

الهناء الذاتي وعلاقته بمستوى الطموح لدى طالبات المرحلة الثانوية

Subjective well-being and its relationship to the level of aspiration among Secondary school students

دعاء حافظ عباس شلبي¹

¹ باحثة دكتوراه- قسم علم النفس - كلية البنات للآداب والعلوم والتربية - جامعة عين شمس - مصر

تحت إشراف

أ.م.د/ عواطف إبراهيم شوكت²

² أستاذ علم النفس المساعد - كلية البنات - جامعة عين شمس - مصر

د/ حنان محمود زكي³

³ مدرس علم النفس التعليمي - كلية البنات - جامعة عين شمس - مصر

المستخلص:

هدفت الدراسة إلى التعرف على العلاقة الارتباطية بين الهناء الذاتي ومستوى الطموح لدى طالبات المرحلة الثانوية، وأيضاً التعرف على الفروق بين متوسطات درجات الطالبات في مقياس الهناء الذاتي في ضوء (التخصص الدراسي - الصف الدراسي) والتعرف على الفروق بين متوسطات درجات الطالبات على مقياس مستوى الطموح في ضوء (التخصص الدراسي - الصف الدراسي)، وتكونت عينة الدراسة من (120) طالبة من طالبات مدرسة ببيجام الثانوية بنات -إدارة غرب شبرا الخيمة بمتوسط حسابي (16,54) وانحراف معياري (1,14)، واعتمدت الدراسة على المنهج الوصفي، وقامت الباحثة بتطبيق الأدوات التالية: مقياس الهناء الذاتي، ومقياس مستوى الطموح (إعداد الباحثة)، وذلك بعد التحقق من الصدق والثبات لهما. وقد توصلت النتائج إلى: وجود علاقة موجبة دالة إحصائياً بين الدرجة الكلية لمقياس الهناء الذاتي وأبعاده الفرعية والدرجة الكلية لمقياس مستوى الطموح وأبعاده الفرعية، وعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين التخصص (علمي - أدبي) في الدرجة الكلية لمقياس الهناء الذاتي ومستوى الطموح وأبعادهما الفرعية، وعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الصف الأول والثالث الثانوي في الدرجة الكلية لمقياس الهناء الذاتي ومستوى الطموح وأبعادهما الفرعية.

الكلمات المفتاحية: الهناء الذاتي - مستوى الطموح - طالبات المرحلة الثانوية.

Abstract:

The study aimed to identify the correlation between subjective well-being and the level of aspiration among female secondary school students, and also to identify the differences between the average grades of female students in the measure of Subjective well-being in the light of (scholastic specialization – grade level) and to identify the differences between the average grades of female students on the scale of the level of aspiration in The study sample consisted of (120) female students from Bejam Secondary School for Girls – West Shubra El-Kheima administration, with an arithmetic mean of (16.54) and a standard deviation of (1.14). The study relied on the descriptive approach, and the researcher applied the following tools The subjective well-being scale, the Level of aspiration scale (prepared by the researcher), after verifying its validity and reliability. The results concluded: There is a positive, statistically significant relationship between the total score of the scale of subjective well-being and its sub-dimensions and the total score of the scale of Level of aspiration and its sub-dimensions, there are no statistically significant differences between the specialization (scientific – literary) in the total score of the two scales of subjective well-being and the level of aspiration and their sub-dimensions, There are no statistically significant differences between the first and third secondary grades in the total score of the subjective well-being scales and the level of aspiration and their sub-dimensions.

Keywords: subjective well-being- Level of Aspiration- Secondary school students.

مقدمة الدراسة:

تعد المرحلة الثانوية مرحلة مهمة في حياة الطلاب فهي المرحلة التي تتبلور فيها ملامح الشخصية بشكل واضح؛ حيث إنها مرحلة حاسمة في تحديد مستقبلهم الدراسي والمهني فهي المرحلة المؤهلة لدخول الجامعة.

ويعد الهناء الذاتي أحد موضوعات علم النفس الإيجابي الذي يهتم بدراسة الجوانب الإيجابية في الشخصية ويركز على جوانب القوة وتدعيمها، ومن ثم تتلاشى جوانب الضعف لدى الفرد، فالهناء الذاتي يعبر عن تقييمات الأفراد لحياتهم ككل، سواء في الماضي أو الحاضر أو المستقبل.

ويسعى الجميع في الثقافات المختلفة إلى تحقيق الهناء الذاتي بوصفه هدفاً أسمى للحياة لارتباطه بالحالة المزاجية الإيجابية والرضا عن الحياة والسعادة وتحقيق الذات والتفأل، وعلى الرغم من أن الغاية الأساسية لعلم النفس هي مساعدة الفرد على أن يحيا الحياة الطيبة التي يشعر فيها بالسعادة، فإن علماء النفس قد تجاهلوا المشاعر الإيجابية لفترات طويلة، وظلت الانفعالات السلبية مثل القلق، والاكتئاب، والضغط النفسية، والتشاؤم الأكثر انتشاراً واهتماماً في بحوثهم ودراساتهم.

(السيد محمد، 2010، 270)

ويعد مستوى طموح الفرد من الركائز الأساسية التي يتقدم بها أي مجتمع، فالطموح من أهم مقومات التقدم والرقى، ومن أهم مميزات الشخصية السوية، ويعد القوة الدافعة للسلوك، والوسيلة التي تستمر بها عجلة الحياة في تقدم مستمر، وسر النجاح وأساسه فكل نجاح يحققه الفرد يعزى إلى الطموح، وتلعب الظروف المحيطة بالفرد دوراً مهماً في الرفع أو الخفض من مستوى هذا الطموح، فمستوى الطموح سمة ترتبط ارتباطاً وثيقاً بتكوين شخصية الفرد وأبعادها البيولوجية والاجتماعية والنفسية، وكلما كان طموح الفرد قريباً من إمكاناته الشخصية كان الفرد قريباً من الاتزان الانفعالي والصحة النفسية، كما يكون قريباً من بلوغ وتحقيق أهداف واقعية في الحياة، ويحاول تحدي العقبات والضغط للوصول إلى مستوى طموح واقعي يتناسب مع إمكاناته

والجوانب الإيجابية (فرحات أحمد، 2014، 326)

ويعد مستوى الطموح من المتغيرات التي شغلت اهتمام الباحثين، حيث يلعب مستوى الطموح دوراً مهماً في حياة الفرد فهو بمثابة قوة دافعة تجعل الفرد يبذل قصارى جهده لتحقيق أهدافه وغاياته. ويختلف الطلاب من حيث أنماط الطموح التي يسعون إليها، فبعضهم لديهم طموحات ثقافية واجتماعية، وآخرون لديهم طموحات مهنية واقتصادية، فإذا قل مستوى طموح الطلاب كان ذلك هدراً لطاقتهم وإمكاناتهم، وإذا زاد عن مستوى قدراتهم ونكائهم أصيبوا بالفشل والإحباط وفقدان الثقة بالنفس. فلذلك تأتي أهمية موضوع بحثنا الحالي وهي دراسة العلاقة بين الهناء الذاتي ومستوى الطموح لدى طالبات المرحلة الثانوية.

مشكلة الدراسة:

تعد المرحلة الثانوية من أهم المراحل في حياة الطلاب حيث إنها المرحلة التي تسبق الجامعة، وهي من المراحل الحرجة التي تحتاج إلى بحث ودراسة، ويعد الهناء الذاتي ومستوى الطموح من المتغيرات ذات التأثير البالغ فيما يصدر عن الإنسان من نشاط، ولعل الكثير من إنجازات الأفراد وتقدم الأمم والشعوب يرجع إلى توفر القدر المناسب من الهناء الذاتي ومستوى الطموح، وقد توصلت دراسة (Stevens et al (2011، ودراسة (Romero et al (2012، ودراسة لبنى إبراهيم (2017) ودراسة (Hope et al (2019 إلى وجود علاقة إيجابية دالة إحصائياً بين الهناء الذاتي ومستوى الطموح، في حين توصلت دراسة عيد محمد أبو عمرة وضياء أحمد الكردي (2022) إلى وجود علاقة سالبة بين الهناء الذاتي ومستوى الطموح، وهذا يبين اختلاف الدراسات السابقة في تحديد العلاقة بين الهناء الذاتي ومستوى الطموح، وتوصلت دراسة رانيا عبد العظيم (2019)، ودراسة أماني عبد التواب ومنال علي (2020) إلى عدم وجود فروق بين طلاب التخصص العلمي والأدبي في الهناء الذاتي، في حين توصلت دراسة علي بن عبد الرحمن (2020) إلى وجود فروق بين طلاب التخصص العلمي والأدبي في الهناء

أهمية الدراسة:

تتضح أهمية الدراسة من ناحيتين نظرية وتطبيقية على النحو التالي:

الأهمية النظرية:

1- دراسة الهناء الذاتي حيث إنه من المفاهيم الحديثة نسبياً في الدراسات العربية، ويساعد في إلقاء الضوء عليه وفتح المجال لمزيد من البحث والدراسة فيه.

2- إلقاء الضوء على مستوى الطموح ومدى أهمية وجوده لدى طالبات المرحلة الثانوية وهذا ينعكس على نظرة الطالبات للحياة ومدى التوافق النفسي والاجتماعي لديهن.

الأهمية التطبيقية:

1- إعداد مقاييس نفسية تشمل الهناء الذاتي ومستوى الطموح، وسوف تكون ذات قيمة للدراسات المستقبلية والدارسين - فيما بعد- حيث إنها تتوفر فيها الخصائص السيكومترية من ثبات وصدق.

2- يمكن الاستفادة من نتائج الدراسة للعاملين في مجال الصحة النفسية حيث ستمدهم ببيانات عن الهناء الذاتي ومستوى الطموح لدى طالبات المرحلة الثانوية.

3- قد تسهم نتائج الدراسة في توجيه الأنظار لتصميم البرامج التي تساعد في تنمية الهناء الذاتي، ورفع مستوى الطموح لدى طالبات المرحلة الثانوية.

التعريفات الإجرائية لمتغيرات الدراسة:

الهناء الذاتي Subjective well-being

وتعرف الباحثة الهناء الذاتي تعريفاً إجرائياً: بأنه حالة وجدانية تتسم بمستوى مرتفع من التسامح، والسلام الداخلي، والسعادة، والرضا عن الحياة، وتظهر في سلوك الطالبة واستجاباتها وتساعد في الفهم والإدراك الواعي للأمور، الذي يتمثل في الأبعاد التالية:

1- **التسامح:** هو قدرة الطالبة على احترام أفكار الآخرين، فضلاً عن تقبل الأعداء عند الاختلاف مع الأصدقاء واحترام معتقداتهم مما يجعلها تتعايش مع عادات المجتمع وتقاليده والمعتقدات الدينية المتاحة فيه.

الذاتي لصالح التخصص العلمي، وهذا يبين اختلاف الدراسات السابقة في تحديد الفروق في التخصص الدراسي للهناء الذاتي، وتوصلت دراسة أسماء خويلد (2018)، ودراسة أماني عبد التواب (2018) إلى عدم وجود فروق بين درجات الطلاب في مقياس مستوى الطموح تعزى إلى متغيري (التخصص، الصف الدراسي). في حين توصلت دراسة هبة سامي (2018) إلى وجود فروق بين درجات الطلاب على مقياس مستوى الطموح وفق التخصص (علمي- أدبي) لصالح التخصص الأدبي. وفي ضوء ما سبق تحددت مشكلة الدراسة في التساؤلات الآتية:

1- ما مدى العلاقة بين الدرجة الكلية للهناء الذاتي وأبعاده الفرعية والدرجة الكلية لمستوى الطموح وأبعاده الفرعية لدى طالبات المرحلة الثانوية؟

2- ما مدى ودلالة الفروق لدى طالبات المرحلة الثانوية في الدرجة الكلية للهناء الذاتي وأبعاده الفرعية ترجع إلى التخصص (علمي- أدبي)؟

3- ما مدى ودلالة الفروق لدى طالبات المرحلة الثانوية في الدرجة الكلية لمستوى الطموح وأبعاده الفرعية ترجع إلى التخصص (علمي - أدبي)؟

4- ما مدى ودلالة الفروق في الدرجة الكلية للهناء الذاتي وأبعاده الفرعية بين طالبات الصف الأول والثالث الثانوي؟

5- ما مدى ودلالة الفروق في الدرجة الكلية لمستوى الطموح وأبعاده الفرعية بين طالبات الصف الأول والثالث الثانوي؟

أهداف الدراسة:

هدفت الدراسة الحالية إلى:

1- الكشف عن العلاقة الارتباطية بين الهناء الذاتي ومستوى الطموح لدى طالبات المرحلة الثانوية.

2- الكشف عن الفروق لدى طالبات المرحلة الثانوية في الهناء الذاتي ومستوى الطموح في ضوء التخصص (علمي- أدبي).

3- الكشف عن الفروق بين الصف الأول والثالث الثانوي في الهناء الذاتي ومستوى الطموح.

وتشمل الدرجة التي تحصل عليها الطالبة على مقياس مستوى الطموح المعد لهذا الغرض.

الإطار النظري:

المحور الأول: الهناء الذاتي Subjective well-being

ترجم الباحثون مصطلح Subjective well-being إلى اللغة العربية بصيغ مختلفة، فقد استخدمه (محمد شلبي وعبد المحسن ديغم، 2003) بمعنى الهناء الذاتي، واستخدمه (عادل هريدي وطريف شوقي، 2002) بمعنى الوجود الشخصي الأفضل، واستخدمه (أحمد محمد عبد الخالق وآخرون، 2003) و(النابعة فتحي، 2003) بمعنى الهناء الشخصي، واستخدمته (صفاء الأعسر، 2005) بمعنى طيب الحياة الذاتية واستخدمته (فاطمة تلمساني، 2015) بمعنى الارتياح النفسي الشخصي، واستخدمه (طاهر سعد، 2016) بمعنى الإحساس الذاتي بالوجود الممتلئ، وتستخدمه الباحثة في هذه الدراسة بمعنى الهناء الذاتي.

ويشير (Burrus et al., 2012, 152) إلى أن الهناء الذاتي يشمل تقييمات الأفراد المعرفية والوجدانية لحياتهم وتشمل مكونات معرفية ووجدانية إذ يشير المكون المعرفي إلى رضا الأفراد عن حياتهم عمومًا، أما المكون الوجداني فيشير إلى تكرار الخبرات الانفعالية الإيجابية لدى الأفراد.

ويعرف (Eryilmaz, 2011, 209) الهناء الذاتي بأنه تقييم الأفراد للمشاعر الإيجابية والسلبية والرضا عن الحياة. فإذا تعرض الناس كثيرًا للمشاعر الإيجابية، ونادرًا للمشاعر السلبية يشعرون بالرضا عن حياتهم، فعندئذ يتولد لديهم إحساس عال بالهناء الذاتي.

أبعاد الهناء الذاتي:

أولاً: التسامح forgiveness:

ويعرف طه مطر (2018، 83) التسامح بأنه: مكون معرفي ووجداني سلوكي، يتضح في توافق الفرد مع ذاته

2- السلام الداخلي: هو حالة ذهنية وجدانية إيجابية تدرك فيها الطالبة ذاتها، وتتقبلها كما هي مما يشعرها بحالة من الاسترخاء والهدوء والاطمئنان والراحة والسكينة الداخلية.

3- السعادة: هي شعور الطالبة بأن ما لديها من أسرة وأصدقاء هما مصدر سعادتها والشعور بحالة من الفرح والابتهاج والطاقة والحيوية وأن حياتها تستحق أن تُعاش.

4- الرضا عن الحياة: هو رضا الطالبة عن كل جوانب حياتها الأسرية، والصحية، والأكاديمية، والدينية، وأصدقائها ومظهرها وتحقيق ما تتمناه من خلال تحقيق أهدافها.

وتشمل الدرجة التي تحصل عليها الطالبة على مقياس الهناء الذاتي المعد لهذا الغرض.

مستوى الطموح Level of Aspiration

وتعرف الباحثة مستوى الطموح تعريفًا إجرائيًا بأنه أهداف الطالبة وتوقعاتها لإنجازها المستقبلي للمهام المكلفة بها، ويتضمن تحقيق الأهداف وتحمل المسؤولية، والنظرة الإيجابية للمستقبل والمثابرة والثقة بالنفس التي ترغب الطالبة في بلوغها وتحدد حسب خبرات النجاح والفشل التي مرت بها، ويتمثل في الأبعاد التالية:

1- تحقيق الأهداف: وتعني سعي الطالبة لتحقيق الأهداف في ضوء الإمكانيات المتاحة، وإمكان وضع خطة لما ستقوم به، والقدرة على تعديل الأهداف، والتغلب على الصعوبات التي تقف في طريق تحقيقها.

2- تحمل المسؤولية: شعور الطالبة بالمسؤولية تجاه نفسها والمحيط الذي تعيش فيه، وتجاه أسرتها وأصدقائها ودينها ووطنها، ومشاركتها الآخرين فيما يقومون به من عمل.

3- النظرة الإيجابية للمستقبل: وتعني نظرة الطالبة للمستقبل بأنه يأتي بالخير والسعادة والتفاؤل بطريقة فاعلة وأكثر نشاطًا وحيوية.

4- المثابرة: تمتع الطالبة بالقدرة على إنهاء الأعمال التي تقوم بها في الوقت المحدد والتغلب على الصعوبات التي تواجهها في أثناء عملها.

5- الثقة بالنفس: اقتناع الطالبة بقدرتها على مواجهة مشكلاتها، وإنجاز ما يجب عليها إنجازه وتقبلها لنفسها وللأعمال التي تقوم بها وتقبل الآخرين لها.

واحترامه، وتحمل وقبول واحترام اختلافات الآخرين عنه، وتجنب الغضب والعنف، والعفو عن يسيء إليه.

وأوضح (Thompson et al., 2005,318) أن التسامح يعني استبدال الفرد للمشاعر والأفكار والسلوكيات السلبية المصاحبة لحالة الاستياء والغضب والبغض، بأخرى حيادية أو إيجابية إزاء ذاته أو الآخرين أو موقف يرى المرء أنه خارج عن سيطرة أي شخص (على سبيل المثال: مرض أو مصير أو كارثة طبيعية).

ثانيًا: السلام الداخلي Inner Peace:

ويعرف (Mehta, 2015,5) السلام الداخلي بأنه العيش في تناغم، وتوافق مع النفس، والبيئة المحيطة. وتعرف هبة حسين (2013, 152) السلام الداخلي بأنه شعور الفرد بالاستقرار النفسي، والتحرر من الخوف والقلق المرتبط بتحقيق متطلباته وأهدافه، وما يصاحب ذلك من ثقة الفرد في قدراته وإمكاناته، وتقبله لذاته، وانسجامه مع الآخرين، ومع البيئة المحيطة.

ثالثًا: السعادة Happiness:

ويعرفها فينهوفن بأنها الدرجة التي يحكم بها الشخص على نوعية حياته الحاضرة بوجه عام، وتعني حب الشخص للحياة التي يعيشها واستمتاعه بها وتقديره الذاتي لها ككل. (veenhoven, 2001, 9)

ويرى (Springer &Hauser, 2006,1081) أنها حالة من الرضا العام لدى الفرد عن ذاته وحياته، وسعيه المتواصل لتحقيق أهدافه الشخصية، واستقلاليته في تحديد مسار حياته، وإقامته لعلاقات اجتماعية إيجابية متبادلة مع الآخرين والاستمرار فيها.

رابعًا: الرضا عن الحياة satisfaction with life:

ويرى أحمد محمد (2013,115) أن الرضا عن الحياة هو اقتناع الفرد بحياته وتقبله لها بوجه عام، وشعوره بالارتياح من جوانب محددة فيها، كالنواحي المهنية، والاجتماعية، والشخصية.

ويعرفه مجدي محمد (2013,8) بأنه تقييم الفرد لنوعية الحياة التي يعيشها وفقًا لنسقه القيمي، ويعتمد هذا التقييم على مقارنة الفرد لظروفه الحياتية بالمستوى الأمثل الذي

يعتقد أنه مناسب لحياته.

المحور الثاني: مستوى الطموح Level of Aspiration:

ويرى (Rahman& Goswami , 2013, 79) أن مستوى الطموح هو أهداف الفرد وتوقعاته لإنجازه المستقبلي للمهام المكلف بها.

ويعرف محمد علي (2010,85) مستوى الطموح بأنه مستوى يرغب الفرد في بلوغه ويتحدد حسب خبرات النجاح والفشل التي مر بها الفرد، وهو يسعى ويتطلع لتحقيق أهدافه في الحياة وإنجاز أعماله اليومية.

وتعرفه فاطمة مسعود (2018, 16) بأنه الأهداف التي يضعها الفرد لذاته في مجالات تعليمية، أو مهنية، أو أسرية، أو اقتصادية، ويحاول تحقيقها ويتأثر بعدد من المؤثرات الخاصة بشخصية الفرد أو القوى البيئية المحيطة به.

النظريات المفسرة لمستوى الطموح:

1- نظرية المجال:

تُعد أول نظرية فسرت مستوى الطموح وعلاقته بالسلوك الإنساني بصفة عامة، وهي النظرية الوحيدة التي تعرضت لتفسير مستوى الطموح مباشرة. (كاميليا إبراهيم، 2007، 59)

وحدد ليفين Levin أن مستوى الطموح من الموضوعات التي لها صلة بالمجال النفسي للفرد وتأثيرها في النسق الدافعي للفرد، ويمكن تعريف مستوى الطموح بأنه مستوى الأداء اللاحق لمهمة ما، أو النشاط المألوف الذي يسعى الفرد إلى تحقيقه اعتمادًا على معرفته بمستوى أدائه السابق في مثل تلك المهمة أو ذلك النشاط، وعلى ذلك فمستوى الطموح يكون محددًا بأربعة محددات منها: الأهداف التي يسعى الفرد إلى تحقيقها (مستوى الطموح)، ومستوى الأداء السابق المرتبط بتلك الأهداف (الخبرات السابقة)، ومدى انحراف الأداء اللاحق للفرد عن المستهدف تحقيقه، ورد الفعل النفسي للفرد وتقويماته لانحراف الأداء اللاحق عن المستهدف. (حياة أحمد، 2006، 26)

2- نظرية القيمة الذاتية للهدف:

قدمت إسكالونا Esaclona فى عام (1940) نظرية مفسرة لمستوى الطموح على أساس قيمة الهدف الذاتية. وترى إسكالونا Esaclona أنه على أساس القيمة الذاتية للهدف يتقرر الاختيار، والاختيار لا يعتمد على أساس قوة أو قيمة الهدف الذاتية كما هى فحسب، ولكن يعتمد على القيمة الذاتية بالإضافة لاحتمالات النجاح والفشل المتوقعة، أى أن القيمة الذاتية للنجاح أو وزن النجاح تعد نتيجة للقيمة نفسها واحتمالات النجاح. وتحاول هذه النظرية تفسير ثلاث حقائق:

- هناك ميل لى الأفراد لىبحثوا عن مستوى طموح مرتفع نسبياً.
 - كما أن لىهم ميلاً لجعل مستوى الطموح يصل إلى حدود معينة.
 - الميل لوضع مستوى الطموح بعيداً عن المنطقة الصعبة جداً أو السهلة جداً.
- (كاميليا إبراهيم، 2007، 60:59)

3- نظرية ألفريد أدلر Adler:

يؤمن أدلر " بفكرة كفاح الفرد للوصول إلى السمو والارتفاع، وذلك تعويضاً عن مشاعر النقص فقد أصبحت فكرة الكفاح أو السعى وراء الشعور بالأمان من نظريات الشخصية الجديدة. كذلك فقد أكد أدلر أهمية الذات بوصفها فكرة مضادة لفكرة فرويد المتمثلة فى الأنا الدنيا، والأنا الوسطى، والأنا العليا. كذلك أكد أدلر أهمية العلاقات الاجتماعية، وأهمية الحاضر.

(عبد الرحمن العيسوى، 2004، 101)

حيث يرى أدلر أن الإنسان كائن اجتماعى، قادر على التخطيط لأعماله وتوجيهها، حيث إن ما يحركه بالأساس هو أهداف حياته والحوافز الاجتماعية، حيث يشعر بأسباب سلوكه وبالأهداف التى يحاول بلوغها.

(حسين حسن، 2014، 47)

4- نظرية محددات الذات Self-determination

theory:

تعد نظرية محددات الذات من أهم وأبرز النظريات

التى تناولت مستوى الطموح بالتفسير وربطته بمفاهيم ذات صلة بالصحة النفسية وتحقيق الهناؤ والسعادة؛ فقد ربطت مستوى الطموح بالدافعية من خلال متصل التقرير الذاتى، وتحديد نوع الدافعية الداخلية أو الخارجية فى توجيه نشاطات الفرد الذى يحقق من خلالها الأداء المتوقع من جهة، والتمتع بالصحة النفسية بإشباع الحاجات النفسية الأساسية سابقة الذكر، وقد ميزت أيضاً بين الطموح الداخلى والخارجى، ومدى قدرة الفرد على تحقيق أهداف الحياة وجودتها القريبة أو البعيدة ضمن مؤشرات وعوامل اجتماعية وثقافية تمثل الإطار المرجعى للفرد.

(على بوناب، 2014، 87)

5- نظرية مكوجل Mcdougall Theory:

يشير روبرت ودورث (1981) أن وليم مكوجل يشير لحقيقة القصد فى سلوك الإنسان، من حيث بحثه عن هدف وسعيه لبلوغه وتحقيقه، والنشاط القصدى يراد به النشاط العقلى بإدراك موقفى، والتنبؤ بالنتائج الحادثة والسعى نحو تحقيق هدف مع وجود شعور بالارتياح لبلوغ ذلك الهدف المتوقع وذلك للوصول لتحقيق الذات. ويشير عبد الفتاح مطر (1998) أن هدف الفرد يكون متوقفاً من خلال علية غائبة تدفع الفرد نحو بلوغ ذلك الهدف بمنافسته للأخرين فى سبيل تحقيق ذاته ولذا يتفق " مكوجل " مع " أدلر " فى أن أهداف الفرد وتطلعاته هى التى توجه سلوكه الراهن.

(محمد النوبى، 2010، 69)

6- نظرية ستانجر Estanger Theory :

ويشير قاموس الجمعية الأمريكية لعلم النفس APA Dictionary of psychology إلى نظرية مستوى الطموح فى علم النفس الاجتماعى بأنها اتجاه نظرى لأداء الفرد والجماعة حيث تقترض أن النتائج الوجدانية والدافعية والسلوكية لأداء معين. سيتم تحديدها لى بالحصول على الدرجة الكاملة للنجاح فقط، ولكن أيضاً بالنتيجة المثالية أو لإنجاز هدف تم وضعه مسبقاً للتعهد للقيام بالمهمة.

(VandenBos, 2007, 533)

مما سبق يمكن القول إن الطموح هو كل ما يحدده الفرد لنفسه من أهداف وغايات، ويعمل على تحقيقها من

وهدفت الدراسة إلى التعرف على مستوى الهناؤ الذائى لدى طلبة جامعة مؤتة، وعلاقته بمستوى الطموح والإيثار، وتكونت عينة الدراسة من 755 طالبًا وطالبة من طلبة جامعة مؤتة. واستخدمت الدراسة الأدوات التالية: مقياس مستوى الهناؤ الذائى - مقياس مستوى الطموح - مقياس الإيثار (إعداد/ الباحثة). وتوصلت نتائج الدراسة إلى: وجود علاقة إيجابية ذات دلالة إحصائية بين مستوى الهناؤ الذائى ومستوى الطموح والإيثار لدى طلبة جامعة مؤتة، وتوجد فروق بين المتوسطات الحسابية في مستوى الهناؤ الذائى ومستوى الطموح لدى طلبة جامعة مؤتة تعزى للنوع الاجتماعى لصالح الذكور.

□ دراسة (Hope et al (2019) :

هدفت الدراسة إلى اختبار نظرية محددات الذات بإعطاء الأولوية للطموحات الداخلية على الطموحات الخارجية، مما يؤدي إلى تعزيز الهناؤ من خلال زيادة تلبية الاحتياجات النفسية الأساسية، والتنظيم الذاتى الأكثر استقلالية. وتكونت عينة الدراسة من (1400) طالب جامعى، واستخدمت الدراسة الأدوات التالية: مقياس مستوى الطموح إعداد (Kasser and Ryan, 1996) تم تعديله بواسطة الباحثين، ومقياس الهناؤ الذاتى إعداد (Diener 1984) ويتكون من الرضا عن الحياة والحالة المزاجية، وتوصلت نتائج الدراسة إلى وجود علاقة إيجابية بين الطموحات الداخلية والهناؤ الذاتى، وأن الطموحات الداخلية تتبأت بمزيد من الرضا عن الحاجة وزيادة الدافع الذاتى المستهدف وتحسين الهناؤ بمرور الوقت.

□ دراسة عيد محمد وضياء أحمد (2022):

هدف الدراسة إلى نمذجة العلاقة بين رأس المال النفسى والهناؤ الذاتى ومستوى الطموح لدى طلاب المرحلة الثانوية في غزة، وتكونت عينة الدراسة من (200) طالب من طلاب المرحلة الثانوية من مدرسة المنفلوطى للبنين، ومدرسة عبد الكريم العلكوك في دير البلح، واعتمد البحث على المنهج الوصفى، واستخدمت الدراسة الأدوات التالية: مقياس رأس المال النفسى - ومقياس الهناؤ الذاتى - ومقياس مستوى الطموح (إعداد/ الباحثين)، وتوصلت نتائج الدراسة

خلال خطط يحددها لنفسه، ويعمل على تخطي كل العوائق التى قد تحول بينه وبين تحقيق أهدافه، ويتسم الطموح بالارتفاع أو الانخفاض وذلك حسب مدى ما يحققه الفرد من نجاح أو فشل، وكلما كانت تلك الأهداف واقعية وتتناسب مع قدرات وإمكانات الفرد، أدى ذلك إلى تحقيقه لتلك الأهداف، وبذلك يكون قد حقق مستوى جيدًا من الصحة النفسية.

دراسات سابقة:

سوف تعرض الباحثة دراسات سابقة في ثلاثة محاور كما يلي:

المحور الأول: دراسات تناولت الهناؤ الذاتى ومستوى الطموح:

□ دراسة (Stevens et al (2011) :

هدفت الدراسة إلى الكشف عن العلاقة بين الطموح والهناؤ، وتكونت عينة الدراسة من 69 من طلبة الجامعة الرومانيين، و64 من طلبة الجامعة بالولايات المتحدة. واستخدمت الدراسة الأدوات التالية: مقياس مستوى الطموح إعداد (Kasser & Ryan, 1993) ومقياس عدم التكيف إعداد (Ben-Porath et al., 2000 , Kleinmuntz , Diener et al, 1961)، ومقياس الرضا عن الحياة إعداد (Diener et al, 1985). وتوصلت نتائج الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة بين الطموحات الداخلية والهناؤ.

□ دراسة (Romero et al (2012) :

هدفت الدراسة إلى التعرف على العلاقة بين الطموحات الداخلية/ الخارجية والهناؤ الذاتى (الوجدان الإيجابى، والوجدان السلبى، والرضا عن الحياة)، وتكونت عينة الدراسة من 583 من البالغين الإسبان، وتوصلت نتائج الدراسة إلى أن ارتفاع مستوى الهناؤ الذاتى ارتبط بارتفاع مستوى الطموحات الداخلية، وبانخفاض مستوى الطموحات الخارجية. وقد وجد أيضًا أن التطلعات الجوهرية ترتبط بشكل رئيس بالمؤشرات الإيجابية للهناؤ الذاتى، في حين ترتبط الطموحات الخارجية أساسًا بالمؤشرات السلبية.

□ دراسة لبنى إبراهيم (2017):

الاحترق الأكاديمي (إعداد/ Khani, Mohammadi, Anvari, & Farsi, 2018 وترجمة الباحثة)، ومقياس الهناء الذاتي الأكاديمي (إعداد/ Renshaw et al., 2014، وترجمة: الضبع، 2016)، وتوصلت نتائج الدراسة إلى: وجود علاقة ارتباطية سلبية دالة إحصائياً عند مستوى (0.01) بين الاحترق الأكاديمي والهناء الذاتي الأكاديمي لدى طلبة المرحلة الثانوية، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية بين طلاب التخصص العلمي والأدبي في الهناء الذاتي لصالح التخصص العلمي.

المحور الثاني: دراسات تناولت مستوى الطموح وعلاقته ببعض المتغيرات الأخرى:

□ دراسة أسماء خويلد (2018): هدفت الدراسة إلى الكشف عن العلاقة بين مستوى الطموح والصحة النفسية لتلاميذ الثانوية. وتكونت عينة الدراسة من (250) طالب وطالبة بثانوية النجاح، واستخدمت الدراسة الأدوات الآتية: مقياس مستوى الطموح (إعداد/ كاميليا عبد الفتاح)، ومقياس الصحة النفسية (إعداد/ ابتسام أحمد العمرين). وتوصلت نتائج الدراسة إلى عدم وجود فروق دالة إحصائية بين متوسط درجات الطلبة على مقياس مستوى الطموح وفق التخصص الدراسي. وعدم وجود فروق دالة إحصائية بين متوسط درجات طلبة الصف الأول والثالث الثانوي على مقياس مستوى الطموح.

□ دراسة أماني عبد التواب (2018): هدفت الدراسة إلى الكشف عن القدرة التنبؤية للمرونة النفسية ومستوى الطموح بالمثابرة الأكاديمية، والعلاقة بينهما لدى طالبات المرحلة الثانوية، وتكونت عينة الدراسة من (150) طالبة من طالبات الصف الأول والثالث الثانوي بإحدى مدارس محافظة الخرج بالمملكة العربية السعودية، وأعدت الدراسة الأدوات الآتية: مقياس المرونة النفسية- ومقياس مستوى الطموح (إعداد/ الباحثة)، وتوصلت نتائج الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً بين مستوى الطموح والمثابرة الأكاديمية، وعدم وجود فروق دالة إحصائية بين متوسط درجات الطالبات في مقياس مستوى

إلى وجود تأثير سالب دال إحصائياً للهناء الذاتي في مستوى الطموح.

المحور الثاني: دراسات تناولت الهناء الذاتي وعلاقته ببعض المتغيرات الأخرى:

□ دراسة رانيا عبد العظيم (2019): وهدفت الدراسة إلى الكشف عن علاقة الهناء الذاتي بالتفاؤل لدى طلاب الجامعة، وكذلك التعرف على تأثير التخصص (علمي/ أدبي) في الهناء الذاتي، وتكونت عينة الدراسة من (400) طالب وطالبة بواقع (97) طالباً و(303) طالبة، واستخدمت الدراسة الأدوات الآتية: الهناء الذاتي- التفاؤل (إعداد/ الباحثة).

وتوصلت نتائج الدراسة إلى: وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً بين الهناء الذاتي والتفاؤل، وعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين طلاب التخصص العلمي والأدبي في الهناء الذاتي.

□ أماني عبد التواب ومنال علي (2020): وهدفت الدراسة إلى الكشف عن النموذج السببي الذي يفسر العلاقات بين استراتيجيات المواجهة الأكاديمية والتحيز المعرفي والرفاهية الذاتية الأكاديمية، والتعرف على الفروق في هذه المتغيرات التي تعزى إلى (الجنس، والصف الدراسي، والتخصص الدراسي)، وتكونت عينة الدراسة من (393) طالباً وطالبة بالمرحلة الثانوية، واستخدمت الدراسة الأدوات الآتية: استراتيجية المواجهة الأكاديمية، والتحيز المعرفي، والرفاهية الذاتية الأكاديمية (إعداد/ الباحثة)، وتوصلت نتائج الدراسة إلى عدم وجود فروق دالة إحصائية بين متوسط درجات الطالبات في مقياس الهناء الذاتي تعزى إلى متغيري (التخصص، الصف الدراسي).

□ دراسة علي بن عبد الرحمن (2020): وهدفت الدراسة إلى التعرف عن العلاقة بين الاحترق الأكاديمي والهناء الذاتي الأكاديمي لدى طلبة المرحلة الثانوية، وتكونت عينة الدراسة من (200) طالب وطالبة من طلبة المرحلة الثانوية متوسط أعمارهم الزمنية (16,62)، واستخدمت الدراسة الأدوات الآتية: مقياس

الطموح تعزى إلى متغيري (التخصص، الصف الدراسي).
□ دراسة هبة سامي (2018):

هدفت الدراسة إلى الكشف عن العلاقة بين التدفق النفسي ومستوى الطموح لدى عينة من طلبة كلية التربية. وتكونت عينة الدراسة من (130) طالبًا وطالبة بكلية التربية جامعة عين شمس، واستخدمت الدراسة الأدوات الآتية: مقياس التدفق النفسي - ومقياس مستوى الطموح (إعداد/ الباحثة). وتوصلت نتائج الدراسة إلى وجود فروق دالة إحصائية بين متوسط درجات الطلاب على مقياس مستوى الطموح وفق التخصص (علمي - أدبي) في بعدي المثابرة، وموضوعية تحديد الأهداف لصالح التخصص الأدبي ولم تصل الفروق إلى حد الدلالة في الأبعاد الأخرى.

فروض الدراسة:

1- توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين الدرجة الكلية لمقياس الهناء الذاتي وأبعاده الفرعية والدرجة الكلية لمقياس مستوى الطموح وأبعاده الفرعية لدى طالبات المرحلة الثانوية.

2- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات الطالبات في الدرجة الكلية لمقياس الهناء الذاتي وأبعاده الفرعية في ضوء التخصص (علمي - أدبي).

3- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات الطالبات في الدرجة الكلية لمقياس مستوى الطموح وأبعاده الفرعية في ضوء التخصص (علمي - أدبي).

4- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات الطالبات في الدرجة الكلية لمقياس الهناء الذاتي وأبعاده الفرعية بين طالبات الصف الأول والثالث الثانوي.

5- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات الطالبات في الدرجة الكلية لمقياس مستوى الطموح وأبعاده الفرعية بين طالبات الصف الأول والثالث الثانوي.

إجراءات الدراسة:

أولاً: منهج الدراسة:

اتبعت الباحثة المنهج الوصفي لملاءمته لموضوع الدراسة حيث يدرس العلاقة بين الهناء الذاتي ومستوى الطموح لدى

طالبات المرحلة الثانوية.

ثانياً: عينة الدراسة:

1- عينة الدراسة الاستطلاعية:

تكونت مجموعة الدراسة الاستطلاعية من (60) طالبة من طالبات مدرسة بيجام الثانوية بنات- بإدارة غرب شبرا الخيمة- بمحافظة القليوبية بمتوسط عمر (15,40) وانحراف معياري (0,494) للتحقق من الكفاءة السيكمترية للمقاييس.

2- عينة الدراسة الأساسية:

تكونت عينة البحث من (120) طالبة من طالبات مدرسة بيجام الثانوية بنات، بواقع (60) طالبة من طالبات الصف الأول الثانوي، و(60) طالبة من طالبات الصف الثالث الثانوي مقسمين إلى (30) طالبة بالتخصص العلمي، و(30) طالبة بالتخصص الأدبي بمتوسط حسابي (16,54) وانحراف معياري (1,14).

ثانياً: أدوات الدراسة:

مقياس الهناء الذاتي لطالبات المرحلة الثانوية: (إعداد الباحثة)

مبررات إعداد مقياس الهناء الذاتي:

ندرة الدراسات في حدود اطلاع الباحثة التي تناولت الهناء الذاتي في البيئة المصرية، وإن كان هناك بعض المقاييس المحدودة، ولكنها اعتمدت على عينات مختلفة.

أ. تحديد الهدف من المقياس:

تم تحديد الهدف من إعداد المقياس في قياس الهناء الذاتي لدى طالبات المرحلة الثانوية، أي أنه تم إعداد هذا المقياس بهدف توفير أداة سيكمترية حديثة تتناسب مع أهداف هذه الدراسة وخصائص عينتها الحالية.

ب. تحديد مفهوم الهناء الذاتي:

تم تحديد مفهوم الهناء الذاتي في ضوء التراث النظري والإمبيريقي في التعريف التالي:

حالة وجدانية تتسم بمستوى مرتفع من التسامح، والسلام الداخلي، والسعادة، والرضا عن الحياة، وتظهر في سلوك

Veronese ,et al (2017)، وإيمان نجم عبد الكريم (2018).

وقد صيغ عدد كبير من العبارات التي ترتبط بمقياس الهناء الذائى، وكان عدد العبارات (56) عبارة تمثل عبارات أبعاد مقياس الهناء الذائى، ويتضمن المقياس في صورته الأولى قبل التحكيم، وتم اختيار عينة استطلاعية مكونة من (60) طالبة من طالبات الصف الأول الثانوى بمدرسة بيجام الثانوية بنات- بإدارة غرب شبرا الخيمة- بمحافظة القليوبية، وتترواح أعمارهن ما بين (15 - 16) سنة لحساب الكفاءة السيكومترية لمقياس الهناء الذائى.

طريقة تصحيح مقياس الهناء الذائى:

وضع للمقياس تعليمات بسيطة تتضمن أن يجب المفحوص عن كل عبارة من عبارات المقياس تبعًا لثلاثة اختيارات هي: دائماً حيث تأخذ (3) درجات، وأحياناً (2) درجتان، ونادراً (1) درجة واحدة للعبارات الموجبة، وتأخذ دائماً (1) درجة واحدة، وأحياناً (2) درجتان، نادراً (3) درجات للعبارات السالبة.

الكفاءة السيكومترية لمقياس الهناء الذائى:

أولاً: ثبات مقياس الهناء الذائى:

قامت الباحثة بحساب ثبات مقياس الهناء الذائى بطريقتين هما: طريقة ألفا كرونباخ وطريقة التجزئة النصفية والجدول التالي يوضح معاملات الثبات:

جدول (1) معاملات الثبات للأبعاد الفرعية والمقياس ككل لمقياس الهناء الذائى (ن = 60)

التجزئة النصفية (سبيرمان براون)	معامل ألفا كرونباخ	البعد
0.886	0.898	التسامح
0.893	0.864	السلام الداخلى
0.893	0.857	السعادة
0.754	0.791	الرضا عن الحياة
0.939	0.933	المقياس ككل

الطالبة واستجاباتها، وتساعدنا في الفهم والإدراك الواعى للأمر.

ج. تحديد مصادر أبعاد المقياس وعباراته:

اشتقت أبعاد المقياس وعباراته من خلال المصادر التالية:

1- الاطلاع على التراث النظرى والإمبىقى وثيق الصلة بمفهوم الهناء الذائى وأهم مكوناته وأبعاده.

2- الرجوع لتعريفات الهناء الذائى من وجهات نظر علماء النفس المختلفة، التي أتيح للباحثة الاطلاع على آرائهم.

3- الاستفتاء المفتوح، حيث طبق الاستفتاء المفتوح على عينة استطلاعية من طالبات المرحلة الثانوية (20) طالبة من طالبات مدرسة بيجام الثانوية بنات بإدارة غرب شبرا الخيمة - محافظة القليوبية، وتضمن الاستفتاء المفتوح على السؤالين التاليين:

أ- ما المقصود بالهناء الذائى؟

ب- ما خصائص الأشخاص ذوو الهناء الذائى المرتفع؟

4- الاطلاع على بعض المقاييس التي تناولت الهناء الذائى. وقد وجد تنوع في هذه الأدوات، ومن هذه المقاييس (2004) Albuquerque & Troccoli، وتامر شوقى إبراهيم (2010)، ونايف محمد الحربى وأبو المجد إبراهيم الشورى (2010)، وأمل سليم ثابت (2016)،

يتضح من الجدول (1) أن جميع معاملات الثبات مرتفعة، ووهذا يؤكد أن الأداة المستخدمة تتميز بالصدق والثبات، ويمكن استخدامها علمياً. ثانياً: الصدق: قامت الباحثة بالتأكد من صدق المقياس من خلال:

1- صدق المحكمين:

قامت الباحثة بعرض المقياس على عشرة محكمين من المتخصصين في مجال علم النفس، حيث استُبعدت وعُدلت العبارات غير المرتبطة بأبعاد مقياس الهناء الذاتي، وذلك تمهيداً لتطبيقه على عينة الدراسة. فاستُبعدت وعُدلت التي كانت نسبة الاتفاق عليها بين المحكمين منخفضة، واعتبر أن نسبة الاتفاق المقبولة للمقياس التي استقرت الباحثة على استبقائها هي التي تحقق نسبة اتفاق (80%)، وأصبح مجموع العبارات بعد التحكيم 56 عبارة.

جدول (2) الفروق بين متوسطات درجات الإرباعي الأعلى ومتوسطات درجات الإرباعي الأدنى بالنسبة إلى الدرجة الكلية

لمقياس الهناء الذاتي والأبعاد الفرعية

أبعاد المقياس	المجموعة	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة "ت"	مستوى الدلالة
التسامح	الفئة الدنيا	20	15.95	1.23	14.867	دالة عند مستوى 0,01
	الفئة العليا	20	32.8	4.92		
السلام الداخلي	الفئة الدنيا	20	15.5	1.24	11.701	دالة عند مستوى 0,01
	الفئة العليا	20	29.5	5.21		
السعادة	الفئة الدنيا	20	15.05	0.94	10.767	دالة عند مستوى 0,01
	الفئة العليا	20	26.75	4.77		
الرضا عن الحياة	الفئة الدنيا	20	16.25	1.02	11.32	دالة عند مستوى 0,01
	الفئة العليا	20	27.15	4.18		
الدرجة الكلية	الفئة الدنيا	20	65	3.21	12.31	دالة عند مستوى 0,01
	الفئة العليا	20	114.6	17.73		

يتضح من الجدول السابق (2) أن جميع قيم "ت" دالة إحصائيًا عند مستوى 0,01
 تم حساب الاتساق الداخلي عن طريق ارتباط كل عبارة
 بالبعد الذي تنتمي إليه، والجدول التالي يوضح ما توصلت
 له الباحثة من نتائج:

جدول (3) الاتساق الداخلي لأبعاد مقياس الهناء الذاتي (ن = 60)

العبارة	التسامح	العبارة	السلام الداخلي	العبارة	السعادة	العبارة	الرضا عن الحياة
1	0.492**	2	0.458**	3	0.490**	4	0.438**
5	0.672**	6	0.632**	7	0.423**	8	0.365**
9	0.466**	10	0.591**	11	0.521**	12	0.491**
13	0.376**	14	0.588**	15	0.644**	16	0.418**
17	0.735**	18	0.280*	19	0.518**	20	0.278*
21	0.545**	22	0.507**	23	0.555**	24	0.291*
25	0.688**	26	0.669**	27	0.289*	28	0.296*
29	0.536**	30	0.538**	31	0.434**	32	0.313*
33	0.738**	34	0.566**	35	0.463**	36	0.557**
37	0.430**	38	0.605**	39	0.463**	40	0.349**
41	0.640**	42	0.391**	43	0.612**	44	0.375**
45	0.599**	46	0.477**	47	0.433**	48	0.527**
49	0.626**	50	0.424**	51	0.638**	52	0.501**
53	0.663**	54	0.494**	55	0.562**	56	0.484**

** (0,01) دالة عند مستوى (0,01) * (261) دالة عند مستوى (0,05)

يتضح من جدول (3) أن جميع عبارات أبعاد المقياس كانت
 دالة عند مستوى 0,01 باستثناء عبارة رقم (18-20-24-
 27-28-32) دالة عند 0,05، وهذا يؤكد الاتساق الداخلي
 للمقياس، كما تم حساب الارتباط بين الأبعاد الفرعية
 والدرجة الكلية للمقياس وكانت النتائج كما بالجدول التالي:

جدول (4) معاملات الارتباط بين الأبعاد الفرعية والدرجة الكلية لمقياس الهناؤ الذائى (ن = 60)

معامل الارتباط بالدرجة الكلية	البعد
0.738**	التسامح
0.619**	السلام الداخلى
0.496**	السعادة
0.524**	الرضا عن الحىاة

** (0,01) دالة عند مستوى (0,01) * (0,05) دالة عند مستوى (0,05)

والنظرة الإيجابية للمستقبل، والمثابرة والثقة بالنفس التى ترغب الطالبية فى بلوغها، وتتحدد حسب خبرات النجاح والفشل التى مرت بها.

ج. تحديد مصادر أبعاد المقياس وعباراته:

اشتقت أبعاد المقياس وعباراته من خلال المصادر

التالاية:

1- الاطلاع على التراث النظرى والإمبريقى وثيق الصلة بمفهوم مستوى الطموح وأهم مكوناته وأبعاده.

2- الرجوع لتعريفات مستوى الطموح من وجهات نظر علماء النفس المختلفة، التى أتيح للباحثة الاطلاع على آرائهم.

3- الاستفتاء المفتوح، حيث طبق الاستفتاء المفتوح على عينة استطلاعية من طالبات المرحلة الثانوية (20) طالبة من طالبات مدرسة بىجام الثانوية بنات بإدارة غرب شبرا الخيمة محافظة القليوبية، وتضمن الاستفتاء المفتوح السؤالين التالين: أ- ما المقصود بمستوى الطموح؟ ب- ما صفات الشخص الطموح؟ 4- الاطلاع على بعض المقاييس التى تناولت مستوى الطموح. وقد وُجد تنوع فى هذه الأدوات، ومن هذه المقاييس (Kasser & Rayan, 2000)، وآمال عبد السمىع (2004)، وكاميليا عبد الفتاح (2004)، وحسين حسن أبو عودة (2014)، وهيام زياد (2015)، وفتحية فرج (2016)، وأماني علي (2018)، وهبة سامى (2018).

يتضح من جدول (4) أن الأبعاد تتسق مع المقياس ككل، حيث تتراوح معاملات الارتباط من: (0.496- 0.738) وجميعها دالة عند مستوى (0,01).

مقياس الهناؤ الذائى فى صورته النهائية:

بعد التأكد من صدق وثبات مقياس الهناؤ الذائى، أصبحت صورته النهائية من (56) عبارة مقسمة على أربعة أبعاد كل بعد منها يتكون من (14) عبارة، وبذلك تكون الدرجة الصغرى لكل بعد (14)، والدرجة الكبرى (42)، والدرجة الصغرى للمقياس ككل (56) والدرجة الكبرى (168).

مقياس مستوى الطموح لطالبات المرحلة الثانوية:

(إعداء الباحثة)

خطوات إعداء المقياس:

أ. تحديد الهدف من المقياس:

تم تحديد الهدف من إعداء المقياس فى قياس مستوى الطموح لدى طالبات المرحلة الثانوية، أى أن هذا المقياس أعدّ بهدف توفير أداة سيكومترية حديثة تتناسب مع أهداف هذه الدراسة وخصائص الفترة العمرية للعينة.

ب. تحديد مفهوم مستوى الطموح:

تم تحديد مفهوم الهناؤ الذائى فى ضوء التراث النظرى والإمبريقى فى التعريف التالى:

ويعنى أهداف الطالبية وتوقعاتها لإنجازها المستقبلى للمهام المكلفة بها، ويتضمن تحقيق الأهداف وتحمل المسئولية

اختيارات هي: دائماً حيث تأخذ (3) درجات، وأحياناً (2) درجات، ونادراً (1) درجة واحدة للعبارة الموجبة، وتأخذ دائماً (1) درجة واحدة، وأحياناً (2) درجات، ونادراً (3) درجات للعبارة السالبة.

الكفاءة السيكومترية لمقياس مستوى الطموح:

أولاً: ثبات مقياس مستوى الطموح:

قامت الباحثة بحساب ثبات مقياس مستوى الطموح بطريقتين هما: طريقة ألفا كرونباخ وطريقة التجزئة النصفية، والجدول التالي يوضح معاملات الثبات:

وقد صيغ عدد كبير من العبارات التي ترتبط بأبعاد مقياس مستوى الطموح، وكان عدد العبارات (70) عبارة تمثل عبارات أبعاد مقياس مستوى الطموح، ويتضمن المقياس في صورته الأولية قبل التحكيم، وتم اختيار عينة استطلاعية مكونة من (60) طالبة من طالبات الصف الأول الثانوي بمدرسة بيجام الثانوية بنات- بإدارة غرب شبرا الخيمة- بمحافظة القليوبية، وتتراوح أعمارهن ما بين (15 - 16) سنة لحساب الكفاءة السيكومترية لمقياس مستوى الطموح.

طريقة تصحيح مقياس مستوى الطموح:

وضع للمقياس تعليمات بسيطة تتضمن أن يجب المفحوص على كل عبارة من عبارات المقياس تبعاً لثلاثة

جدول (5) معاملات الثبات للأبعاد الفرعية و المقياس ككل لمقياس مستوى الطموح (ن = 60)

التجزئة النصفية (سبيرمان براون)	معامل ألفا كرونباخ	البعد
0.845	0.869	تحقيق الأهداف
0.832	0.812	تحمل المسؤولية
0.807	0.859	النظرة الإيجابية للمستقبل
0.833	0.807	المثابرة
0.893	0.9	الثقة بالنفس
0.879	0.874	المقياس ككل

قامت الباحثة بعرض المقياس على عشرة محكمين من المتخصصين في مجال علم النفس، حيث عُدلت العبارات غير المرتبطة بأبعاد مقياس مستوى الطموح، وذلك تمهيداً لتطبيقه على عينة الدراسة. فاستُبعدت وحُدفت العبارات التي كانت نسبة الاتفاق عليها بين المحكمين منخفضة، واعتبر أن نسبة الاتفاق المقبولة لعبارة القياس التي استقرت الباحثة على استبقائها هي التي تحقق نسبة اتفاق (80%)، وأصبح مجموع العبارات بعد التحكيم 70 عبارة.

يتضح من الجدول (5) أن جميع معاملات الثبات مرتفعة، وهذا يؤكد ثبات المقياس وذلك من خلال أن قيم معاملات ألفا كرونباخ والتجزئة النصفية كانت مرتفعة، وبذلك فإن الأداة المستخدمة تتميز بالصدق والثبات ويمكن استخدامها علمياً.

ثانياً: الصدق: تم حساب الصدق بالطرق التالية:

1- صدق المحكمين:

2- قدرة المقياس على التمييز: الأذى لمجموعة مكونة من (60) طالبة من طالبات المرحلة قامت الباحثة بحساب دلالة الفروق بين متوسطات درجات الإرباعي الأعلى ومتوسطات درجات الإرباعي الأدنى للمجموعة مكونة من (60) طالبة من طالبات المرحلة الثانوية، والجدول التالي يوضح هذه المقارنة:

جدول (6) الفروق بين متوسطات درجات الإرباعي الأعلى بين ومتوسطات درجات الإرباعي الأدنى بالنسبة إلى الدرجة الكلية لمقياس مستوى الطموح والأبعاد الفرعية

أبعاد المقياس	المجموعة	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة "ت"	مستوى الدلالة
تحقيق الأهداف	الفئة الدنيا	20	15.95	1.93	25.832	دالة عند مستوى 0,01
	الفئة العليا	20	16.25	2.56		
تحمل المسؤولية	الفئة الدنيا	20	16.25	1.7	28.571	دالة عند مستوى 0,01
	الفئة العليا	20	16.5	2.56		
النظرة الإيجابية للمستقبل	الفئة الدنيا	20	17.5	2.84	19.149	دالة عند مستوى 0,01
	الفئة العليا	20	34.25	2.69		
المثابرة	الفئة الدنيا	20	34.55	2.05	24.435	دالة عند مستوى 0,01
	الفئة العليا	20	35	2.75		
الثقة بالنفس	الفئة الدنيا	20	35.05	2.49	24.013	دالة عند مستوى 0,01
	الفئة العليا	20	35.6	2.33		
الدرجة الكلية	الفئة الدنيا	20	85.8	11.8	26.782	دالة عند مستوى 0,01
	الفئة العليا	20	171.6	8.12		

يتضح من الجدول السابق (6) أن جميع قيم "ت" دالة إحصائياً عند مستوى 0,01 ثالثاً: الاتساق الداخلي لمقياس مستوى الطموح: تم حساب الاتساق الداخلي عن طريق ارتباط كل عبارة بالبعد الذي تنتمي إليه، والجدول التالي يوضح ما توصلت إليه الباحثة من نتائج:

ءءول (7) الاتساق الءاخلى لأبعاء مءىاس مستوى الطموح (ن = 60)

الثقة بالنفس	العبارة	المثابرة	العبارة	النظرة الإءىابفة للمستقبل	العبارة	ءحمل المسئولة	العبارة	ءءقءق الأهداف	العبارة
0.482**	5	0.654**	4	0.415**	3	0.545**	2	0.558**	1
0.664**	10	0.679**	9	0.541**	8	0.663**	7	0.520**	6
0.584**	15	0.651**	14	0.433**	13	0.482**	12	0.522**	11
0.731**	20	0.625**	19	0.508**	18	0.706**	17	0.601**	16
0.513**	25	0.756**	24	0.539**	23	0.638**	22	0.686**	21
0.432**	30	0.577**	29	0.572**	28	0.618**	27	0.571**	26
0.512**	35	0.629**	34	0.447**	33	0.563**	32	0.470**	31
0.594**	40	0.765**	39	0.472**	38	0.539**	37	0.697**	36
0.501**	45	0.609**	44	0.432**	43	0.665**	42	0.598**	41
0.448**	50	0.603**	49	0.650**	48	0.782**	47	0.634**	46
0.675**	55	0.549**	54	0.543**	53	0.745**	52	0.527**	51
0.725**	60	0.527**	59	0.534**	58	0.835**	57	0.621**	56
0.729**	65	0.380**	64	0.507**	63	0.600**	62	0.594**	61
0.709**	70	0.530**	69	0.505**	68	0.357**	67	0.546**	66

** (0,338) ءالة عءء مستوى (0,01) * (0,261) ءالة عءء مستوى (0,05)

ىءءء من ءءول (7) أن ءمىع عباراء أبعاء المءىاس كانت ءالة عءء مستوى 0,01، وهءا ىؤكد الاتساق الءاخلى للمءىاس، كما تم ءساب الارتباط بىن الأبعاء الفرءفة والءرءة الكلىة للمءىاس، وكانت النءاءء كما ىوءءها بالءءول الءالى:

جدول (8) معاملات الارتباط بين الأبعاد الفرعية والدرجة الكلية لمقياس مستوى الطموح (ن = 60)

معامل الارتباط بالدرجة الكلية	البعد
0.882**	تحقيق الأهداف
0.752**	تحمل المسؤولية
0.639**	النظرة الإيجابية للمستقبل
0.641**	المثابرة
0.864**	الثقة بالنفس

** (0,01) دالة عند مستوى (0,01) * (0,261) دالة عند مستوى (0,05)

(42)، والدرجة الصغرى للمقياس ككل (70) والدرجة الكبرى (210).

نتائج الدراسة وتفسيرها:

الفرض الأول وتفسيره:

ينص الفرض على أنه "توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين الدرجة الكلية لمقياس الهناء الذاتي وأبعاده الفرعية والدرجة الكلية لمقياس مستوى الطموح وأبعاده الفرعية لدى طالبات المرحلة الثانوية"

يتضح من جدول (8) أن الأبعاد تتسق مع المقياس ككل، حيث تتراوح معاملات الارتباط بين: (0.639 - 0.882) وجميعها دالة عند مستوى (0,01)، مما يشير إلى أن هناك اتساقاً بين جميع أبعاد المقياس.

مقياس مستوى الطموح في صورته النهائية:

بعد التأكد من صدق وثبات مقياس مستوى الطموح، أصبحت صورته النهائية من (70) عبارة مقسمة على خمسة أبعاد، كل بعد منها يتكون من (14) عبارة، وبذلك تكون الدرجة الصغرى للبعد الواحد (14) والدرجة الكبرى

جدول(9) معاملات الارتباط بين الهناء الذاتي ومستوى الطموح لدى عينة الدراسة (ن = 120)

الدرجة الكلية	الثقة بالنفس	المثابرة	النظرة الإيجابية للمستقبل	تحمل المسؤولية	تحقيق الأهداف	البعد
0.423**	0.414**	0.351**	0.354**	0.365**	0.305**	التسامح
0.684**	0.621**	0.386**	0.693**	0.523**	0.678**	السلام الداخلي
0.634**	0.61**	0.451**	0.5499**	0.504**	0.568**	السعادة
0.688**	0.659**	0.461**	0.544**	0.590**	0.65**	الرضا عن الحياة
0.774**	0.734**	0.522**	0.688**	0.629**	0.705**	الدرجة الكلية

مع دراسة (Stevens et al (2011) ودراسة (Romero et al (2012) ودراسة لبنى إبراهيم (2017)، ودراسة (Hope et al (2019) في وجود علاقة ارتباطية موجبة بين الهناء الذاتي ومستوى الطموح، في حين اختلفت

يتضح من الجدول (9) وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائية عند مستوى دلالة (0,01) بين الدرجة الكلية لمقياس الهناء الذاتي وأبعاده الفرعية والدرجة الكلية لمقياس مستوى الطموح وأبعاده الفرعية، وتتفق نتائج هذه الدراسة

رفع مستوى الطموح لديها، ويمكن تفسير هذه النتيجة في ضوء نظرية محددات الذات التي توصلت إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة بين الهناء الذاتي والطموحات الداخلية للفرد.

الفرض الثاني وتفسيره:

ينص الفرض على أنه "توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات الطالبات في الدرجة الكلية لمقياس الهناء الذاتي وأبعاده الفرعية في ضوء التخصص (علمي- أدبي)".

مع دراسة عيد محمد وضياء أحمد (2022)، حيث توصلت إلى وجود علاقة سالبة بين الهناء الذاتي ومستوى الطموح، وتفسر الباحثة ذلك بأن الطالبة التي تتمتع بهناء ذاتي مرتفع يكون لديها سلام داخلي ينعكس على نظرتها لنفسها وللآخرين، وتمتلك أيضًا تسامحًا مع الذات والآخرين، وشعورًا بالسعادة والرضا عن الحياة، وهذا بدوره ينعكس على نظرتها للمستقبل بإيجابية، يظهر في قدرتها على تحديد أهدافها والسعي لتحقيقها ومثابرتها وتحملها للمسئولية تجاه ذلك؛ مما ينعكس على زيادة ثقافتها بنفسها وهو ما يسهم في

جدول (10) المتوسطات والانحراف المعياري وقيم اختبار (ت) لدلالة الفروق بين الطالبات في ضوء التخصص

(علمي - أدبي) على مقياس الهناء الذاتي

البعد	التخصص	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت	مستوى الدلالة
التسامح	علمي	30	33.4	3.145	0.387	غير دالة
	أدبي	30	33.1	4.845		
السلام الداخلي	علمي	30	31.533	3.821	0.669	غير دالة
	أدبي	30	30.833	4.275		
السعادة	علمي	30	34.833	2.817	0.73	غير دالة
	أدبي	30	35.833	6.958		
الرضا عن الحياة	علمي	30	34.5	3.319	0.777	غير دالة
	أدبي	30	33.8	3.652		
الدرجة الكلية للمقياس	علمي	30	134.27	11.057	0.227	غير دالة
	أدبي	30	133.57	12.74		

طلاب التخصص العلمي والأدبي في الهناء الذاتي، وتختلف مع دراسة علي بن عبد الرحمن (2020) التي توصلت إلى وجود فروق بين طلاب التخصص العلمي والأدبي في الهناء الذاتي لصالح التخصص العلمي، وترجع الباحثة ذلك إلى أن الطالبات يستثمرن أوقاتهم في تعلم

يتضح من الجدول (10) عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين التخصص العلمي والأدبي في الدرجة الكلية لمقياس الهناء الذاتي وأبعاده الفرعية، وتتفق نتائج هذه الدراسة مع دراسة رانيا عبد العظيم (2019)، ودراسة أماني عبد التواب ومنال علي (2020) في عدم وجود فروق بين

الأشياء المفيدة، وحرصهن على تعلم ما هو جديد والسعي للشعور بالسلام الداخلي والتسامح مع الآخرين وتحقيق التوازن والرضا عن الحياة وزيادة الشعور بالسعادة لديهن.

الفرض الثالث وتفسيره: ينص الفرض على أنه "توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات الطالبات في الدرجة الكلية لمقياس مستوى الطموح وأبعاده الفرعية في ضوء التخصص (علمي- أدبي)"

جدول (11) المتوسطات والانحراف المعياري وقيم اختبار (ت) لدلالة الفروق بين الطالبات في ضوء التخصص (علمي- أدبي) على مقياس مستوى الطموح

البعد	التخصص	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت	مستوى الدلالة
تحقيق الأهداف	علمي	30	33.467	4.769	0.077	غير دالة
	أدبي	30	33.333	8.139		
تحمل المسؤولية	علمي	30	33.666	3.594	1.036	غير دالة
	أدبي	30	32.6	4.343		
النظرة الإيجابية للمستقبل	علمي	30	35.6	3.644	0.49	غير دالة
	أدبي	30	35.033	5.176		
المثابرة	علمي	30	35.467	6.19	1.15	غير دالة
	أدبي	30	33.867	4.447		
الثقة بالنفس	علمي	30	33.6	4.702	0.079	غير دالة
	أدبي	30	33.5	5.151		
الدرجة الكلية	علمي	30	171.8	16.639	0.67	
	أدبي	30	168.33	22.922		

يتضح من الجدول (11) عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين التخصص العلمي والأدبي في أبعاد مستوى الطموح (المثابرة، وموضوعية تحديد الأهداف) لصالح التخصص الأدبي، وتفسر الباحثة ذلك إلى أن طالبات التخصص العلمي أو الأدبي لديهن طموحات يرغبن في تحقيقها، ولديهن ثقة بأنفسهن ومثابرة تساعدهن في تحقيق أهدافهن. وهذا يدل أيضًا على أن طالبات التخصص العلمي والأدبي يتحملن المسؤولية تجاه أهدافهن

يتضح من الجدول (11) عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين التخصص العلمي والأدبي في أبعاد مقياس مستوى الطموح والدرجة الكلية، وتتفق نتيجة الدراسة الحالية مع دراسة أسماء خويلد (2018)، ودراسة أماني عبد التواب (2018) في عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين التخصص العلمي والأدبي في أبعاد مستوى الطموح، وتختلف مع دراسة هبة سامي (2018) في وجود فروق

ويتمتعن بنظرة إيجابية تجاه المستقبل. فهن في المرحلة العمرية نفسها ويتلقين التعليم نفسه أي أن الفرص المتاحة واحدة لكلا التخصصين.

الفرض الرابع وتفسيره: ينص الفرض على أنه "توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات الطالبات في الدرجة الكلية لمقياس الهناء الذاتي وأبعاده الفرعية بين طالبات الصف الأول والثالث الثانوي".

جدول (12) المتوسطات والانحراف المعياري وقيم اختبار (ت) لدلالة الفروق بين طالبات الصف الأول والثالث الثانوي على مقياس الهناء الذاتي

البعد	الصف	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت	مستوى الدلالة
التسامح	الأول	60	33.867	3.5	1.039	0.301
	الثالث	60	33.25	2.978		غير دالة
السلام الداخلي	الأول	60	31.05	4.604	0.169	0.866
	الثالث	60	31.183	4.036		غير دالة
السعادة	الأول	60	33.95	4.921	1.483	0.141
	الثالث	60	35.333	5.287		غير دالة
الرضا عن الحياة	الأول	60	33.267	4.012	1.289	0.2
	الثالث	60	34.15	3.478		غير دالة
الدرجة الكلية	الأول	60	132.133	13.647	0.765	0.446
	الثالث	60	133.927	11.832		غير دالة

الذاتي لا يرتبط بالصف الدراسي، فهو موجود عند طالبات الصف الأول والثالث الثانوي مما يدل على عدم وجود فروق بينهن في الهناء الذاتي، وهذا ما يؤكد (76, 2005) King بأن الهناء الذاتي يعد بمثابة التقييم الموضوعي لدى الفرد حول درجة الأهمية لمتطلباته، واحتياجاته، وأمنيته، وأهدافه المستقبلية فمن الضروري إشباعها في مجالات الحياة كافة.

يتضح من الجدول (12) عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين طالبات الصف الأول والثالث في أبعاد مقياس الهناء الذاتي والدرجة الكلية، وتتفق نتيجة الدراسة الحالية مع دراسة أماني عبد التواب ومنال علي (2020) في عدم وجود فروق دالة إحصائية في الدرجة الكلية لمقياس الهناء الذاتي الأكاديمي بين طالبات الصف الأول والثالث الثانوي. وترجع الباحثة ذلك إلى أن طالبات الصف الأول والثالث الثانوي يتمتعن بالهناء الذاتي ويشعرن بالسعادة والسلام الداخلي والتسامح والرضا عن الحياة وهذا يبين أن الهناء

الفرض الخامس وتفسيره:

ينص الفرض على أنه "توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين مستوى الطموح وأبعاده الفرعية بين طالبات الصف الأول متوسطات درجات الطالبات في الدرجة الكلية لمقياس والثالث الثانوي".

جدول (13) المتوسطات والانحراف المعياري وقيم اختبار (ت) لدلالة الفروق بين طالبات الصف الأول والثالث الثانوي

على مقياس مستوى الطموح

البيد	الصف	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت	مستوى الدلالة
تحقيق الأهداف	الأول	60	32.967	4.916	0.408	0.684 غير دالة
	الثالث	60	33.4	6.608		
تحمل المسؤولية	الأول	60	33.2	4.0706	0.091	0.928 غير دالة
	الثالث	60	33.133	3.989		
النظرة الإيجابية للمستقبل	الأول	60	34.85	4.811	0.552	0.582 غير دالة
	الثالث	60	35.317	4.447		
المثابرة	الأول	60	34.817	5.321	0.153	0.879 غير دالة
	الثالث	60	34.667	5.404		
الثقة بالنفس	الأول	60	32.3	4.907	1.398	0.165 غير دالة
	الثالث	60	33.55	4.89		
الدرجة الكلية	الأول	60	168.13	19.645	0.535	0.594 غير دالة
	الثالث	60	170.07	19.934		

والنظرة الإيجابية للمستقبل والثقة بالنفس والقدرة على تحقيق الأهداف وتحمل المسؤولية تجاه أهدافهن، وأن كل من طالبات الصف الأول والثالث الثانوي لديهن مستوى طموح متساوٍ، حيث يدرسن بمرحلة تعليمية واحدة، ومسار تعليمي واحد. وهذا ما يؤكد سامي عبد السلام (97، 2010) بأن مستوى الطموح بُعد من أبعاد الشخصية، ويعبر عن قدرة الفرد على وضع الأهداف والتخطيط لها في جوانب حياته ومحاولة الوصول إلى تحقيق هذه الأهداف متخطياً كل

يتضح من الجدول (13) عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين طالبات الصف الأول والثالث في أبعاد مقياس مستوى الطموح والدرجة الكلية، وتتفق نتائج الدراسة الحالية مع دراسة أسماء خويلد (2018)، ودراسة أماني عبد التواب (2018) في عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين درجات طلاب الصف الأول والثالث الثانوي في أبعاد مقياس مستوى الطموح. وتفسر الباحثة هذا بأن أفراد العينة جميعهم من طالبات المرحلة الثانوية، ويتميزن بالمشابرة

- التفاؤل والأمل ومعنى الحياة كمنبئات بمستوى الطموح لدى طلاب المرحلة الثانوية.
- الصعوبات للوصول إلى مكانة أعلى مما هو عليه وفقاً لقدراته وإمكاناته وتطلعاته المستقبلية، تبعاً للعوامل المؤثرة فيه سواء كانت ذاتية أو بيئية. كما ذكر محمد عودة (2008,7) بأنه سمة ثابتة نسبياً تكون بمثابة دافع داخلي يدفع الفرد للتفوق والتميز في إنجاز عمل يتميز بالقيمة والتقدير وفقاً لمعايير عامة يتميز بها أداء الفرد بالتوجه والاستبصار والقدرة على التوقع، ويستمد أداءه الجيد من خلفيته عن نفسه وعن إمكاناته.

توصيات الدراسة:

- في ضوء ما سبق من نتائج توصي الباحثة بالآتي:
- اهتمام وزارة التربية والتعليم بالهناء الذاتي وتنميته لدى الطلاب، لما له من دور في تحقيق مستوى الطموح لديهم.
 - اهتمام الأخصائي النفسي بتقديم دورات إرشادية للطلاب؛ لبيان لهم الدور الذي يقوم به مستوى الطموح في تحقيق النظرة الإيجابية لمستقبلهم.
 - تكاتف الجهات المختصة لإبراز الدور الذي يقوم به السلام الداخلي في تحقيق الاستقرار النفسي لدى الطلاب.
 - الاهتمام بغرز قيم التسامح لدى الطلاب مما يعد نواة لبناء جيل قادر على خلق بيئة متسامحة في المواقف الصعبة.
 - اهتمام المعلمين بالطلاب والتركيز على أبعاد الهناء الذاتي لديهم مما يكون له دور في ارتفاع مستوى طموحهم.

البحوث المقترحة:

- دراسة العلاقة بين التفكير الإيجابي والهناء الذاتي لدى طلاب المرحلة الثانوية.
- السلام الداخلي وعلاقته بقلق المستقبل لدى المرحلة الثانوية.
- برنامج لتحسين مستوى الطموح لدى طلاب الجامعة.
- تنمية الهناء الذاتي لرفع مستوى الطموح لدى طلاب المرحلة الثانوية.

قائمة المراجع

المراجع العربية:

- 8- فاطمة مسعود عمر (2018)، **الطموح الأكاديمي والثقة بالنفس**، الأردن، مركز الكتاب الأكاديمي.
- 9- كاميليا إبراهيم عبد الفتاح (2007)، **مستوى الطموح والشخصية**، ط4، الرياض، دار الزهراء للنشر والتوزيع.
- 10- حياة أحمد عثمان (2006)، **مستوى الطموح وعلاقته بالقلق والتحصيل الدراسي لدى طلاب الصف الثالث بالمرحلة الثانوية: دراسة في المدارس الثانوية بمحلية أم درمان وكرري وأمبدة، رسالة ماجستير**، كلية الآداب، جامعة أم درمان الإسلامية، السودان.
- 11- عبد الرحمن العيسوي (2004)، **علم النفس التربوي**، لبنان، دار النهضة.
- 12- حسين حسن أبو عودة (2014)، **الذكاء الانفعالي ومستوى الطموح واتخاذ القرار لدى طلبة الصف العاشر الأساسي في قطاع غزة، رسالة ماجستير**، كلية التربية، الجامعة الإسلامية (غزة).
- 13- علي بوناب (2014)، **الحاجات النفسية ومفهوم الذات وعلاقتها بمستوى الطموح في ضوء محددات الذات: دراسة ميدانية لدى عينة من طلبة جامعة بجاية، رسالة ماجستير**، كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية، جامعة قاصدي مرباح- ورقلة، الجزائر.
- 14- محمد النوبي محمد علي (2010)، **مقياس مستوى الطموح لذوي الإعاقة السمعية والعاديين**، عمان، دار صفاء للنشر والتوزيع.
- 15- لبنى إبراهيم الخطيب (2017)، **مستوى الهناء الذاتي وعلاقته بمستوى الطموح والإيثار لدى طلبة جامعة مؤتة، رسالة ماجستير**، كلية عمادة الدراسات العليا، جامعة مؤتة، الأردن.
- 16- عيد محمد أبو عمرة، وضياء أحمد الكرد (2022)، **نمذجة العلاقة بين رأس المال النفسي**
- 1- السيد محمد أبو هاشم (2010)، **النموذج البنائي للعلاقات بين السعادة النفسية والعوامل الخمسة الكبرى للشخصية وتقدير الذات والمساندة الاجتماعية لدى طلبة الجامعة، مجلة كلية التربية، جامعة بنها**، 20(18)، 269-350.
- 2- فرحات أحمد (2014)، **التثنية الاجتماعية ودورها في تنمية مستوى الطموح عند الإنسان، مجلة العلوم الإنسانية والاجتماعية، جامعة قاصدي مرباح، الجزائر**، (17)، 325-332.
- 3- طه ماطر هلال (2018)، **فعالية برنامج معرفي سلوكي لتنمية التسامح لدى طلاب الجامعة بالكويت، مجلة البحث العلمي في الآداب، الجزء الأول**، (19)، 77-110.
- 4- هبة حسين إسماعيل طه (2013)، **اضطراب السيكلويثميا وعلاقته بكل من السلام الداخلي وتنظيم الذات لدى الشباب من الجنسين، دراسات نفسية: رابطة الأخصائيين النفسيين المصرية**، (2)23، 145 - 178.
- 5- أحمد محمد عبد الخالق (2013)، **الحياة النفسية الطبية وعلاقتها بالتدين لدى عينة من كبار السن الكويتيين، مجلة العلوم الاجتماعية**، (3)41، 111-135.
- 6- مجدي محمد الدسوقي (2013)، **مقياس الرضا عن الحياة، القاهرة، مكتبة الأنجلو المصرية**.
- 7- محمد علي الضو (2010)، **مهارات التفاعل الصفي لمعلمي الكيمياء كما يدركها طلاب الصف الثالث الثانوي بمحلية أم درمان وعلاقتها بمستوى الطموح والتوافق الدراسي: دراسة ميدانية على طلاب المرحلة الثانوية - ولاية الخرطوم. رسالة دكتوراه**، كلية التربية، جامعة النيلين، السودان.

التحصيل الدراسي لدى طلبة المرحلة المتوسطة في دولة الكويت، رسالة ماجستير، كلية الدراسات التربوية العليا، جامعة عمان.

والهناء الذاتي ومستوى الطموح لدى طلاب المرحلة الثانوية، مجلة العلوم التربوية، جامعة الأقصى، (2)، 7-38.

17-رانيا عبد العظيم محمود (2019)، الهناء الذاتي وعلاقته بالتفاؤل لدى طلاب الجامعة، المجلة العربية للأداب والدراسات الإنسانية، (10)، 125-154.

18-أماني عبد التواب، صالح ومنال علي محمد (2020)، نمذجة التأثيرات السببية بين استراتيجيات المواجهة الأكاديمية والحيز المعرفي والرفاهية الذاتية الأكاديمية لدى طلبة المرحلة الثانوية، مجلة كلية التربية، جامعة عين شمس، 4(44)، 259-348.

19-علي بن عبد الرحمن الشهري (2020)، الاحتراق الأكاديمي وعلاقته بالهناء الذاتي الأكاديمي لدى طلبة المرحلة الثانوية، المجلة العربية للعلوم التربوية والنفسية، 4(17)، 179-204.

20-أسماء خويلد (2018)، مستوى الطموح وعلاقته بالصحة النفسية، مجلة جيل العلوم الإنسانية والاجتماعية، (40)، 65-81.

21-أماني عبد التواب صالح حسن (2018)، القدرة التنبؤية للمرونة النفسية ومستوى الطموح بالمتابعة الأكاديمية لدى طالبات المرحلة الثانوية، مجلة كلية التربية (أسبوط)، 34(6)، 338-388.

22-هبة سامي محمود (2018)، التدفق النفسي وعلاقته بمستوى الطموح لدى عينة من طلاب كلية التربية، مجلة كلية التربية في العلوم النفسية، 1(42)، 105-227.

23-سامي عبد السلام (2010)، فاعلية الذات وعلاقتها بمستوى الطموح لدى عينة من المراهقين، رسالة ماجستير، كلية التربية، جامعة بنها.

24-محمد عودة الخالدي (2008)، برنامج إرشادي لرفع مستوى الطموح وقياس أثره في زيادة

المراجع الأجنبىة:

- 6- Springer,K.,&Hauser,R. (2006). An Assessment of the construct validity of Ryff's Scale of Psychological well-being: method mode and measurement effects ,**Social science Research** ,35(4),1080-1102.
- 7- Rahman,A.,& Goswami,D. (2013). Level of aspiration of undergraduate students in relation to their: sex and socio- economic status. **International Journal of Humanities and Social Science**, (IGHSS),2(1),79-86.
- 8- VandenBos, G. R.(Ed.). (2007). **ApA Dictionary of psychology**. American psychological Association.
- 9- Stevens, M. J., Constantinescu, P. M., & Butucescu, A. (2011). Aspirations and wellbeing in Romanian and US undergraduates. **International Journal of Psychology**, 46(6), 436-445.
- 10- Romero,E.,Gomez-Fraguela,J.&Villar,P.(2012).Life Aspirations,Personality Traits and Subjective Well-being in a Spanish Sample. **European Journal of Personality**, Eur. J. Pers, 26,45-55.
- 11- Hope, N. H., Holding, A. C., Verner-Filion, J., Sheldon, K. M., & Koestner, R. (2019). The path from intrinsic aspirations to subjective
- 1- Burrus, J., Betancourt, A., Holtzman, S., Minsky, J., MacCann, C., & Roberts, R. D. (2012). Emotional intelligence relates to well-being: Evidence from the Situational Judgment Test of Emotional Management. **Applied Psychology: Health and Well-Being**, 4(2), 151-166.
- 2- ErYilmaz, A. (2011). The relationship between adolescents' subjective well-being and positive expectations towards future. **Dusunen Adam The Journal of Psychiatry and Neurological Sciences**, 24(3), 209-215.
- 3- Thompson, L. Y., Snyder, C. R., Hoffman, L., Michael, S. T., Rasmussen, H. N., Billings, L. S. & Roberts, D. E. (2005). Dispositional forgiveness of self, others, and situations. **Journal of personality**, 73(2), 313-360.
- 4- Mehta, V. (2012). **From Inner Peace to Global Peace**. Hungary: European Youth Centre Budapest.
- 5- Veenhoven,R. (2001).What we Know about happiness? Paper presented at the dialogue on "Gross National Happiness: **Woudschoten, Zeiest**" the Netherlands, January 14-15,1-39.

well-being is mediated by changes in basic psychological need satisfaction and autonomous motivation: A large prospective test. **Motivation and Emotion**, 43(2), 232-241.

- 12- King, J. J. (2005). Gender ideology: impact on dual-career couples' role strain, marital satisfaction, and life satisfaction. **PhD thesis**, Texas A&M University.