IUGJEPS
Vol 28, No 2, 2020, pp 251-269

ISSN 2410-3152

مجلة الجامعة الإسلامية للدراسات التربوية والنفسية

تاريخ الإرسال (4-1-2019)، تاريخ قبول النشر (17-04-2019)

# السعادة النفسية وعلاقتها بمستوى الطموح لدى طلبة الجامعة الأردنية المتوقع تخرجهم.

اسم الباحث: د. ممدوح بنيه لافي الزبن

اسم الجامعة والبلد1: قسم الإرشاد والتربية الخاصة - كلية العلوم التربوية - الجامعة الأردنية - الأردن

* البريد الالكتروني للباحث المرسل: Mamdohalzaben45@yahoo.com

E-mail address:

**الملخص:**

هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على السعادة النفسية وعلاقتها بمستوى الطموح لدى طلبة الجامعة الأردنية المتوقع تخرجهم. تكونت عينة الدراسة من (446) طالبًا وطالبة متوقع تخرجهم تم اختيارهم بالطريقة العشوائية. قام الباحث باستخدام مقياس أكسفورد للسعادة النفسية وتطوير مقياس مستوى الطموح، وقد تم استخراج معاملات الصدق والثبات وكانت مقبولة. أشارت نتائج الدراسة أن الطلبة المتوقع تخرجهم لديهم مستوى متوسط من السعادة النفسية، كما وأشارت إلى أن الطلبة المتوقع تخرجهم لديهم مستوى منخفض في مستوى الطموح، كما أظهرت النتائج وجود علاقة ارتباطية ايجابية بين مستوى الطموح والسعادة النفسية، وأشارت النتائج إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha$=0.05)، في السعادة النفسية ومستوى الطموح تبعاً للجنس لصالح الإناث.

**كلمات مفتاحية:** السعادة النفسية، الطموح، الجامعة الأردنية.

## Psychological Happiness and its Relation to The Level of Ambition among The Students of the University of Jordan Expected to Graduate

**Abstract:**

This study aimed to identify the psychological happiness and its relation to the level of ambition among the students of the University of Jordan expected to graduate. The study sample consisted of (446) students, they were randomized from the students who were expected to be graduated. The researcher used the Oxford Scale of Psychological Happiness and developed a level of ambition scale. The coefficients of honesty and consistency were extracted and were accepted. The results of the study indicated that the students expected to graduate have an average level of psychological happiness, it also indicated that the students expected to graduate have a low level of ambition, further more the results showed a positive correlation between the level of ambition and psychological happiness, in addition the results indicated that there are differences of statistical significance at The level of significance ($0.05 = \alpha$), the psychological happiness and the level of ambition depending on gender for the benefit of females.

**Keywords**: Psychological happiness, Ambition, Students of the University of Jordan

**المقدمة:**

تعد السعادة النفسية والطموح من العوامل الأساسية لنجاح الفرد في مختلف مراحل حياته، حيث أنها تؤدي بالأفراد إلى النجاح وتحقيق الأهداف من خلال الاستمتاع بالخبرات والتجارب الحياتية المختلفة والتخطيط، كما أن السعادة النفسية تعتبر مطلب ورغبة وحاجة أساسية 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 الإنسان للوصول لتحقيق أهدافه والشعور بالسعادة، وأن يتمتع الأفراد بوجود الطموح لديهم يجعلهم قادرين على مواجهة الحياة وتحقيق الذات.

يعد علم النفس الايجابي احد فروع علم النفس الحديثة وينسب إلى مؤسسه العالم سلجمان (Sligman) الذي صاغ مجالاته واهتماماته وهو يركز بشكل كبير على كيفية تعزيز السعادة النفسية بدلا من اقتصار الاهتمام على معالجة الاضطرابات النفسية حيث استغرق علم النفس وقتا طويلا في تناول الجوانب السلبية في السلوك البشري في حين لم يولي اهتماما بدراسة ما يمكن أن يفعله الناس لجعل حياتهم أكثر سعادة وبالتالي يمكن النظر إلى علم النفس الايجابي باعتباره حركة توجه جهود علماء النفس بفهم وبناء العوامل التي تسمح للأفراد والجماعات والمجتمعات بأن يعيشوا حياة مزدهرة (Sligman,2006).وتأتي السعادة في قلب موضوعات علم النفس، أو على رأسها باعتبارها هدف الإنسان الأقصى بعد تبنيه قدراته وقواه الإيجابية، وقد ظل موضوع السعادة، من الموضوعات الفلسفية إلى وقت قريب وقد اهتم الفلاسفة بالسعادة حيث رأى أرسطو أنها لا تعدو أن تكون حالا من أحوال النفس البشرية حيث أن سعادة الإنسان تكمن بمزاولته ما يمتاز به عن باقي الموجودات ( سليمان، 2010 ).

وشهدت الدراسات النفسية في العقود الأخيرة اهتماما كبيرا بدراسة المتغيرات الايجابية بعد أن كرس علم النفس جانبا كبيرا من دراساته لفحص مختلف الجوانب السلبية في حياة الإنسان، فعلى الرغم من أن الغاية الأساسية لعلم النفس هي مساعدة الفرد على أن يحيا حياة طيبة يشعر فيها بالسعادة فقد تجاهلوا في السنوات الأخيرة المشاعر الايجابية للشخصية(سماوي،2013). حيث يشير سلجمان (Sligman) أن مجرد التركيز على الاضطرابات النفسية تعد نظرة قاصرة فيجب التركيز ودراسة النواحي الايجابية للفرد ويعتبر الشعور بالسعادة النفسية مؤشرا مهما من المؤشرات الأساسية للتكيف والصحة النفسية والقدرة على التأثير في البيئة، وعدم الشعور بالسعادة قد يعد بمثابة نقطة البداية للكثير من المشكلات ( قاسم، 2018).

وقد سعى الجميع في الثقافات المختلفة إلى السعادة بوصفها هدفا اسما للحياة لارتباطها بالحالة المزاجية الايجابية للفرد، والرضا عن الحياة وجودتها وتحقيق الذات والتفاؤل، حيث أن درجة شعور الفرد بالسعادة النفسية مرتبطة بحالته النفسية وعلاقاته الاجتماعية ومدى إشباعه لدوافعه الأولية والثانوية لذا يجب أن يكون سبب الشعور بالسعادة هدفا رئيسيا تسعى إلى تحقيقه الدراسات في علم النفس الايجابي (Arulrajah & Harun,2000).

والسعادة إلى حد ما حاله مزاجية تنشأ عن منطقة في المخ وهذه المنطقة هي التي تولد المزاج والعواطف وهي مقر الشعور والقدرات الإدراكية التي لها دور أساسي في تنظيم العواطف(معشي،2016). وعرفها الوليدي ( 2017) بأنها مجموعة من المؤشرات تدل على ارتفاع مستوى رضا الفرد عن حياته بشكل عام وتتحدد بستة عوامل رئيسية وهي : الاستقلالية ، التمكن البيئي ، التطور الشخصي ، العلاقات الايجابية مع الآخرين ، الحياة الهادفة وتقبل الذات.

إن الشعور بالسعادة والتعبير عنها يختلف من فرد لآخر، ومن ثقافة لأخرى، ومن مرحلة عمرية لأخرى، كما تتباين مصادر السعادة من فرد لآخر(أراجيل،1997). وتعددت تعريفات السعادة فعرفها سلجمان (Sligman,2005) بأنها انفعال وجداني ثابت نسبيا يتمثل في إحساس الفرد بالسرور والبهجة وغياب المشاعر السلبية والتمتع بصحة العقل والبدن والشعور بالرضا عن الحياة في جميع المجالات المختلفة.ويشير سبنس(Spence,2004) إلى أن السعادة شعور داخلي يتميز بالمتعة والسرور والإحساس بالفعالية الذاتية، والرضا عن الذات، والرضا مع الآخرين. وتعرف السعادة النفسية أنها حالة انفعالية وعقلية تتسم

بالايجابية وتتضمن الشعور بالرضا، والمتعة، والتفاؤل، والأمل، والإحساس بالقدرة على التأثير بشكل ايجابي، كما أنها مشاعر راقيه وانفعال وجداني ايجابي ما زال الإنسان يطمح الوصول إليه باعتباره غاية أساسية (Shaw,2007).

ويذكر فينهوفن (Veenhoven,2001) أن هناك ثلاث أنواع تميز السعادة وهي: السعادة الذاتية: وتعكس تصورات الأفراد وتقييمهم لحياتهم من الناحية الانفعالية السلوكية والوظائف أو الأدوار النفسية الاجتماعية التي تعتبر أبعادا ضرورية للصحة النفسية، والسعادة النفسية: وهي تتميز عن السعادة الذاتية بأنها تزيد عنها بتعلقها وارتباطها بالايجابية والصحة النفسية الجيدة، والسعادة الموضوعية: وهي تتضمن السعادة المادية والصحة والنمو والنشاط والسعادة الاجتماعية والانفعالية. وتشير المطارنة (2015) أن السعادة تنقسم إلى قسمين هما: السعادة قصيرة الأمد وهي التي تحدث نتيجة لموقف يتعرض له الفرد مثل:الحصول على مكافأة. وثانيا: السعادة طويلة الأمد وهي مجموعة من المحفزات التي تحفز الفرد للحصول على السعادة مثل الوظيفة المميزة. ومن مقومات السعادة ما قام ريتشارد (Richard,2005) بذكرها ومنها:

- **الاستقرار**: ويشير إلى أن الأفراد يميلون إلى التمسك بأحكام السعادة عندما تتحقق، لذلك ليس من الضروري أن تكون الأحكام مستمرة مع الزمن إذ أن بعض الأفراد يغيرون آراءهم بشكل كبير ولا تستقر السعادة لديهم، و**التحديد**: وهو عندما لا يستطيع الأفراد الحكم، أو تحديد حياتهم من ناحية الأفضلية فلا يمكن الحكم عليهم بأنهم سعداء أو تعساء.
- **التأكيد على الزمن أو الوقت**: فالسعادة هي تقييم للحياة ككل، إذ لا يمكن الحكم على السعادة أن تكون من الماضي وتستمر للحاضر وتتوقع المستقبل فهناك من الأفراد من يركز على الماضي وبعضهم يعيش بيومه، وآخر يواجه نفسه للمستقبل.
- **الوعي**: إن السعادة حالة من حالات الوعي، فهي حكم يظهر في العقل ولكن ليس كل حالات العقل يمكن تقييمها بشكل متساوٍ.
- **الملاءمة**: وهي عندما يقوم الفرد بالحكم على نفسه بالسعادة يمكن لهذا التقييم أن يكون غير مناسب في بعض الأوقات.

وقدمت رايف وسنجر (Ryff, & Singer,2008) وصفا تفصيليا لخصائص الأفراد مرتفعي ومنخفضي السعادة النفسية من خلال العوامل الرئيسية التالية:

1- **الاستقلالية( Autonomy )**: عند مرتفعي السعادة يكون لدى الفرد القدرة على اتخاذ القرار الذاتي والتفكير والتفاعل بطرق محددة والضبط الداخلي للسلوك وتقييم الذات، أما عند منخفضي السعادة يكون التركيز على التوقعات وتقييمات الآخرين له، والخضوع لأحكام الآخرين في اتخاذ القرارات المهمة، والتأثير بالضغوط الاجتماعية في قراراته وأفكاره.
2- و**التمكن البيئي (Environmental mesentery)**: الإحساس بالتمكن والكفاءة في إدارة الأنشطة الخارجية والقدرة على اختيار وإيجاد بيئة مناسبة. أما منخفضي السعادة تجد الصعوبة في إدارة شؤون الحياة اليومية، الشعور بعدم القدرة على تغيير البيئة المحيطة، عدم الوعي بالفرص المناسبة، قلة السيطرة على البيئة المحيطة.
3- **التطور الشخصي (Personal growth)**: الانفتاح على الخبرات الجديدة، الشعور بالتحسن المستمر بالذات والسلوكيات بمرور الوقت. وعند الأشخاص منخفضي السعادة فهناك إحساس بنقص النمو الشخصي وعدم القدرة على التحسن بمرور الوقت، قلة الاستمتاع بالحياة والشعور بالضجر بعدم القدرة على اكتساب سلوكيات واتجاهات جديدة.
4- **العلاقات الايجابية مع الآخرين (Positive relations with others)**: تجد الأشخاص مرتفعي السعادة يتمتعون بالدفء والرضا والثقة في العلاقات الشخصية مع الآخرين، الاهتمام بسعادة الآخرين، القدرة على التفهم والتأثير والأخذ والعطاء في العلاقات الشخصية، وعكس ذلك عند الأشخاص منخفضي السعادة فهم أقل ثقة، وقلة العلاقات الشخصية مع الآخرين، والصعوبة في تكوين علاقات دافئة ومنفتحة مع الآخرين، الانعزال والشعور بالإحباط وعد السعي لتكوين علاقات مع الآخرين.

5- **الأهداف في الحياة (Purposes in life)**: الإحساس بوجود أهداف في الحياة، الشعور بمعنى الحياة، في الحاضر والمستقبل، الثقة والموضوعية في تحديد الأهداف. أما منخفضي السعادة هناك نقص بمعنى الحياة، أهداف قليلة، قلة التوجه الذاتي، عدم القدرة على تحديد أهدافه، وليس لديه وجهة نظر أو معتقدات تضفي على حياته معنى.

6- **وتقبل الذات (Self-acceptance)**: الاتجاهات الموجبة نحو الذات، تقبل الظواهر المتعددة للذات بما تشمله من ايجابيات وسلبيات، الشعور الايجابي عن الحياة الماضية. أما الأشخاص منخفضي السعادة يشعرون بعدم الرضا عن الذات، الشعور بخيبة الأمل نحو الحياة الماضية، الانزعاج المستمر من الأشخاص والإحساس بأنهم مختلفين عنه.

وتتأثر سلوكيات الأفراد في المواقف الحياتية المختلفة بالحالة المزاجية لهم وأن كل من التمكن البيئي والأهداف في الحياة، وتقبل الذات تسهم بحوالي 20% - 29% في هذه السلوكيات، بينما يسهم كل من النمو الشخصي والعلاقات الايجابية مع الآخرين والاستقلالية بحوالي 16%- 27% ( محمد، 2017). وترتبط مؤشرات السعادة بعوامل الصحة والمرض ومستوى الدخل المادي والنجاح المهني والمكانة الاجتماعية وعوامل الشهرة وأحيانا لا تكفي هذه العوامل وتلك المؤشرات للشعور بالسعادة بل يحتاج الفرد إلى اكتساب مهارات عديدة والتركيز على الخبرات التي يمتلكها دون انشغال بما مضى أو التفكير بالمستقبل (Shaw,2007).

وأيضا ترتبط السعادة بعديد من المتغيرات الاجتماعية والجسمية والانفعالية والمعرفية، فالسعادة تعبر عن استجابة تتمثل في زيادة النشاط الجسدي والحيوية والتمتع بالصحة والقدرة على القيام بجميع النشاطات بجهود عالية في ما يظهر الشعور بالتعاسة من خلال اضطرابات نفسية وجسدية وانخفاض في الطاقة والنشاط الجسدي والحيوية ( اليحفوفي،2009).

وللسعادة آثار ايجابية قوية على سلوك الفرد منها التفكير الايجابي حيث يفكر الناس بطرق ايجابية مختلفة يكونوا فيها سعداء وكذلك يكونوا أكثر ثقة بالنفس وأكثر تقديرا لذواتهم وأكثر في الكفاءة الاجتماعية ولديهم استعدادا لحل مشكلاتهم بطرق أفضل (Alans, Seth & Reginaconti,2008). إن الأشخاص السعداء هم أكثر استعدادا لتقديم المساندة الاجتماعية للآخرين وبالتالي الأشخاص السعداء يمتلكون مهارات اجتماعية عديدة تساعدهم على تحقيق النجاح الاجتماعي، ويتمتعون بشعبية كبيرة وهذا التواصل الإنساني يعزز مفهوم السعادة لدى الإنسان حيث يبدو هذا التواصل نوعا من الدوافع الفطرية والإشباع الناجح لهذه الدوافع من خلال العلاقات الاجتماعية التي تؤدي إلى المكافأة الوجدانية التي تمنحها الطبيعة للإنسان، وللسعادة دور كبير في خلق الطموح لدى الأفراد فالأشخاص الذين يتمتعون بالسعادة النفسية يرتفع لديهم مستوى الطموح والإنجاز (معشي،2016).

يلعب مستوى الطموح دورا فعالا في حياة الفرد، فهو احد المتغيرات التي لها تأثير بالغ الأهمية في ما يصدر عن الفرد من نشاط، حيث يعد مستوى الطموح من المصطلحات الشائعة بين الباحثين لما له من أهمية في تنمية وتقدم الأفراد والمجتمعات، حيث يعرف الطموح بأنه سمة ثابتة نسبيا تفرق بين الأفراد في الوصول إلى مستوى معين، ويتحدد على حسب خبرات النجاح والفشل التي يمر بها الفرد.ويعرفه (أحمد،2005) بأنه هدف ذو مستوى محدد يتوقع أو يتطلع الفرد إلى تحقيقه في جانب معين من حياته، وتختلف درجة أهمية هذا الهدف لدى الفرد ذاته، باختلاف جوانب الحياة، كما تختلف هذه الدرجة بين الأفراد في الجانب الواحد ويتحدد مستوى الهدف وأهميته في ضوء الإطار المرجعي للفرد.ويعرفه (عبدالفتاح 2007) بأنه سمة ثابتة نسبيا تميز الأفراد بعضهم عن بعض في الاستعداد والوصول إلى أهداف فيها نوع من الصعوبة، ويتضمن الكفاح وتحمل المسؤولية والميل إلى التفوق.ويعرف الطموح نفسيا بأنه سمه من السمات الشخصية تظهر في مقدار التفاوت بين ما يحققه الفرد من أداء في نطاق عمل معين من حيث السرعة والكفاءة وبين ما يتوقعه الفرد أن يتحقق (Stutzer,2004).

من العوامل الشخصية في الطموح الذكاء؛ فهو من العوامل الهامة في رسم مستوى الطموح فالذكاء عامل رئيسي من هذه العوامل فالفرد الذكي أكثر استبصارا بقدراته، وهذا الأمر يساعدهم على وضع مستويات واقعية من الطموح بالإضافة إلى أن ردة فعل الأفراد الأذكياء إزاء الفشل يختلف في طبيعته عن ردة فعل الأفراد الأقل ذكاء وقد يؤثر الذكاء على مستوى الطموح بشكل

غير مباشر، حيث أن الأفراد الأقل ذكاء ينظر إليهم المجتمع على أنهم عاجزين عن المشاركة في العمل الإيجابي وهذا الأمر يساعد على انخفاض مستوى الطموح لديهم وظهور سمات الاتكالية، والانسحاب والعجز عن تحديد الأهداف بصورة واقعية والعكس يكون للأشخاص الأذكياء فقد تزداد لديهم الاتجاهات الإيجابية والمشاركة الفعالة والثقة بالنفس ويحققون مزيد من النجاح وهذا الأمر يرفع من مستوى طموحاتهم (Quagliana, & Cobb,1996).

ويعد مفهوم الذات عند الفرد من العوامل الشخصية المؤثرة في الطموح حيث يعمل على تحديد مستوى الطموح لديهم ،وان فكرته عن نفسه واحترامه وتقديره لها ورغبته لاكتساب احترام الآخرين فهذا يساعد على رفع مستوى الطموح لدى الفرد، وتعتبر عامل مهم في تقويم سلوك الفرد الذي يبالغ في تقدير ذاته يضع لنفسه أهدافا أعلى من مستوى قدراته والمغرور الذي يبالغ في تقديره لذاته يضع لنفسه مستوى طموح أعلى بكثير من مستوى قدراته العقلية لأنه يرى الفشل خطرا يهدد احترامه لنفسه (أحمد، 2000).

وأثر النجاح والفشل من العوامل التي تؤثر في مستوى الطموح حيث يشعر الشخص الناجح بنوع من الرضا عن الذات بينما الفشل يؤدي إلى الشعور بالإحباط، وتؤثر الصحة النفسية على مستوى الطموح إذ أن الاضطرابات النفسية تحدث عندما يكون هناك بعد بين مستوى طموح الفرد ومستوى قدراته أي بين ما يرغب في فعله وبين ما يقدر عليه بالفعل، حيث يولد فيه الشعور بالنقص والعجز وكره الذات (بيبي ونيس،2017).

وتعتبر البيئة الاجتماعية من العوامل التي تؤثر على مستوى الطموح من حيث اتساعها ومرونتها حيث أن البيئة التي يعيش فيها الفرد تلعب دورا هاما في توجيه طموحاته وتحديد مساره كذلك طموح الأبناء وتوقعات الآباء فكلما كان طموح الأبناء قريبا من مستوى طموح الآباء فأنهم سيحاولون دائما أن يرفعوا منه، لكن إذا كانت مطامح الآباء لا تتفق مع قدرات ورغبات واستعدادات وطموحات الأبناء فأنها قد تخفض مستويات طموح الأبناء، لان معظم الآباء يقيسون تقدم أبناءهم حسب رغباتهم، وكذلك للأقران والجماعات المرجعية آثارهم في تحديد مستوى الطموح فالفرد يضع لنفسه مستوى طموح يتلاءم مع معايير الجماعة أي أن مستوى طموح الفرد يتأثر بمستوى طموح أقرانه لان المستوى الجمعي يكون بمثابة إطار مرجعي يعدل على أساس طموحه (Stutzer,2004).

وقام قصي (2010) بتحديد جوانب مختلفة لمستوى الطموح وهي كما يلي:**مستوى الطموح كونه استعدادا نفسيا:** وهذا يشير إلى ميل بعض الأفراد إلى تقدير وتحديد أهدافهم في الحياة تقديرا يتسم بالطموح الزائد أو المنخفض، وهذا المستوى من الطموح يعزى إلى العوامل الوراثية والاجتماعية وعوامل التدريب والتربية والتنشئة التي تؤثر في مستوى طموح الأفراد، و**مستوى الطموح كونه وصفا لإطار تقدير المواقف:** ويعتمد هذا الإطار على عاملين أساسيين: الأول: وهو تجارب النجاح والفشل التي يمر بها الفرد والتي تعمل على تطوير أساس يحكم به على مختلف المواقف والأهداف التي يمر بها، والثاني اثر الظروف والقيم والتقاليد والعادات واتجاهات الآخرين في تكوين مستوى الطموح، و**مستوى الطموح كونه نسبة ثابتة نسبيا** تميز بين الأفراد في الوصول إلى مستوى معين يتفق مع التكوين النفسي للفرد وإطاره المرجعي حسب خبرات النجاح والفشل التي تعرض لها، و**مستوى الطموح كونه دافعا اجتماعيا وفرديا** يحاول الفرد من خلاله بلوغ أهدافه وانجاز أعماله.

وهناك العديد من النظريات التي فسرت مستوى الطموح فيرى الاتجاه الإنساني أن مستوى الطموح يشكل جانبا مهما في الشخصية فهو اتجاها قوامه اعتبار الذات وجدارتها،وكذلك تعبير عن سعي الفرد لتحقيق حاجاته وهو من حاجات النمو التي تحسن الحياة، أما نظريات التحليل النفسي فترى أن الطموح متمثلا بالأنا المثالية والكمال، وعرفه آدلر بأنه عملية الكفاح من أجل التفوق وهو القوة الدافعة من السالب إلى الموجب، ويرى السلوكيين أن مستوى الطموح هو مفهوم غير سلوكي لأنه لا يمكن عده مصدرا من مصادر السلوك، إذ يرى سكنر أن الطموح تعبير عن فعالية الذات وهو عملية توقع، وهذا التوقع يشير إلى ثقة الفرد في قدرته على أداء سلوك معين (الزواهرة،2015).

تم الرجوع إلى المجلات العلمية وقواعد البيانات الالكترونية والرسائل الجامعية وملخصاتها من أجل الاطلاع على الدراسات السابقة ويلاحظ أن الدراسات السابقة المتعلقة بهذا الموضوع نادرة وخصوصا البحث في العلاقة بين المتغيرين ولهذا سيتم عرض الدراسات ذات الصلة بالموضوع من الأحدث إلى الأقدم كما يلي:

أجرت (قاسم،2018) دراسة هدفت إلى التعرف على طبيعة العلاقة بين السعادة النفسية وكل من المرونة المعرفية والثقة بالنفس لدى عينة من طلاب الدراسات العليا بجامعة سوهاج، وتكونت عينة الدراسة من (297) طالبا وطالبة وتوصلت الدراسة إلى وجود علاقة إرتباطية موجبة ودالة إحصائيا بين درجات أفراد عينة الدراسة على مقياس السعادة النفسية ودرجاتهم على مقياسي المرونة المعرفية بأبعاده الفرعية والثقة بالنفس ببعديه، ولا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات مجموعة الذكور ومجموعة الإناث من طلاب الدراسات العليا على مقياس السعادة النفسية، كما أظهرت النتائج تباين إسهام متغيري الثقة بالنفس والمرونة المعرفية بنسب مختلفة ودالة إحصائيا في التنبؤ بالسعادة النفسية لدى أفراد عينة الدراسة.

أجرى الزبير وديوا (2017) دراسة هدفت إلى التعرف على درجة قلق المستقبل وعلاقته بمستوى الطموح لدى طالبات كليات التربية في الجامعات السودانية. تكونت عينة الدراسة من (400) طالبة بواقع (50) طالبة من كل قسم من أقسام الكلية الثمانية من جميع المستويات الدراسية، وأشارت نتائج الدراسة إلى أن مستوى الطموح لدى الطالبات متوسط، وأن هناك علاقة موجبة دالة احصائيا بين قلق المستقبل ومستوى الطموح لدى هؤلاء الطالبات.

أجرت الفزازي (2017) دراسة هدفت إلى الكشف عن علاقة السعادة النفسية ببعض المتغيرات. وتكونت عينة الدراسة من (490) طالبا وطالبة من مختلف كليات الجامعة ممن يدرسون في العام الاكاديمي (2016\2017) وتوصلت نتائج الدراسة إلى أن الغالبية العظمى من طلبة جامعة السلطان قابوس لديهم مستوى متوسط من السعادة النفسية، وأشارت إلى أن متغير النوع ومكان السكن كان لهما تأثير على مستوى السعادة أما العمر والكلية والمنطقة التي يعيش فيها الطلبة لم يكن لها أي دلالة احصائية في التأثير على السعادة النفسية.

وقام بيبي ونيس (2017) بدراسة هدفت إلى الكشف عن مستوى الطموح لدى عينة من تلاميذ المرحلة الثانوية في ضوء بعض المتغيرات في الجزائر. وتكونت عينة الدراسة من (52) طالبا وطالبة من طلبة مقاطعة قمار بالوادي تم اختيارهم عشوائيا، وأظهرت نتائج الدراسة إلى وجود مستوى متوسط مستوى الطموح لدى طلبة المرحلة الثانوية، ووجود فروق ذات دلالة احصائية في مستوى الطموح لدى طلبة المرحلة الثانوية تبعا لمتغير الجنس والمستوى الاقتصادي والمستوى التعليمي للوالدين.

أجرت الرشيدي (2017) دراسة هدفت إلى التعرف على مركز الضبط والسعادة النفسية لدى أعضاء هيئة التدريس في كلية العلوم والآداب في جامعة القصيم، وتكونت عينة الدراسة من (99) أستاذا، منهم (50) من أعضاء هيئة التدريس في الكلية العلمية و(49) في الكلية الأدبية، وأشارت النتائج أن مستوى السعادة النفسية لدى أعضاء الهيئة التدريسية في كليتي العلوم والآداب جاء متوسطا، وأن هناك فروق ذات دلالة إحصائية تعزى لأثر التخصص الدراسي في مستوى السعادة النفسية، ووجود علاقة ارتباطية دالة إحصائيا بين مركز الضبط الداخلي وبين مستوى الشعور بالسعادة.

أجرت عبيد (2016) دراسة هدفت إلى تنمية مستوى الطموح لدى طالبات الجامعة لتحسين الشعور بالسعادة النفسية في جامعة طرابلس. وتكونت عينة الدراسة من مجموعة من الطالبات في السنة الدراسية الأولى والثانية من تخصص معلم الصف، واستخدمت الباحثة مقياس السعادة النفسية والطموح، وتوصلت نتائج الدراسة إلى أن مستوى الطموح والسعادة النفسية أقل من المتوسط لدى الطالبات، كما وأشارت النتائج إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة بين السعادة النفسية والطموح،وأظهرت الدراسة فعالية البرنامج الإرشادي مع المجموعة التجريبية.

وقام معشي (2016) دراسة هدفت إلى التعرف على العوامل الخمسة الكبرى للشخصية وعلاقتها بكل من السعادة والأمل لدى طلاب الدراسات العليا بجامعة جازان. وتكونت عينة الدراسة من (136) طالبا وطالبة من كلية التربية والآداب والعلوم

الإنسانية، وأظهرت النتائج وجود علاقات ارتباطية دالة إحصائيا بين درجات العوامل الخمسة للشخصية والسعادة النفسية لدى طلاب الدراسات العليا، وتوصلت النتائج إلى إمكانية التنبؤ بالسعادة النفسية من العوامل الخمسة الكبرى للشخصية، كما توصلت النتائج إلى عدم اختلاف درجة كل من السعادة النفسية والأمل باختلاف النوع والكلية.

وأجرى العتيبي والعزيزي (2016) دراسة هدفت إلى معرفة مستوى الطموح وعلاقته بالتوافق النفسي لدى عينة من طلاب جامعة شقراء. وتكونت عينة الدراسة من (498) طالبا وطالبة، وأشارت نتائج الدراسة إلى وجود علاقة ايجابية ذات دلالة احصائية بين مستوى الطموح والتوافق النفسي، أي أن العلاقة طردية، وكذلك أظهرت النتائج أن مستوى الطموح مرتفع بدرجة أعلى لدى الذكور مقارنة بعينة الدراسة من الإناث .

أجرى الزواهرة (2015) دراسة هدفت إلى التعرف على العلاقة بين الصلابة النفسية وقلق المستقبل ومستوى الطموح لدى طلبة جامعة حائل في المملكة العربية السعودية. وتكونت عينة الدراسة من (400) طالباً وطالبة، وأظهرت نتائج الدراسة إلى وجود علاقة بين الصلابة النفسية وقلق المستقبل وبين مستوى الطموح لدى طلاب جامعة حائل، وكذلك وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الصلابة النفسية وقلق المستقبل وبين مستوى الطموح لصالح السنة الرابعة.

وقام شانج وهوانج ولين (Chang, Huang & Lin,2015) دراسة هدفت إلى الكشف عن العلاقة بين اليقظة والسعادة النفسية في تايون. وتكونت عينة الدراسة من (194) طالبا جامعيا بجامعة تايون. وأشارت النتائج إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائيا بين اليقظة العقلية وإشباع الحاجات الأساسية والوجدان الموجب والسعادة الذاتية. في حين وجدت علاقة ارتباطية سالبة بين اليقظة العقلية والوجدان السالب، كما أشارت النتائج إلى أن إشباع الحاجات الأساسية النفسي منبئ دال بالانفعال الموجب والسعادة الذاتية.

وهدفت دراسة الجمال (2013) إلى التعرف على طبيعة العلاقة بين السعادة النفسية بمكوناتها الفرعية والتحصيل الدراسي والاتجاه نحو الدراسة الجامعية لدى طلاب جامعة تبوك، تكونت عينة الدراسة من (258) طالبا وطالبة منهم (100) طالباً و(158) طالبة طبق عليهم مقياسي السعادة النفسية والاتجاه نحو الدراسة الجامعية، وقد أشارت نتائج الدراسة إلى وجود علاقة إرتباطية متباينة النوع ( موجبة – سالبة ) بين درجات الطلاب في السعادة النفسية بمكوناتها الفرعية والاتجاه نحو الدراسة الجامعية، ووجود فروق بين متوسطات درجات الذكور والإناث، ( دالة – غير دالة ) إحصائيا في السعادة النفسية بمكوناتها الفرعية.

وأجرى أبو الذيب (2010) دراسة هدفت إلى الكشف عن السعادة وعلاقتها بالذكاء المعرفي والانفعالي لدى طلبة جامعة اليرموك، وتكونت عينة الدراسة من (1078) طالبا وطالبة تم اختيارهم بالطريقة المتيسرة وأظهرت نتائج الدراسة أن مستوى السعادة لدى طلبة جامعة اليرموك هو مستوى مرتفع، وعدم وجود فروق في مستوى السعادة تعزى لاختلاف الجنس، وأشارت النتائج إلى وجود فروق في مستوى السعادة تعزى لاختلاف نوع الكلية ولصالح الطلبة ذوي التخصصات العلمية، وعدم وجود فرق على مقياس السعادة ككل يعزى للتفاعل بين جنس الطلبة او نوع الكلية، كما أظهرت نتائج الدراسة إلى ان السعادة ترتبط بدرجة أقوى بالذكاء الانفعالي من ارتباطها بالذكاء المعرفي.

أجرى أبو ريا (2010) دراسة هدفت إلى التعرف على علاقة الاغتراب النفسي ومستوى الطموح بمتغيرات الجنس والتخصص ومستوى التحصيل لدى طلبة المرحلة الثانوية في منطقة عكا. تكونت عينة الدراسة من (180) طالبا وطالبة تم اختيارهم بالطريقة العشوائية، أشارت النتائج إلى أن مستوى الطموح لدى الطلبة يقع ضمن المستوى المتوسط ولا توجد فروق ذات دلالة إحصائية تبعا لمتغير الجنس.

وأجرى قربى (2008) دراسة هدفت إلى معرفة العلاقة بين مستوى الطموح والانبساط والانطواء لدى عينة من طلبة المثلث الشمالي تبعا لمتغير الجنس والتحصيل الدراسي. تكونت عينة الدراسة من (333) طالبا وطالبة من طلبة المدارس

الإعدادية وتم اختيارهم بالطريقة العشوائية العنقودية. أظهرت النتائج أن الطلبة كان مستوى الطموح السائد لديهم هو مستوى الطموح المتوسط وعدم وجود فروق تعزى إلى الجنس أو التحصيل الأكاديمي في مستوى الطموح.

وأجرى اهمفارا وهيوستن (Ahmavaara & Houston,2007 ) دراسة هدفت إلى الكشف عن العوامل المؤثرة في مستوى الطموح لدى عينة من المراهقين. وتكونت عينة الدراسة من (856) طالبا وطالبة من طلبة المرحلة الثانوية. وأشارت النتائج إلى أن الثقة بالقدرة العقلية والأداء الأكاديمي المدرك وتقدير الذات من أهم العوامل المؤثرة في مستوى الطموح، كذلك أشارت النتائج أن الجنس ونوعية المدرسة المسجل فيها الطلبة تؤثر على مستوى الطموح لديهم.

أجرى فرر(FURR,2005) دراسة هدفت إلى معرفة العلاقة بين تقدير الذات والسعادة على عينة تكونت من (146) طالبا وطالبة من طلبة الجامعة واشنطن منهم (64) طالبا و(82) طالبة، طبق عليهم قائمة أكسفورد للسعادة، ومقياس تقدير الذات، وأشارت النتائج إلى عدم وجود فروق دالة إحصائيا بين الذكور والإناث في السعادة بإبعادها المختلفة.

وأجرى زهان (Zhan.2004) دراسة هدفت إلى الكشف عن العلاقة بين قدرات الوالدين وبين طموحاتهم ومشاركتهم في تربية أبنائهم ومستواهم التعليمي في الولايات المتحدة الأمريكية. وتكونت عينة الدراسة من (79) طالبا وأمهاتهم، وتوصلت نتائج الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطية إيجابية بين قدرات الوالدين التعليمية وبين طموحاتهم التعليمية تجاه أبنائهم، كما أشارت إلى أن طموحات الوالدين تتوسط العلاقة بين قدرات الوالدين التعليمية وبين الأداء الأكاديمي.

يلاحظ وجود ندرة في الدراسات السابقة التي تناولت السعادة النفسية ومستوى الطموح في حدود – علم الباحث– حيث هدفت دراسة عبيد (2016) إلى تنمية مستوى الطموح لدى طالبات الجامعة لتحسين الشعور بالسعادة النفسية في جامعة طرابلس وتناولت دراسة (قاسم،2018) طبيعة العلاقة بين السعادة النفسية وكل من المرونة المعرفية والثقة بالنفس لدى عينة من طلاب الدراسات العليا، وتناولت دراسة الرشيدي (2017) معرفة مركز الضبط والسعادة النفسية لدى أعضاء هيئة التدريس جامعة القصيم، أما دراسة شانج وهوانج ولين (Chang, Huang & Lin,2014) هدفت إلى الكشف عن العلاقة بين اليقظة والسعادة النفسية، وتناولت دراسة (الجمال،2013؛ والذيب،2010) التعرف على طبيعة العلاقة بين السعادة النفسية بمكوناتها الفرعية والتحصيل الدراسي والاتجاه نحو الدراسة الجامعية وعلاقتها بالذكاء المعرفي والانفعالي لدى طلبة جامعة اليرموك، أما دراسة أبو ريا (2010) ودراسة اهمفارا وهيوستن (Ahmavaara & Houston,2007 ) هدفت إلى التعرف على علاقة الاغتراب النفسي ومستوى الطموح بمتغيرات الجنس والتخصص والكشف عن العوامل المؤثرة في مستوى الطموح لدى عينة من المراهقين. أما دراسة الزبير وديوا (2017) والزواهرة (2015) فهدفت إلى التعرف على درجة قلق والمستقبل وعلاقته بمستوى الطموح.

استفادت الدراسة الحالية من الدراسات السابقة في تطوير أدوات الدراسة والمنهجية، وتوظيفها في مناقشة النتائج، كما أن عدد الدراسات التي أجريت تناولت المتغيرات في البيئة الأردنية على طلبة الجامعة الأردنية قليلة جداً، وهذا يستدعي التوجه نحو دراسة هذه الفئة والتركيز على المتغيرات الإيجابية، وتتميز الدراسة الحالية عن الدراسات السابقة كونها تتجه لتناول مواضيع إيجابية في علم النفس، وهو ما لم يتم تناوله بشكل شمولي من قبل الدراسات السابقة وهذا الأمر يفتح المجال لدراسات شبه التجريبية بإجراء برامج إرشادية لهذه الفئة.

**مشكلة الدراسة وأسئلتها:**

لقد شهد العصر الحديث جملة من التغيرات السريعة التي ساعدت على تبديد وتغيير الكثير من القيم، وأسهمت إلى حد كبير في انتشار القلق واختلال في العلاقات الاجتماعية والأسرية، وأصبح في كثير من الأحيان من الصعب على البعض أن يحيا إنسانيته وأن يتمتع بالسعادة النفسية ويكون لديه طموح وأهداف بسبب التحديات والمشاكل التي تواجه الأفراد وفئات المجتمع المختلفة، ومن الفئات التي تواجه تحديات كبيرة فئة الطالب الجامعي فهو يواجه تحديات كبيرة وصعبة تؤثر على الحالة الانفعالية والإنجاز والطموح لديهم، أن هموم الطلبة ومشكلاتهم من الأمور التي يجب ألا يغفل عنها أي باحث إذ أن الطلبة هم اللبنة الأولى

لبناء الجامعات والمجتمع في المستقبل، ويمثلون صورة مصغرة لواقع المجتمع، لأنهم يمرون بمرحلة نمائية مهمة في حياتهم، فهم يستعدون للالتحاق بالمهن المختلفة، والزواج والاستقرار الأسري، وقد أكد ملر وأوسبورن (2008,Miller & Osborne) على أهمية الجوانب الايجابية مثل السعادة والتفاؤل التي تؤثر ايجابيا على حياة الإنسان وتجعله أكثر قدرة على مواجهة الحياة ومتطلباتها من خلال اكتساب صفات وخصائص نفسية إيجابية كالسعادة النفسية وخلق الطموح لديهم، وهذه هي الغاية الأساسية لعلم النفس الإيجابي بمساعدة الفرد على أن يحيا الحياة الطيبة التي يشعر فيها بالسعادة، وأشارت العديد من الدراسات مثل دراسة (قاسم،2018الفزازي،2017؛ معشي Chang, Huang & Lin,2015؛2016 ) أن السعادة هدف يسعى لتحقيقه جميع الأفراد في المجتمع، كما أشارت بعض الدراسات مثل دراسة (العتيبي والعزيزي،2016 ؛ الزواهرة،2015) على أهمية الطموح ودوره الإيجابي في تحقيق التوافق النفسي والتعزيز من صلابة الفرد لذلك جاءت الدراسة الحالية لتحاول الكشف عن مستوى السعادة النفسية ومستوى الطموح والتعرف على العلاقة بين السعادة النفسية ومستوى الطموح وهل تختلف السعادة النفسية والطموح تبعا لمتغير الجنس لدى طلبة الجامعة الأردنية المتوقع تخرجهم.

وتتلخص مشكلة الدراسة للإجابة عن الأسئلة التالية:

1- ما مستوى السعادة النفسية لدى طلبة الجامعة الأردنية المتوقع تخرجهم؟

2- ما مستوى الطموح لدى طلبة الجامعة الأردنية المتوقع تخرجهم؟

3- هل هناك علاقة ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha$= 0.05) بين السعادة النفسية ومستوى الطموح لدى طلبة الجامعة الأردنية المتوقع تخرجهم؟

4- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha$= 0.05) في مستوى السعادة النفسية والطموح لدى طلبة الجامعة الأردنية المتوقع تخرجهم تعزى إلى اختلاف الجنس؟

**أهمية الدراسة:**

تأتي أهمية الدراسة النظرية من كونها من الدراسات القليلة التي تناولت موضوع السعادة النفسية ومستوى الطموح والعلاقة بينهما لدى فئة مختلفة وهي الطلبة المتوقع تخرجهم وذلك لأهمية هذه المتغيرات في تشكيل شخصية وأهداف الطلبة المتوقع تخرجهم، كما تأتي أهمية الدراسة الحالية لتناولها مرحلة مهمة من مراحل عمر الفرد وهي المرحلة الجامعية، فهي مرحلة حيوية لها دورها البارز في التأثير بشخصية الفرد مع ذاته ومع الآخرين، كما وتبرز الأهمية النظرية لموضوع هذه الدراسة من خلال توجيه الأنظار نحو فئة مهمة من فئات المجتمع وهي طلبة الجامعات المتوقع تخرجهم، وتسليط الضوء على تناول متغيرات إيجابية، بعيدا عن الاضطرابات النفسية مثل السعادة والطموح الايجابي الواقعي، كما وتستمد الدراسة أهميتها من ندرة الدراسات التي ربطت بين متغيري السعادة النفسية والطموح ، وتساعد الدراسة الحالية في تقديم معلومات وبيانات نظرية تتعلق بمستوى السعادة النفسية والطموح لأصحاب القرار في الجامعات ، وإثراء المكتبة العربية بهذا النوع من الدراسات، كما أن هذه الدراسة تفتح المجال لدراسات أُخر تحاول الاستفادة ووضع برامج إرشادية لتعزيز السعادة النفسية.

وتتبع الأهمية التطبيقية لهذه الدراسة في إضافة معرفة جديدة في مجال السعادة النفسية وعلاقتها بالطموح من خلال تطوير الباحث لمقياس الطموح بما يتناسب مع البيئة الأردنية، وتقديم توصيات عملية تتمثل بتوفير برامج إرشادية لتعزيز مستوى السعادة النفسية والطموح لدى الطلبة المتوقع تخرجهم.

**أهداف الدراسة:**

**تهدف الدراسة الحالية إلى ما يأتي:**

1- التعرف على مستوى السعادة النفسية لدى طلبة الجامعة الأردنية.

2- التعرف على مستوى الطموح لدى طلبة الجامعة الأردنية.

3- استقصاء وجود فروق في مستوى السعادة النفسية لدى طلبة الجامعة الأردنية تبعاً للجنس.

4- الكشف عن العلاقة بين السعادة النفسية ومستوى الطموح لدى طلبة الجامعة الأردنية؟

**حدود الدراسة:**

تتحدد الدراسة بالحدود التالية:

- **الحدود البشرية:** تم تطبيق الدراسة على طلاب الجامعة الأردنية المتوقع تخرجهم من مرحلة البكالوريوس.
- **الحدود المكانية:** الجامعة الأردنية في المملكة الأردنية الهاشمية في محافظة العاصمة عمان.
- **الحدود الزمنية:** تم تطبيق الدراسة خلال الفصل الثاني من العام 2017\2018م.
- **المحددات الموضوعية:** تحدد دقة النتائج بمدى جدية أفراد العينة بالتعامل مع أدوات الدراسة.

**التعريفات المفاهيمية والإجرائية**

- **السعادة النفسية:** (Psychological happens) هي شعور عام بالرضا والإشباع وطمأنينة النفس، وتحقيق الذات والبهجة والاستمتاع واللذة والشعور بالرضا عن الحياة، وتكرار حدوث الانفعالات السارة (Hills & Argle,2002) وتعرف إجرائيا بأنه الدرجة التي يحصل عليها المستجيب على مقياس السعادة النفسية المُعد لأغراض هذه الدراسة..
- **الطموح:** (Level of Aspiration ) يعرف الطموح نفسيا بأنه سمه من السمات الشخصية تظهر في مقدار التفاوت بين ما يحققه الفرد من أداء في نطاق عمل معين من حيث السرعة والكفاءة وبين ما يتوقعه الفرد أن يتحقق ويتحدد حسب خبرات النجاح والفشل التي مر بها (بوراس، 2017). ويعرف إجرائيًا بأنه الدرجة التي يسجلها المستجيب على مقياس الطموح المُعد لأغراض هذه الدراسة.
- **الطلبة المتوقع تخرجهم:** كل طالب جامعي وصل إلى الفصل الأخير من دراسته في مرحلة البكالوريوس وكان أسمه مدرج في كشوفات الطلبة المتوقع تخرجهم خلال الفصل الدراسي الأول لعام 2017\2018م الصادرة عن وحدة القبول والتسجيل.

**الطريقة والإجراءات**

يتناول هذا الجزء وصفا لمنهج الدراسة ومجتمع الدراسة والعينة التي شملها التطبيق، كما ويتضمن وصفا لأداة الدراسة وصدقها وثباتها، كما يعرض المعالجة الإحصائية للإجابة عن أسئلة الدراسة.

**منهج الدراسة:**

تم استخدام المنهج الوصفي ألارتباطي نظراً لملاءمته موضوع الدراسة، حيث يقوم هذا المنهج على وصف الظاهرة، وتفسيرها ومعرفة مدى ارتباط المتغيرات ببعضها.

**مجتمع الدراسة وعينتها:**

تكون مجتمع الدراسة من جميع طلبة الجامعة الأردنية في المملكة الأردنية الهاشمية في السنة المتوقع تخرجهم، والبالغ عددهم ما يقارب (4863) طالباً وطالبة من درجة البكالوريوس حسب إحصائيات دائرة القبول والتسجيل في الجامعة الأردنية لعام (2017-2018) الفصل الدراسي الثاني.

**عينة الدراسة:**

تم اختيار عينة الدراسة بالطريقة العشوائية وتكونت من (446) طالبًا وطالبة من السنة الاخيرة للتخرج بواقع (10%) من مجتمع الدراسة للطلبة المتوقع تخرجهم حيث تم اختيارهم من خلال العودة الى كليات الجامعة والتعرف على المواد التي يأخذها الطلبة في فصل التخرج، وزيارة الكليات والالتقاء بالطلبة المتوقع تخرجهم وتطبيق الدراسة عليهم.

**أدوات الدراسة:**

**قائمة أكسفورد للسعادة النفسية:**

تم استخدام قائمة اكسفورد للسعادة النفسية والتي تتكون من (29) بندا في الصورة المعربة المعدلة من قبل (أبو الذيب،

2010) الذي طوره في الأصل (Hills & Argle,2002) وتتمتع القائمة بخصائص سيكومترية مرتفعة من ناحية الصدق والثبات، ويتم الإجابة على القائمة وفقا لتدرج الخماسي حيث تتراوح الدرجة الكلية للمقياس من (29–145) ولغايات هذه الدراسة تم التحقق من صدق وثبات الأداة.

**صدق المقياس في الدراسة الحالية:**

**1- صدق المحكمين:**

تم عرض المقياس على (10) من أعضاء هيئة التدريس، في الجامعات الأردنية من المتخصصين في الإرشاد النفسي وعلم النفس والقياس وطلب إليهم إبداء الرأي بوضوح وسلامة صياغة الفقرات وصلاحيتها لقياس ما صممت لقياسه، وتقديم أية اقتراحات يرونها مناسبة لتطوير المقياس، وتم اعتماد موافقة (80%) فأكثر، مؤشرًا على صلاحيتها. وبناءً على آراء المحكمين تم تعديل صياغة (3) فقرات ولم يتم حذف أي فقرة.

**2-صدق البناء الداخلي:**

تم التحقق من صدق البناء (الاتساق الداخلي): تم تطبيق المقياس على عينة بلغت (30) طالبا وطالبة من مجتمع الدراسة وخارج عينتها، وتم إيجاد معاملات ارتباط كل فقرة من خلال استخدام معامل ارتباط بيرسون (Pearson Coefficient)، والجدول (1) يوضح ذلك:

**جدول (1): معاملات ارتباط الفقرات بالدرجة الكلية لمقياس السعادة النفسية**

| رقم الفقرة | معامل الارتباط | رقم الفقرة | معامل الارتباط | رقم الفقرة | معامل الارتباط | رقم الفقرة | معامل الارتباط |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| **1** | **0.68 | 9 | *0.35 | 17 | **0.54 | 25 | **0.80 |
| **2** | **0.59 | 10 | **0.77 | 18 | **0.63 | 26 | **0.52 |
| **3** | *0.41 | 11 | **0.55 | 19 | **0.81 | 27 | **0.72 |
| **4** | **0.62 | 12 | **0.52 | 20 | **0.75 | 28 | **0.80 |
| **5** | **0.64 | 13 | **0.71 | 21 | **0.69 | 29 | *0.48 |
| **6** | **0.75 | 14 | *0.49 | 22 | **0.78 | | |
| **7** | **0.77 | 15 | **0.66 | 23 | *0.44 | | |
| **8** | **0.55 | 16 | *0.44 | 24 | **0.79 | | |

**تعني دالة عند مستوى الدلالة ($\alpha \geq 0.01$). *تعني دالة عند مستوى الدلالة ($\alpha \geq 0.05$).

يتبين من الجدول (1) أن جميع معاملات الارتباط لفقرات مقياس السعادة النفسية بالدرجة الكلية تراوحت بين (0.81-0.35)،وأن معاملات الارتباط كانت ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha=0.05$). وهذا يعني أنها مناسبة لأغراض الدراسة.

**ثبات المقياس**

تم التحقق من ثبات المقياس بطريقتين، هما:

1. طريقة إعادة التطبيق، حيث قام الباحث بتطبيق المقياس على (30) طالبًا وطالبة من خارج عينة الدراسة، وبعد مرور أسبوعين أعيد تطبيق المقياس مرة أخرى على ذات المجموعة، وقد بلغ معامل ثبات المقياس الكلي (0.88).
2. طريقة الاتساق الداخلي وذلك باستخدام معادلة كرونباخ ألفا ؛ حيث بلغ معامل الثبات للدرجة الكلية (0.86).

وبذلك حافظت القائمة على شكلها الرئيسي للتطبيق، وتكونت من درجة كلية واحدة و(29) فقرة.

تتراوح العلامة في درجات المقياس بين (29–145) ولتحديد مستوى السعادة النفسية تم تقسيم مستوى الأداء على المقياس إلى خمس مستويات (منخفض جدا، منخفض، متوسط، مرتفع، مرتفع جدا) حسب المعادلة التالية:

- مدى المستوى = أكبر قيمة – أقل قيمة / عدد الفئات.

5/1-5. = 0.80 وبناءً على ذلك فإن مستويات الحكم على الأداء على النحو التالي:

- (1-1.80)على المقياس بدرجته الكلية تدل على مستوى منخفض جدا من السعادة.
- (1.80-2.60)على المقياس بدرجته الكلية تدل على مستوى منخفض من السعادة.
- ( 2.60-3.40) العلامة على الدرجة الكلية تدل على مستوى متوسط من السعادة.
- ( 3.40-4.20) العلامة على الدرجة الكلية تدل على مستوى مرتفع من السعادة.
- ( 4.20-5) العلامة على الدرجة الكلية تدل على مستوى مرتفع جدا من السعادة.

**ثانيا: مقياس مستوى الطموح:**

تم تطوير المقياس من خلال مراجعة الأدب النظري والدراسات السابقة مثل: (أبو ريا، 2010؛ الرفاعي، 2010؛ الزواهرة، 2015؛ الزبير وديوا،2017). وقد تكون المقياس بصورته الأولية من (33) فقرة، وللتحقق من الخصائص السيكومترية للمقياس تم إجراء ما يلي:

**صدق المقياس:**

**1- صدق المحكمين:**

تم عرض المقياس على (10) من أعضاء هيئة التدريس، في الجامعات الأردنية من المتخصصين في الإرشاد النفسي وعلم النفس والقياس وطلب إليهم إبداء الرأي بوضوح وسلامة صياغة الفقرات وصلاحيتها لقياس ما صممت لقياسه، وتقديم أية اقتراحات يرونها مناسبة لتطوير المقياس، وتم اعتماد موافقة (80%) فأكثر، مؤشرًا على صلاحيتها.وبناءً على آراء المحكمين تم تعديل صياغة (5) فقرات ولم يتم حذف أي فقرة.

**2-صدق الاتساق الداخلي**

لاستخراج دلالات صدق الاتساق الداخلي للمقياس، تم تطبيق المقياس على عينه مكونه من (30) طالبا وطالبة من داخل مجتمع الدراسة وخارج عينتها، وتم حساب معامل ارتباط كل فقرة مع الدرجة الكلية للمقياس والجدول (2) يوضح نتائج الارتباط.

**جدول (2): معاملات ارتباط الفقرات بالدرجة الكلية لمقياس مستوى الطموح**

| رقم الفقرة | معامل الارتباط | رقم الفقرة | معامل الارتباط | رقم الفقرة | معامل الارتباط |
|---|---|---|---|---|---|
| **1** | *0.38 | 12 | **0.68 | 23 | **0.76 |
| **2** | **0.77 | 13 | **0.62 | 24 | *0.38 |
| **3** | **0.52 | 14 | **0.54 | 25 | *0.49 |
| **4** | *0.38 | 15 | *0.42 | 26 | **0.56 |
| **5** | **0.69 | 16 | *0.44 | 27 | **0.55 |
| **6** | **0.71 | 17 | **0.77 | 28 | **0.72 |
| **7** | **0.48 | 18 | **0.71 | 29 | **0.54 |
| **8** | **0.62 | 19 | **0.72 | 30 | *0.38 |
| **9** | **0.59 | 20 | **0.64 | 31 | **0.78 |

| رقم الفقرة | معامل الارتباط | رقم الفقرة | معامل الارتباط | رقم الفقرة | معامل الارتباط |
|---|---|---|---|---|---|
| **10** | **0.78 | 21 | *0.48 | 32 | **0.62 |
| **11** | **0.78 | 22 | *0.38 | 33 | *0.49 |

**تعني دالة عند مستوى الدلالة (α=0. 01). *تعني دالة عند مستوى الدلالة (α=0. 05).

يتبين من الجدول (2) أن جميع معاملات الارتباط لفقرات مقياس مستوى الطموح بالدرجة الكلية تراوحت بين (0.78-0.38)،وأن معاملات الارتباط كانت ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (α=0. 05). وهذا يعني أنها مناسبة لأغراض الدراسة.

**ثبات المقياس:**

تم إيجاد مؤشرات ثبات المقياس بطريقة الإعادة الثبات بالإعادة (test retest)على عينة مكونة من (30) طالبا وطالبة من مجتمع الدراسة وخارج عينتها وبفارق زمني بين التطبيقين مدته أسبوعين وكانت (0.91) وكذلك تم إيجاد مؤشرات الثبات بطريقة كرونباخ ألفا (0.85) وتُعد هذه القيم مقبولة لأغراض الدراسة الحالية.

**تصحيح مقياس مستوى الطموح:**

تألف المقياس بصورته النهائية من (33) فقرة، وسلم إجابة يتكون من خمسة بدائل هي (دائما، غالبا، أحياناً، نادرا، إطلاقاً) وتترجم هذه البدائل إلى علامات تتراوح بين(5) للبديل(دائما)، و(4) للبديل(غالبا)، و(3) للبديل (أحيانا)، و(2) للبديل(نادرا)، و(1) للبديل(إطلاقا) وعلى المستجيب اختيار بديل واحد فقط لكل فقرة.

تتراوح العلامة في درجات المقياس بين (33-165) ولتحديد مستوى الطموح تم تقسيم مستوى الأداء على المقياس إلى خمس مستويات (منخفض جدا، منخفض، متوسط، مرتفع، مرتفع جدا) حسب المعادلة التالية:

مدى المستوى = أكبر قيمة – أقل قيمة / عدد الفئات.

5/1-5. = 0.80 وبناءً على ذلك فإن مستويات الحكم على الأداء على النحو التالي:

- (1-1.80)على المقياس بدرجته الكلية تدل على مستوى منخفض جدا من الطموح.
- (1.80-2.60)على المقياس بدرجته الكلية تدل على مستوى منخفض من الطموح.
- ( 2.60-3.40) العلامة على الدرجة الكلية تدل على مستوى متوسط من الطموح.
- ( 3.40-4.20) العلامة على الدرجة الكلية تدل على مستوى مرتفع من الطموح.
- ( 4.20-5) العلامة على الدرجة الكلية تدل على مستوى مرتفع جدا من الطموح.

**المعالجة الإحصائية:**

استخدم الباحث الأساليب الاحصائية التي تتناسب مع منهجية الدراسة، للإجابة على السؤال الأول والثاني تم استخدام المتوسطات الحسابية، والانحرافات المعيارية وللإجابة على السؤال الثالث تم استخدام معامل ارتباط بيرسون، وللإجابة على السؤال الرابع تم استخدام اختبار "ت" (t.test). وتم استخدام معامل كرونباخ الفا لحساب الثبات.

**عرض النتائج ومناقشتها والتوصيات**

فيما يلي عرضاً لنتائج الدراسة، ومناقشتها في ضوء أسئلتها، والتوصيات المنبثقة عن هذه النتائج.

**السؤال الأول: ما مستوى السعادة النفسية لدى طلبة الجامعة الأردنية المتوقع تخرجهم؟**

للإجابة عن هذا السؤال تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمقياس السعادة النفسية والجدول (3) يبين ذلك:

**جدول (3): المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للدرجة الكلية لمقياس السعادة النفسية**

| | المتوسط الحسابي | الانحراف المعياري | الدرجة |
|---|---|---|---|
| مقياس السعادة النفسية | 3.14 | 0.78 | متوسطة |

يتضح من جدول (3) أن مستوى السعادة النفسية كان متوسطا وبلغ بمتوسط حسابي (3.14) بانحراف معياري (0.78)، مما يدل على أن طلبة الجامعة الأردنية المتوقع تخرجهم يمتلكون شعورا بالسعادة في حياتهم بدرجة متوسطة، ويفكرون تفكيرا ايجابيا رغم الضغوط التي يعيشونها في مرحلة ما قبل التخرج، وربما اظهر هؤلاء الطلاب حيوية ونشاط وصحة عالية تساعدهم في زيادة مستوى السعادة لديهم، وذلك بحكم العمر الذي يمرون به حيث يقع أغلب هؤلاء الشباب في المرحلة العمرية الأكثر طاقة وهي بين (21–25) سنة، وهي مرحلة العطاء والانجاز والبحث عن الفرص في الحياة لانجاز أمور جديدة ومفيدة، وللوصول إلى أهدافهم التي أعدوها بحياتهم.

ويعزو الباحث وجود المستوى المتوسط من السعادة لدى هؤلاء الطلاب بسبب أنه متوقع تخرجهم من الجامعة وذلك سيخلق لهم فرصة من الانتقال من مرحلة حالية وهي المرحلة الدراسية والبدء بمرحلة أخرى من الحياة، ويثبت تخرجهم أنهم أنجزوا مهامهم الاكاديمية واستطاعوا تجاوز عقبة في حياتهم، وهذه السعادة قد تكون ناتجة من تحقيق المعيار الاجتماعي وهو تحقيق رغبة الأهل، ولذلك استطاعوا تحقيق مستوى سعادة متوسط، وتتفق نتيجة السؤال الحالي مع نتيجة دراسة الفزازي (2017) حيث جاء مستوى السعادة النفسية بدرجة متوسطة، كما تتفق مع نتيجة دراسة الرشيدي (2017) التي اشارت الى درجة متوسطة من السعادة النفسية، وتختلف مع دراسة أبو الذيب (2010) التي أظهرت نتائج الدراسة أن مستوى السعادة لدى طلبة جامعة اليرموك هو مستوى مرتفع

**السؤال الثاني: ما مستوى الطموح لدى طلبة الجامعة الأردنية المتوقع تخرجهم؟**

للإجابة عن هذا السؤال تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمقياس الطموح والجدول (4) يبين ذلك:

**جدول (4): المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للدرجة الكلية لمقياس الطموح**

| | المتوسط الحسابي | الانحراف المعياري | الدرجة |
|---|---|---|---|
| مقياس الطموح | 2.19 | 0.85 | منخفضة |

يتضح من جدول (4) أن مستوى الطموح كان منخفضا وبلغ بمتوسط حسابي (2.19) بانحراف معياري (0.85)، مما يدل على أن طلبة الجامعة الأردنية يمتلكون شعورا بالطموح في حياتهم بدرجة منخفضة، وتتفق نتائج الدراسة مع دراسة عبيد (2016) التي أشارت نتائجها إلى وجود مستوى طموح أقل من المتوسط لدى أفراد العينة، ويدل وجود مستوى طموح منخفض على أنهم يعتقدون بوجود فرص ضعيفة لهم في الحياة بعد التخرج، حيث تزيد فرص البطالة في المملكة الأردنية الهاشمية للطلبة الجامعيين وبشكل كبير، ويحتاج الطالب الجامعي للعمل بعد التخرج إلى البقاء جالسا ينتظر الفرصة لعدة سنوات، وهذا مما يثقل كاهلي أفراد الأسرة من جهة وكاهله من جهة أخرى لاعتقاده بصعوبة إيجاد عمل بسرعة، ونظرا لوجود الطاقة لديهم الهائلة بهذا العمر فإن هذه الطاقة ستذهب هدرا دون أي فائدة، وسيتجه ينتقل من شركة أو مؤسسة لأخرى باحثا عن أي فرصة لعله يجد مبتغاة في أحدها.واختلفت مع نتائج دراسة الزبير وديوا (2017) التي أشارت إلى وجود مستوى طموح متوسط لدى أفراد العينة.

ويعزو الباحث هذه النتيجة بسبب صعوبة الحصول على عمل بعد التخرج، حيث من الصعوبة ايجاد فرصة عمل سريعة وبالتالي تقل الرغبة في التخطيط للمستقبل الحياتي، وتتأجل بناء على ذلك كل الطموحات التي قام الطالب بالدراسة من أجلها فلا

يستطيع إنشاء اسرة أو الزواج، ولا يستطيع مساعدة أفراد اسرته بمصاريفها البسيطة، وبنفس الوقت يحتاج الى مصاريف مستمرة من اسرته رغم قدرته على العمل.

إن هؤلاء الطلاب بوجود الطموح المنخفض لديهم فإنهم عندما ينظرون للمستقبل يقفون حائرين بين ما هم عليه وما يريدونه من المستقبل، وتتوقف كل آمالهم عن المضي قدما، ويتجه بعضهم لإكمال الدراسة لعله يحسن فرصته في ايجاد العمل، بينما يتجه آخرون إلى البحث عن العمل في الخارج، فيما يبقى الأغلبية منهم دون أي فكرة تذكر فيجلسون في البيت لسنوات دون أي تقدم في حياتهم.

**السؤال الثالث: هل هناك علاقة ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (α= 0.05) بين السعادة النفسية ومستوى الطموح لدى طلبة الجامعة الأردنية المتوقع تخرجهم؟**

للإجابة عن السؤال الحالي تم استخدام معامل ارتباط بيرسون بين السعادة النفسية ومستوى الطموح والجدول (5) يوضح ذلك:

**جدول (5): نتائج معامل ارتباط بيرسون بين السعادة النفسية ومستوى الطموح**

| المقياس | | مقياس الطموح |
|---|---|---|
| مقياس السعادة النفسية | معامل الارتباط | 0.74** |
| | الدلالة الإحصائية | 0.46 |

** دال إحصائيًا عند مستوى الدلالة (α≤0.05).

يتضح من الجدول (5) أن مستوى العلاقة كانت هي علاقة ارتباطية ايجابية ذات دلالة احصائية وبلغت (0.46**) بمستوى دلالة احصائية عند (0.05) مما يظهر اهمية العمل على تحسين اي منهما لتحسين الأمر الاخر، فان تم تحسين السعادة فإن ذلك سينعكس على الطموح وكذلك ان تم تحسين الطموح سينعكس على السعادة النفسية، ويتفق ذلك مع ما أشارت له دراسة شانج وهوانج ولين (Chang, Huang & Lin,2014) حول العلاقة بين اليقظة والسعادة، ودراسة فرر (FURR,2005) حول العلاقة بين تقدير الذات والسعادة ، وتتفق مع دراسة معشي (2016) التي هدفت للتعرف على العوامل الشخصية والعلاقة بين السعادة والأمل كمتغيرات ايجابية، وتتفق مع دراسة عبيد (2016) التي أشارت إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة بين الطموح والسعادة، مما يدل على أن هناك ارتباط بين المتغيرات وان هذا الارتباط هو ارتباط ايجابي.

ويعزو الباحث هذه النتيجة لكون المتغيرين هما متغيرين ايجابيين، ويقعان ضمن علم النفس الايجابي، وهما من اهم المتغيرات في علم النفس الايجابي، ولعل النجاح في احدهما سيسهم في النجاح بالمتغير الآخر، ولذلك فإن على الجامعة العمل على تطوير احد تلك المتغيرات بما ينعكس على المتغير الآخر، وأن الفرد في حال شعوره بالسعادة يرتفع لديه الطموح، وأن الطموح يحقق السعادة.

**السؤال الرابع: هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (α= 0.05) في مستوى السعادة النفسية والطموح لدى طلبة الجامعة الأردنية المتوقع تخرجهم تعزى إلى اختلاف الجنس؟**

للإجابة عن مستوى السعادة النفسية والطموح فقد تم استخدام اختبار (ت) (t-test) لفحص الفروق بين متوسطات الأداء على الدلالة الإحصائية لدى الطلبة المتوقع تخرجهم تبعا لاختلاف الجنس، والجدول (6) يوضح ذلك.

**الجدول (6): نتائج اختبار (ت) لمتوسطات الأداء على السعادة النفسية والطموح تبعا للجنس**

| المتغير | الجنس | العدد | المتوسط الحسابي | الانحراف المعياري | درجة الحرية | قيمة المتغير (ت) | مستوى الدلالة |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| السعادة النفسية | اناث | 259 | 3,63 | 0.73 | 444 | **6.17 | 0.00 |
| | ذكور | 187 | 2.56 | 1.04 | | | |
| مستوى الطموح | اناث | 459 | 2.34 | 0.34 | 444 | *2.05 | 0.02 |
| | ذكور | 387 | 2.01 | 0.36 | | | |

يتبين من الجدول (6) وجود فروق بين الذكور والاناث سواء في مستوى السعادة النفسية وبدلالة إحصائية بلغت (0.00) ومستوى الطموح وبدلالة إحصائية بلغت (0.02)، وتبدو الفروق حسب المتوسط الحسابي الأعلى لصالح الإناث بمعنى أن الاناث افضل في مستوى السعادة النفسية ومستوى الطموح، وتختلف مع دراسة قاسم (2018) ومعشي (2016) و دراسة فرر(FURR,2005) التي تشير إلى عدم وجود فروق في السعادة النفسية بين الذكور والإناث ودراسة العتيبي والعزيزي (2016) التي أشارت نتائجها إلى أن الذكور لديهم مستوى طموح أكثر من الإناث. ودراسة ابو الذيب (2010) والتي أشارت إلى عدم وجود فرق على مقياس السعادة ككل يعزى للتفاعل بين جنس الطلبة، ودراسة أبو ريا (2010) التي تشير إلى عدم وجود فروق في مستوى الطموح تبعا لمتغير الجنس،حيث تظهر السعادة النفسية لدى الاناث اكثر من الذكور نظرا لأن المتطلبات المطلوبة منهن في الحياة عادة ما تكون أقل، والواجبات التي عليهن انجازها تكون اقل، وتبذل عادة الاناث مستويات أعلى من النشاط والحيوية في الجامعة وتشير العديد من الدراسات ايضا ان مستواهن التحصيلي كذلك أفضل، وعلى صعيد آخر فإن الاناث اظهرن مستوى طموح أفضل من الذكور نظرا لأن لديهن بالغالب طموحات مختلفة قد تظهر بإكمال الدراسة، او من خلال زيادة فرص الزواج في حالة اكمال الدراسة، ونظرا لطبيعة المجتمع الذي يقلل من المسؤوليات الملقاة على عاتق الاناث في المجتمع، فلو تأخرت الفتاة بعد التخرج في العمل فإن ذلك لن يكون متعبا لها.

ومن جهة أخرى فإن الكثير من المؤسسات والشركات في القطاع الخاص تفضل عمل الاناث المتخرجات حديثا لأسباب كثيرة منها عدم ارتباطها بالحياة الأسرية من جهة، وكذلك عدم ممانعتها من تقاضي أجور منخفضة من جهة ثانية، بينما يرفض الشباب الذكور تلك الأجور لوجود متطلبات اسرية واجتماعية عليهم كثيرة، تزيد عن تلك التي تطلب من الفتاة.

**التوصيات:**

في ضوء ما خلص إليه البحث من نتائج، يوصي الباحث بما يلي:

1- إجراء مزيد من الدراسات للكشف عن مستوى السعادة النفسية والطموح والعلاقة بينهما لدى شرائح وعينات عمرية مختلفة.
2- وضع خطط تحفيزية داخل الكليات من أجل النهوض بالطلبة وتعزيز الطموح لديهم.
3- إجراء دراسات شبه تجريبية للتعرف على فعالية البرامج الإرشادية في زيادة وتحسين مستوى السعادة النفسية والطموح لدى طلبة الجامعات.

## المصادر والمراجع

ابو الذيب، احمد (210). **السعادة وعلاقتها بالذكاء المعرفي والانفعالي لدى طلبة جامعة اليرموك**.رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة اليرموك–الأردن.

أبو ريا، مرسي (2010). **علاقة الاغتراب النفسي ومستوى الطموح بمتغيرات الجنس والتخصص ومستوى التحصيل لدى طلبة المرحلة الثانوية في منطقة عكا**. رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة عمان العربية، الأردن.

أحمد، سهير(2000). **أساليب تربية الطفل بين النظرية والتطبيق**. الاسكندرية: مركز الاسكندرية للكتاب.

أراجيل، مايكل (1997). **سيكولوجية السعادة**. ترجمة فيصل عبدالقادر، القاهرة: دار غريب للنشر والتوزيع.

بوراس، حورية(2017). قلق المستقبل وعلاقته بمستوى الطموح لدى عينة من طلبة الدكتوراه في جامعة الاغواط. **مجلة دراسات الجزائر**,(55)، 190–204.

بيبي، مرزاق ونيس، حكيمه (2017). مستوى الطموح لدى عينة من تلاميذ المرحلة الثانوية في ضوء بعض المتغيرات. **مجلة العلوم النفسية والتربوية**– الجزائر،5(2)،267–287.

الجمال، سمية (2013). السعادة النفسية وعلاقتها بالتحصيل الدراسي والاتجاه نحو الدراسة الجامعية لدى طلاب جامعة تبوك. **دراسات تربوية ونفسية**، (78)،171–230.

الرشيدي، فاطمة (2017). مركز الضبط والسعادة النفسية لدى أعضاء هيئة التدريس في كلية العلوم والآداب في جامعة القصيم. **المجلة الدولية للدراسات التربوية والنفسية**،1(1)،35–57.

الرفاعي، صباح (2010). مستوى الطموح وعلاقته بتقدير الذات لدى عينة من طالبات الدراسات العليا بجامعة الملك عبدالعزيز بجدة. **مجلة الإرشاد النفسي**، مركز الإرشاد النفسي (27).

الزبير، نادية ومكي، ديوا (2017). قلق المستقبل وعلاقته بمستوى الطموح لدى طالبات كليات التربية في الجامعات السودانية. **مجلة كلية التربية الأساسية للعلوم التربوية والإنسانية**–جامعة بابل، (36)،115–129.

الزواهرة، محمد (2015). العلاقة بين الصلابة النفسية وقلق المستقبل ومستوى الطموح لدى طلبة جامعة حائل بالسعودية. **مجلة جامعة القدس المفتوحة للأبحاث والدراسات التربوية والنفسية**–فلسطين، 3 (10)، 47–80.

سليمان، سناء (2010). **السعادة والرضا أمنية غالية وصناعة راقية**. القاهرة: عالم الكتب للنشر.

عبيد، فتحية (2016). تنمية مستوى الطموح لدى طالبات الجامعة لتحسين الشعور بالسعادة النفسية في جامعة طرابلس. **مجلة البحث العلمي في التربية**،جامعة عين شمس، 2 (17)،447–474.

العتيبي، محمد والعزيزي، عيسى (2016). مستوى الطموح وعلاقته بالتوافق النفسي لدى عينة من طلاب جامعة شقراء. **المجلة الدولية المتخصصة**، 5(9)، 1–22.

الفزازي، منال (2017). السعادة النفسية لدى طلبة جامعة السلطان قابوس في سلطنة عمان. **مجلة الدراسات التربوية والنفسية. جامعة السلطان قابوس، 11 (4)، 762-769.**

قاسم، آمنة (2018). السعادة النفسية في علاقتها بالمرونة المعرفية والثقة بالنفس لدى عينة من طلاب الدراسات العليا بجامعة سوهاج. **مجلة كلية التربية**– مصر، 53، 79-145.

قربى، سوسن (2008). **العلاقة بين مستوى الطموح وبعد الانبساط – الانطواء لدى عينة من طلبة مدارس المثلث الشمالي في ضوء بعض المتغيرات**. رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة اليرموك، أربد، الأردن.

معشي، محمد (2016). العوامل الخمسة الكبرى للشخصية وعلاقتها بكل من السعادة والأمل لدى طلاب الدراسات العليا بجامعة جازان. **مجلة كلية التربية بالزقازيق**– مصر، 93، 283-334.

الوليدي، علي (2017). اليقظة العقلية وعلاقتها بالسعادة النفسية لدى طلبة جامعة الملك خالد، **مجلة جامعة الملك خالد للعلوم التربوية**– السعودية، (28)،41-68.

اليحفوفي، نجوى (2009). السعادة وارتباطاتها لدى طلاب الجامعة اللبنانيين.**مجلة علم النفس**، مصر، 22(80)،60-52.

Ahmavaara, A. & Houston, D. (2007).the effects of selective Schooling and self-concept on adolescents Aspiration: an examination of dweck`s self-theory. **British journal of educational psychology,** 77 (3), 613-632.

Alans, W., Seth, S & Reginacontaconti, R. (2008). The Implication of Tow Conception of Happiness (Hedonic Enjoyment and Eudemonia for the Understanding of In-trinsic Motivation. **Journal of Happiness Studies,** 9 (1),41-70.

Arulrajah A & Harun, L (2000**). Relationshlip Of Psychological Well- Being With Perceived Stress, Coping Styles, and Social Support Amongst University Undergraduates**, Paper Presented at the Faculty of.

Chang J., Huang, CLin, Y (2015). Mindfulness, basic psychological needs fulfillment and well-being. **Journal of Happiness studies**, 16,1149-1162.

Furr, R (2005) Differentiating Happiness and Self- Asteem , **Individual Differences Research**, 3 (2) 105-127.

Hills,p, & Argyla, M. (2002).The Oxford Happiness Questionnaire; a compact scale for the measurement of psychological well- being. **Personality and Individual Differences** 33, 1073-1082.

Miller , , S. , Osborne, K. (2008) "Authentically Happy school P'sychologists: Applications of Positive psychology for enhancing professional Satisfaction and Fulfillment". **Journal of Psychology** 4S. No. 8. PP. 692.

Quagliana, J & Cobb, D(1996) Toward a Theory of Student Aspirations. **Journal of Research in Rural Education, Winter**, 1996, Vol. 12, No.3, 127- 132

Richard, L (2005). **Happinees lessons from anew science**. New York; penguin.

Ryff, C. & Singer, B (2008). Know Thyself and Become What You Are: A Eudaimonic Approach To Psychological Well - Being, **Journal of Happiness Studies**, 9, 13-39.

Shaw. A. (2007). Tracking Changes in Social Relations throughout Late Life. **The Journals Gerontology Series B: Psychological Sciences and social Sciences**. 2 (7): 90-99.

Sligman, M, Steen T, park N. & Peterson, C. (2005) Positive psychology progress American psychologist 60, 5; 410_421.

Seligman, M (2006). **Learned optimism; How to change your mind and your life**. New York, USA; Vintage.

Spence, O (2004). Goal of self integration and happiness. **Journal of P. Peter, personality and individual Differences** 37 (3): 441-461.

Stutzer,A.(2004) The role of income aspiration in individual happiness. **Journal of Economic Behavior and Organization,** 54.(1)pp.89-109.

Veenhoven. R.(2001).**Quality of life and happiness; Not quite the same**, Re- trieved from http;\\hdl.handle.net\1765\8753.

Zhan,M. (2005). Assets, Parental Expectations and Involvement, and Children`s Educational Performance. School of Social Work, University of Inois, 61801,USA.