



مستوى الطموح وعلاقته بالسعادة النفسية لدى طلبة الدراسات العليا

م.م. حسن علوان غانم

جامعة بابل - كلية الفنون الجميلة - قسم
التربية الفنية

fin442.hasan.aluan@student.uobabylon.edu.iq

م. د. رغد حسين حمزة

جامعة بابل - كلية التربية للعلوم
الانسانية - قسم العلوم التربوية والنفسية

raghadhmzia@gmail.com

الكلمات المفتاحية: مستوى الطموح، السعادة النفسية.

كيفية اقتباس البحث

حمزة ، رغد حسين ، حسن علوان غانم ، مستوى الطموح وعلاقته بالسعادة النفسية لدى طلبة الدراسات العليا، مجلة مركز بابل للدراسات الانسانية، نيسان ٢٠٢٥، المجلد: ١٥، العدد: ٣ .

هذا البحث من نوع الوصول المفتوح مرخص بموجب رخصة المشاع الإبداعي لحقوق التأليف والنشر (Creative Commons Attribution) تتيح فقط للآخرين تحميل البحث ومشاركته مع الآخرين بشرط نسب العمل الأصلي للمؤلف، ودون القيام بأي تعديل أو استخدامه لأغراض تجارية.

مسجلة في

ROAD

مفهرسة في

IASJ

Level of ambition and its relationship to psychological happiness among graduate students

Dr.Raghad Hussein Hamzia
University of Babylon-college of
Education for Humanities-
Department of Educational and
Psychological Sciences

M.M.Hassan Alwan Ghanem
University of Babylon –College
of Fine Art-Department of Art
Education

Keywords : Level of ambition, Psychological happiness.

How To Cite This Article

Hamzia, Raghad Hussein, Hassan Alwan Ghanem , Level of ambition and its relationship to psychological happiness among graduate students .Journal Of Babylon Center For Humanities Studies, April 2025, Volume:15, Issue 3.



This is an open access article under the CC BY-NC-ND license
(<http://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/>)

[This work is licensed under a Creative Commons Attribution-NonCommercial-NoDerivatives 4.0 International License.](#)

Abstract:

The current research aims to identify level of aspiration and psychological happiness, as well as identify the correlation between level of aspiration and psychological happiness among postgraduate students. The research sample consisted of (89) postgraduate students from the College of Education for Human Sciences- University of Babylon were chosen randomly. To achieve the research aims, the researcher adopted the Nabil (2016) scale for level of aspiration, which consisted of (36) items, and Samawi and Shaheen (2021) scale for psychological happiness, which consisted of (40). The research results that there are level of aspiration, there are psychological happiness, and there are a positive correlation between level of aspiration and psychological happiness. In light of the results, the researcher developed a number of recommendations and suggestions.



Training students on how to cope with life's pressures and stressful events that cause unhappiness. Leveraging graduate students' high levels of ambition in other areas, such as computer, internet, and language courses, to maintain their level of ambition by developing their capabilities in these areas and empowering them further. Involving graduate students in various committees and activities held on campus.

مستخلص البحث:

هدف البحث الحالي الى تعرف مستوى الطموح والسعادة النفسية، فضلا عن تعرف العلاقة الارتباطية بين مستوى الطموح والسعادة النفسية لدى طلبة الدراسات العليا، حيث تألفت عينة البحث من (٨٩) من طلبة الدراسات العليا في جامعة بابل - كلية التربية للعلوم الانسانية اختيرت بالطريقة العشوائية، ولتحقيق اهداف البحث استخدمت الباحثة المنهج الوصفي الارتباطي وتبنت مقياس نبيل (٢٠١٦) لقياس مستوى الطموح الذي تالف من (٣٦) فقرة وثلاثة بدائل للإجابة وتم التحقق من صدقه وثباته، ومقياس سماوي، و شاهين (٢٠٢١) لقياس السعادة النفسية الذي تالف من (٤٠) فقرة وخمسة بدائل للإجابة وتم التحقق من صدقه وثباته ايضا، وعبر استعمال الوسائل الإحصائية المناسبة توصل البحث الى وجود مستوى طموح وسعادة نفسية لدى طلبة الدراسات العليا من عينة البحث، فضلا عن وجود علاقة ارتباطية موجبة بين مستوى الطموح والسعادة النفسية. وفي ضوء النتائج التي توصل اليها البحث الحالي وضعت الباحثة عددا من التوصيات والمقترحات.

تدريب الطلبة على كيفية مواجهة ضغوط الحياة والأحداث الضاغطة التي تسبب عدم السعادة. استغلال مستوى الطموح لدى طلبة الدراسات العليا في مجالات أخرى مثل دورات الحاسوب والانترنت واللغات من اجل المحافظة على مستوى الطموح لديهم عبر تطوير قدراتهم في هذه المجالات وتمكينهم اكثر. اشراك طلبة الدراسات العليا في اللجان والنشاطات المختلفة التي تقام داخل الحرم الجامعي.

الفصل الاول: تعريف بالبحث

- مشكلة البحث:

يتعرض طلبة الجامعة (وبخاصة طلبة الدراسات العليا) كما ترى الباحثة الى ضغوطات كثيرة تتمثل بضيق الوقت للدراسة واعداد المحاضرات، ودفع التكاليف المالية للدراسة اذا كان الطالب يدرس على قناة النفقة الخاصة، فضلا عن إمكانية إيجاد عمل او وظيفة بعد اكمال الدراسة. وعليه فإن إحدى المشكلات المتعلقة بمستوى الطموح بين طلبة الدراسات العليا هي احتمال انخفاض مستويات التحفيز والطموح نتيجة الضغوط الكثيرة، مما قد يؤدي إلى انخفاض الأداء

الأكاديمي وعدم وجود الدافع لمواصلة الدراسة أو الفرص الوظيفية، اذ يمكن أن يكون هذا مقلقاً بشكل خاص نظراً لأن التعليم العالي غالباً ما يتطلب مستوى عالٍ من التفاني والالتزام، كما أن انخفاض مستويات الطموح يمكن أن يعيق الطلبة من تحقيق إمكاناتهم الكاملة (Robbins et al., 2004, p.262). ايضاً، فإن المستويات المنخفضة من الطموح لدى طلبة الدراسات العليا يمكن أن تؤدي إلى رسوب أكاديمي، وضعف الدافع، وضعف متابعة وتحقيق أهدافهم الأكاديمية او المهنية، وهذا يمكن أن يكون له تأثير سلبي على رفاههم العام ورضاهم عن حياتهم الأكاديمية والمهنية، فضلاً عن أن أحد التحديات المتعلقة بمستوى الطموح لدى طلبة الدراسات العليا هو احتمالية عدم التوافق بين تطلعاتهم والموارد الفعلية والفرص والدعم المتاح لهم، اذ يمكن أن تؤدي التطلعات غير الواقعية أو التطلعات الطموحة بشكل مفرط دون التوجيه والدعم المناسبين إلى الإحباط والإرهاق وتدهور الصحة النفسية، كما ان تحديد تطلعات منخفضة قد يحد من إمكانات الطلبة ويعوق نموهم الشخصي والمهني (Pajares & Schunk, 2001, p.239).

ومن جهة أخرى، تعد السعادة النفسية لطلبة الدراسات العليا جانباً حاسماً في رفاهيتهم العامة ونجاحهم الأكاديمي، ومع ذلك فهي أيضاً موضوع يطرح بعض التحديات والتعقيدات، اذ تكمن المشكلة في احتمالية ارتفاع مستويات التوتر والقلق والإرهاق بين طلبة الدراسات العليا، مما قد يؤثر سلباً على سعادتهم وصحتهم النفسية بشكل عام، فإن الطبيعة الصعبة للدراسات العليا، بما في ذلك الضغط من أجل التفوق الأكاديمي، ونشر الأبحاث، وتأمين المال اللازم لتغطية نفقات الدراسة، يمكن أن تساهم في مشاعر الإرهاق وعدم الرضا (Muhammad et al., 2022, p.37). فالدراسات العليا صعبة وملئية بالتحديات، وغالباً ما تتطلب وقتاً وجهداً وتقانياً كبيراً، فإن الضغط من أجل تلبية التوقعات الأكاديمية يمكن أن يساهم في التوتر والقلق وانخفاض السعادة النفسية بين طلبة الدراسات العليا، كما إن الموازنة بين المسؤوليات الأكاديمية والحياة الشخصية والعلاقات والرعاية الذاتية يمكن أن تشكل أيضاً تحديات وقد تؤثر على رفاهية طلبة الدراسات العليا بشكل عام (Anton & Evgeniya, 2023, p.165).

- أهمية البحث:

يعد مستوى الطموح لدى طلبة الدراسات العليا موضوعاً مهماً للدراسة والبحث لأنه يمكن أن يؤثر بشكل كبير على نجاح الطلبة الأكاديمي والمهني، فالطموح يشير إلى الأهداف والطموحات التي يمتلكها الأفراد لأنفسهم، ويمكن أن يؤثر مستوى الطموح على دوافعهم ومثابرتهم وإنجازهم في مساعيهم الأكاديمية، كما يمكن أن يساعد فهم مستوى الطموح ومعالجته من جانب

المختصين وصانعي السياسات في دعم الطلبة للوصول إلى إمكاناتهم الكاملة وتحقيق أهدافهم الأكاديمية والمهنية (Kezia Olive et al.,2022,p.812). فضلا عن ان مستوى الطموح لدى طلبة الدراسات العليا يمكن ان يلقي الضوء على مستوى الإنجاز المطلوب أو المتوقع ضمن المساعي الأكاديمية للطلبة، وهو يمثل الأهداف والمعايير التي يضعها الطلبة لأنفسهم فيما يتعلق بأدائهم الأكاديمي وتطلعاتهم المهنية، حيث يعد فهم مستوى الطموح لدى طلبة الدراسات العليا أمراً مهماً لأنه يمكن أن يؤثر على دوافعهم ومثابرتهم ونجاحهم العام في مساعيهم الأكاديمية والمهنية، اذ يؤدي مستوى الطموح لدى طلبة الدراسات العليا دوراً حاسماً في تشكيل مساراتهم الأكاديمية والمهنية، ويمكن أن يؤثر ذلك على دوافعهم وجهودهم واندماجهم في دراستهم، فقد يكون الطلبة ذوي الطموحات المرتفعة أكثر اندفاعاً للتفوق أكاديمياً ومتابعة المشاريع البحثية الصعبة، وهذا يمكن له من ثم ان يسهم في تحقيق رضاهم العام ونجاحهم ورفاهيتهم خلال مرحلة الدراسات العليا (Kichukova & Taneva,2021,p.189).

ومن جانب اخر، لا توجد مبالغة في القول بأهمية دراسة السعادة النفسية لدى طلبة الدراسات العليا، اذ أظهرت الأبحاث أن السعادة النفسية ترتبط ارتباطاً وثيقاً بالأداء الأكاديمي والتحفيز والرضا العام عن الحياة، وفضلا عن ذلك، يمكن أن يكون للصحة النفسية لطلبة الدراسات العليا آثار طويلة المدى على نجاحهم المهني وتحقيقهم الشخصي، فأن تعزيز السعادة النفسية بين طلبة الدراسات العليا أمر ضروري لنجاحهم الأكاديمي ورفاههم بشكل عام، وإن الاستراتيجيات مثل تعزيز التوازن الصحي بين العمل والحياة، وتوفير خدمات دعم الصحة النفسية، وخلق بيئة أكاديمية داعمة يمكن أن تساهم جميعها في تعزيز السعادة النفسية لطلبة الدراسات العليا. اذ تشير السعادة النفسية لدى طلبة الدراسات العليا إلى رفاهيتهم الذاتية ورضاهم وحالتهم العاطفية الإيجابية فيما يتعلق بمساعيهم الأكاديمية وتجارب حياتهم الشاملة، ويعد فهم مستوى السعادة النفسية لدى طلبة الدراسات العليا أمراً مهماً لأنه يمكن أن يؤثر على دوافعهم وصحتهم النفسية ونوعية حياتهم بشكل عام خلال هذه المرحلة الهامة من تعليمهم (Jabir,2012,p.47). كما تؤثر السعادة النفسية على دوافعهم ومرونة وقدرة الطلبة على التعامل مع متطلبات دراستهم، ويمكن للسعادة النفسية الإيجابية أن تعزز الإبداع والإنتاجية والأداء الأكاديمي المرتفع، كما أنها تساهم في شعور الطلبة بالرضا والاستمتاع في مجال الدراسة الذي اختاروه، والذي يمكن أن يكون له آثار طويلة المدى على نجاحهم الوظيفي ورضاهم عن الحياة (Qasem &

Abdullah,2018,p.81)

- أهداف البحث: يهدف البحث الحالي التعرف الى :

- ١- مستوى الطموح لدى طلبة الدراسات العليا.
- ٢- السعادة النفسية لدى طلبة الدراسات العليا.
- ٣- العلاقة الارتباطية بين مستوى الطموح والسعادة النفسية لدى طلبة الدراسات العليا.
- **حدود البحث:**
يتحدد البحث الحالي بدراسة مستوى الطموح والسعادة النفسية لدى طلبة الدراسات العليا في كلية التربية للعلوم الإنسانية- جامعة بابل للعام الدراسي (٢٠٢٣-٢٠٢٤).
- **تحديد المصطلحات:**
 - ١- **مستوى الطموح:** عرفه كل من:
 - ١- احمد، وجاناي (٢٠١٢) Ahmed & Ganai:
هو مستوى الإنجاز المطلوب أو المتوقع في المساعي الأكاديمية للطلبة، وهو يمثل الأهداف والمعايير التي يضعها الطلبة لأنفسهم فيما يتعلق بأدائهم الأكاديمي وتطلعاتهم المهنية (Ahmed & Ganai, 2012, p.62).
 - ٢- جان (٢٠١٦) Jan:
هو معتقدات الفرد وتوقعاته حول قدراته على تحقيق أهداف محددة، وهو يتضمن التقييمات الذاتية وعمليات التنظيم الذاتي التي تؤثر على تحديد الأهداف والسعي لتحقيق النتائج المرجوة (Jan, 2016, p.4910).
 - ٣- نبيل (٢٠١٦): هو كل ما يحدده الفرد لنفسه من أهداف وغايات يعمل على تحقيقها من خلال الخطط وتجاوز كل العوائق التي يمكن ان تحول بينه وبين تحقيق اهدافه (نبيل، ٢٠١٦، ص٢٢).
 - التعريف النظري: تبنت الباحثة تعريف نبيل (٢٠١٦) لأنها تبنت مقياسه.
 - التعريف الاجرائي: الدرجة الكلية التي يحصل عليها المستجيب جراء استجابته على مقياس مستوى الطموح المتبنى من قبل الباحثة.
- ٢- **السعادة النفسية:** عرفها كل من:
 - ١- ليفيك، وآخرون (2017) Levecque et al.:
هي الرفاهية الذاتية للفرد والرضا عن الحياة والتوازن العاطفي، وهي تشمل مشاعر الرضا والانجاز والمشاعر الإيجابية، فضلا عن غياب الحالات النفسية السلبية مثل التوتر والقلق والاكتئاب (Levecque et al., 2017, p.868).
 - ٢- ايفانز، وآخرون (٢٠١٨) Evans et al.:



هي التقييم المعرفي والعاطفي للفرد لتجاربه الحياتية الشاملة، بما في ذلك مساعيه الأكاديمية وعلاقاته وإنجازاته الشخصية (Evans et al., 2018, p.282).

٣- سماوي، و شاهين (٢٠٢١):

هي مجموعة من المؤشرات السلوكية التي تدل على ارتفاع مستويات رضا الفرد عن حياته بشكل عام تشتمل على الاستقلالية، التمكن البيئي، التطور الشخصي، العلاقات الإيجابية مع الآخرين، الحياة الهادفة، وتقبل الذات (سماوي، و شاهين، ٢٠٢١، ص ١١٧١).

التعريف النظري: تبنت الباحثة تعريف سماوي، و شاهين (٢٠٢١) لأنها تبنت مقياسهما.

التعريف الاجرائي: الدرجة الكلية التي يحصل عليها المستجيب جراء استجابته على مقياس السعادة النفسية المتبنى من قبل الباحثة.

الفصل الثاني:- اطار نظري ودراسات سابقة

- المحور الاول:- مستوى الطموح:

- مقدمة:

يعد مفهوم مستوى الطموح جانباً أساسياً من جوانب علم النفس وقد حظي باهتمام وأبحاث كبيرة على مر السنين، فهذا المفهوم يشير إلى الأهداف والتطلعات الشخصية للفرد، فضلاً عن دوافعه لتحقيق تلك الأهداف، ويؤدي مستوى الطموح دوراً حاسماً في تشكيل سلوك الفرد، وعملية اتخاذ القرار، والإنجاز العام في مختلف مجالات الحياة، وعبر فهم العوامل التي تؤثر على مستوى الطموح، يمكن لعلماء النفس الحصول على رؤية قيمة حول الدوافع الانسانية وتعزيز قدرة الأفراد على الوصول إلى أقصى إمكاناتهم، إذ يمكن إرجاع مفهوم مستوى الطموح إلى أوائل القرن العشرين عندما بدأ الباحثون الرائدون مثل كورت لوين وجون دولارد Kurt Lewin and John Dollard في استكشاف العلاقة بين الأهداف الشخصية ودوافع الإنجاز (Chauhan, 2008, p811). فلقد اشاروا بأن الأفراد لديهم ميل إلى وضع أهداف قابلة للتحقيق ولكنها صعبة لأنفسهم، وأشاروا إليها على أنها تمثل مستوى طموحهم. ومن جانب آخر، فقد وضعت هذه الدراسات المبكرة الأساس لمزيد من البحث حول هذا الموضوع، ومع مرور الوقت، ساهم الكثير من المنظرين والباحثين في فهم مصطلح مستوى الطموح، ومن الجدير بالذكر أن ديفيد ماكليلاند (David McClelland) اقترح نظريته حول دافع الإنجاز في أواخر الخمسينيات من القرن الماضي، مؤكداً على أهمية الدوافع الشخصية في حث الأفراد نحو النجاح أو الفشل، حيث عززت هذه النظرية أيضاً أهمية دراسة مستوى الطموح في علم النفس. وفضلاً عن ذلك، تم تطوير أطر نظرية مختلفة لشرح مستوى الطموح من وجهات نظر مختلفة ضمن علم النفس،

فأحد هذه الأطر هو النظرية المعرفية الاجتماعية التي اقترحها ألبرت باندورا (Albert Bandura) في الثمانينات، ووفقاً لهذا المنظور، تؤدي معتقدات الكفاءة الذاتية لدى الأفراد دوراً حاسماً في تحديد مستوى طموحهم، إذ يميل الأفراد ذو الكفاءة الذاتية المرتفعة إلى وضع أهداف أكثر طموحاً لأنفسهم، كما يوجد إطار مؤثر آخر هو نظرية ماسلو (Maslow) الهرمية للحاجات التي تقترح أنه يجب تلبية الحاجات الفسيولوجية الأساسية للفرد قبل أن يتمكن من السعي لتحقيق تطلعات أعلى مستوى مثل تحقيق الذات أو النمو الشخصي (Ahmed & Ganai, 2012, p.65).

- العوامل المؤثرة في مستوى الطموح:

هناك الكثير من العوامل التي تؤثر في مستوى طموح الفرد، فالخصائص الشخصية مثل تقدير الذات، ومركز السيطرة أو التحكم، والسمات الشخصية يمكن أن تؤثر بشكل كبير على دوافع الفرد وميول تحديد الأهداف، فعلى سبيل المثال، قد يضع الأفراد الذين يتمتعون بتقدير كبير للذات أهدافاً أكثر طموحاً لأنفسهم مقارنة بأولئك الذين يعانون من انخفاض تقدير الذات. كذلك فإن التأثيرات الاجتماعية والثقافية تؤدي أيضاً دوراً حاسماً في تشكيل مستوى طموح الفرد، إذ يمكن للمعايير الثقافية والتوقعات المجتمعية والقيم العائلية أن تدعم أو تعيق السعي لتحقيق أهداف معينة، وفضلاً عن ذلك، يمكن للعوامل البيئية مثل الوصول إلى الموارد والفرص التعليمية والوضع الاجتماعي والاقتصادي أن تؤثر على تطلعات الفرد إما عن طريق تسهيل أو تقييد قدرته على تحقيق أهداف معينة (Chauhan, 2014, p.38).

- **قياس وتقويم مستوى الطموح:** يعد قياس مستوى طموح الفرد أمراً ضرورياً لفهم العمليات الدافعية بدقة، ولقد استخدمت أساليب مختلفة لتقويم هذا البناء، فإن أحد الأساليب الشائعة هي إجراءات التقرير الذاتي التي تتضمن قيام الأفراد بتقييم تطلعاتهم على مقاييس أو استبيانات، أيضاً فإن طرق الملاحظة أو المراقبة هي طريقة أخرى لتقييم مستوى الطموح، فقد يلاحظ الباحثون سلوك الأفراد في مهام أو مواقف محددة لاستنتاج مستويات دافعيتهم بشكل غير مباشر، ومن المهم هنا أن ملاحظة أن كل طريقة لها نقاط القوة والضعف الخاصة بها، إذ توفر مقاييس التقرير الذاتي رؤية قيمة حول التجارب الشخصية للأفراد ولكنها قد تكون عرضة للتحيز أو الاستجابة المرغوبة اجتماعياً، من ناحية أخرى، توفر طرق المراقبة بيانات أكثر موضوعية ولكنها قد لا تلتقط جميع جوانب دوافع الفرد بسبب تحيز المحتمل للمراقب أو الملاحظ (Pajares & Schunk, 2001, p.240).

- تطبيقات وتداعيات مستوى الطموح:

إن فهم مفهوم مستوى الطموح له تطبيقات عملية كبيرة في مجالات مختلفة مثل التعليم والتطوير الوظيفي، ففي سياق البيئات التعليمية، يمكن أن تساعد المعرفة بمستوى طموح الطلبة على تصميم استراتيجيات تعليمية تعزز الحافز الجوهري وتعزز التحصيل الأكاديمي لديهم، وفي سياق التطوير الوظيفي، فإن التعرف على مستوى طموح الفرد يمكن أن يساعد المسؤولين أو المدراء أو المستشارين المهنيين في العمل في توجيه الأفراد نحو المسارات المهنية المناسبة بناءً على اهتماماتهم وتطلعاتهم، وفضلاً عن ذلك، يمكن للمؤسسات الاستفادة من الرؤى المستمدة من الأبحاث حول مستوى الطموح في مكان العمل لتصميم أنظمة فعالة لإدارة الأداء وتعزيز اندماج الموظفين، ومن خلال مواءمة تطلعات الأفراد مع الأهداف التنظيمية، يمكن لأصحاب العمل خلق بيئة عمل محفزة تعزز الإنتاجية والرضا الوظيفي. واستناداً لما تقدم، يعد مستوى الطموح بناءً حاسماً في علم النفس يشمل الأهداف الشخصية للفرد، والدافع، والتوجه نحو الإنجاز، وعلى مر التاريخ، قدم الباحثون والمنظرون مساهمات كبيرة في شرح هذا المفهوم، إذ تؤثر عوامل مثل الخصائص الشخصية والتأثيرات الاجتماعية والثقافية والعوامل البيئية على مستوى طموح الفرد، من خلال دراسة مستوى الطموح في علم النفس، يمكن اكتساب رؤى قيمة حول الدوافع البشرية التي يمكن استخدامها لتعزيز مستويات تحفيز الأفراد وتحسين الإنجاز العام (Dwivedi, 2012, p.7).

- بعض النظريات المفسرة لمستوى الطموح:

١- نظرية هرم ماسلو للحاجات:

إن نظرية هرم ماسلو للحاجات هي نظرية اقترحها عالم النفس أبراهام ماسلو، والتي تشير إلى أنه يمكن تصنيف حاجات الإنسان إلى تسلسل هرمي من خمسة مستويات، ابتداءً من الحاجات الفسيولوجية الأساسية التي تقع في المستوى الأسفل من الهرم (مثل الغذاء والماء والمأوى) وانتهاءً بحاجات تحقيق الذات التي تقع في المستوى الأعلى من الهرم (مثل حاجات الانتماء والاحترام وتحقيق الذات)، ووفقاً لماسلو، يتم تحفيز الأفراد لتلبية هذه الحاجات بترتيب تسلسلي، حيث تصبح الحاجات ذات المستوى الأعلى مهمة فقط بعد تلبية احتياجات المستوى الأدنى الأساسية، ومن ناحية أخرى، يشير مستوى الطموح إلى مستوى الإنجاز أو النجاح المرغوب للفرد وغالباً ما يستخدم هذا المفهوم في سياق تحديد الأهداف والتنمية الشخصية، حيث يحدد الأفراد تطلعاتهم بناءً على قدراتهم الملموسة ومستوى النجاح الذي يأملون في تحقيقه



(Kaur,2012,p.39). ووفقاً لتسلسل ماسلو الهرمي للاحتياجات، هناك خمسة مستويات للطموح:

١. الحاجات الفسيولوجية: وهي الحاجات الأساسية، مثل الغذاء والماء والمأوى، والتي يجب إشباعها من أجل البقاء.
 ٢. حاجات السلامة: بمجرد تلبية الحاجات الفسيولوجية، يركز الأفراد على السلامة والأمن، بما في ذلك السلامة الجسدية والأمن المالي والبيئة المستقرة.
 ٣. حاجات الحب والانتماء: بمجرد تلبية حاجات السلامة، يبحث الأفراد عن الحب والمودة والشعور بالانتماء من الأسرة والأصدقاء والمجتمع.
 ٤. حاجات التقدير: بعد تلبية حاجات الحب والانتماء، يسعى الأفراد إلى الحصول على تقدير الذات والاعتراف والاحترام من الآخرين.
 ٥. حاجات تحقيق الذات: على أعلى مستوى من الطموح، يسعى الأفراد إلى تحقيق إمكاناتهم وتحقيق النمو الشخصي، والسعي لتحقيق أهداف ذات معنى.
- ووفقاً للنظرية، يتم تحفيز الأفراد للتقدم عبر مستويات الطموح هذه، حيث تصبح الحاجات ذات المستوى الأعلى مهمة بمجرد تلبية حاجات المستوى الأدنى، ومع ذلك، قد يواجه الأفراد أيضاً انتكاسات أو يتراجعون إلى مستويات أقل من الطموح إذا لم يتم تلبية احتياجاتهم باستمرار (Singh,2011,p.25).

٢ - نظرية التعلم الاجتماعي لباندورا:

وفقاً لنظرية باندورا للتعلم الاجتماعي، يشير مستوى الطموح إلى أهداف الفرد وتوقعاته بشأن أدائه، واقتُرحت النظرية أن الأفراد يتأثرون بطموحات وإنجازات الآخرين، وأنهم غالباً ما يحددون أهدافهم ومعاييرهم بناءً على إنجازات من حولهم، وأشارت النظرية إلى أن الأفراد هم أكثر عرضة لوضع تطلعات أعلى لأنفسهم إذا لاحظوا الآخرين يحققون أهدافاً مماثلة، وهذا يعني أن الأفراد يتأثرون بنجاحات وإخفاقات الآخرين، وأنهم يعدلون تطلعاتهم الخاصة بناءً على إمكانية تحقيق أهداف معينة. وضمن سياق التعلم الاجتماعي، يعد مستوى الطموح مهماً لأنه يساعد في توضيح كيفية تطوير الأفراد لأهدافهم ومعاييرهم الخاصة من خلال الملاحظة والمقارنة الاجتماعية، إذ ترى النظرية أن الأفراد يتحفزون لتحقيق مستويات أعلى من الأداء عندما يرون الآخرين ناجحين، وأنهم أكثر عرضة لوضع طموحات أقل لأنفسهم إذا لاحظوا فشل الآخرين، وبشكل عام، يعد مستوى الطموح مفهوماً أساسياً في نظرية باندورا للتعلم الاجتماعي، حيث

يساعد في توضيح كيفية تطوير الأفراد لأهدافهم وتوقعاتهم الخاصة من خلال الملاحظة والمقارنة الاجتماعية مع الآخرين (Kaur,2012,p.41).

المحور الثاني: - السعادة النفسية:

- مقدمة:

تعد السعادة النفسية جانباً مهماً من الرفاهية العامة التي تؤدي دوراً مهماً في حياة الأفراد، وضمن سياق طلبة الدراسات العليا، الذين غالباً ما يكونون مثقلين بالضغوط الأكاديمية والمسؤوليات العديدة، تصبح دراسة السعادة النفسية أكثر أهمية، إذ تشير السعادة النفسية إلى حالة من الرفاهية الذاتية التي تتميز بالمشاعر الإيجابية، والرضا عن الحياة، وتحقيق الأهداف والرغبات، والشعور العام بالرضا وهي تشمل أبعاداً أو مكونات متعددة مثل العاطفة الإيجابية (تجربة المشاعر الإيجابية)، والرضا عن الحياة (تقييم حياة الفرد بشكل إيجابي)، والرفاهية الجيدة (إيجاد المعنى والهدف في الحياة)، وغالباً ما يعتمد قياس أو تقييم السعادة النفسية على استبيانات التقرير الذاتي التي تلتقط هذه الأبعاد المختلفة (Qasem & Abdullah,2018,p.83).

- العوامل المؤثرة في السعادة النفسية لدى طلبة الدراسات العليا:

هناك عوامل كثيرة يمكن أن تؤثر على السعادة النفسية لطلبة الدراسات العليا، إذ إن أحد هذه العوامل الأساسية هو الضغط الأكاديمي الناجم عن متطلبات المقررات الدراسية الصعبة نسبياً، وضغوط عمل البحث العلمي، والمواعيد النهائية لتسليم البحث، والتوقعات المرتفعة من المشرفين تجاه الطالب، وفضلاً عن ذلك، يؤدي الدعم الاجتماعي دوراً حيوياً في تشكيل السعادة النفسية، فإن وجود علاقات قوية للطلبة مع أقرانهم أو الموجهين لهم (المشرفين) يوفر الدعم العاطفي خلال الأوقات الصعبة، أيضاً يؤثر التوازن بين العمل والحياة أيضاً على السعادة النفسية، فإن إيجاد الوقت للأنشطة الترفيهية أو الهوايات خارج النطاقات الأكاديمية يمكن أن يعزز الرفاهية العامة (Al-Jundi & Sayed's,2009,p.26). وتدعم الأدلة التجريبية تأثير هذه العوامل على السعادة النفسية لطلبة الدراسات العليا، فعلى سبيل المثال، في دراسة أجراها ليفيك وآخرون (Levecque et al. (2017 توصلت إلى أن المستويات المرتفعة من التوتر أو الاجهاد الأكاديمي ارتبطت بانخفاض الرفاهية وزيادة أعراض القلق والاكتئاب بين طلبة الدكتوراه، ومن ناحية أخرى، أظهرت الأبحاث أن الدعم الاجتماعي يعمل بوصفه عاملاً وقائياً ضد الضائقة النفسية ويعزز المزيد من السعادة، وفضلاً عن ذلك، تم ربط الحفاظ على توازن صحي بين

العمل والحياة بمستويات أعلى من الرفاهية النفسية لدى طلبة الدراسات العليا (Muhammad et al.,2022,p.39).

- **السعادة النفسية والأداء الأكاديمي:** ترتبط السعادة النفسية ارتباطاً وثيقاً بالأداء الأكاديمي لدى طلبة الدراسات العليا، إذ اشارت الأبحاث إلى أن الأفراد الذين يعانون من انخفاض الصحة النفسية قد يعانون أكاديمياً بسبب انخفاض الدافع، ونقص التركيز، وضعف الأداء المعرفي، وعلى العكس من ذلك، يميل أولئك الذين يتمتعون بمستويات أعلى من السعادة النفسية إلى إظهار مهارات أفضل في حل المشكلات والإبداع والمرونة عند مواجهة التحديات الأكاديمية، وقد سلط الكثير من الدراسات الضوء على أهمية السعادة النفسية للنجاح الأكاديمي في الدراسات العليا، فعلى سبيل المثال، في دراسة طولية أجراها شيرنوف وآخرون (2016) Shernoff al. et توصلت الى أن المشاعر الإيجابية تنبأت بدرجات أعلى مع مرور الوقت بين طلبة الدراسات العليا، وفضلا عن ذلك، اظهر التحليل العاملي الذي أجراه بولير وآخرون (2013) Bolier et al. وجود علاقة إيجابية كبيرة بين الرفاهية الذاتية ومؤشرات مختلفة للأداء الأكاديمي والوظيفي (Anton & Evgeniya,2023,p.167).

- **استراتيجيات التوافق لتعزيز السعادة النفسية لدى طلبة الدراسات العليا:** هناك الكثير من استراتيجيات التوافق التي يمكن أن تساعد طلبة الدراسات العليا على تعزيز سعادتهم النفسية وسط متطلبات دراستهم، إذ تتمثل الاستراتيجية الأولى بممارسة تقنيات اليقظة الذهنية مثل التأمل أو تمارين التنفس التي تعزز الوعي الذاتي والتنظيم العاطفي، كما يعد البحث عن الدعم الاجتماعي من الأقران أو المشرفين استراتيجية فعالة أخرى، ويساعد تبادل الخبرات أو الاهتمامات على تخفيف التوتر وتعزيز مشاعر الانتماء، كما ان مهارات إدارة الوقت ضرورية لتحقيق التوازن بين العمل والحياة، فإن تحديد أهداف واقعية، وتحديد أولويات المهام بشكل فعال، وأخذ فترات راحة منتظمة يمكن أن يمنع الإرهاق ويعزز الرفاهية العامة، فضلا عن ان الانخراط في التمارين البدنية أو المشاركة في الأنشطة الترفيهية خارج الأوساط الأكاديمية أمراً ضرورياً للاسترخاء وتجديد النشاط (Levecque et al.,2017,p.869).

- **تحديات ومعوقات تحقيق السعادة النفسية لدى طلبة الدراسات العليا:** يواجه طلبة الدراسات العليا في كثير من الأحيان تحديات مختلفة تعيق قدرتهم على تحقيق السعادة النفسية فان أحد هذه التحديات هو متلازمة الشك، حيث يعاني الأفراد من الشك الذاتي والخوف المستمر من التعرض للاخفاق على الرغم من إنجازاتهم، وهذا يمكن أن يؤدي إلى مشاعر عدم الكفاءة والقلق وانخفاض مستويات الصحة النفسية. كما يشكل عبء العمل المرتفع

عائقًا كبيرًا آخر، فغالبًا ما يشعر طلبة الدراسات العليا بالإرهاق بسبب الحجم الهائل للمهام التي يحتاجون إلى إكمالها ضمن أطر زمنية محدودة، إذ يمكن أن يؤدي ذلك إلى زيادة مستويات التوتر وتقليل فرص ممارسة الأنشطة الترفيهية أو الرعاية الذاتية، كما تعد العزلة تحديًا آخر يواجهه طلبة الدراسات العليا بسبب الطبيعة الانفرادية للعمل البحثي أو قلة التفاعل الاجتماعي مع أقرانهم، إذ يمكن أن تؤثر مشاعر الوحدة سلبيًا على السعادة النفسية والرفاهية العامة، وللتغلب على هذه التحديات، يمكن للجامعات تنفيذ تدخلات مثل تقديم ورش عمل أو مجموعات دعم تركز على معالجة متلازمة الشك، فقد يساعد تقديم برامج التدريب على إدارة الوقت الطلبة في إدارة عبء العمل بشكل فعال مع الحفاظ على التوازن بين العمل والحياة، ويؤدي إنشاء مساحات مشتركة أو تنظيم المناسبات الاجتماعية إلى تعزيز الروابط بين طلبة الدراسات العليا، مما يقلل من مشاعر العزلة (Negovan, 2010, p.87).

وعليه، فإنه يمكن القول إن دراسة السعادة النفسية لدى طلبة الدراسات العليا أمر بالغ الأهمية لتعزيز رفاههم العام ونجاحهم الأكاديمي، ومن خلال فهم أبعادها، وتحديد العوامل المؤثرة، والتعرف على علاقتها بالأداء الأكاديمي، واستكشاف استراتيجيات المواجهة، ومعالجة التحديات التي يواجهها طلبة الدراسات العليا في تحقيقها، يمكن للجامعات خلق بيئة أكثر ملاءمة تدعم السعادة النفسية بين هذه الفئة من الطلبة، إذ يجب أن تركز الأبحاث المستقبلية على تطوير برامج دعم الصحة العقلية المصممة خصيصًا لطلبة الدراسات العليا لضمان الصحة النفسية المثلى طوال رحلتهم التعليمية.

- بعض النظريات المفسرة للسعادة النفسية:

١- نظرية السعادة والازدهار:

تركز هذه النظرية على السعي وراء المعنى والهدف في الحياة كعنصر أساسي للسعادة وتؤكد على أهمية النمو الشخصي، وتحقيق الذات، وتحقيق إمكانات الفرد بوصفها مصادر للسعادة، وتقتصر النظرية أن السعادة مشتقة من السعي وراء المتعة وتجنب الألم، وتؤكد على دور المشاعر الإيجابية، مثل الفرح والإثارة والرضا، في المساهمة في السعادة الشاملة (Evans et al., 2018, p.284).

٢- نظرية الرفاهية الذاتية:

تفترض هذه النظرية أن السعادة هي بمثابة تقييم شخصي لرضا الفرد عن حياته ورفاهيته بشكل عام وتؤكد على دور التصورات والمواقف الفردية في تحديد السعادة، وبالنسبة لهذه النظرية، فإن السعادة تتضمن عوامل مثل المشاعر الإيجابية، والرضا عن الحياة، والشعور بالهدف، كما تؤكد

النظرية على أهمية الاستقلالية والكفاءة والارتباط في تعزيز السعادة وتفترض أن الأفراد يكونون أكثر سعادة عندما يشعرون بالسيطرة على حياتهم، والكفاءة في قدراتهم، والتواصل مع الآخرين بطرق ذات معنى (Qasem & Abdullah, 2018, p.84).

- دراسات سابقة:

١- دراسات تناولت مستوى الطموح:-

- شبير (٢٠٠٥):

(دراسة لمستوى الطموح وعلاقته ببعض المتغيرات في ضوء الثقافة السائدة لدى طلبة الجامعة الإسلامية بغزة)

جرت الدراسة في الجامعة الإسلامية في فلسطين وهدفت الى تعرف مستوى الطموح وعلاقته بمستوى الذكاء لدى طلبة الجامعة الإسلامية بغزة، وبلغت عينة الدراسة (٣٧٠) طالبا وطالبة جرى اختيارها بطريقة عشوائية، وتبنت الدراسة مقياس مستوى الطموح للراشدين، وتوصلت الى ان طلبة الجامعة من عينة البحث لديهم مستوى مرتفعا من الطموح والذكاء ووجود علاقة ارتباطية بين مستوى الطموح والذكاء (شبير، ٢٠٠٥، ص ٢).

- دراسة سويد (٢٠١٢):

(تقدير مستوى الطموح الغيري والنظرة التكاملية للسلوك الإنساني - دراسة نظرية تفسيرية تحليلية) جرت الدراسة في جامعة المنوفية في مصر وهدفت الى تعرف مستوى الطموح الغيري والنظرة التكاملية للسلوك الإنساني، وبلغت عينة الدراسة (٦٨٥) طالبا وطالبة جرى اختيارها بطريقة عشوائية، وتبنت الدراسة مقياس الطموح الغيري، وتوصلت الى ان طلبة الجامعة من عينة البحث لديهم طموحا غيريا وان مستوى الطموح الغيري يمثل احد اهم متغيرات الشخصية (سويد، ٢٠١٢، ص ٢٢).

- دراسة عيسى (٢٠٢٢):

(مستوى الطموح الغيري وعلاقته بالسعادة النفسية لدى طلاب كلية الاقتصاد المنزلي جامعة المنوفية)

جرت الدراسة في جامعة المنوفية في مصر وهدفت الى تعرف مستوى الطموح الغيري وعلاقته بالسعادة النفسية لدى طلبة كلية الاقتصاد المنزلي في جامعة المنوفية، وبلغت عينة الدراسة (٢٣٠) طالبا وطالبة تم اختيارها بالطريقة العشوائية، وأعدت الدراسة مقياس السعادة النفسية وتبنت مقياس الطموح الغيري، وتوصلت الى ان الطلبة لديهم مستوى متوسط من الطموح الغيري



والسعادة النفسية ووجود علاقة ارتباطية بين مستوى الطموح الغيري والسعادة النفسية (عيسى، ٢٠٢٢، ص ١٨٧).

٢- السعادة النفسية:-

- دراسة سماوي، وشاهين (٢٠٢١):

(السعادة النفسية وعلاقتها بمستوى الطموح لدى طلبة مدارس الملك عبد الله الثاني للتميز في الاردن)

جرت الدراسة في جامعة البلقاء التطبيقية في الاردن وهدفت الى تعرف السعادة النفسية ومستوى الطموح لدى طلبة مدارس الملك عبد الله الثاني للتميز، وبلغت عينة الدراسة (٢٨٧) طالبا وطالبة تم اختيارها بالطريقة العشوائية، وتبنت الدراسة مقياسي السعادة النفسية ومستوى الطموح، وتوصلت الى ان الطلبة لديهم مستوى متوسط مرتفع من السعادة النفسية والطموح، فضلا عن وجود علاقة ارتباطية موجبة بين السعادة النفسية ومستوى الطموح (سماوي، وشاهين، ٢٠٢١، ص ١١٦٣).

- دراسة آلانس وسيث (2008): Alans & Seth:

(تأثير اثنين من مفاهيم السعادة على فهم الدافعية الذاتية لدى طلبة الجامعة)

جرت الدراسة في جامعة تكساس في الولايات المتحدة وهدفت الى تعرف السعادة النفسية لدى الطلبة، وبلغت عينة الدراسة (١٠٨٢) طالبا وطالبة، وقد تبنت الدراسة مقياس السعادة النفسية واستخراج الخصائص السيكمترية له، وتوصلت الى وجود سعادة نفسية لدى الطلبة ووجود علاقة ارتباطية بين السعادة النفسية والدافعية الذاتية (سماوي، وشاهين، ٢٠٢١، ص ١١٦٦).

الفصل الثالث: منهج البحث واجراءاته

- منهج البحث:

بما أن البحث الحالي يهدف إلى تعرف العلاقة الارتباطية بين مستوى الطموح والسعادة النفسية لدى طلبة الدراسات العليا، فقد اعتمدت الباحثة المنهج الوصفي الارتباطي في البحث، وذلك لأنه يتلائم وطبيعة البحث، إذ أنه يعطينا وصفاً دقيقاً للظاهرة المدروسة ولا يقتصر على جمع البيانات والحقائق وتصنيفها وتبويبها، بل يتضمن كذلك قدراً من التفسير لهذه النتائج من أجل الوصول لتعميمات بشأن الظاهرة المدروسة (صابر، وخفاجة، ٢٠٠٢: ٨٧).

- مجتمع البحث وعينته:

تألف مجتمع البحث الحالي من طلبة الدراسات العليا من الذكور والاناث في كلية التربية للعلوم الإنسانية- جامعة بابل حيث بلغ مجتمع البحث الكلي (٨٩) طالبا وطالبة، كما اشتملت عينة البحث الاساسية على جميع افراد مجتمع البحث وجدول (١) يبين ذلك.

جدول (١)

يمثل عدد افراد مجتمع البحث وعينته الاساسية

القسم	ذكور	اناث	المجموع
اللغة الانكليزية	٩	١٣	٢٢
العلوم التربوية والنفسية	٦	٧	١٣
اللغة العربية	١٣	٨	٢١
التاريخ	٦	٩	١٥
الجغرافية	٧	١١	١٨
المجموع	٤١	٤٨	٨٩

- اداتا البحث:

لتحقيق اهداف البحث، فقد تطلب ذلك تبني اداتان لتعرف مستوى الطموح والسعادة النفسية لدى طلبة الدراسات العليا، وبعد اطلاع الباحثة على الدراسات ذات الصلة بمتغير مستوى الطموح فقد تبنت مقياس مستوى الطموح المعد من قبل خضراوي (٢٠١٦) لطلبة الجامعة، اذ تالف المقياس من (٣٦) فقرة، وثلاثة بدائل للإجابة امام كل فقرة هي (تنطبق دائما، تنطبق احيانا، لا تنطبق ابدا) بمتوسط فرضي بلغ (٧٢) درجة. ولغرض التحقق من الخصائص السيكمترية له، فقد تم التحقق من الصدق عبر عرض فقرات المقياس على عدد من المحكمين من قسم العلوم التربوية والنفسية والذين اظهروا موافقتهم على جميع الفقرات، اما الثبات فتم استخراج بطريقتي التجزئة النصفية اذ تم استخراج معامل ارتباط بيرسون الذي بلغ (٠.٨٠) وباستعمال معادلة سبيرمان- براون لغرض استخراج ثبات المقياس ككل بلغ معامل الثبات (٠.٨٨).

اما مقياس السعادة النفسية، فقد تبنت الباحثة مقياس سماوي، وشاهين (٢٠٢١) المعد لطلبة الجامعة والذي تالف من (٤٠) فقرة، وخمسة بدائل للإجابة امام كل فقرة هي (أوافق بشدة، اوافق، محايد، لا اوافق، لا اوافق بشدة) بمتوسط فرضي بلغ (١٢٠) درجة. ولغرض التحقق من الخصائص السيكمترية له، فقد تم التحقق من الصدق عبر عرض فقرات المقياس على نفس

مجموعة المحكمين لمقياس مستوى الطموح والذين اظهروا موافقتهم على جميع الفقرات، اما الثبات فقد تم استخراجه بطريقة إعادة تطبيق الاختبار، اذ تم تطبيق الاختبار على عينة مقدارها (١٥) فردا من افراد مجتمع البحث الكلي ومن غير عينة البحث الاساسية، ثم اعيد تطبيقه على ذات العينة بعد مرور (١٥) يوما وعبر استعمال معامل ارتباط بيرسون بين التطبيقين الأول والثاني للمقياس تبين ان معامل الارتباط كان قد بلغ (٠.٨٤) وهو يعد معامل ثبات جيد.

- الوسائل الاحصائية:

معامل ارتباط بيرسون: لاستخراج الثبات بطريقة التجزئة النصفية وطريقة إعادة تطبيق الاختبار، فضلا عن تعرف العلاقة الارتباطية بين مستوى الطموح والسعادة النفسية لدى افراد عينة البحث الحالي.

معادلة سبيرمان- براون: لتصحيح معامل ارتباط بيرسون لكل الاختبار بغرض استخراج معامل الثبات.

الاختبار التائي لعينة واحدة: لتعرف مستوى الطموح والسعادة النفسية لدى افراد عينة البحث الحال.

الفصل الرابع

عرض النتائج وتفسيرها ومناقشتها

- الهدف الأول:- تعرف مستوى الطموح لدى طلبة الدراسات العليا.

بغرض تحقيق الهدف الأول، استعملت الباحثة الاختبار التائي لعينة واحدة حيث بلغ المتوسط الحسابي (٧٥.٢٧) وبانحراف معياري (١.٩١)، وبلغت القيمة التائية المحسوبة (١٦.٣٥) وهي اكبر من القيمة التائية الجدولية البالغة (١.٩٨) عند مستوى دلالة (٠.٠٥) ودرجة حرية (٨٨) وجدول (٢) يبين ذلك.

جدول (٢)

يبين القيمة التائية المحسوبة والجدولية لمقياس مستوى الطموح

المتغير	العينة	الوسط الحسابي	الوسط الفرضي	الانحراف المعياري	القيمة التائية		مستوى الدلالة
					المحسوبة	الجدولية	
مستوى الطموح	٨٩	٧٥.٢٧	٧٢	١.٩١	١٦.٣٥	١.٩٨	٠.٠٥

يظهر من الجدول (٢) ان القيمة التائية المحسوبة والبالغة (١٦.٣٥) هي اكبر من القيمة التائية الجدولية البالغة (١.٩٨) عند مستوى دلالة (٠.٠٥) ودرجة حرية (٨٨) وهذا يشير

مستوى الطموح وعلاقته بالسعادة النفسية لدى طلبة الدراسات العليا

الى وجود فرق دال احصائيا، ومن ثم يمكن القول بان طلبة الدراسات العليا لديهم مستوى مرتفع من الطموح، ويمكن تفسير هذه النتيجة وفقا لنظرية هرم ماسلو للحاجات حيث ان طلبة الدراسات العليا لديهم تحقق كامل للحاجات الأساسية التي تقع في قمة الهرم، ومن ثم وبعد تحقيق هذه الحاجات الأساسية اصبح لديهم مستوى ونوع اخر من الطموح والذي يمثل المستوى الأعلى من الحاجات او الطموحات اذ يتم تحفيز الأفراد للتقدم عبر مستويات الطموح هذه، حيث تصبح الحاجات ذات المستوى الأعلى مهمة ويسعى الفرد الى تحقيقها بمجرد تلبية حاجات المستوى الأدنى، كما ترى الباحثة أن مستوى الطموح ودرجته يمكن ان يعتمد على قدرة الفرد العقلية، فكلما كان الفرد أكثر قدرة في القيام بتحقيق أهداف أبعد وأكثر صعوبة، كلما كانت قدرته العقلية تزداد بازدياد العمر حتى يصل إلى مستوى معين، وتتفق نتيجة هذا الهدف مع نتيجة دراسة كل من شبير (٢٠٠٥)، سويد (٢٠١٢)، وعيسى (٢٠٢٢) التي اشارت جميعها الى امتلاك طلبة الجامعة الطموح.

- الهدف الثاني:- تعرف السعادة النفسية لدى طلبة الدراسات العليا.

بغرض تحقيق الهدف الثاني، استعملت الباحثة الاختبار التائي لعينة واحدة حيث بلغ المتوسط الحسابي (١٢٦.١٤) وبانحراف معياري (١.٨٧)، وبلغت القيمة التائية المحسوبة (٣٢.٣١) وهي اكبر من القيمة التائية الجدولية البالغة (١.٩٨) عند مستوى دلالة (٠.٠٥) ودرجة حرية (٨٨) وجدول (٣) يبين ذلك.

جدول (٣)

يبين القيمة التائية المحسوبة والجدولية لمقياس السعادة النفسية

المتغير	العينة	الوسط الحسابي	الوسط الفرضي	الانحراف المعياري	القيمة التائية		مستوى الدلالة
					المحسوبة	الجدولية	
السعادة النفسية	٨٩	١٢٦.١٤	١٢٠	١.٨٧	٣٢.٣١	١.٩٨	دال

يظهر من الجدول (٣) ان القيمة التائية المحسوبة والبالغة (٣٢.٣١) هي اكبر من القيمة التائية الجدولية البالغة (١.٩٨) عند مستوى دلالة (٠.٠٥) ودرجة حرية (٨٨) وهذا يشير الى وجود فرق دال احصائيا، ومن ثم يمكن القول بوجود سعادة نفسية لدى طلبة الجامعة من عينة البحث الحالي، وقد يفسر ذلك وفقا لنظرية السعادة والازدهار التي ترى ان الافراد (وخاصة طلبة الدراسات العليا) يركزون على السعي وراء المعنى والهدف في الحياة وأهمية النمو الشخصي، وتحقيق الذات، وتحقيق إمكانات الفرد بوصفها مصادر للسعادة، فضلا عن ان طلبة



الدراسات العليا وفقا لنظرية الرفاهية الذاتية يشعرون بمشاعر إيجابية، ورضا عن الحياة، ولديهم إحساس بالهدف، ويتصفون بالاستقلالية، ولذا فانهم يشعرون بالسيطرة على حياتهم، والكفاءة في قدراتهم، والتواصل مع الآخرين بطرق ذات معنى. ومن جانب آخر، تفسر الباحثة هذه النتيجة بالقول ان طلبة الدراسات العليا هم في مرحلة دراسية متقدمة ونهائية وهذا يزيدهم شعورا بالفخر وتقدير الذات الذي يؤدي بدوره الى شعور الفرد بالبهجة والاستمتاع والوصول إلى درجة من الرضا عن الحياة، فضلا عن أن هذه الفئة من الطلبة مدفوعون نحو المطالبة بالكمال مما يؤثر على الأفكار الإيجابية التي يمتلكها طلبة الدراسات العليا ومن ثم شعورهم بالسعادة النفسية. وتتشابه نتيجة هذا الهدف مع نتيجة دراسة سماوي، وشاهين (٢٠٢١)، ودراسة آلانس وسيث (2008) Alans & Seth. اللتان اشارتا الى وجود سعادة نفسية لدى الطلبة من عينة البحث.

- الهدف الثالث:- تعرف العلاقة الارتباطية بين مستوى الطموح والسعادة النفسية لدى طلبة الدراسات العليا.

بغرض تعرف العلاقة الارتباطية بين مستوى الطموح والسعادة النفسية لدى افراد عينة البحث، استعملت الباحثة معامل ارتباط بيرسون حيث بلغ معامل الارتباط (٠.٦٧)، ولغرض تعرف دلالة معنوية معامل الارتباط المحسوب استعملت الباحثة الاختبار التائي الخاص بمعامل ارتباط بيرسون وكما مبين في جدول (٤).

جدول (٤)

يبين القيمة التائية لمعامل الارتباط بين مستوى الطموح والسعادة النفسية

المتغير	العينة	معامل الارتباط	القيمة التائية المحسوبة	القيمة التائية الجدولية	مستوى الدلالة
مستوى الطموح والسعادة النفسية	٨٩	٠.٦٧	٨.٤١	١.٩٨	دال

يظهر من جدول (٤) ان القيمة التائية المحسوبة والبالغة (٨.٤١) هي اكبر من القيمة التائية الجدولية البالغة (١.٩٨) عند مستوى دلالة (٠.٠٥) ودرجة حرية (٨٧) وهذا يشير الى وجود فرق دال احصائيا، ومن ثم يمكن القول بوجود علاقة ارتباطية بين مستوى الطموح والسعادة النفسية، حيث ان مستوى الطموح وتحقيق هذه الطموحات يمكن ان يجلب او يحقق السعادة النفسية لدى الفرد، وهذه النتيجة هي طبيعية كما ترى الباحثة حيث ان طموح الطالب

مستوى الطموح وعلاقته بالسعادة النفسية لدى طلبة الدراسات العليا

ومستوى دافعيته لتحقيق أهدافه الأكاديمية وغيرها يمكن أن ينعكس بالإيجاب على شعوره بالسعادة النفسية، إذا ان ارتباط السعادة بالمشاعر والتفكير في الموقف يجعلها متصلة اتصالاً وثيقاً بإرادة الإنسان وطموحه، فكل إنسان يخلق سعادته بنفسه وإرادته وفق طريقته في التفكير ونظرته للأمور والأحداث. حيث جاءت هذه النتيجة مشابهة لنتيجة دراسة كل من عيسى (٢٠٢٢)، سماوي، وشاهين (٢٠٢١) اللتان توصلتا الى وجود علاقة ارتباطية موجبة بين مستوى الطموح والسعادة النفسية لدى الطلبة من عينة البحث.

- التوصيات:

- ١- توصي الباحثة بضرورة تقديم البرامج الإرشادية والتوجيهية للطلبة حول كيفية تنمية مكونات السعادة النفسية.
 - ٢- تدريب الطلبة على كيفية مواجهة ضغوط الحياة والأحداث الضاغطة التي تسبب عدم السعادة.
 - ٣- استغلال مستوى الطموح لدى طلبة الدراسات العليا في مجالات أخرى مثل دورات الحاسوب والانترنت واللغات من أجل المحافظة على مستوى الطموح لديهم عبر تطوير قدراتهم في هذه المجالات وتمكينهم أكثر.
 - ٤- اشراك طلبة الدراسات العليا في اللجان والنشاطات المختلفة التي تقام داخل الحرم الجامعي.
- ### - المقترحات:

- ١- اجراء دراسة مماثلة حول مستوى الطموح على عينات أخرى مثل طلبة المرحلة المتوسطة والاعدادية.
- ٢- اجراء دراسات أخرى حول مستوى الطموح وعلاقته بمتغيرات أخرى مثل التنشئة الاجتماعية والخجل وأساليب معاملة الوالدين ومركز الضبط الداخلي - الخارجي.
- ٣- اجراء دراسة حول السعادة النفسية على عينات عمرية أخرى.
- ٤- دراسة السعادة النفسية من حيث ارتباطها بمتغيرات أخرى مثل الثقة بالنفس وقلق المستقبل والمسؤولية الاجتماعية.

المصادر العربية :

- نبيل، خضراوي. (٢٠١٦). "علاقة الضغط النفسي بمستوى الطموح لدى طلبة الماستر المقبلين على التخرج". رسالة ماجستير. جامعة محمد بوضياف. المسيلة. الجزائر.
- سماوي، فادي، و شاهين، حسان. (٢٠٢١). "السعادة النفسية وعلاقتها بمستوى الطموح لدى طلبة مدارس الملك عبد الله الثاني للتميز في الاردن". مجلة جامعة النجاح للأبحاث (العلوم الإنسانية). مجلد (٣٥). عدد (٧). الاردن.



شبير، توفيق محمد توفيق. (٢٠٠٥). "دراسة لمستوى الطموح وعلاقته ببعض المتغيرات في ضوء الثقافة السائدة لدى طلبة الجامعة الإسلامية بغزة". رسالة ماجستير. الجامعة الإسلامية. فلسطين.

سويد، جيهان علي السيد. (٢٠١٢). "تقدير مستوى الطموح الغيري والنظرة التكاملية للسلوك الإنساني - دراسة نظرية تفسيرية تحليلية". المجلة المصرية للدراسات النفسية. جامعة عين شمس. مجلد (٢٢). عدد (٧٤). مصر.

عيسى، أسماء عبد العزيز السيد. "مستوى الطموح الغيري وعلاقته بالسعادة النفسية لدى طلاب كلية الاقتصاد المنزلي جامعة المنوفية". مجلة بحوث التربية النوعية. عدد (٦٧). جامعة المنصورة. مصر.

صابر، فاطمة، وخفاجة، ميرفت. (٢٠٠٢). "أسس ومبادئ البحث العلمي". مكتبة ومطبعة الإشعاع. الإسكندرية. مصر.

Nabil, Khadrawi. (2016). "The relationship of psychological stress to the level of ambition among master's students about to graduate." Master's thesis. Mohamed Boudiaf University. Al-Masila. Algeria.

smawi, fadi, w shahin, hasan. (2021). "alsaeadat alnafsiat waealaqatuha bimustawaa altumuh ladaa talbat madaris almalik eabd allah althaani liltamayuz fi alardinu". majalat jamieat alnajah lil'abhath (aleulum al'iinsaniati). mujalad (35). eadad (7). alardn.

Shabir, Tawfiq Muhammad Tawfiq. (2005). "A study of the level of ambition and its relationship to some variables in light of the prevailing culture among students at the Islamic University of Gaza." Master's thesis. Islamic University. Palestine

Sweid, Jihan Ali Al-Sayed. (2012). "Estimating the level of altruistic ambition and the integrative view of human behavior - an interpretive and analytical theoretical study." Egyptian Journal of Psychological Studies. Ain Shams University. Volume (22). Number (74). Egypt.

Issa, Asma Abdel Aziz Al-Sayyed. "The level of altruistic ambition and its relationship to psychological happiness among students of the Faculty of Home Economics, Menoufia University." Journal of Specific Education Research. Number (67). Mansoura University. Egypt.

Saber, Fatima, and Khafaja, Mervat. (2002). "Foundations and principles of scientific research." Radiation Library and Press. Alexandria. Egypt

المصادر الأجنبية :

Ahmed, Hamid & Ganai (2012). "Self-concept, level of aspiration and academic achievement of physically challenged and normal students at secondary level district Barramulla". International Journal of Research on humanities and social science. 2(1): 61-66.

Jan, K. (2016). "To study the level of educational aspiration of the children of working and nonworking mothers". International journal of scientific Research & Education. 4(2): 4910- 4913.

Levecque, K., et al. (2017). "Work organization and mental health problems in PhD students". Research Policy. 46(4): 868-879.

Evans, T. M., et al. (2018). "Evidence for a mental health crisis in graduate education". Nature Biotechnology. 36(3): 282-284.

Robbins, S. B., et al. (2004). "Do psychosocial and study skill factors predict college outcomes? A meta-analysis". Psychological Bulletin. 130(2):261-288.



- Pajares, F., & Schunk, D. H. (2001). "Self-beliefs and school success: Self-efficacy, self-concept, and school achievement". In R. Riding & S. Rayner (Eds.), *International perspectives on individual differences* (pp. 239-265). Ablex Publishing.
- Muhammad Saad Mardan, et al. (2022). "The effectiveness of recreational activities in the psychological happiness of students". In *Journal of STEPS for Humanities and Social Sciences*.
- Anton Skolzkov & Evgeniya Efremova. (2023). "Impact of a Brief Mindfulness Training on Anxiety, Depression, and Subjective Happiness of the First-Year Psychology Students in Russia: Pilot Case Study of Ural Federal University". In *SAGE Open*.
- Kezia Olive, et al. (2022). "Gendered difference in motivational profiles, achievement, and STEM aspiration of elementary school students". In *Frontiers in Psychology* (Vol. 13).
- Kichukova, K. & Taneva, T. (2021). "Achievement motivation and attitude of medical laboratory assistants to continuing education". In *The Education and science journal*. (6):185-215.
- Jabir, H. (2012). "The Academic Climate and its relation to the level of ambition among the students of the Faculty of Fine Arts at Babel University". published study.
- Qasem, A. & Abdullah, M. (2018). "Psychological Happiness and its Relationship to Cognitive Flexibility and Self confidence among Graduate Students in Suhag University". *Educational Journal Suhag University*. 53(1): 79-145.
- Chauhan, S. (2008). "A factor analytical study of creativity, locus of control and level of aspiration in relation to academic achievement". Unpublished M. Phil. Dissertation. Himachal Pradesh University.
- Chauhan, S. (2014). "A study of creativity, level of aspiration and achievement motivation in relation to academic achievement". Unpublished Ph.D Thesis. Himachal Pradesh University.
- Dwivedi, V.(2012). "Relationship between level of aspiration and achievement in social sciences". *International Journal of Research in Engineering, IT and Social Sciences*. 2 (2):7.
- Kaur, P. (2012). "Educational Aspirations Of Adolescents In Relation To Their Level Of Intelligence". *International Multidisciplinary Journal*.(1): 37-43.
- Singh, Y.G., (2011). "A study of educational aspiration in secondary school students". *International Referred Research Journal*. 3:(25).
- Al-Jundi, E. & Sayed's, E. (2009). "Sources of Happiness and its Relation to the Emotional Intelligence of the Students of the Faculty of Education". Alexandria University, published study. *Egyptian Journal of Psychological Studies*.19. No. 62.
- Negovan, V. (2010). "Dimensions of student's psychosocial well – being and their measurement: Validation of a student's Psychosocial Well Being Inventory". *Europe's Journal of Psychology*. (2): 85-104.



مقياس مستوى الطموح

عزيزي الطالب- الطالبة:

يرجى تفضلكم بالإجابة على الاسئلة الآتية بما يناسبكم وذلك عبر اختيار البديل الذي ترونه مناسباً، علماً ان اجاباتكم هي لأغراض البحث العلمي فقط وسوف لا يطلع عليها احد سوى الباحثة.

مع الشكر والامتنان.....

ت	الفقرات	تنطبق دائماً	تنطبق احياناً	لا تنطبق ابداً
١	أسعى لتحقيق الأهداف التي رسمتها.			
٢	أعرف جيداً ما أريد أن أفعله.			
٣	إنني واثق من تحقيق أهدافي.			
٤	أستطيع التغلب على ما يواجهني من عقبات.			
٥	من الأفضل أن يضع الفرد أهدافاً بديله.			
٦	يشغلني التفكير في المستقبل.			
٧	أرى أن الحياة ستستمر مهما حدث.			
٨	أستطيع وضع أهداف واقعية في حياتي.			
٩	ينبغي الاستفادة من التجارب الفاشلة.			
١٠	أحدد أهدافي في ضوء إمكانياتي.			
١١	أشعر بالرغبة في الحياة.			
١٢	أتطلع إلى المستقبل.			
١٣	أسعى لتحقيق ما هو أفضل.			
١٤	لدى القدرة على تعديل أهدافي حسب الظروف.			
١٥	اعتقد أن توظيف التطورات التكنولوجية مطلوب.			
١٦	لديّ المقدرة على تحديد أهدافي.			
١٧	أستطيع توجيه إمكانياتي والاستفادة منها.			
١٨	ينبغي عدم الاستسلام للفشل.			

مستوى الطموح وعلاقته بالسعادة النفسية لدى طلبة الدراسات العليا

١٩	أشعر بالتفاؤل نحو المستقبل.		
٢٠	أستطيع استبدال أهدافي التي لا تتحقق.		
٢١	أعتقد أن الفشل أول خطوات النجاح.		
٢٢	ينتابني الشعور باليأس.		
٢٣	ينبغي أن يستعد الإنسان لمواجهة المستقبل بتحدياته.		
٢٤	أعتقد أن المعاناة تكون دافعاً للإنجاز.		
٢٥	لدى الرغبة في مواكبة التحولات الجوهرية التي يشهدها العالم.		
٢٦	أدرك أن الحياة متغيرة.		
٢٧	أجد صعوبة في تقبل كل ما هو جديد.		
٢٨	أرى أن التجديد أساس استمرارية الحياة بشكل جديد.		
٢٩	أؤمن أن كل ما هو جديد ناتج لمجهودات سابقة.		
٣٠	أجد صعوبة في تخطيط ما أقوم به من نشاط.		
٣١	أؤمن بأن بعد العسر يسر.		
٣٢	يشغلني التفكير في الماضي بمشكلاته.		
٣٣	أرغب في الإطلاع على كل ما هو جديد ومثير.		
٣٤	أسعى وراء المعرفة الجديدة.		
٣٥	أعتقد أنه لا يوجد وقت يشبه الحاضر.		
٣٦	أؤمن بالقول "رب ضارة نافعة".		

مقياس السعادة النفسية

عزيزي الطالب- الطالبة:

يرجى تفضلكم بالإجابة على الاسئلة الاتية بما يناسبكم وذلك عبر اختيار البديل الذي ترونه مناسباً، علماً ان اجاباتكم هي لأغراض البحث العلمي فقط وسوف لا يطلع عليها احد سوى الباحثة.

مع الشكر والامتنان.....

ت	الفقرات	أوافق بشدة	أوافق	محايد	لا أوافق	لا أوافق بشدة
١	أأخذ قراراتي دون الالتفات للضغوط الاجتماعية.					
٢	أغير من سلوكي وطريقة تفكيري حتى يمكنني إنجاز الأشياء.					
٣	لست مهتماً بالأنشطة التي تحسن من خبراتي.					
٤	لا يوجد في حياتي الكثير من الناس الذين يحبون الاستماع لي عندما أريد التحدث إليهم.					
٥	أستمتع بوضع خطط للمستقبل والعمل على تحقيقها في الواقع.					
٦	أشعر أن الكثير من الناس الذين أعرفهم قد استفادوا من الحياة أكثر مما استقدت.					
٧	أثق في رأيي حتى وإن كانت مخالفة لرأي الأغلبية.					
٨	أشعر بالارتباك والحيرة بشأن ما أتحملة من مسؤوليات.					
٩	أشعر بأنني تطورت وتحسنت كثيراً بمرور الوقت.					
١٠	أستمتع بتبادل الحديث مع أفراد أسرتي وأصدقائي.					
١١	تبدو أنشطتي اليومية تافهة وغير مهمة لي.					
١٢	عموماً أشعر بالثقة في نفسي وبالإيجابية عن نفسي.					
١٣	أشعر بالقلق بخصوص ما يعتقدونه الآخرون تجاهي.					
١٤	أدير معظم مسؤوليات حياتي اليومية بشكل جيد.					
١٥	عندما أفكر في الأمر أجد أنني لم أحسن كثيراً كشخص بمرور السنين.					
١٦	أشعر بالوحدة لوجود القليل من الأصدقاء المقربين الذين يمكن أن أعبر لهم عن اهتماماتي.					
١٧	أعمل جاهداً لتنفيذ الخطط التي أضعتها لنفسي.					
١٨	عندما أقارن نفسي بأصدقائي ومعارفي أشعر بالرضا عن حياتي.					
١٩	أغير قراراتي إذا عترض عليها أصدقائي أو أفراد أسرتي.					
٢٠	لا أشعر براحة مع الناس والمجتمع من حولي.					
٢١	أعتقد أنه من المهم المرور بخبرات جديدة تغير من الطريقة التي أفكر بها في ذاتي.					
٢٢	يبدو لي أن معظم الناس لديهم أصدقاء أكثر مني.					
٢٣	أركز على الحاضر لأن المستقبل يحمل لي مشكلات.					
٢٤	تقديري لذاتي ليست إيجابياً كشعور معظم الناس نحو أنفسهم.					
٢٥	أعبر عن رأيي بصراحة وإن كانت مخالفة.					
٢٦	أواجه صعوبة في ترتيب أمور حياتي بطريقة مرضية.					
٢٧	لا أريد أن أجرب طرقاً جديدة في عمل الأشياء فحياتي جميلة بحالتها الراهنة.					
٢٨	يصفني الناس بأنني شخص معطاء وعلى استعداد أن أشارك بوقتي مع الآخرين.					

٢٩	ليس لدي إحساس جيد عما أحاول إنجازه في الحياة.				
٣٠	ارتكبت بعض الأخطاء في الماضي، ولكنني أشعر بأن كل الأمور سارت على أفضل صورة.				
٣١	الشعور بالسعادة مع نفسي أكثر أهمية بالنسبة لي عن قبول الآخرين.				
٣٢	أستطيع خلق أسلوب حياة لنفسي يتفق كثيراً مع ما أحبه.				
٣٣	لا أستمتع بوجودي في مواقف جديدة تتطلب مني تغيير طريقي القديمة والمألوفة في أداء.				
٣٤	يرى معظم الناس أنني محب وعطوف.				
٣٥	أشعر بالرضا عند التفكير فيما حققته في حياتي.				
٣٦	للماضي تقلباته من خير وشر ولكني لا أريد تغييره عموماً.				
٣٧	من الصعب إبداء آرائي حول الموضوعات الجدلية.				
٣٨	أؤدي بشكل جيد في الأمور المالية والشؤون الشخصية.				
٣٩	الحياة بالنسبة لي عملية تعلم وتغير ونمو مستمر.				
٤٠	عندما أنظر إلى حياتي، أشعر بالسعادة لسير الأمر على النحو الذي سارت.				