب. **مجلة المعلومات**، إدارة النشر بمركز المعلومات والتوثيق، جامعة طنطا.

عبد الوهاب محمد كامل (١٩٩٤ ج). **سيكولوجيا السلوك الاجتماعى والإتصال**. القاهرة: مكتبة النهضة المصرية.

عبد الوهاب محمد كامل (١٩٩٥). أثر التدريب على التحكم الذاتى باستخدام: العائد البيولوجى لنشاط العضلات الكهربى والاسترخاء على خفض القلق والانفعالية "دراسة معملية سيكوفسيولوجية"، **المجلة المصرية للدراسات النفسية**، ١٣، ١١– ٣١.

عبد الوهاب محمد كامل (١٩٩٩). **التعلم العلاجى بين النظرية والتطبيق "الأسس العلمية لبرامج تعديل السلوك"**. القاهرة: مكتبة النهضة المصرية.

عبد الوهاب محمد كامل (٢٠٠٢ أ). **اتجاهات معاصرة في علم النفس**. القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.

عبد الوهاب محمد كامل (٢٠٠٢ ب). **بحوث في علم النفس دراسات ميدانية/ تجريبية** (ط٢). القاهرة: مكتبة النهضة المصرية.

عبير محمد محمد (٢٠٠٤). مخاطرة الانتحار وعلاقته بالسمات الشخصية وأحداث الحياة الضاغطة. **رسالة ماجستير**، كلية التربية بأسيوط، جامعة أسيوط.

عصام محمد زيدان (٢٠١٣). المناعة النفسية مفهومها وأبعادها وقياسها. **مجلة كلية التربية**، جامعة طنطا، ٥١، ٨١١– ٨٨٢.

فاطمة طه (٢٠١٧). ارتقاء المقاومة النفسية في مرحلتي الطفولة المتأخرة والمراهقة. **رسالة ماجستير**، كلية الآداب، جامعة القاهرة.

فريد علي فايد (٢٠٠٦). المساندة الاجتماعية كمتغير وسيط بين ضغوط الحياة وتصور الانتحار. **مجلة دراسات في الخدمة الاجتماعية**، كلية الخدمة الاجتماعية، جامعة حلوان، ٢١، ٢، ٩٨١– ١٠٢٠.

كمال إبراهيم مرسى (٢٠٠٠). **السعادة وتنمية الصحة النفسية "مسئولية الفرد في الإسلام وعلم النفس"**. القاهرة: دار النشر للجامعات.

محمد ربحي المصري، وحسام الدين محمود عزب، وصلاح الدين محمد أبو ناهية (٢٠٢٠). الكفاءة السيكومترية لمقياس الميول الانتحارية لدى عينة من طلبة الجامعات الفلسطينية. **مجلة كلية التربية في العلوم النفسية**، جامعة عين شمس، ٤٤، ٢، ١٤٩– ١٧٨.

محمد قاعد الغامدي (٢٠٢٠). الميول الانتحارية وعلاقتها بالضغوط النفسية وبعض المتغيرات الديموغرافية لدى عينة من طلاب المرحلة الثانوية والمرحلة الجامعية بمدينة الرياض. **مجلة العلوم التربوية والنفسية– المجلة العربية للعلوم ونشر الأبحاث**، المركز القومي للبحوث– غزة، ٤ (٤٥)، ١٣٧– ١٦٤.

منظمة الصحة العالمية (٢٠١٤). **الوقاية من الانتحار ضرورة عالمية**. المكتب الإقليمي لشرق المتوسط.

ناهد أحمد فتحي (٢٠١٩). الكفاءة الذاتية المدركة والقدرة على حل المشكلات والتوجه نحو الهدف كمنبئات بالمناعة النفسية لدى المتفوقين دراسيًا (المكونات العاملية لمقياس المناعة النفسية). **دراسات نفسية**، ٢٩ (٣)، ٥٤٩– ٦١٨.

هالة محمد شمبولية (٢٠٢١). فعالية برنامج تدريبي لتنشيط المناعة النفسية في خفض التفكير الخُرافي لدى طلاب تكنولوجيا البصريات. **دراسات عربية في التربية وعلم النفس**، ١٣١، ١١٩– ٤٤٤.

وردة بلغازي (٢٠١٧). الضغط النفسي المدرك وسمات الشخصية وعلاقتهما بالمحاولة الانتحارية (دراسة ميدانية لسبع حالات عيادية). **مجلة دراسات في علم نفس الصحة**، مخبر علم نفس الصحة والوقاية ونوعية الحياة، جامعة الجزائر ٢– أبو القاسم سعد الله، ٥، ١١٩– ١٣٢.

AlShawashereh, O. M. (2015). Suicidal Ideation in Relation to Self-Esteem among University Students. *Journal of the Islamic University of Educational and Psychological Studies*, 23 (2), 1-15.

Been. L & Yen A. C. (2020). Suicide and associated psychosocial correlates among university students in Taiwan: A mixed-methods study. *Journal of the Formosan Medical Association*, 119 (5), 957-967.

Chouhan, U. & Parikh, J. (2018). Suicidal Tendency among Depressive and Normal People. The *International Journal of Indian Psychology*, 6 (3), 149-154.

Chronis-Tuscano, A., Molina, B. S., Pelham, W. E., Applegate, B., Dahlke, A., Overmyer, M., & Lahey, B. B. (2010). Very early predictors of adolescent depression and suicide attempts in children with attention-deficit/hyperactivity disorder. *Archives of general psychiatry*, 67 (10), 1044-1051.

Dubey, A. & Shahi, D. (2011). Psychological Immunity and Coping Strategies: A Study on Medical Professionals. *Indian Journal of social Science researches*. 8 (1-2), 36-47.

Ferencz, E. (2012). Examination of psychological immune system on the basis of individual. Psychological Interpretation of The Memories of Early Childhood, www.ganymebs.lip.united.hu.

Impey, M., & Heun, R. (2012).Completed suicide, ideation and attempt in attention deficit hyperactivity disorder. *Acta Psychiatrica Scandinavica*, 125 (2), 93-102.

Kagan, H. (2006). The Psychological Immune System : A New Look at Protection and Survival. Indiana: AuthorHouse.

Kakuszi, B., Bitter, I., & Czobor, P. (2018). Suicidal ideation in adult ADHD: Gender difference with a specific psychopathological profile. *Comprehensive Psychiatry*. 28, 23-29.

Olah, A. (2002). Positive traits : Flow and psychological immunity. Paper presented at the First International Positive Psychology Summit, 3-6 October, Washington , D.C.

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.

Shapan, N. L. (2020). The Rationing of Psychological Immunity Scale on a Sample of Visually Impaired Adolescents. *International Journal for Innovation Education and Research*, 8 (3), 345-356.

Stack, C. ,Parrila, P. & Torppa.M. (2014). Using a Multidimensional Measure of Resilience to Explain Life Satisfaction and Academic Achievement of Adults With Reading Difficulties *Journal of Learning Disabilities*, Accepted for publishing Electronic Publication.

Wadley, J. (2011). Postive thinking, optimism lower risk of having stroke, University of Michigan, www.ns.umich.edu.

Wang., M., Lightsey., O., Tran., K., & Bonapart., T. (2013). Examining suicide protective factors among black college students. *A Peer Reviewed Journal*, 37 (3), 228-247.