

السعادة النفسية وعلاقته بالمستوى الطموح لدى طلبة كلية التربية في جامعة زاخو- دراسات مسائية

كازين حسين كرو

قسم علم النفس، كلية التربية، جامعة زاخو، إقليم كردستان – العراق

Kajeen.omer@uoz.edu.krd

<https://doi.org/10.36231/coedw.v35i4.1776>

تاريخ الإستلام: ٢٠٢٤/٨/١٧، تاريخ القبول: ٢٠٢٤/١٠/٣٠، تاريخ النشر الإلكتروني: ٢٠٢٤/١٢/٣٠

المستخلص:

ان طبيعة الدراسة الحالية لتعرف على السعادة النفسية وعلاقته بالمستوى الطموح لدى طلبة كلية التربية في جامعة زاخو دراسات المسائية. حيث يهدف البحث الحالي الى التعرف على مستوى السعادة النفسية ومستوى الطموح لدى طلبة كلية التربية، وايضا التعرف على علاقة بين السعادة النفسية والمستوى الطموح لدى طلبة الدراسة، وكذلك التعرف على الفروق ذات الدلالة الإحصائية بين مستوى السعادة النفسية ومستوى الطموح وفقاً للمتغيرات: الجنس، العمر، الحالة الاقتصادية، لدى طلبة كلية التربية الدراسات المسائية، ولتحقيق اهداف الدراسة اتبعت الباحثة المنهج الوصفي المناسب لهذه الدراسة حيث تم اختيارهم بطريقة عشوائية من كلية التربية في جامعة زاخو، وقد شملت عينة البحث الحالي (١٢٥) طالباً وطالبة. وتمثلت ادوات الدراسة في مقياسين: مقياس السعادة النفسية الذي يحتوي على (٢٧) فقرة ومقياس مستوى الطموح والذي يحتوي على (٢٧) فقرة من اعداد سماوي وشاهين (٢٠١٩). وبعد التحقق من صدق وثبات الأدوات تم تطبيقها لغرض تحقيق أهداف البحث الحالي. تم تحليل البيانات بواسطة برنامج (SPSS) حيث توصل البحث الحالي الى النتائج التالية: وجود فروق بين مستوى السعادة النفسية ومستوى الطموح لدى عموم الطلبة، ووجود فروق ذات دلالة احصائية في السعادة النفسية حسب متغير الجنس، لصالح الذكور ولا يوجد الفرق بين افراد العينة البحث في مستوى الطموح حسب متغير الجنس. ايضا وجود فرق بين أفراد عينة البحث في السعادة النفسية حسب متغير العمر ولصالح ٢٣- ٢٨ سنة ولا يوجد الفرق بين افراد العينة البحث في مستوى الطموح حسب متغير العمر. ولا توجد فرق ذات دلالة احصائية في السعادة النفسية ومستوى الطموح عند عينة البحث حسب متغير الحالة الاقتصادية. وفي ضوء النتائج التي توصل اليها البحث الحالي فانه يضع بعض التوصيات والمقترحات.

الكلمات المفتاحية: السعادة النفسية، مستوى الطموح، دراسات المسائية، جامعة زاخو



Psychological happiness and its relationship to level of ambition among students of Faculty of Education at the University of Zakho - evening studies

Kajeen Hussein Karro 

Department of General Psychology, College of Education, Zakho University, Kurdistan Region - Iraq

Kajeen.omer@uoz.edu.krd

<https://doi.org/10.36231/coedw.v35i4.1776>

Received: Aug 7, 2024; **Accepted:** Oct. 30, 2023; **Published:** Dec. 30, 2024

Abstract

The current research aims to identify the level of psychological happiness and the level of ambition among students of the Faculty of Education at the University of Zakho\Evening Studies, to identify the relationship between these two levels, and to identify the statistically significant differences between them according to the variables: gender, age, economic status, among students of the Faculty of Education, Evening Studies. To achieve the objectives of the study, the researcher followed the descriptive approach appropriate for this study. The sample of the current research included (125) male and female students. The study tools were represented in two scales: the psychological happiness scale, which contains (27) paragraphs, and the level of ambition scale, which contains (27) paragraphs prepared by Samawi and Shaheen (2019). After verifying the validity and reliability of the tools, they were applied to achieve the objectives of the current research. The data were analyzed using the (SPSS) program. The current research reached the following results: There are differences between the level of psychological happiness and the level of ambition among all students, the existence of statistically significant differences in psychological happiness according to the gender variable, in favor of males, and there is no difference between the individuals of the research sample in the level of ambition according to the gender variable. In light of the results reached by the current research, it makes some recommendations and suggestions.

Keywords: psychological happiness, level of ambition, evening studies, Zakho University.

١-المقدمة

في القرن الحادي والعشرين شهد العديد من التغيرات التكنولوجية والاجتماعية والثقافية والاقتصادية وغيرها التي أثرت على القيم الإنسانية وتسببت في خلق صراعات بين الماضي والحاضر. حيث تحمل هذه التغيرات السريعة والصراعات المتعددة ويعاني الكثير من المتاعب النفسية والعديد من الضغط النفسي للفرد وبالتالي يعاني الكثير من البؤس الإنساني (Mason, 2014: p54). حيث تعيش منطقة الشرق الاوسط حالة من شبه عدم الاستقرار في النواحي السياسية والاقتصادية والاجتماعية، مما يجعل السعادة النفسية وتحقيق الطموحات في الحياة أمراً صعب المنال، فالسعادة النفسية تضفي على شخصية الفرد حالة من الاحساس بالهناء والرضا عن الحياة، أسمى ارتباطها بالحالة المزاجية الايجابية والرضا عن الحياة وجودتها وتحقيق وتعتبر هدفاً للذات والتفاؤل وبالتالي تحقيق الاهداف والطموح، فمفهوم السعادة النفسية ومستوى الطموح يعدان من المتغيرات الاساسية للشخصية، وتكمن أهميتهما بوصفهما الهدف الانساني الذي يسعى لتحقيقه، حيث تعد السعادة النفسية و الطموح من العوامل الاساسية لنجاح الفرد في مختلف مراحل حياته، حيث أنها تؤدي بالافراد إلى النجاح وتحقيق الاهداف من خلال الاستمتاع بالخبرات والتجارب الحياتية المختلفة والتخطيط، كما أن السعادة النفسية تعتبر مطلب و رغبة وحاجة اساسية يبحث عنها الجميع ويتمنى تحقيقها في مختلف المجالات، وكل إنسان يتعرض للكثير من المواقف المصيرية في حياته، والتي على أساسها يحدد مستقبله، لذلك يجب أن يكون لديه الطموح والذي يجعل طريقه مليء بالنجاح والتميز، فهو الوقود الذي يساعد الانسان للوصول لتحقيق أهدافه والشعور بالسعادة، وأن يتمتع الافراد بوجود الطموح لديهم يجعلهم قادرين على مواجهة الحياة وتحقيق الذات (علي، ٢٠١٣: ٢٣). ومن خلال مراقبة المجتمع الطلابي اذ يشعر الطالب بدرجة أعلى من السعادة إذا استطاع حل صراعاته الداخلية وتحقيق قدر من التكامل في شخصيته، حيث يعاني الطلاب من بعض الضغوط والمشاكل في مختلف جوانب حياتهم، مما يؤثر بشكل مباشر على تحصيلهم الدراسي ومستوى طموحهم، وبالتالي ينعكس ذلك على رضاهم عن الحياة، مما يهدد استقرارهم وسعادتهم. تلعب السعادة دوراً ايجابياً في تحقيق شخصية ناجحة ومتوازنة والتمتع بصحة نفسية جيدة. لذلك من المهم أن يكون لدى الطالب الجامعي مفهوم ايجابي عن نفسه، لأن هذا من أهم مكونات السعادة، فالطالب الجامعي الذي يفتقر إلى عناصر السعادة غالباً ما تكون لديه نظرية سلبية حول مفهوم الذات والعكس صحيح (الصوافي، ٢٠١٩: ١٦٤). حيث تعتبر المرحلة الجامعية من المراحل المهمة التي يسعى فيها الطلبة لوضع رؤى واضحة لمستقبلهم وتحقيق أهدافهم وطموحاتهم خاصة على الصعيد العلمي والمهني، هذه المرحلة تخلق هوساً باختيار التخصص المناسب، ثم تبدأ رحلة الاجتهاد المثابرة والإنجاز بغية الوصول إلى المستوى الذي يحقق الطموح المنشود، وتعتبر هذه الحالة سعادة نفسية، وهي حالة من الإثارة العاطفية الإيجابية التي قد يصعب الوصول إليها بسبب ضغوط الحياة الكثيرة التي يتعرض لها الإنسان والصراعات الداخلية التي تحدث بين الغرائز المتضاربة من جهة والصراعات الخارجية بينه وبين المجتمع من جهة أخرى (عزيز، ٢٠١٧: ٢).

مشكلة البحث

لقد شهد العصر الحديث جملة من التغيرات السريعة التي ساعدت على تبيد وتغيير الكثير من القيم، وأسهمت إلى حد كبير في انتشار القلق واختلال في العلاقات الاجتماعية والاسرية، وأصبح في كثير من الاحيان من الصعب على البعض أن يحيا إنسانيته وأن يتمتع بالسعادة النفسية ويكون لديه طموح وأهداف بسبب التحديات والمشاكل التي تواجه الافراد وفئات المجتمع المختلفة، ومن الفئات التي تواجه تحديات كبيرة فئة الطالب الجامعي فهو يواجه تحديات كبيرة وصعبة تؤثر على الحالة الانفعالية والانجاز والطموح لديهم، أن هموم الطلبة ومشكلاتهم من الامور التي يجب ألا يغفل عنها أي باحث إذ أن الطلبة هم اللبنة الاولى لبناء الجامعات والمجتمع في المستقبل، ويمثلون صورة مصغرة لواقع المجتمع، لانهم يمرون بمرحلة نمائية مهمة في حياتهم، فهم يستعدون للالتحاق بالمهن المختلفة، والزواج والاستقرار الاسري، اذ يعتبر الشعور بالسعادة هو أمر لا يشعر به الإنسان إلا إذا كان يتمتع بصحة جيدة، كما أنه أمر نسبي يختلف من شخص الى اخر، يري المريض السعادة بالصحة، والفقير يراها في الغنى، وقد يري الشيخ السعادة في أيام الشباب التي مضت، أما السجين يراها في الحرية. وهكذا هناك أنواع السعادة وأنماط وتتشكل حسب نظرة الفرد إليها أو اعتقاده بجزء منها. ويشعر

بالسعادة النفسية Psychological well-being من المفاهيم النفسية التي نالت قدراً كبيراً من قبل الباحثين في مجال علم النفس والمختصين في الصحة النفسية، يعتبر هذا المفهوم مؤشراً مهماً من المؤشرات الأساسية للتكيف والصحة النفسية السليمة. ان الشعور بالتعاسة - غياب السعادة - يعتبر المشكلات المهمة في حياة الإنسان، حيث تعتبر هذه المشكلة منطلقاً لكثير من المشكلات التي يعاني الإنسان ويشكو منها، وكثيراً ما يكون هذا الشعور مدعوماً بمشاكل أخرى كانت موجودة في حياة الفرد قبل أن يشعر بالتعاسة (Aldahadha, 2023:163). حيث يعتبر السعادة النفسية هي مجموعة المؤشرات السلوكية تدل على الشعور بحالة من الرضا العام لدى الفرد وسعيه الدؤوب لتحقيق أهدافه الشخصية في إطار الحفاظ على علاقات اجتماعية إيجابية مع الآخرين، ولما لها من تأثيرات إيجابية قوية على سلوك الافراد، ومنها التفكير الإيجابي، فالإنسان يفكر بطرق مختلفة وأكثر إيجابية عندما يكون سعيداً مقارنة عندما يكون حزيباً ومكتئباً، كما يكون أكثر سعادة نتيجة ثقته بنفسه وتقديره العالي لذاته وكفاءته الاجتماعية الكبيرة، كما قد يكون مستعداً لحل مشاكله بطرق أفضل. وفي بعض الأحيان تكون السعادة النفسية ذات معقدة الطبيعة، أي أنه ليس من السهل على كثير من الأفراد التمتع بها وسهولة المنال، وقد يكون ذلك بسبب التغيرات التكنولوجية والاجتماعية والاقتصادية والثقافية العديدة المعاصرة والمتعاقبة والتي لها تأثير جلي على حياة الإنسان في مختلف الأصعدة، ان كان في المنزل أو الأسرة أو التعليم أوحتي في العمل، أي أنها تهديدا ما يسمى بالأمن والانسجام والصحة والسعادة النفسية للإنسان، اذ لا تساعده على اكتساب مستوى الطموح في الحياة (علي، ٢٠١٣ : ١٤). لذلك ان مستوى الطموح يلعب دوراً مهماً وبارزا في حياة الأشخاص، وهو التي يحدد الشخصية الهامة، وخصوصا في المراحل الجامعية، ومن خلاله يمكن توضيح أسلوب تعامل الفرد مع نفسه وبيئته ومجتمعه، ويعتبر الطموح الدافع الذي يوجه السلوك، ويشير الأطرش إلى أن مستوى طموح الفرد وقدراته هي التي تحدد ما يريده وما يتوقعه من أدائه في المستقبل. (ابو غطاس، ٢٠٢١ : ٦). لذلك فان الحياة الجامعية بشكل عام وعلى مختلف الاصع سواء كانت أكاديمية أو إدارية أو مالية، وهي مصدر ضغوط ومواقف مختلفة يتعرض لها الطلبة أثناء الدراسة الجامعية، لذلك يواجه الطلبة الجامعيون بشكل عام والطلبة المتزوجون بشكل خاص العديد من المسؤوليات أثناء الدراسة الجامعية من حيث الزوج أو الزوجة والأبناء والمتطلبات الأكاديمية والدراسة والامتحانات والمحاضرات وأعباء الدراسة الاقتصادية المتعلقة بالرسوم الجامعية ونفقات الجامعة والمتطلبات الاجتماعية بما في ذلك أعباء العلاقات الاجتماعية وتوفير الوقت الكافي لذلك، وهذا يتطلب منهم التوفيق بين حياتهم الأكاديمية كطلبة وحياتهم الزوجية، لذلك قد يشكل عليهم ضغوطاً وصراعات نفسية من تحديات وصعوبات وصراعات نفسية. (الهمص وحراره، ٢٠٢٢ : ٤٣١-٤٣). وتأمل الباحثة ان تحقق العلاقة بين السعادة النفسية بالمستوى الطموح من خلال الاهداف المنشودة. وبناء على ما تقدم يمكن تليخيص مشكلة البحث بالسؤال الرئيس الآتي: هل هنالك علاقة بين السعادة النفسية ومستوى الطموح لدى طلبة الدراسة المسائية بكلية التربية بجامعة زاخو؟ - ويتفرع عن السؤال الرئيسي الاسئلة الفرعية التالية: -

١. ما هو مستوى السعادة النفسية والمستوى الطموح لدى عموم طلبة كلية التربية في جامعه زاخو دراسات مسائية؟
٢. هل توجد علاقة الترابط بين السعادة النفسية ومستوى الطموح لدى طلبة كلية التربية؟
٣. هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين مستوى السعادة النفسية ومستوى الطموح من حيث: الجنس، العمر، الحالة الاقتصادية لدى طلبة كلية التربية؟

اهداف البحث

١. التعرف على مستوى السعادة النفسية والمستوى الطموح لدى طلبة الدراسة المسائية بكلية التربية بجامعة زاخو.
٢. التعرف على علاقة بين السعادة النفسية والمستوى الطموح لدى طلبة الدراسة المسائية بكلية التربية بجامعة زاخو.
٣. التعرف على الفروق ذات دلالة إحصائية بين مستوى السعادة النفسية ومستوى الطموح وفقا لمتغيرات: الجنس (ذكور - اناث)، العمر (١٨-٢٢) (٢٣- فما فوق) الحالة الاقتصادية (متدني - متوسط - جيد) لدى طلبة الدراسة المسائية بكلية التربية بجامعة زاخو.

حدود البحث

أجري البحث الحالي على عينة من طلبة كلية التربية جامعة زاخو على الدراسات المسائية خلال الفصل الدراسي الأول للعام الدراسي ٢٠٢٣-٢٠٢٤م.

أهمية البحث

وتنبع أهمية الدراسة النظرية من كونها من الدراسات القليلة التي تناولت موضوع السعادة النفسية ومستوى الطموح والعلاقة بينهما في فئة مختلفة وهي الطلبة المتوقع تخرجهم، وذلك لأهمية هذه المتغيرات في تشكيل شخصية وأهداف الطلبة المتوقع تخرجهم، كما تنبع أهمية الدراسة الحالية من معالجتها لمرحلة مهمة في حياة الفرد وهي المرحلة الجامعية، فهي مرحلة حيوية لها دور بارز في التأثير على شخصية الفرد مع نفسه ومع الآخرين، كما تنبع الأهمية النظرية لموضوع هذه الدراسة من خلال توجيه الاهتمام نحو فئة مهمة من المجتمع وهي الطلبة المتوقع تخرجهم من الجامعة، وتسلط الضوء على معالجة المتغيرات الإيجابية، بعيداً عن الاضطرابات النفسية كالسعادة والطموح الإيجابي الواقعي (Mason, 2014: 24). كما تستمد الدراسة أهميتها من ندرة الدراسات التي ربطت بين متغيري السعادة النفسية والطموح، وتساعد الدراسة الحالية في تقديم المعلومات والبيانات النظرية المتعلقة بمستوى السعادة النفسية والطموح لصناع القرار في الجامعات، وإثراء المكتبة العربية بهذا النوع من الدراسات. وتفتح هذه الدراسة المجال لدراسات أخرى تحاول الاستفادة وتطوير برامج إرشادية لتعزيز السعادة النفسية، (سماوي وشاهين، ٢٠٢١: ١١٦٤-١١٦٥). ان الطموح والسعادة يلعب دوراً مهماً في حياة الإنسان، يكتسب أهمية الطموح من طبيعة الإنسان ككائن يتوق النجاح ويتطلع إلى المستقبل وبلي أهدافه، وهدف السعادة كأعلى هدف إنساني يسعى كل فرد للوصول إليه. فالطموح يؤدي إلى الإنجاز أولاً وثم إلى تحقيق السعادة، والثانية أي (السعادة) تمد الفرد بالطاقة الإيجابية التي تجعله أكثر تفاؤلاً وأكثر كفؤاً وطموحاً (خشوري وعفيفي، ٢٠٢٢: ٢٣٩). وتأتي أهمية الأبحاث الحالية لأنها أجريت على الطلبة في الجامعات، وتبان من جانبين أساسيين: المرحلة العمرية التي يمر بها طلبة الجامعات وهي مرحلة الشباب وأهميته في حياة المجتمع، والجانب الثاني أهمية الجامعة نفسها (محمود و ابراهيم، ٢٠٢١: ٢٣٧). الذي لها تأثير أساسي على المجتمع، حيث تقوم في صميم رسالتها بإعداد وتأهيل الشباب للوظائف الإنتاجية في المجتمع وتساعد على النضج والتطور نفسياً واجتماعياً لتحقيق مستوى الطموح نحو الأهداف المرجوة التي يضعها الفرد لنفسه في المجالات التعليمية أو المهنية أو الأسرية أو الاقتصادية بغية تحقيقها والتي تتأثر بمجموعة من المؤثرات الخاصة بشخصيته أو القوى البيئية المحيطة به. (عيسى، ٢٠٢٢: ١٨٨). وتنبع الأهمية العملية لهذه الدراسة من إضافة معرفة جديدة في مجال السعادة النفسية وعلاقتها بالطموح من خلال قيام الباحثة بتطوير مقياس طموح متوافق مع البيئة الكوردية، وتقديم توصيات عملية تتمثل في تقديم برامج إرشادية لتعزيز مستوى السعادة النفسية والطموح لدى الطلبة المتوقع تخرجهم.

٢- الإطار النظري

٢-١ مصطلحات الدراسة

أولاً: - السعادة النفسية- Psychological Well-Being عرفه كل من :-

- ١- قاسم وعبد الله (٢٠١٨) الرضا العام عن الحياة والقناعة وما يترتب على ذلك من سعادة وراحة وتحقيق للذات، والسعي الدؤوب لتحقيق الأهداف الشخصية في حدود الحفاظ على العلاقات الاجتماعية الإيجابية مع الآخرين. (خشوري وعفيفي، ٢٠٢٢: ٢٣٩).
- ٢- شريقي (٢٠٢٠) وهي عاطفة إيجابية مستقرة نسبياً، تتمثل في شعور الفرد بالفرح والسرور، وغياب المشاعر السلبية مثل الخوف والقلق والاكتئاب، وراحة البال والجسد، وكذلك الراحة العامة في كافة جوانب الحياة. (محمود و ابراهيم، ٢٠٢١: ٢٤٧).
- ٣- عيسى (٢٠٢٢) بأنها شعور عام بالبهجة والسرور والتفاؤل عن طريق مجموعة من المؤشرات والمحددات السلوكية التي تشير الى ارتفاع معدل ورضا وقبول الافراد عن حياتهم (عيسى، ٢٠٢٢: ١٩١).

تعريف الباحثة النظري

هو الرضا الطالب عن حياته بشكل عام ويشعر بالنجاح في جميع مجالات حياته المختلفة.

التعريف الاجرائي للسعادة النفسية

هو الدرجة الإجمالية التي يحققها الطالب بناءً على إجابته على فقرات مقياس السعادة النفسية الذي تم إعداده لهذا الغرض.

ثانياً: المستوى الطموح **Ambition Level** عرفه كل من :-

- ١- محمود (٢٠٠١) هو كل ما يأمل الفرد تحقيقه من أهداف على مستوى معين في مختلف جوانب حياته سواء كانت عائلية أو أكاديمية أو مهنية، وتلعب التجارب التي مر بها الفرد دوراً رئيساً في تحديد مستوى الأهداف. (محمود، ٢٠٠١: 21).
- ٢- أباطة (٢٠٠٤) الهدف الذي يضعها الفرد لنفسه للمجال التعليمي و المهني و الأسري و الاقتصادي بغية تحقيقها، تتأثر للعديد من المؤثرات والعوامل المتعلقة بشخصية الفرد أو تقبله للبيئة المحيطة به. (بوغطاس والاحمدي، ٢٠٢١: ٩).
- ٣- معوض وعبد العظيم (٢٠٠٥) وهي صفة مستقرة نسبياً تشير إلى أن الشخص الطموح هو شخص يتميز بالتفاؤل والقدرة على تحديد الأهداف وقبول كل ما هو جديد وتحمل الإحباط والفشل. (معوض وعبد العظيم، 2005: ٣٤).
- ٤- الزبيدي (٢٠٠٦) هو مستوى توقعات الفرد ورغباته المتميزة لتحقيق أهدافه المستقبلية في ضوء خبراته ومرجعياته السابقة. (الزبيدي، ٢٠٠٦: ١٢).

تعريف الباحثة النظري

هو مستوى الجهد الذي يبذله الطالب من أجل تحقيق المستوى العلمي و الأكاديمي الذي يطمح اليه في تحقيق مستقبله

التعريف الاجرائي للمستوى الطموح

الدرجة الإجمالية التي يحققها الطالب بناءً على إجابته على فقرات مقياس مستوى الطموح الذي تم إعداده لهذا الغرض.

٢-٢ مفهوم السعادة النفسية

يعتبر مفهوم السعادة النفسية من المفاهيم الحديثة التي تم تناولها في الأونة الأخيرة في علم النفس الإيجابي نظراً لمكانته البارزة في تاريخ الفكر الإنساني، حيث سعت الثقافات المختلفة إلى تحقيق السعادة كهدف أسمى في الحياة نظراً لارتباطها بالمزاج الإيجابي والرضا عن الحياة وجودتها وتحقيق الذات والتفاؤل، ويتداخل هذا المفهوم مع بعض المفاهيم الإيجابية الأخرى مثل الشعور بالراحة، والرفاهية النفسية، والتقدم النفسي، والرفاهية النفسية، والرضا عن الحياة، والمناعة في الحياة، والتوافق النفسي، والإنجاز، والأمن النفسي، والرضا، والطمأنينة. (Adbowale, et.al, ٢٠١٤: ٣5). السعادة هي هدف أساسي في حياة الإنسان يسعى الجميع إلى تحقيقه، وتحقيقها يؤدي إلى شعور الفرد بالرضا والسعادة والاستمتاع وتحقيق الذات وامتلاك موقف إيجابي تجاه الحياة، والسعادة النفسية هي أحد أسباب النجاح في العديد من مجالات الحياة، وهي من أهم مؤشرات الصحة النفسية للفرد. (ابسيس، ٢٠٢١: ٤٠). وقد استعرضت كارول رايف أكثر من ٣٥٠ دراسة تجريبية حول السعادة النفسية (Psychological well-being) والتي أظهرت أن السعادة النفسية عامل وقائي ضد الأمراض العقلية والاضطرابات النفسية، وهي مرتبطة بالعلامات البيولوجية للصحة الجسدية أيضاً، وأنها تقلل من خطر الإصابة بأمراض مختلفة مثل مرض الزهايمر، وتطيل العمر. (الصوافي، ٢٠١٩: ١٦٣).

السعادة مصدر للعديد من الجوانب الإيجابية للفرد، فالأشخاص السعداء يتمتعون بتقدير أعلى للذات، وهم أكثر ثقة بأنفسهم، وهم قادرين على حل مشاكلهم المادية والعقلية والعاطفية والروحية. ويشير سيلجمان إلى أن المتزوجين أكثر سعادة من العزاب في أغلب الأحوال، ولكن ليس في جميع الأحوال. فالحياة الاجتماعية الغنية تجعل الإنسان أكثر سعادة. وهناك علاقة عكسية بين المشاعر الإيجابية والسلبية، فجد أن كبار السن لديهم زيادة في الرضا عن الحياة وانخفاض طفيف في المزاج الجيد. وتؤكد بعض الدراسات أن المتزوجين أكثر سعادة بشكل عام من العزاب والأرامل والمطلقين، بينما تشير نتائج دراسات أخرى إلى أن السعادة تؤدي إلى الصحة النفسية، والتمتع بوقت الفراغ، وكثرة الأصدقاء، وبالتالي فإن الزواج يخفف من أعراض الاكتئاب. (الهمص وحراره، ٢٠٢٢: ٤٣٢). كما وتعد السعادة النفسية هي الهدف النهائي لكل سلوك إنساني، ومؤشر على الحالة المزاجية المتوازنة وتحقيق الذات، وانعكاس لشعور عام بالرضا عن جوانب الحياة كالزواج والعمل والصحة والقدرات

الشخصية وتحقيق الذات. وتحقيق السعادة عندما يحرز الفرد تقدماً كافياً في تحقيق أهدافه، وتغيير نمط حياته، وتعديل المفاهيم الخاطئة التي يتبناها، والاستمتاع بوقته، وإدارة مشاعره. وتشير الدراسات إلى أن البحث عن معنى للحياة، والأمل، والتماسك الأسري من أهم الدوافع التي تدفع الأفراد إلى الشعور بالسعادة الذاتية. ويرى أراجيل أن الاستعداد للسعادة والشقاء يتشكل في مرحلة الطفولة ويصقل في مرحلة المراهقة نتيجة للتفاعل بين المعطيات الوراثية وظروف التنشئة الاجتماعية، وتثبت هذه الاستعدادات في مرحلة البلوغ. (خشوري وعفيفي، ٢٠٢٢: ٢٤٤).

تختلف السعادة من مجال إنساني إلى آخر، ومن فرد إلى آخر، ومن مجتمع إلى آخر، ومن أبرز العلوم الإنسانية التي تناولت تعريف السعادة مجال علم النفس، حيث ظهر مصطلح السعادة لأول مرة في قائمة الملخصات النفسية في عام (١٩٧٣م)، وقد تم تصنيف الأبحاث النفسية المتعلقة بالسعادة ضمن ما يعرف بعلم النفس الشعبي أو الجماهيري عندما حاول الباحثون دراسة العديد من العوامل الديموغرافية والاجتماعية والسمات الشخصية، وذلك لمعرفة العوامل التي تؤدي إلى الشعور بالسعادة. وأحدث سيلجمان Seligman (٢٠٠٥) ثورة في علم النفس المعاصر في الثمانينات من القرن العشرين، حيث وجه الأنظار لضرورة دراسة الجوانب الإيجابية للشخصية الإنسانية، وإبقاء الاهتمام بالجوانب السلبية كذلك، واستخدم مفهوم السعادة في تحديد أهداف العلم الجديد، (علم النفس الإيجابي) بما تحتوي عليه من مشاعر وأنشطة إيجابية للإنسان. ويشير سيلجمان Seligman أن مجال علم النفس الإيجابي يشتمل على الخبرات الإيجابية على المستوى الفردي، ومنها السعادة والرضا، والتفائل والإيمان والأمل، والحب، والإحساس بالجمال والاجتهاد، والأصالة، والحكمة، وعلى المستوى الجماعي، ومن بينها: الحقوق المدنية والمؤسسات التي تحرك الأفراد نحو مواطنة احسن، والحنو، والإيثار، والتسامح، وأخلاقيات المهنة (عزيز، ٢٠١٧).

٢-٢-١ مكونات السعادة النفسية

تناولت العديد من الدراسات مفهوم السعادة النفسية ومن جوانب عدة كالانفعالي أو الوجداني والمعرفي وهذا ماكداه (٤٦٤: ٢٠٠٤، Joseph et al) بأن السعادة النفسية لاتعني فقط فقدان مشاعر الاكتئاب، بلل تعني ايضا وجود عدد من الحالات الوجدانية والمعرفية التي تتصلق بالاجيائية، وبالتالي يمكن الاشارة الى تلك الجوانب باعتبارها مكونات السعادة وهذا ما ذهبت اليه العديد من الدراسات وتناولها كما يلي:-

- أشار (أرغيل، ١٩٩٣) إلى ثلاثة مكونات أساسية للسعادة:

- الرضا عن الحياة: وقد يساويه البعض جودة الحياة أو جودة الحياة.
- العاطفة الإيجابية: وهذا هو المكون العاطفي للسعادة كحالة عاطفية.
- العاطفة السلبية: وهذا ما يسمى (الضيق النفسي - الإرهاق النفسي).

وفي دراسة أخرى أجراها أرغيل (١٩٩٧) وصف السعادة بأنها: انعكاس لدرجة الرضا عن الحياة أو انعكاس لمدى تكرار حدوث المشاعر السارة وأنها: تتضمن أربعة عناصر:-.

(Huang, et.,al ٢٠١٥:67).

- الرضا عن الحياة ومجالاتها المختلفة.
- الشعور بالبهجة والسعادة.
- العناية بما في ذلك القلق والاكتئاب.
- الحالة الصحية.

وتوصل هيلز وأرغيل أن السعادة النفسية تتضمن ثلاثة مكونات: مستوى مرتفع من التأثير الإيجابي، ومستوى منخفض من التأثير السلبي، ومستوى مرتفع من الرضا عن الحياة. ويتعلق المكونان الأوليان بالجوانب العاطفية الوجدانية، في حين يتعلق المكون الثالث بالجوانب المعرفية. (Argyle & Hills، ٢٠٠١).

ومن هنا يتبين أن السعادة النفسية تنشأ من توافر مجموعة من العوامل والمكونات التي تجتمع لتنتج حالة من الإيجابية والانسجام لدى الفرد ويمكن تصنيفها تحت فئتين أساسيتين هما: (الجانب المعرفي)؛ وهو كل ما يعطي الفرد انطباعاً بالسعادة والرضا عن الحياة، مثل القناعة والراحة والنعيم والمشاعر الإيجابية والتقييم الإيجابي للحياة، و(الجانب العاطفي)؛ وهو كل ما

يستطيع الفرد التعبير عن سعادته من خلاله، مثل: الفرح والسرور والبهجة والاحتفال. كما أن وجود الفرد في بيئة سعيدة يساهم في شعوره بالسعادة. (الزهراني & علي، ٢٠٢٠).

٢-٢-٢ خصائص السعادة النفسية

إن محصلة السعادة هي الخصائص التالية. فليست كلها شرطاً للسعادة، ولا هي جميعها حاضرة على قدم المساواة، بل لا بد أن تكون أغلبها حاضرة في أوقات الشدة، وهي حاضرة دائماً (Chang, et.al., ٢٠١٥; 78).

١- الحب: هو مصدر السعادة المتدفق الذي لا ينضب، فنحن نرى أنفسنا أسعد الناس عندما نتمتع بحب الآخرين، ولكن هذا ليس الأفضل، فالأفضل هو حيناً للآخرين، فالحب هو القطب المعاكس للخوف عاطفياً وعصبياً، والحب هو الترياق للخوف والخطوة الأولى نحو السعادة.

٢- التفاؤل: فهو يمنحنا القوة للتغلب على المواقف المؤلمة. كنت أظن أن التفاؤل هو موقف: رؤية الكأس نصف ممتلئة بدلاً من نصف فارغة. لكن هذا يبدو مصطنعاً، ومجرد خدعة في الإدراك. فكلما كانت المحنة أشد، كلما تعلمت منها أكثر. وهكذا اكتشفت المعنى الحقيقي للتفاؤل. التفاؤل هو إدراك أن المحنة كلما كانت أعظم وأشد إيلاماً، كلما كانت دروسها ومواعظها أعمق.

٣- الشجاعة: هي سلاحك الأقوى الذي تتغلب به على نظام الخوف بداخلك، فلا يمكنك التغلب على الخوف بدون الشجاعة، فالخوف جزء من شبكتك العصبية، ولا يمكن التخلص من الخوف لأنه جزء من تركيب دماغك، وكذلك الشجاعة، فالشجاعة تأتي من القشرة المخية الحديثة، وهي نتاج الروح والفكر والعواطف السامية والحب والكرم، وواقعها هو التوازن الطبيعي الذي يمكننا من التغلب على الخوف، حتى تتمكن من المضي قدماً في الحياة، وهذه هي السمات التي تدفعنا إلى الاستمرار. (Argyle & Hills, ٢٠٠١; 65).

٤- الشعور بالحرية: لا شيء يثري الروح مثل الحرية. الحرية اختيار، والاختيار يحدد إنسانيتنا. عندما نختار، فإننا نقرر من نحن. كل واحد منا لديه القدرة على الاختيار. لكن الفقراء لا يدركون أنهم يمتلكون هذه القدرة. يعتقدون أنها مخصصة للأغنياء فقط، لكنها ليست كذلك. لقد قابلت آلاف الأغنياء الذين لا يشعرون بالحرية. الحرية متاحة لأي شخص لديه الشجاعة لممارستها.

٥- توقع الصعوبات: يشارك السعداء في توقع أمورهم وتشكيل سعادتهم، ولا يقفون عاجزين أمام ما يحدث من أجل منحهم السعادة، فهم ليسوا ضحايا خاضعين.

٦- الأمان: يدرك السعداء أن لا شيء يدوم إلى الأبد، فالمال زائل، ورضا الناس لا يمكن الحصول عليه (إرضاء الناس غاية لا تدرك)، والحياة الدنيوية زائلة. فهم لا يقيسون الأمان بخطر زمني أو آلة حاسبة. ولا يصبحون عبيداً للثروة أو المكانة أو العمر الطويل المرغوب. فهم راضون عن حياتهم كما هي. والأمن ليس من صنعهم. (خشوري وعفيفي، ٢٠٢٢: ٢٤٤).

٧- الصحة: تعتمد الصحة والسعادة على بعضهما البعض، فمن الصعب أن تكون سعيداً إذا لم تكن بصحة جيدة، ومن الصعب أن تكون بصحة جيدة إذا لم تكن سعيداً. إن الكيمياء المزاجية الصحية هي أساس السعادة. قد تعيش حياة سعيدة، لكنك لن تدرك ذلك إذا عذبت نفسك بكيمياء مزاجية خاطئة. إن اختلال التوازن بين النواقل العصبية والسيروتونين (وهي كيمياء المزاج) يمكن أن يخفي السعادة بداخلك.

٨- الإيمان: إن السعداء لا يخافون من تجاوز حدود حياتهم، بل يقبلون ما يختاره لهم القدر ويستسلمون للأمور غير المتوقعة، وهم أقل خوفاً من الموت من غيرهم، فالموت لا يخيفهم، لكن ما يقلقهم أنهم لن يعيشوا حياة كريمة تتفق مع معتقداتهم.

٩- الإيثار: إن الأشخاص التوسع أنانيون بطبيعتهم، فهم لا يعرفون الإيثار، أما الأشخاص السعداء فيستمتعون بالإيثار حتى لو كانوا في حاجة، فهم يرون في الإيثار علاقة طيبة مع الآخرين، فهو يعطي الحياة هدفاً ومعنى.

١٠- البصيرة والأفاق الواسعة: يرى التعساء الأمور من منظور واحد، وفي أغلب الأحيان لا يستطيعون التمييز بين الكبير والتافه، بينما طيف الرؤية لدى السعداء واسع، وهم يعرفون كيف يرتبون الأمور بشكل صحيح وكيف يسعون لتحقيقها، لذلك لا يخلطون بين النظرة الصحيحة وقت الأزمات.

١١- المتعة-المرح: هي تحول في نظرة الإنسان يعطيه العزاء، لمواصله رحلة الحياة ببسر، خاصة عندما لا تكون الأمور في أفضل حالاتها. فالتخلي عن شيء ما يمنحك التنوير. فهو يدفع المعاناة بعيداً عن الذات ويترك هذه المعاناة للعقل والروح، حيث لديهما ما يكفي من الأسباب للتعامل معها.

١٢- الغاية-الهدف: يعرف السعداء هدفهم في هذه الحياة على وجه اليقين، فيفعلون ما يجب عليهم فعله، ولو مات أحدهم اليوم فلن يندم على شيء، لأنه راضٍ عما فعله في حياته. (الصوافي، ٢٠١٩: ١٣).

هذه الصفات مجتمعة تشكل السعادة، ومن يحققها لا يحتاج إلى البحث عن السعادة بعد ذلك، لأن السعادة وصلت إليه بالفعل. هناك بعض الصفات المهمة الأخرى التي تؤثر على السعداء، مثل: احترام الذات، والطمأنينة، والقدرة على الإنجاز، والثقة بالنفس. إلا أن هذه الصفات ليست كثيرة كما قد تظن، لأن السعادة عميقة، ولكنها بسيطة.

٢-٢-٣ النظريات المفسرة للسعادة النفسية

هنالك بعض النظريات والآراء المفسرين حول مفهوم السعادة النفسية ومنها:

١- نظرية مارتين سيلجمان:

يرى "مارتين سيلجمان" في حياة السعداء دائماً يمتلكون أسس قوية للسعادة، ويستعملون تقنيات في حياتهم تختلف عن غير السعداء، وأكده أيضاً كل من "ميهاالي وسكيزز زينتمهالي" (Mihaly Csikszentmihlyi & Csikszentmihlyi) عن لعب دور الإبداع في الحالة المزاجية للعملية الإبداعية من وقت لآخر، وأوضح "سنتمنتهالي" أن يتعاشش الراشد المبدع لفترات منظمة في حياته تسمى "بالتدفق" Flow، ويفضل "سيلجمان" التعرف على المواهب الطبيعية لدى المرء، أو ما يسميه توقيع طيف القوة لدى المرء. وعلى النقيض من المواهب الفطرية، فإن الجمال الجسدي، باعتباره قوة، هو صفة أخلاقية تحظى بالتقدير في مختلف الثقافات. فكل منا يحصل على درجتين أو ثلاث درجات أعلى في هذه الصفات، وعندما يتم التعبير عنها، يكون المرء في حالة من التدفق. ولهذا السبب يكتب "سيلجمان" عن الحياة الطيبة كجزء من السعادة التي يستخدم فيها المرء نقاط القوة في الحياة اليومية. وبالتالي، فإن الحياة ذات المعنى هي عنصر إضافي يمكن من خلاله للمرء أن يستخدم نقاط القوة للتحرك نحو المعرفة أو القوة أو اللطف كمتطلبات للاستمتاع بالحياة. (حسن، ٢٠١٨: ص ١٤).

٢- نظرية زيمرمان:

يرى "زيمرمان" كلما زادت رغباتنا وطموحاتنا مقارنة بالأجيال السابقة، كلما ازداد تعاستنا وعدم رضانا عما يقدمه لنا العالم. ويعتبر علاقة ارتباط بين تطور الأجيال وعدم الرضا عن الحياة لمواجهة متطلبات العصر المتجددة التي تتغير جيلاً بعد جيل. لذلك فإن هذه النظرية تقوم على مبدأ أساسي: **المبدأ الأول**: يدعو إلى السعادة في الحياة. ويؤكد هذا المبدأ على حتمية السعادة في الحياة بحيث لا يوجد خيار آخر. ويعتقد أن الفرد يجب أن يدرك أن كل رغبة تظهر لديه هي نتيجة لهذا التصميم الراسخ والرغبة الأكيدة في السعادة في الحياة. لذلك يجب على الفرد أن يردد، وفقاً لهذا المبدأ الأول من النظرية، أن الفرد يمكنه تحقيق السعادة بإنجاز ما هو مطلوب وليس بتركه، أو الامتناع عن القيام بما يكلف به. **المبدأ الثاني**: نعلم على نظرية: "دعونا نجعل أنفسنا سعداء". يدرك الفرد على أن الجميع يسيرون في الاتجاه. نفسه لذلك يجب على كل إنسان أن يضع أمام عينيه أهدافه، التي تجلب السعادة، وينطلق نحوها، لا أن يقف منتظراً أن يتحقق هذا الهدف السعيد دون أي جهد من جانبه، ويدرك الإنسان أن أشكال السعادة تختلف من شخص إلى آخر، ولكن اختلاف أشكال السعادة لا يهتما بقدر ما يهتما هروب هذه السعادة منا أو غيابها عنا. (الطيار، ٢٠٢٤).

٣- نظرية النقطة المحددة للسعادة (Set- point Theories)

تعتبر هذه النظرية من أهم النظريات المفسرة للسعادة النفسية، حيث أكدت هذه النظرية أن سعادة الأفراد تتمثل في الحفاظ على حالة من الاستقرار النسبي، أو حالة من التوازن، ولا يمكن تغيير هذه الحالة بسهولة، وقد ارتكزت هذه النظرية على فكرة مفادها أن الفرد يعبر عن قدرته على التكيف السريع مع التغيرات المفاجئة وقدرته على استعادة الشعور بالسعادة الذي كان يعيشه قبل حدوث هذه التقلبات والصراعات، كما أكدت هذه النظرية على أن السمات الشخصية تلعب دوراً هاماً في حدوث السعادة أو الشعور بها، وخاصة تلك الشخصيات التي تتميز بالقدرة على الصمود والمواجهة. وقد لاقت آراء هذه النظرية قبولا لدى الكثير من الباحثين فقد أشار كل من (Lyken & Tellegen، ١٩٩٦) وفي دراستهم للسعادة، وجدوا أن الوضع الاجتماعي والتعليم والدخل كلها عوامل ليس لها تأثير كبير على سعادة الأفراد، وأن السعادة هي سمة شخصية، وأن أي تغيير في مستويات السعادة هو نتيجة للصدفة، وليس بالضرورة بسبب أحداث الحياة. (Veenhoven، ٢٠٠٩، ٤٥).

٤- نظرية القائمة الموضوعية للسعادة:-

نظرية القائمة للسعادة على النقيض من نظرية النقطة المحددة، تقترح نظرية القائمة الموضوعية للسعادة أو نظرية قابلية العيش أن السعادة مرتبطة بسلسلة من العوامل الاجتماعية والموضوعية، والتي تتعلق بظروف معيشة الأفراد (مثل الدخل والتعليم والصحة). ربطت هذه النظرية السعادة بالعوامل الاجتماعية وفتحت المجال حول الدور الذي يمكن أن تلعبه هذه العوامل في تحقيق سعادة الأفراد، وبالتالي ضرورة الاهتمام بتقييم هذه العوامل كمحددات للسعادة والعمل على تحسين الظروف الاجتماعية من أجل تحسين مستوى السعادة بين الأفراد في المجتمع. تتضمن نظرية قابلية العيش الافتراضات الرئيسية الستة التالية:-

- مثل جميع الحيوانات، لدى البشر احتياجات فطرية، مثل الغذاء والأمن والرفقة.
- تظهر متعة الإنسان وسعادته في إشباع احتياجاته.
- تحدد تجربة المتعة مدى حبنا للحياة التي نعيشها (السعادة)، وبالتالي تعتمد السعادة على الحاجة إلى الإشباع.
- تعتمد الحاجة إلى الإشباع على كل من ظروف المعيشة الخارجية والقدرات الداخلية على استخدامها، وبالتالي فإن ظروف المعيشة السيئة تقلل من السعادة، خاصة عندما تتجاوز متطلباتها قدرات الإنسان.
- المجتمعات عبارة عن أنظمة لتلبية الاحتياجات الإنسانية، ولكن ليس كل المجتمعات تفعل ذلك على قدم المساواة، وبالتالي فإن الناس ليسوا سعداء على قدم المساواة في جميع المجتمعات.
- إن تحسين التوافق بين المؤسسات الاجتماعية والاحتياجات الإنسانية من شأنه أن يؤدي إلى زيادة سعادة الفرد. (Veenhoven, 2014).

٥- النظرية العاطفية للسعادة:-

في حين تؤكد نظرية القائمة الموضوعية للسعادة على أهمية الموارد الموضوعية، فإن النظرية العاطفية أو اللذنية ترى أن السعادة مرتبطة في الغالب بالمشاعر الذاتية، والتي تعتمد على تقييم الفرد لحياته بشكل عام. الفكرة الرئيسية لهذه النظرية هي أن مشاعر الفرد الذاتية يمكن أن يكون لها تأثير قوي على السعادة. لذلك، في هذه الحالة، يعمل التقييم الذاتي للأفراد للحياة بشكل عام أو للعديد من الأحداث الحياتية المحددة كمتغير وسيط يفسر جزئياً سبب تأثير العوامل أو الأحداث الاجتماعية الموضوعية على سعادة الناس (Royzman & Seligman، ٢٠٠٣).

٢-٢-٤ نموذج رايف للسعادة

وقد وضع رايف (Ryff، ١٩٨٩) نموذجاً للسعادة يستند على ستة عوامل تساهم في تحقيق الرفاهية النفسية للفرد ورضاه وسعادته، وتشمل هذه العوامل: تقبل الذات، والعلاقات الإيجابية مع الآخرين، والاستقلال، والسيطرة على البيئة، والشعور بالهدف والمعنى في الحياة، والنمو والتطور الشخصي.

ويحقق الفرد الرفاهية النفسية والسعادة من خلال تحقيق حالة من التوازن تتأثر بالأحداث الحياتية الإيجابية والسلبية على حد سواء، ويتضمن كل من المكونات الستة ما يلي: (العكاشي، ٢٠٢٤).

- تقبل الذات (Self-acceptance): يشير إلى قدرة الفرد على تحقيق الذات والمواقف الإيجابية تجاه الذات والحياة الماضية، وقبول الجوانب المختلفة للذات، بما في ذلك الجوانب الإيجابية والسلبية. يتميز الأفراد الذين يقبلون أنفسهم بأنهم لديهم موقف إيجابي تجاه أنفسهم ويقبلون كل شيء من حولهم سواء كان مقبولاً أو غير مقبول، كما أنهم يقومون بتقييم إيجابي لحياتهم الماضية والحالية.
- العلاقات الإيجابية مع الآخرين: تشير إلى قدرة الفرد على تكوين وإقامة صداقات متبادلة إيجابية وعلاقات اجتماعية مع الآخرين مليئة بالثقة والراحة. • لديهم القدرة على التعاطف مع الآخرين ولديهم الألفة والحميمية في التعامل مع الآخرين والاهتمام الدائم بمن حولهم.
- الاستقلال: تعبر هذه الصفة عن استقلال الفرد وقدرته على اتخاذ القرارات، وقدرته على تعريف نفسه وتحديد سلوكه، كما يتميز سلوكه بالتنظيم، ولديه قواعد ومعايير واضحة ومحددة في التعامل والتعامل والحكم على من حوله.
- التحكم البيئي: يشير إلى قدرة الفرد على إدارة الظروف والأحداث البيئية بفعالية وكفاءة والقدرة على استغلال الفرص المواتية بشكل مناسب.
- هدف الحياة الهادفة: يشير إلى قدرة الفرد على التخطيط وتحديد أهدافه في الحياة بوضوح ودقة وبشكل موضوعي، وأن يكون لديه هدف ورؤية واضحة توجه تصرفاته وسلوكياته وتصرفاته بالمشاورة والإصرار على تحقيق أهدافه، وأن الهدف النهائي من تحقيق هذه الأهداف هو التأكيد على أهمية تحقيق الذات.
- النمو الشخصي (التطور): ويقصد به القدرة على تنمية وتحسين قدرات الفرد وزيادة فاعليته وكفاءته الشخصية في مختلف الجوانب، وشعوره بالتفاؤل والانفتاح على التجارب وتعظيم قيمة وأهمية موارده وقدراته الداخلية. (ابسيس، لطبعة، عبد الجواد. ٢٠٢١).

٢-٣ مفهوم مستوى الطموح

مستوى الطموح هو الهدف والغاية التي يسعى الإنسان إلى تحقيقها، ويعتقد أنه يمتلك القدرة على الوصول إلى ذلك الهدف. وهناك عدد من العوامل التي تؤثر على مستوى الطموح، منها العوامل الشخصية، والعوامل البيئية، والعوامل الاجتماعية. ويختلف من شخص إلى آخر، وحسب العمر والمستوى التعليمي. ويمكن تلخيصها على النحو التالي: العوامل الشخصية- مثل الذكاء، حيث يؤثر الذكاء على مستوى الطموح بعدة طرق، ويُنظر إلى الأفراد الأذكى على أنهم أكثر وعياً بقدراتهم، والفرص المتاحة لهم، وهناك بعض العقبات التي تمنعهم الوصول إلى أهدافهم. الإنجاز: أظهرت العديد من الدراسات أن الطلاب الذين يتمتعون بمستوى عالٍ من الإنجاز يتمتعون بمستوى عالٍ من الطموح، على عكس أولئك الذين لديهم مستوى منخفض من الإنجاز. إن التجارب السابقة من النجاح والفشل لها تأثير قوي جداً على مستوى طموح الفرد، فإذا نجح الفرد وتفوق، زاد طموحه وظل الفرد مثابراً للحفاظ على التميز الأكاديمي الذي حققه. ويدفع الطموح إلى النجاح والتقدم والنمو، بينما يؤدي الفشل إلى انخفاض مستوى الطموح ويسبب العجز والإحباط (Petrovska, et., al, 2022). العوامل البيئية والاجتماعية: ، فالبيئة تلعب دوراً في مستوى الطموح هي التي تزود الفرد بمفاهيمه وثقافته وتشكل إطاره المرجعي، إلا أن هذا التأثير يختلف من فرد إلى آخر وفقاً لقدراته الذاتية ووفقاً لمحتوى هذه القيم والمفاهيم التي تزوده بها، فهي تكون مناسبة لنمو واقعي أو تؤدي إلى نمو غير واقعي. الإنسان ذو الطموح العالي لديه عدة صفات منها: أنه لا يرضى بالقليل، ولا يرضى بمستواه الحالي ويعمل دائماً على تحسينه، أي أنه لا يرى وضعه الحالي على أنه أفضل ما يمكن أن يصل إليه، لا يؤمن بالحظ ولا يعتقد أن مستقبل الإنسان ثابت ولا يمكن تغييره، لا يترك الأمور للظروف، لا يخاف المغامرة أو المنافسة أو المسؤولية أو الفشل أو المجهول، لا ينزعج إذا لم تظهر نتائج جهوده بسرعة، يتحمل الصعوبات من أجل الوصول إلى هدفه، لا يثنيه الفشل عن تكرار جهوده، يعتقد أن الجهد والمثابرة كافيان لتجاوز الصعوبات، لديه نظرة متفائلة للحياة

وميل نحو التميز وميل نحو النضال ووضع الخطط للأهداف وتحمل المسؤولية والاعتماد على النفس والمثابرة، لا يؤمن بالحظ. (عبدالجني، ٢٠١٤: ٦٧٩).

٢-٣-١ العوامل المحددة لمستوى الطموح

تختلف الطموحات من فرد إلى آخر، وتتأثر ببعض العوامل التي قد تكون متعلقة بالفرد نفسه، منها العوامل الشخصية والعوامل البيئية الخارجية، وهذه العوامل هي:

أ- العوامل الشخصية:

١. الذكاء: يتأثر الفرد بمدى قدرته العقلية، فكلما كان الفرد أكثر قدرة كلما كان قادراً على تحقيق أهداف أصعب، وكلما كان الفرد أكثر ذكاءً كان قادراً على فهم قدراته وإمكانياته ووضع مستوى طموح لنفسه يتوافق مع هذه القدرات، على عكس الأقل ذكاءً، والذي لا يستطيع تحقيق أهدافه، حيث يضع مستوى طموح لنفسه أعلى أو أقل بكثير مما يستطيع تحقيقه بالفعل (جابر، ١٩٩٩، ص ٥٦).

٢. الإنجاز: يتمتع الطلاب ذوو الإنجاز العالي بمستوى طموح مرتفع، عكس الذين لديهم الإنجاز المنخفض.

٣. النضج: يكون الفرد أكثر نضجاً وقادراً على البدء في تحقيق أهدافه وطموحاته، وكان أكثر قدرة للتفكير في الوسائل التي ستحقق ذلك.

٤. الخبرات اللاحقة إن الخبرات الناجحة أو الفاشلة التي يمر بها الفرد لها تأثير كبير على مستوى طموح الفرد. إن تجارب النجاح للفرد تزيد من طموحه والمحافظة على نجاحه، أما تجارب الفشل فتؤدي إلى انخفاض مستوى الطموح وتجعل الفرد عاجزاً ومحبطاً (شولتز، ١٩٨٣، ص ٦٨).

٥. مفهوم الذات: الصورة التي يشكلها الفرد عن نفسه من حيث المهارات والخصائص الجسدية والعقلية والعاطفية، سواء أكان قوياً أم ضعيفاً، ذكياً أم غير ذكي، طموحاً ومثابراً أو خجولاً ومتسرعاً. وفي ضوء تصور الفرد لنفسه فإنه يحدد مستوى طموحه مرتفعاً أو منخفضاً (شولتز، ١٩٨٣، ص ١٥٩).

٦. المكافأة والعقاب: إن أهم الأساليب التي ترفع من دافعية الفرد إلى النجاح، فالعمل في هذه الحياة يقوم على التعزيز والعقاب، وقد يكون التعزيز معنوياً أو مادياً، وكذلك العقاب. إن التعزيز غالباً ما يشكل دافعاً للطالب لرفع مستوى طموحه، وهذا التأثير مهم من الناحية التربوية لأنه يعني أن الطالب قدم نشاطاً ووجهه نحو تحقيق هدف، والنجاح الذي يتضمن التعزيز المعنوي غالباً ما يؤدي إلى رفع مستوى طموحه، لذلك فهو يبحث عن هدف أبعد وأصعب في تحقيقه (دافيدوف، ١٩٨٣، ص ٥٠).

ب - العوامل الخارجية والبيئية:

تلعب في تحديد مستوى طموح الفرد وتنقسم إلى عوامل اقتصادية واجتماعية وتتأثر بدرجة تقدير الوالدين والأقارب مما يؤثر على حياة الفرد ومستوى طموحه ومنها: (Chai, 2021: p34).

١. المستوى الاجتماعي الاقتصادي: يلعب في تشكيل شخصية الفرد وطموحاته فإذا حسن في المستوى الاقتصادي ودخل الأسرة فإن ذلك سيؤدي إلى نوع من الارتفاع في الطموح إلى مستوى أعلى ولذلك فإن المستوى الاجتماعي الاقتصادي قد يؤثر على مستويات وأنماط الطموح بحيث إن أصحاب المستويات الاقتصادية المرتفعة لديهم درجة عالية من الطموح لتوفير كل ما يريدون في متناول أيديهم كما أن المستوى الاقتصادي والاجتماعي المنخفض قد يكون دافعاً لارتفاع درجة الطموح لأنه يزيد من إصرار الفرد على تحدي الظروف والتغلب عليها وإثبات قدراته (شولتز، ١٩٨٣، ص ١٦٥).

٢. العوامل البيئية والاجتماعية: تلعب البيئة الاجتماعية دوراً كبيراً في نمو مستوى الطموح لأن البيئة هي التي تزود الفرد بمفاهيمه وثقافته وتشكل إطاره المرجعي، ولكن هذا التأثير يختلف من فرد لآخر وفقاً لقدراته الخاصة ووفقاً للقيم والمفاهيم إما أن تكون مناسبة لنمو مستوى طموح واقعي أو غير واقعي.

٣. الإطار المرجعي للفرد: ويقصد به العائلة والمزلاء والذي يضع المعيار الأخلاقي.

٤. طموح العائلة وتوقعاتهم:- العائلة هو الأساسية للفرد وتبقى في مراحل عمرية مختلفة، وقد يتعرض الوالدين لفشل شديد لتحقيق الأهداف في حياتهم ثم يعوضون ذلك بتحقيقها في أبنائهم، فيدفعونهم وفقاً لذلك ويوفرون لهم الوسائل لتوصلهم إليها (جابر، ١٩٩٩، ص ٥٥١).

٢-٣-٢ خطوات لتحقيق الطموح

هنالك العديد من الخطوات التي يمكن اتباعها لتحقيق أفضل مستوى من الطموح ومنها:-

١. لا ينبغي للفرد أن يعزل نفسه عن مجتمعه بل عليه أن يسلك طريقاً في الحياة والعمل ليتمتع بكل ما يقدمه له المجتمع.
٢. اختيار المهنة بحد ذاتها مرتبطة مباشرة بالواجب والمسؤولية الذي يلعب دوراً أساسياً في تحقيق الذات.
٣. يجب أن يشعر الفرد بقوة أنه لا مجال له للاختيار بينه وبين الآخرين فيجب عليه أن يقرر الأمر له في هذا الاتجاه.
٤. من أجل تطوير الذات يجب أن يكون هناك نوع من المعارضة للظروف لذا فإن المشكلة ليست في غياب التحديات بل في طريقة الشعور بها. (Petrovska, et.,al, 2022).
٥. البيئة المناسبة لها تأثير في تحقيق الذات لأن تفيد الفرد بالقواعد والضوابط ستعمل على منع المسار الطبيعي لتحقيق الذات.

٢-٣-٣ النظريات التي تناولت مستوى الطموح

١. النظرية التحليلية النفسية: فسر أصحاب النظرية التحليلية النفسية مستوى الطموح بطرق مختلفة، فرأى فرويد أنه يمثل الأنا المثالية والكمال، وعرفه أدلر بأنه عملية السعي إلى التميز والقوة الدافعة من السلبي إلى الإيجابي، وأن الرغبة في الوصول إلى القمة لا تتوقف أبداً، واعتبره يونج سلوكاً ناتجاً عن السعي إلى الكمال، وربط فروم مستوى الطموح بطبيعة الفرد الفطرية، فهو تعبير عن الحاجة إلى التسامي من خلال الإبداع والابتكار. (صالح، ١٩٨٨، ص ٩١).
٢. النظرية السلوكية: يرى السلوكيون أن مستوى الطموح مفهوم غير سلوكي لأنه لا يمكن اعتباره مصدرراً للسلوك، ويرى سكينر أن الطموح هو تعبير عن الكفاءة الذاتية وهو عملية توقع، ويدل هذا التوقع على ثقة الفرد في قدرته على أداء سلوك معين. (جابر، ١٩٨٦، ص ٤٤٢).
٣. النظرية الإنسانية: يرى المنظور الإنساني أن مستوى الطموح جانب مهم من جوانب الشخصية، واعتبره روجرز نزعة مبنية على تقدير الذات والاستحقاق، وهو نتاج قوى ومطالب ورغبات التقدير الاجتماعي. وذكر ماسلو أن مستوى الطموح هو أحد احتياجات النمو تعمل على تحسين، ويشمل احتياجات الإنجاز والقبول والاستحسان والاكتفاء والتقدير والاحترام. (الجبوري، ٢٠١٧: ص ٤٤١).

٢-٤ الدراسات السابقة

١. دراسة (عبيد، ٢٠١٦) هدفت الدراسة إلى تطوير مستوى الطموح لتحسين الشعور بالسعادة النفسية لدى طالبات الجامعة بجامعة طرابلس، وتكونت عينة الدراسة من مجموعة من طالبات السنة الأولى والثانية تخصص تدريس صفي، واستخدمت الباحثة مقياس السعادة والطموح النفسي، وخلصت نتائج الدراسة إلى أن مستوى الطموح والسعادة النفسية كان أقل من المتوسط لدى الطالبات، كما أشارت النتائج إلى وجود علاقة موجبة بين السعادة النفسية ومستوى الطموح وتكون ارتباطيه، كما أثبتت الدراسة فاعلية البرنامج الإرشادي لدى المجموعة التجريبية. (عبيد، ٢٠١٦).
٢. دراسة (زين، ٢٠٢٠) هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على السعادة النفسية وعلاقتها بمستوى الطموح لدى طلبة الجامعات الأردنية المتوقع تخرجهم. وتكونت عينة الدراسة من (٤٤٦) طالب وطالبة المتوقع تخرجهم تم اختيارهم بطريقة عشوائية. واستخدم الباحث مقياس أكسفورد للسعادة النفسية وقام بتطوير مقياس لمستوى الطموح. وتم استخراج معاملات الصدق والثبات وكانت مقبولة. وأشارت نتائج الدراسة إلى أن الطلبة المتوقع تخرجهم يتمتعون بمستوى متوسط من السعادة النفسية. كما أشارت إلى أن الطلبة المتوقع تخرجهم يتمتعون بمستوى منخفض من الطموح. كما أظهرت النتائج وجود علاقة ارتباطية موجبة بين السعادة النفسية ومستوى الطموح. وأشارت النتائج إلى وجود فروق عند مستوى الدلالة (٠,٠٥) بين السعادة النفسية ومستوى الطموح وفقاً للجنس لصالح الإناث. (زين، 2020).

٣. دراسة (السماوي وشاهين، ٢٠٢١) التعرف على السعادة النفسية ومستوى الطموح لدى طلبة المدارس في الأردن، وأجريت الدراسة وفقاً للمنهج الوصفي (ارتباط)، وتكونت عينة الطلبة البالغ عددهم (٢٨٧) طلبة، تم اختيارهم عمدياً، يعتمد مقياس السعادة النفسية ومقياس مستوى الطموح، وتبين نتائج الدراسة إلى وجود علاقة موجبة بين السعادة النفسية ومستوى الطموح مرتبطاً لدى طلبة مدارس، وارتفاع السعادة النفسية ومستوى الطموح، وأظهرت النتائج وجود فروق في متغير الجنس للسعادة النفسية لصالح الإناث، وعدم وجود فروق في متغير الصف للسعادة. (السماوي وشاهين، ٢٠٢١).

٤. دراسة (عيسى، ٢٠٢٢) هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على مستوى الطموح الغيري وعلاقته بالسعادة النفسية لدى طالبات كلية الاقتصاد المنزلي جامعة المنوفية، وتكونت عينة البحث من (٢٢٠) طالب وطالبة من كلية الاقتصاد المنزلي جامعة المنوفية تم اختيارهم بالطريقة العشوائية، وأعدت الباحثة مقياساً للسعادة النفسية واستخدمت مقياس الطموح الغيري المعد من قبل الدكتورة جيهان سويد (٢٠١٢)، ثم استخرجت معاملات الصدق والثبات والتي كانت مقبولة، وأظهرت النتائج أن طالبات كلية الاقتصاد المنزلي يتمتعن بمستوى متوسط من الطموح الغيري ومستوى متوسط من السعادة النفسية، كما أظهرت النتائج وجود علاقة طردية بين مستوى الطموح الغيري والسعادة النفسية، كما توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الطلاب والطالبات في كل من مستوى الطموح الغيري والسعادة النفسية وخاصة الإناث.. (عيسى، ٢٠٢٢).

٣- الإطار العملي

٣-١ منهج الدراسة

يتضمن الفصل الإجراءات التي تناولت في تحديد مجتمع البحث واختيار العينة وتحديد خصائصها وإعداد المقياس وإجراء التطبيق النهائي لأداة البحث والخطوات التي اتبعت في تحليل الإجابات والاحتياجات الإحصائية المستخدمة في البحث.

٣-٢ مجتمع البحث

يتكون مجتمع البحث الحالي من طلبة الفترة المسائية في كلية التربية جامعة زاخو للعام الدراسي (٢٠٢٣-٢٠٢٤) والبالغ عددهم (٥٤٧) طالباً وطالبة.

٣-٣ عينة البحث

تتكون العينة الممثلة للمجتمع الذي يجري فيه البحث من اختيار الطلبة للمشاركة في العينة، لذلك اختار الباحث الطريقة العشوائية حيث بلغ عددهم (١٢٥) طالب وطالبة منهم (٩١) طالب و(٣٤) طالبة، واستخدم الباحث المنهج الوصفي الارتباطي لقياس معدل الارتباط والعلاقة بين السعادة النفسية ومستوى الطموح لدى طلبة كلية التربية للدراسات المسائية.

٣-٤ أداة البحث

تطلب تحقيق أهداف البحث استخدام مقياس السعادة النفسية والمستوى الطموح اتباع الخطوات الآتية:-

- (١) وجود بعض الأدبيات والدراسات السابقة التي تم طرحها في الفصل الأول والإطار النظري بالإضافة إلى المقاييس الموجودة في تلك الدراسات .
- (٢) في ضوء الدراسات السابقة والإطار النظري قام الباحث بتبني مقياسين للسعادة النفسية والمستوى الطموح ل (سماوي وشاهين، ٢٠١٩) ويحتوي مقياس السعادة النفسية على (٥٤) فقرة ومقياس المستوى الطموح على (٤٢) فقرة. لقياس السعادة النفسية والمستوى الطموح لدى طلبة كلية التربية .
- (٣) تم عرض المقياس على المختصين في مجال التربية وعلم النفس للحكم على مدى صلاحيته لقياس السعادة النفسية والمستوى الطموح ومدى ملائمته لأفراد عينة البحث.
- (٤) تم توجيه الطلبة لتوضيح اجاباتهم على المقياس وحثهم على الاجابة بدقة وصدق دون اهمال اي فقرة من فقرات المقياس وتم ترجمة المقياس الى اللغة الكوردية.

صدق وثبات الأداة

الصدق الظاهري

يقصد بالصدق مدى قدرة المقياس أو الاختبار على قياس القدرة التي صمم لقياسها، أو بمعنى آخر هل يقيس الاختبار أو المقياس فعلاً ما صمم لقياسه؟ وللتأكد من صدق أداة البحث تم عرضها على الأساتذة والمتخصصين في كلية التربية وعلم النفس، للحكم على صدق الأداة المكونة من (٥٤) فقرة للسعادة النفسية و(٤٢) فقرة لمستوى الطموح وملاءمته، وحذف ما يرونه ضرورياً وتعديل ما يحتاج إلى تعديل. ولم تحصل جميع فقرات على نسبة اتفاق (٨٠%) من الأساتذة والمتخصصين فقد حذفت الفقرات (٣-٤-٦-٧-٨-١١-١٣-١٥-١٦-٢٠-٢٢-٢٣-٢٤-٢٦-٢٧-٢٩-٣٣-٣٤-٣٦-٣٧-٣٩-٤١-٤٢-٤٤-٤٦-٥٠-٥١-٥٢) للسعادة النفسية فأصبحت مقياس بصيغته النهائي (27) فقرة، وايضا فقد حذفت الفقرات (٢-٩-١٠-١٣-١٥-٢٠-٢٣-٣١-٣٣-٣٤-٣٦-٣٧-٣٨-٣٩-٤١) لمستوى الطموح فأصبحت مقياس بصيغته النهائي (27) فقرة.

صدق ترجمة المقياس

وللتأكد من فهم جميع الطلبة لفقرات المقياس، وبما أن أغلبهم لا يتقن اللغة العربية، قامت الباحثة بترجمة المقياس (السعادة النفسية ومستوى الطموح) إلى اللغة الكردية، بنسخته العربية والكردية، إلى مجموعة من المتخصصين في تدريس اللغة الكردية، وتم التأكد من صحة ترجمة المقياس من خلال اتفاق المتخصصين عليه.

الثبات:

هو استقرار القياس، أي استقرار قياس الشيء المقيس بأداة القياس. (ملحم، ٢٠٠٠ : ٢٤٩).

معامل الثبات بطريقة اعادة الاختبار

وللتحقق من ثبات المقياس قام الباحث باستخراج الثبات بإعادة الاختبار على عينة استطلاعية مكونة من (٢٠) طالب وطالبة من خارج عينة البحث الأصلية، وبعد (١٥) يوماً كرر الاختبار على نفس العينة وتحت نفس الظروف، وتطبيق معادلة معامل ارتباط بيرسون على بيانات أفراد العينة توصل إلى قيمة (٠,٨٦) للسعادة النفسية و(٠,٨١) لمستوى الطموح، وبذلك أصبح المقياس جاهزاً للتطبيق بصورته النهائية على أفراد عينة البحث الأساسية.

تصحيح مقياس السعادة النفسية والمستوى الطموح

وتشمل مقياس السعادة النفسية (٢٧) فقرة، وتضمن مقياس المستوى الطموح (٢٧) فقرة، وأمام كل فقرة خمسة بدائل وهي (تنطبق بدرجة كبيرة جداً، تنطبق بدرجة كبيرة، تنطبق بدرجة متوسطة، تنطبق بدرجة قليلة، تنطبق بدرجة قليلة جداً)، وأعطيت قيمة لكل بديل وهي: (١، ٢، ٣، ٤، ٥) للفقرات الإيجابية والسلبية، وتم تصحيح المقياس من خلال معرفة الدرجة الكلية التي حصل عليها الاستبانة ومقارنتها بالمتوسط الفرضي، وكانت أعلى درجة ممكنة لمقياس السعادة النفسية للمستجيب (١٣٥) درجة، وأقل درجة كانت (٢٧) درجة، وكان المتوسط الفرضي للمقياس (٨١) درجة، أما أعلى درجة ممكنة لمقياس المستوى الطموح للمستجيب فكانت (١٣٥) درجة، وأقل درجة كانت (٢٧) درجة، وكان المتوسط الفرضي للمقياس (٨١) درجة. الفرد الذي يجيب على المقياسين ويحصل على درجة أعلى من المتوسط الافتراضي لديه سعادة نفسية ومستوى طموح.

التطبيق النهائي للمقياس

وبعد اختيار عينة البحث البالغة (١٢٥) طالباً وطالبة تم تطبيق المقياس بصورته النهائية على النحو الآتي: تم توزيع الاستبانة على طلبة كلية التربية وفقاً للمتغيرات (الجنس، العمر، الحالة الاقتصادية) وتم تثبيت المعلومات على الصفحة الأولى من المقياس، وبلغ عدد الاستبانات الموزعة (١٢٥)، وبعد الانتهاء من التطبيق النهائي للمقياس والتأكد من إجابات طلبة كلية التربية على جميع الفقرات تم استخراج النتائج.

الوسائل الإحصائية

استخدم الباحث الوسائل الإحصائية الآتية:-

- ١- الاختبار (t) التائي لعينة واحدة
- ٢- الاختبار التائي لعينتين مستقلتين
- ٣- الاختبار انوفا لثلاث عينات
- ٤- معامل الارتباط بيرسون

٤- نتائج البحث ومناقشتها:

٤-١ النتائج المتعلقة بالهدف الأول: التعرف على مستوى السعادة النفسية والمستوى الطموح لدى عموم طلبة كلية التربية في جامعه زاخو دراسات مسائية وللتحقق الهدف تم إيجاد المتوسط الحسابي- والانحراف المعياري لأفراد عينة البحث ككل و طبق الباحث الاختبار التائي لعينة واحدة وكما هو في الجدول (١)

جدول (١)

نتائج افراد عينة البحث ككل

df	Sig	القيمة T		الانحراف المعياري	م. الحسابي	الفرضي	العينة	المتغيرات
		الجدولية	المحسوبة					
دال احصائيا	٠,٠٥	٠,٣٥٨	١٠٣,١٠٢	٠,٣٠٦١	٩٥,٠٤٠	٨١	٢٥	السعادة النفسية
دال احصائيا	٠,٠٥	٠,٨٤٢	٧٠,٢٧٩	٤,٦٥٧١	٢,١٣٦٩	٨١	٢٥	مستوى الطموح

يتضح من الجدول اعلاه أن القيمة التائية المحسوبة للسعادة النفسية بلغت (١٠٣,١٠٢) وهي اكبر من القيمة الجدولية (٠,٣٥٨) عند مستوى الدلالة (٠,٠٥) ودرجة الحرية (١٢٤) وهذا يعني هناك فرق بين المتوسطين ولصالح المتوسط الحسابي لأفراد العينة، اي ان طلبة الجامعة لديهم سعادة نفسية. وان القيمة التائية المحسوبة لمستوى الطموح بلغت (٧٠,٢٧٩) وهي اكبر من القيمة الجدولية (٠,٨٤٢) عند مستوى الدلالة (٠,٠٥) ودرجة الحرية (١٢٤) وهذا يعني هناك فرق بين المتوسطين ولصالح المتوسط الحسابي لافراد العينة، اي ان طلبة الجامعة لديهم مستوى الطموح ايضا وهذا يثبت ان السعادة النفسية ومستوى الطموح مرتفع لدى الطلبة الجامعه.

٤-٢ النتائج المتعلقة بالهدف الثاني: التعرف على العلاقة الارتباطية بين السعادة النفسية والمستوى الطموح لدى طلبة كلية التربية في جامعه زاخو دراسات مسائية تم إجراء اختبار الارتباط (Correlation) لبيان الغلاقة الارتباطية، واختبار الانحدار الخطي (Regression)، كما هو مبين في الجدولين (٢) و(٣) أدناه:

جدول (٢)

العلاقة الارتباطية بين السعادة النفسية ومستوى الطموح

الارتباط		السعادة النفسية	مستوى الطموح
معامل ارتباط بيرسون	١	٤٨٠	السعادة النفسية
الدالة Sig	-	٠٠٠	
العدد	١٢٥	١٢٥	
معامل ارتباط بيرسون	٠,٤٨٥	١	مستوى الطموح
الدالة Sig	٠٠٠	-	
العدد	١٢٥	١٢٥	

جدول (٣)

الانحدار الخطي بين السعادة النفسية ومستوى الطموح

الانحدار R	تحليل الانحدار	تحديد معدل	الخطأ المعياري	العلاقة بين السعادة النفسية ومستوى الطموح
٠,٤٨٥	٠,٦٠٥	٣٣٩-	٠,٠٠٥	

أظهرت البيانات في الجدولين (٢) و (٣) وجود علاقة موجبة بين السعادة النفسية ومستوى الطموح،

حيث بلغ معامل الانحدار ($R=0.485$) وهي قيمة مرتفعة وأن النتيجة منطقية بالعللاقة الموجبة.

٣-٤ النتائج المتعلقة بالهدف الثالث: التعرف على الفروق ذات دلالة إحصائية بين مستوى السعادة النفسية ومستوى الطموح وفقا لمتغيرات: -

1- الجنس (ذكور- الاناث)

وللتحقق من هذا الهدف استخرج الباحث المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لأفراد العينة حسب متغير الجنس ومن ثم طبقوا الاختبار التائي لعينتين مستقلتين وكما هو في الجدول (٤).

جدول (٤)

يوضح نتائج عينة البحث حسب متغير الجنس

الدلالة	مستوى دلالة	القيمة التائية		الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	ت	جنس	
		الجدولية	المحسوبة					
دال احصائيا	٠,٠٥	٠,٣٥٨	٠,٩٢٣	١٠,١٤٦	٩٥,٥٦٠	٩١	ذكور	السعادة
				١٠,٧٥٠	٩٣,٦٤٧	٣٤	اناث	النفسية
غير دالة احصائيا	٠,٠٥	٠,٨٤٢	٠,٢٠٤	١٤,٨٩١	٩٢,٢٩٦	٩١	ذكور	مستوى
				١٤,٢٢٢	٩١,٧٠٥	٣٤	اناث	الطموح

يتبين من الجدول أعلاه بأن القيمة T المحسوبة للسعادة النفسية قد بلغت (٠,٩٢٣) وهي أكبر من القيمة T الجدولية البالغة (٠,٣٥٨) عند Sig (٠,٠٥) و df (١٢٣) هذا يعني وجود فرق بين متوسط درجات أفراد عينة البحث في السعادة النفسية حسب متغير الجنس ولصالح الذكور. وايضا ان القيمة التائية المحسوبة لمستوى الطموح قد بلغت (٠,٢٠٤) وهي اقل من القيمة الجدولية البالغة (٠,٨٤٢) عند مستوى الدلالة (٠,٠٥) ودرجة الحرية (١٢٣) وهذا يعني لا يوجد الفرق بين متوسط درجات افراد العينة البحث في مستوى الطموح حسب متغير الجنس.

٢- العمر (٢٢-١٨) (٢٣-٢٨)

للتحقق الهدف استخدم الباحث المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لأفراد العينة حسب متغير العمر الزمني ومن ثم طبقوا الاختبار التائي لعينتين مستقلتين وكما هو في الجدول (٥).

جدول (٥)

يوضح نتائج عينة البحث حسب متغير العمر

الدلالة	مستوى دلالة	القيمة التائية		الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	العدد	العمر	
		الجدولية	المحسوبة					
دالة احصائيا	٠,٠٥	٠,٣٥٨	٠,٣٧٣	١٠,٢٨٦	٩٥,٥٢٣	٤٢	٢٢-١٨	السعادة
				١٠,٣٦٩	٩٤,٧٩٥	٨٣	٢٨-٢٣	النفسية
غير دال احصائيا	٠,٠٥	٠,٨٤٢	-١,١٨٠	١١,٠١٨	٩٠,٢٠٩	٤٢	٢٢-١٨	مستوى
				١٦,٢٣٢	٩٣,١٠٩	٨٣	٢٨-٢٣	الطموح

يتبين من الجدول أعلاه بأن القيمة التائية المحسوبة للسعادة النفسية قد بلغت (٠,٣٧٣) وهي أكبر من القيمة الجدولية البالغة (٠,٣٥٨) عند مستوى الدلالة (٠,٠٥) ودرجة الحرية (١٢٣) هذا يعني وجود فرق بين متوسط درجات أفراد عينة البحث في السعادة النفسية حسب متغير العمر ولصالح ٢٢-٢٣. وايضا ان القيمة T المحسوبة لمستوى الطموح قد بلغت (-١,١٨٠) وهي اقل من القيمة T الجدولية البالغة (٠,٨٤٢) عند Sig (٠,٠٥) و df (١٢٣) وهذا يعني لا يوجد الفرق بين متوسط درجات افراد العينة البحث في مستوى الطموح حسب متغير العمر.

3- الحالة الاقتصادية (متدني- متوسط جيد)

للتحقق من هذا الهدف استخرج الباحث المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لأفراد العينة حسب متغير الحالة الاقتصادية كما في جدول (٦)، ومن ثم طبقوا الاختبار انوفا ANOVA وكما هو في الجدول (٧).

جدول (٦)

يوضح نتائج عينة البحث حسب متغير الحالة الاقتصادية

الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	العدد	الحالة الاقتصادية	المتغيرات
٣,٨٥٠١٧	١,٠١٥٦٩	١٥	متدني	السعادة النفسية
٣,٤٤٠٨١	٣,٩٨٤٩٥	١٧	متوسط	
٢,٢٧١٧٣	٥,٠٠٠٦٣	٩٣	جيد	
٢,٩٦١٨٤	٣,٩٧٤٥٦	١٢٥	المجموع	
٥,٠٨١٦٧	١,٦٢٧٦٦	١٥	متدني	مستوى الطموح
٥,٨٩٤٠٣	٢,٧٣٦٨٤	١٧	متوسط	
٣,٦٥٣٨٩	٤,٣٦٤٥٠	٩٣	جيد	
٣,٧٦٧٨٠	٣,٩٦٨٨٦	١٢٥	المجموع	

ولغرض المقارنة الحالة الاقتصادية والكشف عن دلالة الفروق بينها استخدم تحليل التباين الاحادي (أنوفا) وقد بلغت القيمة الفائيه المحسوبة (٢,٣٨٥) للسعادة النفسية وهي أصغر من القيمة الجدولية البالغة (٢,٦٧٩). اما القيمة الفائيه المحسوبة لمستوى الطموح والبالغة (٠,٧١٨) وهي اصغر من (t) الجدولية البالغة (١,٧٢٥) عند (sig) (٠,٠٥) و(df) (٢) و(١٢٢) وهذا يعني انها غير دالة احصائيا. اي انه لا توجد فرق ذات دلالة احصائية في السعادة النفسية ومستوى الطموح عند عينة البحث يعزى الى متغير الحالة الاقتصادية كما موضح في جدول (٧).

جدول (٧)

يوضح نتائج الاختبار ANOVA لتحليل التباين الاحادي حسب متغير الحالة الاقتصادية

مستوى دلالة	القيمة الفائيه		متوسط المربعات	درجة الحرية	مجموع المربعات	مصدر التباين	المتغيرات
	الجدولية	المحسوبة					
غير دالة احصائيا	٢,٦٧٩	٢,٣٨٥	٤٧,٨٤٢٢	٢	٦٠٣,٤٩٥	مجموع المربعات الفروق بين المجموعات	السعادة النفسية
						مجموع المربعات الفروق داخل المربعات	
						العدد الكلي	
غير دالة احصائيا	١,٧٢٥	٠,٧١٨٠	٥٤,٨٧٠١	٢	٧٤٠,٣٠٩	مجموع المربعات الفروق بين	مستوى الطموح

					المجموعات
					مجموع المربعات الفروق داخل المربعات
		١٥,٦٣٦٢	١٢٢	٠,٧,٦٥٢٢٦٣	
			١٢٤	١٧,٣٩٢٢٦٦	العدد الكلي

٥- مناقشة نتائج الدراسة

أشارت النتائج الموضحة في الجدول (١) إلى أن طلبة الجامعة يتمتعون بالسعادة النفسية ومستوى من الطموح في آن واحد، مما يثبت أن مستوى السعادة النفسية والطموح مرتفع لدى طلبة الجامعة، ففي المرحلة الجامعية يشعر الطلبة باستقلالية أكبر من أي مرحلة أخرى، كما يشير إلى النمو الشخصي الذي يمثل شعور الفرد بالتقدم والتطور والانفتاح على التجارب الجديدة وبناء مستوى من الطموح للمستقبل، بالإضافة إلى تكوين علاقات إيجابية مع الآخرين. كما أن من الأسباب التي تؤدي إلى السعادة النفسية أو مستوى الطموح أو تقلل منه هي الفئة العمرية والوقت الفراغ، ففي المرحلة الجامعية نجد أن أغلب الطلبة لا يعانون من وقت الفراغ لانشغالهم بالدراسة والعلاقات الاجتماعية مع الآخرين، كما أن هذه الفئة العمرية محفزة وتدعو إلى الانطلاق والسعادة، وأظهرت النتائج في الجدول (٢) و(٣) وجود علاقة موجبا بين السعادة النفسية ومستوى الطموح. ويرى الباحث أن النتيجة منطقية مع العلاقة الإيجابية، ومن الطبيعي أن توجد هذه العلاقة نظراً لوجود سياسة أخذ وعطاء لمستوى طموح الطلبة ويؤدي إلى تحفيز الطالب، كما أن للسعادة النفسية يتمثل في دفعه وتشجيعه بطريقة فعالة إيجابياً وتمثل العلاقة بين السعادة ومستوى الطموح في أن السعادة مرتبطة بالمشاعر والتفكير في الموقف، مما يجعلها مرتبطة ارتباطاً وثيقاً بإرادة وطموح الشخص، فكل إنسان يخلق سعادته وإرادته وفقاً لطريقة تفكيره ونظرته للأشياء والأحداث، فعليه أن يفكر إيجابية تتضمن التفاؤل وليس التشاؤم، والرضا وليس السخط، وتوقع النجاح وليس الخوف من الفشل، والتسامح مع الإحباط وليس العجز واليأس، والصبر في مواجهة الشدائد وليس التسرع. الإنسان السعيد يتذكر التجارب السعيدة، ويتعامل مع أحداث الحياة وكأنها تجلب له الفرح والسعادة، مما يحقق طموحاته الحالية والمستقبلية. وأظهرت النتائج الموضحة في الجدول (٤) أن هناك فرق بين أفراد عينة البحث في السعادة النفسية وفقاً لمتغير الجنس لصالح الذكور، ولا يوجد فرق بين أفراد عينة البحث في مستوى الطموح وفقاً لمتغير الجنس، وتعزو الباحثة ذلك إلى أن الذكور يتمتعون بالسعادة النفسية أكثر من الإناث، وأن المرحلة الجامعية هي مرحلة تتميز بالاستقلالية وبداية تكوين علاقات اجتماعية جديدة وتوضيح ملامح حياتهم المستقبلية، وهذا ينطبق على الذكور فقط، في حين تبتعد بعض الإناث عن العلاقات الاجتماعية، مما يشكل عائقاً أمام السعادة النفسية. أما بالنسبة لمستوى الطموح، فإن الذكور والإناث لديهم نفس الطموح في بناء المستقبل، وخاصة في المرحلة الجامعية، وقد يكون مستوى طموح الطالب الجامعي مرتفعاً جداً، وهذا ينطبق على الذكور والإناث على حد سواء، مما يؤدي إلى اختفاء الفروق بين الجنسين في مستوى الطموح. في حين أشارت النتائج الموضحة في الجدول (٥) إلى وجود فرق بين أفراد عينة البحث في السعادة النفسية وفقاً لمتغير العمر وذلك لصالح ٢٣-٢٨ سنة، ولا يوجد فرق بين أفراد عينة البحث في مستوى الطموح وفقاً لمتغير العمر، ولعل السبب في ذلك أن الشخص في هذه المرحلة لديه العديد من الأهداف التي يطمح إلى تحقيقها، ومنها التغيرات والأحداث الإيجابية مثل إكمال تعليمه، ومنها ما يتعلق بالاستقرار المالي أو البدء في العمل، وتحسين الوضع المالي، وزيادة الرضا عن الحياة، وإيجاد وظيفة، والاستقرار في العلاقات العاطفية والعيش مع شريك الحياة، أو إنجاب الأطفال، وغيرها. أما بالنسبة لمستوى الطموح فالسبب المرجح هو أن مستوى الطموح يلعب دوراً مهماً في حياة الأفراد؛ فهو من أهم أبعاد شخصية الإنسان؛ لأنه مؤشر يوضح ويميز طريقة تعامل الفرد مع نفسه أولاً ومع البيئة والمجتمع الذي يعيش فيه ثانياً، وإذا كان مستوى الطموح يتأثر أيضاً بنظرة الشخص للمستقبل؛ إن الإنسان الذي يتمتع بالبصيرة والرؤية مع التفكير الواعي له مستقبل واعد، وهذا يدفعه إلى العمل والنشاط والانطلاق في الحياة بتفاؤل وحماس، لأن عمر الإنسان الطموح لا يؤثر على طموحه في الوصول إلى أهدافه الخاصة،

فالعمر بالنسبة لهؤلاء الأشخاص مجرد رقم. وأخيراً: أظهرت النتائج في الجدولين (٦) و(٧) عدم وجود فروق بين السعادة النفسية ومستوى الطموح لدى أفراد البحث تعزى إلى متغير الوضع الاقتصادي، وقد يعود ذلك إلى متغيرات الوضع الاقتصادي كعوامل مشجعة وداعمة لتحقيق السعادة النفسية ومستوى طموحات الفرد وتطلعاته الأكاديمية أو ببساطة تلك الآمال والتطلعات. إن المستوى الاقتصادي المرتفع للوالدين ومستويات الطموح الواقعية التي تتبعه تساعد الفرد على تحقيق السعادة النفسية، والمستوى الاقتصادي المقبول يساعد على إعداد الخبرات المناسبة لتنمية قدرات الفرد وتحقيق أهدافه وتطلعاته. كما أن سوء الأوضاع الاقتصادية للأسرة قد يضعف من مستوى الطموح الدراسي، ويخفض من مستوى الطموح والمثابرة، ويصرف الفرد وتفكيره عن الانشغال بأعمال الآخرين التي توفر له ولأسرته القوت اليومي. إن الأوضاع الأسرية بكافة جوانبها تلقي الضوء على السعادة النفسية ومستوى الطموح، فالطلبة الجامعيون من الأسر المستقرة اجتماعياً واقتصادياً يركزون على الأهداف البعيدة المدى ويضعون مستويات أعلى من الطموح مقارنة بمن ينتمون إلى أسر غير مستقرة اجتماعياً واقتصادياً.

٦- توصيات ومقترحات الدراسة

- في ضوء النتائج التي توصل إليها البحث الحالي فإنه يضع التوصيات والمقترحات التالية:
- ١- الاهتمام بأساليب التنمية لرفع مستوى الطموح لدى طلبة كلية التربية.
 - ٢- التدريب على مقاومة التفكير السلبي وتنمية مهارات التفكير الإيجابي ورفع مستوى السعادة والرفاهية لدى الفرد وحب الحياة والتمتع والرضا عنها.
 - ٣- ضرورة توفير الأجواء المناسبة للطلبة حتى يتمكنوا من إشباع احتياجاتهم النفسية بطريقة صحية.
 - ٤- العمل على عقد دورات إرشادية لمواجهة ضغوط الحياة والإحباطات التي تسبب انخفاض السعادة النفسية ومستوى الطموح لدى طلبة الجامعة.
 - ٥- أن تعمل الجامعة على تقديم كافة الخدمات اللازمة لطلبتها لمساعدتهم على معرفة إمكاناتهم الحقيقية وتدريبهم على كيفية وضع الخطط المستقبلية التي تتفق مع طموحاتهم.
 - ٦- بناء برامج تدريبية لطلبة الجامعة لرفع مستوى وعيهم بأهمية السعادة النفسية وتوضيح دورها الإيجابي في رفع مستوى طموحهم.
 - ٧- إجراء دراسات في مجال السعادة النفسية أو مستوى الطموح تتناول متغيرات جديدة مثل: العلاقة بين السعادة النفسية أو مستوى الطموح والوضع الاقتصادي والاجتماعي.
 - ٨- إجراء بحوث تهدف إلى معرفة مدى تأثير العمل الجماعي على مستوى السعادة أو الطموحات لدى الطلبة.
 - ٩- إجراء دراسة حول السعادة النفسية وربطها بمتغيرات أخرى مثل الثقة بالنفس وتحقيق الذات والقلق المستقبلي والذكاء العاطفي والمسؤولية الاجتماعية وغيرها.

المصادر العربية

- اسحاق فيصل عزيز. (٢٠١٧). *السعادة النفسية وعلاقتها بالتفاعل الاجتماعي*، جامعة ديالى (أطروحة دكتوراة).
- أمينة محمد العكاشي. (٢٠٢٤). مصادر السعادة النفسية لدى عينة من طلاب كلية التربية جامعة المرقب في ضوء المتغيرات. المؤتمر الدولي النفسي التربوي، ١، ٦٠٢-٥٧٧.
- الزهراني، هدى طاحسي علي. (٢٠٢٠). التفكير الإيجابي وعلاقته بمستوى الطموح لدى طالبات المرحلة الثانوية بمدينة الباحة. *مجلة كلية التربية بالمنصورة*، ١١ (٤)، ٢٢٣٥-٢٢٩٠.
- خشوري، فاطمة بنت علي بن حسن، عفيفي، أسماء فاروق محمود. (٢٠٢٢). عادات العقل وعلاقتها بالسعادة النفسية لدى طلبة جامعة جازان. *دراسات عربية في التربية وعلم النفس*، ١٤٣ (١)، ٢٦٤-٢٢٧.
- خالد عبد الله الطيار. (٢٠٢٤). مستوى الطموح كمنبئ بالنضج المهني لدى طلبة جامعة القصيم. *مجلة العلوم التربوية والنفسية*، ١٧ (١)، ٢٣٦-٢٧٣.
- راضي، حسن عبيد الجبوري. (٢٠١٧). السعادة النفسية وعلاقتها بالتوافق النفسي والاجتماعي لدى طالبات كلية التربية للبنات. *مجلة القادسية للعلوم الإنسانية*، ٢٠ (٤).

- عبد التواب صالح حسن. (٢٠١٨). القدرة التنبؤية للمرونة النفسية ومستوى الطموح بالمتابعة الأكاديمية لدى طالبات المرحلة الثانوية. *مجلة كلية التربية (أسبوط)*، ٣٤ (٦)، ٣٨٨-٣٣٨.
- عارف ابسيس، على بولطبعة، ابوبكر عبد الجواد. (٢٠٢١). السعادة النفسية وعلاقتها بالعوامل الخمسة الكبرى للشخصية لدى طلاب جامعة عمر المختار. *مجلة المنارة العلمية*. (2).
- عبد الفتاح عبد الغني الهمص، شيماء محمود حرارة. (٢٠٢٢). السعادة النفسية وعلاقتها بالتدين والرضا عن الحياة لدى الطالبات المتزوجات بالجامعة الإسلامية بغزة. *المجلة الإفريقية للدراسات المتقدمة في العلوم الإنسانية والاجتماعية (AJASHSS)*، ٤٣٠-٤٥٤.
- عبد الجهني، عبد الرحمن. (٢٠١٤). معنى الحياة وعلاقته بالاكنتاب وبمستوى الطموح لدي عينة من طلاب الجامعة. *مجلة بحوث التربية النوعية*، (٣٥)، ٦٦٩-٧٠١.
- عيسى، اسماء عبد العزيز السيد عيسى. (٢٠٢٢). مستوى الطموح الغيري وعلاقته بالسعادة النفسية لدى طلاب كلية الاقتصاد المنزلي جامعة المنوفية. *مجلة بحوث التربية النوعية (67) 2022*، 185-218.
- عز الدين بوغطاس، وصال. (٢٠٢١). أثر التحول البرامجي لجامعة الطائف ٣٠/٢٠ علم مستوى الطموح وقلق المستقبل لدى طالبات الجامعة. *مجلة كلية التربية (أسبوط)*، ٣٧ (٦)، ٣٠١-٣٠٠.
- فادي سماوي، وحسان شاهين. (٢٠٢١). السعادة النفسية وعلاقتها بمستوى الطموح لدى طلبة مدارس الملك عبد هلال الثاني للتميز في الاردن. *مجلة جامعة النجاح للبحوث ب (العلوم الإنسانية)*.
- قوادري بوجلطبة. (٢٠٢٤). *الحاجات النفسية والمساندة الاجتماعية وعلاقتها بالسعادة النفسية لدى طلبة الجامعة (Doctoral dissertation)*، كلثوم قاجة).
- ملحم سامي محمد. (٢٠٠٠). *القياس والتقويم في التربية وعلم النفس*، الطبعة الأولى، دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة، الأردن.
- محمد سليمان محمود، سليمان، صبري احمد إبراهيم. (٢٠٢١). الألكسيثيميا وعلاقتها بالسعادة النفسية والقلق الاجتماعي لدى طلاب المرحلة الثانوية. *مجلة الدراسات التربوية والإنسانية*. 229-288، 13(4).
- محمد بن ناصر بن سعيد الصوافي. (٢٠١٩). السعادة النفسية وعلاقتها بمفهوم الذات لدى طلبة الصف التاسع الأساسي بولاية المضبيبي بسلطنة عمان. *مجلة العلوم التربوية والنفسية*، 3(10)، 182-162.
- محمود، هبة سامي محمود. (٢٠١٨). التدفق النفسي وعلاقته بمستوى الطموح لدى عينة من طلاب كلية التربية. *مجلة كلية التربية في العلوم النفسية*، ٤٢ (١)، ١٠٦-٢٢٧.

Foreign References

- Adbowale, V., Farmer, P., Rose-Quirie, A., Jenkins, P., Greatley, A., & Bailey, S. (2014). *The pursuit of happiness: A new ambition for our mental health*.
- Aldahadha, B. (2023). Self-disclosure, mindfulness, and them relationships with happiness and well-being. *Middle East Current Psychiatry*, 30(1), 7.
- Chai, J. (2021). A model of ambition, aspiration and happiness. *European Journal of Operational Research*, 288(2), 692-702.
- Chang, J. H., Huang, C. L., & Lin, Y. C. (2015). Mindfulness, basic psychological needs fulfillment, and well-being. *Journal of Happiness Studies*, 16, 1149-1162.
- Danaa, H. M., Almzary, M. M., Halasa, W. N., Obeidat, L. M., Rababah, M. A., & Al-Alawneh, M. K. (2022). University Students'ambition Levels

and Vocational Tendencies Associated with Common Culture.
Образование и наука, 24(6), 153-176.

Mason, D. (2014). Levels of Ambition. Petrovska, T., Sova, V., Voronova, V., Khmel'nitska, I., Borysova, O., & Kurdybakha, O. (2022). Features of self-esteem and level of ambition in athletes of different qualifications. *Journal of Physical Education and Sport*, 22(3), 593-599.

Translated References

Abdel Fattah, A. A, Shaima, M. H. (2022). Psychological happiness and its relationship to religiosity and life satisfaction among married female students at the Islamic University of Gaza. *African Journal of Advanced Studies in Humanities and Social Sciences (AJASHSS)*, 430-454.

Abdel-Jahni, A. (2014). The meaning of life and its relationship to depression and the level of ambition among a sample of university students. *Journal of Qualitative Education Research*, (35), 669-701.

Abdul Tawab, S. H. (2018). The predictive ability of psychological flexibility and level of ambition in academic perseverance among female secondary school students. *Journal of the Faculty of Education (Assiut)*, 34(6), 338-388.

Al-Zahrani, H. T. A. (2020). Positive thinking and its relationship to the level of ambition among secondary school female students in Al-Baha city. *Journal of the Faculty of Education, Mansoura*, 111(4), 2235-2290.

Amna, M. A. (2024). Sources of psychological happiness among a sample of students - Faculty of Education, University of Al-Marqab in light of variables. *International Educational Psychological Conference*, 1, 602-577.

Aref, A. A. B., Abu Bakr, A. G. (2021). Psychological happiness and its relationship to the Big Five personality factors among Omar Al-Mukhtar University students. *Al-Manara Scientific Journal*. (2).

Ezzedine, B. W. (2021). The impact of the programmatic transformation of Taif University 20/30 on the level of ambition and future anxiety among female university students. *Journal of the Faculty of Education (Assiut)*, 37(6), 1-30.

Fadi, S., & Hassan, S. (2021). Psychological happiness and its relationship to the level of ambition among students of King Abdullah II Schools for Excellence in Jordan. *35 An-Najah University Journal for Research*, B: Humanities,

Ishaq, F. A. (2017). *Psychological happiness and its relationship to social interaction*, University of Diyala (Doctoral dissertation).

Issa, A. A. A. (2022). The level of altruistic ambition and its

- relationship to psychological happiness among students of the Faculty of Home Economics, Menoufia University. *Journal of Qualitative Education Research*, (67), 185-218.
- Khaled, A. A. (2024). Level of ambition as a predictor of professional maturity among students of Qassim University. *Journal of Educational and Psychological Sciences*, 17(1), 236-273.
- Khashouri, F. A. H., & Afifi, A. F. M. (2022). Habits of mind and their relationship to psychological happiness among students of Jazan University. *Arab Studies in Education and Psychology*, 143(1), 227-264.
- Mahmoud, H. S. M. (2018). Psychological flow and its relationship to the level of ambition among a sample of students of the Faculty of Education. *Journal of the Faculty of Education in Psychological Sciences*, 42(1), 106-227
- Melhem, S. M. (2000). *Measurement and evaluation in education and psychology* (1st ed.), Dar Al-Masirah for Publishing, Distribution and Printing, Jordan.
- Muhammad, N. S. A. (2019). Psychological happiness and its relationship to the concept of self among ninth grade students in the Wilayat of Al-Mudhaibi in the Sultanate of Oman. *Journal of Educational and Psychological Sciences*, 3(10), 162-182.
- Muhammad, S. M., & Suleiman, S. A. I. (2021). Alexithymia and its relationship to psychological happiness and social anxiety among secondary school students. *Journal of Educational and Human Studies*, 13(4), 229-288.
- Qadri, B. (2024). *Psychological needs and social support and their relationship to psychological happiness among university students* (Doctoral dissertation, Kalthoum Qajah).
- Radhi, H. O. A. (2017). Psychological happiness and its relationship to psychological and social adjustment among female students of the College of Education for Women. *al-qadisiya for humanities sciences*, 20(4).