

## التنبؤ بإدارة الأزمات من خلال كل من الصمود النفسي والحيوية الذاتية لدى أعضاء هيئة التدريس والهيئة المعاونة بكلية التربية جامعة الإسكندرية

د. إيمان محمد عباس\*

د. حنان السيد السيد\*

### المستخلص

هدف البحث إلى فهم وتفسير العلاقة بين مهارات إدارة الأزمات وكل من الصمود النفسي والحيوية الذاتية لدى أعضاء هيئة التدريس والهيئة المعاونة بكلية التربية جامعة الإسكندرية التعرف على الاختلافات في مهارات إدارة الأزمات والصمود النفسي والحيوية الذاتية تبعاً لمتغيرات النوع (ذكور- إناث) والتخصص (تربوي - أكاديمي) والدرجة الوظيفية (معيد - مدرس مساعد - مدرس - أستاذ مساعد - أستاذ) وسنوات الخبرة بالإضافة إلى التنبؤ بمهارات إدارة الأزمات بدلالة أبعاد الصمود النفسي والحيوية الذاتية وتكونت العينة من (١٨٣) من السادة أعضاء هيئة التدريس ومعاونتهم بكلية التربية - جامعة الإسكندرية ، واستخدمت الأدوات التالية: مقياس إدارة الأزمات ، مقياس الصمود النفسي ، مقياس الحيوية الذاتية ، وأسفرت النتائج عن: وجود علاقة موجبة دالة إحصائية بين المجموع الكلي لمهارات إدارة الأزمات وجميع أبعاد الصمود النفسي ومجموعها الكلي لدى أعضاء هيئة التدريس والهيئة المعاونة بكلية التربية جامعة الإسكندرية، ووجود علاقة موجبة دالة إحصائية بين المجموع الكلي لمهارات إدارة الأزمات وجميع أبعاد الحيوية الذاتية ومجموعها الكلي لدى أعضاء هيئة التدريس والهيئة المعاونة بكلية التربية جامعة الإسكندرية بالإضافة إلى وجود فروق دالة إحصائية في مهارات إدارة الأزمات ، الصمود النفسي لدى أعضاء هيئة التدريس والهيئة المعاونة بكلية التربية جامعة الإسكندرية تبعاً لمتغير النوع لصالح الإناث، بينما لا توجد فروق دالة إحصائية في الحيوية الذاتية تبعاً لمتغيرات النوع ، ووجود فروق دالة إحصائية في مهارات إدارة الأزمات ، الصمود النفسي تبعاً لمتغير الدرجة الوظيفية، في حين لا توجد فروق دالة إحصائية في الحيوية الذاتية تبعاً لمتغير سنوات الخبرة في حين توجد فروق دالة إحصائية الصمود النفسي تبعاً لمتغير سنوات الخبرة، بينما لا توجد فروق دالة إحصائية في مهارات إدارة الأزمات ، الصمود النفسي ، الحيوية الذاتية تبعاً لمتغير التخصص ، كما يمكن التنبؤ بمهارات إدارة الأزمات من خلال أبعاد الصمود النفسي ، الحيوية الذاتية لدى أعضاء هيئة التدريس والهيئة المعاونة بكلية التربية جامعة الإسكندرية.

الكلمات المفتاحية: إدارة الأزمات - الصمود النفسي - الحيوية الذاتية

Predicting crisis management through psychological resilience and subjective vitality for faculty members and ancillary staff at the Faculty of Education - Alexandria University

Dr. Eman Mohammad Abass Dr. Hanan El-Sayed El-Sayed

### Abstract

The aim of the research is to understand and explain the relationship between crisis management skills and psychological resilience , self-vitality for faculty members and ancillary staff at the Faculty of Education - Alexandria University, and identify the differences in crisis management skills, psychological resilience and self-vitality according to gender variables (males - females) and specialization ( Educational - academic), job rank (demonstrator - assistant teacher - teacher - assistant professor - professor) and years of experience in addition to predicting crisis management skills in terms of the dimensions of psychological resilience and self-vitality. The sample consisted of (183) of faculty members and ancillary staff at the Faculty of Education - Alexandria University The

\* مدرس علم النفس التربوي- كلية التربية - جامعة الإسكندرية

\* مدرس الصحة النفسية- كلية التربية - جامعة الإسكندرية

following tools were used: the crisis management scale, the psychological resilience scale, and the subjective vitality scale, and the results resulted in: There is a positive, statistically significant relationship between the total sum of crisis management skills and all dimensions of psychological resilience and their total sum among faculty members and ancillary staff at the Faculty of Education - Alexandria University, and the presence of A positive, statistically significant relationship between the total sum of crisis management skills and all dimensions of subjective vitality and their total sum among faculty members and ancillary staff at the Faculty of Education - Alexandria University, in addition to the presence of statistically significant differences in crisis management skills, psychological resilience among faculty members and ancillary staff at the Faculty of Education - Alexandria University, according to the gender variable in favor of females, while there are no statistically significant differences in the subjective vitality according to gender variables. And there are statistically significant differences in crisis management skills and psychological resilience according to the job degree variable, while there are no statistically significant differences in subjective vitality according to the job degree variable, and there are no statistically significant differences in crisis management skills, subjective vitality according to the variables of years of experience, while There are statistically significant differences in psychological resilience according to the variable of years of experience, while there are no statistically significant differences in crisis management skills, psychological resilience, and subjective vitality according to the variable of specialization, and it is also possible to predict crisis management skills through the dimensions of psychological resilience and the subjective vitality of faculty members and ancillary staff at the Faculty of Education - Alexandria University

**Keywords: crisis management - psychological resilience- Subjective vitality**

## مقدمة

يحتل أعضاء هيئة التدريس مكانة مهمة في العملية التعليمية بالجامعات حيث تتعدد الأدوار والمسئوليات التي تقع علي عاتقهم ما بين تقديم المواد العلمية وتحقيق الأهداف المنشودة للعملية التعليمية وارشاد الطلاب وتوجيههم ومساعدتهم علي حل مشكلاتهم ووضع المناهج والقيام بالبحث العلمي ومع تعدد هذه الأدوار المنوطة بعمل أعضاء هيئة التدريس فإنهم يكونون أكثر عرضة للأزمات ونتيجة أن العصر الحالي هو عصر التطورات والتحديات فقد ظهرت العديد من الأزمات الاجتماعية والتعليمية والاقتصادية والصحية الأمر الذي يتطلب ضرورة تسليح عضو هيئة التدريس بالعديد من القدرات والمهارات والصفات الإيجابية للتعامل مع تلك التغيرات السريعة وما تخلفه من أزمات.

ويعد مفهوم الصمود النفسي من المفاهيم الإيجابية في علم النفس الإيجابي والتي تساعد الفرد علي التعامل بكفاءة مع التغيرات والتحديات التي تواجهه .

أن الصمود هو أحد البناءات الكبرى في علم النفس الإيجابي، فعلم النفس الإيجابي هو المنحى الذي يعظم القوى الإنسانية باعتبارها قوى أصيلة في الإنسان . ( صفاء الاعسر ، ٢٠١٠ ، ١١ )

ويتميز الفرد المتمتع بالصمود النفسي بامتلاكه لمهارات وقدرات خاصة تساعد علي التعامل مع الأزمات والمواقف الصادمة مع الحفاظ علي هدوئه وثباته أثناء التعرض للأزمات .

وفي هذا الصدد تؤكد ريم سليمان (٢٠١٥ ، ٨٩) أن مفهوم الصمود النفسي يشير إلي فكرة ميل الفرد إلي الثبات والحفاظ علي هدوئه عند التعرض إلي ضغوط أو مواقف عصيبة فضلا عن قدرته علي التوافق الفعال والمواجهة الإيجابية لتلك المواقف العصيبة.

وإن من خصائص الصامدين نفسياً أنهم يتميزون بمستوى عالٍ من السلامة النفسية، وأنهم قادرون على مواجهة الشدائد والصعاب وترتفع لديهم فاعلية الذات والمثابرة والسعي نحو الإنجاز وتجنب خبرات الفشل. (Elizabeth et al, 2012, 152)

وإلى جانب الصمود النفسي تُعد الحيوية الذاتية وهي كذلك أحد مفاهيم علم النفس الإيجابي حائط صد ضد الأزمات والضغط النفسية ومؤشر رئيسي من مؤشرات الصحة النفسية للفرد تمكن الفرد من تنظيم أفكاره وسلوكياته وانفعالاته فهي شعور إيجابي بالطاقة والنشاط والحماس والتمتع بمستوى عالي من السلامة البدنية والعافية الصحية مع شعور بالرضا والطمأنينة والقدرة مع التعبير عن الانفعالات بصورة متزنة و التفكير الهادي المتزن في المشكلات اليومية وهو ما تؤكد دراسته كل من عبدالعزيز إبراهيم سليم (٢٠١٦)، أمال عبدالمعطي غيث (٢٠١٧)، سارة حسام الدين مصطفى (٢٠١٨)، ابتسام سعدون محمد، زهراء كريم كطوف (٢٠٢٠)، عفاء إبراهيم العبيدي (٢٠٢٠). وفي ضوء العرض السابق توصلت الباحثتان إلى وجود حاجة ملحة للبحث والتقصي، ودراسة متغيرات إدارة الأزمات، الصمود النفسي، والحيوية الذاتية لدى أعضاء هيئة التدريس بالجامعة

### مشكلة البحث

تعددت العوامل المسببة للأزمات التي يتعرض لها عضو هيئة التدريس بالجامعة علي اختلاف أنواعها منها ما يتعلق بالطلاب وسلوكياتهم ومنها ما يتعلق بالأعباء التدريسية والإدارية والتعامل مع الزملاء ومنها ما يطرأ علي المجتمع الخارجي ويؤثر علي مجتمع الجامعة ولعل أقرب مثال لذلك هو أزمة فيروس كورونا التي ظهرت في الأونة الأخيرة وكانت لها العديد من التبعات الخطيرة في جميع مجالات الحياة بصفة عامة وفي مجال التعليم بصفة خاصة حيث أصبح عضو هيئة التدريس أمام أزمة جديدة بالنسبة له و تحتاج منه إلى قدرات ومهارات خاصة للتعامل معها حيث أصبح عضو هيئة التدريس في مواجهة تحديات كبيرة للتصدي لهذه الأزمة تتمثل في كيفية التفاعل مع طلابه وتوصيل المعلومة بهدف إعدادهم إعداد أكاديمي جيد مع الحفاظ علي الإجراءات الاحترازية وعدم تعريضهم أو تعريض نفسه للخطر إضافة إلى ما يتحمله من خوف وقلق علي أفراد أسرته الصغيرة وما يسببه ذلك من عبء نفسي يحتاج منه إلى التمتع بالطاقة والحيوية وكذلك الصمود النفسي لتحمل تبعات هذه الأزمة ولقد لاحظت الباحثتان هذا الأمر بل وتعرضتا لنفس الأزمة باعتبارهما من أعضاء هيئة التدريس بالجامعة . وبما أننا نعيش في عصر مليء بالتغيرات والتطورات المتسارعة في مختلف مجالات الحياة ، وفي ضوء ما ترضه الحياة الحديثة علي أفراد المجتمع من تحديات ومطالب مواكبة تلك التغيرات والتطورات أصبح الصمود النفسي أحد الخصائص الإيجابية الضرورية التي لا بد وان تتميز بها شخصية الفرد وذلك من أجل تحقيق التوافق الإيجابي مع الأزمات والمواقف الضاغطة ؛ والشعور بالقدرة علي تخطي الأزمة وعدم الاستسلام بل التصدي والمواجهة مع القدرة الفرد علي تحديد المشكلة وإيجاد الحلول واتخاذ القرارات المناسبة لحلها والتوجه الإيجابي نحو مواقف الحياة المختلفة كما يمتلك الفرد الذي يتصف بالصمود النفسي لمهارة إعادة التقييم المعرفي وترتفع لديه الكفاءة الشخصية والاجتماعية وهذا ما تؤكد دراسته كل من Alvord&Grados (2005)، صفاء الأعسر (٢٠١٠)، Myers(2011)، سحر فاروق علام (٢٠١٣)، فاتن فاروق عبدالفتاح، شيري مسعد حليم (٢٠١٤) حسن أحمد سهيل، جبار وادي باهض (٢٠١٩)، نسرين محمد أبو دبوسه (٢٠١٩).

ومن جانب آخر تُعد الحيوية الذاتية أحد مرتكزات علم النفس الإيجابي الهامة فتوافر قدرًا من الحيوية الذاتية لدي الفرد يمنحه شعورًا بالسعادة والتفاؤل والرغبة في الإقبال علي الحياة بهمة ونشاط كما يمنحه احساس بالقوة وشعور بالاقترار والهمة العالية الأمر الذي يساهم في تعزيز قدرته علي مواجهة الأزمات بكفاءة وفعالية وهذا ما تؤكد دراسته كل من

(2012). Akin, A.، عبدالعزيز إبراهيم سليم (٢٠١٦)، تحرير أمين جاسم، حسن علي سعيد (٢٠١٩)، فاطمة الزهراء محمد مليح (٢٠٢٠).

مما سبق يتضح أهمية التركيز على الجوانب الإيجابية في شخصية الفرد بصفة عامة وعضو هيئة التدريس بصفة خاصة وعليه فإن البحث الحالي يسعى إلى محاولة دراسة العلاقة بين إدارة الأزمات وتمتع عضو هيئة التدريس بمستوى مقبول من الصمود النفسي والحيوية الذاتية

ويمكن تحديد مشكلة البحث الحالي في الإجابة عن الأسئلة التالية:-

١. ما العلاقة بين مهارات إدارة الأزمات والصمود النفسي لدى أعضاء هيئة التدريس والهيئة المعاونة بكلية التربية جامعة الإسكندرية ؟
٢. ما العلاقة بين مهارات إدارة الأزمات والحيوية الذاتية لدى أعضاء هيئة التدريس والهيئة المعاونة بكلية التربية جامعة الإسكندرية ؟
٣. هل تختلف مهارات إدارة الأزمات والصمود النفسي والحيوية الذاتية لدى أعضاء هيئة التدريس والهيئة المعاونة بكلية التربية جامعة الإسكندرية تبعاً لمتغيرات النوع (ذكور - إناث) والتخصص (تربوي - أكاديمي) والدرجة الوظيفية (معيد - مدرس مساعد - مدرس - أستاذ مساعد - أستاذ) وسنوات الخبرة ؟
٤. ما درجة الإسهام النسبي لأبعاد الصمود النفسي في التنبؤ بمهارات إدارة الأزمات لدى أعضاء هيئة التدريس والهيئة المعاونة بكلية التربية جامعة الإسكندرية ؟
٥. ما درجة الإسهام النسبي لأبعاد الصمود النفسي في التنبؤ بمهارات إدارة الأزمات لدى أعضاء هيئة التدريس والهيئة المعاونة بكلية التربية جامعة الإسكندرية ؟

### أهداف البحث

١. فهم وتفسير العلاقة بين مهارات إدارة الأزمات وكل من الصمود النفسي والحيوية الذاتية لدى أعضاء هيئة التدريس والهيئة المعاونة بكلية التربية جامعة الإسكندرية.
٢. التعرف على الاختلافات لدى أعضاء هيئة التدريس والهيئة المعاونة بكلية التربية جامعة الإسكندرية في مهارات إدارة الأزمات والصمود النفسي والحيوية الذاتية تبعاً لمتغيرات النوع (ذكور - إناث) والتخصص (تربوي - أكاديمي) والدرجة الوظيفية (معيد - مدرس مساعد - مدرس - أستاذ مساعد - أستاذ) وسنوات الخبرة .
٣. التنبؤ بمهارات إدارة الأزمات لدى أعضاء هيئة التدريس والهيئة المعاونة بكلية التربية جامعة الإسكندرية بدلالة أبعاد الصمود النفسي والحيوية الذاتية.

### أهمية البحث

تُكمن أهمية البحث الحالي فيما يلي :

١. تناول فئة مهمة وهم أعضاء هيئة التدريس والهيئة المعاونة بكلية التربية حيث يُعد الاهتمام بهم مطلباً ضرورياً وملحاً لما يقع علي كاهلهم من أدوار ومسئوليات متعددة أهمها إعداد معلموا المستقبل الذين يلعبون دوراً هاماً في إعداد الأجيال القادمة من الأطفال والشباب والمراهقين .
٢. تناول متغير إدارة الأزمات لدى أعضاء هيئة التدريس والهيئة المعاونة والذي يُعد مطلباً ضرورياً في ظل التطورات والتغيرات السريعة التي يواجهها العالم وما ينتج عنها من أزمات في كافة المجالات .

٣. تناول متغير الصمود النفسي وهو من متغيرات علم النفس الإيجابي حيث يلعب دوراً مهماً في مساعدة الأفراد في مواجهة ضغوطات الحياة وأزماتها المختلفة ومن ثم استعادة التوازن والسلام النفسي.
٤. تناول متغير الحيوية الذاتية وهو من المؤشرات الرئيسية علي جودة الحياة النفسية للفرد حيث تقترن بمشاعر السعادة والأمل والحماس والإقبال علي الحياة .
٥. الاستفادة من نتائج البحث في توجيه الأنظار إلي أهمية تمتع عضو هيئة التدريس والهيئة المعاونة بالصمود النفسي والحيوية الذاتية وما يترتب علي ذلك من تعزيز قدراته ومهاراته في التعامل مع الأزمات وإدارتها بطريقة فعالة.
٦. تقديم مقاييس جديدة في إدارة الأزمات والصمود النفسي والحيوية الذاتية .

### مصطلحات البحث

يمكن تعريف مصطلحات البحث الحالى إجرائيا كما يلي

#### ١- إدارة الأزمات crisis management

يقصد بها " مجموعة من الإجراءات اللازمة للتعامل مع وضع غير معتاد حدث بشكل مفاجيء والتخطيط لمواجهة ما يترتب عليه من اضرار سواء نفسية أو مادية باستخدام أساليب علمية "وتُقاسُ إجرائياً بالدرجة التي يحصل عليها أعضاء هيئة التدريس والهيئة المعاونة علي مقياس مهارات إدارة الأزمات المستخدم في البحث الحالى " إعداد الباحثان".  
ويتضمن المهارات الآتية:

- أ- مهارة التنبؤ بالأزمات وتعرفها الباحثان علي أنها " استشعار الأزمة والتنبؤ بحدوثها في ضوء بعض المؤشرات قبل حدوثها .
- ب- مهارة الوقاية من الأزمات وتعرفها الباحثان علي أنها " توفير الإمكانيات المادية والبشرية والتدريب علي كيفية التعامل مع الأزمة استعدادا لمواجهةها".
- ت- مهارة مواجهة الأزمات عند حدوثها وتعرفها الباحثان علي أنها " احتواء الأزمة ومنع انتشارها واستخدام الأسلوب العلمي والخطط المناسبة لمواجهةها " .
- ث- مهارة الاستفادة من الأزمات بعد وقوعها وتعرفها الباحثان علي أنها " الاستفادة من الخبرات المختلفة في التعامل مع الأزمة للاستفادة منها في الأزمات المستقبلية " .

#### ٢- الصمود النفسي psychological resilience

يقصد به " عملية ديناميكية تتمثل في التكيف مع الضغوط النفسية للفرد وإعاد توازنه بعد تعرضه لازمة ما يؤدي ذلك للشعور بالتفاؤل والراحة النفسية " يتضمن مجموعة من الأبعاد وهي الكفاءة الشخصية والاجتماعية، التدين، حل المشكلات، التفاؤل ويُقاس إجرائياً بالدرجة التي يحصل عليها أعضاء هيئة التدريس والهيئة المعاونة علي مقياس الصمود النفسي المستخدم في البحث الحالى " إعداد الباحثان". ويتضمن هذا التعريف الأبعاد الآتية:

- أ- الكفاءة الشخصية والاجتماعية وتعرفها الباحثان علي أنها " إدارة النفس والتفاعل بشكل فعال مع الآخرين".
- ب- التدين وتعرفه الباحثان علي أنه " الإيمان بمجموعة المعايير والضوابط والفضائل مثل ( العبادات والدعاء والصبر ) في تيسير امور حياته".
- ت- حل المشكلات وتعرفها الباحثان علي أنها " تحديد المشكلة وإيجاد الحلول واتخاذ القرارات المناسبة لحلها".

ث- التفاؤل، (التوجه الإيجابي للمستقبل) وتعرفه الباحثتان علي أنه "توقع حدوث الأشياء الحسنة بدرجة أكبر من حدوث الأشياء السيئة".

### ٣- الحيوية الذاتية subjective vitality

يقصد بها: "شعور إيجابي داخلي بالطاقة والنشاط والحماس في جميع النواحي تدفع الفرد إلى الأداء الأفضل وتتضمن الحيوية الجسمية، الذهنية، الانفعالية، الاجتماعية والروحية"، وثقاس إجرائياً بالدرجة التي تحصل عليها أعضاء هيئة التدريس والهيئة المعاونة علي مقياس الحيوية الذاتية المستخدم في البحث الحالي "إعداد الباحثتان".  
ويتضمن هذا التعريف الأبعاد الآتية:

- أ- الحيوية الذهنية وتعرفها الباحثتان علي أنها "وجود طاقة عقلية كافية للتفكير بوضوح واستخدام استراتيجيات تفكير جديدة والقدرة علي تحمل الضغوط والتعامل مع المشكلات بفاعلية وبقظة ذهنية".
- ب- الحيوية الجسمية وتعرفها الباحثتان علي أنها "وجود طاقة جسمية لفعل شيء بقوة وقدرة علي تحمل المتاعب والضغوط الجسمية ووجود صحة جسمية جديدة".
- ت- الحيوية الانفعالية وتعرفها الباحثتان علي أنها "شعور الفرد بالسعادة والسلام والتحمس والمتعة أثناء التعامل مع أحداث الحياة اليومية الضاغطة ولديه النظرة الإيجابية للحياة".
- ث- الحيوية الاجتماعية وتعرفها الباحثتان علي أنها "وجود حالة من التيقظ والتنبه والنقهم والاستبصار لدي الفرد أثناء التفاعل الاجتماعي مع الآخرين".
- ج- الحيوية الدينية وتعرفها الباحثتان علي أنها "تعلق الفرد بكل ما هو خير وجدير بالقيمة والتقدير في العالم والكون".

### الإطار النظري :

#### أولاً : إدارة الأزمات

##### مفهوم الأزمة :-

أول ما نشأ مفهوم الأزمة في نطاق العلوم الطبية ثم انتقل بعد ذلك بمعان مختلفة إلى العلوم الإنسانية وخاصة علم السياسة وعلم النفس وعلم الاقتصاد... وتتعدد تعريفات الأزمة وتختلف باختلاف مجالات حدوثها مما يجعل من الصعب الأخذ بتعريف واحد شامل للأزمة ومن هذه التعريفات .

الحالة التي يعيشها الفرد عند مواجهته لمواقف طارئة وتشكل عليه خطراً وعلي العاملين معه ويصاحبها تهديد وقلّة معلومات وإمكانات وضيق وقت مما يضطر لمواجهتها بسلوكيات قد تكون ايجابية فتأخذ بمجرى الأزمة إلى بر الأمان والنجاة ، أو سلبية فيجلب الشقاء ولن معه . ( هيبه المهدي ، ٢٠٠١ ، ١٧٣ )

هي حدث خطير غير متوقع يمكن أن يكون نقطة تحول قاسية تستوجب المعالجة السريعة وحسن المتابعة . ( تيسير عبدالله ، رجاء زهير السيلي ، ٢٠٠٥ ، ١٧ )  
حالة غير مستقرة وغير متوقعة تؤثر تأثيراً مادياً ومعنوياً علي وتخرج عن نطاق السيطرة والتحكم وتؤدي إلي تدني العمل وصعوبة التعامل أثنائها وتهدد تحقيق الأهداف المرغوبة والمحددة للمؤسسة . ( عاطف محمد صقر ، ٢٠٠٩ ، ٩ )

ظرف انتقالي يتسم بعدم التوازن ويمثل نقطة تحول في حياة الفرد أو الجماعة أو المنظمة أو المجتمع وغالباً ما ينتج عنه تغيير كبير أو موقف عصيب يمكن أن يؤدي إلي نتائج سلبية . ( علي بن لهلول الرويلي ، ٢٠١١ ، ٢-٣ )

ومما سبق تستنتج الباحثتان ملامح اساسية للأزمة وهي وجود خلل وتوتر واضطراب وعدم استقرار وقلق، تحدث الأزمة نتيجة حدث غير متوقع او مفاجيء، عدم القدرة علي التنبؤ بما سيحدث أثناء الأزمة أو في المستقبل، للأزمة تأثيرات مختلفة من الناحية الاقتصادية والاجتماعية والسياسية...

#### مراحل نشوء الأزمة :-

- ١- مرحلة الإنذار المبكر...وهي مؤشرات ودلالات تنتج عن الأزمة تشير إلي قرب وقوعها .
- ٢- مرحلة النشوء والتبلور...وهي المرحلة التي تظهر فيها الأزمة وتوضح معالمها .
- ٣- مرحلة تطور الأزمة وانتشارها...وهي مرحلة نحو الأزمة وتصاعدها وبداية انتشارها .
- ٤- مرحلة الانفجار...وهي مرحلة الذروة لدي الأزمة حيث تبلغ شدتها .
- ٥- مرحلة التثبيت...وهي المرحلة التي ترسخ فيها الأزمة وتستكمل عناصرها التي تهدد الأمن والاستقرار .
- ٦- مرحلة إيجاد الحلول...وهي المرحلة الأخيرة والتي يتم فيها البحث عن الحلول للخروج من الأزمة أو التقليل من آثارها . ( علي بن هلهول الرويلي ، ٢٠١١ ، ١٠ )

#### أسباب حدوث الأزمة:

( محسن احمد الخضري ، ٢٠٠٣ ، ٨٥ ، علي بن هلهول الرويلي ، ٢٠١١ ، ٩ )

- ١- سوء الفهم ، سوء الإدراك ، سوء التقدير والتقييم .
- ٢- الإدارة العشوائية ، الإشاعات ، اليأس ، الأخطاء البشرية .
- ٣- تعارض الأهداف ، تعارض المصالح .
- ٤- أسباب طبيعية (الزلازل - البراكين - الفيضانات ) ، أسباب صناعية (التسرب الإشعاعي - التسرب الغازي ) أسباب بشرية ( الحروب - الصراعات المسلحة ) ، أسباب اجتماعية (الظلم الاجتماعي - التفرقة العنصرية - التخلف - الجهل - الانفجار السكاني ) ، أسباب اقتصادية ( الفقر - البطالة - انخفاض مستوى دخل الفرد - غلاء المعيشة ) أسباب سياسية ( الصراع السياسي علي السلطة - الصراع بين مراكز القوي والنفوذ )
- ٥- سوء الفهم ، سوء الإدراك ، سوء التقدير والتقييم .
- ٦- الإدارة العشوائية ، الإشاعات ، اليأس ، الأخطاء البشرية .
- ٧- تعارض الأهداف ، تعارض المصالح .
- ٨- أسباب طبيعية (الزلازل - البراكين - الفيضانات ) ، أسباب صناعية (التسرب الإشعاعي - التسرب الغازي ) أسباب بشرية ( الحروب - الصراعات المسلحة ) ، أسباب اجتماعية (الظلم الاجتماعي - التفرقة العنصرية - التخلف - الجهل - الانفجار السكاني ) ، أسباب اقتصادية ( الفقر - البطالة - انخفاض مستوى دخل الفرد - غلاء المعيشة ) أسباب سياسية ( الصراع السياسي علي السلطة - الصراع بين مراكز القوي والنفوذ ) .

وتري الباحثتان أن الأزمة يمكن أن تنشأ لأسباب أخرى مثل أزمة كورونا حيث نشأت نتيجة وباء مرضي والمتفشي في معظم أنحاء العالم حيث ظهر في مصر في أوائل شهر مارس ٢٠٢٠ ومن قبله في كثير من دول العالم

#### خصائص الأزمة :-

( محمد سمير فرج ، ١٩٩٧ ، ٢٤٩ ، عليوة السيد ، ٢٠١١ ، ٨١-٨٢ ، حمدي شعبان ، ٢٠٠٥ ، ١٠٠ )

- ١- التهديد :- أي وجود تهديد خطير للمصالح والأهداف الحيوية للمنظمة في الحال والمستقبل .

- ٢- المفاجأة :- حيث ينفجر الموقف في الوقت الذي لا يقدره المصاب به (عناصر الزمن) ، وبالموقع الذي لا يتوقعه (عناصر المكان)
  - ٣- ضيق الوقت :- ( حيث يكون الوقت المتاح أمام متخذ القرار محدوداً لكي يتخذ قراراً سريعاً وصائباً لمواجهة الموقف ووقف تداعياته .
  - ٤- السرعة :- إذ تتولد عنها سلسلة من المواقف المتجددة الحادة .
  - ٥- الغموض : إذ أن عوامل المفاجأة والتهديد والسرعة لا تسمح غالباً بإدراك جميع العوامل المتشابكة في المواقف المتلاحقة.
  - ٦- تتميز بدرجة عالية من الشك في القرارات المطروحة .
  - ٧- يصعب فيها التحكم في الأحداث .
  - ٨- سيادة حالة من الخوف والهلع قد يصل إلى حد الرعب وتقييد التفكير .
- أنواع الأزمات :-** تعدد الأزمات تبعاً للمعايير المستخدمة في عملية تحديد أنواع الأزمات وتلخص الباحثان أنواع الأزمات في جدول (١) :-

جدول (١) أنواع الأزمات

المعايير	التصنيف
المضمون	سياسية - اقتصادية - اجتماعية - نفسية - بيئية - صحية
النطاق الجغرافي	محلية - قومية - وطنية - اقليمية - دولية .
الزمن	مفاجأة - بطيئة - طويلة الأجل .
الحجم	صغيرة - محددة - متوسطة - كبيرة .
الشدة	شديدة للغاية - متوسطة الشدة - خفيفة - خفيفة جداً .
السبب	طبيعية - صناعية - بشرية .
التكرار	دورية - غير دورية .
عمق التأثير	سطحية - عميقة .
الطابع	مادية - معنوية .

وتري الباحثتان أن هذه التصنيفات تمثل بداية حدوث الأزمة فقط لأن بعد وقوع الأزمة قد يتغير مسارها أو تتعدد تأثيراتها وبالتالي يتعدد أنواعها وعلي سبيل المثال أزمة كورونا بدأت في دولة الصين في مقاطعة "هوبي" التابعة لمدينة "ووهان" وسط الصين وبدأ ظهور أعراض عن رجل يبلغ من العمر ٥٥ عام تعددت الحالات في المنطقة ثم انتشرت إلى الصين ثم إلى بلاد العالم أي بدأت أزمة محلية ثم أصبحت وطنية ثم اقليمية ثم دولية وأيضاً بدأت أزمة كورونا من ناحية المضمون بأزمة صحية ثم نتيجة لها ظهر أزمات اقتصادية وسياسية ونفسية وأيضاً من حيث الشدة بدأت خفيفة ثم متوسطة الشدة ثم شديدة للغاية وهكذا .

#### مفهوم إدارة الأزمة :-

هناك خلط بين إدارة الأزمة والأدارة بالأزمة، إدارة الأزمة هي كيفية التغلب علي الأزمة بالأدوات العلمية الإدارية المختلفة ( قبل وبعد وأثناء الأزمة ) وتجنب سلبياتها والاسنفادة من إيجابياتها والهدف منها حل الأزمة نهائياً، وقت حدوثها مفاجأة، ومنها أزمات من صنع الإنسان وأخري لا دخل للإنسان فيها .

أما الإدارة بالأزمة فهي افتعال وإيجاد الأزمات من عدم كوسيلة للتغطية علي المشاكل الحالية، وهدفها تغطية علي المشكلات الموجودة، وقت حدوثها محدد مسبقاً ومعد له، هي من صنع الإنسان .

وهناك تعريفات متعددة لإدارة الأزمة ومنها

تجميع الطاقات المتاحة داخلية وخارجية وتعبئتها وتوجيهها للخروج من مصيبة أو شدة تقع سواء كان للإنسان دخل في حدوثها أو لا دخل له فيها كالحوادث القدرية ويكون دور الإنسان في الأحداث القدرية التخفيف من آثارها . ( عامر عبد الباسط ضرار ، ٢٠٠٠ ، ٤٢ )



إدارة عملية رشيدة للأزمة ذاتها للتحكم في ضغطها وفي مسارها واتجاهاتها تقوم علي البحث والحصول على المعرفة واستخدام البيانات المناسبة كأساس للقرار المناسب . (محمد فتحي ، ٢٠٠١ ، ١١٦ ) .

كيفية التغلب على الأزمة باستخدام الأسلوب الإداري العلمي من أجل تلافي سلبياتها ما أمكن وتعظيم الايجابيات . ( صبحي رشيد البازجي ، ٢٠٠١ ، ٣٣١ )

نشاط هادف يقوم علي البحث والحصول علي المعلومات اللازمة التي تمكن الإدارة من التنبؤ بآماكن واتجاهات الأزمة المتوقعة ، وتهيئة المناخ المناسب للتعامل معها عن طريق اتخاذ التدابير للتحكم في الأزمة المتوقعة والقضاء عليها أو تغيير مسارها لصالح المنظمة . ( إبراهيم أحمد أحمد ، ٢٠٠٢ ، ٣٢ )

التخطيط لما قد لا يحدث . ( عبد الرحمن توفيق ، ٢٠٠٤ ، ١٨ )

أسلوب للإدارة يختص بالتعرف علي الأزمات قبل حدوثها والتعامل معها عند حدوثها من خلال آليات معينة بما يضمن مواجهتها والتغلب عليها خلال مدة محددة . ( مني عبد المنعم محمد ، ٢٠٠٨ ، ٤٥٢ )

مجموعة الخطوات والإجراءات اللازمة للتعامل مع وضع غير عادي وغير طبيعي لتجنب الاضطراب النفسي وتقليل الأضرار والخسائر في الأرواح والممتلكات قدر الإمكان ويستدل من ذلك إمكانية وقوع أحداث وطوارئ لم يكن يتوقعها أحد . ( تيسير عبد الله ، رجاء العسيلي ، ٢٠٠٥ ، ١٨ ) هي عملية الإعداد والتقدير للمشكلات الداخلية والخارجية التي تهدد المؤسسة ومن ثم التخطيط والاستعداد والتحضير لمواجهتها لكي تعود الأمور إلي ما كانت عليه قبل الأزمة أو قريب منها . ( عاطف محمد صقر ، ٢٠٠٩ ، ٣٩ )

كيفية التغلب على الأزمة أو الكارثة بالاساليب العلمية والإدارية المختلفة ومحاولة تجنب سلبياتها والاستفادة من إيجابيتها . ( نعيم إبراهيم الظاهر ، ٢٠٠٩ ، ١٣١ )

جهود علمية مخططة ومنسقة تتصف بالاستمرارية تبدأ قبل وقوع الأزمات وتستمر حتي انتهائها ، تعتمد علي فرق العمل لتنفيذها ، وتتطلب مهارات خاصة بالإضافة إلي التعاون من قبل العاملين والمتخصصين ، مع الاستخدام الأمثل للإمكانات والموارد ( معلومات - اتصالات - أدوات ..) المتاحة والعمل علي استخلاص الدروس المستفادة في مواجهة الأزمات وتحسين أساليب التعامل معها في المستقبل . ( نايف فهد المقاطي ، ٢٠١٤ ، ١٧ )

كل الجهود والإمكانات التي توظف في المنظمة لغرض مواجهة الأزمات ودرء أخطارها أو احتوائها بما يخدم مصالح المنظمة وتوجيهاتها المستقبلية . ( ثائر محمد علي ، ٢٠١٨ ، ٧ )

مجموعة الإجراءات اللازمة لمواجهة الأزمات بأسلوب علمي جيد والتعرف عليها قبل حدوثها والتعامل معها عند حدوثها من خلال آليات وأدوات بما يضمن مواجهتها والتغلب عليها وأيضا مع تحديد الأدوار والمهام ودور كل منهم في التعامل مع هذه الأزمات قبل وأثناء وبعد حدوثها . ( عبد الله محسن ، اشرف عبده ، ٢٠١٩ ، ٤٥٢ )

ومما سبق توصلت الباحثان إلي تعريف إدارة الأزمات علي أنها "مجموعة من الإجراءات اللازمة للتعامل مع وضع غير معتاد حدث بشكل مفاجيء والتخطيط لمواجهة كل ما يترتب عليه من اضرار سواء نفسية أو مادية باستخدام اساليب علمية" .

وأثناء أزمة كورونا ( كوفيد ١٩ ) نجد أن الحكومة المصرية إتخذت مجموعة من الإجراءات لإدارة أزمة كورونا مثل تعليق الدراسة في المدارس والجامعات وغلقت الكافيهات والمقاهي وإعطاء اجازات استثنائية للموظفين اصحاب الأمراض المزمنة وللمرأة الحامل وتقليل ساعات العمل.....حيث أن أزمة جعلت الوضع غير عادي وحدت بشكل مفاجيء بالتالي قامت الحكومة المصرية بكل هذه الإجراءات لمحاولة مواجهة الأزمة تجنباً للأضرار التي يمكن أن تحدث سواء نفسية او مادية وذلك طبقاً للأسلوب العلمي وهذا يتفق مع تعريف الباحثة لإدارة الأزمة .

### مهارات إدارة الأزمات :-

إن مهارات إدارة الأزمات هي الأساس لبناء ووضع الخطوات السليمة لتجاوزها أو توجيهها بشكل يمكن استثمارها بما يخدم متطلبات وأهداف المنظمة ومن أهم هذه المهارات .  
اكتشاف مؤشرات الأزمات ، الاستعداد للأزمات ، المواجهة والاحتواء ، إعادة التوازن . ( ثائر محمد علي ، ٢٠١٨ ، ١١ )  
اكتشاف إشارات ، احتواء الاضرار ، الاستعداد والوقاية ، استعادة الوضع ، التعلم .  
( Mittroff & Perason , 1993 , 94 )  
استشعار الأزمات ، الوقاية من الأزمات ، مواجهة الأزمات ، استعادة النشاط ، الاستفادة من الأزمات . ( عاطف محمد صقر ، ٢٠٠٩ ، ١٠ )  
ومما سبق استخلصت الباحثتان مهارات إدارة الأزمات فيما يلي :-

- أ- مهارة التنبؤ بالأزمات .
- ب- مهارة الوقاية من الأزمات.
- ت- مهارة مواجهة الأزمات.
- ث- مهارة الاستفادة من الأزمات بعد وقوعها.

### ثانياً :- الصمود النفسي

#### مفهوم الصمود النفسي

إن مفهوم الصمود النفسي مفهوم متعدد الأوجه والتعريفات حيث اشترك في تعريفه عدة علماء من علماء علم النفس الإيجابي فمنهم من قال بأنه قدرة وآخرون أكدوا علي أنه سمة في الشخصية ومن هذه التعريفات .

من ضمن التعريفات التي تنظر للصمود النفسي علي أنه قدرة .

قدرة الفرد علي التكيف الإيجابي بالرغم من المحن والصعاب التي قد مر بها في خبراته الحياتية ( Snape , Miller, 2002, 224 )

قدرة الفرد علي التكيف مع الأحداث الصادمة والمحن والمواقف الضاغطة المتواصلة وهو عملية مستمرة يظهر من خلالها الفرد سلوكا تكيفيا إيجابيا في مواجهة المحن والصدمات ومصادر الضغط النفسي . ( New Man, 2002,6 )

قدرة الفرد علي توظيف المصادر النفسية للتوافق الإيجابي الفعال مع أحداث الحياة الصادمة مع المحافظة علي التوافق . ( Ungar, 2008, 225 )

القدرة علي التكيف بنجاح وأحداث التغيرات اللازمة لمواجهة التحديات ، كما أن مواجهة التحديات من أهم مؤشرات الصمود النفسي . ( Dowrick etal, 2008, 439 )

قدرة الفرد علي مواجهة المواقف المختلفة بفاعلية والرد عليها بشكل عقلائي . ( فائق فاروق عبد الفتاح ، شيري مسعد حليم ، ٢٠١٤ ، ٩٨ )

قدرة الفرد علي التعامل مع الشدائد والمحن بفاعلية لامتلاكه خصائص إيجابية تشمل الكفاءة الشخصية والتنظيم الانفعالي والتوجه الإيجابي نحو المستقبل ومهارة حل المشكلات والصلابة والمرونة والكفاءة الاجتماعية والقيم الروحية . ( عاطف محمود أبو غالي ، ٢٠١٧ ، ٤٢٢ )

قدرة الفرد علي تحمل الضغوط والأزمات التي يتعرض لها ، وقدرته علي استعادة توازنه النفسي والاجتماعي عن طريق كفاءته الشخصية والاجتماعية وتوجيهاته الإيجابية للمستقبل والتزامه بالقيم . ( ازهار عبد المعطي غيث ، ٢٠١٧ ، ٨ )

قدرة الفرد علي مجابهة مختلف المحن والشدائد والضغوطات التي تعترضه . ( بوعياية يمينة ، بايش عتيقة ، ٢٠١٨ ، ٣٢١ )

عملية ديناميكية تعتمد علي قدرة الفرد في المواجهة والتوافق الإيجابي مع أحداث الحياة ومصاعبها ( شريف زهرة ، ٢٠١٩ ، ٣٥ )

ومن ضمن التعريفات التي نظرت للصمود النفسي علي أنه سمة .  
عملية ديناميكية يعرض من خلالها الأفراد تكيفا إيجابيا برغم ما يواجهون من خبرات هامة  
وخطيرة كالصدمات أو الشدائد والمحن. (Luthar & Cicchetti , 2000, 858)  
عملية التكيف بشكل جيد ومواجهة المحن والصدمة. (Riley , 2012, 84)  
مجموعة من العوامل النفسية المتفاعلة والسمات الإيجابية في الشخصية والتوافق الجيد  
والمواجهة الإيجابية للضغوط والتهديدات والمحن بل تجعلهم قادرين علي التعامل معها بكل  
كفاءة من خلال قدرتهم علي تحمل المسئولية وتميزهم بالمرونة والتفاؤل. (عرفات حسين أبو  
مشايخ، ٢٠١٨، ٢٥)

سمة فطرية يولد بها الفرد ويختلف الأشخاص وفقاً لدرجة امتلاكها ومن الممكن  
تعزيرها أو محوها علي أحداث الحياة. (هيام صابر شاهين، ٢٠١٣، ٦١٧)  
الصبر والتماسك والثبات عند مواجهة المحن والصراعات والتحديات وسرعة التعافي  
وتجاوز التأثيرات السلبية للضغوط والعودة سريعاً لحالة التوازن. (أمل عبد المنعم محمد، عادة  
محروس عبد الحفيظ، ٢٠١٩، ١٥٨)

ومما سبق توصلت الباحثتان إلي تعريف الصمود النفسي علي أنه "عملية ديناميكية  
تتمثل في التكيف مع الضغوط النفسية للفرد وإعادة توازنه بعد تعرضه لازمة ما يؤدي ذلك  
للشعور بالتفاؤل والراحة النفسية. يتضمن مجموعة من الأبعاد وهي التفاؤل، التدبير، الكفاءة  
الشخصية والاجتماعية، حل المشكلات".

**مراحل الصمود النفسي:** (أزهار عبد المعطي، ٢٠١٧، ٢٥، 18، Pearsall, 2003)

١- مرحلة التدهور.

وهي تبدأ بمشاعر الغضب والإحباط وتنمو هذه المشاعر مع الفرد وتظهر في إلقاء اللوم علي  
الأخرين والتقليل من قيمة الذات وقد تطول أو تقصر هذه الفترة ويرجع ذلك إلي المكونات  
الشخصية والخبرات السابقة للفرد.

٢- مرحلة التكيف.

ويبدأ الفرد التكيف من خلال اتخاذ بعض التدابير والإجراءات للتعامل مع المحنة.

٣- مرحلة التعافي.

استمرار لمرحلة التكيف ويحاول الفرد فيها أن يصل إلي مستوي الأداء النفسي كما كان عليه  
قبل التعرض للمحنة.

٤- مرحلة النمو.

يصل الفرد إلي مستوي مرتفع من الأداء النفسي يفوق أداءه قبل التعرض للمحنة وهو ما يسمى  
باستعادة التوازن الفردي في الاتجاه التصاعدي.

سمات الأفراد ذوي الصمود النفسي المرتفع :-

(Coutu, 2002, 55, Gayles, 2005, 251, Van etal , 2006, 6)

١. تحقيق التوازن النفسي، مواصلة حياتهم بالرغم من المحن.

٢. إجابة معني للحياى وسط الاضطراب النفسي.

٣. الثقة بالنفس وبقدراتهم الخاصة.

٤. لا يشعرون بالضغوط ويستطيعون مواجهتها بمفردهم.

٥. الثقة في قدراتهم علي المواظبة وبقدراتهم الخاصة

٦. التدبير والايمان والشعور بالانتماء.

٧. امتلاك مهارات فعالة في حل المشكلات وتقبل المشاعر السلبية والمرونة ويتمتعون بصحة  
نفسية جيدة.

٨. التسامح، التفاؤل، التصميم والعزيمة.

**نظريات الصمود النفسي (وجهات النظر المفسرة للصمود النفسي).**

١- نظرية ريتشاردسون (٢٠٠٠) (نظرية ماوراء الصمود).

تكونت هذه النظرية من ثلاث مجالات

المجال الأول .... يهتم بالتعرف علي تحديد خصائص الأفراد الذين يواجهون الاضطرابات بفاعلية وهي تركيز علي العوامل والخصائص الذاتية والبيئية التي ترتبط بالصمود سواء أكانت هذه العوامل شخصية أو أسرية أو مجتمعية أو ثقافية.

المجال الثاني.... تهتم بفحص العمليات التي تسمح بتفسير كيف تعمل هذه العوامل سواء أكانت (الداخلية أو الخارجية) (و السلبية والايجابية) بما يؤدي إلي استعادة التوازن وتحقيق التوافق أو العكس بمعنى فقدان التوازن.

المجال الثالث تركز علي توظيف نواتج المجالين السابقين في تنمية الصمود النفسي وتنطلق من أن كل فرد لديه قوي يمكن تقويتها للبناء والتشييد العقلي والتأكيد علي الصمود (Richardson , 2002, 307)

٢- نظرية كوفي.

يري " كوفي " أن العيش والعمل بشكل متأن نابع من المبادئ التي تعزز الصمود وهي

- النشاط والفاعلية .
- أن يبدأ يومه بتفهم عميق لما يدور حوله ويتضمن توضيح القيم قبل الأهداف .
- التعامل مع الأهم قبل المهم من خلال تنظيم الوقت وإدارته .
- احترام الفرد لآراء الآخرين .
- التعاون . (ايناس سيد علي ، ٢٠١٤ ، ٣٠٠)

٣- نظرية مارازيك ومارازيك .

تهتم هذه النظرية بمجموعة من المهارات الحياتية التي تقلل من المخاطر المحيطة بالفرد ومن هذه المهارات الاستجابة السؤيعة للخطر ، المخاطرة المحسوبة ، التوقعات الإيجابية ، التعاطف ، الأمل ، التفاؤل ، رؤية الأزمات بشكل مختلف ، المهارات الاجتماعية ، فاعلية الذات. ( سحر فاروق علام ، ٢٠١٣ ، ١١٩)

٤- النظرية الوراثية .

تفترض وجود تأثير لدي الفرد يوجهه دائماً للوصول إلي التوازن الحيوي السوي فالخبرة الصدمية الأولى لا تؤدي بالضرورة إلي نتائج سلبية ، وقد تؤدي نتيجة تكرار تراكم الضغوط والمخاطر إلي نتائج إيجابية . ( Goddstion & Brooks , 2006 , 5)

٥- النظرية العقلانية الانفعالية .

وتفسر الصمود النفسي بأنه قدرة الفرد علي المواجهة والتعامل مع الأمور الصعبة ومن العوامل التي تؤثر في هذه القدرة الوعي بالذات ومدى تفسير الفرد للحدث ومدى شعور الفرد بالقدرة علي تخطي المحنة وعدم الاستسلام بل المواجهة . ( Eills & Bernard , 2006 , 156)

**العوامل المدعمة للصمود النفسي :-**

يمكن للباحثان تلخيص أهم العوامل المدعمة للصمود النفسي كما يلي :-

- ١-العوامل الشخصية وتتمثل في .... الذكاء ، القدرة علي ضبط الانفعالات ، تقدير الذات المرتفع ، القدرة علي حل المشكلات ، القدرة علي التفكير الإبداعي ، الوعي الشخصي .
- ٢-العوامل الأسرية وتتمثل في ....دعم الأسرة وتشجيعها ، الجو الأسري الدافئ ، تقدير أفراد الأسرة بعضهم لبعض ، الاحترام المتبادل ، الثقة والحب المتبادلة بين أفراد الأسرة ، التدين المعتدل
- ٣-العوامل المجتمعية وتتمثل في .... وجود مجتمع آمن خالي من الأوبئة والأمراض المعدية ، خالي من الكوارث الطبيعية والبشرية ، يسود به العدالة والحرية ، خالي من المحسوبية .

**أبعاد الصمود النفسي :-**

- الكفاءة الشخصية، الكفاءة الاجتماعية، التوجه الإيجابي للمستقبل، القيم الروحية. (أزهار عبد المعطي غيث، ٢٠١٤، ٦٠)
- الأمل، التفاؤل، التحمل، الكفاءة الذاتية، التماسك. (Koen, 2010, 5)
- التفاؤل، المرونة، الكفاءة الذاتية والاجتماعية، التعامل مع المشكلات، المثابرة. (أمل عبد المنعم محمد، غادة محروس عبد الحفيظ، ٢٠١٩، ١٨٨)
- الصلابة، التفاؤل، وفرة كفاية الموارد، الهدف المراد تحقيقه. (فاتن فاروق عبد الفتاح، شيري مسعد حليم، ٢٠١٤، ٩٨)
- كفاءة المرونة، التماسك الشخصي، التفاؤل، تحمل المسؤولية. (عرفات حسين أبو مشايخ، ٢٠١٨، ٦٦)
- كفاءة الشخصية، التنظيم الانفعالي، حل المشكلات، الصلابة، الكفاءة الاجتماعية، التوجه الإيجابي نحو المستقبل. (نسرین محمد أبو ديوسه، ٢٠١٩، ٨)
- ومما سبق توصلت الباحثتان إلي أبعاد الصمود النفسي وهي**
- أ- الكفاءة الشخصية والاجتماعية
- ب- التدين (القيم الروحية) (القيم الدينية) (القيم الروحانية).
- ت- حل المشكلات
- ث- تفاؤل (التوجه الإيجابي للمستقبل).

**ثالثاً: الحيوية الذاتية :-****مفهوم الحيوية الذاتية :-**

- نمط السلوك الذي يتسم بالقوة والحماس والنشاط والمثابرة. (جابر عبد الحميد، علاء الدين كفاي، ١٩٩٦، ٤١٥٧)
- دالة لمستوي الطاقة والنشاط الذاتي التلقائي من قبل الشخص وتمتع به بروح المثابرة والاجتهاد في تحقيق أهدافه والتغلب على أيه عقبات أو تحديات تحول دون تحقيقه لهذه الأهداف، فإنها تتطلب في المقام الأول التكامل بين الوظائف النفسية والبدنية كتجسيد للحالة النفسية والبدنية المثلى. (أسامة كامل راتب، ٢٠٠٠، ١١٧)
- خبرة داخلية للطاقة تنبثق من داخل الإنسان وليس من خارجة أو من البيئة المحيطة وحدود تلك الطاقة ليس لها علاقة بحاله العقلية أو الجسمية. (Bostic, etal, 2000, 315)
- حالة من التمتع بمستوي مرتفع من الروح المعنوية والفاعلية والنشاط والنشوة وتعددي إلي تنشيط الآخرين علي الاقبال علي الحياة بهمة. (Petereson & Seligman, 2004, 273)
- الشعور بالإثارة والحماسة للحياة وترتبط عكسيا بالأمراض الجسمية المزمنة مثل الصداع واضطرابات النوم والام المعدة وترتبط إيجابيا بخصائص الشخصية مثل الاستقلال وتحقق الذات وتقدير الذات بالإضافة لبعض السمات الشخصية. (Cug, F, 2015, 8-9)
- أساس وجود الحياة والقوة المحركة، إذ تعني شعور الفرد بالحماس للحياة والامتلاء بالطاقة والنشاط. (Kacker, 2015, 928)
- خبرة الفرد الشعورية الواعية بامتلاك مصدر الطاقة والتي تعتبر الجزء المدرك الممتع للرفاهية النفسية. (Cauto, etal, 2017, 261)
- خبرة إيجابية خالية نسبياً من الغضب والشعور بالتوتر والقلق. (Thieler, J, 2017, 8)
- حالة يشعر فيها الإنسان أنه مليء بالحياة والطاقة ولديه قوة أو همة من جميع النواحي، فهي قوه ندفع الانسان للاستمرار في العيش بمعني وهدف.
- (سارة حسام الدين مصطفى، ٢٠١٨، ٤٤)

حالة من الشعور الإيجابي بالحياة والطاقة التي تعرب عن نفسها في صيغة التحمس والامتلاء بالحياة والاحساس بالقوة والشعور بالافتقار وتجسيد لمشاعر الكفاءة والإنتعاش وكون المرء فعالاً ومنتجاً ونشطاً. (أزهار محمد محمد، ٢٠٢٠، ٢٤٦)

الامتلاء بالسعادة والفرح والسرور والتفاؤل والحماس ومواجهة كل من الضغط والتوتر والقلق المعوق بهدف الوصول إلى الأداء الأفضل والتطلع بحماس للمستقبل وتنشيط الدافعية الإيجابية فضلاً عن التمتع بالسلامة البدنية لتحقيق الأهداف المرجوة. (عفراء إبراهيم خليل، ٢٠٢٠، ٢٩)

مجموعة من الأفكار والمشاعر والسلوكيات التي تنم عن امتلاك الشخص الطاقة والحماسة والهمة والشعور بالافتقار والدافعية لأداء مهامه بفاعلية وكفاءة. (فاطمة الزهراء محمد، ٢٠٢٠، ٢٤٣)

خبرة ذاتية وشعور داخلي يدفع الفرد باتجاه معانقة الحياة والأقبال عليها بجد واجتهاد ومثابرة وهي خبرات ذات طابع كلي. (محمد السعيد أبو حلاوة، عاطف مسعد الحسيني، ٢٠١٦، ٢٣١)

مما سبق يمكن للباحثان تعريف الحيوية الذاتية علي أنها "شعور إيجابي داخلي ممتليء بالطاقة والنشاط والحماس في جميع النواحي تدفع الفرد إلى الأداء الأفضل وتتضمن الحيوية الجسمية، الذهنية، الانفعالية، الاجتماعية، الروحية".

#### أبعاد الحيوية الذاتية :-

#### ١-الحيوية البدنية (الجسمية) Physical Vitality

هي تجسيد للحالة الصحية والعافية البدنية التي تمد الشخص بالطاقة والحيوية لإتجاز المهام والأنشطة بهمة ونشاط وهي حالة ليست مطلوبة في الأنشطة الرياضية فقط بل أكثر أهمية في واقع الأمر لتمكين الشخص من العمل المثمر وأداء مهام الحياة اليومية. (أزهار محمد محمد، ٢٠٢٠، ٢٤٦)

هي أن يكون لدى الفرد طاقة لفهل شيء بقوة وقدرة علي تحمل المتاعب والضغوط وهذا ليس فقط في الأنشطة الرياضية ولكن في جميع أنشطة العمل والحياة اليومية. (سارة حسام الدين مصطفى، ٢٠١٨، ٤٣)

هي دالة في جزء منها لأسلوب حياة الشخص اليومي من حيث نظام تغذيته ونظام نموه ونظام الرعاية الصحية وظروف السكن وطبيعة البيئة المكانية التي يتحرك في إطارها من حيث التنظيم والنظافة والخدمات المتاحة. (محمد السعيد أبو حلاوة، عاطف مسعد الحسيني، ٢٠١٦، ١٨٩)

إن إصابة الفرد بإعاقة لا تعني فقدانه للحيوية الذاتية فالأهم هو شعوره بقدرته علي أداء مهامه بفاعلية وشعور بالسلامة البدنية والقوة التي تساعد علي تحقيق هدفه. (فاطمة الزهراء محمد، ٢٠٢٠، ٢٤٦-٢٤٧)

ومما سبق تعرف الباحثان الحيوية البدنية علي أنها "وجود طاقة جسمية لفعل شئ معين بقوة وقدرة علي تحمل المتاعب والضغوط ولديته صحة جيدة".

#### ٢-الحيوية الذهنية: Mental Vitality

تعني امتلاك الشخص القدرة واللياقة والطاقة الذهنية التي تمكنه من التفكير المتزن الهادي مع اليقظة العقلية والحساسية للثغرات والمشكلات والتوجه المعرفي المرتكز علي حل المشكلات وبالتالي فهي حالة من اليقظة والتنبيه والفاعلية العقلية. (أزهار محمد محمد، ٢٠٢٠، ٢٤٧)

تعني امتلاك الفرد الطاقة الذهنية واليقظة والفاعلية الدافعية العقلية التي تمكنه من التفكير الهادي الواضح، القدرة علي التعامل مع المشكلات واستخدام استراتيجيات تفكير جديدة. (فاطمة الزهراء محمد، ٢٠٢٠، ٢٤٧)

هي وجود طاقة عقلية كافية للتفكير بوضوح وكذلك القدرة علي تحمل الضغوط والتعامل مع المشكلات والتوجه المعرفي المرتكز علي حل المشكلات بفاعلية ويقظة ذهنية. (سارة حسام الدين، ٢٠١٨، ٤٤)

إن الحيوية الذهنية دالة في جزء مناخا للحيوية البدنية إذ أن التدفق التلقائي لكمية مناسبة من الأوكسجين والعناصر الغذائية بالدم الواصلة إلي الدماغ أمر حتميا لسلامة عمل الدماغ ولتنشيط العمليات المعرفية الأساسية والمتقدمة فضلا عن عمليات ما وراء المعرفية. (عبد العزيز إبراهيم سليم، ٢٠١٦، ١٨٩)

ومما سبق تعرف الباحثان الحيوية الذهنية علي أنها " وجود طاقة عقلية كافية للتفكير بوضوح واستخدام استراتيجيات تفكير جديدة والقدرة علي تحمل الضغوط والتعامل مع المشكلات بفاعلية ويقظة ذهنية".

### ٣- الحيوية الانفعالية Emotional Vitality

هي دالة علي مدي نضج الشخص انفعالياً ، كما يتضح في مستوي كفاءته الإنفعالية وما يكمن وراءها من مهارات الحساسية الانفعالية والضبط الانفعالي والتعبير الانفعالي علي المستويين اللفظي وغير اللفظي فضلا عن تبني الشخص لاتجاهات نفسية إيجابية نحو الحياة تجعله مبتهجا ومتحمسا وراضيا وشاعرا بالسكينة وراحة البال وبغض النظر عن منغصات الحياة وظروفها الصعبة. (أزهار محمد محمد، ٢٠٢٠، ٢٤٧)

تعني شعور الفرد بالسعادة والسلام والتحمس والمتعة أثناء التعامل مع أحداث الحياة الضاغطة أي وجود صحة انفعالية سليمة. (سارة حسام الدين مصطفى، ٢٠١٨، ٤٥)

تتمثل في شعور الفرد بالهمة والنشاط والحماس والمثابرة والدافعية العالية للإنجاز والقدرة علي ضبط وتنظيم الانفعالات ، وتبني اتجاهات نفسية إيجابية نحو الحياة تجعله راضيا سعيدا مستمتعا بحياته ومقبلا عليها بغض النظر عن منغصات الحياة. (عبد العزيز إبراهيم سليم، ٢٠١٦، ١٩٠)

ومما سبق تعرف الباحثان الحيوية الانفعالية علي أنها " شعور الإنسان بالسعادة والسلام والتحمس والمتعة أثناء التعامل مع أحداث الحياة اليومية الضاغطة والنظرة الإيجابية للحياة".

### ٤- الحيوية الاجتماعية Social Vitality

هي دالة لحالة التيقظ والتنبه والتفهم والاستبصار العام التي تتواجد لدي بعض البشر أثناء التفاعل الاجتماعي وتزيد من معامل تأثيرهم في الآخرين ، وترقي في نفس الوقت من مكانتهم الاجتماعية داخل الجماعة. (عبد العزيز إبراهيم سليم، ٢٠١٦، ١٩١)

تتضمن الحيوية الاجتماعية عناصر أساسية وهي سرعة التجاوب الانفعالي والاجتماعي والتمتع بدرجة عالية من الحس الفكاهي وروح الدعابة مع القدرة علي حث الآخرين وتنشيطهم والألهام بصورة تدفعهم للتفاعل الاجتماعي ، وترتبط الحيوية الاجتماعية ببعض المتغيرات الإيجابية الاجتماعية مثل الحساسية الاجتماعية البصيرة الاجتماعية ، التعاطف والتجديد أو الانطلاق الاجتماعي والسلوك الايثاري. (محمد السعيد أبو حلاوة ، عاطف مسعد الحسيني، ٢٠١٦، ٢٣٠)

وممن سبق تعرف الباحثان الحيوية الاجتماعية علي أنها " وجود حالة من التيقظ والتنبه والتفهم والاستبصار لدي الفرد أثناء التفاعل الاجتماعي مع الآخرين".

### ٥- الحيوية الروحية Spiritual Vitality

أن مؤشرات الحيوية الروحية تتمثل في الاندفاع النشط الإيجابي التلقائي من قبل الفرد لتأصيل قيم الحق والخير والجمال والتجويد السلوكي لحياة الآخرين في إطار القيم الروحية العليا المرتبطة بنسق الاعتقاد ، مع الشعور بالطمأنينة والصفاء والسكينة العامة. (عبد العزيز إبراهيم سليم، ٢٠١٦، ١٩١)

هناك علاقة بين الحيوية الروحية والصحة الجسدية والاجتماعية والانفعالية والعقلية ، فمن يتمتع بالحيوية الروحية يستطيع التعاطف مع الآخرين والمشاركة الوجدانية وتقديم الدعم لهم . ( Sweat , 2006, 40 )  
ومما سبق تعرف الباحثان الحيوية الروحية علي أنها " قدرة الفرد علي التعلق بكل ما هو خير وجدير بالقيمة والتقدير في العالم والكون".

## إجراءات البحث

### أولاً : منهج البحث

تم استخدام المنهج الوصفي الارتباطي وذلك لمناسبته لطبيعة البحث ولتحقيق أهدافه.

### ثانياً : عينة البحث

١- **العينة الاستطلاعية:** تكونت العينة الاستطلاعية في هذا البحث من (١٠١) من السادة أعضاء هيئة التدريس ومعاونيهم بكلية التربية جامعة الإسكندرية.

٢- **العينة الأساسية:** تكونت العينة الأساسية من (١٨٣) من السادة أعضاء هيئة التدريس ومعاونيهم بكلية التربية جامعة الإسكندرية، ويوضح جدول (٢) توزيع العينة الأساسية للبحث تبعاً لمتغيراته الديموجرافية.

جدول (٢) توزيع العينة الأساسية للبحث تبعاً لمتغيراته الديموجرافية (ن=١٨٣)

المتغيرات وفئاتها	العدد	النسبة المئوية
النوع	ذكر	32.2
	أنثى	67.8
التخصص	تربوي	56.3
	أكاديمي	43.7
الدرجة الوظيفية	معيد	12.0
	مدرس مساعد	23.5
	مدرس	36.1
	أستاذ مساعد	20.8
سنوات الخبرة	أستاذ	7.7
	أقل من سنة	6.6
	من (١-٥) سنوات	28.4
	من (١٠-٥) سنوات	22.4
	من (١٥-١٠) سنة	21.9
أكثر من (١٥) سنة	20.8	

### ثالثاً : أدوات البحث

#### ١- مقياس إدارة الأزمات. (إعداد/ الباحثان)

أ- **الهدف من المقياس:** يهدف هذا المقياس إلى قياس مهارات إدارة الأزمات لدى السادة أعضاء هيئة التدريس ومعاونيهم بكلية التربية جامعة الإسكندرية.

ب- **وصف المقياس:** لبناء هذا المقياس إطلعت الباحثان على العديد من الدراسات والبحوث العربية والأجنبية التي تناولت موضوع إدارة الأزمات مثل دراسة كلا من "تيسير عبد الله ، رجاء زهير المسيلي" (٢٠٠٥) ، " هيبه المهدي" (٢٠٠١) ، "نايف فهد المقاطي (٢٠١٤) ، " مني عبد المنعم محمد أحمد" (٢٠٠٨) كما اطلعت الباحثان على الاستبيانات والمقاييس التي تم استخدامها في هذه الدراسات



لقياس إدارة الأزمات. ويوضح جدول (٣) عدد المفردات المخصصة لكل مهارة من مهارات إدارة الأزمات في الصورة الأولية للمقياس.

جدول (٣) عدد المفردات المخصصة لكل مهارة من مهارات إدارة الأزمات في الصورة الأولية للمقياس

عدد المفردات قبل التحكيم	الأبعاد
٦	التنبؤ بالأزمات.
٦	الوقاية من الأزمات.
٦	مواجهة الأزمات.
٦	الاستفادة من الأزمات.
٢٤	المجموع الكلي

وتقدر الدرجات علي المقياس وفقاً لتدرج ليكرت الخماسي Fifth Likert Scale (دائماً-غالباً- أحياناً - نادراً - أبداً) على الترتيب (١-٢-٣-٤-٥) في حالة المفردات الموجبة والعكس في حالة المفردات السالبة.

ج- صدق المقياس:

**الصدق العاملي:** يسعى التحليل العاملي إلى تحديد المتغيرات الكامنة (العوامل) التي توضح نمط الارتباطات بين العديد من المتغيرات، ولحساب الصدق العاملي مقياس مهارات إدارة الأزمات استخدمت الباحثان التحليل العاملي الاستكشافي Exploratory factor Analysis بطريقة المكونات الأساسية Principal Components Method مع تدوير المحاور بطريقة الفاريماكس Varimax Method. كما استخدمت الباحثان مقياس بارلتت Bartlett's Test of Sphericity للتأكد من أن مصفوفة الارتباط لا تساوي مصفوفة الوحدة. (Field, A, 2009, P648) وكانت نتيجة مقياس بارلتت Bartlett's Test دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (٠.٠١)، وهذا يشير إلى خلو مصفوفة الارتباط من معاملات ارتباط تامة أي أن مصفوفة الارتباط لا تساوي مصفوفة الوحدة وأنه يوجد ارتباط بين بعض المتغيرات في المصفوفة مما يوفر أساساً سليماً إحصائياً لاستخدام أسلوب التحليل العاملي. ويوضح جدول (٤) نتائج التحليل العاملي الاستكشافي لمقياس مهارات إدارة الأزمات.

جدول (٤) نتائج التحليل العاملي الاستكشافي لمقياس مهارات إدارة الأزمات (ن=١٠١)

م	التشبعات على العامل		
	الأول	الثاني	الثالث
١	0.627		
٢	0.484		
٣	0.633		
٤	0.524		
٥	0.603		
٦	0.651		
١		0.629	
٢		0.480	
٣		0.636	
٤		0.630	
٥		0.478	
٦		0.663	

٢	التشبعات على العامل			
	الأول	الثاني	الثالث	الرابع
١			0.628	
٢			0.607	
٣			0.535	
٤			0.520	
٥			0.631	
٦			0.627	
١			0.623	
٢			0.600	
٣			0.619	
٤			0.628	
٥			0.575	
٦			0.532	
		5.27	6.65	8.11
		13.02	16.43	20.03
				8.65
				21.37
				70.84

يتضح من جدول (٤) أن:

- **العامل الأول:** تشبع عليه عدد (٦) مفردات وبلغت قيمة جذره الكامن (٨.٦٥) وفسر نسبة (٢١.٣٧٪) من التباين في أداء العينة الاستطلاعية على المقياس، وتدل عباراته على أنها استشعار الأزمة والتنبؤ بحدوثها في ضوء بعض المؤشرات قبل حدوثها وعليه يمكن تسميه هذا العامل بـ "التنبؤ بالأزمات".
  - **العامل الثاني:** تشبع عليه عدد (٦) مفردات وبلغت قيمة جذره الكامن (٨.١١) وفسر نسبة (٢٠.٠٣٪) من التباين في أداء العينة الاستطلاعية على المقياس، وتدل عباراته على أنها توفير الإمكانيات المادية والبشرية والتدريب على كيفية التعامل مع الأزمة استعداداً لمواجهةها وعليه يمكن تسميه هذا العامل بـ "الوقاية من الأزمات".
  - **العامل الثالث:** تشبع عليه عدد (٦) مفردات وبلغت قيمة جذره الكامن (٦.٦٥) وفسر نسبة (١٦.٤٣٪) من التباين في أداء العينة الاستطلاعية على المقياس، وتدل عباراته على أنها احتواء الأزمة منع انتشارها واستخدام الأسلوب العلمي والخطط المناسبة لمواجهةها وعليه يمكن تسميه هذا العامل بـ "مواجهة الأزمات".
  - **العامل الرابع:** تشبع عليه عدد (٦) مفردات وبلغت قيمة جذره الكامن (٥.٢٧) وفسر نسبة (١٣.٠٢٪) من التباين في أداء العينة الاستطلاعية على المقياس، وتدل عباراته على أنها الاستفادة من الخبرات المختلفة في التعامل مع الأزمة للاستفادة منها في الأزمات المستقبلية وعليه يمكن تسميه هذا العامل بـ "الاستفادة من الأزمات".
- بلغت نسبة التباين التجميعة للمقياس ككل (٧٠.٨٤٪)، والتشبع المقبول والذال إحصائياً يجب ألا تقل قيمته عن (٠.٣٠)؛ وعليه يتضح من الجدول السابق أن مفردات مقياس مهارات إدارة الأزمات أظهرت تشبعات زادت قيمتها عن (٠.٣٠) علي العوامل الأربعة من التحليل العاملي ولذلك فهي تشبعات دالة إحصائياً.
- ومن خلال حساب صدق مقياس مهارات إدارة الأزمات بطريقة الصدق العاملي يتضح أن المقياس يتمتع بمعامل صدق مقبول؛ مما يشير إلى إمكانية استخدامه في البحث الحالي، والوثوق بالنتائج التي سيسفر عنها البحث.

د- ثبات المقياس: تم حساب ثبات المقياس بطريقتي ألفا كرونباخ Cronbach's alpha وإعادة التطبيق Test- Retest، والنتائج يوضحها جدول (٥):  
جدول (٥) معاملات ثبات مقياس مهارات إدارة الأزمات بطريقتي ألفا كرونباخ وإعادة التطبيق (ن=١٠١)

الأبعاد	معامل ثبات	
	ألفا كرونباخ	إعادة التطبيق
التنبؤ بالأزمات.	٠.٧٩٢	٠.٨٢٠
الوقاية من الأزمات.	٠.٧٩٧	٠.٨٢٨
مواجهة الأزمات.	٠.٧٩٤	٠.٨٢٣
الاستفادة من الأزمات.	٠.٧٩٠	٠.٨٢٥
المقياس ككل	٠.٨٢٢	٠.٨٥٩

يتضح من جدول (٥) أن مقياس مهارات إدارة الأزمات يتمتع بمعاملات ثبات مقبولة، مما يُشير إلى إمكانية استخدامه في البحث الحالي والوثوق بالنتائج التي سيُسفر عنها البحث. ومما تقدم ومن خلال حساب ثبات مقياس إدارة الأزمات بطريقتي ألفا كرونباخ وإعادة التطبيق يتضح أن المقياس يتمتع بدرجة مرتفعة من الثبات، مما يشير إلى إمكانية استخدامه في البحث الحالي، والوثوق بالنتائج التي سيُسفر عنها البحث.

## ٢- مقياس الصمود النفسي. (إعداد / الباحثان)

أ- الهدف من المقياس: يهدف هذا المقياس إلى قياس الصمود النفسي لدى السادة أعضاء هيئة التدريس ومعاونيهم بكلية التربية جامعة الإسكندرية.

أ- وصف المقياس: لبناء هذا المقياس إطلعت الباحثان على العديد من الدراسات والبحوث العربية والأجنبية التي تناولت موضوع الصمود النفسي مثل دراسة كلا من "إيناس جوهر" (٢٠١٤)، "ازهار عبد المعطي غيث" (٢٠١٧)، "محمد مصطفى عبد الرازق" (٢٠١٢)، "هيام صابر" (٢٠١٣)، "فاتن فاروق عبد الفتاح، شيري مسعد عبد الفتاح" (٢٠١٤)، "سحر فاروق علام" (٢٠١٣)، "عطاف محمود أبو غالي" (٢٠١٧) كما اطلعت الباحثان على الاستبيانات والمقاييس التي تم استخدامها في هذه الدراسات لقياس الصمود النفسي. ويوضح جدول (٦) عدد المفردات المخصصة لكل بعد من أبعاد الصمود النفسي في الصورة الأولية للمقياس:

جدول (٦) عدد المفردات المخصصة لكل بعد من أبعاد الصمود النفسي في الصورة الأولية للمقياس

الأبعاد	عدد المفردات قبل التحكيم
الكفاءة الشخصية والاجتماعية.	٨
التدين.	٨
حل المشكلات.	٨
التفاوض.	٨
المجموع الكلي	٣٢

وتقدر الدرجات علي المقياس وفقاً لتدريج ليكرت الخماسي Fifth Likert Scale (دائماً- غالباً - أحياناً - نادراً - أبداً) على الترتيب (١-٢-٣-٤-٥) في حالة المضردات الموجبة والعكس في حالة المضردات السالبة.

### ج- صدق المقياس:

**الصدق العاملي:** لحساب الصدق العاملي مقياس الصمود النفسي استخدمت الباحثان التحليل العاملي الاستكشافي Exploratory factor Analysis بطريقة المكونات الأساسية Principal Components Method مع تدوير المحاور بطريقة الفاريماكس Varimax Method كما استخدمت الباحثان مقياس بارتلت Bartlett's Test of Sphericity للتأكد من أن مصفوفة الارتباط لا تساوي مصفوفة الوحدة، وكانت نتيجة مقياس بارتلت Bartlett's Test دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (٠.٠١)، وهذا يشير إلى خلو مصفوفة الارتباط من معاملات ارتباط تامة أي أن مصفوفة الارتباط لا تساوي مصفوفة الوحدة وأنه يوجد ارتباط بين بعض المتغيرات في المصفوفة مما يوفر أساساً سليماً إحصائياً لاستخدام أسلوب التحليل العاملي. ويوضح جدول (٧) نتائج التحليل العاملي الاستكشافي مقياس الصمود النفسي.

جدول (٧) نتائج التحليل العاملي الاستكشافي مقياس الصمود النفسي (ن=١٠٣)

م	التشبعات على العامل			
	الأول	الثاني	الثالث	الرابع
١	0.501			
٢	0.553			
٣	0.510			
٤	0.494			
٥	0.520			
٦	0.531			
٧	0.526			
٨	0.472			
١		0.503		
٢		0.538		
٣		0.573		
٤		0.614		
٥		0.635		
٦		0.605		
٧		0.446		
٨		0.620		
١			0.618	
٢			0.493	
٣			0.614	
٤			0.514	
٥			0.505	
٦			0.540	
٧			0.539	
٨			0.634	

م	التشعبات على العامل			
	الأول	الثاني	الثالث	الرابع
١				0.669
٢				0.478
٣				0.543
٤				0.511
٥				0.498
٦				0.523
٧				0.496
٨				0.587
	9.03	7.96	5.78	4.44
	24.29	21.40	15.54	11.94
	73.18			

يتضح من جدول (٧) أن:

- **العامل الأول:** تشبع عليه عدد (٨) مفردات وبلغت قيمة جذره الكامن (٩.٠٣) وفسر نسبة (٢٤.٢٩%) من التباين في أداء العينة الاستطلاعية على المقياس، وتدل عباراته على إدارة النفس والتفاعل بشكل فعال مع المحيطين وعليه يمكن تسميه هذا العامل بـ "الكفاءة الشخصية والاجتماعية".
  - **العامل الثاني:** تشبع عليه عدد (٨) مفردات وبلغت قيمة جذره الكامن (٧.٩٦) وفسر نسبة (٢١.٤٠%) من التباين في أداء العينة الاستطلاعية على المقياس، وتدل عباراته على الايمان بمجموعة المعايير والضوابط والضوابط مثل ( العبادات والدعاء والصبر ) في تيسير امور حياته وعليه يمكن تسميه هذا العامل بـ "التدين".
  - **العامل الثالث:** تشبع عليه عدد (٨) مفردات وبلغت قيمة جذره الكامن (٥.٧٨) وفسر نسبة (١٥.٥٤%) من التباين في أداء العينة الاستطلاعية على المقياس، وتدل عباراته على تحديد المشكلة وإيجاد الحلول واتخاذ القرارات المناسبة لحلها وعليه يمكن تسميه هذا العامل بـ "حل المشكلات".
  - **العامل الرابع:** تشبع عليه عدد (٨) مفردات وبلغت قيمة جذره الكامن (٤.٤٤) وفسر نسبة (١١.٩٤%) من التباين في أداء العينة الاستطلاعية على المقياس، وتدل عباراته على توقع حدوث الأشياء الحسنة بدرجة اكبر من حدوث الأشياء السيئة وعليه يمكن تسميه هذا العامل بـ "التفاؤل".
  - بلغت نسبة التباين التجميعي للمقياس ككل (٧٣.١٨%).  
والتشبع المقبول والبدال إحصائياً يجب ألا تقل قيمته عن (٠.٣٠)؛ وعليه يتضح من الجدول السابق أن مفردات مقياس الصمود النفسي أظهرت تشعبات زادت قيمتها عن (٠.٣٠) على العوامل الأربعة من التحليل العاملي ولذلك فهي تشعبات دالة إحصائياً .  
ومن خلال حساب صدق مقياس الصمود النفسي بطريقة الصدق العاملي يتضح أن المقياس يتمتع بمعامل صدق مقبول؛ مما يشير إلى إمكانية استخدامه في البحث الحالي، والوثوق بالنتائج التي سيسفر عنها البحث.
- د- ثبات المقياس: تم حساب ثبات المقياس بطريقتي ألفا كرونباخ Cronbach's alpha وإعادة التطبيق Test- Retest، والنتائج يوضحها جدول (٨):

جدول (٨) معاملات ثبات مقياس الصمود النفسي بطريقتي ألفا كرونباخ وإعادة التطبيق (ن=١٠١)

معامل ثبات		الأبعاد
إعادة التطبيق	ألفا كرونباخ	
٠.٨٣٤	٠.٨٠٦	الكفاءة الشخصية والاجتماعية.
٠.٨٣٢	٠.٨١١	التدين.
٠.٨٣٥	٠.٨٠٢	حل المشكلات.
٠.٨٣٧	٠.٨٠٩	التقاؤل.
٠.٨٦٤	٠.٨٢٩	المقياس ككل

يتضح من جدول (٨) أن مقياس الصمود النفسي يتمتع بمعاملات ثبات مقبولة، مما يُشير إلى إمكانية استخدامه في البحث الحالي والوثوق بالنتائج التي سيسفر عنها البحث. ومما تقدم ومن خلال حساب ثبات مقياس الصمود النفسي بطريقتي ألفا كرونباخ وإعادة التطبيق يتضح أن المقياس يتمتع بدرجة مرتفعة من الثبات، مما يشير إلى إمكانية استخدامه في البحث الحالي، والوثوق بالنتائج التي سيسفر عنها البحث.

٣- مقياس الحيويّة الذاتية. (إعداد/ الباحثان)

أ- الهدف من المقياس: يهدف هذا المقياس إلى قياس الحيويّة الذاتية لدى السادة أعضاء هيئة التدريس ومعاونيهم بكلية التربية جامعة الإسكندرية.

ب- وصف المقياس: لبناء هذا المقياس إطلعت الباحثان على العديد من الدراسات والبحوث العربية والأجنبية التي تناولت موضوع الحيويّة الذاتية مثل دراسة كلا من " تحرير امين جاسم ، حسن علي سعد (٢٠١٩) ، أزهار محمد محمد محمد (٢٠٢٠) ، عذراء إبراهيم خليل العبيدي (٢٠٢٠) ، سارة حسام الدين مصطفى (٢٠١٨) ، فاطمة الزهراء محمد ملبح (٢٠٢٠) Peterson, C& Seligman, M.E.P(2004) كما اطلعت الباحثان على الاستبيانات والمقاييس التي تم استخدامها في هذه الدراسات لقياس الحيويّة الذاتية. ويوضح جدول (٩) عدد المفردات المخصصة لكل بعد من أبعاد الحيويّة الذاتية في الصورة الأولى للمقياس:

جدول (٩) عدد المفردات المخصصة لكل بعد من أبعاد الحيويّة الذاتية في الصورة الأولى للمقياس

عدد المفردات قبل التحكيم	الأبعاد
٤	الحيويّة الذهنيّة.
٤	الحيويّة الجسميّة.
٤	الحيويّة الانفعاليّة.
٤	الحيويّة الاجتماعيّة.
٤	الحيويّة الدينيّة.
٢٠	المجموع الكلي

وتقدر الدرجات علي المقياس وفقاً لتدرّج ليكرت الخماسي Fifth Likert Scale (دائماً - غالباً - أحياناً - نادراً - أبداً) على الترتيب (٥-٤-٣-٢-١) في حالة المفردات الموجبة والعكس في حالة المفردات السالبة.

## ج- صدق المقياس:

**الصدق العاملي:** لحساب الصدق العاملي مقياس الحيوية الذاتية استخدمت الباحثان التحليل العاملي الاستكشافي Exploratory factor Analysis بطريقة المكونات الأساسية Principal Components Method مع تدوير المحاور بطريقة الفاريماكس Varimax Method . كما استخدمت الباحثان مقياس بارلت Bartlett's Test of Sphericity للتأكد من أن مصفوفة الارتباط لا تساوي مصفوفة الوحدة. ، وكانت نتيجة مقياس بارلت Bartlett's Test إحصائياً عند مستوى دلالة (٠.٠١)، وهذا يُشير إلى خلو مصفوفة الارتباط من معاملات ارتباط تامة أي أن مصفوفة الارتباط لا تساوي مصفوفة الوحدة وأنه يوجد ارتباط بين بعض المتغيرات في المصفوفة مما يوفر أساساً سليماً إحصائياً لاستخدام أسلوب التحليل العاملي. ويوضح جدول (١٠) نتائج التحليل العاملي الاستكشافي مقياس الحيوية الذاتية.

جدول (١٠) نتائج التحليل العاملي الاستكشافي مقياس الحيوية الذاتية (ن=١٠١)

التشعبات على العامل					٤
الأول	الثاني	الثالث	الرابع	الخامس	
0.508					١
0.512					٢
0.494					٣
0.503					٤
	0.498				١
	0.516				٢
	0.459				٣
	0.569				٤
		0.529			١
		0.566			٢
		0.492			٣
		0.503			٤
		0.528			١
		0.431			٢
		0.516			٣
		0.494			٤
0.605					١
0.589					٢
0.629					٣
0.492					٤
2.10	4.37	4.96	6.05	7.49	
4.47	9.31	10.57	12.89	15.95	
53.19					

يتضح من جدول (١٠) أن:

- **العامل الأول:** تشعب عليه عدد (٤) مفردات وبلغت قيمة جذره الكامن (٧.٤٩) وفسر نسبة (١٥.٩٥%) من التباين في أداء العينة الاستطلاعية على المقياس، وتدل عباراته على وجود طاقة عقلية كافية للتفكير بوضوح واستخدام استراتيجيات تفكير جديدة والقدرة على

تحمل الضغوط والتعامل مع المشكلات بفاعلية ويقظة ذهنية وعليه يُمكن تسميه هذا العامل بـ "الحيوية الذهنية".

- **العامل الثاني:** تشبع عليه عدد (٤) مفردات وبلغت قيمة جذره الكامن (٦.٠٥) وفسر نسبة (١٢.٨٩%) من التباين في أداء العينة الاستطلاعية على المقياس، وتدل عباراته على وجود طاقة جسمية لفعل شيء بقوة وقدرة علي تحمل المتاعب والضغوط الجسمية ووجود صحه جسمية جديدة وعليه يُمكن تسميه هذا العامل بـ "الحيوية الجسمية".

- **العامل الثالث:** تشبع عليه عدد (٤) مفردات وبلغت قيمة جذره الكامن (٤.٩٦) وفسر نسبة (١٠.٥٧%) من التباين في أداء العينة الاستطلاعية على المقياس، وتدل عباراته على شعور الفرد بالسعادة والسلام والتحمس والمتعة أثناء التعامل مع أحداث الحياة اليومية الضاغطة ولديه النظرة الإيجابية للحياة وعليه يُمكن تسميه هذا العامل بـ "الحيوية الانفعالية".

- **العامل الرابع:** تشبع عليه عدد (٤) مفردات وبلغت قيمة جذره الكامن (٤.٣٧) وفسر نسبة (٩.٣١%) من التباين في أداء العينة الاستطلاعية على المقياس، وتدل عباراته على وجود حالة من التيقظ والتنبؤ والتفهم والاستبصار لدي الفرد أثناء التفاعل الاجتماعي مع الآخرين وعليه يُمكن تسميه هذا العامل بـ "الحيوية الاجتماعية".

- **العامل الخامس:** تشبع عليه عدد (٤) مفردات وبلغت قيمة جذره الكامن (٢.١٠) وفسر نسبة (٤.٤٧%) من التباين في أداء العينة الاستطلاعية على المقياس، وتدل عباراته على تعلق الفرد بكل ما هو خير وجدير بالقيمة والتقدير في العالم والكون وعليه يُمكن تسميه هذا العامل بـ "الحيوية الدينية".

بلغت نسبة التباين التجميعي للمقياس ككل (٥٣.١٩%)، والتشبع المقبول والدال إحصائياً يجب ألا تقل قيمته عن (٠.٣٠)؛ وعليه يتضح من الجدول السابق أن مفردات مقياس الحيوية الذاتية أظهرت تشبعات زادت قيمتها عن (٠.٣٠) علي العوامل الخمسة من التحليل العاملي ولذلك فهي تشبعات دالة إحصائياً.

ومن خلال حساب صدق مقياس الحيوية الذاتية بطريقة الصدق العاملي يتضح أن المقياس يتمتع بمعامل صدق مقبول؛ مما يشير إلى إمكانية استخدامه في البحث الحالي، والثوق بالنتائج التي سيسفر عنها البحث.

د- **ثبات المقياس:** تم حساب ثبات المقياس بطريقتي ألفا كرونباخ Cronbach's alpha وإعادة التطبيق Test- Retest، والنتائج يوضحها جدول (١١):

جدول (١١) معاملات ثبات مقياس الحيوية الذاتية بطريقتي ألفا كرونباخ وإعادة التطبيق (ن=١٠٣)

معامل ثبات		الأبعاد
إعادة التطبيق	ألفا كرونباخ	
٠.٨٠٨	٠.٧٨٢	الحيوية الذهنية
٠.٨٠٠	٠.٧٨٣	الحيوية الجسمية
٠.٨٠٦	٠.٧٧٧	الحيوية الانفعالية
٠.٨٠١	٠.٧٧٩	الحيوية الاجتماعية
٠.٨٠٤	٠.٧٨١	الحيوية الدينية
٠.٨٤٧	٠.٨١٨	المقياس ككل



يتضح من جدول (١١) أن مقياس الحيوية الذاتية يتمتع بمعاملات ثبات مقبولة، مما يُشير إلى إمكانية استخدامه في البحث الحالي والوثوق بالنتائج التي سيُسفر عنها البحث. ومما تقدم ومن خلال حساب ثبات مقياس الحيوية الذاتية بطريقتي ألفا كرونباخ وإعادة التطبيق يتضح أن المقياس يتمتع بدرجة مرتفعة من الثبات، مما يشير إلى إمكانية استخدامه في البحث الحالي، والوثوق بالنتائج التي سيُسفر عنها البحث.

### نتائج البحث ومناقشتها وتفسيرها

بداية اعتمدت الباحثتان في التحليل الإحصائي للبيانات للتأكد من صحة فروض البحث من عدمها على الأساليب الإحصائية الآتية:

- ١- معامل ارتباط بيرسون حيث أن معامل الارتباط هو مقياس لقوة (حجم) العلاقة بين متغيرين (مستوي قياسهما فترتي أو نسبي)، وتتراوح قيمة معامل الارتباط، ويدل معامل الارتباط (+) على علاقة موجبة تامة، ويدل معامل الارتباط (-) على علاقة سالبة تامة، أما معامل الارتباط (صفر) على إنعدام العلاقة. (صلاح مراد، ٢٠١١، ١٤٦-١٤٧)
  - ٢- تحليل التباين الأحادي في (ن) اتجاه N - Way ANOVA ويستخدم في حالة وجود متغير تابع واحد وعدة متغيرات مستقلة، ويريد الباحث الكشف عن تأثير كل منهما على حدة وتأثيرهما معا في المتغير التابع (أسامة ربيع، ٢٠٠٨).
  - ٣- أسلوب تحليل الانحدار المتعدد Multiple Regression لمعرفة الأثر أو العلاقة بين أبعاد المتغيرات التفسيرية وأبعاد المتغيرات التابعة من خلال تقدير هذه العلاقة. كما استخدمت الباحثتان الانحدار المتعدد التدريجي Stepwise للتخلص من مشكلة الازدواج الخطي بين المتغيرات المستقلة في معادلة الانحدار الخطي المتعدد .
- وقد استخدمت الباحثتان في التحليل الإحصائي للبيانات حزمة البرامج الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS 20) وذلك لإجراء المعالجات الإحصائية، وفيما يلي اختبار صحة فروض البحث وتفسير ومناقشة النتائج
- ١- اختبار صحة الفرض الأول:

والذي ينص على أنه "توجد علاقة دالة إحصائية بين مهارات إدارة الأزمات والصمود النفسي لدى أعضاء هيئة التدريس والهيئة المعاونة بكلية التربية جامعة الإسكندرية".

ولاختبار صحة هذا الفرض استخدمت الباحثتان معامل ارتباط "بيرسون" لحساب معاملات الارتباط بين إدارة الأزمات والصمود النفسي لدى أعضاء هيئة التدريس والهيئة المعاونة بكلية التربية جامعة الإسكندرية، والنتائج يوضحها جدول (١٢)

جدول (١٢) المصفوفة الارتباطية بين مهارات إدارة الأزمات والصمود النفسي لدى أعضاء هيئة التدريس والهيئة المعاونة بكلية التربية جامعة الإسكندرية (ن=١٨٣)

مهارات إدارة الأزمات					المتغيرات	النفسية
المجموع الكلي	الاستفادة من الأزمات	مواجهة الأزمات	الوقاية من الأزمات	التنبؤ بالأزمات		
.779**	.332**	.808**	.796**	.793**	الكفاءة الشخصية والاجتماعية.	الصمود النفسي
.646**	.607**	.675**	.744**	.831**	التدين.	
.706**	.197**	.725**	.769**	.806**	حل المشكلات.	
.815**	.478**	.802**	.796**	.747**	التفاوض.	
.806**	.280**	.825**	.855**	.880**	المجموع الكلي	

### يتضح من جدول (١٢) أنه:

- توجد علاقة موجبة دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (٠.٠١) بين مهارة التنبؤ بالأزمات وجميع أبعاد الصمود النفسي ومجموعها الكلي لدى أعضاء هيئة التدريس والهيئة المعاونة بكلية التربية جامعة الإسكندرية.
  - توجد علاقة موجبة دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (٠.٠١) بين مهارة الوقاية من الأزمات وجميع أبعاد الصمود النفسي ومجموعها الكلي لدى أعضاء هيئة التدريس والهيئة المعاونة بكلية التربية جامعة الإسكندرية.
  - توجد علاقة موجبة دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (٠.٠١) بين مهارة مواجهة الأزمات وجميع أبعاد الصمود النفسي ومجموعها الكلي لدى أعضاء هيئة التدريس والهيئة المعاونة بكلية التربية جامعة الإسكندرية.
  - توجد علاقة موجبة دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (٠.٠١) بين مهارة الاستفادة من الأزمات وجميع أبعاد الصمود النفسي ومجموعها الكلي لدى أعضاء هيئة التدريس والهيئة المعاونة بكلية التربية جامعة الإسكندرية.
  - توجد علاقة موجبة دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (٠.٠١) بين المجموع الكلي لمهارات إدارة الأزمات وجميع أبعاد الصمود النفسي ومجموعها الكلي لدى أعضاء هيئة التدريس والهيئة المعاونة بكلية التربية جامعة الإسكندرية.
- وتفسر الباحثتان هذه النتيجة بأن الصمود النفسي يمثل حائط صد ومصدراً للوقاية من الأثار التي تُحدثها المحن والأزمات التي يتعرض لها الفرد وتؤثر علي صحته الجسمية والنفسية ، فتمتع الفرد بالصمود يعني اكتسابه للعديد من الخصائص والسمات الإيجابية كالأمل والرؤية الإيجابية للذات والقدرة علي التوافق مع المواقف الصعبة والظروف الطارئة ومحاولتة تخطي الخبرات السلبية كذلك يتمتع الفرد الصامد بالثقة في النفس وبامتلاك مهارات فعالة في مواجهة الأزمات والتعامل معها وذلك من منطلق إيمانه بأن الأزمات والشدائد ما هي إلا تحديات تزيد من قوته ويجب التعامل معها ومواجهتها وتتفق هذه النتيجة مع نتائج العديد من الدراسات والبحوث السابقة مثل دراسة صفاء الأعسر (٢٠١٠) ، Myers(2011) ، Elizabeth et al(2012) ، عبد المحسن مسعد إسماعيل (٢٠١٧) ، عبدالله عادل شراب (٢٠١٨) ، لؤلؤة صالح رشيد (٢٠٢٠)

### ٢- اختبار صحة الفرض الثاني:

والذي ينص على أنه " توجد علاقة دالة إحصائياً بين مهارات إدارة الأزمات والحيوية الذاتية لدى أعضاء هيئة التدريس والهيئة المعاونة بكلية التربية جامعة الإسكندرية".

ولاختبار صحة هذا الفرض استخدمت الباحثتان معامل ارتباط "بيرسون" لحساب معاملات الارتباط بين مهارات إدارة الأزمات والحيوية الذاتية لدى أعضاء هيئة التدريس والهيئة المعاونة بكلية التربية جامعة الإسكندرية ، والنتائج يوضحها جدول (١٣):

جدول (١٣) المصنوفة الارتباطية بين مهارات إدارة الأزمات والحيوية الذاتية لدى أعضاء هيئة التدريس والهيئة المعاونة بكلية التربية جامعة الإسكندرية (ن=١٨٣)

مهارات إدارة الأزمات					المتغيرات
المجموع الكلي	الاستفادة من الأزمات	مواجهة الأزمات	الوقائية من الأزمات	التنبؤ بالأزمات	
.615**	.309**	.674**	.698**	.770**	الحيوية الذهنية.
.700**	.256**	.696**	.728**	.779**	الحيوية الجسمية.
.709**	.485**	.685**	.651**	.615**	الحيوية الانفعالية.
.635**	.212**	.639**	.683**	.704**	الحيوية الاجتماعية.
.678**	.520**	.636**	.614**	.547**	الحيوية الدينية.
.764**	.344**	.765**	.776**	.787**	المجموع الكلي

يتضح من جدول (١٣) أنه:

- توجد علاقة موجبة دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (٠.٠١) بين مهارة التنبؤ بالأزمات وجميع أبعاد الحيوية الذاتية ومجموعها الكلي لدى أعضاء هيئة التدريس والهيئة المعاونة بكلية التربية جامعة الإسكندرية.
  - توجد علاقة موجبة دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (٠.٠١) بين مهارة الوقائية من الأزمات وجميع أبعاد الحيوية الذاتية ومجموعها الكلي لدى أعضاء هيئة التدريس والهيئة المعاونة بكلية التربية جامعة الإسكندرية.
  - توجد علاقة موجبة دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (٠.٠١) بين مهارة مواجهة الأزمات وجميع أبعاد الحيوية الذاتية ومجموعها الكلي لدى أعضاء هيئة التدريس والهيئة المعاونة بكلية التربية جامعة الإسكندرية.
  - توجد علاقة موجبة دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (٠.٠١) بين مهارة الاستفادة من الأزمات وجميع أبعاد الحيوية الذاتية ومجموعها الكلي لدى أعضاء هيئة التدريس والهيئة المعاونة بكلية التربية جامعة الإسكندرية.
  - توجد علاقة موجبة دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (٠.٠١) بين المجموع الكلي لمهارات إدارة الأزمات وجميع أبعاد الحيوية الذاتية ومجموعها الكلي لدى أعضاء هيئة التدريس والهيئة المعاونة بكلية التربية جامعة الإسكندرية.
- وتفسر الباحثان هذه النتيجة بأن الحيوية الذاتية ترتبط بالمشاعر الإيجابية والأمل والتمتع بالطاقة والحماس والاقبال علي الحياة بهمة ونشاط حيث يصل الأفراد المتمتعون بالحيوية الذاتية العالية إلي الشعور بالقدرة علي تخطي الأزمات ومواجهتها والتعامل معها بفعالية وذلك من منطلق اعتبار أن الحيوية الذاتية تُعد مؤشراً للراحة النفسية والجسدية والشعور بالرضا والسعادة ومن ثم امتلاك قدر من الصلابة و المهارات في مواجهة الشدائد والأزمات و إدراكها والتعامل معها بفعالية وتتفق هذه النتيجة مع نتائج العديد من الدراسات والبحوث السابقة مثل دراسة (Akin, A. (2012)، عبدالعزيز إبراهيم سليم (٢٠١٦)، تحرير أمين جاسم، حسن علي سعيد (٢٠١٩)، فاطمة الزهراء محمد مليح (٢٠٢٠).

### ٢- اختبار صحة الفرض الثالث:

والذي ينص على أنه "لا توجد فروق دالة إحصائية في مهارات إدارة الأزمات والسمود النفسي والحيوية الذاتية لدى أعضاء هيئة التدريس والهيئة المعاونة بكلية التربية جامعة الإسكندرية تبعاً لمتغيرات النوع والتخصص والدرجة الوظيفية وسنوات الخبرة والتفاعل بينهم".

ولاختبار صحة هذا الفرض استخدمت الباحثتان أسلوب تحليل التباين الأحادي في اتجاهين Two – Way ANOVA؛ لحساب دلالة الفروق في مهارات إدارة الأزمات والسمود النفسي والحيوية الذاتية لدى أعضاء هيئة التدريس والهيئة المعاونة بكلية التربية جامعة الإسكندرية تبعاً لمتغيرات النوع والتخصص والدرجة الوظيفية وسنوات الخبرة والتفاعل بينهم، والنتائج يوضحها جدول (١٤):

جدول (١٤) نتائج تحليل التباين الأحادي في اتجاهين لدلالة الفروق في مهارات إدارة الأزمات والسمود النفسي والحيوية الذاتية لدى أعضاء هيئة التدريس والهيئة المعاونة بكلية التربية جامعة الإسكندرية تبعاً لمتغيرات النوع والتخصص والدرجة الوظيفية وسنوات الخبرة والتفاعل بينهم

المتغيرات	مصدر الخلاف	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة (ف)	مستوى الدلالة	مربع إيتا الجزئي
إدارة الأزمات	النوع (أ)	307.947	1	307.947	7.891	0.01	0.052
	التخصص (ب)	119.216	1	119.216	3.055	غير دالة	0.021
	الدرجة الوظيفية (ج)	522.660	4	130.665	3.348	0.05	0.085
	سنوات الخبرة (د)	229.441	4	57.360	1.470	غير دالة	0.039
	التفاعل (أ×ب×ج×د)	1191.209	27	44.119	1.130	غير دالة	0.174
	الخطأ	5658.811	145	39.026			
	الكلية	1440294	183				
السمود النفسي	النوع (أ)	939.685	1	939.685	9.341	0.01	0.061
	التخصص (ب)	100.543	1	100.543	.999	غير دالة	0.007
	الدرجة الوظيفية (ج)	5243.647	4	1310.912	13.032	0.01	0.264
	سنوات الخبرة (د)	1703.027	4	425.757	4.232	0.01	0.105
	التفاعل (أ×ب×ج×د)	3322.415	27	123.052	1.223	غير دالة	0.186
	الخطأ	14586.324	145	100.595			
	الكلية	2804539	183				
الحيوية الذاتية	النوع (أ)	.643	1	.643	.017	غير دالة	0.001
	التخصص (ب)	89.798	1	89.798	2.410	غير دالة	0.016
	الدرجة الوظيفية (ج)	113.755	4	28.439	.763	غير دالة	0.021
	سنوات الخبرة (د)	48.584	4	12.146	.326	غير دالة	0.009
	التفاعل (أ×ب×ج×د)	1242.908	27	46.034	1.236	غير دالة	0.187
	الخطأ	5402.510	145	37.259			
	الكلية	892727	183				

يتضح من جدول (١٤) أنه:

- توجد فروق دالة إحصائية عند مستوى دلالة (٠٠١) في مهارات إدارة الأزمات لدى أعضاء هيئة التدريس والهيئة المعاونة بكلية التربية جامعة الإسكندرية تبعاً لمتغير النوع لصالح الإناث،

كما توجد فروق دالة احصائياً عند مستوى دلالة (٠.٠٥) في مهارات إدارة الأزمات تبعاً لمتغير الدرجة الوظيفية، في حين لا توجد فروق دالة احصائياً عند مستوى دلالة (٠.٠٥) في مهارات إدارة الأزمات تبعاً لمتغيري التخصص وسنوات الخبرة والتفاعل بين النوع والتخصص والدرجة الوظيفية وسنوات الخبرة.

○ توجد فروق دالة احصائياً عند مستوى دلالة (٠.٠١) في الصمود النفسي لدى أعضاء هيئة التدريس والهيئة المعاونة بكلية التربية جامعة الإسكندرية تبعاً لمتغير النوع لصالح الإناث، كما توجد فروق دالة احصائياً عند مستوى دلالة (٠.٠١) في الصمود النفسي تبعاً لمتغيري الدرجة الوظيفية وسنوات الخبرة، في حين لا توجد فروق دالة احصائياً عند مستوى دلالة (٠.٠٥) في الصمود النفسي تبعاً لمتغير التخصص والتفاعل بين النوع والتخصص والدرجة الوظيفية وسنوات الخبرة.

○ لا توجد فروق دالة احصائياً عند مستوى دلالة (٠.٠٥) في الحيوية الذاتية لدى أعضاء هيئة التدريس والهيئة المعاونة بكلية التربية جامعة الإسكندرية تبعاً لمتغيرات النوع والتخصص والدرجة الوظيفية وسنوات الخبرة والتفاعل بينهم.

ويوضح جدول (١٥) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لكل من مهارات إدارة الأزمات والصمود النفسي والحيوية الذاتية لدى أعضاء هيئة التدريس والهيئة المعاونة بكلية التربية جامعة الإسكندرية تبعاً لمتغيرات النوع والتخصص والدرجة الوظيفية وسنوات الخبرة.

**جدول (١٥) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لكل من مهارات إدارة الأزمات والصمود النفسي والحيوية الذاتية لدى أعضاء هيئة التدريس والهيئة المعاونة بكلية التربية جامعة الإسكندرية تبعاً لمتغيرات النوع والتخصص والدرجة الوظيفية وسنوات الخبرة (ن=١٨٣)**

الحيوية الذاتية		الصمود النفسي		مهارات إدارة الأزمات		العدد	المتغيرات وفتاتها	
الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي		النوع	التخصص
5.83	69.83	4.28	116.17	5.82	85.83	59		
6.42	69.44	5.47	126.35	7.05	89.69	124	أنثى	
5.86	70.06	5.30	122.79	6.89	88.20	103	تربوي	التخصص
6.65	68.94	4.37	123.43	6.95	88.76	80	أكاديمي	
6.86	69.05	4.67	115.50	6.33	89.59	22	معيد	الدرجة الوظيفية
5.13	70.86	4.36	118.33	5.13	86.14	43	مدرس مساعد	
6.47	68.91	6.05	120.50	5.84	86.53	66	مدرس	
5.54	70.37	5.26	128.71	6.60	91.76	38	أستاذ مساعد	
6.34	67.36	2.70	146.29	6.53	93.79	14	أستاذ	
4.87	69.67	4.35	110.25	6.66	90.25	12	أقل من سنة	سنوات الخبرة
5.29	70.77	3.60	119.85	6.52	86.06	52	من (١-٥) سنوات	
5.74	70.44	3.41	119.44	6.40	88.29	41	من (٥-١٠) سنوات	
6.74	68.15	4.04	125.35	6.67	90.23	40	من (١٠-١٥) سنة	
6.43	68.45	4.64	133.03	7.60	89.45	38	أكثر من (١٥) سنة	

كما يوضح جدول (١٦) قيم شيفيه لكل من مهارات إدارة الأزمات والحيوية الذاتية لدى أعضاء هيئة التدريس والهيئة المعاونة بكلية التربية جامعة الإسكندرية تبعاً لمتغيري الدرجة الوظيفية وسنوات الخبرة.

جدول (١٦) قيم شيفيه لكل من مهارات إدارة الأزمات والحيوية الذاتية لدى أعضاء هيئة التدريس والهيئة المعاونة بكلية التربية جامعة الإسكندرية تبعاً لمتغيري الدرجة الوظيفية وسنوات الخبرة (ن=١٨٣)

قيم شيفيه للفروق في مهارات إدارة الأزمات					الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	العدد	المتغيرات وفتاتها	
٥	٤	٣	٢	١				الدرجة الوظيفية	المتغيرات وفتاتها
---	---	---	---	---	6.33	89.59	22	معيد	الدرجة الوظيفية
---	---	---	---	3.45	5.13	86.14	43	مدرس مساعد	
---	---	---	.39	3.06	5.84	86.53	66	مدرس	
---	---	5.23*	5.62*	2.17	6.60	91.76	38	أستاذ مساعد	
---	2.02	7.26*	7.65*	4.19	6.53	93.79	14	أستاذ	
قيم شيفيه للفروق في الصمود النفسي					الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	العدد	المتغيرات وفتاتها	
٥	٤	٣	٢	١				الدرجة الوظيفية	المتغيرات وفتاتها
---	---	---	---	---	4.67	115.50	22	معيد	الدرجة الوظيفية
---	---	---	---	2.83	4.36	118.33	43	مدرس مساعد	
---	---	---	2.17	5.00	6.05	120.50	66	مدرس	
---	---	8.21*	10.38*	13.21*	5.26	128.71	38	أستاذ مساعد	
---	17.58*	25.79*	27.96*	30.79*	2.70	146.29	14	أستاذ	
---	---	---	---	---	4.35	110.25	12	أقل من سنت	سنوات الخبرة
---	---	---	---	9.59	3.60	119.85	52	من (٥-١) سنوات	
---	---	---	.41	9.19	3.41	119.44	41	من (١٠-٥) سنوات	
---	---	5.91	5.50	15.10*	4.04	125.35	40	من (١٥-١٠) سنت	
---	7.68	13.59*	13.18*	22.78*	4.64	133.03	38	أكثر من (١٥) سنت	

يتضح من جدول (١٦) أن قيم شيفيه بالنسبة للفروق دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (٠.٠٥)

في مهارات إدارة الأزمات تبعاً لمتغير الدرجة الوظيفية:

١. بين متوسطي درجات فئة (مدرس مساعد) وفئة (أستاذ مساعد) لصالح فئة (أستاذ مساعد).
٢. بين متوسطي درجات فئة (مدرس مساعد) وفئة (أستاذ) لصالح فئة (أستاذ).

٣. بين متوسطى درجات فئة (مدرس) وفئة (أستاذ مساعد) لصالح فئة (أستاذ مساعد).
٤. بين متوسطى درجات فئة (مدرس) وفئة (أستاذ) لصالح فئة (أستاذ).
- **في الصمود النفسي تبعاً لمتغير الدرجة الوظيفية:**
١. بين متوسطى درجات فئة (معيد) وفئة (أستاذ مساعد) لصالح فئة (أستاذ مساعد).
٢. بين متوسطى درجات فئة (معيد) وفئة (أستاذ) لصالح فئة (أستاذ).
٣. بين متوسطى درجات فئة (مدرس مساعد) وفئة (أستاذ مساعد) لصالح فئة (أستاذ مساعد).
١. بين متوسطى درجات فئة (مدرس مساعد) وفئة (أستاذ) لصالح فئة (أستاذ).
٢. بين متوسطى درجات فئة (مدرس) وفئة (أستاذ مساعد) لصالح فئة (أستاذ مساعد).
٣. بين متوسطى درجات فئة (مدرس) وفئة (أستاذ) لصالح فئة (أستاذ).
- **في الصمود النفسي تبعاً لمتغير سنوات الخبرة:**
١. بين متوسطى درجات فئة (أقل من سنة) وفئة (من ١٠-١٥ سنة) لصالح فئة (من ١٠-١٥ سنة).
٢. بين متوسطى درجات فئة (أقل من سنة) وفئة (أكثر من ١٥ سنة) لصالح فئة (أكثر من ١٥ سنة).
٣. بين متوسطى درجات فئة (من ١-٥ سنوات) وفئة (أكثر من ١٥ سنة) لصالح فئة (أكثر من ١٥ سنة).
٤. بين متوسطى درجات فئة (من ٥-١٠ سنوات) وفئة (أكثر من ١٥ سنة) لصالح فئة (أكثر من ١٥ سنة).
- بالنسبة لإدارة الأزمات :-**
- تبعاً لمتغير النوع.
- ترجع الباحثان وجود فروق في إدارة الأزمات لصالح الإناث إلي مما تتمتع به الأنثى من الصبر وقوه التحمل ونتيجة لما تتعرض له من مشكلات سواء علي الجانب الاجتماعي من مشكلات الزوج والأولاد وما شابه ذلك وأيضا علي الجانب النفسي حيث توصف للمرأة دائماً بالضعف وعدم القدرة علي إتخاذ قرار صائب وعدم القدرة علي حل المشكلات أدي ذلك إلي تحدي الأنثى لنفسها وللمجتمع لكي تنجح في إدارة الأزمات بصورة مشرفة وأدي ذلك إلي ظهور هذه النتيجة
- وهذا يختلف مع دراسة كلاً من محمد إبراهيم أبو خليل (٢٠٠١) ، عاطف محمد صقر (٢٠٠٩).
- تبعاً لمتغير الدرجة الوظيفية.
- ترجع الباحثان وجود فروق في إدارة الأزمات إلي الفئة الأعلى إلي أن تدرج عضوية التدريس في الدرجة الوظيفية من معيد إلي مدرس مساعد إلي مدرس إلي أستاذ مساعد إلي أستاذ فإنه في كل مرحلة يمر بها يتعرض لأنواع مختلفة من المشكلات سواء مع الطلاب أو أعضاء القسم أو إدارة الكلية بحكم درجته الوظيفية كما أن نسبة مشاركتة في الدورات التدريبية وورش العمل تختلف أيضاً في كل مرحلة عن الأخرى أدي ذلك إلي ظهور هذه النتيجة.
- ولم تتوصل الباحثان إلي دراسات اتفقت أو اختلفت مع هذه النتيجة .

### تبعاً لمتغير التخصص .

ترجع الباحثتان عدم وجود فروق في إدارة الأزمات تبعاً لمتغير التخصص من حيث تربوي وأكاديمي إلى طبيعة الدراسة بكلية التربية حيث أنها تصنف ضمن الكليات النظرية حيث أن طبيعة الدراسة في كلا القسمين تغلب عليها الطابع النظري ، وإن القدرة علي اتخاذ القرار ليست لها علاقة بالتخصص عضو هيئة التدريس ولكنها مرتبطة أكثر بسمات الشخصية . ولم تتوصل الباحثتان إلى دراسات اتفقت أو اختلفت مع هذه النتيجة .

### تبعاً لمتغير سنوات الخبرة .

ترجع الباحثتان عدم وجود فروق في إدارة الأزمات تبعاً لمتغير سنوات الخبرة إلى اكتساب أعضاء هيئة التدريس و الهيئة المعاونة لمهارات إدارة الأزمات نتيجة للتطورات التكنولوجية السريعة والتقدم المتسارع في كل المجالات بصفة عامة وفي مجال إدارة الأزمات بصفة خاصة مما أدى إلى ظهور أساليب جديدة وفعالة في كيفية إدارة الأزمات ومواجهتها مع تقديم العديد من الدورات التدريبية وورش العمل لاكتساب هذه المهارات إدارات الأزمات مما أدى إلى عدم وجود فروق تبعاً لسنوات الخبرة و تتفق هذه النتيجة مع دراسة ميسون صلاح الزغبى (٢٠١٤) ، راند فؤاد محمد (٢٠٠٩) ، وتختلف مع دراسة كلاً من واي في صالح الزلفي (٢٠١١) ، عبد الله محسن (٢٠١٩) .

### بالنسبة للصمود النفسي :-

#### وتفسر الباحثتان هذه النتيجة بالنسبة تبعاً لمتغير النوع .

بالنسبة للصمود النفسي ترجع الباحثتان وجود فروق في الصمود النفسي لصالح الإناث إلى طبيعة العينة وهم أعضاء هيئة التدريس والهيئة المعاونة بكلية التربية جامعة الإسكندرية من الإناث حيث لديهم القدرة علي الثبات والضبط والتحدي وقوة الإرادة والتفاعل الإيجابي حيث تشغل الإناث من أعضاء هيئة التدريس والهيئة المعاونة العديد من المناصب الإدارية العليا والمراكز القيادية ومنها رؤساء وحدات ذات الطابع الخاص رؤساء أقسام ووكلاء للكلية وعمداء أدي ذلك إلى ظهور هذه النتيجة .

ومن الدراسات التي توصلت الي أنه لا يوجد فروق بين الذكور والإناث في متغير الصمود النفسي هيام صابر شاهين (٢٠١٣) ، فاتن فاروق عبد الفتاح ، شيري مسعد حليم (٢٠١٤) ، هبه فوزي (٢٠٠٩) ، Mistry ( 2010) ، Rajanet الوكيل (٢٠١٥) .

ومن الدراسات التي توصلت إلى أنه يوجد فروق بين الذكور والإناث لصالح الذكور إبراهيم خليل (٢٠١٧) ، أمل عبد المنعم محمد، غادة محروس عبد الحفيظ (٢٠١٩) .

ومن الدراسات التي توصلت إلى أنه يوجد فروق بين الذكور والإناث لصالح الإناث دراسة شيماء عزت باشا ، إيمان نصري شنودة (٢٠١٤) .

### بالنسبة لمتغيري الدرجة الوظيفية وسنوات الخبرة .

نجد أن الفروق في الصمود النفسي جاءت لصالح الفئة الأعلى وأيضاً سنوات الخبرة الأكثر وتري الباحثتان أن ذلك يرجع إلى خبرة عضو هيئة التدريس والمواقف والمشكلات التي مر بها عبر سنوات العمل سواء مع الطلاب أو الإدارة أو في الحياة العامة والحياة الشخصية ومدى قدرتهم علي مواجهة هذه المواقف والدروس المستفادة منها بتحليلها والنظر إليها بنظرة أستاذ الجامعة من دقة وفحص وتحليل أدي ذلك إلى الوصول إلى هذه النتيجة .

### بالنسبة لمتغير التخصص .

بالنسبة للصمود النفسي ترجع الباحثتان عدم وجود فروق في الصمود النفسي تبعاً لمتغير التخصص من حيث تربوي وأكاديمي إلى طبيعة الدراسة بكلية التربية حيث أنها تصنف ضمن الكليات النظرية حيث أن طبيعة الدراسة في كلا القسمين تغلب عليها الطابع النظري ، وفي الأقسام الأكاديمية أيضاً يتضمن مواد نظرية بنسبة كبيرة عكس الكليات الأخرى العملية فيغلب عليها الطابع العملي أكثر .

وتتفق هذه الدراسة مع دراسة هبه فوزي الوكيل (٢٠١٥) ولم تتوصل الباحثتان إلى دراسات تختلف مع هذه النتيجة .



**بالنسبة للحيوية الذاتية****بالنسبة لمتغير النوع**

ترجع الباحثان عدم وجود فروق في الحيوية الذاتية بين ذكور وإناث أعضاء هيئة التدريس ومعاونيهم إلى أن كلا منهما يتمتع كلا من الحيوية، الطاقة، النشاط، الحماس، الاستيعاب، الشعور بالتنية واليقظة والفاعلية مما أدى إلى ظهور هذه النتيجة، وهذا يتفق مع دراسة كلا من تحرير أمين جاسم (٢٠١٩)، عبد العزيز إبراهيم سليم (٢٠١٦)، (Akin (2012)، (Ugur kaya Ozceik (2019). ويختلف هذه النتيجة مع دراسة عفرأ إبراهيم خليل (٢٠٢٠) والتي توصلت إلى وجود فروق لصالح الذكور.

**بالنسبة لمتغير التخصص.**

ترجع الباحثان عدم وجود فروق فردية في الحيوية الذاتية لدى أعضاء هيئة التدريس ومعاونيهم في التخصص إلى مسلمات نظرية التقرير الذاتي التي ترى أن ما يكمن في بنية الشخص من طموحات وآمال ورجاءات ذاتية تحته علي التصرف بهمة ونشاط عاليين بغض النظر عن التخصص الدراسي. (عفرأ إبراهيم خليل، ٢٠٢٠، ٤٢)

**بالنسبة لمتغيري الدرجة الوظيفية وسنوات الخبرة.**

ترجع الباحثان عدم وجود فروق فردية في الحيوية الذاتية لدى أعضاء هيئة التدريس ومعاونيهم في متغيري الدرجة الوظيفية وسنوات الخبرة إلى وجود روح المثابرة والاجتهاد في تحقيق الأهداف والتغلب على عقبات أو تحديات ويؤدون أعمالهم علي نحو متميز ومحاولت الوصول الي التميز وهذا ينطبق علي سمات شخصية عضو هيئة التدريس بغض النظر عن الفئة الوظيفية وسنوات الخبرة.

**٤- اختبار صحة الفرض الرابع:**

والذي ينص على أنه "يُمكن التنبؤ بمهارات إدارة الأزمات من خلال أبعاد الصمود النفسي

لدى أعضاء هيئة التدريس والهيئة المعاونة بكلية التربية جامعة الإسكندرية".

وللتحقق من صحة هذا الفرض استخدمت الباحثان أسلوب تحليل الانحدار المتعدد لمعرفة الأثر أو العلاقة بين أبعاد المتغيرات التفسيرية (أبعاد الصمود النفسي) وأبعاد المتغير التابع (مهارات إدارة الأزمات) لدى أعضاء هيئة التدريس والهيئة المعاونة بكلية التربية جامعة الإسكندرية ويوضح جدول (١٧) ملخص تحليل الانحدار المتعدد.

جدول (١٧) ملخص تحليل الانحدار المتعدد (ن=١٨٣)

معامل الانحدار	معامل الخطأ المعياري	قيمة "ت"	الدلالة	قيمة "ف"	الدلالة	معامل التحديد $R^2$	البعد
-16.343	4.637	3.525	.01	125.801	0.01	73.9%	الثابت
.380	.316	1.200	.232	125.801	0.01	73.9%	الكفاءة الشخصية والاجتماعية.
-.718	.273	2.630	.01	125.801	0.01	73.9%	التدين.
1.499	.305	4.908	.01	125.801	0.01	73.9%	حل المشكلات.
2.266	.265	8.561	.01	125.801	0.01	73.9%	التفاوض.

تُشير قيمة  $(R^2)$  في جدول (١٧) إلى نسبة التباين في المتغير التابع والتي يُفسرها تباين المتغيرات المستقلة؛ وهذا يعني أن (أبعاد الصمود النفسي) كمتغيرات مستقلة مجتمعة معاً تُفسر (٧٣.٩%) من التباين في المتغير التابع (مهارات إدارة الأزمات) لدى عينة من أعضاء هيئة التدريس

ومعاونيهم بكلية التربية جامعة الإسكندرية، بينما النسبة المتبقية من التباين ترجع إلى متغيرات أخرى (البواقي) لم تؤخذ في الاعتبار في معادلة الانحدار. كما يتضح من جدول (١٧) أن قيمة "ت" للمقدار الثابت لمعامل الانحدار دالة إحصائياً عند مستوى (٠.٠١)، كما أن قيمة "ت" لمعاملات انحدار أبعاد التدين، وحل المشكلات، والتفاؤل دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (٠.٠١) مما يدل على أهمية هذه الأبعاد أكثر من غيرها في التنبؤ بمهارات إدارة الأزمات لدى أعضاء هيئة التدريس والهيئة المعاونة بكلية التربية جامعة الإسكندرية. وهكذا يمكن صياغة معادلة الانحدار المتعدد التي تعين على التنبؤ بمهارات إدارة الأزمات لدى أعضاء هيئة التدريس والهيئة المعاونة بكلية التربية جامعة الإسكندرية من خلال أبعاد الصمود النفسي كالتالي:

$$\text{مهارات إدارة الأزمات} = ١٦.٣٤٣ - ٠.٣٨٠ (\text{الكفاءة الشخصية والاجتماعية}) - ٠.٧١٨ (\text{التدين}) + ١.٤٩٩ (\text{حل المشكلات}) + ٢.٢٦٦ (\text{التفاؤل})$$

ولتحديد أهم المتغيرات المستقلة إسهاماً في التنبؤ بمهارات إدارة الأزمات من أبعاد الصمود النفسي لدى أعضاء هيئة التدريس والهيئة المعاونة بكلية التربية جامعة الإسكندرية؛ استخدم الباحث تحليل الانحدار المتتابع Stepwise Regression والنتائج يوضحها جدول (١٨):  
جدول (١٨) تحليل الانحدار المتتابع لأهم المتغيرات المستقلة إسهاماً في التنبؤ بمهارات إدارة الأزمات (ن=١٨٣)

المتغير المستقل	المتغير التابع	ثابت الانحدار	معامل الانحدار	معامل R <sup>2</sup> التفسير
التفاؤل	مهارات إدارة الأزمات	-6.270	3.109	66.4%

ويتضح من جدول (١٨) أن إسهام بعد التفاؤل في تفسير التباين في مهارات إدارة الأزمات بلغ (٦٦.٤%)؛ وعليه يمكن الاعتماد في التنبؤ بمهارات إدارة الأزمات على بعد التفاؤل لأنه البعد الأكثر إسهاماً في تفسيرها. وبالتالي يمكن صياغة معادلة الانحدار المتعدد التي تعين على التنبؤ بمهارات إدارة الأزمات من خلال بعد التفاؤل لدى أعضاء هيئة التدريس والهيئة المعاونة بكلية التربية جامعة الإسكندرية كالتالي:

$$\text{مهارات إدارة الأزمات} = ٦.٢٧٠ + ٣.١٠٩ (\text{التفاؤل})$$

وُرجع الباحثان هذه النتيجة إلى ما يتضمنه الصمود النفسي من تمتع الفرد بالكفاءة الشخصية والاجتماعية والتفاؤل والتدين والقدرة على حل المشكلات حيث تلعب الكفاءة دوراً مهماً في خفض القلق والتوتر فمعتقدات الأفراد حول قدراتهم على ضبط وإدارة الأحداث التي تؤثر في حياتهم والتفاعل الإيجابي الفعال مع المحيطين تلعب دوراً كبيراً في قدرة الفرد على مواجهة أزمات وتحديات الحياة، كما أن إيمان الفرد بالقضاء والقدر والصبر عند الابتلاء، وتوقع حدوث الأشياء الجيدة وكذلك امتلاكه للقدرة على تحديد المشكلة وإيجاد الحلول واتخاذ القرارات المناسبة لحلها يساعده في التكيف واستعادة التوازن بعد التعرض للأزمات وعليه يمكن التنبؤ بأن الأفراد الذين يتمتعون بالصمود النفسي يمتلكون مهارات إدارة الأزمات ولديهم القدرة على التعامل مع تلك الأزمات التي تواجههم بفاعلية وتتفق هذه النتيجة مع نتائج العديد من الدراسات والبحوث السابقة مثل دراسة (Alvord&Grados 2005)، صفاء الأعسر (٢٠١٠)، Myers(2011)، سحر فاروق علام (٢٠١٣)، أحمد الشوا (٢٠١٦)، أمال عبدالمعطي غيث (٢٠١٧)، زينب محمد الرفاعي، بدريّة كمال أحمد (٢٠١٩)، لولوة صالح رشيد (٢٠٢٠).

كما تُرجع الباحثتان كون بُعد التفاؤل هو البعد الأكثر إسهاماً في التنبؤ بمهارات إدارة الأزمات إلى أن الأفراد المتفائلين لديهم قدرة علي التفسير الإيجابي للمواقف والأزمات التي يتعرضون لها كما أنهم دائماً ما ينظرون إلى الجانب المبهج للأمور و يمتلكون توقع ممتليء بالأمل للحياة المستقبلية الأمر الذي يعكس بالإيجاب عند تعرضهم للأزمات ويجعلهم أكثر تقبلاً لها و أكثر ثقة في قدراتهم علي التغلب عليها ومواجهتها.

#### ٥- اختبار صحة الفرض الخامس:

والذي ينص على أنه "يُمكن التنبؤ بمهارات إدارة الأزمات من خلال أبعاد الحيوية الذاتية لدى أعضاء هيئة التدريس والهيئة المعاونة بكلية التربية جامعة الإسكندرية". وللتحقق من صحة هذا الفرض استخدمت الباحثتان أسلوب تحليل الانحدار المتعدد لمعرفة الأثر أو العلاقة بين أبعاد المتغيرات التفسيرية (أبعاد الحيوية الذاتية) وأبعاد المتغير التابع (مهارات إدارة الأزمات) لدى أعضاء هيئة التدريس والهيئة المعاونة بكلية التربية جامعة الإسكندرية، ويوضح جدول (١٩) ملخص تحليل الانحدار المتعدد.

جدول (١٩) ملخص تحليل الانحدار المتعدد (ن=١٨٣)

معامل R <sup>2</sup> التفسير	الدلالة	قيمة "ف"	الدلالة	قيمة "ت"	معامل الانحدار المعياري	معامل الخطأ المعياري	معامل الانحدار	البُعد
61.7%	0.01	57.010	.01	11.626		3.069	35.684	الثابت
			.01	4.064	.369	.317	1.288	الحيوية الذهنية.
			.082	1.747	.159	.359	.626	الحيوية الجسمية.
			.137	1.492	.170	.454	.678	الحيوية الانفعالية.
			.05	2.106-	.217-	.385	.811-	الحيوية الاجتماعية.
			.01	3.500	.437	.493	1.724	الحيوية الدينية.

تُشير قيمة  $R^2$  في جدول (١٩) إلى نسبة التباين في المتغير التابع والتي يُفسرها تباين المتغيرات المستقلة؛ وهذا يعني أن (أبعاد الحيوية الذاتية) كمتغيرات مستقلة مجتمعة معاً تُفسر (٦١.٧٪) من التباين في المتغير التابع (مهارات إدارة الأزمات) لدى أعضاء هيئة التدريس والهيئة المعاونة بكلية التربية جامعة الإسكندرية، بينما النسبة المتبقية من التباين ترجع إلى متغيرات أخرى (البواقي) لم تؤخذ في الاعتبار في معادلة الانحدار.

كما يتضح من جدول (١٩) أن قيمة "ت" للمقدار الثابت لمعامل الانحدار دالة إحصائياً عند مستوى (٠.٠١)، كما أن قيمة "ت" لمعاملات انحدار أبعاد الحيوية الذهنية، والحيوية الاجتماعية، والحيوية الدينية دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (٠.٠٥، ٠.٠١) مما يدل على أهمية هذه الأبعاد أكثر من غيرها في التنبؤ بمهارات إدارة الأزمات لدى أعضاء هيئة التدريس والهيئة المعاونة بكلية التربية جامعة الإسكندرية.

وهكذا يمكن صياغة معادلة الانحدار المتعدد التي تعين على التنبؤ بمهارات إدارة الأزمات لدى أعضاء هيئة التدريس والهيئة المعاونة بكلية التربية جامعة الإسكندرية من خلال أبعاد الحيوية الذاتية كالتالي:

$$\text{مهارات إدارة الأزمات} = ٣٥.٦٨٤ + ١.٢٨٨ (\text{الحيوية الذهنية}) + ٠.٦٢٦ (\text{الحيوية الجسمية}) + ٠.٦٧٨ (\text{الحيوية الانفعالية}) - ٠.٨١١ (\text{الحيوية الاجتماعية}) + ١.٧٢٤ (\text{الحيوية الدينية})$$

ولتحديد أهم المتغيرات المستقلة إسهاما في التنبؤ بمهارات إدارة الأزمات من أبعاد الحيوية الذاتية لدى أعضاء هيئة التدريس والهيئة المعاونة بكلية التربية جامعة الإسكندرية : استخدمت الباحثتان تحليل الانحدار المتتابع Stepwise Regression والنتائج يوضحها جدول (٢٠) جدول (٢٠) تحليل الانحدار المتتابع لأهم المتغيرات المستقلة إسهاما في التنبؤ بمهارات إدارة الأزمات (ن=١٨٣)

المتغير المستقل	المتغير التابع	ثابت الانحدار	معامل الانحدار	معامل التفسير R <sup>2</sup>
الحيوية الانفعالية	مهارات إدارة الأزمات	45.397	2.826	50.2%

و يتضح من جدول (٢٠) أن إسهام بعد الحيوية الانفعالية في تفسير التباين في مهارات إدارة الأزمات بلغ (٢١.٩٪)؛ وعليه يمكن الاعتماد في التنبؤ بمهارات إدارة الأزمات على بعد الحيوية الانفعالية لأنه البعد الأكثر إسهاما في تفسيرها. وبالتالي يمكن صياغة معادلة الانحدار المتعدد التي تعين على التنبؤ بمهارات إدارة الأزمات من خلال بعد الحيوية الانفعالية لدى أعضاء هيئة التدريس والهيئة المعاونة بكلية التربية جامعة الإسكندرية كالتالي:

$$\text{مهارات إدارة الأزمات} = 45.397 + 2.826(\text{الحيوية الانفعالية})$$

**و تُرجع الباحثتان هذه النتيجة إلى ما تتضمنه الحيوية الذاتية من أبعاد تتمثل في** الحيوية الجسمية، الذهنية، الانفعالية، الاجتماعية و الروحية فامتلاك الفرد لحالة صحية وبدنية تتصف بالطاقة والحيوية وتساعد على أداء المهام الحياتية اليومية بهمة ونشاط كذلك تمتعه بقدرات ذهنية تمكنه من التفكير الهادئ المترنم والقدرة على حل المشكلات مع وجود درجة من النضج الانفعالي و قدرة على الضبط والتنظيم الانفعالي والتعامل بدرجة من التفهم والاستبصار خلال التفاعل الاجتماعي مع الآخرين مع القدرة على التواصل معهم بفاعلية مع الشعور بالطمأنينة والسلام الداخلي والرضا بالقضاء والقدر كل ما سبق إذا توافر بدرجة معقولة لدى الفرد يمكننا من التنبؤ بأن هذا الفرد يمتلك مهارات إدارة الأزمات والتي تمكنه من التغلب عليها ومواجهتها وتتفق هذه النتيجة مع نتائج العديد من الدراسات والبحوث السابقة مثل دراسة كل من عبدالعزيز إبراهيم سليم (٢٠١٦)؛ أمال عبدالمعطي غيث (٢٠١٧) ، سارة حسام الدين مصطفى (٢٠١٨) ، عبدالعزيز إبراهيم سليم (٢٠١٦)؛ تحرير أمين جاسم ، حسن علي سعيد (٢٠١٩) ، ابتسام سعدون محمد ، زهراء كريم كطوف (٢٠٢٠) ، ازهار محمد محمد عبدالبر (٢٠٢٠) ، عزراء إبراهيم العبيدي (٢٠٢٠)، فاطمة الزهراء محمد مليح (٢٠٢٠)

**كما تُرجع الباحثتان كون بعد الحيوية الانفعالية هو البعد الأكثر إسهاما في التنبؤ** بمهارات إدارة الأزمات إلى أن تمتع الفرد بالقدرة على ضبط وتنظيم انفعالاته والتعبير عنها بدرجة تتناسب والموقف الذي يتعرض له مع شعوره بالسعادة والحماس يُساعده في مواجهة أزمات ومنغصات الحياة فامتلاك الفرد لدرجة مناسبة من النضج و الاتزان الانفعالي يؤثر في جميع جوانب حياته بالإيجاب حيث يستطيع التفكير بهدوء واتزان ويتمتع بصحة بدنية وعلاقات اجتماعية جيدة مع الآخرين .

### التوصيات والمقترحات

في ضوء ما أسفر عنه البحث الحالي من نتائج تم التوصل إلى التوصيات والمقترحات التالية:

١. الاهتمام بالبحوث والدراسات في مجال علم النفس الإيجابي
٢. العمل على تهيئة المناخ الجامعي الداعم والمساند لأعضاء هيئة التدريس والهيئة المعاونة ، والذي يسوده التشجيع ، والتقبل ، والتفهم.

٣. عقد ندوات، دورات تدريبية لتدريب أعضاء هيئة التدريس والهيئة المعاونة علي مهارات إدارة الأزمات.

### البحوث المقترحة:

١. فعالية برنامج قائم علي استراتيجيات علم النفس الإيجابي في تحسين مهارات إدارة الأزمات لدي أعضاء هيئة التدريس والهيئة المعاونة.
٢. فعالية برنامج إرشادي لتنمية الصمود النفسي لدي أعضاء هيئة التدريس والهيئة المعاونة.
٣. فعالية برنامج لتنمية الحيوية الذاتية لدي أعضاء هيئة التدريس والهيئة المعاونة.



## المراجع

١. أحمد الشوا (٢٠١٦) : الكفاءة الذاتية وعلاقتها بالضغط النفسي التي يعانيها أفراد المؤسسة الأمنية الفلسطينية ، مجلة جامعة النجاح للأبحاث ، المجلد (٣٠)، ع (٨) ، ص ص ١٥٥٤-١٥٨٨ .
٢. ازهار عبد المعطي غيث (٢٠١٧) . الشعور بالأمل كمتغير وسيط بين الصمود النفسي والضغط النفسي لدى أمهات الأطفال المعاقين بعد العدوان على غزة ، رسالة ماجستير ، جامعة الأقصى .
٣. أزهار محمد محمد (٢٠٢٠). النموذج البنائي للعلاقات السببية بين الخبرات التعليمية والمرونة المعرفية والحيوية الذاتية لدى تلاميذ المرحلة الإعدادية ، مجلة كلية التربية ، جامعة بنها ، ٣١(١٢١) ، ٢٢٨-٢٧٩ .
٤. أمال عبدالمعطي غيث (٢٠١٧): الشعور بالأمل كمتغير وسيط بين الصمود النفسي والضغط النفسي لدى أمهات الأطفال المعاقين بعد العدوان على غزة ، رسالة ماجستير ، كلية التربية ، جامعة الأقصى .
٥. أمل عبد المنعم محمد حسيب ، غادة محروس عبد الحفيظ (٢٠١٩). الذكاء الروحي وعلاقته ببعض متغيرات الشخصية لدى طالبات كلية التربية ، جامعة ببشة ، دراسة عاملية ، المجلة التربوية، (٦٧)، ١٤٦-٢٣٤.
٦. ابتسام سعدون محمد ، زهراء كريم كطوف (٢٠٢٠) : الحيوية الذاتية لدى المرشدين التربويين ، مجلة كلية التربية - الجامعة المستنصرية، ع (١)، ص ص ٢٧٧-٢٩٨ .
٧. إبراهيم أحمد أحمد (٢٠٠٣) . إدارة الأزمات : الأساليب والعلاج ، القاهرة : دار الفكر العربي .
٨. إيناس سيد علي جوهر (٢٠١٤) . الصمود النفسي وعلاقته بأساليب مواجهة الضغوط لدى عينة من أمهات الأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة ، مجلة كلية التربية ، جامعة بنها ، ٢٥(٩) ، ٢٩٣-٣٣٣ .
٩. بوعايدة يمينة ، بايش عتيقة (٢٠١٨) . الذكاء الروحي وعلاقته بالصمود النفسي لدى عينة من الطالبات الجامعيات المتزوجات وغير المتزوجات ، مجلة وحده البحث في تنمية الموارد البشرية، (٢)٩ ، ٣١٧-٣٤٣
١٠. تحرير أمين جاسم ، حسن علي سعيد (٢٠١٩): الحيوية الذاتية لدى المعلمين في مدارس محافظة بغداد ، مجلة الآداب، ع (١٣١) ، ص ص ٢٣١-٢٥٤ .
١١. تيسير عبد الله ، رجاء زهير المسيلي (٢٠٠٥) . قلق الأزمات التي تعاني منها جامعة القدس المفتوحة أثناء انتفاضة الأقصى. مجلة جامعة القدس المفتوح للأبحاث والدراسات ، ٥ ، ١٠-٥٤ .
١٢. حسن أحمد سهيل ، جبار وادي باهض (٢٠١٩) : الأمن الفكري وعلاقته بالصمود النفسي لدى طلاب المرحلة الإعدادية ، مجلة البحوث التربوية والنفسية ، المجلد ١٦ (٦١) ، ص ص ٢٩١-٣٣٣ .
١٣. حمدي شعبان (٢٠٠٥) . الأعلام الأمني وإدارة الأزمات والكوارث ، القاهرة : الشركة العربية المتحدة للتسويق والتوريدات.
١٤. رائد فؤاد محمد عبد العال (٢٠٠٩) . أساليب إدارة الأزمات لدى مديري المدارس الحكومية في محافظات غزة وعلاقتها بالتخطيط الاستراتيجي ، رسالة ماجستير ، الجامعة الإسلامية ، غزة ، فلسطين .

١٥. ريم سليمان (٢٠١٥) : الصمود النفسي ومعنى الحياة والتدفق من وجهة نظر علم النفس الإيجابي دراسة تحليلية لصدوم الجيش العربي السوري ،مجلة جامعة تشرين للبحوث والدراسات العلمية ، سلسلة الآداب والعلوم الإنسانية، ٣٧ (٤) ، ٨٩-١٠٥.
١٦. زينب محمد الرفاعي ، بدرية كمال أحمد (٢٠١٩) : الصمود النفسي وعلاقته بالدافع للإنجاز لدى عينة من طلاب الدراسات العليا الوافدين ، دراسات عربية ، ١٨ (٤) ، ٨٣٥-٨٨٤.
١٧. سارة حسام الدين مصطفى (٢٠١٨) . فاعلية برنامج إرشادي انتقائي لتنمية الحيوية الذاتية لدى عينة من الشباب الجامعي ، مجلة الإرشاد النفسي ، ٥٦ ، ٣٣-١١٢.
١٨. سحر فاروق علام (٢٠١٣) . الصمود النفسي وعلاقته بالتماسك الأسري لدى عينة من طالبات البنات جامعة عين شمس ، مجلة الإرشاد النفسي ، ٣٦ (٣) ، ١٠٩-١٥٤.
١٩. سليم بطرس جلدة (٢٠١١) . الاستراتيجية الحديثة لإدارة الأزمات : الأردن: الرأية للنشر والتوزيع.
٢٠. شريف زهرة (٢٠١٩) . الصمود النفسي وعلاقته التوجه نحو الحياة لدى الطلبة المقبلين علي التخرج ، رسالة ماجستير ، كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية ، الجزائر .
٢١. شيما عزت باشا (٢٠١٤) . الصمود والمساندة الاجتماعية والضغط كمنبتات بالتفكير الانتحاري لدى طلاب الجامعة ، المجلة المصرية لعلم النفس الاكلينيكي والإرشاد ، ٢ (٤) ، ٢٣٠-٢٥٥.
٢٢. صبحي رشيد البازجي (٢٠١١) . إدارة الأزمات من وحي القرآن الكريم - دراسة موضوعية . مجلة الجامعة الإسلامية ، ٩ (٢) : ٣٢١-٣٧٧.
٢٣. صفاء الاعسر (٢٠١٠) . الصمود النفسي من منظور علم النفس الإيجابي ، الجمعية المصرية للدراسات النفسية ، (٧٧) ، ١١-١٦ .
٢٤. عاطف محمود أبو غالي (٢٠١٧) . فاعلية برنامج إرشادي في تنمية الصمود النفسي لمواجهة الضغوط لدى المراهقات المتصدعات أسريا ، مجلة العلوم التربوية والنفسية ، البحرين ، ١٨ (١) ، ٤٠٧-٤٤٤ .
٢٥. عامر عبد الباسط ضرار(٢٠٠٠) . إدارة الأزمات رؤية إسلامية ، القاهرة : دار الكلمة للنشر والتوزيع .
٢٦. عبد الرحمن توفيق (٢٠٠٤) . إدارة الأزمات التخطيط لما قد لا يحدث ، القاهرة : مركز الخبرات المهنية للإدارة.
٢٧. عبد السلام أبو قحف (٢٠٠٢) . الإدارة الاستراتيجية وإدارة الأزمات ، القاهرة : دار الجامعة الجديدة.
٢٨. عبد العزيز إبراهيم سليم (٢٠١٦) . الحيوية الذاتية وعلاقتها بسمات الشخصية الاجتماعية الإيجابية والتفكير المضع بالأمل لدى معلمي التربية الخاصة ، مجلة الإرشاد النفسي ، جامعة عين شمس ، ٤٧ ، ١٧١-٢٦٢ .
٢٩. عبد المحسن مسعد إسماعيل (٢٠١٧) . الصمود النفسي وعلاقته بالتوافق المهني لدى الطالب المعلم بكلية التربية جامعة ٦ أكتوبر ، دراسات عربية في التربية وعلم النفس ، (٤) ، ٤٢٩-٤٤٦ .
٣٠. عبدالله عادل شراب (٢٠١٨) . الصمود النفسي وعلاقته بضغط العمل من وجهة نظر معلمي التربية الخاصة في محافظات غزة ، مجلة جامعة القدس المفتوحة للأبحاث والدراسات التربوية والنفسية ، المجلد ٧ (٢١) ، ١٠٢-١١٥ .
٣١. عبد الله محسن عبد الله ، اشرف عبده حسن (٢٠١٩) . متطلبات إدارة الأزمات في مدارس محافظة القنطرة ، ٣٥ (٨) ، كلية التربية ، جامعة أسيوط ، ٤٤٢-٤٨٠ .



٣٢. عرفات حسين أبو مشايخ (٢٠١٨). الكفاءة الذاتية وعلاقتها بالصمود النفسي لدي معيلي المعاقين عقليا في قطاع غزة ، رسالة ماجستير ، كلية التربية ، الجامعة الإسلامية بغزة .
٣٣. عطا ف محمد أبو غالي (٢٠١٧) .فاعلية برنامج إرشادي في تنمية الصمود النفسي لمواجهة الضغوط لدي المراهقات المتصدعات أسريا ، مجلة العلوم التربوية والنفسية ، البحرين ، ١٨ (١) ، ٤٠٧-٤٤٤ .
٣٤. عفرأ إبراهيم خليل العبيدي (٢٠٢٠) .الحيوية الذاتية لدي طلبة الجامعة في ضوء بعض المتغيرات ، المجلة العلمية للعلوم التربوية والصحة النفسية ، (٢١) ، ٢٠-٤٤ .
٣٥. علي بن لهلول الرويلي (٢٠١١) .الأزمات (تعريفها - أبعادها - أسبابها) ، كلية التربية ، قسم البرامج الخاصة ، الرياض .
٣٦. عليوة السيد (٢٠٠١) . إدارة الوقت والأزمات والإدارة بالأزمات ، القاهرة : دار الأمين للنشر .
٣٧. فاتن فاروق عبد الفتاح ، شبري مسعد حليم (٢٠١٤) .الصمود النفسي لدي طلبة الجامعة وعلاقته بكل من الحكمة وفاعلية الذات لديهم ، مجلة كلية التربية ، جامعة بورسعيد .
٣٨. فاطمة الزهراء محمد مليم جاد (٢٠٢٠) . الحيوية الذاتية لدي طلاب الدراسات العليا بكلية التربية جامعة حلوان في ضوء بعض المتغيرات الديموجرافية : دراسة سيكومترية كلينكية ، المجلة المصرية للدراسات النفسية ، ٣٠ (١٠٦) ، ٢٣٧-٢٨٦ .
٣٩. لولوة صالح رشيد (٢٠٢٠) . الصمود النفسي وعلاقته بالاحترق النفسي والاضطرابات السيكوسوماتية لدى عينة من أعضاء هيئة التدريس بجامعة القصيم ، مجلة جامعة الملك عبدالعزيز: الآداب والعلوم الانسانية ، المجلد ٢٨ (٩) ، ٤٦-٦٩ .
٤٠. محسن أحمد الخضيري (٢٠٠٣) ، إدارة الأزمات : منهج اقتصادي إداري لحل الأزمات علي مستوى الاقتصاد القومي والوحدة الاقتصادية ، القاهرة : مكتبة مبدولي .
٤١. محمد السعيد أبو حلاوة ، عاطف مسعد الحسيني (٢٠١٦) .علم النفس الإيجابي : نشأته وتطوره ونماذج من قضاياها ، القاهرة : عالم الكتب .
٤٢. محمد الشافعي (١٩٩٩) ، إدارة الأزمات ، القاهرة : مركز المحروسة للبحث والتدريب .
٤٣. محمد إبراهيم أبو خليل (٢٠٠١) .موقف مديري مدارس التعليم الأساسي من بعض الأزمات والتخطيط لمواجهةها ، مجلة مستقبل التربية العربية ، ٧ (٢١) ، ٢٥٩-٣١٨ .
٤٤. محمد سمير فرج (١٩٩٨) .سيكولوجية إدارة الأزمات فريق إدارة الأزمة ( الذكاء - الإبداع الثبات الانفعالي ) . المؤتمر السنوي الثاني لإدارة الأزمات ، كلية التجارة ، جامعة عين شمس ، (٣٧) . ٢٤٩-٢٥٨ .
٤٥. محمد عصام الطلاع (٢٠١٦) .الذكاء الروحي وعلاقته بالصمود النفسي لدي طلبة الجامعة الإسلامية بغزة ، رسالة ماجستير ، كلية التربية ، الجامعة الإسلامية ، غزة .
٤٦. محمد فتحي (٢٠٠١) .الخروج من المأزق فن إدارة الأزمات ، القاهرة :دار التوزيع الإسلامية .
٤٧. محمد مصطفى عبد الرازق (٢٠١٢) . الصمود النفسي مدخل لمواجهة الضغوط الأكاديمية لدي عينة من طلاب الجامعة المتفوقين عقليا ، مجلة الإرشاد النفسي ، (٣٢) ، ٥٠٠-٥٧٩ .
٤٨. ميسون صلاح الزغبى (٢٠١٤) .درجة توفر عناصر إدارة الأزمات في مديريات التربية والتعليم في محافظة أربد جامعة آل البيت ، الأردن ، مجلة العلوم التربوية ، ٤١ (١) ، ٣٧٩-٣٨٧ .
٤٩. مني عبد المنعم محمد أحمد (٢٠٠٨) . إدارة الأزمة في التعليم الجامعي بالولايات المتحدة الأمريكية وإمكانية الاستفادة منها في مصر ، رسالة ماجستير غير منشورة ، جامعة الزقازيق

٥٠. نايف فهد المقاطي (٢٠١٤). إدارة الأزمات وتأثيرها علي أداء العاملين في المؤسسة، *حوثيات آداب عين شمس*، ٤٢، ١-٤٦.
٥١. نسرين محمد أبو ديوسه (٢٠١٩). فاعلية برنامج إرشادي قائم علي الصمود النفسي لتحسين التوافق المهني لدي المرأة العاملة بجامعة الأقصى، *رسالة ماجستير*، كلية التربية، جامعة الأقصى غزة
٥٢. نعيم إبراهيم الظاهر (٢٠٠٩). *إدارة الأزمات*، الأردن: عالم الكتب الحديث.
٥٣. هبة فوزي السيد الوكيل (٢٠١٥). بعض العوامل النفسية المنبئة للصمود النفسي لدي عينة من الطلاب الجامعة، *رسالة ماجستير*، كلية التربية، جامعة المنوفية.
٥٤. هيام صابر شاهين (٢٠١٣). الأمل والتفاؤل مدخل لتنمية الصمود النفسي لدي عينة من المراهقين ضعاف السمع، *مجلة العلوم التربوية والنفسية*، ٤(١٤)، ٣١٦-٣٥٣.
٥٥. هيبية المهدي (٢٠١١). الممارسات السلوكية لمديري المدارس في التعامل مع الأزمات داخل المدرسة، *مجلة كلية التربية وعلم النفس*، ٤(٢٦)، ١٤٣-٢٢١.
٥٦. وافي صالح شليويح الزلضي (٢٠١١). إدارة الأزمات لدي مديري مدارس التعليم العام الحكومي والأهلي بمدينة الطائف، *رسالة ماجستير*، جامعة أم القرى، مكة المكرمة.
57. Alvord, M. K., & Grados, J. J. (2005). Enhancing resilience in children: A proactive approach. *Professional Psychology*, 36, 238-245
58. Akin, A (2012). The Relationships Between Internet Addiction , Subjective Vitality, and Subjective Happiness. *Cyber Psychology Behavior, and Social Networking* 15(8),404-410.
59. -Boin, A., Comfort, L & Demchak, C. (2010). 1 **the rise of resilience. Designing resilience: Preparing for extreme events** .
60. Bostic , T. J.Rubio , D.M& Hood , M (2008) .Avalidation of the Subjective Vitality Scale Using Structural equation medeling, *social Indicators Research* , 52, 313-324.
61. Coutu, D. (2002). How resilience works. *Harvard business review*, 80(5), 46-56.
62. Couto , N. Antunes, R, Monteiro , D ,Moutao , J,Marinho,D , Cil, L(2017) . Validation of the Subjective Vitality scale and study of the vitality of elder people according to their physical activity, *Rev Bras Cineantropom Hum* . 19 (3) , 261-269 .
63. Cug , F (2015). Self forgiveness , Self – Compassion , Subjective vitality and orientation to happiness as predictors of Subjective Well – Being . **P.H.D** .

64. Dowrich , C&,kokanovic, R& Hegarty ,K& Griffiths,F&Gunn,J(2008) .Resilience and depression : **perspectives from primary care** , Health , 12(4) , 439-452.
65. Elizabeth, H.; Kelly, E.; David, A. & William, E.(2012). Time use and well-being in older widows adaptation and resilience. **Journal Women Aging**, 23(2), 149-159.
66. Fredrickson B.L &Tugade, M(2004) Resilient Individual use Positive Emotions to Bounce Back from Negative Emotional Experience , **Journal of Personality & Social Psychology** 86(2),230-333.
67. Riley, D., (2012). Work and family interface: Wellbeing and the role of resilience and work - life balance, **PhD, Waikato University**.
68. Fini , A, kavousian , J , Beigy , A & Emami , M (2010) .Subjective vitality and its anticipating Variables on Students Social and Behavioral Sciences , 5 , 150- 156 .
69. Fredrickson B. L., & Tugade, M M., (2004) : Resilient Individuals Use Positive Emotions to Bounce Back from Negative Emotional Experiences, **Journal of Personality & social Psychology**, 86(2), 230-333.
70. Gayles, J(2005) .Playing the game and playing the price : Academic resilience among three high –achieving African American Males , **Anthropology and Education Quarterly** , 36(3), 250-264 .
71. Luther, S.S., & Cicchetti ,D .(2000) . The construct of Resilience : Implications for interventions and social policies Development and psychopathology,( 12) ,857-885.
72. Myers, M. (2011). Physician suicide and resilience: Diagnostic therapeutic and moral imperatives. **World Medical Journal**, 57(3),90-97.
73. Newman, R.(2002).The rood to resilience , Monitor on Psychology , 33(9), 62-80.
74. Mistry, R.Mccarthy , W.J.Yancey, A.k, Lu,Y&Patel, M(2009) .Resilience and patterns of health risk behaviours in California adolescents preventive , Medicine , 48(3) , 291-297.

75. Peterson , C& Seligman , M.E.P(2004).Character Strengths and Virtues : A classification and handbook , New York : Oxford University Press/ washing , DC: American Psychological Association .
76. Rajan , A, Resilience of parents having children with intellectual disability : Influence of parent and child related demographic factors, **Indian Journal** of Healthy and Wellbeing , 7(7) , 707-720.
77. Richardson , G.E(2002) .The Meta theory of resilience and resiliency , Journal of Chinal Psychology , 58(3) , 307-321.
78. Snape, J& Miller, D.J(2008).Achallenge of living ? Understanding the psycho- social resilience and self –esteem theories, Education psychology Review , 20, 217-236.
79. Vieira , D. C& Aquino , T.A.(2016) . Subjective Vitality , Meaning Life and Religiosity in order people : Acorrelation Study Trends in psychology , 24, 2, 495-506.