



## واقع مهارات فعالية الحياة لدى معلمي التربية الخاصة وعلاقتها بالحيوية الذاتية لديهم

### إعداد

د / مروة عبد الباسط الصفتي

أستاذ المناهج وطرق التدريس المساعد  
بقسم الاقتصاد المنزلي التربوي بكلية  
الاقتصاد المنزلي "جامعة الأزهر"

أ.د/نبيل عبد الهادي احمد السيد

أستاذ علم النفس التعليمي والإحصاء التربوي  
كلية التربية "جامعة الأزهر"

## واقع مهارات فعالية الحياة لدى معلمي التربية الخاصة وعلاقتها بالحيوية الذاتية لديهم

نبيل عبد الهادي احمد السيد<sup>١</sup>، مروة عبد الباسط الصفتي<sup>٢</sup>.

<sup>١</sup>أستاذ علم النفس التعليمي والإحصاء التربوي ، كلية التربية "جامعة الأزهر".

<sup>٢</sup>أستاذ المناهج وطرق التدريس المساعد بقسم الاقتصاد المنزلي التربوي بكلية الاقتصاد المنزلي "جامعة الأزهر"

البريد الإلكتروني: [nabil\\_khaled\\_sh@gmail.com](mailto:nabil_khaled_sh@gmail.com)

المستخلص:

هدف البحث الحالي إلى الكشف عن واقع مهارات فعالية الحياة لدى معلمي التربية الخاصة بالإدارة التعليمية بمحافظة الغربية وعلاقتها بالحيوية الذاتية لديهم، والتنبؤ بالحيوية الذاتية بمعلومية المهارات المدروسة لدى عينة البحث، والتعرف على الفروق بين استجابات أفراد العينة في مهارات فعالية الحياة والحيوية الذاتية والتي تُعزى إلى (المؤهل العلمي، سنوات الخبرة)، وكان عدد معلمي التربية الخاصة المشاركين في عينة الخصائص السيكومترية (٢٠) معلما ومعلمة، والعينة الأساسية (١١٦) معلما ومعلمة، ولتحقيق هدف الدراسة استخدمت الدراسة المنهج الوصفي المسحي وتم بناء أداتين: مقياس مهارات فعالية الحياة، ومقياس الحيوية الذاتية، وبعد تحليل البيانات إحصائيا توصل البحث إلى النتائج الآتية: واقع مهارات فعالية الحياة لدى معلمي التربية الخاصة جاء بشكل مرتفع، كما أن مستوى الحيوية الذاتية لديهم جاء بشكل مرتفع، كما أظهرت النتائج وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائيا بين مهارات فعالية الحياة والحيوية الذاتية، وأنه يمكن التنبؤ بالحيوية الذاتية من خلال أربعة مهارات فقط من المهارات الثمانية المدروسة لمهارات فعالية الحياة وهذه المهارات هي (الكفاءة الاجتماعية، الدافعية للإنجاز، التحكم في الوجدانات، والدرجة الكلية لمهارات فعالية الحياة) وأن أكثر المتغيرات المدروسة إسهاماً في التنبؤ بالدرجة الكلية للحيوية النفسية لدى معلمي التربية الخاصة بمحافظة الغربية هي مهارة التحكم في الوجدانات يلها مهارة الدافعية للإنجاز ثم مهارة الكفاءة الاجتماعية، كما أظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠١) بين استجابات أفراد العينة في مهارات فعالية الحياة وفقاً لمتغير المؤهل العلمي لصالح فئة دراسات العليا. ووجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠٥) بين استجابات أفراد العينة في مهارات فعالية الحياة تُعزى لمتغير سنوات الخبرة لصالح سنوات الخبرة أكثر من ١٠ سنوات خبرة، كما وجدت فروق ذات دلالة إحصائية بين استجابات أفراد العينة في الحيوية الذاتية تُعزى إلى متغير المؤهل العلمي لصالح فئة ماجستير، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية بين استجابات أفراد العينة في الحيوية الذاتية تُعزى إلى متغير سنوات الخبرة لصالح فئة سنوات خبرة أكثر من ١٠ سنوات.

الكلمات المفتاحية: مهارات فعالية الحياة – الحيوية الذاتية – معلمي التربية الخاصة.



---

## The Reality of Life Effectiveness Skills among Special Education and Their Relationship with Psychological Vitality

Nabil Abdel-Hady Ahmed Essayed<sup>1</sup>, Marwa Abdel-Basset ELsafty<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Professor of Educational Psychology & Statistics, Faculty of Education (in Cairo), Al-Azhar University.

<sup>2</sup>Assistant Professor of Curricula & Teaching Methods, Faculty of Home Economics, Al-Azhar University

Email: [nabil\\_khaled\\_sh@gmail.com](mailto:nabil_khaled_sh@gmail.com)

### ABSTRACT:

This study aimed to identify the reality of life effectiveness skills among special education teachers in Gharbyia Governorate and their relationship with psychological vitality. The study also explored whether life effectiveness skills will predicate psychological vitality. The pilot study sample consisted of 20 special education teachers, both male and female, to verify the instruments' psychometric characteristics. The main sample included 116 teachers of both genders. The survey descriptive research method was utilized to achieve the study's objective. The researchers designed and utilized two instruments for life effectiveness skills and psychological vitality. Data analysis indicated that life effectiveness skills and psychological vitality were high among the study participants. There was also statistically significant positive correlation between life effectiveness skills and psychological vitality. In addition, Self-vitality could be predicted by only four of the eight skills studied for life effectiveness skills (social competence, achievement motivation, emotions control, and the total score of life effectiveness skills). Particularly, the most studied variables contributing to predicting the total score of psychological vitality among special education teachers in Gharbyia Governorate were the skills of emotions control, achievement motivation, and social competence, respectively. The results also revealed statistically significant differences in life effectiveness skills due to the variables of scientific qualification and years of experience. Specifically, teachers with postgraduate qualifications and those with more than 10 years of experience demonstrated greater life effectiveness skills. Finally, there were statistically significant differences in psychological vitality due to the variables of scientific qualification and years of experience. Exactly, teachers with master's degrees and those with more than 10 years of experience demonstrated greater psychological vitality.

**keywords:** Life Effectiveness Skills; Psychological Vitality; Special Education Teachers

## مقدمة:

تُعد مهنة التعليم من أكثر المهن التي تتطلب جهودًا نفسية وجسدية كبيرة، وتزداد هذه التحديات تعقيدًا في حالة معلمي التربية الخاصة الذين يعملون مع الطلاب ذوي الاحتياجات الخاصة. يتطلب هذا المجال قدرات متميزة للتعامل مع التحديات المتنوعة، بدءًا من احتياجات الطلاب الفردية وصولاً إلى التعامل مع ضغوط العمل اليومية. ومع ذلك، فإن قدرة المعلم على الحفاظ على مستوى عالٍ من الحيوية الذاتية، التي تعبر عن شعوره بالطاقة والحماس والإيجابية في أداء مهامه، تعد عاملاً رئيسيًا في تحقيق النجاح الوظيفي والشخصي.

ويُعدُّ مفهوم مهارات فعالية الحياة من العوامل الأساسية التي تساهم في تطوير الأداء التعليمي والتكيف مع متطلبات الحياة المتغيرة. وتشمل هذه المهارات القدرة على حل المشكلات، اتخاذ القرارات، إدارة الوقت، التحكم في المشاعر، والتواصل الفعال، وهي أدوات ضرورية لتحقيق الكفاءة الشخصية والمهنية (العامري ، ٢٠٢٠ ، ٤١).

وتُعرف مهارات فعالية الحياة بكونها مجموعة من القدرات التي تُتيح للفرد التصرف بمرونة وكفاءة في مواجهة التحديات اليومية، مما يُعزز من أدائه الأكاديمي والمهني (الفيل، ٢٠١٨). وقد أشار Neill (٢٠٠٨) إلى أن هذه المهارات تُعبر عن تصور الفرد لكفاءته في التعامل مع العمليات النفسية والسلوكية اللازمة لإنجاز المهام المختلفة، وتتضمن الكفاءة الاجتماعية، دافعية الإنجاز، المرونة العقلية، والثقة بالنفس.

ويؤكد عبد الحميد (٢٠٢٠) أن امتلاك مهارات فعالية الحياة وتحديدتها والتمييز بينها، خاصية إنسانية وضرورة من ضرورات التواصل الاجتماعي، وافتقادها أو قصرها يعد عائقًا من عوائق تحقيق الصحة النفسية، مما يؤكد ضرورة تزويد الأفراد بمهارات فعالية الحياة بما ينعكس بالإيجاب على انخراطهم في المجتمع (ص ٥٨٨)

وتضيف عيد (٢٠٢١) أن مهارات فعالية الحياة تُمكن الفرد من فهم الناس وتحمل المسؤولية والتعامل بذكاء وتُعزز ثقته بنفسه مما يُمكنه من إنجاز المهام بكفاءة عالية واتخاذ القرارات بمنهجية سليمة. (ص ٣٩٨)

وتشير الدراسات الحديثة (Andrews & Higson ; 2019 , Al-Jbouri ; 2023) أن مهارات فعالية الحياة جوهرية في تعزيز الكفاءة المهنية للمعلمين، إذ تُسهم في تطوير قدراتهم على التعامل مع المواقف التعليمية المختلفة بمرونة وحكمة. فالمعلم الذي يمتلك هذه المهارات يصبح أكثر قدرة على التفاعل الإيجابي مع طلابه، وفهم احتياجاتهم النفسية والعاطفية، مما يخلق بيئة تعليمية داعمة ومحفزة للنمو والتعلم. كما أن هذه المهارات تساعد المعلمين في بناء علاقات قوية ومتوازنة مع زملائهم وأولياء الأمور، مما يُعزز من التعاون والتفاهم في تحقيق الأهداف التعليمية

إلى جانب ذلك، تُساعد مهارات فعالية الحياة المعلمين على التعامل مع ضغوط المهنة وتحدياتها بشكل فعال، مما ينعكس على استقرارهم النفسي وقدرتهم على تقديم أفضل ما لديهم. فالمعلمون الذين يمتلكون هذه المهارات يطورون قدرة عالية على اتخاذ القرارات الصائبة وحل المشكلات بطرق مبتكرة، مما يساهم في تحسين جودة التعليم ورفع مستوى الأداء الأكاديمي لدى الطلاب. باختصار، فإن امتلاك المعلمين لهذه المهارات ليس مجرد إضافة مهنية، بل هو أساس لتحقيق تعليم مستدام يرتقي بالمجتمع بأسره

من هذا المنطلق، فإن تعزيز مهارات فعالية الحياة يُعدُّ ضرورة ملحة خاصة في مجال التربية الخاصة، حيث يواجه المعلمون تحديات استثنائية تتطلب مستويات عالية من المرونة النفسية والاستقرار العاطفي. ولعل هذا ما يُبرز الحاجة إلى التكامل بين مهارات فعالية الحياة والحيوية الذاتية لتحقيق الأداء الأمثل في هذا المجال.

وتُعتبر الحيوية الذاتية مفهوماً يرتبط بشكل مباشر بالطاقة النفسية والجسدية التي يمتلكها الفرد، مما يمكنه من التعامل بفعالية مع متطلبات الحياة والعمل. ويستند هذا المفهوم إلى علم النفس الإيجابي، الذي يسعى إلى تحقيق الرفاهة النفسية (Psychological Well-being) عبر تحرير الإنسان من هيمنة المؤثرات الخارجية واستثمار طاقاته لخدمة المجتمع (عرفة، ٢٠٢١، ١٤٧؛ Mihaly، ٢٠٠٩، ٢٠٨). وقد أشار العبيدي (٢٠٢٠) إلى أن نظام التنشيط الفسيولوجي يلعب دوراً محورياً في تحديد مستويات الأداء اليومي؛ فارتفاع مستويات الطاقة يؤدي إلى زيادة الكفاءة، بينما يؤدي انخفاضها إلى ضعف الأداء.

وعليه، فإن العلاقة التبادلية بين مهارات فعالية الحياة والحيوية الذاتية تُمثل عنصراً جوهرياً في تمكين معلمي التربية الخاصة من التكيف مع متطلبات عملهم، مما يُعزز من جودة التعليم المُقدم للطلاب ذوي الاحتياجات الخاصة. إذ أن تعزيز المهارات الحياتية يسهم في رفع مستويات الحيوية الذاتية، مما ينعكس إيجابياً على الأداء العام للمعلمين. ويُشير كل من Seligman & Peterson (٢٠٠٤) وأبو حلاوة والحسيني (٢٠١٦) إلى أن الحيوية الذاتية هي القوة الدافعة التي تمكّن الأفراد من القيام بمهامهم بفعالية والإقبال على الحياة بروح إيجابية، سواء على المستوى العقلي، البدني، الروحي، أو الاجتماعي.

وبالتالي، فإن التكامل بين مهارات فعالية الحياة والحيوية الذاتية لا يُعزز فقط من الأداء الفردي للمعلمين، بل يُسهم أيضاً في تحسين البيئة التعليمية بشكل عام، مما يحقق أهداف التعليم الشامل والمستدام.

ويرى الباحثان أن البحث في العلاقة بين مهارات فعالية الحياة والحيوية الذاتية لدى معلمي التربية الخاصة يكتسب أهمية كبيرة في ظل الأدوار المعقدة التي يقوم بها هؤلاء المعلمون والتي تتطلب منهم مواجهة ضغوط مهنية ونفسية فريدة فهم يحتاجون إلى مزيج من الطاقة الداخلية والمهارات الحياتية ليتمكنوا من تحقيق التوازن بين متطلبات العمل وحياتهم الشخصية، إضافة إلى توفير بيئة تعليمية داعمة وفعالة للطلاب.

وبالرغم من أهمية كل من مهارات فعالية الحياة والحيوية الذاتية في سياق العمل التربوي، إلا أن هناك نقصاً في الدراسات التي تتناول العلاقة بين هذين المتغيرين لدى معلمي الفئات الخاصة

ويتسم هذا البحث بأهميته من خلال تسليطه الضوء على هذين المتغيرين الحيويين إذ يسعى إلى فهم طبيعة العلاقة بينهما ومدى تأثير الحيوية الذاتية على تطوير مهارات فعالية الحياة لدى معلمي التربية الخاصة كما يهدف إلى تقديم توصيات تستند إلى نتائج علمية تسهم في تحسين أداء هذه الفئة المهمة من المعلمين مما يعزز من قدرتهم على دعم الفئات الخاصة، ويسهم في تحقيق أهداف التعليم الشامل والمستدام.

في ضوء ذلك تبرز الحاجة إلى دراسة علمية وصفية لاستكشاف العلاقة بين الحيوية الذاتية ومهارات فعالية الحياة وتحليل دور هذه العوامل في تعزيز الكفاءة المهنية والرفاهية النفسية لمعلمي التربية الخاصة ، الذين يمثلون دعامة أساسية لتحقيق إدماج فعال للطلاب ذوي الاحتياجات الخاصة في المجتمع .

لذا يسعى الباحثان إلى التعرف على على واقع مهارات فعالية الحياة لدى معلمي التربية الخاصة وعلاقتها بالحيوية الذاتية لديهم، ومعرفة مدى إسهام مهارات فعالية الحياة في الحيوية الذاتية لدى معلمي الفئات الخاصة.

### مشكلة البحث:

يشهد قطاع التربية الخاصة في العصر الحالي تطورًا ملحوظًا في مواجهة التحديات المتزايدة التي تواجهها هذه الفئة من المعلمين، حيث يتطلب العمل مع الطلاب ذوي الاحتياجات الخاصة مهارات عالية وقدرة على التكيف مع مختلف الظروف النفسية والاجتماعية. في هذا السياق، تبرز مهارات فعالية الحياة بوصفها مجموعة من القدرات الأساسية التي تمكن المعلمين من التصدي لهذه التحديات، من خلال تحسين قدرتهم على إدارة الوقت، وحل المشكلات، والتواصل الفعال، والتحكم في الوجدان ، إلى جانب ذلك، تُعدُّ الحيوية الذاتية من العوامل النفسية المهمة التي تؤثر بشكل مباشر على الأداء المهني للمعلمين، حيث تعبر عن الطاقة الداخلية التي يحتاجها الفرد للحفاظ على نشاطه ومرونته النفسية والجسدية أثناء أداء مهامه اليومية.

وانطلاقاً من توصيات المؤتمر الدولي لتقويم التعليم المنعقد في ٤ من شهر ديسمبر من عام ٢٠١٨ بمعرفة آخر المستجدات في مجال مهارات المستقبل وتنميتها وتقويمها لتساهم في بناء المعرفة المتخصصة والممارسة الصحيحة في مجال التعليم وتقويمه، وبناء على توصيات الدراسات السابقة بأهمية تناول متغير مهارات فعالية الحياة بالبحث والدراسة، وعلاقته بمتغيرات أخرى وبحث سبل تعزيزه وتنميته كدراسة المرشود(٢٠٢٠) ودراسة جمال (٢٠٢١) ودراسة عيد (٢٠٢١) ونظراً لقلة الدراسات العربية وندرتهما على المستوى المحلي التي تناولت هذا المتغير لحدائته وأهميته وكذلك قلة الدراسات التي تناولت الحيوية الذاتية لدى المعلمين بشكل عام ومعلمي التربية الخاصة بشكل خاص .

ومع تزايد الضغوط المهنية التي يواجهها معلموا الفئات الخاصة، أصبح من الضروري دراسة العلاقة بين مهارات فعالية الحياة والحيوية الذاتية لفهم مدى تأثير هذه المهارات في تعزيز قدرة المعلمين على التكيف مع هذه التحديات، وبالرغم من الأهمية المتزايدة لكل من مهارات فعالية الحياة والحيوية الذاتية، إلا أن هناك نقصاً في الدراسات التي تتناول العلاقة بين هذين المتغيرين لدى معلمي الفئات الخاصة، وخاصة في السياق المحلي لمحافظة الغربية. هذا يفتح المجال أمام تساؤلات حول مدى امتلاك هؤلاء المعلمين لهذه المهارات، ومدى تأثيرها في تعزيز حيويتهم الذاتية، وإمكانية التنبؤ بمستويات الحيوية الذاتية بناءً على هذه المهارات. ومن منطلق ما سبق يمكن صياغة مشكلة البحث في التساؤلات التالية:

السؤال الأول: ما مستوى مهارات فعالية الحياة لدى معلمي التربية الخاصة بمحافظة الغربية ؟

السؤال الثاني: ما مستوى الحيوية الذاتية لدى معلمي التربية الخاصة بمحافظة الغربية ؟

**السؤال الثالث:** هل توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين مهارات فعالية الحياة والحيوية الذاتية لدى معلمي التربية الخاصة بمحافظة الغربية؟

**السؤال الرابع:** هل يمكن التنبؤ بالحيوية الذاتية تنبؤاً دالاً إحصائياً بمعلومية المهارات المدروسة (المرونة العقلية، وقيادة المهمة، وإدارة الوقت، والكفاءة الاجتماعية، التحكم في الوجدان) لدى عينة البحث من معلمي التربية الخاصة بمحافظة الغربية؟

**السؤال الخامس:** هل توجد مهارة من المهارات المدروسة أكثر إسهاماً في التنبؤ بالحيوية الذاتية لدى معلمي التربية الخاصة بمحافظة الغربية؟

**السؤال السادس:** هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات رتب استجابات أفراد العينة في مستوى مهارات فعالية الحياة وفقاً للمؤهل العلمي (بكالوريوس- دراسات عليا- ماجستير)، وسنوات الخبرة (أقل من ٥ سنوات – من ٥-١٠ سنوات- أكثر من ١٠ سنوات)؟

**السؤال السابع:** هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات رتب استجابات أفراد العينة في مستوى الحيوية الذاتية وفقاً للمؤهل العلمي (بكالوريوس- دراسات عليا- ماجستير)، وسنوات الخبرة (أقل من ٥ سنوات – من ٥-١٠ سنوات- أكثر من ١٠ سنوات)؟

### فروض البحث:

يحاول البحث الحالي التحقق من صحة الفروض الآتية:

- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المتوسط الواقعي والمتوسط الفرضي على مقياس مهارات فعالية الحياة لدى معلمي التربية الخاصة بمحافظة الغربية.
- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المتوسط الواقعي والمتوسط الفرضي على مقياس الحيوية الذاتية لدى معلمي التربية الخاصة بمحافظة الغربية.
- لا توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين مهارات فعالية الحياة والحيوية الذاتية لمعلمي التربية الخاصة بمحافظة الغربية.
- لا يمكن التنبؤ بالحيوية الذاتية تنبؤاً دالاً إحصائياً بمعلومية المهارات المدروسة (مهارات فعالية الحياة) لدى عينة الدراسة من معلمي التربية الخاصة بمحافظة الغربية.
- يوجد متغير من المتغيرات المدروسة أكثر إسهاماً في التنبؤ بالحيوية الذاتية لدى العينة من معلمي التربية الخاصة بمحافظة الغربية؟
- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين استجابات أفراد العينة في مستوى مهارات فعالية الحياة وفقاً للمؤهل البكالوريوس (بكالوريوس- ماجستير- دكتوراه)، وسنوات الخبرة (أقل من ٥ سنوات- من ٥-١٠ سنوات- أكثر من ١٠ سنوات).
- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين استجابات أفراد العينة في مستوى الحيوية الذاتية وفقاً للمؤهل البكالوريوس (بكالوريوس- ماجستير- دكتوراه)، وسنوات الخبرة (أقل من ٥ سنوات- من ٥-١٠ سنوات- أكثر من ١٠ سنوات).

## أهداف البحث:

يهدف البحث الحالي إلى ما يأتي:

- التعرف على مستوى مهارات فعالية الحياة لدى معلمي التربية الخاصة بمحافظة الغربية .
- الكشف عن مستوى الحيوية الذاتية لدى معلمي التربية الخاصة بمحافظة الغربية.
- التعرف على العلاقة بين مهارات فعالية الحياة والحيوية الذاتية لدى معلمي التربية الخاصة بمحافظة الغربية.
- الكشف عن إمكانية التنبؤ بالحيوية الذاتية تنبؤً دالاً إحصائياً بمعلومية مهارات فعالية الحياة المدروسة لدى عينة البحث.
- الكشف عن الفروق بين استجابات أفراد العينة في مستوى مهارات فعالية الحياة وفقاً للمؤهل البكالوريوس، وسنوات الخبرة.
- التعرف على الفروق بين استجابات أفراد العينة في مستوى الحيوية الذاتية وفقاً للمؤهل البكالوريوس، وسنوات الخبرة.

## أهمية البحث:

أولاً: الأهمية النظرية:

تكمن أهمية البحث النظرية في أنه يُسهم في تعزيز القاعدة العلمية المتعلقة بمهارات فعالية الحياة والحيوية الذاتية، باعتبارهما من المتغيرات التي أثبتت الدراسات السابقة أهميتها في تحسين جودة الحياة المهنية والشخصية. كما يسهم في تطوير إطار نظري يوضح طبيعة العلاقة بين هذين المتغيرين، مستنداً إلى النتائج التي توصلت إليها أبحاث سابقة، ما يُعد إضافة نوعية إلى الأدبيات العلمية الخاصة بمجال التربية الخاصة، كما يعمل على سد الفجوة البحثية في الدراسات المتعلقة بفعالية الحياة والحيوية الذاتية في التعليم الخاص.

ثانياً: الأهمية التطبيقية:

تتجلى الأهمية التطبيقية لهذا البحث في إمكانية استخدام نتائجه لتطوير برامج تدريبية تهدف إلى تعزيز مهارات فعالية الحياة لدى معلمي الفئات الخاصة، مما يسهم في تحسين أدائهم المهني وقدرتهم على مواجهة تحديات العمل. كما يمكن أن تُستخدم النتائج في تصميم تدخلات نفسية تدعم الحيوية الذاتية للمعلمين، ما ينعكس إيجابياً على جودة التعليم المقدم للطلاب ذوي الاحتياجات الخاصة. علاوة على ذلك، تُعد نتائج هذا البحث مرجعاً لتطوير أدوات قياس وتقييم جديدة تُستخدم في بيئة الفئات الخاصة كما تساعد في تقييم وتطوير الأداء المهني والنفسي لمعلمي التربية الخاصة.

## حدود البحث:

- الحدود الموضوعية: تتمثل في مهارات فعالية الحياة ، الحيوية الذاتية.
- الحدود البشرية: وتشمل على معلمي الفئات الخاصة.
- الحدود الزمنية: يطبق هذا البحث في العام الدراسي ٢٠٢٤/٢٠٢٥ .

– الحدود المكانية: يقتصر تطبيق هذا البحث على الإدارة التعليمية بمحافظة الغربية.

### مصطلحات البحث:

#### مهارات فعالية الحياة: ( Life Effectiveness Skills )

ويعرفها الباحثان إجرائياً بأنها هي مجموعة المهارات التي تمكن المعلم لكي يعيش حياته بهدف وفاعلية ويكون ماهراً ومنتجاً وهذه المهارات هي إدارة الوقت والكفاءة الاجتماعية والدافعية للإنجاز والمرونة العقلية وقيادة المهمة والتحكم في الوجدانات والمبادرة النشطة والثقة بالنفس.

#### الحوية الذاتية: (Psychological Vitality)

ويعرفها الباحثان إجرائياً بأنها هي القوة الداخلية التي تدفع معلمي التربية الخاصة للقيام بمهامهم بفاعلية وتسهم في تمتعهم بالصحة النفسية والبدنية وترسخ لديهم الشعور بالمهمة والاندفاع نحو الحياة ويتمتعون بالطاقة العالية ونادراً ما يشعرون بالضعف والتعب والانهماك.

### الاطار النظري للبحث

#### المحور الأول: مهارات فعالية الحياة (Life Effectiveness Skills)

تشير مهارات فعالية الحياة إلى المهارات الحياتية العامة التي تسهل المهارات اللازمة للتعايش مع الآخرين، كالنجاح في المجتمع أي الطريقة التي يفكر ويستجيب لها الأفراد خلال مواقف متنوعة.

#### مفهوم مهارات فعالية الحياة:

فعالية الحياة مفهوم متعدد الأبعاد، يركز على القدرات التي تُمكن الأفراد من التكيف الإيجابي مع متطلبات الحياة وتحقيق النجاح في مختلف جوانبها وتُبرز التعريفات المقدمة من الباحثين التشابهات والاختلافات في التركيز على الأبعاد الشخصية والاجتماعية والمهنية.

كما تعرفها Betty (٢٠١٥) بأنها المدى الذي يعتقد المتعلم أنه يمكن أن يكون فيه فعالاً بمختلف مهام الحياة ويشمل بعض المهارات الشخصية والاجتماعية التي تحقق الأهداف (ص ١٧).

ويرى Bloemhoff, H (٢٠١٦) أن فعالية الحياة هي اعتقاد الفرد بامتلاكه عدد من كفاءات نفسية وسلوكية اللازمة التي تمكنه من أن يكون فعالاً في أي موقف (ص ٢٩).

ويؤكد الفيل (٢٠١٨) على نفس المفهوم مع التركيز على تحقيق الأهداف المنشودة بشكل إيجابي وفعال (ص ٢٦٠).

ويضيف المرشود (٢٠٢٠) أبعاداً أخرى مثل النجاح الأكاديمي والاجتماعي مع تضمين مهارات محددة مثل الكفاءة الاجتماعية والدافعية للإنجاز والمرونة العقلية وقيادة المهمة والثقة بالنفس والتحكم بالوجدان (ص ٥).

كما عرفها العامري (٢٠٢٢) بأنها مجموعة من القدرات التي يمتلكها المتعلم تساعد على تحقيق أفضل أداء داخل المدرسة وتشمل اتخاذ القرارات وإدارة الوقت وحل المشكلات (ص ٤٤).

ويضيف عثمان (٢٠٢٢، ٢٢٤) بعدا عمليا معرفا إياها بأنها منظومة من المهارات التي تُمكن الفرد من تحقيق الأهداف المنشودة في حياته المهنية والشخصية والاجتماعية.

كما نجد بعض التعريفات التي تجمع بين الجوانب الشخصية والاجتماعية فيعرفها محمد ومحمد (٢٠٢٣) بأنها قدرة الفرد على مواجهة متطلبات الحياة عبر المهارات الشخصية والاجتماعية التي تجعله إيجابيا ومنتجا وفعالاً في جميع جوانب حياته (ص ١٣٩٧)

#### أهمية مهارات فعالية الحياة:

تُعتبر مهارات فعالية الحياة من الركائز الأساسية لتحقيق النجاح الشخصي والمجتمعي في عالم يتسم بالتغيرات السريعة والتحديات المتزايدة وقد حظيت هذه المهارات باهتمام واسع في الأدبيات والدراسات العلمية فقد أشار (Verešová, M., Čerešník, M & Malá, D (2013,pp842-843) إلى أن فعالية الحياة ترتبط بمفهوم الفعالية الذاتية إذ أن تقدير الفرد المرتفع لفاعليته الذاتية يسهم في تكوين اتجاهات إيجابية لديه ويُمكنه من تفسير المهام الصعبة كتحديات بلا من عقبات وهذا بدوره يؤثر إيجابيا على جودة حياته، حيث يُظهر الأفراد القادرون على السيطرة على الأحداث قدرة أكبر على مواجهة المواقف السلبية ويطمحون لتحقيق المزيد مع مقاومة الفشل بثبات.

وأكدت عدة دراسات على أهمية مهارات فعالية الحياة منها دراسات (الفيل، ٢٠١٨، ١٦٤)، (جمال، ٢٠٢١، ٨٨)، (عبد الرحمن، ٢٠٢١، ١٢)، (العامري، ٢٠٢١، ٤٨)، (عثمان، ٢٠٢٢، ٢٣٢) التي أبرزت أن مهارات فعالية الحياة تسهم فيما يلي:

- تعزيز شعور الفرد بذاته وتمكينه من تحقيق أهدافه بكفاءة .
- مساعدته على عيش حياة ذات جودة أعلى مع شعور أكبر بالفعالية.
- تمكينه من التعامل مع المشكلات اليومية وإيجاد حلول مبتكرة لها .

كما أظهرت دراسة Engeman (٢٠١٣) ودراسة Philpott (٢٠١٣) دور هذه المهارات في تطوير فلسفة الأفراد خصوصا المعلمين قبل الخدمة حيث تساهم في تعزيز قدرتهم على القيادة وحل المشكلات والعمل الجماعي وإدارة الصراعات بما يعزز التغيير الاجتماعي ويزيد من استقلاليتهم. وتتعدد الفوائد المرتبطة بمهارات فعالية الحياة أبرزها ما يأتي:

- تعزيز الثقة بالنفس وزيادة القدرة على اتخاذ القرارات المستقلة.
- تنمية القدرات العقلية والفكرية للتكيف مع التغيرات الحياتية .
- تطوير مهارات السلوك الفعال ، بما يميز الفرد ويزيد كفاءته.
- تعزيز روح المغامرة والاندماج المجتمعي.
- تحسين استغلال الموارد المحيطة لإدارة الحياة بشكل أكثر فاعلية .
- تحقيق التوازن بين متطلبات الذات والمجتمع.

وقد أكدت العديد من الدراسات على أهمية تعزيز مهارات فعالية الحياة باختلاف المراحل التعليمية والعمرية فأشارت دراسة المرشود (٢٠٢٠) إلى أهمية تنظيم ورش عمل تدريبية لتنمية هذه المهارات لدى المعلمين بينما ركزت دراسة عيد (٢٠٢١) على ضرورة تنميتها لدى معلمات رياض الأطفال بهدف غرسها في الأطفال أنفسهم كما سلطت دراسة جمال وآخرون (٢٠٢٣)

الضوء على أهمية تعزيز هذه المهارات لدى الطلاب المعلمين وأكدت دراسة عثمان (٢٠٢٢) على ضرورة تطويرها لدى الطالبات المعلمات بكليات الطفولة المبكرة قبل بدء عملهن المباشر مع الأطفال.

كما كشفت الأبحاث عن تأثير بعض المتغيرات الديموغرافية على تنمية هذه المهارات فقد أوضحت دراسة (Betty, P (2015) وجود فروق دالة إحصائية في مهارات فعالية الحياة لدى الطلاب المعلمين تبعاً للمنطقة السكنية ونوع المؤسسة التعليمية مما يشير إلى دور البيئة المحيطة في تشكيل هذه المهارات في المقابل لم تُظهر الدراسة وجود فروق ذات دلالة إحصائية فيما يتعلق بالنوع مما يعكس تشابهاً نسبياً بين الذكور والإناث في مستويات هذه المهارات، في حين أشارت دراسة (Cosmas, G., Seok, C. & Hashmi, S (٢٠١٦) إلى وجود فروق واضحة بين الذكور والإناث في بعض مكونات مهارات فعالية الحياة حيث تفوقت الإناث في الدافع للإنجاز والمرونة الفكرية والقيادة

### خصائص مهارات فعالية الحياة:

تتميز مهارات فعالية الحياة بخصائص متعددة تجعلها أساسية لتحقيق التوازن بين الجوانب الشخصية والاجتماعية وتعزيز كفاءة الفرد في مواجهة تحديات الحياة اليومية ومن أبرز هذه الخصائص كما أوضحتها دراسات كلا من ( أسماء عيد ، ٢٠٢١ ؛ Engeman, 2013 ؛ Mosse, 2009 ؛ Neill, 2008 )

#### ١- ديناميكية ومتعددة الأبعاد :

تعتبر مهارات فعالية الحياة مهارات ديناميكية قابلة للتحسين والتطوير باستمرار من خلال التعلم والتجربة مما يعكس طبيعتها المرنة والقابلة للتكيف.

#### ٢- تعزيز الحياة الاجتماعية والعملية:

ترتبط هذه المهارات بتفاعل الطالب مع بيئته الاجتماعية والمهنية حيث تسهم في تحسين قدرته على فهم الآخرين والتواصل بفعالية وإتمام المهام الموكلة إليه بدقة وكفاءة

#### ٣- اتخاذ القرارات السليمة

تعتمد مهارات فعالية الحياة على تمكين الطالب من اتخاذ القرارات الصائبة باستخدام أساليب علمية ومنهجية مما يعزز التفكير المنطقي والتحليل.

#### ٤- توظيف الذكاء العملي :

تسهم في استثمار معارف الطالب ومهاراته لحل المشكلات الواقعية التي يواجهها بفعالية مما يطور ذكاه العملي وقدرته على التعامل مع المواقف الحياتية بشكل مباشر .

#### ٥- تنمية التحكم الانفعالي والطموح:

تساعد هذه المهارات على تعزيز قدرة الطالب على إدارة حالاته الانفعالية بشكل متزن مما يزيد من طموحه ويعزز شعوره بجودة الحياة.

#### ٦- بناء اتجاهات إيجابية

تعمل هذه المهارات على مساعدة الطالب في تطوير اتجاهات إيجابية تجاه التحديات من خلال رؤيتها كفرص للتعلم والنمو بدلا من عقبات تعيق التقدم.

٧- تكامل المهارات الشخصية والاجتماعية التي تعمل معا بتناغم لتطوير قدرة الفرد على التكيف والنجاح في مختلف المجالات.

تظهر هذه الخصائص الأهمية الكبيرة لمهارات فعالية الحياة في بناء شخصية متوازنة قادرة على مواجهة تحديات الحياة بثقة وإبداع.

أنواع مهارات فعالية الحياة: تصنف مهارات فعالية الحياة بعدة تصنيفات هي :

التصنيف الأول: يتم تصنيف مهارات فعالية الحياة إلى مجالين هما :

- المهارات الذهنية : تضم مهارة القراءة والكتابة والحساب والاتصال وصناعة القرار وحل المشكلات وإدارة الوقت والتفكير الناقد والتفكير الإبداعي.
- المهارات العملية : تضم العناية الشخصية واستخدام الأدوات والأجهزة واختيار السكن... الخ

التصنيف الثاني: يتم تصنيف مهارات فعالية الحياة إلى ثلاث مهارات أساسية

- مهارات معرفية : وتشمل حل المشكلات واتخاذ القرار.
- مهارات فردية
- مهارات شخصية

التصنيف الثالث: صُنفت من قبل اللجنة المركزية للتعليم في الهند إلى ثلاث مجالات :

- المجال المعرفي: يضم التفكير الناقد والتفكير الإبداعي واتخاذ القرار وحل المشكلات والوعي الذاتي .
- المجال الوجداني : التعاطف.

المجال الاجتماعي: إدارة الضغوط والاتصال الفعال وإدارة المشاعر(سعفان ، ٢٠٢٣ ، ٣٧-٣٩)

استنادًا إلى التصنيفات المتعددة لمهارات فعالية الحياة التي تم استعراضها، يمكن ملاحظة أن هذه المهارات تتنوع بين المهارات الذهنية والعملية، والمعرفية والوجدانية والاجتماعية، مما يُبرز شمولية هذا المفهوم وارتباطه بمختلف جوانب الحياة اليومية والمهنية. تتضح من التصنيفات أهمية كل من المهارات المعرفية كحل المشكلات واتخاذ القرار، والمهارات الفردية التي تعزز التكيف الشخصي، إضافة إلى المهارات الاجتماعية التي تدعم التفاعل الإيجابي مع الآخرين وإدارة العلاقات.

في ضوء هذه التصنيفات، تبنت الدراسة الحالية مجموعة من المهارات الأساسية التي تجمع بين الجوانب المعرفية والاجتماعية والشخصية، وهي: إدارة الوقت، الكفاءة الاجتماعية، الدافعية للإنجاز، المرونة العقلية، قيادة المهام، التحكم في الوجدانات، المبادرة النشطة، والثقة بالنفس. اختيار هذه المهارات يعكس تناغمًا مع التصنيفات المستعرضة، حيث تضم عناصر تعزز الأداء الفردي والجماعي وتتكامل مع احتياجات معلمي التربية الخاصة في مواجهة تحديات المهنة.

كما تُركز هذه المهارات على تحسين الكفاءة الشخصية والمهنية للمعلمين من خلال تمكينهم من إدارة وقتهم بفعالية، بناء علاقات اجتماعية قوية، والتحلي بالمرونة العقلية في مواجهة التحديات. كما تدعم تطوير سماتهم الشخصية مثل الثقة بالنفس والمبادرة النشطة، مما يُسهم في تحسين أدائهم المهني وتعزيز قدرتهم على توفير بيئة تعليمية داعمة لطلابهم. هذا التبريز يُبرز أهمية دراسة هذه المهارات وعلاقتها بالحيوية الذاتية، وهو ما يعكس تميز الدراسة الحالية في تسليط الضوء على هذه العلاقة بما يخدم أهداف التعليم المستدام.

### النظريات المفسرة لمهارات فعالية الحياة:

تتعدد النظريات المفسرة لمهارات فعالية الحياة ومنها ما يأتي:

#### ١- نظرية الكفاءة الشخصية - باندورا (١٩٧٧):

أوضح باندورا في نظريته أن الكفاءة الشخصية تعبر عن توقعات الفرد واعتقاداته حول قدرته على الأداء في مجال معين. تؤثر هذه التوقعات بشكل كبير على دافعية الفرد للسلوك أو تجنبه في مواقف محددة، مما ينعكس على نوعية الأهداف التي يحددها لنفسه ومستوى أدائه ومثابرتة. فالأشخاص الذين يمتلكون مستوى مرتفعاً من الكفاءة الشخصية يكونون أكثر قدرة على:

- وضع أهداف أكثر تحدياً.
- بذل جهد أكبر لتحقيقها.
- التحلي بالمثابرة لفترات أطول.

في المقابل، يؤدي انخفاض مستوى الكفاءة الشخصية إلى تحديد أهداف أسهل بهدف تجنب الفشل. (الزغول، ٢٠١٠، ص ١٥٤)

مصادر الكفاءة الشخصية وفق باندورا:

- الإنجاز الشخصي: النجاح السابق في أداء المهام يزيد من توقعات الكفاءة الشخصية.
  - الخبرات البديلة: ملاحظة الآخرين ينجحون في أداء مهامهم يعزز الكفاءة الشخصية، بينما الفشل يؤدي إلى انخفاضها.
  - الإقناع اللفظي: عبارات التشجيع من أشخاص ذوي تأثير تحفز الفرد على الأداء بثقة أكبر.
  - التنبهات الانفعالية: القلق والانفعالات الشديدة تقلل من الكفاءة الشخصية وتؤثر سلباً على الأداء. (عامر، ٢٠١٨، ص ٢٠٤)
- ٢- نظرية جولمان للكفاية (١٩٩٥:٢٠٠٣):

ركزت نظرية جولمان على الكفاية الانفعالية والاجتماعية كعوامل أساسية لتحقيق النجاح الأكاديمي، الشخصي، والمهني. تضمنت النظرية أربعة أبعاد رئيسية: الكفاية الشخصية:

- الوعي بالذات :يشمل التعرف على الانفعالات الذاتية، التقييم الدقيق للذات، والثقة بالنفس.

○ إدارة الذات :تتضمن ضبط الانفعالات، التفاؤل، الانضباطية، والمبادرة لتحقيق الأهداف.

## ٢. الكفاية الاجتماعية:

- الوعي الاجتماعي : يشمل التعاطف، الوعي الثقافي والتنظيمي، وتوجه الخدمة.
- إدارة العلاقات : تتضمن القيادة الإلهامية، إدارة الصراعات، التأثير، وتنمية الآخرين. (الرفاتي، ٢٠١٥، ص. ٣٨)

وأكد جولمان أن هذه الكفاءات ليست قدرات فطرية، بل يمكن اكتسابها وتنميتها من خلال التعلم والتدريب، مما يساهم في تحقيق فعالية عالية في الحياة الشخصية والمهنية (باطة، ٢٠١٤، ص. ٣٩).

مما سبق يتضح أن باندورا وجولمان يتفقان في التأكيد على أن الكفاءات والمهارات الشخصية والاجتماعية يمكن تطويرها، وأنها تؤثر بشكل كبير على تحقيق الأهداف وفعالية الأداء. إلا أن باندورا ركز على توقعات الفرد الذاتية كدافع أساسي للسلوك، بينما وسّع جولمان الإطار ليشمل الأبعاد الاجتماعية والانفعالية في بيئة العمل والحياة اليومية.

ويُمكن القول أن النظريات المفسرة لمهارات فعالية الحياة تُعد إطارًا نظريًا يُمكن الاعتماد عليه لفهم العوامل المؤثرة في تطوير هذه المهارات وأثرها في الأداء الشخصي والمهني. وقد قدمت نظرية الكفاءة الشخصية لباندورا (١٩٧٧) منظورًا مهمًا حول كيفية تأثير توقعات الفرد وثقته بقدراته على مستوى أدائه وسلوكه. إذ أوضحت أن مصادر الكفاءة الشخصية، مثل الإنجازات السابقة، والخبرات البديلة، والإقناع اللفظي، والحالة الانفعالية، تُعد عناصر جوهرية لتعزيز الكفاءة الذاتية. وفي سياق الدراسة الحالية، يُمكن لهذه النظرية أن تُفسر كيف يمكن لمهارات مثل إدارة الوقت، وحل المشكلات، والتواصل الفعال أن تساهم في تحسين أداء معلمي التربية الخاصة، خاصة عند مواجهة تحديات مهنية ونفسية.

من جهة أخرى، تُبرز نظرية جولمان للكفاية (١٩٩٥، ٢٠٠٣) أهمية الكفايات الانفعالية والاجتماعية في تحقيق فعالية الحياة. حيث تتضمن الكفايات الشخصية مثل الوعي بالذات وإدارة الذات، والكفايات الاجتماعية كالتعاطف وإدارة العلاقات. وتؤكد النظرية أن هذه المهارات ليست فطرية بل يمكن تنميتها من خلال التدريب والتعلم. ويساعد هذا الطرح الدراسة الحالية في تحليل دور الكفايات الانفعالية والاجتماعية في تعزيز الحيوية الذاتية لدى معلمي التربية الخاصة، مما يُبرز أهمية تطوير هذه المهارات لتحقيق تكيف أفضل مع ضغوط العمل وتحسين جودة الأداء المهني.

كما أن هذا الترابط بين النظريات يُمكن الدراسة من فهم أعمق للعلاقة بين مهارات فعالية الحياة والحيوية الذاتية، وإبراز كيفية تفاعل هذه المتغيرات في تعزيز كفاءة المعلمين في بيئات تعليمية تتسم بالتحديات.

من خلال ما سبق نجد أن المحور الأول من الدراسة يُبرز أهمية مهارات فعالية الحياة باعتبارها مفهوماً متعدد الأبعاد يؤثر بشكل كبير على نجاح الأفراد في مختلف جوانب حياتهم الشخصية والمهنية والاجتماعية. من خلال استعراض المفاهيم المختلفة لهذه المهارات وأهميتها، ونجد أن هذه المهارات ليست مجرد كفاءات ثابتة، بل هي ديناميكية وقابلة للتطوير

والتعزيز من خلال التعلم والممارسة. تتنوع تعريفات الباحثين بين الأبعاد الشخصية والاجتماعية، وتؤكد على دور هذه المهارات في تحقيق التكيف مع التحديات اليومية وتعزيز الكفاءة الذاتية والاجتماعية. إضافةً إلى ذلك، أوضحت الدراسات أهمية هذه المهارات في تعزيز الثقة بالنفس، وتحسين التفكير النقدي والإبداعي، وتطوير القدرة على اتخاذ القرارات السليمة، مما يُبرز دورها المحوري في بناء مجتمع متكامل ومنتج.

كما يتضح من النظريات المفسرة، كنظرية باندورا للكفاءة الشخصية ونظرية جولمان للكفاية الانفعالية والاجتماعية، أن هذه المهارات ترتبط بتوقعات الفرد تجاه نفسه وقدرته على التحكم في انفعالاته وإدارة علاقاته الاجتماعية. تمثل هذه النظريات إطاراً عملياً لفهم كيفية تأثير مهارات فعالية الحياة على الأداء الشخصي والمهني، خصوصاً في بيئات التعليم التي تتطلب مرونة عقلية ودافعية عالية للإنجاز. بناءً على ذلك، يوفر هذا المحور قاعدة معرفية متينة لتوجيه الدراسة نحو تحليل أعمق للعلاقة بين مهارات فعالية الحياة والحيوية الذاتية لدى معلمي التربية الخاصة، مع التركيز على كيفية تنمية هذه المهارات من خلال برامج تدريبية مستدامة، مما يساهم في تحسين جودة التعليم والارتقاء ببيئته.

وبعد استعراض مفهوم مهارات فعالية الحياة وأهميتها في تمكين الأفراد من التكيف مع متطلبات الحياة وتحقيق أهدافهم بكفاءة وفاعلية، يبرز سؤال مهم حول العوامل التي تدعم تطبيق هذه المهارات وتعزز من فعاليتها. هنا يأتي دور الحيوية الذاتية، التي تُعد إحدى الركائز النفسية والجسدية التي تمنح الفرد الطاقة والدافعية اللازمة لتفعيل مهاراته وتطبيقها بشكل إيجابي ومستدام. فبدون مستوى كافٍ من الحيوية الذاتية، قد يواجه الفرد صعوبة في استثمار مهارات فعالية الحياة بشكل مثمر، مما يُبرز أهمية الانتقال إلى المحور الثاني لتناول مفهوم الحيوية الذاتية وعلاقتها بتحقيق فعالية الحياة في السياقات المختلفة.

#### المحور الثاني :- الحيوية الذاتية Self vitality

يعد متغير الحيوية الذاتية أحد المتغيرات النفسية الذي يتورد في مجال علم النفس الإيجابي وقد تنوعت المفاهيم الخاصة بالحيوية الذاتية تبعاً لاختلاف الأطر المرجعية للمفكرين فبعضهم يراها الشعور الإيجابي باليقظة والتنبه والفاعلية والطاقة والنشاط والصورة الدينامية للشعور بالرفاهية بينما يراها آخرون بأنها إحدى عادات العقل التي صاغها (Rodgers, 2000) في أدواته التي تحتوي على ١٧ عادة عقلية منها الحيوية (العدل ، ٢٠١٨ ، ٥٠) في حين تراها بعض الدراسات بأنها إحدى أبعاد الارتباط بالعمل منها دراسة (Gonzalez-Roma & Salanova ; Schaufeli ; Bakker, 2002) ; (Bakker ; Demerouti & Schaufeli Dual, 2003)

وتأتي كلمة Vitality من الكلمة اللاتينية Vitalitate التي تعني حالة الفرد الإيجابية فهي تعني الشعور بالحياة والإحساس بالطاقة الشخصية

(Vieira.D.,& Aquino, T. 2016 , 497)

وذكر (Ann, et al. (2014) أن لفظ الحيوية تكرر في عدة علوم مثل علم البيئة والبيولوجيا وعلم اللغويات وفي كل منها لها سياق ومعنى مختلف وفي علم النفس ترتبط بالاستقلال وتحقيق

الذات وخلق الإنسان من الصراعات والشعور بالقدرة على التأثير وشعوره بأنه على قيد الحياة (ص 67)

ويوضح (Peterson & Selgman, 2004) أن الحيوية الذاتية تتضمن في تعريفها وبنيتها بعدا بدنيا واضحا فهي تعني شعور الحماس للحياة والامتلاء بالطاقة والنشاط فتجعله قادرا على التأثير في مسار الأحداث الحياتية بهمه وفاعلية فكلما تمتع الشخص بمستوى عام من السلامة البدنية والعافية والصحية حتى وإن كان مصابا بأمراض أو إعاقات معينة كلما كان أكثر حيوية ذاتية وأكثر همة ونشاطا ربما من باب التعويض وتحقيق الذات.

ويضيف سيلجمان (Selgman, 2016) أن الحيوية الذاتية لا تمثل فقط القوة الجسدية بل تتخطى ذلك إلى القوة النفسية أيضا لأداء المهام حيث تشير إلى شعور الفرد بالطاقة النفسية والجسدية التي تمكنه من أداء المهام بفاعلية (Selgman, 2016, 384)

وترى حسان (٢٠٢١) أن الحيوية الذاتية انعكاساً للراحة النفسية والجسدية ومؤشراً على السعادة وشعور الفرد بالطاقة الإيجابية والحماس الذي يدفعه للقيام بالأنشطة والتحرك بإتجاه الحياه والإقبال عليها بهمة، وإذا كان الشخص يتمتع بالهمة والنشاط ومستوى عالي من الحيوية العقلية والبدنية والإنفعالية والاجتماعية والروحية فإن الحيوية ستُصبح دافعاً إيجابياً يحث الأفراد على تحقيق أهدافهم. وتوضح عناصر مفهوم الحيوية الذاتية من المنظور السيكولوجي فيما يلي:

-التحرك بإتجاه الحياة والإقبال عليها بهمة والتي تعنى إقبال الفرد على الحياة وهو مفعم بالطاقة والإثارة، والعيش فيها كمغامرة يملأها النشاط والهمة.

-الوجدان الموجب وهو الطاقة الإيجابية التي يمتلكها الفرد والتي تدفعه لأداء المهام والأنشطة بفاعلية ونشاط .

-الانتعاش والإبتهاج هو شعور الفرد بالسعادة نتيجة إنخفاض الشعور بالتوتر والقلق والضغط النفسي (ص ١٤٥).

يتضح من العرض السابق أن مفهوم الحيوية الذاتية يتداخل بشكل عميق مع مفاهيم الطاقة النفسية والرفاهية الجسدية في علم النفس الإيجابي، مما يعكس أهمية هذا المتغير كعامل مؤثر في الصحة النفسية والأداء الوظيفي. تنوعت النظريات في تحديد طبيعة الحيوية الذاتية، حيث ينظر البعض إليها كحالة من التنبه والنشاط، بينما يراها آخرون كعادة عقلية تدعم الأداء والتكيف. ويشير الطرح أيضاً إلى أن الحيوية الذاتية ليست مرتبطة بالسلامة البدنية فقط، بل تتعدى ذلك إلى التأثير النفسي، إذ تعدّ دافعاً أساسياً يساهم في تحقيق الاستقلالية، وخلق النفس من الصراعات، والقدرة على التأثير في الحياة بشكل إيجابي. يُعزز هذا الفهم أهمية دمج الحيوية الذاتية كعنصر أساسي في تعزيز السعادة والقدرة على الإنجاز، ما يجعلها مجالاً حيويًا للدراسة والتطبيق في مجالات النمو الشخصي وتحقيق الذات.

#### محددات الحيوية الذاتية:

يُعد متغير الحيوية الذاتية متغيراً نفسياً، إذ يمكن النظر إليه كنتائج لتأثيرات عوامل أخرى ثقافية واجتماعية وصحية وبدنية ونفسية، فمن العوامل البدنية التي تؤثر في حالات الحيوية الذاتية النظام الغذائي وممارسة الرياضة وانماط النوم والتدخين، كما ان قدرة البشر على

ممارسة ضبط وتنظيم سلوكياتهم واندفاعاتهم تتوقف في جزء معلوم منها على الأقل على مستويات جلوكوز الدم ، الذي يفترض انه احد مصادر الطاقه المطلوبه لضبط الذات المساندة الاجتماعيه Social Support والدافع للانتماء Motive of affiliation.(ابو حلاوه والشرييني ، ٢٠١٦، ٢٣٣)

مما سبق يتضح أن مفهوم الحيوية الذاتية يعد متغيرًا نفسيًا متعدد الأبعاد، يتأثر بعوامل بيئية وشخصية تتداخل لتعزيز أو تقليل مستويات الحيوية لدى الأفراد. بالإضافة إلى تأثير العوامل البدنية مثل التغذية، الرياضة، ونمط النوم كعناصر أساسية تدعم أو تضعف الحيوية الذاتية، كما أن ضبط الذات يتأثر بمستويات الطاقة المتاحة في الجسم، مثل مستويات جلوكوز الدم، مما يوضح الارتباط بين الصحة البدنية والقدرة على التحكم الذاتي. بالإضافة إلى ذلك، يبرز دور الدعم الاجتماعي والدافع للانتماء كعوامل نفسية واجتماعية تؤثر في تعزيز الشعور بالحيوية، ما يعكس أهمية التأثير المتكامل للعوامل البيئية والشخصية في تكوين هذا المتغير.

#### النظريات المفسرة للحيوية الذاتية:

اولا: نظرية التحليل النفسي لفرويد تعتبر نظرية فرويد للتحليل النفسي من أكثر النظريات شهرةً التي تفترض وجود علاقة بين الصحة النفسية والطاقة حيث ترى أن كل فرد يمتلك قدر محدود من الطاقة النفسية المستمدة من، محركات الحياة حيث أشار فرويد إلي أن الفرد كلما كان أكثر تحرراً من القمع والصراع يستطيع أن يمتلك إمكانية الوصول إلي طاقة خالية من النزاعات والصراعات ، ويصبح أكثر حيوية وإبداع وطاقه، حيث أفترض أيضاً عدد من العلماء أن حل النزاعات والتكامل مرتبطان بوفرة الطاقة لأننا أو الذات (عبد الرحمن، ٢٠٢٢، ٩٧)

#### ثانياً:- نظرية الإصرار الذاتي 1991 Deci & Ryan – Determination

يستند مفهوم الحيوية الذاتية لنظرية الإصرار الذاتي (SDT) لأنه يُفترض بأنه ينبثق من شعور داخلي مدرك للسببية، أو بعبارة أخرى دوافع مستقلة أي أن الإدراك بأن الأحداث والأفعال هي تعبير حقيقي عن الذات، كما تعكس الحيوية السلوك المستقل الذي يحقق ويعزز الذات بدلاً من السلوك المجهد الذي قد ينتقص من قدرة الفرد علي التصرف بطريقة مستقلة، فإن اللوائح السلوكية التي تفرضها المعاملة الخاصة والتفضيلية لتؤدي إلى الشعور بالحيوية هي أكثر أشكال اللوائح السلوكية استقلالية مثل المحددة التنظيم، والتنظيم المتكامل، والدافع الداخلي بدلاً من الأشكال الأقل استقلالية مثل التنظيم الخارجي والتنظيم الداخلي. كما يحفز التنظيم الخارجي السلوك الذي يتم وضعه لتجنب العقوبة أو للحصول على مكافآت بينما يدعم التنظيم الداخلي السلوك الذي تم وضعه لتجنب الشعور بالذنب أو القلق أو لتحقيق تعزيزات الأنا. كما يشير التنظيم المحدد إلى السلوك الذي يُنظر إليه على أنه مهم للفرد بينما يعكس التنظيم المتكامل السلوك المدعوم بتكامل الأهداف والقيم داخل الفرد. الدافع الجوهرى يدعم السلوك الناشئ عن مشاعر المرح بدلاً من السعي وراء أهداف منفصلة عن الاستمتاع بالنشاط. علاوة على ذلك، تم تضمين بناء التحفيز في أنواع اللوائح السلوكية المطروحة في المعاملة الخاصة والتفضيلية مما يعكس عدم وجود نية لوضع سلوك أو المرور بالحركات أثناء وضع السلوك تم تقسيم بناء التحفيز إلى أنواع أكثر تحديداً من معتقدات التحفيز التي تم فحصها أيضاً، هذه الأنواع من المعتقدات هي معتقدات لتحفيز القدرة تستند إلى تصورات عن الافتقار إلى القدرة على التعامل مع المهمة؛

معتقدات تحفيز الجهد تعكس التصورات بأن الأفراد لا يريدون بذل الجهد اللازم لوضع سلوك؛ قيمة معتقدات التحفيز المستندة إلى نقص في تقييم السلوك باعتباره مهمًا للفرد؛ ومعتقدات التحفيز الخاصة بخصائص المهام التي تعكس نقص الاهتمام والخصائص المرغوبة فترض أيضًا أن هذه الأنواع من معتقدات التحفيز المحددة تنتقص من مستويات الحيوية نظرًا لأنها تعمل بطريقة مناقضة للدوافع المحددة ذاتيًا والتي هي مصدر مشاعر الحيوية. ( Vlachopoulos (Mello,2016,22), (2012,180-182

ثالثًا:- نظرية الحيوية الذاتية لرون كورتوس (Ron Kurtus,2012)

حيث قدم رون كورتوس تصورًا عامًا لمفهوم الحيوية الذاتية يتضمن تعريفه وابعاده ، فيرى كورتوس ان الحيوية الذاتية كمفهوم عام تشير الى حالة " امتلاك الشخص لمقومات التحمس للحياة والاقبال عليها بهمة وفعالية ، مع توافر مستوى مرتفع من الشعور باللياقة البدنية والعقلية والانفعالية يحفز به باتجاه الاندفاع الايجابي نحو الاثمار الحياتي ليصبح وجوده الشخصي ذا معنى وقيمة في الحياة " (الكريديس، ٢٠٢٢، ٤٥٩).

مما سبق يتضح تعددية النظريات التي تناولت مفهوم الحيوية الذاتية من زوايا مختلفة، فتهرب نظرية فرويد في التحليل النفسي الرابط بين الطاقة النفسية والتحرر من الصراعات لتحقيق الرفاهية الشخصية، بينما تؤكد نظرية الإصرار الذاتي (SDT) لـ Deci و Ryan على دور الاستقلالية والدوافع الذاتية في تعزيز الحيوية كنتيجة للسلوكيات المدعومة ذاتيًا. أما تصور رون كورتوس فيقدم رؤية شمولية، إذ يرى أن الحيوية الذاتية تتضمن عناصر اللياقة البدنية والنفسية والانفعالية التي تدفع الفرد للتفاعل الإيجابي مع الحياة. يتضح من هذا الطرح أن الحيوية الذاتية ليست فقط نتاجًا للعوامل النفسية بل هي أيضًا مرتبطة بتكامل العوامل البدنية والاجتماعية، ما يجعلها عنصرًا جوهريًا لفهم وتعزيز الصحة النفسية الشاملة.

#### أبعاد الحيوية الذاتية:

إن الحيوية الذاتية تشكل عاملاً رئيساً في وصول الشخص الى حالة التمتع النفسي والرضا عن الذات، حيث انها تدور حول الابعاد التالية:

#### أ - الحيوية البدنية (اللياقة البدنية): Physical Vitality

وهي تجسيد لحالة الصحة والسلامة البدنية الممددة للشخص بالطاقة الحيوية لإنجاز المهام والأنشطة بهمة ونشاط وهي حالة ليست مطلوبه بالانشطه الرياضيه فقط ، بل هي اكثر اهمية في واقع الامر لتمكين الشخص من العمل المثمر واداء مهام الحياة اليومية، وان اصابة الشخص بأعاقه ما لا تعني فقدانه للحيوية البدنية، اذ ان المحدد العام للحيوية بالمعنى السابق شعور الفرد بحسن الحال من الناحيه الصحيه وعدم معاناته من الاصابات والام ارض المعيقه للنشاط والحيوية ، كما انها تشير في جزء منها لأسلوب حياة الشخص اليومي من حيث نظام تغذيته ونظام نومه ونظام الرعاية الصحية وظروف السكن وطبيعة البيئه المكانية التي يعيش فيها من حيث التنظيم والنظافة والخدمات المتاحة ( فرج وآخرون ، ٢٠٢٣ ، ١٣٦ ).

#### ب - الحيوية الذهنية (اللياقة العقلية): Mental vitality

وتعني امتلاك الشخص القدرة واللياقه والطاقة الذهنيه التي تمكنه من التفكير المتزن الهادئ مع اليقظه العقلية والحساسيه للثغرات والمشكلات والتوجه المعرفي المرتكز على حل المشكلات

،وبالتالي فهي حالة من اليقظة والتنبيه والفعالية العقلية، وهي تشير في جزء منها للحيوية البدنية إذ ان التدفق التلقائي لكمية مناسبة من الاوكسجين والعناصر الغذائية بالدم الواصلة الى الدماغ امرا حتميا لسلامة عمل الدماغ ولتنشيط العمليات المعرفية الاساسيه والمتقدمة ، فضلا عن العمليات ما وراء المعرفيه (ابو حلاوه والشربيني ، ٢٠١٦ ، ٢٢٧-٢٣٠).

#### ج- الحيوية الانفعالية (اللياقة الانفعالية) Emotional Vitality

وهي تدل على مدى نضج الفرد انفعالياً، كما تتضح في مستوى كفاءته الانفعالية وما يكمن وراءها من مهارات الحساسية الانفعالية، والضبط الانفعالي ، والتعبير الانفعالي على المستويين اللفظي وغير اللفظي ، فضلا عن تبني الشخص لأتجاهات نفسه ايجابية نحو الحياة تجعله مبتهجا ومتحمسا وراضيا وشاعرا بالسكينه وراحة البال رغم منغصات الحياة وظروفها العصبيه كما أنها ترتبط بالسعادة والشعور بالبهجة والفرح والرضا عن الحياة (المصري ، ٢٠٢٠ ، ١٢).

وقد أكدت دراسة (Uysal,Satici &Akin,2014) أن الحيوية الذاتية ترتبط إيجابيا بكل من الرضا عن الحياه والشعور بالسعادة

#### د- الحيوية الاجتماعية Social Vitality

يشير ناين شيدروف (Nathan Shedroff,2010) ان الانفعالات سواء كانت سلبية ام ايجابيه تاتي من التواصل الاجتماعي في عالم من خبره الاجتماعية المتنوعة الواسعه ، فلدى البشر حاجات اجتماعيه مدمجه في بنيتهم العقلية، وان الانفعالات البشرية الايجابية والسلبية لا يتم التعايش معها او خبرتها الا في مواقف اجتماعيه او اثناء التفاعل الاجتماعي الفعلي او المتخيل مع البشر كما ان تفاعل الفرد مع اشخاص ذوي همه وحيوية ذاتيه عاليه ينشط ويثير مستوى همته وحيويته الذاتية، والعكس صحيح وفقا لمبدأ العدوى النفسية وهو ما أكدته دراسة Groot et al,2008) حيث أكدت أن الحيوية الذاتية ترتبط بحصول الفرد على الدعم الاجتماعي من الآخرين (Nathan, 2010, 26).

ويضيف كيفين كيزير بعدا خامسا وهو الحيوية الروحية Spritual Vitality: وتشير الى قدره على التعلق بكل ما هو خير وجدير بالقيمة والتقدير في الحياة والكون فضلا عن امتلاك الفرد مقومات التأثير الروحي في الاخرين ودفعهم باتجاه الارتقاء الاخلاقي (هفش وجعفر ، ٢٠٢٣ ، ٣١٢)

كما أضاف (Asirvatham, & Humphries-Kil (2021,4) بعدا آخر للأبعاد وهو الحيوية الأكاديمية Academic Vitality

والتي تعرف بأنها إحساس بالفرص المستمرة للتعلم والتدريس والبحث والإبداع في النواحي الأكاديمية كما يعرفها (Gill, Singhal, Schutze, & Turner, (2021,3) بأنها مشاعر الحيوية والإثارة التي تدفع الطالب نحو الدافعية للتعلم والنمو الفكري، وتعرفها الباحثتان بأنها شعور بالهمة والحماس الناتج عن الإدراك الايجابي لقيمة الدراسة الأكاديمية بما تحتويه من مناهج دراسية وطرق تدريس ونظم الامتحانات والأنشطة والذي نتج عنه الرغبة في الإتقان والإبداع وزيادة الدافعية وحسن استثمار الوقت وتركيز الانتباه.

استنادًا إلى الاستعراض السابق لأبعاد الحيوية الذاتية، يتضح أن هذا المفهوم يتسم بالشمولية والتكامل، حيث يغطي جوانب متعددة من حياة الفرد تشمل الحيوية البدنية، الذهنية، الانفعالية، الاجتماعية، الروحية، والأكاديمية. يُبرز هذا التعدد الطبيعة المتداخلة للحيوية الذاتية ودورها في تحقيق التوازن النفسي والاجتماعي والمهني، ما يجعلها أداة فعالة لتحسين جودة الحياة. على سبيل المثال، تُعد الحيوية البدنية أساسًا لدعم النشاط اليومي، بينما تُعزز الحيوية الذهنية التفكير المتوازن والتوجه المعرفي، في حين تُسهّم الحيوية الانفعالية في إدارة المشاعر والتكيف مع الضغوط الحياتية. كما أن الحيوية الاجتماعية تُبرز أهمية التفاعل والدعم الاجتماعي، ويضيف البعدان الروحي والأكاديمي منظورًا أعمق يعكس ارتباط الحيوية بتحقيق القيم والمعرفة.

في الدراسة الحالية، تم تبني جميع الأبعاد السابقة، لما لها من أهمية لدى المعلمين وتكاملها فيما بينها. حيث تحرص الدراسة على تقديم رؤية شاملة لمفهوم الحيوية الذاتية وتأثيره على معلمي التربية الخاصة. ويعكس هذا التبني أهمية دراسة هذه الأبعاد كوحدة متكاملة لفهم كيفية تعزيز الحيوية الذاتية في هذا السياق التربوي. كما يعكس استخدام جميع الأبعاد توجهًا بحثيًا شاملًا يُمكن من صياغة توصيات عملية تُسهّم في تحسين الأداء الوظيفي للمعلمين، وتعزيز قدرتهم على مواجهة التحديات المهنية والنفسية.

#### العلاقة بين الحيوية الذاتية وبعض المتغيرات النفسية:

العلاقة بين الحيوية الذاتية وبعض المتغيرات النفسية هي علاقة وثيقة ومتبادلة التأثير، حيث تتداخل الحيوية الذاتية مع العديد من الجوانب النفسية التي تؤثر بشكل مباشر على رفاهية الفرد وشعوره بالرضا وقد أثبتت نتائج بعض الدراسات وجود علاقة سلبية بين الحيوية الذاتية وانخفاض مستوى الدافعية كدراسة Balaguer, Castillo, Duda, & Garcia-Merita 2011 وكذلك وجود علاقة سلبية بينها وبين سوء استخدام وسائل التواصل الاجتماعي كدراسة Uysal, Satici, & Akin 2014 ومن أبرز هذه المتغيرات النفسية التي ترتبط بالحيوية الذاتية:

- الرضا عن الحياة والسعادة الذاتية وتقدير الذات: تُعد الحيوية الذاتية أحد العوامل التي تسهم في زيادة مستوى الرضا عن الحياة، حيث تشير الدراسات إلى أن الأفراد ذوي الحيوية الذاتية العالية يشعرون بالارتياح والإيجابية تجاه حياتهم بشكل عام، مما يزيد من مستوى سعادتهم ورضاهم النفسي وهو ما أكدته دراسة Uysal, et al 2014 التي اهتمت بالتعرف على دور الحيوية الذاتية في العلاقة بين الرضا عن الحياة والسعادة الذاتية وأسفرت نتائجها عن أن العلاقة بين الرضا عن الحياة والسعادة الذاتية تتوقف على مدى الحيوية الذاتية التي يتمتع بها الشخص
- الصحة النفسية ومواجهة الضغوط: ترتبط الحيوية الذاتية بالصحة النفسية العامة للأفراد، فالأشخاص الذين يتمتعون بحيوية ذاتية قوية غالبًا ما يتمتعون بصحة نفسية أفضل، ويكونون أقل عرضة للقلق والاكتئاب. تسهم الحيوية الذاتية في تقوية قدرة الفرد على التعامل مع ضغوط الحياة، مما يجعله أكثر مرونة وتحملًا في مواجهة التحديات وهو ما أكدته نتائج دراسة Lada, 2011 حيث أظهرت أن الحيوية الذاتية تلعب دورًا هامًا في عملية التوافق ومواجهة الضغوط وارتقاء الشخصية كما يقاس بمستوى الرفاهة النفسية وجودة الوجود النفسي.

- التوجه نحو الأهداف: تدعم الحيوية الذاتية توجه الفرد نحو تحقيق أهدافه، حيث تزيد من مستوى الدافعية الداخلية وتمنحه الطاقة اللازمة للتركيز على طموحاته وسعيه نحو تحقيقها، الأمر الذي يؤثر إيجاباً على الشعور بالإنجاز والإنتاجية، ويقوي الثقة بالنفس.
- ضبط النفس: من خلال دورها في توفير الطاقة والقدرة على التنظيم الذاتي، تدعم الحيوية الذاتية قدرة الفرد على التحكم في سلوكياته وضبط نفسه بشكل أكبر. تساعد هذه القدرة الأفراد على مقاومة الإغراءات وضبط اندفاعاتهم، مما يعزز من قدرتهم على تحقيق التوازن في الحياة.
- التفاؤل والإيجابية: تشير العديد من الدراسات إلى أن الحيوية الذاتية ترتبط بشكل إيجابي بمستوى التفاؤل والنظرة الإيجابية نحو الحياة. حيث يساعد الأفراد على الحفاظ على حالة من الأمل والتطلع الإيجابي للمستقبل، حتى في ظل الصعوبات.
- الدافعية الذاتية: تزيد الحيوية الذاتية من مستوى الدافعية الذاتية، حيث تمنح الفرد القدرة على التمتع بروح المبادرة والسعي لتحقيق الرغبات والطموحات الشخصية. يعزز هذا الإحساس بالدافعية المستقلة مشاعر السعادة والرضا الناتجة عن تحقيق الإنجازات، وبالتالي تُعد الحيوية الذاتية عاملاً نفسياً مركزياً يؤثر ويتأثر بعدة جوانب نفسية مهمة، مما يجعل تعزيزها هدفاً يساهم في تحقيق حياة متوازنة ومليئة بالرضا والسعادة (سليم، ٢٠١٦، ١٩٦)، (عرفة، ٢٠٢١، ١٥٣).

#### السمات الرئيسية للحيوية:

- من خلال تحليل مصطلحات الحيوية المستخدمة في الأدب يمكن الكشف عن السمات المتزامنة للحيوية: الذاتية، والإيجابية، والتقلب، والتكيف والمشاركة المتزامنة للطاقة الجسدية والنفسية.
- أول صفة مهمة للحيوية هي طبيعتها الذاتية، فالحيوية تناسب مباشرة إلى وعي الفرد، وتسمى بالشخصية أو النفسية، لذا يفضل في قياسها التقييم الذاتي (Guérin, 2012, 896)
  - تتميز الحيوية بالإيجابية، حيث وصفت بأنها "مشاعر إيجابية للطاقة أو" التأثير الإيجابي
  - ترتبط الحيوية ارتباطاً وثيقاً بالحماس والسعادة والنشوة، فالحيوية مفهوم إيجابي محض يتألف من تراكيب، وكلها تنطوي على نغمة إيجابية. يتم إنتاج الحيوية بواسطة استيفاء الشخصية للمتطلبات الأساسية مما يؤدي إلى آثار مفيدة على الصحة الجسدية والنفسية للفرد (خشبة والبيديوي، ٢٠٢٢، ٣٥٤).
  - يمكن التحكم فيها واستخدامها وتكييفها من قبل الشخص الذي يمتلكها، فالحيوية طاقة يمكن للفرد إدارتها أو توظيفها لتعزيز موارده الداخلية للسلوكيات المتعمدة.
  - يمكن للحيوية أن تساعد على التعامل مع الأحداث الصعبة في الحياة بشكل أكثر فعالية وتحسن الأداء الخاص في العمل (Dubreuil, Forest, & Courcy, 2014, 341)
  - تستلزم الحيوية كلاً من الناحية البدنية والنفسية والعقلية في وقت واحد، فالحيوية نفسها تتطلب دائماً ترابط كل هذه الأبعاد، و زاد بعض الباحثين الحيوية الأكاديمية (Lavrushva, 2020, 6)

في ضوء ما تم عرضه، يمكن القول أن الحيوية تُعد مفهومًا شاملاً يمتاز بالمرونة والشمولية، حيث تجمع بين الجوانب النفسية والبدنية والعقلية، وتتميز بطبيعة إيجابية تعزز من تفاعل الفرد مع بيئته وتزيد من جودة حياته. من الواضح أن للحيوية دورًا هامًا في تمكين الفرد من مواجهة التحديات والتغلب على العقبات، مما يجعلها موردًا نفسيًا وطاقيًا ضروريًا ليس فقط للرفاه الشخصي ولكن أيضًا للإنجاز المهني والاجتماعي. وبالنظر إلى كون الحيوية ظاهرة ذاتية، فإن التقييم الذاتي يعتبر أسلوبًا فعالًا لقياسها، مما يعكس مدى إدراك الفرد لحالته النفسية والجسدية.

#### خصائص التمتع بالحيوية الذاتية:

اتفقت الدراسات السابقة على أن الشخص الذي يتمتع بالحيوية الذاتية لديه عدة خصائص وصفات هي الهمة العالية، الفاعلية والنشاط، الشجاعة، الشعور بالطاقة، ارتفاع الروح المعنوية، الحماس، ضبط الانفعالات، الابتهاج، الإقبال على الحياة، الصفاء النفسي، الشعور بالأمل، المثابرة، معالجة الصعوبات، تقييم الأداء، الشعور بالإيجابية، التحكم في البيئة المحيطة (معوض، ٢٠٢٤، ٤٣٧).

بعد استعراض مفهوم الحيوية الذاتية وأبعادها المختلفة التي تشمل الجوانب الجسدية والعقلية والانفعالية والاجتماعية، يتضح أن هذه الحيوية لا تقتصر على تعزيز صحة الفرد فحسب، بل تمتد لتؤثر على كيفية تعامله مع متطلبات الحياة اليومية. فالحيوية الذاتية، بما تمنحه من طاقة ونشاط إيجابي، تشكل عاملاً أساسياً يمكن الفرد من استثمار مهاراته وقدراته بشكل فعال. وهنا يأتي دور فعالية الحياة كامتداد طبيعي للحيوية الذاتية، حيث تُترجم هذه الحيوية إلى مهارات حياتية فعالة تساعد الفرد على تحقيق أهدافه، ومواجهة التحديات، وبناء حياة متوازنة ومنتجة.

#### إجراءات البحث:

أولاً: منهج البحث: استخدم الباحثان في هذا البحث الحالي المنهج الوصفي الارتباطي الذي يبحث عن الحاضر ويهدف إلى تجهيز بيانات لإثبات فروض معينة تمهيداً للإجابة عن أسئلة محددة بدقة تتعلق بالظواهر الحالية والأحداث الراهنة التي يمكن جمع المعلومات عنها وقت إجراء البحث وذلك باستخدام أدوات مناسبة (الأغا، ٢٠٠٣، ٤٣).

#### ثانياً: المشاركون في البحث:

أ - المشاركون في البحث الاستطلاعي: بلغ عدد المشاركين في البحث الاستطلاعي (٢٠) معلم ومعلمة من معلمي التربية الخاصة من معلمي التربية الخاصة بإدارة طنطا التعليمية، وتم استخدام تلك العينة في حساب الخصائص السيكومترية لأدوات البحث الحالية وهي (مقياس مهارات فعالية الحياة، مقياس الحيوية الذاتية).

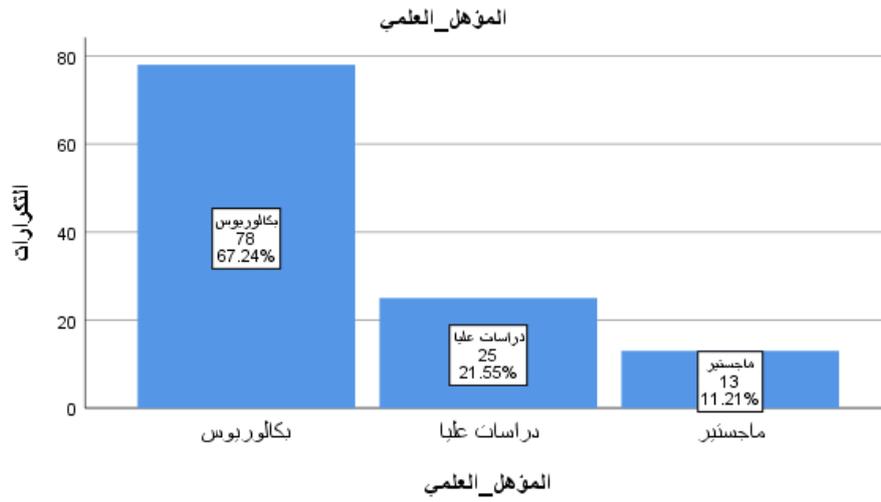
ب - المشاركون في البحث الأسامي: بلغ عدد المشاركين في البحث الأسامي (١١٦) معلم ومعلمة من معلمي التربية الخاصة بالإدارة التعليمية لمحافظة الغربية. والجدول التالي يوضح إجمالي عدد المشاركين في عينة البحث الأساسية وتوزيعهم حسب متغيرات الدراسة التصنيفية.

### - المؤهل العلمي:

جدول (١) عدد المشاركين في العينة الأساسية وفق متغير المؤهل العلمي (ن=١١٦) معلم تربية خاصة

المتغير	فئات المتغير	العدد	النسبة المئوية
المؤهل العلمي	بكالوريوس	78	٦٧,٢ %
	ماجستير	25	٢١,٦ %
	دكتوراه	13	١١,٢ %
	المجموع	116	١٠٠ %

يتضح من الجدول (١) أن ما نسبته (٦٧,٢%) من أفراد العينة حاصلون على بكالوريوس، وما نسبته (٢١,٦%) من أفراد العينة حاصلون على ماجستير، ما نسبته (١١,٢%) من أفراد العينة حاصلون على دكتوراه، والرسم البياني التالي يوضح ذلك:



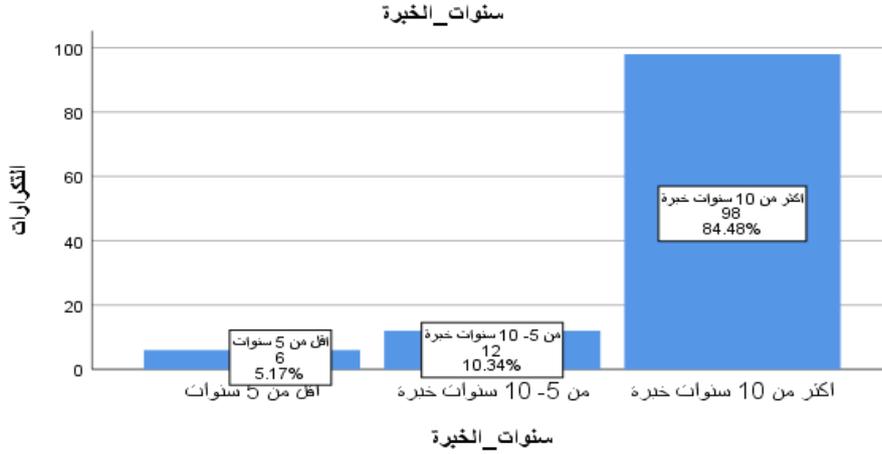
شكل (١) توزيع عينة الدراسة حسب المؤهل العلمي

### - سنوات الخبرة:

جدول (٢) عدد المشاركين في العينة الأساسية وفق متغير سنوات الخبرة (ن=١١٦) معلم تربية خاصة

المتغير	فئات المتغير	العدد	النسبة المئوية
سنوات الخبرة	أقل من ٥ سنوات	6	٥,٢ %
	من ٥ - ١٠ سنوات	12	١٠,٣ %
	أكثر من ١٠ سنوات	98	٨٤,٥ %
	المجموع	116	١٠٠ %

يتضح من الجدول (٢) أن ما نسبته (٢,٥%) من أفراد العينة لديهم سنوات خبرة أقل من ٥ سنوات، وما نسبته (٣,١%) من أفراد العينة لديهم سنوات خبرة ما بين ٥- ١٠ سنوات، ما نسبته (٥,٨٤%) من أفراد العينة لديهم سنوات خبرة أكثر من ١٠ سنوات، والرسم البياني التالي يوضح ذلك:



شكل (٢) توزيع عينة الدراسة من حيث سنوات الخبرة

ثالثاً: أدوات الدراسة :

#### ١- مقياس مهارات فعالية الحياة:

الهدف من المقياس: تقتضى طبيعة هذه الدراسة إعداد مقياس لمعرفة مستوى مهارات فعالية الحياة لدى معلمي التربية الخاصة والمتمثلة في ما يلي: (إدارة الوقت، الكفاءة الاجتماعية، الدافعية للإنجاز، المرونة العقلية، قيادة المهمة، التحكم في الوجدانات، المبادرة النشطة، الثقة بالنفس)، ولإعداد هذا المقياس مر الباحثان بالخطوات الآتية:

قام الباحثان بالخطوات الآتية لإعداد المقياس:

١- الاطلاع على بعض الأدبيات النظرية والدراسات والبحوث السابقة التي تناولت مهارات فعالية الحياة مثل: (Neill ٢٠٠٨)؛ فرج وآخرون (٢٠٢٣)؛ سليمان وجمال (٢٠٢٣) حيث استخلص الباحثان منها أبعاد المقياس وهي:

البعد الأول: إدارة الوقت Time management

البعد الثاني: الكفاءة الاجتماعية Social competence

البعد الثالث: الدافعية للإنجاز Achievement motivation

البعد الرابع: المرونة العقلية Intellectual flexibility

البعد الخامس: قيادة المهمة Task Leadership

البعد السادس: التحكم في الوجدانات Emotional control

#### البعد السابع: المبادرة النشطة Active initiative

#### البعد الثامن: الثقة بالنفس Self Confidence

- صياغة تعريف إجرائي لمهارات فعالية الحياة: هي مجموعة المهارات التي تمكن المعلم لكي يعيش حياته بهدف وفاعلية ويكون ماهرا ومنتجا وهذه المهارات هي إدارة الوقت والكفاءة الاجتماعية والدافعية للإنجاز والمرونة العقلية وقيادة المهمة والتحكم في الوجدانات والمبادرة النشطة والثقة بالنفس.

٤- صياغة تعريف إجرائي لكل بعد من أبعاد المقياس على النحو الآتي:

البعد الأول: إدارة الوقت Time management: ويعرف إجرائيا بأنه كفاءة المعلم في التخطيط لوقته وقدرته على الاستفادة القصوى من الوقت

البعد الثاني: الكفاءة الاجتماعية Social competence: يعرف إجرائيا بأنه كفاءة المعلم في التواصل مع الآخرين في المواقف الاجتماعية والقدرة الذاتية على التفاعلات الاجتماعية.

البعد الثالث: الدافعية للإنجاز Achievement motivation: يعرف إجرائيا بأنه بذل المعلم للجهد المناسب لإنجاز أفضل النتائج وتحقيق الأهداف.

البعد الرابع: المرونة العقلية Intellectual flexibility: تعرف إجرائيا بأنها قدرة المعلم على التكيف مع التغيرات التي تطرأ على حياته .

البعد الخامس: قيادة المهمة Task Leadership: تعرف إجرائيا بأنه اعتقاد المعلم بقدرته على قيادة الآخرين في المواقف المختلفة وتحفيزهم حتى يصلوا إلى الإنتاجية والتوافقية .

البعد السادس: التحكم في الوجدانات Emotional control: يعرف إجرائيا بأنه قدرة المعلم على ضبط النفس والتحكم الذاتي والتحكم في انفعالاته بالمواقف الضاغطة

البعد السابع: المبادرة النشطة Active initiative: وتعرف إجرائيا بأنها قدرة المعلم الديناميكية بأن يكون نشطا ومبادرا عند مواجهة المواقف والأفكار الجديدة .

البعد الثامن: الثقة بالنفس Self Confidence: تعرف إجرائيا بأنها رغبة المعلم في النجاح والتميز في عمله وتأكيد ذاته من خلال الأقوال والأفعال.

٥- صياغة عبارات خاصة بالمقياس التي تم تحديدها. وتكون المقياس في صورته الأولية من (٣٢) عبارة مقسمة علي الأبعاد الثمانية كما يوضح الجدول التالي:

جدول (٣) أبعاد مقياس مهارات فعالية الحياة والعبارات لكل بعد

البعد	عدد العبارات	النسبة المئوية
البعد الأول: إدارة الوقت	٤	12.5 %
البعد الثاني: الكفاءة الاجتماعية	٤	12.5 %
البعد الثالث: الدافعية للإنجاز	٤	12.5 %
البعد الرابع: المرونة العقلية	٤	12.5 %

البعد	عدد العبارات	النسبة المئوية
البعد الخامس: قيادة المهمة	٤	12.5 %
البعد السادس: التحكم في الوجدانات	٤	12.5 %
البعد السابع: المبادرة النشطة	٤	12.5 %
البعد الثامن: الثقة بالنفس	٤	12.5 %
المجموع	٣٢	١٠٠ %

#### الخصائص السيكومترية لمقياس مهارات فعالية الحياة:

أولاً: صدق الأداة: تم حساب صدق المقياس في البداية باستخدام الصدق الظاهري أو ما يعرف بصدق (المحكمين) من خلال عرض مقياس مهارات فعالية الحياة على مجموعة من المحكمين ذوى الاختصاص والخبرة بقسمي علم النفس التعليمي والمناهج وطرق التدريس، وقد بلغ عددهم (٦) محكمين، والجدول التالي (٤) يوضح نسب اتفاق المحكمين على جوانب التحكيم.

#### جدول (٤) نسب الاتفاق بين المحكمين على مقياس مهارات فعالية الحياة (ن=٦) محكمين

م	عناصر التحكيم	عدد المحكمين الموافقين	نسب الاتفاق
١	مدى دقة صياغة عبارات المقياس ووضوحها.	٥	83.3%
٢	مدى تمثيل كل فقرة للمحور الذي تقيسه.	٦	100%
٣	مدى تمثيل المقياس للهدف الذي وضعت لقياسه.	٦	١٠٠ %
٤	مدى ملاءمة العبارات لمستوى معلمي التربية الخاصة.	٥	83.3%
٥	متوسط نسب الاتفاق بين المحكمين.		91.7%

يتضح من الجدول (٤) أن نسب اتفاق الحكمين على بنود التحكيم تراوحت ما بين (83.3% - ١٠٠%) وكان متوسط نسب الاتفاق (91.7%) وهي نسب اتفاق عالية، مما يدعو إلى الثقة في صلاحية المقياس لقياس ما تهدف إليه، وقد أشار بعض المحكمين بتعديل صياغة بعض العبارات وقد راع الباحثان ذلك.

ثانياً: حساب الاتساق الداخلي: وذلك عن طريق حساب معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية للبعد الذى تنتمي اليه على أفراد العينة الاستطلاعية والبالغ عددها (٢٠) معلم ومعلمة من معلمي الفئات الخاصة، والجدول التالي (٥) يوضح معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية للاستبانة.

جدول (٥) معاملات ارتباط بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية للبعد الذي تنتهي اليه (ن=٢٠) معلم ومعلمة من معلمي التربية الخاصة من معلمي الفئات الخاصة

إدارة الوقت		الكفاءة الاجتماعية		الدافعية للإنجاز		المرونة العقلية	
رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط
١	**٠,٦١٢	٥	**٠,٦٦٤	٩	**٠,٤٨٧	١٣	**٠,٥٥٢
٢	**٠,٥٣٤	٦	**٠,٤٤٨	١٠	**٠,٥١٣	١٤	**٠,٤٠٩
٣	**٠,٤٧٣	٧	**٠,٥٩١	١١	**٠,٧٢١	١٥	**٠,٨٤٧
٤	**٠,٨٩٧	٨	**٠,٦٧١	١٢	**٠,٧٢٩	١٦	**٠,٦٧٩
قيادة المهمة		التحكم في الوجدانات		المبادرة النشطة		الثقة بالنفس	
رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط
١٧	**٠,٥٥١	٢١	**٠,٦٩١	٢٥	**٠,٦٧٥	٢٩	**٠,٧٨٤
١٨	**٠,٦٢٢	٢٢	**٠,٧٤٣	٢٦	**٠,٤٧٦	٣٠	**٠,٧٠٢
١٩	**٠,٥١٠	٢٣	**٠,٦١٧	٢٧	**٠,٥٥٥	٣١	**٠,٦٩٩
٢٠	**٠,٥٦٨	٢٤	*٠,٤٩٩	٢٨	**٠,٧٣١	٣٢	**٠,٧٨٨

\*\* : دالة عند مستوى (٠,٠١)، \* : دالة عند مستوى (٠,٠٥)

يتضح من الجدول (٥) أن قيم معاملات الارتباط تراوحت ما بين (٠,٤٠٠-٠,٨٩٧) وأن هذه القيم مقبولة إحصائياً، وبالتالي أصبح المقياس يتكون من (٣٢) عبارة موزعة على أعداد المقياس الثمانية.

كما تم حساب معاملات ارتباط بيرسون بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية لمقياس مهارات فعالية الحياة، والجدول التالي يوضح ذلك

جدول (٦) معاملات ارتباط بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية لمقياس مهارات فعالية الحياة (ن=٢٠) معلم ومعلمة من معلمي التربية الخاصة من معلمي الفئات الخاصة

رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط
١	**٠,٥٦٥	٢	**٠,٦١١	٣	**٠,٦٨٩	٤	**٠,٥٤٠
٥	**٠,٦٦٧	٦	**٠,٦٠٩	٧	**٠,٥٨٨	٨	**٠,٦٦٣
٩	**٠,٧٦٥	١٠	**٠,٦٧٤	١١	**٠,٦٠٠	١٢	**٠,٥٣٢
١٣	**٠,٥٣٢	١٤	**٠,٧١١	١٥	**٠,٦٣٣	١٦	**٠,٧٠٥
١٧	**٠,٥٤٤	١٨	**٠,٧٦٠	١٩	**٠,٦٠٣	٢٠	**٠,٧٤٤
٢١	**٠,٥٠٩	٢٢	**٠,٥٠٠	٢٣	**٠,٥٠٥	٢٤	**٠,٥٥٥
٢٥	**٠,٤٩٩	٢٦	**٠,٥٣٥	٢٧	**٠,٤٤٩	٢٨	**٠,٦٧٩
٢٩	**٠,٦٥١	٣٠	**٠,٦٥٥	٣١	**٠,٥٦٣	٣٢	**٠,٨٠٢

\*\* : دالة عند مستوى (٠,٠١)، \* : دالة عند مستوى (٠,٠٥)

يتضح من الجدول (٦) أن قيم معاملات الارتباط تراوحت ما بين (٠,٤٩٩-٠,٨٠٢) وأن جميع هذه القيم مقبولة إحصائياً، وأصبح عدد عبارات مقياس مهارات فعالية الحياة في الصورة النهائية (٣٢) عبارة، وبذلك تم التحقق من الاتساق الداخلي للمقياس. هذا وتشير النتائج السابقة في الوثوق في مقياس مهارات فعالية الحياة.

كما قام الباحثان بحساب معامل ارتباط بيرسون بين درجة كل بعد والدرجة الكلية للمقياس، والجدول التالي يوضح ذلك

جدول (٧) معاملات الارتباط بين الأبعاد والدرجة الكلية لمقياس مهارات فعالية الحياة لمعلمي التربية الخاصة (ن=٢٠) معلم ومعلمة من معلمي التربية الخاصة.

الأبعاد	معامل الارتباط
البعد الأول: إدارة الوقت	٠,٦٥٧**
البعد الثاني: الكفاءة الاجتماعية	٠,٧٨٦**
البعد الثالث: الدافعية للإنجاز	٠,٧٣٢**
البعد الرابع: المرونة العقلية	٠,٦٩٠**
البعد الخامس: قيادة المهمة	٠,٧٧١**
البعد السادس: التحكم في الوجدانات	٠,٨٧٩**
البعد السابع: المبادرة النشطة	٠,٧٨٨**
البعد الثامن: الثقة بالنفس	٠,٦٤٣**

\*\* دالة عند مستوى (٠,٠١)، \* دالة عند مستوى (٠,٠٥)

يتضح من الجدول (١٠) أن معاملات الارتباط تراوحت بين (٠,٦٤٣-٠,٨٧٩) وجميعها قيم مقبولة إحصائياً وبذلك تم التحقق من الاتساق الداخلي للمقياس

ثالثاً: الثبات: لقياس مدى ثبات المقياس استخدم الباحثان معادلة ألفا كرونباخ Cronbah's للتأكد من ثبات المقياس وذلك بعد تطبيقها على العينة الاستطلاعية البالغ عدد أفرادها (٢٠) معلم ومعلمة من معلمي الفئات الخاصة، والجدول التالي (٨) يوضح معاملات الثبات للدرجة الكلية للمقياس:

جدول (٨) معاملات الثبات لأبعاد مقياس مهارات فعالية الحياة للدرجة الكلية (ن=٢٠) معلم ومعلمة من معلمي التربية الخاصة

الدرجة الكلية	عدد المفردات	معامل الثبات
البعد الأول: إدارة الوقت	٤	٠,٧٦٥
البعد الثاني: الكفاءة الاجتماعية	٤	٠,٧٠٣
البعد الثالث: الدافعية للإنجاز	٤	٠,٨٦٧
البعد الرابع: المرونة العقلية	٤	٠,٨٨٧
البعد الخامس: قيادة المهمة	٤	٠,٧٣٢
البعد السادس: التحكم في الوجدانات	٤	٠,٧١١
البعد السابع: المبادرة النشطة	٤	٠,٨٩٩
البعد الثامن: الثقة بالنفس	٤	٠,٧٤٩
الدرجة الكلية للمقياس	٣٢	٠,٩٢٤

يتضح من الجدول (٨) أن معامل الثبات العام للمقياس مرتفع حيث بلغ (٠,٩٢٤) لإجمالي فقرات المقياس، بينما تراوح معامل الثبات للأبعاد ما بين (٠,٧٠٣ - ٠,٨٩٩) وهذا يدل على أن المقياس يتمتع بدرجة عالية من الثبات يمكن الاعتماد عليه في التطبيق الميداني للدراسة.

#### وصف المقياس في صورته النهائية :

بعد أن تم حساب الصدق والثبات للمقياس أصبح المقياس في صورته النهائية يتكون من (٣٢) عبارة تمثل أبعاد المقياس الثمانية.

#### تصحيح المقياس :

يتكون المقياس في صورته النهائية من (٣٢) عبارة، موزعة على ثمانية أبعاد، ويصحح المقياس من خلال الاستجابة على مستويات خماسية متدرجة (دائماً، غالباً، أحياناً، نادراً، أبداً) وتعطى الدرجة (٥) للإجابة بـ (دائماً)، والدرجة (٤) للإجابة بـ (غالباً)، والدرجة (٣) للإجابة بـ (أحياناً)، والدرجة (٢) للإجابة بـ (نادراً)، والدرجة (١) للإجابة بـ (أبداً)، وتدل الدرجة المرتفعة على مستوى عالٍ من مهارات فعالية الحياة لدى المعلمين، بينما انخفاض الدرجة يشير إلى العكس.

#### ٢- مقياس الحيوية الذاتية لمعلمي التربية الخاصة (إعداد الباحثين)

قام الباحثان بالخطوات الآتية لإعداد المقياس:

١- الاطلاع على بعض الأدبيات النظرية والدراسات والبحوث السابقة التي تناولت الحيوية الذاتية مثل: سليم (٢٠١٦)؛ المصري (٢٠٢٠)؛ محمد وكطوف (٢٠٢٠)؛ هفش وجعفر (٢٠٢٢)؛ عباس والسيد (٢٠٢١)؛ عرفة (٢٠٢١)؛ حسان (٢٠٢١)؛ خشبة والبيديوي (٢٠٢٢)؛ الكريديس (٢٠٢٢)؛ عبد الرحمن (٢٠٢٢)؛ ياسين (٢٠٢٢)؛ معوض (٢٠٢٣)؛ حيث استخلص الباحثان منها أبعاد المقياس وهي

البعد الأول: الحيوية الذهنية

البعد الثاني: الحيوية البدنية

البعد الثالث: الحيوية الانفعالية

البعد الرابع: الحيوية الأكاديمية

البعد الخامس: الحيوية الاجتماعية

البعد السادس: الحيوية الروحية

٢- صياغة تعريف إجرائي للحياة الذاتية: هي القوة الداخلية التي تدفع الفرد للقيام بمهامه بفاعلية وتسهم في تمتعه بالصحة النفسية والبدنية وترسخ لديهم الشعور بالهمة والاندفاع نحو الحياة ويتمتعون بالطاقة العالية ونادراً ما يشعرون بالضعف والتعب والانهماك.

٣- صياغة تعريف إجرائي لكل بعد من أبعاد المقياس على النحو الآتي:

- **البعد الأول:** الحيوية الذهنية Mental Vitality ويعرف إجرائيا بأنها امتلاك المعلم للياقة الذهنية التي تمكنه من التفكير المتزن المرن الهادئ مع اليقظة العقلية والحساسية للثغرات والمشكلات والتوجه المعرفي المرتكز على حل المشكلات .
- **البعد الثاني:** الحيوية البدنية Physical Vitality ويعرف إجرائيا بأنه الصحة الجسدية والحيوية التي يتمتع بها المعلم وتعزز التصرف الفسيولوجي وتسرع الانتعاش من الاضطرابات الجسدية وتعزز الأداء البدني.
- **البعد الثالث:** الحيوية الانفعالية Emotional Vitality وتعرف إجرائيا بأنها شعور الفرد بالطاقة والرفاهية الإيجابية وتنظيم العاطفة الفعال .
- **البعد الرابع:** الحيوية الأكاديمية Academic Vitality ويعرف إجرائيا بأنها تلك المشاعر التي تدفع المعلم للتعلم المستمر والنمو الفكري والبحث والإبداع في مجال تخصصه.
- **البعد الخامس:** الحيوية الاجتماعية Social Vitality وتعرف إجرائيا بأنها قدرة المعلم علي التفاعل مع الآخرين في البيئة الاجتماعية بشكل مقبول اجتماعيا مما يعود بالنفع والفائدة عليه وعلى الآخرين .
- **البعد السادس:** الحيوية الروحية Spritual Vitality وتعرف إجرائيا بأنها القدرة على طرح الأسئلة المرتبطة بالحياة والعالم الذي نعيشه مما يزيد من وعى الفرد بذاته ويزيد من مرونته.

٤- صياغة عبارات خاصة بالمقياس التي تم تحديدها، وتكون المقياس في صورته الأولية من (٤٩) عبارة مقسمة علي الأبعاد الستة لمقياس الحيوية الذاتية كما يوضح الجدول التالي:

جدول (٩) يوضح أبعاد مقياس الحيوية الذاتية والعبارات لكل بُعد

أبعاد الحيوية الذاتية	عدد العبارات	النسبة المئوية
البعد الأول : الحيوية الذهنية	٨	16.3 %
البعد الثاني: الحيوية البدنية	٨	16.3 %
البعد الثالث: الحيوية الانفعالية	٧	14.3 %
البعد الرابع: الحيوية الأكاديمية	٨	16.3 %
البعد الخامس: الحيوية الاجتماعية	٨	16.3 %
البعد السادس: الحيوية الروحية	١٠	20.4 %
المجموع	٤٩	100 %

الخصائص السيكومترية للمقياس:-

أولاً: صدق المقياس: قام الباحثان بحساب صدق المقياس في البحث الحالي بطريقتين:

أ - صدق المحكمين: تم حساب صدق المحكمين وذلك بتقديم المقياس في صورته المبدئية إلى (٦) محكمين من أساتذة علم النفس التربوي والمناهج وطرق التدريس، وأخذ آرائهم في ضوء عناصر التحكيم، وقد تراوحت نسب اتفاق المحكمين على بنود التحكيم ما بين (٨٣,٣% - ١٠٠%) وكان متوسط نسب الاتفاق (٨٧,٥%) وهي نسب اتفاق عالية، مما يدعو إلى الثقة في صلاحية المقياس لقياس ما يهدف إليه، وقد أشار بعض المحكمين بتعديل صياغة بعض المواقف وقد راعى الباحثان ذلك.

ب- الصدق الذاتي للمقياس: بعد تحكيم المقياس قام الباحثان بتطبيقه ميدانيًا، وعلى بيانات العينة الاستطلاعية والمكونة من (٢٠) معلم ومعلمة من معلمي الفئات الخاصة، وتم حساب الصدق الذاتي له عن طريق حساب الجذر التربيعي لمعامل الثبات (السيد، ٢٠٠٦، ٤٠٢). وكانت درجة الصدق الذاتي كما هي موضحة بالجدول التالي:

جدول (١٠) يوضح الصدق الذاتي لمقياس الحيوية الذاتية لمعلمي التربية الخاصة (ن=٢٠) معلم ومعلمة من معلمي التربية الخاصة

م	الأبعاد والدرجة الكلية	معامل الثبات	الجذر التربيعي لمعامل الثبات (الصدق الذاتي)
١	الحيوية الذهنية	٠,٧٨٥	٠,٨٨٦
٢	الحيوية البدنية	٠,٧٤٥	٠,٨٦٣
٣	الحيوية الانفعالية	٠,٨٣٤	٠,٩١٣
٤	الحيوية الأكاديمية	٠,٨٠٢	٠,٨٩٥
٥	الحيوية الاجتماعية	٠,٧٤٩	٠,٨٦٥
٦	الحيوية الروحية	٠,٧٧١	٠,٨٧٨
	الدرجة الكلية للمقياس	٠,٩٢٦	٠,٩٦٢

يتضح من الجدول (١٠) أن قيم الجذر التربيعي لمعامل الثبات تراوحت ما بين (٠,٨٦٣-٠,٩٦٢) وهي بذلك تقترب من الواحد الصحيح وهو ما يؤكد صدق مقياس الحيوية الذاتية لمعلمي التربية الخاصة.

ثانياً: الاتساق الداخلي: وذلك عن طريق حساب معامل الارتباط بين درجة كل عبارة والبعد الذي تنتمي إليه تلك العبارة وذلك بعد تطبيقه على العينة الاستطلاعية والبالغ عددها (٢٠) معلم ومعلمة من معلمي الفئات. والجدول التالي (١٠) يوضح معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة ودرجة البعد الذي تنتمي إليه.

جدول (١) معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه (ن=٢٠) معلم ومعلمة من معلمي التربية الخاصة

الحيوية الانفعالية		الحيوية البدنية		الحيوية الذهنية	
معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة
**٠,٦٨٠	١٧	**٠,٦٢٢	٩	**٠,٦٣٤	١
**٠,٥٦٣	١٨	**٠,٥٠٧	١٠	**٠,٥٤٣	٢
**٠,٧٢٥	١٩	**٠,٦٩٩	١١	**٠,٤٤٣	٣
**٠,٧٣٢	٢٠	**٠,٥٠٢	١٢	**٠,٦٥٣	٤
**٠,٥٢٥	٢١	**٠,٧٧٤	١٣	٠,٧٨٦	٥
**٠,٨٠٢	٢٢	**٠,٦٤٤	١٤	**٠,٦٠٩	٦
**٠,٦١١	٢٣	**٠,٥٤٨	١٥	**٠,٨٣٢	٧
---	---	**٠,٥٥٨	١٦	**٠,٤٣٢	٨

الحيوية الروحية		الحيوية الاجتماعية		الحيوية الاكاديمية	
معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة
**،٥٨٧	٤٠	**،٥٨٧	٣٢	**،٤٧٠	٢٤
**،٦٣٤	٤١	**،٦٥٤	٣٣	**،٦٤٣	٢٥
**،٥٥١	٤٢	**،٥٦٢	٣٤	**،٧٦٩	٢٦
**،٥٠٥	٤٣	*،٥٩٨	٣٥	**،٧٠٤	٢٧
**،٦٧٧	٤٤	**،٦١٥	٣٦	**،٦٤٥	٢٨
**،٤٣٠	٤٥	**،٧٦٨	٣٧	**،٥٠٠	٢٩
**،٥٤١	٤٦	**،٥٦٣	٣٨	**،٥١٨	٣٠
**،٦٩١	٤٧	**،٦٤٣	٣٩	**،٦٦٥	٣١
**،٧٣٥	٤٨	---	---	---	---
**،٨٠٥	٤٩	---	---	---	---

\*\* : دالة عند مستوى (٠,٠١)، \* : دالة عند مستوى (٠,٠٥)

يتضح من الجدول (١٠) أن قيم معاملات الارتباط تراوحت ما بين (٠,٤٣٠-٠,٨٣٢) وأن هذه القيم مقبولة إحصائياً، وبالتالي أصبح المقياس يتكون من (٤٩) عبارة موزعة على أبعاد المقياس الستة.

كذلك تم حساب معاملات الارتباط بين كل بعد والدرجة الكلية للمقياس، والجدول التالي (١١) يوضح معاملات الارتباط بين الأبعاد الدرجة الكلية للمقياس.

جدول (١١) معاملات الارتباط بين الأبعاد والدرجة الكلية لمقياس الحيوية الذاتية لمعلمي التربية الخاصة (ن = ٢٠) معلم ومعلمة من معلمي التربية الخاصة.

الأبعاد	معامل الارتباط
الحيوية الذهنية	**،٦٢٨
الحيوية البدنية	**،٧٥٩
الحيوية الانفعالية	**،٦٥١
الحيوية الاكاديمية	**،٦٨٩
الحيوية الاجتماعية	**،٨٠٣
الحيوية الروحية	**،٧٨٤

\*\* : دالة عند مستوى (٠,٠١)، \* : دالة عند مستوى (٠,٠٥)

يتضح من الجدول (١١) أن معاملات الارتباط تراوحت بين (٠,٦٢٨-٠,٨٠٣) وجميعها قيم مقبولة إحصائياً وبذلك تم التحقق من الاتساق الداخلي للمقياس.

كما تم حساب معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات المقياس والدرجة الكلية للمقياس، والجدول التالي (١٢) يوضح معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية للمقياس.

جدول (١٢) معاملات ارتباط بين العبارات والدرجة الكلية لمقياس الحيوية الذاتية لمعلمي التربية الخاصة (ن=٢٠) معلم ومعلمة من معلمي التربية الخاصة.

رقم العبارة	معامل الارتباط						
١	** .٥٩٨	٢	** .٦٠٠	٣	** .٥٦٠	٤	** .٦٤١
٥	** .٤٩٩	٦	** .٥٩٠	٧	* .٥٥٧	٨	* .٦١٤
٩	** .٦١٦	١٠	** .٥٠٧	١١	** .٥٧٦	١٢	** .٦٤٠
١٣	** .٥٢٢	١٤	** .٧٠٤	١٥	** .٦٥٥	١٦	** .٦٠٧
١٧	** .٨٠٦	١٨	** .٧٨٨	١٩	** .٧٠٣	٢٠	** .٧٥٥
٢١	** .٥٥٧	٢٢	** .٦٤٣	٢٣	** .٨٤٨	٢٤	** .٨٠١
٢٥	** .٤٧٦	٢٦	** .٤٠٦	٢٧	** .٥٧٥	٢٨	** .٥٤٥
٢٩	** .٦٠١	٣٠	** .٦٣٥	٣١	** .٥٧٩	٣٢	** .٥٧٩
٣٣	** .٦٦٣	٣٤	** .٥٥٨	٣٥	** .٦٩٦	٣٦	** .٤٨٠
٣٧	** .٥٣١	٣٨	** .٤٨٠	٣٩	** .٦٠٩	٤٠	** .٧٠٩
٤١	** .٥٥٨	٤٢	** .٦٠٦	٤٣	** .٧٥٩	٤٤	** .٦٥٤
٤٥	** .٧٠٧	٤٦	** .٤٤٧	٤٧	** .٥٧٢	٤٨	** .٧٧٤
٤٩	** .٤٨٦	---	---	---	---	---	---

\*\* دالة عند مستوى (٠,٠١)، \* دالة عند مستوى (٠,٠٥)

يتضح من الجدول (١٢) أن قيم معاملات الارتباط تراوحت ما بين (٠,٤٠٦-٠,٨٤٨) وأن جميع هذه القيم مقبولة إحصائياً، وأصبح عدد عبارات المقياس في الصورة النهائية (٤٩) عبارة، وبذلك تم التحقق من الاتساق الداخلي للمقياس. هذا وتشير النتائج السابقة في الوثوق في صدق مقياس الحيوية الذاتية لمعلمي التربية الخاصة.

ثالثاً: ثبات المقياس:-

تم استخدام طريقة ألفا كرونباخ: لحساب ثبات المقياس وذلك بعد تطبيق المقياس على عينة استطلاعية بلغ عدد أفرادها (٢٠) معلم ومعلمة من معلمي الفئات الخاصة، والجدول التالي () يوضح معامل الثبات لكل بعد من أبعاد مقياس الحيوية الذاتية والدرجة الكلية:

جدول (١٣) معاملات الثبات للأبعاد والدرجة الكلية لمقياس الحيوية الذاتية لمعلمي التربية الخاصة (ن=٢٠) معلم ومعلمة من معلمي التربية الخاصة

م	الأبعاد	عدد العبارات	معامل الثبات
١	الحيوية الذهنية	٨	٠,٧٨٥
٢	الحيوية البدنية	٨	٠,٧٤٥
٣	الحيوية الانفعالية	٧	٠,٨٣٤
٤	الحيوية الاكاديمية	٨	٠,٨٠٢
٥	الحيوية الاجتماعية	٨	٠,٧٤٩

م	الأبعاد	عدد العبارات	معامل الثبات
٦	الحيوية الروحية	١٠	٠,٧٧١
	الدرجة الكلية لمقياس الحيوية الذاتية لمعلمي التربية الخاصة	٤٩	٠,٩٢٦

يتضح من الجدول (١٣) أن معاملات الثبات للأبعاد والدرجة الكلية تراوحت بين (٠,٧٤٥) - (٠,٩٢٦)، وجميعها معاملات مقبولة إحصائياً مما يؤكد صلاحية استخدام هذا المقياس.

وصف المقياس في صورته النهائية:

بعد أن تم حساب الصدق والثبات لمقياس الحيوية الذاتية لمعلمي التربية الخاصة أصبح المقياس في صورته النهائية يتكون من (٤٩) عبارة تمثل أبعاد الحيوية الذاتية لمعلمي التربية الخاصة. والجدول التالي رقم (١٤) يوضح توزيع العبارات على أبعاد الحيوية الذاتية لمعلمي التربية الخاصة.

جدول (١٤) توزيع أرقام العبارات على كل بُعد من أبعاد الحيوية الذاتية لمعلمي التربية الخاصة

م	أبعاد المقياس	أرقام عبارات كل بعد	المجموع
١	الحيوية الذهنية	١-٢-٣-٤-٥-٦-٧-٨	٨
٢	الحيوية البدنية	٩-١٠-١١-١٢-١٣-١٤-١٥-١٦	٨
٣	الحيوية الانفعالية	١٧-١٨-١٩-٢٠-٢١-٢٢-٢٣	٧
٤	الحيوية الاكاديمية	٢٤-٢٥-٢٦-٢٧-٢٨-٢٩-٣٠-٣١	٨
٥	الحيوية الاجتماعية	٣٢-٣٣-٣٤-٣٥-٣٦-٣٧-٣٨-٣٩	٨
٦	الحيوية الروحية	٤٠-٤١-٤٢-٤٣-٤٤-٤٥-٤٦-٤٧-٤٨-٤٩	١٠
٤٩	إجمالي عدد عبارات مقياس الحيوية الذاتية		٤٩

رابعا: تصحيح المقياس:-

يُصحح المقياس بإعطاء خمس درجات لاستجابة المعلم على العبارة بدائماً، وأربع درجات لاستجابة المعلم على العبارة بـ غالباً، وثلاث درجات لاستجابة المعلم على العبارة بـ أحياناً. ودرجتين لاستجابة المعلم بـ نادراً، ودرجة واحدة لاستجابة المعلم بـ أبداً، أي أن احتساب الدرجات يكون (٥، ٤، ٣، ٢، ١) لجميع العبارات، وتدل الدرجة المرتفعة على ارتفاع الحيوية الذاتية لمعلمي التربية الخاصة، والعكس صحيح، وبالتالي فإن أعلى درجة للمقياس (٤٩×٥=٢٤٥) درجة وأقل درجة (٤٩×١=٤٩) درجة.

الإجراءات التنفيذية للبحث:

١. الاطلاع على الإطار النظري الأكثر ارتباطاً بمهارات فعالية الحياة وكذلك الحيوية الذاتية لمعلمي التربية الخاصة.
٢. الاطلاع على البحوث السابقة والمقاييس الخاصة بمهارات فعالية الحياة.
٣. الاطلاع على البحوث السابقة والمقاييس الخاصة بالحيوية الذاتية لمعلمي التربية الخاصة.

٤. تصميم مقياسي مهارات فعالية الحياة والحيوية الذاتية وعمل الخصائص السيكومترية لهما على مجموعة استطلاعية يقدر عددها (٢٠) معلم ومعلمة من معلمي التربية الخاصة
  ٥. تصحيح الأدوات ومعالجتها إحصائيا واستخراج النتائج ومناقشتها وتفسيرها.
  ٦. كتابة تقرير البحث في صورته النهائية.
- المعالجات والأساليب الإحصائية : استخدم الباحثان المعالجات والأساليب الإحصائية عند التحليل باستخدام برنامج SPSS:
١. معامل ألفا كرونباخ: لحساب ثبات المقياسين.
  ٢. معامل ارتباط بيرسون لمعرفة العلاقة بين متغيرات الدراسة.
  ٣. تحليل الانحدار المتعدد لمعرفة التنبؤ بالحيوية الذاتية لمعلمي التربية الخاصة من مهارات فعالية الحياة.
  ٤. اختبار شايبرو- ويلك: لحساب اعتدالية توزيع البيانات.
  ٥. اختبار ليفين: لحساب التجانس.
  ٦. اختبار كروسكال والس: وذلك لمعرفة الفروق بين استجابات فئات العينة وفقا لمتغيري (المؤهل العلمي، سنوات الخبرة).
  ٧. اختبار مان ويتني: لمعرفة اتجاه الفروق بين استجابات كل فئتين من فئات العينة على حده بعد نتائج اختبار كروسكال والس.

#### عرض نتائج البحث

#### عرض نتائج السؤال الأول:

وينص على "ما مستوى مهارات فعالية الحياة لدى معلمي التربية الخاصة بمحافظة الغربية؟ وللإجابة عن هذا السؤال الأول صاغ الباحثان الفرض الآتي "لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المتوسط الواقعي والمتوسط الفرضي على مقياس مهارات فعالية الحياة لدى معلمي التربية الخاصة بمحافظة الغربية التعليمية.

وللتحقق من صحة الفرض الأول تم حساب قيمة "ت" لعينة واحدة One-Sample Statistics بين المتوسط الحسابي (الواقعي) والمتوسط الفرضي لدرجات عينة البحث على مقياس مهارات فعالية الحياة لدى معلمي التربية الخاصة بمحافظة الغربية ، والجدول (١٥) التالي يوضح ذلك:

جدول (١٥)

المتوسطات والانحرافات المعيارية وقيمة "ت" ومستوى الدلالة بين المتوسط الحسابي (الواقعي) لدرجات العينة والمتوسط الفرضي لمقياس مهارات فعالية الحياة (ن=١١٦) من معلمي الفئات الخاصة

الأبعاد والدرجة الكلية	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الفرضي الحرية	درجة متوسط الحرية	متوسط الفروق	قيمة "ت" الدلالة	مستوى
إدارة الوقت	116	16.22	2.757	١٢	115	4.224	16.50	.000
الكفاءة الاجتماعية	116	15.09	2.166	١٢	115	3.094	15.38	.000
الدافعية للإنجاز	116	16.89	1.966	١٢	115	4.896	26.81	.000
المرونة العقلية	116	15.74	1.851	١٢	115	3.741	21.76	.000
قيادة المهمة	116	14.60	2.536	١٢	115	2.603	11.05	.000
التحكم في الوجدانات	116	14.98	2.877	١٢	115	2.982	11.16	.000
المبادرة النشطة	116	15.95	2.520	١٢	115	3.956	16.90	.000
الثقة بالنفس	116	17.00	2.239	١٢	115	5.008	24.08	.000
الدرجة الكلية	116	126.50	15.567	٩٦	115	30.508	21.10	.000

يتضح من الجدول (١٥) أن قيمة "ت" بلغت لأبعاد (إدارة الوقت، الكفاءة الاجتماعية، الدافعية للإنجاز، المرونة العقلية، قيادة المهمة، التحكم في الوجدانات، المبادرة النشطة، الثقة بالنفس)، والدرجة الكلية لمقياس مهارات فعالية الحياة على الترتيب (١٦,٥٠١)، (١٥,٣٨٣)، (٢٦,٨١٧)، (٢١,٧٦٣)، (١١,٠٥٦)، (١١,١٦٦)، (١٦,٩٠٦)، (٢٤,٠٨٣)، (٥٢,١٠٨)، وهي قيم دالة إحصائياً عند مستوى دلالة أقل من (٠,٠١)، وهذا يشير إلى وجود فروق دالة إحصائياً بين المتوسط الحسابي الواقعي لدرجات عينة البحث والمتوسط الفرضي (النظري)، وبالمقارنة بين المتوسط الحسابي الواقعي لدرجات العينة من معلمي التربية الخاصة بمحافظة الغربية في جميع أبعاد مقياس مهارات فعالية الحياة (إدارة الوقت، الكفاءة الاجتماعية، الدافعية للإنجاز، المرونة العقلية، قيادة المهمة، التحكم في الوجدانات، المبادرة النشطة، الثقة بالنفس)، والدرجة الكلية للمقياس والمتوسط الفرضي، يتضح أن المتوسط الحسابي الواقعي لدرجات العينة أكبر من المتوسط الفرضي (النظري)، وهذا يعني أن هذه المهارات الثمانية لدى معلمي التربية الخاصة بمحافظة الغربية مرتفعة.

ويعزو الباحثان النتائج المرتفعة لمهارات فعالية الحياة لدى معلمي التربية الخاصة إلى عوامل متعددة، تشمل طبيعة العمل، الدعم المؤسسي، برامج التدريب، التفاعل مع الطلاب، واختيار الكفاءات المهنية المناسبة. هذه العوامل تساهم في تعزيز مهارات المعلمين، مما ينعكس إيجابياً على أدائهم المهني ومستوى مهاراتهم الحياتية وهو ما يتفق مع دراسة حماد (٢٠١٩) ودراسة جمال (٢٠٢١) ودراسة زيدان (٢٠٢٣) ودراسة محمد ومحمد (٢٠٢٢) والتي أظهرت دور برامج التدريب والدعم المؤسسي في تنمية مهارات فعالية الحياة بينما تختلف عن نتائج دراسة عيد (٢٠٢١) ودراسة سليمان وجمال (٢٠٢٣).

كما يمكن ان ترجع هذه النتيجة الى مجموعة من الاسباب تتمثل فيما يأتي:

١. الطبيعة المهنية لمعلمي التربية الخاصة : حيث تتطلب مهنة التربية الخاصة مهارات متميزة للتعامل مع الطلاب ذوي الاحتياجات الخاصة، مثل الصبر، والمرونة، والقدرة على التكيف ، المعلمون في هذا المجال يكتسبون هذه المهارات نتيجة لتجربتهم العملية اليومية، ما يفسر ارتفاع مستوياتهم في أبعاد مثل إدارة الوقت والمرونة العقلية.
٢. برامج التدريب والتطوير المهني: قد تكون إدارة التربية والتعليم في محافظة الغربية توفر برامج تدريبية مخصصة تهدف إلى تحسين الكفاءات المهنية والنفسية لمعلمي التربية الخاصة ، هذه البرامج قد تعزز من مهارات مثل الدافعية للإنجاز والمبادرة النشطة، ما يفسر ارتفاع الدرجات في هذه الأبعاد.
٣. الدعم المؤسسي والاجتماعي: يمكن أن يكون هناك دعم من البيئة التعليمية والإدارية للمعلمين في هذا المجال، مثل توفير موارد كافية أو التشجيع على الإبداع في العمل ، هذا الدعم يعزز من شعورهم بالثقة بالنفس ويزيد من دافعيتهم لتحقيق الإنجازات.
٤. التفاعل اليومي مع الطلاب: طبيعة العمل مع الطلاب ذوي الاحتياجات الخاصة تتطلب بناء علاقات قوية قائمة على الكفاءة الاجتماعية والتواصل الفعال ، يؤدي هذا التفاعل المستمر إلى تطوير الكفاءة الاجتماعية والتحكم في الوجدانات كجزء من المهارات الضرورية للنجاح في المهنة.
٥. الشخصية المهنية للمعلمين: اختيار الأشخاص للعمل في مجال الفئات الخاصة قد يعتمد على معايير معينة، مثل قدرتهم على تحمل الضغوط والتعامل بفعالية مع التحديات، هذا الانتقاء المسبق قد يفسر ارتفاع مستويات مهارات فعالية الحياة لديهم مقارنة بالمتوسط الفرضي.
٦. الضغوط المهنية ودورها الإيجابي: فرغم أن مهنة التربية الخاصة مليئة بالتحديات والضغوط، إلا أن هذه الظروف قد تدفع المعلمين لتطوير أنفسهم باستمرار للتغلب على العقبات ، هذا يُفسر ارتفاع درجاتهم في أبعاد مثل قيادة المهمة والمبادرة النشطة.
٧. الوعي النفسي والاجتماعي للمعلمين: قد يكون لدى المعلمين وعي أكبر بأهمية مهارات الحياة الفعالة في تحسين أدائهم المهني والتعامل مع التحديات اليومية ، هذا الوعي يُمكن أن يدفعهم للعمل على تحسين مهاراتهم بشكل مستمر، مما يؤدي إلى هذه النتائج المرتفعة.
٨. ثقافة المنطقة التعليمية: من المحتمل أن تكون الثقافة المهنية السائدة في إدارة محافظة الغربية التعليمية تُشجع على الابتكار والتميز المهني، هذا قد يُسهم في رفع مستويات المهارات المرتبطة بالحيوية المهنية والنفسية.

عرض نتائج السؤال الثاني:

وينص على "ما مستوى الحيوية الذاتية لدى معلمي التربية الخاصة بمحافظة الغربية التعليمية ؟

وللإجابة عن هذا السؤال الثاني صاغ الباحثان الفرض الآتي "لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المتوسط الواقعي والمتوسط الفرضي على مقياس الحيوية الذاتية لدى معلمي التربية الخاصة بمحافظة الغربية.

وللتحقق من صحة الفرض الثاني تم حساب قيمة "ت" لعينة واحدة One-Sample Statistics بين المتوسط الحسابي (الواقعي) والمتوسط الفرضي لدرجات عينة البحث على مقياس الحيوية الذاتية لدى معلمي التربية الخاصة بمحافظة الغربية ، والجدول (١٦) التالي يوضح ذلك:

جدول (١٦) المتوسطات والانحرافات المعيارية وقيمة "ت" ومستوى الدلالة بين المتوسط الحسابي (الواقعي) لدرجات العينة والمتوسط الفرضي لمقياس الحيوية الذاتية (ن=١١٦) من معلمي الفئات الخاصة

الأبعاد والدرجة الكلية لمقياس الحيوية الذاتية	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الفرضي	درجة الحرية	متوسط الفروق	قيمة "ت"	مستوى الدلالة
الحيوية الذهنية	33.34	4.733	٢٤	115	9.344	21.26	.000
الحيوية البدنية	27.63	6.325	٢٤	115	3.637	6.19	.000
الحيوية الانفعالية	29.70	3.661	٢١	115	8.706	25.60	.000
الحيوية الاكاديمية	33.27	3.964	٢٤	115	9.275	25.20	.000
الحيوية الاجتماعية	34.68	4.322	٢٤	115	10.689	26.63	.000
الحيوية الروحية	39.58	6.328	٣٠	115	9.586	16.31	.000
الدرجة الكلية	198.24	21.175	١٤٧	115	51.241	26.06	.000

يتضح من الجدول (١٦) أن قيمة "ت" بلغت لأبعاد (الحيوية الذهنية، الحيوية البدنية، الحيوية الانفعالية، الحيوية الاكاديمية، الحيوية الاجتماعية، الحيوية الروحية) والدرجة الكلية لمقياس الحيوية الذاتية على الترتيب (٢١،٢٦)، (٦،١٩)، (٢٥،٦٠)، (٢٥،٢٠)، (٢٦،٦٣)، (١٦،٣١)، (٢٦،٠٦)، وهي قيم دالة إحصائيًا عند مستوى دلالة أقل من (٠،٠١)، وهذا يشير إلى وجود فروق دالة إحصائية بين المتوسط الحسابي الواقعي لدرجات عينة البحث والمتوسط الفرضي (النظري)، وبالمقارنة بين المتوسط الحسابي الواقعي لدرجات العينة من معلمي التربية الخاصة بمحافظة الغربية في جميع أبعاد مقياس الحيوية الذاتية (الحيوية الذهنية، الحيوية البدنية، الحيوية الانفعالية، الحيوية الاكاديمية، الحيوية الاجتماعية، الحيوية الروحية) والدرجة الكلية للمقياس والمتوسط الفرضي، يتضح أن المتوسط الحسابي الواقعي لدرجات العينة أكبر من المتوسط الفرضي (النظري)، وهذا يعني أن هذه الأبعاد الستة لمقياس الحيوية الذاتية والدرجة الكلية لدى معلمي التربية الخاصة بمحافظة الغربية مرتفعة.

وتتفق هذه النتيجة مع نتائج دراسة شاه وآخرون (٢٠٢٢) والتي أشارت نتائجها إلى ارتفاع الحيوية الذاتية لدى عينة الدراسة ويعزو الباحثان هذه النتائج وهي أن معلمي التربية الخاصة في إدارة محافظة الغربية التعليمية يتمتعون بمستويات مرتفعة من الحيوية الذاتية بفضل تداخل عوامل مهنية، اجتماعية، ثقافية، وروحية. كما أن هذا الارتفاع يعكس قدرة المعلمين على التكيف مع متطلبات وظيفتهم واستثمار طاقاتهم بشكل إيجابي لتعزيز الأداء التعليمي وتحقيق النجاح في التعامل مع الطلاب ذوي الاحتياجات الخاصة.

ويمكن ارجاع تلك النتيجة أيضا الى العوامل التالية:

١. السمات المهنية لمعلمي التربية الخاصة: حيث إن مهنة التربية الخاصة تتطلب مرونة ذهنية عالية للتعامل مع احتياجات الطلاب المتنوعة، مما يعزز من الحيوية الذهنية ويجعلها فوق المتوسط الفرضي، تفرض المهنة أيضًا التزامًا جسديًا وانفعاليًا مستمرًا، مما يساهم في رفع الحيوية البدنية والحيوية الانفعالية كجزء من التعامل اليومي مع الطلاب واحتياجاتهم الخاصة.
٢. أهمية البعد الاجتماعي في العمل: تتطلب مهنة التربية الخاصة مهارات تواصل قوية وبناء علاقات إيجابية مع الزملاء وأولياء الأمور والطلاب. والذي يعكس ذلك ارتفاع الحيوية الاجتماعية لدى المعلمين، حيث تلعب البيئة التفاعلية والمشاركة الاجتماعية دورًا كبيرًا في تحسين الأداء المهني والنفسي.
٣. الدعم الروحي والمهني: قد يكون للدعم الروحي دور كبير في تحسين الحيوية الذاتية، ارتفاع الحيوية الروحية يشير إلى أن معلمي التربية الخاصة قد يعتمدون على الإيمان والقيم الروحية كعامل دعم نفسي يساعدهم على التعامل مع التحديات اليومية.
٤. أثر التدريب والتطوير المستمر: قد تكون هناك برامج تدريبية موجهة لتحسين الأداء الأكاديمي والمهني للمعلمين، مما يساهم في تعزيز الحيوية الأكاديمية لديهم، هذه البرامج تدفعهم لتطوير ذواتهم باستمرار والحفاظ على مستويات عالية من الطاقة الفكرية والمهنية.
٥. التكيف مع الضغوط المهنية: مهنة التربية الخاصة بطبيعتها مليئة بالضغوط، ولكن قد يتمتع المعلمون في هذا المجال بقدرة عالية على التكيف مع هذه الضغوط وتحويلها إلى طاقة إيجابية، مما يعزز جميع أبعاد الحيوية الذاتية، هذا التكيف قد يكون ناتجًا عن خبرتهم الطويلة أو تدريباتهم المتخصصة التي تعزز المرونة والقدرة على إدارة الضغوط.
٦. البيئة التعليمية الداعمة: يمكن أن تكون بيئة العمل في إدارة محافظة الغربية التعليمية محفزة وداعمة، ما يساهم في رفع جميع أبعاد الحيوية الذاتية، تقديم الموارد الملائمة أو وجود إدارة تُقدّر جهود المعلمين قد يعزز من دوافعهم النفسية والاجتماعية.
٧. الأبعاد الثقافية والاجتماعية المحلية: الثقافة الاجتماعية في محافظة الغربية قد تلعب دورًا في تعزيز الروح الإيجابية والانتماء المهني لدى المعلمين، القيم الاجتماعية الداعمة قد تكون محفزًا للمعلمين للتفوق في أدائهم وتطوير حيويتهم الذاتية.

عرض نتائج السؤال الثالث

وينص على " هل توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين مهارات فعالية الحياة والحيوية الذاتية لدى معلمي التربية الخاصة بمحافظة الغربية ؟  
وللإجابة عن هذا السؤال الثالث قام الباحثان بصياغة الفرض الآتي "لا توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (٠,٠٥) بين مهارات فعالية الحياة وأبعاد الحيوية الذاتية لدى الفئات الخاصة بمحافظة الغربية".

وللتحقق من صحة هذا الفرض الثالث حسب الباحثان معامل الارتباط بين درجات معلمي التربية الخاصة بمحافظة الغربية في مقياسي مهارات فعالية الحياة والحيوية الذاتية،

والجدول التالي رقم (١٧) يوضح قيم معاملات الارتباط بين درجات مقياسي مهارات فعالية الحياة والحيوية الذاتية.

جدول (١٧) قيم معاملات الارتباط بين درجات معلمي التربية الخاصة على مقياسي مهارات فعالية الحياة والحيوية الذاتية لدى أفراد العينة (ن=١١٦) من معلمي التربية الخاصة

الدرجة	المتغيرات	الحيوية الذهنية	الحيوية البدنية	الحيوية الانفعالية	الحيوية الأكاديمية	الحيوية الاجتماعية	الحيوية الروحية	الحيوية الكلية للحيوية النفسية
إدارة الوقت	**،٤٨٢	٠،٠٨٢	**،٤٨٥	**،٥٦٧	**،٥٤٠	**،٥٤٧	**،٥٩٧	
الكفاءة الاجتماعية	**،٣٨٥	٠،٠٧٨	**،٢٦٠	**،٣٠٥	**،٣٢٩	**،٤٥٨	**،٤١٥	
الدافعية للإنجاز	**،٣٢٠	٠،٠٢٩	**،٥٨٥	**،٤٢٣	**،٦٧١	**،٣٢٨	**،٤٩٥	
المرونة العقلية	**،٣٩٧	٠،١٣٠	**،٤٩٧	**،٤٥١	**،٧٠٧	**،٤٣٢	**،٥٧١	
قيادة المهمة	**،٣٢٣	**،٢٤٨	**،٥٦٨	**،٤٨٠	**،٤٦٠	**،٦٦٩	**،٦٢٨	
التحكم في الوجدانات	**،٣٦٧	**،٤١٤	**،٣٩٦	**،٣٠٨	**،٢١٩	**،٥٩٦	**،٥٥٣	
المبادرة النشطة	**،٤٧١	**،٤٠٣	**،٤٨٣	**،٥٥٨	**،٦٩١	**،٣٨٠	**،٦٦٨	
الثقة بالنفس	**،٥٩٤	**،٢٦٦	**،٤٨٤	**،٦١٣	**،٥٤٧	**،٥٣٢	**،٦٨١	
الدرجة الكلية لمهارات فعالية الحياة	**،٥٠٩	**،٢٦٥	**،٥٦٩	**،٥٦٤	**،٦١٤	**،٦١٠	**،٧٠٥	

يتضح من الجدول (١٧) ما يأتي:

- وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (٠،٠١) بين البعد الأول من أبعاد مهارات فعالية الحياة وهو (إدارة الوقت) وبين جميع أبعاد الحيوية الذاتية (الحيوية الذهنية، الحيوية الانفعالية، الحيوية الأكاديمية، الحيوية الاجتماعية، الحيوية الروحية) والدرجة الكلية لدى عينة الدراسة الكلية، باستثناء بُعد الحيوية البدنية فلم تكن العلاقة دالة إحصائياً.

- وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (٠،٠١) بين البعد الثاني من أبعاد مهارات فعالية الحياة وهو (الكفاءة الاجتماعية) وبين جميع أبعاد الحيوية الذاتية (الحيوية الذهنية، الحيوية الانفعالية، الحيوية الأكاديمية، الحيوية الاجتماعية، الحيوية الروحية) والدرجة الكلية لدى عينة الدراسة الكلية، باستثناء بُعد الحيوية البدنية فلم تكن العلاقة دالة إحصائياً.

- وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (٠،٠١) بين البعد الثالث من أبعاد مهارات فعالية الحياة وهو (الدافعية للإنجاز) وبين جميع أبعاد الحيوية الذاتية (الحيوية الذهنية، الحيوية الانفعالية، الحيوية الأكاديمية، الحيوية الاجتماعية، الحيوية الروحية)

والدرجة الكلية لدى عينة الدراسة الكلية، باستثناء بُعد الحيوية البدنية فلم تكن العلاقة دالة إحصائياً.

- وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (٠,٠١) بين البعد الرابع من أبعاد مهارات فعالية الحياة وهو (المرونة العقلية) وبين جميع أبعاد الحيوية الذاتية (الحيوية الذهنية، الحيوية الانفعالية، الحيوية الأكاديمية، الحيوية الاجتماعية، الحيوية الروحية) والدرجة الكلية لدى عينة الدراسة الكلية، باستثناء بُعد الحيوية البدنية فلم تكن العلاقة دالة إحصائياً.

- وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (٠,٠١) بين البعد الخامس من أبعاد مهارات فعالية الحياة وهو (قيادة المهمة) وبين جميع أبعاد الحيوية الذاتية (الحيوية الذهنية، الحيوية البدنية، الحيوية الانفعالية، الحيوية الأكاديمية، الحيوية الاجتماعية، الحيوية الروحية) والدرجة الكلية لدى عينة الدراسة الكلية.

- وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (٠,٠١) بين البعد السادس من أبعاد مهارات فعالية الحياة وهو (التحكم في الوجدانات) وبين جميع أبعاد الحيوية الذاتية (الحيوية الذهنية، الحيوية البدنية، الحيوية الانفعالية، الحيوية الأكاديمية، الحيوية الاجتماعية، الحيوية الروحية) والدرجة الكلية لدى عينة الدراسة الكلية.

- وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (٠,٠١) بين البعد السابع من أبعاد مهارات فعالية الحياة وهو (المبادرة النشطة) وبين جميع أبعاد الحيوية الذاتية (الحيوية الذهنية، الحيوية البدنية، الحيوية الانفعالية، الحيوية الأكاديمية، الحيوية الاجتماعية، الحيوية الروحية) والدرجة الكلية لدى عينة الدراسة الكلية.

- وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (٠,٠١) بين البعد الثامن من أبعاد مهارات فعالية الحياة وهو (الثقة بالنفس) وبين جميع أبعاد الحيوية الذاتية (الحيوية الذهنية، الحيوية البدنية، الحيوية الانفعالية، الحيوية الأكاديمية، الحيوية الاجتماعية، الحيوية الروحية) والدرجة الكلية لدى عينة الدراسة الكلية.

- وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (٠,٠١) بين الدرجة الكلية لمهارات فعالية الحياة وبين جميع أبعاد الحيوية الذاتية (الحيوية الذهنية، الحيوية البدنية، الحيوية الانفعالية، الحيوية الأكاديمية، الحيوية الاجتماعية، الحيوية الروحية) والدرجة الكلية لدى عينة الدراسة الكلية.

وهذا يعنى عدم تحقق الفرض الثالث للدراسة الحالية حيث وجدت علاقة ارتباطية (طردية) موجبة داله إحصائياً عند مستوى (٠,٠١) بين الدرجة الكلية لمقياس مهارات فعالية الحياة وبين الدرجة الكلية لمقياس الحيوية الذاتية لدى معلمي التربية الخاصة بمحافظة الغربية.

وتتفق هذه النتيجة مع نتائج دراسة كلا من Fini, Kavousianb, Beigyb&Emamib (٢٠١٢) ودراسة شرف الدين (٢٠١٣) ودراسة عيد (٢٠٢١)، دراسة Usal & Akin (٢٠١٥) ودراسة عبد البر (٢٠٢٠) ودراسة فرج وآخرون (٢٠٢٣) التي تشير الى أن تمتع الفرد بمستوى مرتفع من الحيوية الذاتية يدل على امتلاكه لمستوى مرتفع من مهارات فعالية الحياة .

ويعزو الباحثان هذه النتيجة التي تشير إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة بين مهارات فعالية الحياة والحيوية الذاتية الى أن المعلمين الذين يتمتعون بمهارات فعالية حياة متطورة يظهرون مستويات أعلى من الحيوية الذاتية، مما يعكس التفاعل الإيجابي بين الأداء المهني والرفاه الشخصي. وهذه العلاقة تؤكد أهمية تطوير برامج تدريبية وتعليمية تركز على تحسين مهارات فعالية الحياة لدعم الحيوية الذاتية وتحقيق نتائج تعليمية أفضل ويمكن توضيح بعض العوامل المؤثرة فيما يلي

- ١- التكامل بين مهارات فعالية الحياة والحيوية الذاتية: فمهارات فعالية الحياة، مثل إدارة الوقت، الكفاءة الاجتماعية، والدافعية للإنجاز، تعزز الكفاءة في التعامل مع التحديات اليومية، وهذا يساهم في رفع الحيوية الذاتية لدى المعلمين، حيث يؤدي الأداء الفعال إلى الشعور بالإنجاز والتحفيز، مما يعزز الحيوية الذهنية، البدنية، والاجتماعية.
  - ٢- تأثير إدارة الوقت على الحيوية الذاتية: فالارتباط القوي بين إدارة الوقت وأبعاد الحيوية الذاتية، باستثناء الحيوية البدنية، يُظهر أن تنظيم الوقت يساعد المعلمين على تحقيق التوازن بين العمل والحياة الشخصية، مما يعزز من الحيوية الذهنية والانفعالية والاجتماعية. كم أن ضعف العلاقة بين مهارات فعالية الحياة والحيوية البدنية قد يعود إلى طبيعة العمل التي قد لا تتطلب جهداً بدنياً مكثفًا.
  - ٣- دور الكفاءة الاجتماعية: ارتباط الكفاءة الاجتماعية بأبعاد الحيوية الذاتية يعكس أهمية العلاقات الإيجابية بين المعلمين والطلاب، والزملاء، وأولياء الأمور، فالعلاقات الداعمة تقلل من الإجهاد وتزيد من الحيوية الانفعالية والاجتماعية، لكنها قد لا ترتبط بشكل مباشر بالحيوية البدنية.
  - ٤- الدافعية للإنجاز كمحفز للحيوية: فالدافعية للإنجاز تُظهر ارتباطاً قوياً مع الحيوية الأكاديمية والاجتماعية والانفعالية، ما يشير إلى أن الرغبة في تحقيق الأهداف تساهم في تعزيز الحيوية الذاتية بشكل كبير.
- ضعف العلاقة مع الحيوية البدنية قد يُفسر بأن الإنجاز الأكاديمي لا يتطلب جهداً بدنياً كبيراً.
- ٥- أهمية المرونة العقلية: فالمعلمون ذوو المرونة العقلية العالية يكونون أكثر قدرة على التكيف مع التحديات والضغوط اليومية، مما يعزز الحيوية النفسية بجميع أبعادها، وهذه المرونة تمكنهم من مواجهة المشكلات بطرق مبتكرة، ما يرفع من الحيوية الذهنية والانفعالية والاجتماعية.
  ٦. قيادة المهمة والتحكم في الوجدانات: الارتباط القوي بين قيادة المهمة والتحكم في الوجدانات مع أبعاد الحيوية الذاتية يعكس قدرة المعلمين على التحكم في مشاعرهم وإدارة المواقف الصعبة بشكل إيجابي. كما أن هذا التحكم يساهم في تعزيز الاستقرار النفسي والارتياح الذاتي، مما يدعم الحيوية الروحية والاجتماعية.
  ٧. الثقة بالنفس والمبادرة النشطة: حيث إن الثقة بالنفس والمبادرة النشطة تؤدي إلى تعزيز الحيوية الذاتية بجميع أبعادها، حيث يتمكن المعلمون من اتخاذ خطوات جريئة وتحمل المسؤولية عن أفعالهم. وهذه السمات تقوي الحيوية الأكاديمية والاجتماعية بشكل خاص، نظرًا لدورها في بناء بيئة عمل إيجابية وتطوير العلاقات.

٨. الأسباب الثقافية والاجتماعية: فالبيئة الثقافية والاجتماعية في محافظة الغربية قد تدعم تطوير مهارات فعالية الحياة، مما ينعكس إيجاباً على الحيوية الذاتية. القيم المجتمعية والتقاليد المحلية التي تركز على العمل الجماعي والتفاعل الاجتماعي قد تكون سبباً رئيسياً لتعزيز هذه العلاقة.

#### عرض نتائج الفرض الرابع

وينص على " هل يمكن التنبؤ بالحيوية الذاتية تنبؤاً دالاً إحصائياً بمعلومية المهارات المدروسة (المرونة العقلية، وقيادة المهمة، وإدارة الوقت، والكفاءة الاجتماعية، التحكم في الوجدان) لدى عينة البحث من معلمي التربية الخاصة بمحافظة الغربية؟

وللإجابة عن هذا السؤال صاغ الباحثان الفرض الآتي: "لا يمكن التنبؤ بالحيوية الذاتية تنبؤاً دالاً إحصائياً بمعلومية المهارات المدروسة (مهارات فعالية الحياة الثمانية) لدى عينة الدراسة من معلمي التربية الخاصة بمحافظة الغربية.

وللتحقق من صحة هذا الفرض قام الباحثان باستخدام تحليل الانحدار المتعدد والجدول التالي (١٨) يوضح دلالة التنبؤ بالدرجة الكلية للحيوية النفسية من خلال المتغيرات المدروسة بالنسبة لعينة الدراسة من معلمي الفئات الخاصة.

جدول (١٨) دلالة التنبؤ بالدرجة الكلية للحيوية النفسية من خلال المتغيرات المدروسة بالنسبة للعينة

المتغير المتنبئ به	المصدر	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة (ف)	مستوي الدلالة
الدرجة الكلية للانحدار		32246.961	4	8061.740	46.322	.000
للحيوية البواقي		19318.281	111	174.039		
النفسية الكلي		51565.241	115			

\*درجات الحرية لعدد المتغيرات المدروسة التي دخلت معادلة الانحدار

يتضح من الجدول (١٨) أن قيمة (ف) لمعرفة دلالة التنبؤ بالدرجة الكلية للحيوية النفسية بمعلومية متغيرات الدراسة المستقلة وهي (إدارة الوقت، الكفاءة الاجتماعية، الدافعية للإنجاز، المرونة العقلية، قيادة المهمة، التحكم في الوجدانات، المبادرة النشطة، الثقة بالنفس، والدرجة الكلية لمهارات فعالية الحياة) لدى العينة بلغت (٤٦,٣٢٢) وهي قيمة دالة إحصائياً عند مستوى دلالة أقل من (٠,٠١)، مما يشير إلى فاعلية أربعة متغيرات (مهارات) من المهارات الثمانية لمهارات الحياة والدرجة الكلية في التنبؤ بالدرجة الكلية للحيوية النفسية وهذه المهارات هي (الكفاءة الاجتماعية، الدافعية للإنجاز، التحكم في الوجدانات، والدرجة الكلية لمهارات فعالية الحياة)، وهذا معناه أن هذه المهارات لها علاقة بالدرجة الكلية للحيوية النفسية لدى عينة الدراسة من معلمي التربية الخاصة بمحافظة الغربية.

ويوضح الجدول (١٩) قيمة (ت) للمتغيرات التي لم تدخل معادلة الانحدار بالنسبة لعينة الدراسة من معلمي الفئات الخاصة.

جدول (١٩) قيمة "ت" للمتغيرات المدروسة التي لم تدخل معادلة الانحدار بالنسبة لعينة معلمي الخاصة بمحافظة الغربية

المتغير المتنبئ به	المتغيرات التي لم تدخل المعادلة	قيمة "ت"	مستوى الدلالة
	إدارة الوقت	-1.492	.138
	المرونة العقلية	-.293	.770
الدرجة الكلية	قيادة المهمة	1.038	.301
للحيوية النفسية	المبادرة النشطة	.968	.335
	الثقة بالنفس	-.898	.371

يتضح من الجدول (١٩) أن قيم (ت) المحسوبة لمهارات (ادارة الوقت، المرونة العقلية، قيادة المهمة، المبادرة النشطة، الثقة بالنفس) بلغت على الترتيب (١,٤٩٢)، (٠,٢٩٣)، (١,٠٣٨)، (٠,٩٦٨)، (٠,٨٩٨)، وهي قيم غير دالة إحصائياً، وهذا معناه أن هذه المهارات (إدارة الوقت، المرونة العقلية، قيادة المهمة، المبادرة النشطة، الثقة بالنفس) لم تصل إلي حد الدلالة في التنبؤ بالدرجة الكلية للحيوية النفسية لدى عينة الدراسة من معلمي التربية الخاصة بمحافظة الغربية.

وتتفق هذه النتيجة ذلك مع دراسة كلا من Kiburz & Allenz (٢٠١٢) ودراسة Akin&Ugur (٢٠١٦) ودراسة سليم (٢٠١٦) ودراسة مصطفى (٢٠١٨) ودراسة كطوف ومحمد (٢٠٢٠) ودراسة مليح (٢٠٢٠) ودراسة عرفة (٢٠٢١)

ويفسر الباحثان هذه النتيجة التي تشير إلى أنه يمكن التنبؤ بالحيوية الذاتية لدى معلمي التربية الخاصة بناءً على بعض المهارات مثل الكفاءة الاجتماعية، الدافعية للإنجاز، والتحكم في الوجدانات، لأن هذه المهارات تُعد من العوامل الأساسية التي تؤثر في كيفية تعامل المعلمين مع التحديات اليومية داخل بيئة العمل، كما يفسر الباحثان أن بعض المهارات الأخرى مثل إدارة الوقت و المرونة العقلية و قيادة المهمة لم تساهم بشكل كبير في التنبؤ بالحيوية الذاتية، الكفاءة الاجتماعية، الدافعية للإنجاز، التحكم في الوجدانات إلى مجموعة من الاسباب:

١. عدم التفاعل المباشر مع العوامل النفسية: قد يكون بعض المهارات، مثل إدارة الوقت والمرونة العقلية، مهمة في أداء المعلم ولكن لا تترجم مباشرة إلى زيادة في مستوى الحيوية الذاتية، لأنها لا تؤثر بشكل أساسي على الصحة النفسية بشكل مباشر.
٢. تنوع أولويات المعلمين: المعلمون قد لا يعتبرون بعض المهارات مثل المبادرة النشطة أو قيادة المهمة كعوامل محورية في تحسين الحيوية الذاتية، وقد تركز أولوياتهم أكثر على مهارات اجتماعية وعاطفية تؤثر بشكل مباشر على رفاههم الشخصي.
٣. طبيعة العمل في التربية الخاصة: ففي بيئة التربية الخاصة قد يختلف مستوى التفاعل مع هذه المهارات حسب احتياجات الطلاب وقدرة المعلم على إدارة هذه المهارات بشكل فردي. قد تكون المهارات الأخرى مثل التحكم في الوجدانات والدافعية للإنجاز أكثر تأثيراً في هذا السياق.

### عرض نتائج السؤال الخامس

وينص على " هل توجد مهارة من المهارات المدروسة أكثر إسهاما في التنبؤ بالحيوية الذاتية لدى معلمي التربية الخاصة بمحافظة الغربية؟

وللإجابة عن هذا السؤال الخامس قام الباحثان بصياغة الفرض الآتي "يوجد متغير من المتغيرات المدروسة أكثر إسهاما في التنبؤ بالحيوية الذاتية لدى العينة من معلمي التربية الخاصة بإدارة محافظة الغربية".

وللتحقق من صحة هذا الفرض قام الباحثان باستخدام تحليل الانحدار المتعدد والجدول التالي (٢٠) يوضح الإسهام النسبي للمتغيرات المدروسة في التنبؤ بالدرجة الكلية للحيوية النفسية بالنسبة للعينة من معلمي التربية الخاصة بإدارة محافظة الغربية.

جدول (٢٠) دلالة التنبؤ بالدرجة الكلية للحيوية النفسية من خلال المتغيرات المدروسة بالنسبة لمعلمي التربية الخاصة بإدارة محافظة الغربية

المتغير المتنبئ به	المتغيرات المتنبئة	ر	ر <sup>٢</sup>	ر <sup>٢</sup> النموذج	قيمة الثابت	معامل الانحدار B	Beta	ت	مستوى الدلالة
الدرجة الكلية للحيوية النفسية	الكفاءة الاجتماعية	.742	.550	.542		-4.999	-.512	-5.066	.,.,.
	الدافعية للإنجاز	.768	.590	.579		-6.731	-.625	-4.689	.,.,.
	التحكم في الوجدانات	.791	.625	.612	98.09	-2.713	-.369	-3.224	.,.,.
	الدرجة الكلية لمهارات فعالية الحياة	.705	.497	.492		2.608	1.918	8.512	.,.,.

يتضح من الجدول (٢٠) أن مهارة التحكم في الوجدانات تُعد أكثر المتغيرات المدروسة إسهاماً في الدرجة الكلية للحيوية الذاتية حيث بلغ معامل التفسير النهائي للنموذج (ر<sup>٢</sup> النموذج) المصاحب لدخول المتغيرات إلى نموذج الانحدار المتعدد (٠,٦١٢)، وبلغ مربع معامل الارتباط المتعدد المصاحب لدخول المتغيرات إلى نموذج الانحدار المتعدد (٠,٦٢٥). وتدل هذه النتيجة على أن مهارة التحكم في الوجدانات تُشكل أكثر المتغيرات المدروسة إسهاماً في التنبؤ بالدرجة الكلية للحيوية النفسية لدى معلمي التربية الخاصة بمحافظة الغربية، ثم يلها مهارة الدافعية للإنجاز ثم مهارة الكفاءة الاجتماعية وأخيراً الدرجة الكلية لمهارات فعالية الحياة. وبناءً على ما سبق يمكن تمثيل معادلة التنبؤ بالدرجة الكلية للحيوية النفسية كما يلي:

$$\text{الحيوية الذاتية} = ٩٨,٠٩ + ٤,٩٩٩ \times \text{الكفاءة الاجتماعية} + ٦,٧٣١ \times \text{الدافعية للإنجاز} + ٢,٧١٣ \times \text{التحكم في الوجدانات} + ٢,٦٠٨ \times \text{الدرجة الكلية لمهارات فعالية الحياة}$$

كما يوضح الجدول التالي (٢١) قيمة الإسهام النسبي للمتغيرات المدروسة (الكفاءة الاجتماعية، الدافعية للإنجاز، التحكم في الوجدانات، الدرجة الكلية لمهارات فعالية الحياة) في الحيوية الذاتية لدى معلمي التربية الخاصة بمحافظة الغربية.

جدول (٢١) درجة الإسهام النسبي لمهارات فعالية الحياة في الحيوية الذاتية بالنسبة للعينة من معلمي التربية الخاصة بمحافظة الغربية

المتغير المتنبئ به	المتغيرات المتنبئة	الإسهام النسبي
الحيوية الذاتية النفسية الكلية	الكفاءة الاجتماعية	٥٤,٢%
	الدافعية للإنجاز	٥٧,٩%
	التحكم في الوجدانات	٦١,٢%
	الدرجة الكلية لمهارات فعالية الحياة	٤٩,٢%

يتضح من الجدول (٢١) أن درجة الإسهام النسبي لمتغيرات (الكفاءة الاجتماعية، الدافعية للإنجاز، التحكم في الوجدانات، الدرجة الكلية لمهارات فعالية الحياة) (المتغير المستقل) المدروسة في الحيوية الذاتية بالنسبة للعينة من معلمي التربية الخاصة بلغت على الترتيب (٥٤,٢%)، (٥٧,٩%)، (٦١,٢%)، (٤٩,٢%)، وتدل هذه القيم على الإسهام النسبي لمهارات فعالية الحياة في تفسير تباين الدرجة الكلية للحيوية النفسية لدى معلمي الفئات الخاصة.

ويفسر الباحثان هذه النتيجة والتي تشير إلى أن مهارة التحكم في الوجدانات تُعد المهارة الأكثر تأثيرًا في التنبؤ بالحيوية الذاتية لدى معلمي الفئات الخاصة، تليها الدافعية للإنجاز والكفاءة الاجتماعية. إلى أن بعض مهارات فعالية الحياة تبقى مهارات مهمة في تعزيز الحيوية الذاتية بشكل عام فالتحكم في الوجدانات: هذه المهارة تُعد الأكثر تأثيرًا في التنبؤ بالحيوية الذاتية. فالسيطرة على الوجدان والعواطف تُعد من العوامل الأساسية التي تؤثر في القدرة على التعامل مع الضغوط اليومية والتحديات داخل بيئة العمل. كما أن المعلم الذي يمتلك قدرة عالية على التحكم في مشاعره يستطيع الحفاظ على توازنه العاطفي، وهذا يُعزز شعوره بالحيوية والقدرة على العمل بفاعلية أكبر، وبالنسبة الدافعية للإنجاز يشير الإسهام الكبير لهذه المهارة إلى أن المعلمين الذين لديهم دافعية عالية لتحقيق الإنجازات يشعرون بمزيد من الطاقة الداخلية والقدرة على التفوق في عملهم. وهؤلاء المعلمون يتحمسون لتحقيق أهدافهم ويسعون لإحداث تأثير إيجابي في بيئة العمل، مما يعزز حيويتهم النفسية، وبالنسبة للكفاءة الاجتماعية فالعلاقة الاجتماعية تلعب دورًا مهمًا في بناء علاقات إيجابية مع الطلاب والزملاء وأولياء الأمور، وهي مهارة مرتبطة بتطوير البيئة الاجتماعية حول المعلم. المعلم الذي يمتلك كفاءة اجتماعية عالية يشعر بالراحة النفسية في تعاملاته اليومية، مما يساهم في تعزيز الحيوية الذاتية لديه، كما يمكن تفسير ذلك فيما يأتي:

١. الترابط القوي بين العواطف والتفكير: التحكم في الوجدانات هو مهارة ترتبط ارتباطًا وثيقًا بالحفاظ على الصحة النفسية. يمكن أن يؤدي إتقان هذه المهارة إلى تحسين قدرة المعلمين على التعامل مع الإجهاد النفسي والعاطفي الذي قد يواجهونه في بيئة العمل، مما يعزز الحيوية الذاتية لديهم.
٢. أهمية الدافعية في العمل: الدافعية للإنجاز تعتبر من المهارات الأساسية التي تحفز المعلمين على تحسين أدائهم. الأشخاص الذين يمتلكون دافعية قوية يشعرون بالتحفيز لتحقيق أهدافهم، وهو ما يعكس قوة في مشاعرهم النفسية وبالتالي حيويتهم الذاتية.
٣. التفاعل الاجتماعي كمصدر للحيوية: الكفاءة الاجتماعية تساعد المعلمين في بناء علاقات مستدامة، الأمر الذي يساهم في تعزيز رفاههم النفسي. هؤلاء المعلمون يشعرون بأنهم مدعومون من قبل زملائهم والطلاب، وهو ما يساهم في تحسين صحتهم النفسية وبالتالي يزيد من حيويتهم.

٤. تأثير مهارات فعالية الحياة: يمكن أن تساهم مهارات فعالية الحياة بشكل عام في تحسين جودة الحياة الشخصية والمهنية، حيث تساعد المعلمين على تنظيم وقتهم بشكل أفضل والتعامل مع المواقف الصعبة بشكل أكثر فاعلية.

#### نتائج السؤال السادس

وينص على "هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين استجابات أفراد العينة حول مستوى مهارات فعالية الحياة وفقاً للمؤهل البكالوريوس (بكالوريوس- ماجستير- دكتوراه)، وسنوات الخبرة (أقل من ٥ سنوات – من ٥- ١٠ سنوات- أكثر من ١٠ سنوات)؟

للإجابة عن هذا السؤال السادس صاغ الباحثان الفرض الآتي: "لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط رتب استجابات أفراد العينة حول مستوى مهارات فعالية الحياة وفقاً للمؤهل العلمي (بكالوريوس- دراسات عليا- ماجستير)، وسنوات الخبرة (أقل من ٥ سنوات – من ٥- ١٠ سنوات- أكثر من ١٠ سنوات).

وللتحقق من صحة الفرض السادس في البداية لابد من التحقق من مدى وفاء البيانات بافتراض التوزيع الاعتمادي لاستجابات معلمي التربية الخاصة بمحافظة الغربية على الدرجة الكلية لمقياس مهارات فعالية الحياة وفقاً لمتغيرات (المؤهل العلمي- سنوات الخبرة).

أولاً: الفروق وفقاً لمتغير المؤهل العلمي:

وبين الجدول (٢٢) نتائج استخدام اختبار كولموجوروف – سميروف لاستجابات معلمي التربية الخاصة بمحافظة الغربية على الدرجة الكلية لمقياس مهارات فعالية الحياة وفقاً لمتغير المؤهل العلمي (بكالوريوس- دراسات عليا- ماجستير).

جدول (٢٢) نتائج استخدام اختبار كولموجوروف – سميروف لاستجابات معلمي التربية الخاصة على الدرجة الكلية لمقياس مهارات فعالية الحياة وفقاً لمتغير المؤهل العلمي

اختبار Kolmogorov – Smirnov					
فئات المتغير	الدرجة الكلية	قيمة الإحصائي	درجة الحرية	قيم الاحتمال	الدلالة
بكالوريوس	الدرجة الكلية	.089	78	.197	غير دال
دراسات عليا	لمقياس مهارات	.351	25	.000	دال
ماجستير	فعالية الحياة	.352	13	.000	دال

يتضح من الجدول (٢٢) عدم تحقق اعتدالية التوزيع في الدرجة الكلية لمقياس مهارات فعالية الحياة في ضوء نتائج الاختبار التشخيصي للاعتدالية Kolmogorov-Smirnov test. حيث وجد أن قيمة الاحتمال في الدرجة الكلية لمقياس مهارات فعالية الحياة أقل من مستوى الدلالة (0.05) في فئات المؤهل العلمي (دراسات عليا- ماجستير)، بما يشير إلى عدم تحقق اعتدالية التوزيع في الدرجة الكلية لمقياس مهارات فعالية الحياة، باستثناء فئة بكالوريوس فقد كانت درجاتها تتبع التوزيع الاعتمادي.

وبين الجدول (٢٣) نتائج اختبار ليفين (Levene's test) للكشف عن مدى تجانس درجات أفراد العينة من معلمي التربية الخاصة بين كافة الفئات لمتغير المؤهل العلمي (بكالوريوس- دراسات عليا- ماجستير).

جدول (٢٣) نتائج اختبار التجانس (Test of Homogeneity of Variances) للكشف عن تجانس درجات أفراد العينة من معلمي التربية الخاصة بين كافة الفئات لمتغير المؤهل العلمي

المتغير المستقل	الدرجة الكلية للاستبانة	Levene Statistic	مستوى الدلالة
المؤهل العلمي	الدرجة الكلية لمقياس مهارات فعالية الحياة	.30٢٩	.000 دالة

يتضح من الجدول السابق عدم تجانس درجات معلمي التربية الخاصة وفقاً لكافة مستويات متغير المؤهل العلمي (بكالوريوس- دراسات عليا- ماجستير) في الدرجة الكلية لمقياس مهارات فعالية الحياة، حيث وجد أن قيمة الاحتمال في الدرجة الكلية لمقياس مهارات فعالية الحياة أصغر من مستوى الدلالة (0.05).

وحيث إنَّ متغير المؤهل العلمي (بكالوريوس- دراسات عليا- ماجستير) قد صنف استجابات عينة البحث لأكثر من فئة؛ وبناء على نتائج الاختبارات التشخيصية والتي أوضحت عدم اعتدالية التوزيع الطبيعي للدرجات وكذلك عدم التجانس، وبالتالي فُقد شرطين من شروط اختبار تحليل التباين الأحادي؛ لذا فقد استخدم الباحثان اختبار (كروسكال والس) وذلك للمقارنة بين متوسطات استجابات معلمي التربية الخاصة حول مهارات فعالية الحياة حسب متغير المؤهل العلمي (بكالوريوس- دراسات عليا- ماجستير)، والجدول التالي يوضح ذلك.

جدول (٢٤) نتائج اختبار كروسكال والس للمقارنة بين متوسطات رتب استجابات أفراد العينة وفقاً لمتغير المؤهل العلمي (ن=١١٦) من معلمي الفئات الخاصة

م	المهارة	المؤهل العلمي	العدد	متوسط الرتب	كاي تربيع	درجات الحرية الإحصائية	الدلالة
١	إدارة الوقت	بكالوريوس	78	52.04	15.399	2	.000
		دراسات عليا	25	81.56			
		ماجستير	13	52.92			
٢	الكفاءة الاجتماعية	بكالوريوس	78	51.42	25.755	2	.000
		دراسات عليا	25	88.04			
		ماجستير	13	44.15			
3	الدافعية للإنجاز	بكالوريوس	78	56.65	18.448	2	.000
		دراسات عليا	25	78.56			
		ماجستير	13	31.00			
4	المرونة العقلية	بكالوريوس	78	60.19	.646	2	.724
		دراسات عليا	25	55.14			
		ماجستير	13	54.81			
5	قيادة المهمة	بكالوريوس	78	56.19	7.123	2	.028
		دراسات عليا	25	72.78			
		ماجستير	13	44.88			
6	التحكم في الوجدانات	بكالوريوس	78	54.04	12.649	2	.002
		دراسات عليا	25	78.80			
		ماجستير	13	46.23			
7	المبادرة النشطة	بكالوريوس	78	56.00	17.513	2	.000

م	المهارة	المؤهل العلمي	العدد	متوسط الرتب	كاي تربيع	درجات الدلالة الحرة الإحصائية
8	الثقة بالنفس	دراسات عليا	25	79.28	43.772	2
		ماجستير	13	33.54		
		بكالوريوس	78	52.77		
		دراسات عليا	25	93.80		
		ماجستير	13	25.00		
		بكالوريوس	78	53.27		
	الدرجة الكلية لمقياس مهارات فعالية الحياة	دراسات عليا	25	84.32	20.515	2
		ماجستير	13	40.23		
		بكالوريوس	78	53.27		

تشير نتائج جدول (٢٤) إلى أن قيم (كاي تربيع) تراوحت من (٠,٦٤٦) إلى (٤٣,٧٧٢) وهي قيم دالة إحصائياً لجميع أبعاد مقياس مهارات فعالية الحياة، والدرجة الكلية له، مما يشير إلى عدم تشابه استجابات معلمي التربية الخاصة في الاستجابة على أبعاد مقياس مهارات فعالية الحياة والدرجة الكلية له وفقاً لاختلاف المؤهل العلمي (بكالوريوس- دراسات عليا- ماجستير)، وهذا يعني وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات رتب استجابات أفراد العينة حول مستوى مهارات فعالية الحياة تُعزى إلى المؤهل العلمي (بكالوريوس- دراسات عليا- ماجستير)، باستثناء مهارة المرونة العقلية. ولمعرفة اتجاه الفروق بين استجابات أفراد العينة تبعاً للمؤهل العلمي (بكالوريوس- دراسات عليا- ماجستير) حول الدرجة الكلية لمهارات فعالية الحياة استخدم الباحثان اختبار مان ويتي للمقارنة بين كل مجموعتين على حدة في الدرجة الكلية لمقياس مهارات فعالية الحياة. جدول (٢٥) نتائج اختبار مان ويتي لدلالة الفرق بين متوسطات رتب استجابات أفراد العينة وفقاً للمؤهل العلمي في الدرجة الكلية لمقياس مهارات فعالية الحياة

م	البيان المجموعة	ن	متوسط الرتب	مجموع الرتب	معامل u	قيمة z	مستوى الدلالة
١	بكالوريوس	78	45.81	3573.00	492.000	-3.722	.000
	دراسات عليا	25	71.32	1783.00			
٢	بكالوريوس	78	46.96	3663.00	432.000	-.852	.394
	ماجستير	13	40.23	523.00			
٣	دراسات عليا	25	26.00	650.00	.000	-5.070	.000
	ماجستير	13	7.00	91.00			

يتضح من الجدول السابق ما يلي:

- وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط رتب استجابات أفراد العينة في الدرجة الكلية لمهارات فعالية الحياة وفقاً لمتغير المؤهل العلمي بين فئتي (بكالوريوس- دراسات عليا) حيث بلغت قيمة (Z) -3.722 وهي قيمة دالة إحصائياً لصالح فئة دراسات عليا.

٢- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط رتب استجابات افراد العينة في الدرجة الكلية لمهارات فعالية الحياة وفقا لمتغير المؤهل العلمي بين فئتي (بكالوريوس- ماجستير) حيث بلغت قيمة (Z) -0.852 وهي قيمة غير دالة إحصائية.

٣- وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط رتب استجابات افراد العينة في الدرجة الكلية لمهارات فعالية الحياة وفقا لمتغير المؤهل العلمي بين فئتي (دراسات عليا- ماجستير) حيث بلغت قيمة (Z) -5.070 وهي قيمة دالة إحصائيا لصالح فئة دراسات عليا.

وتتفق هذه النتيجة مع نتائج دراسة اليوسف (٢٠١٦) ودراسة أحمد (٢٠١٧) ويعزو الباحثان نتيجة وجود فروق وفقا للمؤهل العلمي الى مجموعة ما الأسباب:

- ١- التحصيل الأكاديمي ومستوى الخبرة النظرية: فالمعلمون الحاصلون على مؤهلات أعلى (مثل الدراسات العليا أو الماجستير) يمتلكون عادة معرفة أكاديمية أعمق وأكثر شمولاً في مجالات التربية والتعليم. هذا يمكن أن ينعكس في استجاباتهم على مقياس مهارات فعالية الحياة، حيث يمكن أن يكون لديهم مهارات متقدمة في الإدارة الوقت، القيادة، والتحكم في الوجدانات مقارنة بمن حصلوا على شهادة البكالوريوس فقط.
- ٢- المناهج الدراسية المتقدمة: الأشخاص الذين أكملوا دراسات عليا قد درسوا مواضيع معقدة في مجالات مثل علم النفس التربوي، التنمية الذاتية، وعلم الاجتماع التربوي، مما يعزز قدرتهم على فهم وتطبيق مهارات فعالية الحياة بطرق أكثر تطوراً.
- ٣- الفرق في الدورات التدريبية والتخصصات: قد يكون معلمو الدراسات العليا قد تلقوا تدريباً متخصصاً في مجالات متعددة مما يزيد من قدرتهم على التفاعل بشكل إيجابي مع الطلاب وتنمية مهاراتهم الحياتية.

ثانياً: الفروق وفقاً لمتغير سنوات الخبرة

ويبين الجدول (٢٦) نتائج استخدام اختبار كولموجوروف-سميرنوف لاستجابات معلمي التربية الخاصة بمحافظة الغربية على الدرجة الكلية لمقياس مهارات فعالية الحياة وفقاً لمتغير سنوات الخبرة (أقل من ٥ سنوات- من ٥- ١٠ سنوات- أكثر من ١٠ سنوات).

جدول (٢٦)

نتائج استخدام اختبار كولموجوروف - سميرنوف لاستجابات معلمي التربية الخاصة على الدرجة الكلية لمقياس مهارات فعالية الحياة وفقاً لمتغير سنوات الخبرة

Kolmogorov – Smirnov اختبار					
الدلالة	قيم الاحتمال	درجة الحرية	قيمة الإحصائي	الدرجة الكلية	فئات المتغير
دال	.001	6	.107	الدرجة الكلية	أقل من ٥ سنوات
دال	.001	12	.331	لمقياس مهارات	من ٥- ١٠ سنوات
دال	.009	98	.106	فعالية الحياة	أكثر من ١٠ سنوات

يتضح من الجدول (٢٦) عدم تحقق اعتدالية التوزيع في الدرجة الكلية لمقياس مهارات فعالية الحياة في ضوء نتائج الاختبار التشخيصي للاعتدالية للـ Kolmogorov-Smirnov test. حيث وجد أن قيمة الاحتمال في الدرجة الكلية لمقياس مهارات فعالية الحياة أقل من مستوى الدلالة (0.05) في فئات سنوات الخبرة (أقل من ٥ سنوات- من ٥- ١٠ سنوات- أكثر من ١٠ سنوات)، بما يشير إلى عدم تحقق اعتدالية التوزيع في الدرجة الكلية لمقياس مهارات فعالية الحياة.

ويبين الجدول (٢٧) نتائج اختبار ليفين (Levene's test) للكشف عن مدى تجانس درجات أفراد العينة من معلمي التربية الخاصة بين كافة الفئات لمتغير سنوات الخبرة (أقل من ٥ سنوات- من ٥-١٠ سنوات- أكثر من ١٠ سنوات).

جدول (٢٧) نتائج اختبار التجانس (Test of Homogeneity of Variances) للكشف عن تجانس درجات أفراد العينة من معلمي التربية الخاصة بين كافة الفئات لمتغير سنوات الخبرة

المتغير المستقل	الدرجة الكلية للاستبانة	Levene Statistic مستوى الدلالة
سنوات الخبرة	الدرجة الكلية لمقياس مهارات فعالية الحياة	.000 دالة

يتضح من الجدول السابق عدم تجانس درجات معلمي التربية الخاصة وفقاً لكافة مستويات متغير سنوات الخبرة (أقل من ٥ سنوات- من ٥-١٠ سنوات- أكثر من ١٠ سنوات) في الدرجة الكلية لمقياس مهارات فعالية الحياة، حيث وجد أن قيمة الاحتمال في الدرجة الكلية لمقياس مهارات فعالية الحياة أصغر من مستوى الدلالة (0.05).

وحيث إن متغير سنوات الخبرة (أقل من ٥ سنوات- من ٥-١٠ سنوات- أكثر من ١٠ سنوات) قد صنف استجابات عينة البحث لأكثر من فئة؛ وبناء على نتائج الاختبارات التشخيصية والتي أوضحت عدم اعتدالية التوزيع الطبيعي للدرجات وكذلك عدم التجانس، وبالتالي فقد شرطين من شروط اختبار تحليل التباين الأحادي؛ لذا فقد استخدم الباحثان اختبار (كروسكال والس) وذلك للمقارنة بين متوسطات استجابات معلمي التربية الخاصة حول مهارات فعالية الحياة حسب متغير سنوات الخبرة (أقل من ٥ سنوات- من ٥-١٠ سنوات- أكثر من ١٠ سنوات)، والجدول التالي يوضح ذلك.

جدول (٢٨) نتائج اختبار كروسكال والس للمقارنة بين متوسطات رتب استجابات أفراد العينة وفقاً لمتغير سنوات الخبرة (ن=١١٦) من معلمي الفئات الخاصة

م	المهارة	سنوات الخبرة	العدد	متوسط الرتب	كاي تربيع	درجات الحرية الإحصائية	الدلالة
١	إدارة الوقت	أقل من ٥ سنوات	6	3.50	17.631	2	.000
		من ٥-١٠ سنوات	12	57.00			
		أكثر من ١٠ سنوات	98	62.05			
٢	الكفاءة الاجتماعية	أقل من ٥ سنوات	6	56.00	3.417	٢	.181
		من ٥-١٠ سنوات	12	42.00			
		أكثر من ١٠ سنوات	98	60.67			
3	الدافعية للإنجاز	أقل من ٥ سنوات	6	3.50	20.384	٢	.000
		من ٥-١٠ سنوات	12	46.25			
		أكثر من ١٠ سنوات	98	63.37			
4	المرونة العقلية	أقل من ٥ سنوات	6	3.50	21.788	2	.000
		من ٥-١٠ سنوات	12	44.50			
		أكثر من ١٠ سنوات	98	63.58			
5	قيادة المهمة	أقل من ٥ سنوات	6	21.50	8.884	٢	.012

م	المهارة	سنوات الخبرة	العدد	متوسط الرتب	كاي تربيع	درجات الحرية الإحصائية	الدلالة
6	التحكم في الوجدانات	من ٥- ١٠ سنوات	12	51.00	14.806	٢	.001
		أكثر من ١٠ سنوات	98	61.68			
		أقل من ٥ سنوات	6	18.50			
		من ٥- ١٠ سنوات	12	39.50			
		أكثر من ١٠ سنوات	98	63.28			
		أقل من ٥ سنوات	6	3.50			
7	المبادرة النشطة	من ٥- ١٠ سنوات	12	39.75	23.051	٢	.000
		أكثر من ١٠ سنوات	98	64.16			
		أقل من ٥ سنوات	6	3.50			
8	الثقة بالنفس	من ٥- ١٠ سنوات	12	47.75	19.652	2	.000
		أكثر من ١٠ سنوات	98	63.18			
		أقل من ٥ سنوات	6	3.50			
		من ٥- ١٠ سنوات	12	40.00			
	الدرجة الكلية لمقياس مهارات فعالية الحياة	من ٥- ١٠ سنوات	12	40.00	22.489	٢	.000
		أكثر من ١٠ سنوات	98	64.13			

تشير نتائج جدول (٢٨) إلى أن قيم (كاي تربيع) تراوحت من (٠,٦٤٦) إلى (٤٣,٧٧٢) وهي قيم دالة إحصائياً لجميع أبعاد مقياس مهارات فعالية الحياة، والدرجة الكلية له، مما يشير إلى عدم تشابه استجابات معلمي التربية الخاصة في الاستجابة على أبعاد مقياس مهارات فعالية الحياة والدرجة الكلية له وفقاً لاختلاف سنوات الخبرة (أقل من ٥ سنوات- من ٥- ١٠ سنوات- أكثر من ١٠ سنوات)، وهذا يعني وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات رتب استجابات أفراد العينة حول مستوى مهارات فعالية الحياة تُعزى إلى سنوات الخبرة (أقل من ٥ سنوات- من ٥- ١٠ سنوات- أكثر من ١٠ سنوات)، باستثناء مهارة الكفاءة الاجتماعية.

ولمعرفة اتجاه الفروق بين استجابات أفراد العينة تبعاً لسنوات الخبرة (أقل من ٥ سنوات- من ٥- ١٠ سنوات- أكثر من ١٠ سنوات) حول الدرجة الكلية لمهارات فعالية الحياة استخدم الباحثان اختبار مان ويتني للمقارنة بين كل مجموعتين على حدة في الدرجة الكلية لمقياس مهارات فعالية الحياة.

جدول (٢٩) نتائج اختبار مان ويتني لدلالة الفرق بين متوسطات رتب استجابات أفراد العينة وفقاً لمتغير سنوات الخبرة في الدرجة الكلية لمقياس مهارات فعالية الحياة

م	البيان المجموعة	ن	متوسط الرتب	مجموع الرتب	معامل u	قيمة z	مستوى الدلالة
١	أقل من ٥ سنوات	6	3.50	21.00	.000	-3.571	.000
	من ٥- ١٠ سنوات	12	12.50	150.00			
٢	أقل من ٥ سنوات	6	3.50	21.00	.000	-4.106	.000
	أكثر من ١٠ سنوات	98	55.50	5439.00			
٣	من ٥- ١٠ سنوات	12	34.00	408.00	330.000	-2.477	.013
	أكثر من ١٠ سنوات	98	58.13	5697.00			

يتضح من الجدول السابق ما يأتي:

- ٤- وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط رتب استجابات افراد العينة في الدرجة الكلية لمهارات فعالية الحياة وفقا لمتغير سنوات الخبرة بين فئتي (أقل من ٥ سنوات - من ٥ - ١٠ سنوات) حيث بلغت قيمة (Z) -3.571 وهي قيمة دالة إحصائيا لصالح فئة سنوات خبرة من ٥ - ١٠ سنوات.
- ٥- وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط رتب استجابات افراد العينة في الدرجة الكلية لمهارات فعالية الحياة وفقا لمتغير سنوات الخبرة بين فئتي (أقل من ٥ سنوات - أكثر من ١٠ سنوات) حيث بلغت قيمة (Z) -4.106 وهي قيمة دالة إحصائيا لصالح فئة سنوات خبرة أكثر من ١٠ سنوات.
- ٦- وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط رتب استجابات افراد العينة في الدرجة الكلية لمهارات فعالية الحياة وفقا لمتغير سنوات الخبرة بين فئتي (من ٥ - ١٠ سنوات - أكثر من ١٠ سنوات) حيث بلغت قيمة (Z) -2.477 وهي قيمة دالة إحصائيا لصالح فئة سنوات أكثر من ١٠ سنوات.

وترجع هذه النتيجة من وجهة نظر الباحثان إلى مجموعة من الأسباب تتمثل فيما يأتي:

١. الاختلاف في سنوات الخبرة: فالمعلمون الذين لديهم سنوات أكثر من الخبرة (مثل أكثر من ١٠ سنوات) غالباً ما يكون لديهم استراتيجيات وتجارب ميدانية أوسع في التعامل مع تحديات الحياة اليومية في التعليم، وبالتالي يظهرون قدرة أعلى في مهارات فعالية الحياة مثل المبادرة النشطة، والمرونة العقلية، والثقة بالنفس.
٢. تراكم المهارات والخبرات: مع مرور الوقت، يتعلم المعلمون كيفية إدارة الوقت بفعالية، ويطورون مهارات في القيادة والابتكار داخل الفصول الدراسية. هذا يؤدي إلى نتائج أفضل في مقياس مهارات فعالية الحياة.
٣. الاختلافات في الصلابة والتكيف مع التغيرات: المعلمون ذوو الخبرة الطويلة قد أظهروا قدرة أعلى في التكيف مع التغيرات أو الضغوطات في بيئة العمل، وهو ما يتضح من نتائج مقياس مهارات فعالية الحياة التي تقيّم مهارات مثل التحكم في الوجدانات والمرونة العقلية.
٤. تأثير التدريب والتطوير المهني: قد يكون بعض المعلمين قد حصلوا على تدريب إضافي في مهارات فعالية الحياة من خلال الدورات التدريبية أو ورش العمل، مما يساهم في تحسين مهاراتهم.
٥. العوامل الثقافية والاجتماعية: قد تتأثر استجابات المعلمين بعوامل ثقافية أو اجتماعية مختلفة، خاصة إذا كانوا يعملون في بيئات تعليمية تختلف في مستوى الدعم أو التحديات الموجهة للطلاب.

### نتائج السؤال السابع

وينص على " هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين استجابات أفراد العينة حول مستوى الحيوية الذاتية وفقا للمؤهل البكالوريوس (بكالوريوس- ماجستير- دكتوراه)، وسنوات الخبرة (أقل من ٥ سنوات – من ٥- ١٠ سنوات- أكثر من ١٠ سنوات)؟

للإجابة عن هذا السؤال السابع صاغ الباحثان الفرض الآتي: "لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط رتب استجابات أفراد العينة حول مستوى الحيوية الذاتية وفقا للمؤهل العلمي (بكالوريوس- دراسات عليا- ماجستير)، وسنوات الخبرة (أقل من ٥ سنوات – من ٥- ١٠ سنوات- أكثر من ١٠ سنوات).

وللتحقق من صحة الفرض السابع في البداية لابد من التحقق من مدى وفاء البيانات بافتراض التوزيع الاعتمادي لاستجابات معلمي التربية الخاصة بمحافظة الغربية على الدرجة الكلية لمقياس الحيوية الذاتية وفقاً لمتغيري (المؤهل العلمي- سنوات الخبرة).

#### أولاً: الفروق وفقاً لمتغير المؤهل العلمي

ويبين الجدول (٣٠) نتائج استخدام اختبار كولموجوروف- سميرنوف لاستجابات معلمي التربية الخاصة بمحافظة الغربية على الدرجة الكلية لمقياس الحيوية الذاتية وفقاً لمتغير المؤهل العلمي (بكالوريوس- دراسات عليا- ماجستير).

جدول (٣٠) نتائج استخدام اختبار كولموجوروف – سميرنوف لاستجابات معلمي التربية الخاصة على الدرجة الكلية لمقياس الحيوية الذاتية وفقاً لمتغير المؤهل العلمي

Kolmogorov – Smirnov اختبار					
فئات المتغير	الدرجة الكلية	قيمة الإحصائي	درجة الحرية	قيم الاحتمال	الدلالة
بكالوريوس	الدرجة الكلية	.138	78	.001	دال
دراسات عليا	لمقياس الحيوية	.201	25	.011	دال
ماجستير	الذاتية	.352	13	.000	دال

يتضح من الجدول ( ) عدم تحقق اعتدالية التوزيع في الدرجة الكلية لمقياس الحيوية الذاتية في ضوء نتائج الاختبار التشخيصي للاعتدالية Kolmogorov-Smirnov test، حيث وجد أن قيمة الاحتمال في الدرجة الكلية لمقياس الحيوية الذاتية أقل من مستوى الدلالة (0.05) في فئات المؤهل العلمي (دراسات عليا- ماجستير)، بما يشير إلى عدم تحقق اعتدالية التوزيع في الدرجة الكلية لمقياس الحيوية الذاتية.

ويبين الجدول (٣١) نتائج اختبار ليفين (Levene's test) للكشف عن مدى تجانس درجات أفراد العينة من معلمي التربية الخاصة بين كافة الفئات لمتغير المؤهل العلمي (بكالوريوس- دراسات عليا- ماجستير).

جدول (٣١) نتائج اختبار التجانس (Test of Homogeneity of Variances) للكشف عن تجانس درجات أفراد العينة من معلمي التربية الخاصة بين كافة الفئات لمتغير المؤهل العلمي

المتغير المستقل	الدرجة الكلية للاستبانة	Levene Statistic	مستوى الدلالة
المؤهل العلمي	الدرجة الكلية لمقياس الحيوية الذاتية	.463١٨	.000 دالة

يتضح من الجدول السابق عدم تجانس درجات معلمي التربية الخاصة وفقاً لكافة مستويات متغير المؤهل العلمي (بكالوريوس- دراسات عليا- ماجستير) في الدرجة الكلية لمقياس الحيوية الذاتية، حيث وجد أن قيمة الاحتمال في الدرجة الكلية لمقياس الحيوية الذاتية أصغر من مستوى الدلالة (0.05).

وحيث إن متغير المؤهل العلمي (بكالوريوس- دراسات عليا- ماجستير) قد صنف استجابات عينة البحث لأكثر من فئة؛ وبناء على نتائج الاختبارات التشخيصية والتي أوضحت عدم اعتدالية التوزيع الطبيعي للدرجات وكذلك عدم التجانس، وبالتالي فقد شرطين من شروط اختبار تحليل التباين الأحادي؛ لذا فقد استخدم الباحثان اختبار (كروسكال والس) وذلك للمقارنة بين متوسطات استجابات معلمي التربية الخاصة في الحيوية الذاتية حسب متغير المؤهل العلمي (بكالوريوس- دراسات عليا- ماجستير)، والجدول التالي يوضح ذلك.

جدول (٣٢) نتائج اختبار كروسكال والس للمقارنة بين متوسطات رتب استجابات أفراد العينة وفقاً لمتغير المؤهل العلمي (ن=١١٦) من معلمي الفئات الخاصة

م	المهارة	المؤهل العلمي	العدد	متوسط الرتب	كاي تربيع	درجات الحرية الإحصائية	الدلالة
١	الحيوية الذهنية	بكالوريوس	78	55.81	3.628	2	.163
		دراسات عليا	25	69.68			
		ماجستير	13	53.15			
٢	الحيوية البدنية	بكالوريوس	78	65.08	9.461	٢	.009
		دراسات عليا	25	47.08			
		ماجستير	13	41.00			
3	الحيوية الانفعالية	بكالوريوس	78	72.50	43.733	٢	.000
		دراسات عليا	25	35.36			
		ماجستير	13	19.00			
4	الحيوية الاكاديمية	بكالوريوس	78	57.69	.332	2	.847
		دراسات عليا	25	61.88			
		ماجستير	13	56.85			
5	الحيوية الاجتماعية	بكالوريوس	78	64.35	8.889	٢	.012
		دراسات عليا	25	51.30			
		ماجستير	13	37.27			
6	الحيوية الروحية	بكالوريوس	78	64.73	9.260	٢	.010
		دراسات عليا	25	49.72			
		ماجستير	13	38.00			
	الدرجة الكلية لمقياس الحيوية الذاتية	بكالوريوس	78	65.42	12.622	٢	.002
		دراسات عليا	25	50.48			
		ماجستير	13	32.38			

تشير نتائج جدول (٣٢) إلى أن قيم (كاي تربيع) تراوحت من (٠,٣٣٢) إلى (٤٣,٧٣٣) وهي قيم دالة إحصائية لجميع أبعاد مقياس الحيوية الذاتية، والدرجة الكلية له، مما يشير إلى عدم تشابه

استجابات معلمي التربية الخاصة في الاستجابة على أبعاد مقياس الحيوية الذاتية والدرجة الكلية له وفقاً لاختلاف المؤهل العلمي (بكالوريوس- دراسات عليا- ماجستير)، وهذا يعني وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات رتب استجابات أفراد العينة حول مستوى الحيوية الذاتية تُعزى إلى المؤهل العلمي (بكالوريوس- دراسات عليا- ماجستير)، باستثناء بُعدي الحيوية الذهنية والحيوية الأكاديمية.

ومعرفة اتجاه الفروق بين استجابات أفراد العينة تبعاً للمؤهل العلمي (بكالوريوس- دراسات عليا- ماجستير) حول الدرجة الكلية للحيوية النفسية استخدم الباحثان اختبار مان ويتني للمقارنة بين كل مجموعتين على حدة في الدرجة الكلية لمقياس الحيوية الذاتية.

جدول (٣٣) نتائج اختبار مان ويتني لدلالة الفرق بين متوسطات رتب استجابات أفراد العينة وفقاً للمؤهل العلمي في الدرجة الكلية لمقياس الحيوية الذاتية

م	البيان المجموعه	متوسط الرتب	مجموع الرتب	معامل u ل	قيم z	مستوى الدلالة
١	بكالوريوس	39.88	997.00	672.000	-2.336	.019
٢	دراسات عليا	55.88	4359.00	270.000	-2.696	.007
٣	بكالوريوس	27.77	361.00	60.000	-3.238	.001
	ماجستير	49.04	3825.00			
	دراسات عليا	11.62	151.00			
	ماجستير	23.60	590.00			

يتضح من الجدول السابق ما يلي:

- ٧- وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط رتب استجابات أفراد العينة في الدرجة الكلية للحيوية النفسية وفقاً لمتغير المؤهل العلمي بين فئتي (بكالوريوس- دراسات عليا) حيث بلغت قيمة (Z) -2.336 وهي قيمة دالة إحصائياً لصالح فئة دراسات عليا.
- ٨- وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط رتب استجابات أفراد العينة في الدرجة الكلية للحيوية النفسية وفقاً لمتغير المؤهل العلمي بين فئتي (بكالوريوس- ماجستير) حيث بلغت قيمة (Z) -2.696 وهي قيمة دالة إحصائياً لصالح فئة ماجستير.
- ٩- وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط رتب استجابات أفراد العينة في الدرجة الكلية للحيوية النفسية وفقاً لمتغير المؤهل العلمي بين فئتي (دراسات عليا- ماجستير) حيث بلغت قيمة (Z) -5.070 وهي قيمة دالة إحصائياً لصالح فئة ماجستير.

يعزو الباحثان النتيجة وهي في الدرجة الكلية للحيوية النفسية وفقاً لمتغير المؤهل العلمي إلى الاختلاف في نوعية المعرفة والتدريب: الأشخاص الحاصلون على مؤهل أعلى (دراسات عليا أو ماجستير) قد يكون لديهم فهم أعمق وأوسع حول مكونات الحيوية الذاتية مقارنة بالحاصلين على شهادة بكالوريوس. هذا الفرق في العمق المعرفي يمكن أن يؤثر في استجاباتهم، خاصة في الأبعاد المرتبطة بالمهارات العقلية والانفعالية.

كما يعزو الباحثان هذا الاختلاف إلى التوقعات المهنية: فالأشخاص الذين يمتلكون مؤهلات دراسات عليا أو ماجستير قد يكونون أكثر انشغالاً بالتطوير المهني المستمر، مما يعزز الحيوية الذاتية لديهم في بعض الأبعاد.

كما يمكن ان ترجع هذه النتيجة من وجهة نظر الباحثين إلى اعتبار أن المؤهل العلمي عامل فارق: بمعنى أن التحصيل الأكاديمي ومدى تعقيد الوظائف: الأشخاص الذين حصلوا على مؤهلات دراسات عليا أو ماجستير قد يتعرضون إلى بيئات تعليمية أكثر تطوراً أو وظائف تتطلب منهم مزيداً من التركيز والتنظيم الذاتي، وهو ما قد يفسر الفرق في الاستجابات.

ثانياً: الفروق وفقاً لمتغير سنوات الخبرة

ويبين الجدول (٣٤) نتائج استخدام اختبار كولموجوروف-سميرنوف لاستجابات معلمي التربية الخاصة بمحافظة الغربية على الدرجة الكلية لمقياس الحيوية الذاتية وفقاً لمتغير سنوات الخبرة (أقل من ٥ سنوات- من ٥- ١٠ سنوات- أكثر من ١٠ سنوات).

جدول (٣٤)

نتائج استخدام اختبار كولموجوروف - سميرنوف لاستجابات معلمي التربية الخاصة على الدرجة الكلية لمقياس الحيوية الذاتية وفقاً لمتغير سنوات الخبرة

اختبار Kolmogorov – Smirnov					
الدلالة	قيم الاحتمال	درجة الحرية	قيمة الإحصائي	الدرجة الكلية	فئات المتغير
دال	.000	6	.148	الدرجة الكلية	أقل من ٥ سنوات
دال	.001	12	.331	لمقياس الحيوية	من ٥- ١٠ سنوات
دال	.000	98	.128	الذاتية	أكثر من ١٠ سنوات

يتضح من الجدول (٣٤) عدم تحقق اعتدالية التوزيع في الدرجة الكلية لمقياس الحيوية الذاتية في ضوء نتائج الاختبار التشخيصي للاعتدالية Kolmogorov-Smirnov test، حيث وجد أن قيمة الاحتمال في الدرجة الكلية لمقياس الحيوية الذاتية أقل من مستوى الدلالة (0.05) في فئات سنوات الخبرة (أقل من ٥ سنوات- من ٥- ١٠ سنوات- أكثر من ١٠ سنوات)، بما يشير إلى عدم تحقق اعتدالية التوزيع في الدرجة الكلية لمقياس الحيوية الذاتية.

ويبين الجدول (٣٥) نتائج اختبار ليفين (Levene's test) للكشف عن مدى تجانس درجات أفراد العينة من معلمي التربية الخاصة بين كافة الفئات لمتغير سنوات الخبرة (أقل من ٥ سنوات- من ٥- ١٠ سنوات- أكثر من ١٠ سنوات).

جدول (٣٥) نتائج اختبار التجانس (Test of Homogeneity of Variances) للكشف عن تجانس درجات أفراد العينة من معلمي التربية الخاصة بين كافة الفئات لمتغير سنوات الخبرة

المتغير المستقل	الدرجة الكلية للاستبانة	Levene Statistic	مستوى الدلالة
سنوات الخبرة	الدرجة الكلية لمقياس الحيوية الذاتية	.6748	.000 دالة

يتضح من الجدول السابق عدم تجانس درجات معلمي التربية الخاصة وفقاً لكافة مستويات متغير سنوات الخبرة (أقل من ٥ سنوات- من ٥- ١٠ سنوات- أكثر من ١٠ سنوات) في الدرجة الكلية لمقياس الحيوية الذاتية، حيث وجد أن قيمة الاحتمال في الدرجة الكلية لمقياس الحيوية الذاتية أصغر من مستوى الدلالة (0.05).

وحيث إن متغير سنوات الخبرة (أقل من ٥ سنوات- من ٥- ١٠ سنوات- أكثر من ١٠ سنوات) قد صنف استجابات عينة البحث لأكثر من فئة؛ وبناء على نتائج الاختبارات التشخيصية والتي

أوضحت عدم اعتدالية التوزيع الطبيعي للدرجات وكذلك عدم التجانس، وبالتالي فُقد شرطين من شروط اختبار تحليل التباين الأحادي؛ لذا فقد استخدم الباحثان اختبار (كروسكال والس) وذلك للمقارنة بين متوسطات استجابات معلمي التربية الخاصة حول الحيوية الذاتية حسب متغير سنوات الخبرة (أقل من ٥ سنوات- من ٥- ١٠ سنوات- أكثر من ١٠ سنوات)، والجدول التالي يوضح ذلك.

جدول (٣٦) نتائج اختبار كروسكال والس للمقارنة بين متوسطات رتب استجابات أفراد العينة وفقا لمتغير سنوات الخبرة (ن=١١٦) من معلمي الفئات الخاصة

م	المهارة	سنوات الخبرة	العدد	متوسط الرتب	كاي تربيع	درجات الدلالة	الحيوية الإحصائية
١	الحيوية الذهنية	أقل من ٥ سنوات	6	31.50	5.845	2	.054
		من ٥- ١٠ سنوات	12	48.00			
		أكثر من ١٠ سنوات	98	61.44			
٢	الحيوية البدنية	أقل من ٥ سنوات	6	58.50	25.401	2	.000
		من ٥- ١٠ سنوات	12	104.50			
		أكثر من ١٠ سنوات	98	52.87			
3	الحيوية الانفعالية	أقل من ٥ سنوات	6	3.50	17.290	2	.000
		من ٥- ١٠ سنوات	12	65.50			
		أكثر من ١٠ سنوات	98	61.01			
4	الحيوية الاكاديمية	أقل من ٥ سنوات	6	3.50	18.245	2	.000
		من ٥- ١٠ سنوات	12	71.25			
		أكثر من ١٠ سنوات	98	60.31			
5	الحيوية الاجتماعية	أقل من ٥ سنوات	6	3.50	17.334	2	.000
		من ٥- ١٠ سنوات	12	62.50			
		أكثر من ١٠ سنوات	98	61.38			
6	الحيوية الروحية	أقل من ٥ سنوات	6	25.50	8.055	2	.018
		من ٥- ١٠ سنوات	12	73.00			
		أكثر من ١٠ سنوات	98	58.74			
	الدرجة الكلية لمقياس الحيوية الذاتية	أقل من ٥ سنوات	6	3.50	25.398		.000
		من ٥- ١٠ سنوات	12	88.00			
		أكثر من ١٠ سنوات	98	58.26			

تشير نتائج جدول (٣٦) إلى أن قيم (كاي تربيع) تراوحت من (٥,٨٤٥) إلى (٢٥,٤٠١) وهي قيم دالة إحصائية لجميع أبعاد مقياس الحيوية الذاتية، والدرجة الكلية له، مما يشير إلى عدم تشابه استجابات معلمي التربية الخاصة في الاستجابة على أبعاد مقياس الحيوية الذاتية والدرجة الكلية له وفقا لاختلاف سنوات الخبرة (أقل من ٥ سنوات- من ٥- ١٠ سنوات- أكثر من ١٠ سنوات)، وهذا يعنى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات رتب استجابات أفراد العينة حول مستوى الحيوية الذاتية تُعزى إلى سنوات الخبرة (أقل من ٥ سنوات- من ٥- ١٠ سنوات- أكثر من ١٠ سنوات)، باستثناء مهارة الحيوية الذهنية .

ولمعرفة اتجاه الفروق بين استجابات أفراد العينة تبعاً لسنوات الخبرة (أقل من ٥ سنوات- من ٥- ١٠ سنوات- أكثر من ١٠ سنوات) حول الدرجة الكلية للحيوية النفسية استخدم الباحثان اختبار مان ويتني للمقارنة بين كل مجموعتين على حدة في الدرجة الكلية لمقياس الحيوية الذاتية جدول (٣٧) نتائج اختبار مان ويتني لدلالة الفرق بين متوسطات رتب استجابات أفراد العينة وفقاً لمتغير سنوات الخبرة في الدرجة الكلية لمقياس الحيوية الذاتية

م	البيان المجموعة	ن	متوسط الرتب	مجموع الرتب	معامل u	قيمة z	مستوى الدلالة
١	أقل من ٥ سنوات	6	3.50	21.00	.000	-3.571	.000
		12	12.50	150.00			
٢	أقل من ٥ سنوات	6	3.50	21.00	.000	-4.108	.000
		98	55.50	5439.00			
٣	أكثر من ١٠ سنوات	12	52.26	5121.00	270.000	-3.057	.002
		98	82.00	984.00			

يتضح من الجدول السابق ما يلي:

- ١- وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط رتب استجابات أفراد العينة في الدرجة الكلية للحيوية النفسية وفقاً لمتغير سنوات الخبرة بين فئتي (أقل من ٥ سنوات - من ٥- ١٠ سنوات) حيث بلغت قيمة (Z) -3.571 وهي قيمة دالة إحصائياً لصالح فئة سنوات خبرة من ٥- ١٠ سنوات.
- ٢- وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط رتب استجابات أفراد العينة في الدرجة الكلية للحيوية النفسية وفقاً لمتغير سنوات الخبرة بين فئتي (أقل من ٥ سنوات - أكثر من ١٠ سنوات) حيث بلغت قيمة (Z) -4.108 وهي قيمة دالة إحصائياً لصالح فئة سنوات خبرة أكثر من ١٠ سنوات.
- ٣- وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط رتب استجابات أفراد العينة في الدرجة الكلية للحيوية النفسية وفقاً لمتغير سنوات الخبرة بين فئتي (من ٥- ١٠ سنوات - أكثر من ١٠ سنوات) حيث بلغت قيمة (Z) -3.057 وهي قيمة دالة إحصائياً لصالح فئة سنوات خبرة أكثر من ١٠ سنوات.

وتختلف هذه النتيجة مع نتائج دراسة عباس والسيد (٢٠٢١) والتي أظهرت نتائجها عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الحيوية الذاتية تبعاً لسنوات الخبرة

ويفسر الباحثان وجود فروق بين استجابات أفراد العينة في الحيوية النفسية تعزوا إلى متغير سنوات الخبرة للأسباب الآتية:

- ١- التعلم والخبرة العملية: فمن يمتلك سنوات خبرة أطول قد يكون قد مر بتجارب ومواقف عمل تتطلب منه تطبيق مهارات عالية لإدارة الضغوط والحفاظ على الحيوية الذاتية. كما أن

- سنوات الخبرة تعني أيضًا تراكم خبرات الحياة التي تساهم في تعزيز الاستجابة على مقياس الحيوية الذاتية.
- ٢- التعرض للمواقف التحديّة: فمن لديهم سنوات خبرة طويلة قد يكونوا قد خاضوا تحديات أكبر في بيئات العمل، وهو ما قد يساهم في تطوير مهارات التكيف والمرونة، وبالتالي زيادة مستوى الحيوية الذاتية في أبعاد متعددة.
- ٣- تأثير الخبرة على الحيوية: فالأفراد ذو الخبرة الأكبر قد يكون لديهم زيادة في الوعي الذاتي، مما يساعدهم في التعامل مع الضغوط اليومية وإدارة طاقتهم بفعالية، وهو ما ينعكس في استجاباتهم بشكل إيجابي.
- ٤- الاحتكاك مع ثقافات مهنية متنوعة: التفاعل مع مجموعة واسعة من الزملاء أو التعرّض لمواقف مختلفة على مر السنين قد يسهم في زيادة الحيوية الاجتماعية والانفعالية، مما يعكس تطورًا في الاستجابات في الأبعاد المتعلقة بها.

### توصيات البحث :-

في ضوء ما أسفرت عنه نتائج البحث الحالي يقدم الباحثان بعض التوصيات الآتية:

١. تطوير برامج تدريبية مخصصة لتعزيز مهارات فعالية الحياة لدى معلمي التربية الخاصة، مع التركيز على المهارات الأكثر إسهامًا في التنبؤ بالحيوية الذاتية مثل التحكم في الوجدان والدافعية للإنجاز.
٢. تصميم دورات تدريبية لتعزيز الحيوية الذاتية، تشمل أنشطة عملية لتقوية الكفاءة الاجتماعية والمرونة النفسية.
٣. دعم برامج الدراسات العليا وتشجيع المعلمين على متابعة التعليم المستمر نظرًا لدور المؤهل العلمي في تحسين مهارات فعالية الحياة والحيوية الذاتية.
٤. إطلاق مبادرات تحفيزية تستهدف المعلمين ذوي الخبرة المتوسطة وأقل من ٥ سنوات لتعزيز حيويتهم الذاتية ومهاراتهم الحياتية، مع التركيز على التجارب العملية.
٥. إجراء ورش عمل لتعزيز الوعي بالعلاقة الإيجابية بين مهارات فعالية الحياة والحيوية الذاتية، مما يساهم في تحسين الأداء المهني.
٦. تشجيع السياسات المؤسسية التي تدعم تطوير البرامج الإرشادية والمهنية، ودمج مفهوم الحيوية الذاتية في بيئة العمل التعليمية.
٧. مراجعة وتطوير المناهج الأكاديمية في كليات التربية لتشمل مهارات فعالية الحياة كجزء من إعداد المعلمين.

### البحوث المقترحة:-

١. إجراء دراسات مستقبلية حول تأثير البرامج التدريبية لمهارات فعالية الحياة على الأداء الوظيفي لمعلمي التربية الخاصة.
٢. التوسع في دراسة العلاقة بين الحيوية الذاتية ومهارات أخرى مثل المرونة النفسية أو التكيف المهني في سياقات تعليمية مختلفة.
٣. دراسة العلاقة بين مهارات فعالية الحياة والحيوية الذاتية لدى شرائح أخرى من المعلمين مثل معلمي التعليم العام أو معلمي المراحل المبكرة.

٤. تنفيذ دراسات مقارنة بين محافظات مختلفة لاستكشاف مدى تأثير السياقات الثقافية والاجتماعية على هذه العلاقة.
٥. توسيع حجم العينة في دراسات مستقبلية لتشمل معلمين من خلفيات تعليمية ومهنية متنوعة لزيادة دقة النتائج وتعميمها.
٦. دراسة أثر بيئة العمل والظروف المدرسية على تعزيز مهارات فعالية الحياة والحيوية الذاتية لدى معلمي الفئات الخاصة.
٧. إجراء دراسات طولية لرصد التطور في مهارات فعالية الحياة والحيوية الذاتية عبر الزمن، مما يساهم في فهم أعمق للعوامل المؤثرة فيها.

## المراجع

### أولاً: المراجع العربية:

- أبو حلاوة، محمد سعيد، والشريبي، عاطف مسعد الحسيني. (٢٠١٦). *علم النفس الإيجابي: نشأته وتطوره ونماذج من قضاياها*. (ط. ١). القاهرة، مصر: عالم الكتب.
- الأغا، إحسان. (٢٠٠٣). *البحث التربوي وعناصره، مناهجه وأدواته*. (ط. ٤). غزة، فلسطين: الجامعة الإسلامية.
- باطلة، أمال عبد السميع. (٢٠١٤). *دليل الكشف عن الأطفال الموهوبين: الإطار النظري والتعليمات*. القاهرة، مصر: مكتبة الأنجلو المصرية.
- جابر، عبد الحميد جابر، وكاظم، أحمد خيرى. (١٩٩٦). *مناهج البحث في التربية وعلم النفس*. القاهرة، مصر: دار النهضة العربية.
- جمال، علا. (٢٠٢١). *درجة ممارسة الأنشطة التربوية وعلاقتها بمهارات فعالية الحياة لدى طلبة كلية التربية في جامعة طرطوس*. *مجلة جامعة البعث*، ٤٤(٩)، ٨٥-١١٠.
- حماد، أيمن. (٢٠١٩). *فعالية الحياة لدى طلاب المرحلة الثانوية الممارسين وغير الممارسين للأنشطة الرياضية: دراسة مقارنة*. *مجلة الإرشاد النفسي*، ٥٧، ٧٧-١١١.
- خشبة، فاطمة السيد، والبيديوي، عفاف سعيد. (٢٠٢٢). *فعالية برنامج قائم على المدخل التفاوضي في تنمية الحيوية النفسية ومناصرة الذات لدى طالبات جامعة الأزهر*. *مجلة كلية التربية بنها*، ١٣٢(٢)، ٣٢٤-٤٥٠.
- الرفاتي، عبد الرحمن رجب. (٢٠١٥). *النكاء الانفعالي: النظرية والتطبيق في علم النفس الرياضي*. عمان، الأردن: دار المأمون للنشر والتوزيع.
- الزغول، عماد. (٢٠١٠). *نظريات التعلم*. عمان، الأردن: دار الشروق للنشر والتوزيع.
- السكاك، يوسف، وعتي، الفارس. (٢٠٢١). *فاعلية إدارة الوقت لدى طلبة الجامعة وعلاقتها بالتحصيل الدراسي*. *مجلة الحمدانية*، ١٢(٢)، ٣.
- زيدان، أحمد سعيد. (٢٠٢٣). *اليقظة العقلية كمتغير وسيط بين التفكير القائم على الحكمة ومهارات فعالية الحياة لدى الطالبات الموهوبات بجامعة السويدس*. *مجلة البحث في التربية وعلم النفس*، ٨٣(٤)، ٢١٤-٣٣٠.
- سعفان، أماني إبراهيم عبد الحميد. (٢٠٢٣). *الشراكة الأسرية مع الروضة كمدخل لتنمية بعض مهارات التخطيط وفعالية الحياة للأطفال بمرحلة الطفولة المبكرة (ممارسات مقترحة)*. *مجلة الطفولة والتربية*، ٢٥، ١٧-٢٨.
- سليم، عبد العزيز إبراهيم. (٢٠١٦). *الحيوية الذاتية وعلاقتها بسمات الشخصية الاجتماعية الإيجابية والتفكير المفعم بالأمل لدى معلمي التربية الخاصة*. *مجلة الإرشاد النفسي*، ٤٧(٤)، الجزء الأول، ١٧١-٢٦٢.

- سليمون، ريم، وجمال، علا مهدي. (٢٠٢٣). مهارات فعالية الحياة وعلاقتها بالقدرة على مواجهة الأمراض والأوبئة لدى طلبة كلية التربية في جامعة طرطوس. *مجلة جامعة البعث*، ٤٥(٥)، ١٣٩-١٧٠.
- السيد، فؤاد بهي. (٢٠٠٦). *علم النفس الإحصائي وقياس العقل البشري*. القاهرة، مصر: دار الفكر العربي.
- شرف الدين، إيمان إبراهيم محمد. (٢٠١٣). دراسة عاملية لفعالية الحياة لدى عينة من طلاب كلية التربية جامعة المنوفية والعوامل المرتبطة بها (رسالة ماجستير). جامعة المنوفية، كلية التربية.
- عامر، طارق عبد الرؤوف. (٢٠١٨). *مفهوم وتقدير الذات*. القاهرة، مصر: دار العلوم للنشر والتوزيع.
- العامري، سلوى محسن. (٢٠٢١). أثر استراتيجيات التعلم العميق في التفكير الاستراتيجي كمهارات فعالية الحياة والرغبة في التعلم عند طلاب الصف الخامس العلمي في مادة الرياضيات. *مجلة اتحاد الجامعات العربية للتربية وعلم النفس*، ١٩(١٢)، ٣٧-٦٢.
- عباس، إيمان محمد، والسيد، حنان السيد. (٢٠٢١). التنبؤ بإدارة الأزمات من خلال كل من الصمود النفسي والحيوية الذاتية لدى أعضاء هيئة التدريس والهيئة المعاونة بكلية التربية جامعة الإسكندرية. *مجلة كلية التربية - جامعة الإسكندرية*، ٣١(٤-٢)، ١٤٩-١٩٢.
- عبد البر، أزهار محمد محمد. (٢٠٢٠). النموذج البنائي للعلاقة السببية بين الخبرات التعليمية والمرونة المعرفية والحيوية الذاتية لدى تلاميذ المرحلة الإعدادية. *مجلة كلية التربية - جامعة بنها*، ٣١(٢١)، ٢٢٨-٢٧٩.
- عبد الحميد، عزة خضري. (٢٠٢٠). فاعلية برنامج إرشادي لتنمية التدفق النفسي وأثره على الذكاء الانفعالي لدى عينة من المسنات المقيمات بدور الرعاية، *مجلة كلية التربية - جامعة عين شمس*، ٤٤(٤)، ٣٣١-٣٩٤.
- عبد الرحمن، شاه أحمد، وعبد الباقي، سلوى محمد، وعويس، مروة سعيد. (٢٠٢٢). الحيوية الذاتية كإحدى قوى الشخصية لدى طلاب الجامعة في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية. *مجلة دراسات تربوية واجتماعية - جامعة حلوان*، ٢٨(٧)، ١٣٠-٨.
- العبيدي، عفراء إبراهيم. (٢٠٢٠). الحيوية الذاتية لدى طلبة الجامعة في ضوء بعض المتغيرات. *المجلة العلمية للعلوم التربوية والصحة النفسية*، ٢(١)، ٤٤-١.
- عثمان، لمياء أحمد. (٢٠٢٢). برنامج إرشادي لتنمية مهارات فعالية الحياة لدى طالبات كلية التربية للطفولة المبكرة. *مجلة الطفولة والتربية*، ٥١(١)، ٢١٧-٢٧٠.
- عرفة، نورا محمد. (٢٠٢١). الحيوية الذاتية واليقظة العقلية وعلاقتها بتقدير الجسم لدى عينة من المراهقين بالمرحلة الثانوية. *مجلة الإرشاد النفسي*، ٦٨(٢)، ١٤٥-٢٤٨.

- عيد، أسماء محمد. (٢٠٢١). المناعة النفسية وعلاقتها بمهارات فعالية الحياة لدى طالبات قسم تربية الطفل. *مجلة الطفولة والتربية*، ٤٨(٣)، ٣٩٣-٤٤٩.
- عيد، هند حسان. (٢٠٢١). الحيوية الذاتية لدى عينة من الطلاب ذوي الإعاقة الحركية بجامعة حلوان في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية. *مجلة دراسات تربوية واجتماعية - كلية التربية - جامعة حلوان*، ٢٧(نوفمبر)، ١٣٦-١٧٤.
- فرج، محمود إبراهيم، ووافي، سمية محمد، وصالح، منى أحمد. (٢٠٢٣). الحيوية الذاتية وعلاقتها ببعض أبعاد مهارات فعالية الحياة لدى طلاب المرحلة الثانوية. *المجلة العلمية بكلية التربية - جامعة الوادي الجديد*، (٤٥)، ١٣٠-١٥٣.
- الفيل، حلمي محمد حلمي. (٢٠١٨). تأثير برنامج قائم على التعلم خارج الصف في تنمية الذكاء الإبداعي ومهارات فعالية الحياة لدى طلاب التربية الفنية بكلية التربية النوعية جامعة الإسكندرية. *مجلة كلية التربية - جامعة الأزهر*، (١٧٧)، ١٢-٧٣.
- الكريديس، ريم سالم. (٢٠٢٢). التنظيم الانفعالي كمتغير وسيط بين الحيوية الذاتية والازدهار النفسي لدى الطالبات المقبلات على التخرج. *مجلة كلية التربية - جامعة الأزهر*، (١٩٦)، الجزء ٢، ٤٥٤-٤٩٦.
- كطوف، زهراء كريم، ومحمد، ابتسام سعدون. (٢٠٢٠). الحيوية الذاتية لدى المرشدين التربويين. *مجلة كلية التربية - الجامعة المستنصرية*، (١)، ١٩٨-٢٧٧.
- محمد، منى عرفة عبد الوهاب. (٢٠٢٣). منحج تكعيبي مقترح في التربية الأسرية لتحسين الاندماج الأكاديمي ومهارات فعالية الحياة وإدارتها بنموذج المتعلم المستقل للموهوبين منخفضي التحصيل بالمرحلة الابتدائية. *المجلة العلمية بكلية التربية - جامعة أسيوط*، (٥)، ١٠٨-١٦١.
- محمد، فريدة فؤاد، ومحمد، شيماء سمير. (٢٠٢٣). أنشطة التوكاتسو وتنمية مهارات فعالية الحياة لتلاميذ المدارس المصرية اليابانية. *مجلة البحوث في مجالات التربية النوعية*، (٩)، ١٣٨٥-١٤٤٨.
- المرشود، جوهره صالح. (٢٠٢٠). الإسهام النسبي لأبعاد الحكمة في التنبؤ باليقظة العقلية ومهارات فعالية الحياة لدى طالبات جامعة القصيم. *مجلة جامعة الملك عبد العزيز للأداب والعلوم الإنسانية*، (٩)، ٢٨-٤٥.
- المصري، فاطمة الزهراء محمد مليح جاد. (٢٠٢٠). الحيوية الذاتية لدى طلاب الدراسات العليا بكلية التربية جامعة حلوان في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية: دراسة سيكومترية كينيكية. *المجلة المصرية للدراسات النفسية*، (١٠٦)، ٢٣٧-٢٨٦.
- مصطفى، سارة حسام الدين. (٢٠١٨). فاعلية برنامج إرشادي انتقائي لتنمية الحيوية الذاتية لدى عينة من الشباب الجامعي. *مجلة الإرشاد النفسي*، (٥٦)، ٣٣-١١٢.
- معوض، مروة نشأت. (٢٠٢٤). فعالية برنامج قائم على تنظيم الذات لخفض الشعور بالهزيمة النفسية وأثره على الحيوية الذاتية لدى طلاب كلية التربية. *المجلة المصرية للدراسات النفسية*، (١٢٢)، ٤٢٥-٤٨٠.

هفش، ماهر سلمان، وجعفر، زهرة موسى. (٢٠٢٣). الحيوية الذاتية لدى طلاب المرحلة الإعدادية. *مجلة ديالى للبحوث الإنسانية*، (٩٥)، ٣٠٧-٣٢٦.

اليوسف، رامي محمود. (٢٠١٦). الدافعية للإنجاز لدى طلبة الدراسات العليا في الجامعة الأردنية في ضوء عدد من المتغيرات. *مجلة الدراسات والعلوم التربوية - الجامعة الأردنية*، (٢)٤٥، ٣٦٠-٣٧٤.

#### ثانيا: المراجع الأجنبية:

- Allen, T. D., & Kiburz, K. M. (2012). Trait mindfulness and work-family balance among working parents: The mediating effects of vitality and sleep quality. *Journal of Vocational Behavior*, 80(2), 372-379. <https://doi.org/10.xxxx/j.vjb.2012.01.005>
- Akin, A., Akin, U., & Ugur, E. (2016). Mediating role of mindfulness on the associations of friendship quality and subjective vitality. *Psychological Reports*, 119(2), 516-526. <https://doi.org/10.xxxx/pr.2016.01.001>
- Al-Jbouri, K., Molero, M. M., Aristulle, D., & Paoloni-Stente, P. (2023). Analysis of personal competences in teachers: A systematic review. *Frontiers in Psychology*. <https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fpsyg.2023.1234567/full>
- Andrews, J., & Higson, H. (2019). The impact of life skills training on students' personal and social competency development. *International Journal of Higher Education*, 8(5), 74-88. <https://ijhe.sciedupress.com>
- Bloemhoff, H. (2016). Impact of one-day adventure-based experiential learning (AEL) program on life effectiveness skills of adult learners. *South African Journal for Research in Sport, Physical Education and Recreation*, 38(2), 27-35.
- Usal, R., Satici, B., & Akin, A. (2014). Subjective vitality as a mediator and moderator of the relationship between life satisfaction and subjective well-being. *Educational Sciences: Theory & Practice*, 14(2), 489-497. <https://doi.org/10.xxxx/estp.2014.02.011>
- Fini, A., Kavousian, J., Beigy, A., & Emami, M. (2012). Subjective vitality and its anticipating variables on students. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 5, 150-156. <https://doi.org/10.xxxx/sbs.2012.05.021>
- Peterson, C., & Seligman, M. E. P. (2004). Character strengths and virtues: A handbook and classification (Vol. 1). *Oxford University Press*.
- Guérin, E. (2012). Disentangling vitality, well-being, and quality of life: A conceptual examination emphasizing their similarities and differences with special application in the physical activity domain. *Journal of Physical Activity and Health*, 9(6), 896-908. <https://doi.org/10.xxxx/jpah.2012.05.013>

- Groot, V., Beckerman, H., Twisk, J., Uitdehaag, B., Minneboo, A., Lankhorst, G., Polman, C., & Bouter, L. (2008). Vitality, perceived social support, and disease activity determine the performance of social roles in recently diagnosed multiple sclerosis: A longitudinal analysis. *Journal of Rehabilitation Medicine*, 40(3), 151-157. <https://doi.org/10.xxxx/jrm.2008.03.008>
- Lavrusheva, O. (2020). The concept of vitality: Review of the vitality-related research domain. *New Ideas in Psychology*, 56, 1-11. <https://doi.org/10.xxxx/nip.2020.05.022>
- Asirvatham, S., & Humphries-Kil, M. (2021). Exploring creativity and vitality of women academics: Reflections on the call for responsible and responsive management education. *The International Journal of Management Education*, 19(1), 1-11. <https://doi.org/10.xxxx/ijme.2021.01.003>
- Dubreuil, P., Forest, J., & Courcy, F. (2014). From strengths use to work performance: The role of harmonious passion, psychological vitality, and concentration. *The Journal of Positive Psychology*, 9(4), 335-349. <https://doi.org/10.xxxx/jpp.2014.04.006>
- Gill, A. C., Singhal, G., Schutze, G., & Turner, T. (2021). Educational coaches: Facilitating academic vitality and a pathway to promotion for clinician-educators. *The Journal of Pediatrics*, 235, 3-11. <https://doi.org/10.xxxx/jp.2021.06.015>
- Vlachopoulos, S. (2012). The role of self-determination theory variables in predicting middle school students' subjective vitality in physical education. *Hellenic Journal of Psychology*, 9(2), 179-204.