تحقيق الذات لدى الشباب الجامعي العربي: دراسة عبر ثقافية مقارنة بين عينة كويتية وأخرى مصرية(*)

د/ هدى ملوح عسكر الفضلي
قسم علم النفس – كلية العلوم الاجتماعية – جامعة الكويت

الملخص:

تهدف الدراسة الحالية إلى مقارنة تحقيق الذات بين مجتمعين، المجتمع الكويتي والمجتمع المصري، في ضوء متغيري النوع والثقافة، وتكونت عينة الدراسة الأساسية من (٧١٥) من الشباب الجامعي العربي بمعدل (٤٠٠) طالب وطالبة من الكويتيين (٢٣٦ ذكرًا) و(١٦٤ أنثى)، و(٣١٥) طالبًا وطالبة من المصريين (١٧٨ ذكرًا) و(١٣٧ أنثى). استجاب أفراد عينة الدراسة الكلية لمقياس تحقيق الذات لدى الشباب الجامعي العربي إعداد/ الباحثة. وتم جمع البيانات وتحليلها باستخدام المتوسطات والانحرافات المعيارية، واختبار "ت"، وأشارت نتائج الدراسة إلى امتلاك مجموعة الشباب الجامعي العربي سواء الكويتي أو المصري مستويات متوسطة في الدرجة الكلية لتحقيق الذات أو أبعادها الفرعية الخمسة (التلقائية، والتعاطف، والمرح، والإبتكارية، وتقبل الذات والآخر)، كما بينت النتائج عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور الكويتيين والمصريين في أبعاد تحقيق الذات ودرجته الكلية، وكذا عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الإناث الكويتيات والمصريات في أبعاد تحقيق الذات ودرجته الكلية، إضافة إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الشباب الجامعي العربي في الثقافتين (الكويتية – المصرية) في أبعاد تحقيق الذات ودرجته الكلية.

الكلمات المفتاحية: تحقيق الذات، الشباب الجامعي العربي، النوع، الثقافة.

(*) **مجلة كلية الآداب جامعة القاهرة المجلد (٨٣) العدد (١) يناير ٢٠٢٣.**

Self-actualization among Arab university youth: a cross-cultural study comparing a Kuwaiti sample with an Egyptian sample

Prepared by
Dr. Hoda Mallouh Askar ALFadhli
Department of Psychology
Faculty of Social Sciences - Kuwait University

Abstract:

The current study aims to compare self-actualization between two societies, the Kuwaiti society and the Egyptian society, in light of the gender and culture variables, and the basic study sample consisted of (715) Arab university youth with a rate of (400) Kuwaiti students (236 males) and (164 females) and (315) Egyptian students (178 males) and (137 females). The members of the total study sample responded to the Self-actualization Scale of the Arab University Youth, prepared/ the researcher. The data were collected and analyzed using averages and standard deviations, and the "T" test. The results of the study indicated that the group of Arab university youth, whether Kuwaiti or Egyptian, possesses average levels in the total score for self-actualization or its five sub-dimensions (spontaneity, empathy, fun, innovation, acceptance of self and the other. The results also showed that there are no statistically significant differences between Kuwaiti and Egyptian males in the dimensions of self-actualization and its total degree, as well as the absence of statistically significant differences between Kuwaiti and Egyptian females in the dimensions of self-actualization and its overall degree, in addition to the absence of statistically significant differences between youth The Arab university in the two cultures (Kuwaiti and Egyptian) in the dimensions of self-actualization and its overall degree.

Key words: Self-actualization, Arab university youth, Gender, The Culture.

مقدمة:

يُعد تحقيق الذات من المفاهيم الرئيسية التى يرتكز عليها المنحى الإنسانى حيث يؤمن بأن كل إنسان لديه دافع أساسى نحو النمو ونحو تحقيق إمكاناته الكامنة، وأن غاية النمو هى تحقيق الذات.

وقد ارتبط مفهوم تحقيق الذات ارتباطًا وثيقًا بكل من كارل روجرز وإبراهام ماسلو وذلك في إطار التيار الإنساني في علم النفس، قاما بالتأصيل والجهود العظيمة في ذلك المجال وارتبط اسمهما بذلك المفهوم، وكانت لهما آراؤهما فيه والتي لا يمكن أن نغفلها ولا يمكن أن نتحدث عن تحقيق الذات دون ذكر ما قاما به من جهود للبحث فى ذلك المفهوم المحوري (سُليمان عبد الواحد، ٢٠١٢، ٧٠).

وفي هذا الصدد يقرر ماسلو أن الإنسان تعمل بداخله قوة توجهه نحو وحدة الشخصية، ونحو التلقائية، والتفردية، والهوية، وإدراك الحقيقة بدلاً من العماء، ونحو أن يكون الشخص مبتكرًا، وأن يكون إنسانًا فاضلاً، تلك الأشكال من تحقيق الذات تتضمن القيم النبيلة والصفاء، والعطف والشجاعة، والأمانة والحب والإيثار (شوستروم، ٢٠١٠، ٧).

وتعتبر المرحلة الجامعية مرحلة محورية في حياة الشباب؛ ففيها يتحدد شكل حياته المستقبلية بخلاف كونها مرحلة تتسم بالعديد من الضغوطات، وحتى يتجاوز الطلبة الجامعيين تلك المرحلة بنجاح ينبغي عليهم بذل الجهد والمثابرة وتحمل الضغوط سواء كانت على مستوى الجامعة أو ضغوطات الحياة اليومية عامة، وهذا يحتاج منهم أن يكون لديهم مستوى مناسب من تحقيق الذات حتى يتمكنوا من التغلب على صعوبات تلك المرحلة بسلام.

وتؤكد معظم الأبحاث والدراسات أن الشباب في المرحلة الجامعية يعيش مرحلة نمائية مهمة وحرجة ، تحدث فيها مجموعة من التغيرات تسير نحو زيادة

الانفتاح على الخبرات الجديدة، والطيبة، ونداء الضمير، والاستقرار الانفعالي، والسير نحو التوافق، كما تعتبر المرحلة الجامعية هي مرحلة تكوين وتشكيل الهوية، وتزداد مساحة الاستقلالية والخبرات مع نمو في الجوانب العاطفية، حيث إن التغيرات التي تحدث في هذه المرحلة تكون على شكل حلزوني فى اتجاه النمو والتقدم واستيعابًا لخبرات النمو فى المراحل السابقة. (Robins., Fraley., Roberts., & Trzesniewski., 2001).

وترتبط مقدرة الفرد على التمهل والإرجاء لاستجابة ما، بإمكانية النجاح والإنجاز، ومن ثم القدرة على تحقيق ذاته، وتعد مقدرة الفرد على إرجاء الإشباع الفوري، بهدف تحقيق قدر أكبر من الكسب والإشباع في المستقبل، أحد جوانب النظرة المستقبلية، التى ترتبط بأبعاد معينة في الشخصية، حيث ترتبط مؤشرات التوافق بالوجهة المستقبلية لدى الشباب. وقد تميز الأفراد ذوو المستوى المرتفع من الإنجاز بوجود مدى واسع من الاهتمامات المستقبلية. (إبراهيم قشقوش، ١٩٨٩، ١٩٠ – ١٩١).

وقد أشار جونز وكراندال (٢٠٠٢) إلى أن تحقيق الذات هو جوهر وجود الإنسان فى سعيه الدائم صوب تجاوز ذاته وتوكيد إمكاناته، فإن تحقيق الذات مشروط بإشباع الحاجات الإنسانية، وهذا التحقق للذات يرتبط بمتغيرات كثيرة، لعل من أهمها: التوكيدية والثقة بالذات والقدرة عل المبادأة فى المواقف وتجاوز الذات وعدم الالتصاق بها فى وحدة وعزلة وحساسية مفرطة، ولهذا كان الخجل يمثل الطرف النقيض لتحقيق الذات.

وترى نجوى إبراهيم (٢٠٠٨، ٤) أنَّه إذا ما كان على الإنسانِ أن يمضي فـي الحيـاة مُحققًـا لذاتـه ولإمكاناتـه، واثقًـا فـي قدراتـه ومنفتحًـا علـى عالمـه، ومستشرفًا لآمال المستقبل؛ فإنَّ ذلك لا يمكن أن يتأتّى إلاَّ من خلال وضع الفرد لأهدافٍ وغاياتٍ في حياته يسعى لتحقيقها، فكيف يكونُ له أنْ يحقق تلك

الأهداف والغايات، وأن ينقلها من حيز الفكرة أو الخيال إلى حيز الواقع؛ إلاَّ من خلال أنْ تكونَ لها قيمة حقيقية في حياته، وأن يُضفي عليها معنى ودلالة. حينئذٍ–فقط– يستطيع الفرد أن يحقق ذاته وإمكاناته والتي تتحقق بتحقيقه لمعنى في حياته، وقد أكون صائبة حين أقول: إن تحقيق الفرد لذاته لا يمكنُ أن يتحقق إلا من خلال تحقيقه لمعنى في حياته.

ومن خلال العرض السابق يتضح أننا بحاجة إلى الاهتمام بتحقيق الذات إذ أنه فى حد ذاته يمثل متغيرًا مهمًّا من متغيرات علم النفس الإيجابي على المستويين النظرى والتطبيقى إذ يُعد من الموضوعات المهمة فى الدراسات والبحوث الأجنبية والعربية وخصوصًا لدى الشباب الجامعي، وهذا ما حدا بالباحثة إلى إجراء الدراسة الحالية.

مشكلة الدراسة:

لما كانت الثقافة الكويتية تختلف اختلافًا واسعًا عن الثقافة المصرية، ولسنا في سبيل تسمية الفروق الثقافية بين المجتمعين، لكن على الرغم من القرب الجغرافي والارتباط التاريخي والاتفاق في العقيدة واللغة، يمتلك المجتمعان خصائص ثقافية متمايزة؛ فعلى سبيل المثال؛ تعبير الكويتيين عن أفراحهم وأحزانهم أقل وضوحًا وتصريحًا من تعبير المصريين. وفي هذا الصدد يذكر تانج (Tang, 2001) أن الثقافة التي ينتمي إليها الأفراد ذات تأثير عظيم على هويتهم واتجاهاتهم وانفعالاتهم ومدركاتهم للعالم، كما تزودنا الثقافة بقواعد تنظم التعبير العاطفي والسلوك الاجتماعي الذي ييسر التفاعل الاجتماعي الفعال.

وتمثل العلاقة التاريخية بين الشعبين الكويتي والمصري واقعًا لا يحتاج إلى دليل، وعلى الرغم من ذلك يواجه المجتمعين الكويتي والمصري عدد من التحديات عبر الحضارية خاصة التحديات النفسية، التي قد ينتج عنها بعض

المظاهر السلبية، وبالتالي قد تحتاج للجهود الحثيثة للتغلب عليها لتشجيع العلاقات الإيجابية بين أفراد المجتمعين، ومما لا شك فيه أن المجتمع الكويتي يضم عددًا كبيرًا من الثقافات المختلفة، لذا نفترض أنه قد تواجه بعض أفراده أو مؤسساته بعض مشكلات خاصة بالتفاعلات الشخصية عبر الثقافية مثل التعصب والتمييز، لذا تعتبر البحوث عبر الحضارية التي تهتم بواحدة من المتغيرات السيكولوجية وهو تحقيق الذات ضرورية لتحسين عمليات التواؤم أو التكيف الوجداني، التي تيسر التفاعل والتواصل بين الشعوب والأفراد من ثقافات مختلفة.

والشباب العربي يُواجه فى القرن الحادى والعشرين تحدياتٍ صعبة وضغوطًا مختلفة؛ وهذه التحديات تتطلب سمات شخصية تتسم بالإيجابية كالتفاؤل والأمل وتحقيق الذات؛ وجميعها من متغيرات علم النفس الإيجابي من أجل تمكين الشباب العربي الذي يعتبر من أهم عوامل التغيير فى المجتمعات من مواجهة التحديات، والمُضي قُدمًا في مجالات الحياة المختلفة بهدف تحقيق مستوى مناسب من الصحة النفسية. فالشباب الجامعي هم قادة المستقبل، الذين يحملون مسئولية تقدم هذا الوطن؛ فإن هؤلاء الشباب يفكرون كثيرًا فى مستقبلهم ويتخوفون منه ويحملون قلقًا تجاهه، كما أنهم يعيشون تحت ضغوطٍ كثيرة كالضغوط الأسرية والنفسية، بجانب الأحداث اليومية الضاغطة التى يتعرضون لها (سحر فرج، ٢٠١٦، ١)، مما يجعلهم في أمس الحاجة إلى امتلاك مستوى مناسب من تحقيق الذات الذي يمكن أن يساعدهم في تحقيق جودة حياتهم النفسية والأكاديمية.

والمتتبع للحقل التربوي والتعليمي العربي؛ يلحظ أن جامعاتنا في أمَس الحاجة اليوم إلى فهم وإدراك أهمية تحقيق الذات لدى الشباب الجامعي العربي؛ لأن تحقيق الذات يُعد من المتغيرات النفسية الإيجابية المرتبطة بسلوك الإنسان

ومختلف جوانب شخصيته، كما أنها يمكن أن تؤثر تأثيرًا طيبًا في الصحة النفسية والجسمية للفرد.

كل ما سبق يعد من المبررات التي تدعو إلى الاهتمام بتحقيق الذات لدى الشباب العربي. ولذا تتناول الدراسة الحالية هذا المتغير المنتمي لعلم النفس الإيجابي بالبحث والدرس من خلال مقارنة تحقيق الذات بين مجتمعين، المجتمع الكويتي والمجتمع المصري، في ضوء متغيري النوع والثقافة. ومن هنا تظهر مشكلة الدراسة الحالية والتي تتحدد في محاولة الإجابة عن الأسئلة التالية:

١. ما مستوى امتلاك الشباب الجامعي الكويتي لتحقيق الذات؟
٢. ما مستوى امتلاك الشباب الجامعي المصري لتحقيق الذات؟
٣. هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الشباب الجامعي العربي في أبعاد تحقيق الذات ودرجته الكلية وفقًا للثقافة (كويتية – مصرية)؟
٤. هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور الكويتيين والمصريين في أبعاد تحقيق الذات ودرجته الكلية؟
٥. هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الإناث الكويتيات والمصريات في أبعاد تحقيق الذات ودرجته الكلية؟

أهداف الدراسة:

تهدف الدراسة الحالية إلى مقارنة تحقيق الذات بين مجتمعين، المجتمع الكويتي والمجتمع المصري، لتحقيق مجموعة من الأهداف منها:

١. تحديد مظاهر الاختلاف في تحقيق الذات بين الشباب الجامعي الكويتي والمصري في ضوء متغيري الثقافة، والنوع؛ من أجل التعرف على التأثير الثقافي على تحقيق الذات بين أصحاب العقيدة واللغة المشتركة، حيث إنه من الشائع، رغم ندرة الدراسات عبر الحضارية

التي تهتم بتحقيق الذات، أن تجرى بين ثقافات مختلفة من حيث اللغة والدين والتاريخ المشترك.

٢. التعرف على مظاهر القوة والضعف في أبعاد تحقيق الذات ودرجته الكلية لدي الشباب الجامعي بالمجتمعين، وقد يفيد ذلك في رسم الصفحة النفسية لتحقيق الذات التي تميز الشباب الكويتي والمصري كلا على حدة مما ييسر تصميم بعض البرامج الإرشادية لتحقيق الذات الشباب في إطار التعليم الجامعي العربي.

أهمية الدراسة:

تتحدد أهمية الدراسة الحالية فى النقاط التالية:

١. تبحث هذه الدِّراسة في متغير تحقيق الذات، الذي يُعد من أهم المتغيرات النفسية التي تتسم بها الشخصية الإنسانية الإيجابية.

٢. يُعد تحقيق الذات مؤشرًا لمدى تمتع الإنسان بالصحة النفسية السليمة، كما أنه يُعتبر أحد المدخلات المهمة لنجاح العملية التعليمية وأيضًا لقدرته على تفسير الكثير من المشكلات التربوية والنفسية.

٣. بناء الباحثة لمقياس تحقيق الذات للشباب الجامعي العربي- يضاف إلى المكتبة العربية – لتحديد مستوى تحقيق الذات لديهم يتمتع بمصداقية وبنية عاملية مقبولة وثبات مقبول.

مصطلحات الدراسة:

١. تحقيق الذات Self-actualization:

هو "رغبة الفرد في أن يحقق ذاته أكثر وأكثر لكي يصبح شيئًا ما قادرًا على الصيرورة والاستمرار (Burleson, 2005, 437).

وتُعرفها الباحثة إجرائيًا في الدراسة الحالية بأنها "الدرجة التي يحصل

عليها طالب/ طالبة الجامعة في الأداء على مقياس تحقيق الذات لدى الشباب الجامعي العربي المستخدم فى الدراسة إعداد/ الباحثة".

٢. الثقافة The Culture:

يُقصد بها "مجموعة من الطرق والوسائل المعيشية التي طورها مجموعة من الناس لمواجهة متطلباتهم اليومية، وإشباع حاجاتهم البيولوجية والنفسية، وتشمل عناصر مثل القيم والمعايير والمعتقدات والاتجاهات والأعراف والأساليب السلوكية والتقاليد المترابطة التي تشكل الكل الثقافي للمجتمع" (Pinderhughes, 1989, 6).

٣. الشباب الجامعي العربي Arab university youth:

يقصد بهم فى الدراسة الحالية "الطلاب والطالبات الذين يدرسون بالمرحلة الجامعية بالكليات الإنسانية والعلمية ببعض الجامعات الكويتية والمصرية".

الإطار النظري والدراسات السابقة:

يرى أصحاب الاتجاه الإنساني، أن المعنى الحقيقي لمفهوم تحقيق الذات يكمن في محاولة الإنسان لاكتشاف ذاته الحقيقية، والتعبير عنها والعمل على تطويرها . ويعتبر كل من ماسلو وروجرز من أكثر العلماء اهتمامًا ودراسة لهذا المفهوم، حيث يؤكد ماسلو أن الشخص المحقق لذاته هو من يستطيع أن يصل إلى الحالة التي يريد أن يكون عليها، وهو أكثر استمتاعًا بالحياة من غيره، ويعيش في حالة من الحماسة والتوجه نحو أهداف مستقبلية محددة ، ومعنى ذلك أن دافع تحقيق الذات يجعل الفرد يطمح ويتوقع ما يمكن أن يكون عليه على الرغم من الإحباطات والصعوبات التي يمكن أن تواجهه في محاولة منه أن يحصل على أفضل ما في الحياة . فمفهوم تحقيق الذات عند ماسلو يعني رغبة الفرد في تحقيق كل ما يريد تحقيقه؛ وذلك من خلال

الاستخدام الأمثل لكل ما لديه من قدرات وإمكانات، أي توظيف كامل لكل الطاقات لديه من أجل الوصول إلى أهدافه (شاكر عبد الحميد، ١٩٩٥، ١٢٩ – ١٣٠).

ويرى جولدشتين أن تحقيق الذات هو الدافع الرئيسي؛ بل إنه الدافع الوحيد لدى الكائن العضوى، وما يبدو أنه محركات مختلفة كالجوع والجنس والقوة والإنجاز والميل إلى الاستطلاع ليس إلا مظاهر لغرض أسمى للحياة، هو تحقيق الفرد لذاته (أسماء عفيفي، ٢٠٠٢، ٧٣).

وفي هذا الصدد يؤكد طلعت غبريال (٢٠٠٦، ٣٧٧) أن تحقيق الذات عملية دينامية تعني استمرار النمو الشخصي الذي يأخذ وجهات محددة في سياق حياة الفرد التي تقع في واحدة أو أكثر من الفئات التالية: استقلال ذاتي ناضج، وهو التغير في اتجاه المزيد من الاعتماد على النفس واعتبار الذات وتوجيه الذات والتحرر من المؤثرات الخارجية غير المواتية، والقدرة على اتخاذ القرارات وتحمل المسؤوليات؛ وإطار مرجعي أكثر مواءمة ووعي بالثقافة ونسقها القيمي وإدراك ثقافة التغير والتنمية، ويكون هذا الإطار مرنا قابلا لاستيعاب المعرفة الأكثر تطورًا؛ وهوية ذاتية أكثر كفاية؛ أي النمو في اتجاه إحساس الفرد بذاته، وتحسن في فاعلية الذات، وهو التغير في اتجاه المزيد من الاقتدار العقلي والانفعالي والاجتماعي، وهذا التغير يساعد الفرد على مقدرة أكبر من مواجهة المشكلات وتنفيذ خططه في الحياة؛ وأخيرًا – حل الصراعات، وهي مهارات يتم استخدامها في فك الدفاعات التي تعطل من فاعلية الذات والتهيؤ إلى المزيد من الانفتاح على الخبرات وتحمل التوتر والضغوط ومزيد من المرونة العامة.

كما أشار روجرز أن الإنسان بشكل فطري لديه دافع ليس فقط للإجابة على الحاجات البيولوجية بل أيضا لتطوير خبرته وتحسينها إلى أساليب أكثر

ثراءً وابتكارية، وهذه النزعة إلى تحقيق الذات هي الدافع الفطري الوحيد الذي يفترضه روجرز كمسلمة في نظريته (إبراهيم قشقوش، ٢٠١٠، ١٥٤ – ١٥٥).

وتذكر ربيعة علاونة (٢٠١٧، ٢٨) أن تحقيق الذات هو "حاجة الفرد للتعبير عن ذاته والوصول إلى ما يمكن تحقيقه من إمكانات وقدرات بهدف إشباع حاجاته، وإعادة حالة الاتزان التي تساعده في استخدام تلك الإمكانات والقدرات في خدمة الفرد والمجتمع والقيام بأدواره وتحمل مسؤولياته وأداء واجباته المعتادة".

ويشير ماجد ودعاني (٢٠٢٠، ١٧٦) إلى أن تحقيق الذات يُعد الاحتياج الإنساني الأعلى ضمن هرم ماسلو للاحتياجات الإنسانية.

وتضيف نجلاء الشيمي (٢٠٢١، ٨٨٢) أن تحقيق الذات هو "ميل فطري ونزعة أساسية واحتياج يكمن داخل الفرد ويجعله يكافح من أجل الوصول لتحقيق إنجازاته من خلال استطاعته لاستغلال إمكانياته لأقصى مستوى يستطيع الوصول إليه، وأن يدرك ما لديه من قدرات ويتقبلها حتى يستطيع أن يثبت وجوده داخل أسرته أو بين الأقران، أي يحقق الفرد وجوده بالمجتمع الخارجي بالصورة التي يرى فيها ذاته".

وتذكر مشيرة اليوسفي (٢٠٠٢، ٣٥٩) أن روجرز قد أشار إلى أن النزعة لتحقيق الذات لها أربع خصائص تتميز بها، وهي:

١. أنها عضوية، أي إنها تبدأ مع ميلاد الفرد وحتى نهايته.
٢. أنها عمليات نشطة بمعنى وجود سلسلة من العمليات تزيد من خبرة الفرد مثل نمو المواقف الإبداعية، والتغيرات المستمرة في البيئة.
٣. أنها موجهة وليست عشوائية؛ أي إنها تتجه نحو النضج والإنتاجية والاستقلالية من التحكم الخارجي.
٤. أنها منتقاة، أي إنها تحدث عند الأشخاص الذين يمتلكون القدرة على

تحمل المسئولية، وليس عند كل الأشخاص.

وفيما يتعلق بأهمية تحقيق الذات فقد أوضحت مشيرة اليوسيفي (٢٠٠٢، ٣٦٠) أن الشخص المحقق لذاته يكون إدراكه دقيقًا للواقع، وكذلك يعرف ما المتطلبات اللازمة لتحقيق أهدافه، ويكون أكثر وعيا بالبيئة التي يعيش فيها ولا يخاف من المجهول، ويميل إلى الأشياء غير المألوفة ويسعى دائمًا إليها. كما أنها ترى أن هدف التربية أصبح العمل على تنمية الشخص المحقق لذاته لما يمكن أن تتوافر في هذا الشخص من سمات تجعله يصل إلى مستوى راقٍ في كافة جوانب الحياة. وتُضيف نعيمة الرفاعي (٢٠٠٤، ٣٥٢ – ٣٥٣) نقلاً عن "هورني" أهمية تحقيق الذات في وصول الفرد إلى مستوى مناسب من الصحة النفسية، ويتمثل تحقيق الذات في نمو الذات الحقيقية، بما يتضمنه من نمو لإمكانات الفرد التي تتمثل في وضوح وعمق إحساسات الفرد والأفكار والرغبات والاهتمامات والقدرات وقوة الإرادة والمواهب والتعبير عن النفس والعلاقات مع الآخرين.

وهناك العديد من العوامل التي تؤثر في دافع تحقيق الذات حددتها جمالات أحمد (٢٠٠٥، ٧٤ – ٧٥) في العوامل الاجتماعية، والبيئية، التي يمكن أن تساعد في تقوية هذا الدافع أو من الممكن أن تعيق نشاطه، كما أنها تؤكد الدور الذي تؤديه الفروق الفردية بين الأشخاص في عملية تحقيق الذات ومدى درجة تأثير العوامل المختلفة عليها. كما أنها تشير إلى أن تحقيق الذات يساعد الفرد في الوصول إلى مستوى مناسب من الصحة النفسية، وأن يكون على قدر كبير من التلقائية، والحرية، والإيجابية، والإنتاجية، والابتكارية، وتحمل المسئولية.

ولما كان تحقيق الذات يلعب دورًا مهمًّا في الحياة الأكاديمية لدي المتعلمين وخاصة بالمرحلة الجامعية؛ فقد أجريت العديد من الدراسات والبحوث

التى تناولته لدى الشباب الجامعي منها: دراسة فرنش وجوزيف (French & Joseph, 1999) التي هدفت إلى بحث العلاقة بين التقوى والسعادة وتحقيق الذات والهدف من الحياة من طلاب الجامعة، وتكونت عينة الدراسة من (١٠٠) طالب وطالبة بالمرحلة الجامعية، وبتطبيق مقاييس السعادة، والاكتئاب، وتحقيق الذات، والهدف من الحياة، أظهرت النتائج وجود علاقة قوية بين التقوى والسعادة في الحياة كما وجدت الدراسة علاقة ارتباطية دالة بين السعادة وتحقيق الذات والهدف من الحياة.

ودراسة نعيمة الرفاعي (٢٠٠٤) التي هدفت إلى معرفة العلاقة بين مستوى تحقيق الذات وأساليب مواجهة الضغوط النفسية لدى عينة من طلاب كلية التربية، وتكونت عينة الدراسة من (٢٦٩) طالبًا وطالبة بالفرقة الرابعة بكلية التربية جامعة المنوفية، وبتطبيق مقياسي أساليب مواجهة الضغوط، وتحقيق الذات، أشارت نتائج الدراسة إلى وجود فروق دالة إحصائيًّا بين مرتفعي ومنخفضي تحقيق الذات في أساليب مواجهة الضغوط النفسية.

ودراسة نورا عصام (٢٠٠٧) التي هدفت إلى التعرف على العلاقة بين هويه الأنا وتحقيق الذات لدى الشباب الجامعي من الجنسين. وتكونت عينة الدراسة من (٣٠٠) طالب وطالبة من كليات وتخصصات مختلفة، وبتطبيق استبيان التوجه الشخصي المختصر، ومقياس هوية الأنا لدى الشباب الجامعي، أشارت نتائج الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطية بين هوية الأنا وتحقيق الذات، وعدم وجود فروق بين الجنسين في تحقيق الذات.

ودراسة وادي (Wade, 2010) التي هدفت إلى تحديد العلاقات المتبادلة بين بناء الذات وتحقيقه والتشاؤم، وتكونت عينة الدراسة من مجموعة من الشباب الجامعي، وبتطبيق مقياسي تحقيق الذات، والتشاؤم، أشارت النتائج إلى أن هناك علاقة عكسية بين تحقيق الذات والتشاؤم على مستوى الجنسين.

ودراسة حاتم البنى (٢٠١٥) التى هدفت إلى التعرف على العلاقة بين التفكير الناقد وتحقيق الذات، وتكونت عينة الدراسة من (١١٠) طلاب وطالبة من جامعة عين شمس و(١١٤) طالبًا وطالبة بالجامعة الأمريكية بالقاهرة، وبتطبيق مقياسي التفكير الناقد، وتحقيق الذات، بينت النتائج وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائيًّا بين التفكير الناقد وتحقيق الذات.

ودراسة رضا عوض (٢٠١٩) التي هدفت إلى معرفة مدى الفروق بين الطلبة مرتفعي ومنخفضي التحصيل في كل من إدارة الوقت وتحقيق الذات ومستوى الطموح، وتكونت عينة الدراسة من (١٥٠) طالبًا وطالبة بالمرحلة الجامعية، وبتطبيق مقاييس إدارة الوقت، وتحقيق الذات، ومستوى الطموح، أشارت النتائج إلى وجود فروق دالة إحصائيًّا بين الأفراد مرتفعي ومنخفضي التحصيل الأكاديمي لصالح مرتفعي التحصيل في كل من إدارة الوقت، وتحقيق الذات، ومستوى الطموح.

وأخيرًا أجرت حنان إسماعيل (٢٠٢١) دراسة هدفت إلى معرفة العلاقة بين الشخصية السيكوباتية وتحقيق الذات، وتكونت عينة الدراسة من (١٣٧) طالبة من طالبات كلية التربية بجامعة المجمعة بالسعودية، وبتطبيق مقياسي الشخصية السيكوباتية، وتحقيق الذات؛ أسفرت النتائج عن وجود علاقة إيجابية بين كل من سمات الشخصية السيكوباتية وتحقيق الذات.

مما سبق يتضح أهمية دراسة تحقيق الذات وعلاقته بالمجتمعات، كما يتبين أن تحقيق الذات يرتبط بمتغيرات عديدة لدى الطلبة الجامعيين، ومن ثم يمكن أن تُسهم الدراسة الحالية فى بناء قاعدة معرفية وبحثية لإجراء المزيد من الدراسات والبحوث المستقبلية حول تحقيق الذات باعتباره من متغيرات علم النفس الإيجابي، ولا سيما على صعيد بناء برامج التدخل السيكولوجى وتطبيقها لتنمية وتحسين تحقيق الذات لدى الشباب الجامعي العربي وغيرهم.

فروض الدراسة:

يمكن صياغة فروض الدراسة الحالية على النحو التالي:

١. يمتلك الشباب الجامعي الكويتي مستوى متوسطًا من تحقيق الذات.
٢. يمتلك الشباب الجامعي المصري مستوى متوسطًا من تحقيق الذات.
٣. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الشباب الجامعي العربي في أبعاد تحقيق الذات ودرجته الكلية وفقًا للثقافة (كويتية – مصرية).
٤. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور الكويتيين والمصريين في أبعاد تحقيق الذات ودرجته الكلية.
٥. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الإناث الكويتيات والمصريات في أبعاد تحقيق الذات ودرجته الكلية.

الطريقة والإجراءات:

أولاً: منهج الدراسة:

تم استخدام المنهج الوصفي (المقارن) لملاءمته لأهداف الدراسة.

ثانيًا: عينة الدراسة:

تكونت عينة الدراسة الأساسية من (٧١٥) من الشباب الجامعي العربي بمعدل (٤٠٠) طالب وطالبة من الكويتيين (٢٣٦ ذكرًا) و(١٦٤ أنثى)، بمتوسط عمر زمني (١٩,٣٦٧) وانحراف معيارى قدره (١,٢١٤) و(٣١٥) طالبًا وطالبة من المصريين (١٧٨ ذكرًا) و(١٣٧ أنثى) بمتوسط عمر زمني (١٩,٧٦٩) وانحراف معيارى قدره (١,١٢٥). إضافة إلى عينة أخرى قوامها (٣٨٠) من الشباب الجامعي العربي منهم (٢٠٠) طالب وطالبة من الكويتيين (١١٠ ذكور) و(٩٠ أنثى)، بمتوسط عمر زمني (١٩,٤٤٠) وانحراف معيارى قدره (١,٣٥٨) و(١٨٠) طالبًا وطالبة من المصريين (١٠٦ ذكور) و(٧٤

أنثى) بمتوسط عمر زمني (١٩,٤٥٦) وانحراف معيارى قدره (١,١٣٣) بهدف التحقق من الخصائص السيكومترية لأداة الدراسة.

ثالثًا: أداة الدراسة:

- **مقياس تحقيق الذات لدى الشباب الجامعي العربي (إعداد/ الباحثة):**

يهدف المقياس الحالي إلى قياس تحقيق الذات لدى الشباب الجامعي، وقد تم بناؤه استنادًا إلى الأدبيات التى تناولت تحقيق الذات لدى طلبة الجامعة وقياسها مثل: صالح الشعراوي (١٩٩٤)؛ وأسماء عفيفي (٢٠٠٢)؛ وجونز وكراندال (٢٠٠٢)؛ ونجوى إبراهيم (٢٠٠٨)، وعلي طبيل وفراس علي وإيناس نقولا (٢٠٠٩)، وشوستروم (٢٠١٠)؛ ووادي (Wade, 2010)؛ وأسماء عبد العال (٢٠١٢)؛ وحاتم البنى (٢٠١٥)؛ وربيعة علاونة (٢٠١٧)؛ وخديجة خنيف (٢٠١٩)؛ وحنان إسماعيل (٢٠٢١). ويتكون المقياس في صورته النهائية من (٣٠) مفردة موزعة على خمسة (٥) أبعاد رئيسة هى: (التلقائية، والتعاطف، والمرح، والابتكارية، وتقبل الذات والآخر)، يشتمل كل بعد على (٦) مفردات، وكل مفردة يتم تقديرها وفق مقياس خماسى يتدرج من (١ – ٥) حيث (٥) = موافق بشدة، و(١) = معارض بشدة، حيث تتراوح الدرجة الكلية للمقياس ما بين (٣٠ – ١٥٠) درجة. وقد تم تحديد مستوى تحقيق الذات (مرتفع – متوسط – منخفض) لدى أفراد عينة الدراسة فى المقياس ككل وفى كل بعد فرعى من أبعاده على أساس أن طول الفئة (١,٣٣) وهو خارج قسمة الفرق بين أعلى تقدير على المقياس (٥)، وأقل تقدير (١) على (٣) والتى تعبر عن المستويات الثلاثة: مرتفع – متوسط – منخفض، ومن ثم فإن:

- ✓ ذوى تحقيق ذات منخفض تتراوح درجاتهم من (١ – ٢,٣٣).
- ✓ ذوى تحقيق ذات متوسط تتراوح درجاتهم من (٢,٣٤ – ٣,٦٧).
- ✓ ذوى تحقيق ذات مرتفع تتراوح درجاتهم من (٣,٦٨ – ٥).

الخصائص السيكومترية للمقياس:

- **صدق المقياس:**

تم التحقق من صدق المقياس من خلال الطرق التالية:

أ. صدق المحكِّمين:

بعد أن تم صياغة فقرات المقياس، تم عرضه على مجموعة من السادة المحكمين (ملحق ١) المتخصصين في علم النفس ببعض الجامعات العربية، وذلك لتحديد مدى صلاحيته لما وضع لقياسه، حيث حازت جميعها على درجة صدق مناسبة، ومن ثم فقد تم الإبقاء عليها جميعًا، وذلك طبقًا لمعادلة لوش Lawshe لحساب درجة صدق العبارات (سعد عبد الرحمن، ٢٠٠٨، ٢٠١ – ٢٠٣)؛ وتم إجراء بعض التعديلات بناء على توجيهات السادة المحكمين، واُعتبر ذلك مؤشرًا لصدق المقياس. ومن ثم أصبح المقياس وفقًا لهذا الإجراء مكونًا من (٣٠) مفردة موزعة على الأبعاد الخمسة للمقياس.

ب. الصدق التلازمى (المحك):

تم حساب صدق المقياس الحالى من خلال صدق المحك حيت تم حساب معامل الارتباط بين مقياس تحقيق الذات إعداد/ شوستروم ترجمة/ طلعت غبريال وفيولا الببلاوي (٢٠١٠) ومقياس تحقيق الذات المُعد بالدراسة الحالية، من خلال تطبيقهما على أفراد عينة الخصائص السيكومترية، وقد بلغت معاملات الارتباط بينهما (٠,٨٦) وهو معامل مرتفع ودال عند مستوى (٠,٠١).

ج. الصدق العاملي:

تم التحقق من بنية (٣٠) مفردة مع الأبعاد (التلقائية، والتعاطف، والمرح، والابتكارية، وتقبل الذات والآخر) أي انتماء مجموعة المفردات لكل مكون أو بعد خاص بها أو تشبعها به؛ وذلك باستخدام التحليل العاملي

الاستكشافي بطريقة المكونات الأساسية مع تدوير المحاور بطريقة الفاريماكس Varimax والتى تكون فيها العوامل مستقلة عن بعضها البعض (عزت عبد الحميد، ٢٠١١، ٤٥٨)، ولم يحذف أى مفردة حيث كانت تشبعاتها أكبر من (٣.٠) وفق محك كايزر Kaiser، وبعد ذلك استخدمت الباحثة التحليل العاملي التوكيدي ببرنامج AMOS20، وكانت النتائج كما يلى:

(أ) التحليل العاملي الاستكشافي Explatory Factor Analysis:

أسفرت نتائج التحليل العاملي الاستكشافي عن استخلاص خمسة عوامل "مكونات" لمقياس تحقيق الذات قابلة للتفسير، وبجذور كامنة أكبر من الواحد الصحيح، كما أسفر التحليل عن تشبعها جميعًا على عامل عام واحد، وجاءت النتائج على النحو الموضح بالجدول التالي:

جدول (١) قيم التشبعات على العوامل الخمسة والجذر الكامن ونسبة التباين لكل عامل والتباين الكلى لمقياس تحقيق الذات بعد التدوير

رقم المفردة	العامل				
	العامل الأول	العامل الثانى	العامل الثالث	العامل الرابع	العامل الخامس
١٥	٠,٧٠٤				
٢٥	٠,٦٧٩				
٢	٠,٦٢٨				
١٩	٠,٦٢٢				
٩	٠,٦١٨				
٢٢	٠,٥٨٣				
١٦		٠,٧٧٧			
٢٤		٠,٧٢٩			
٢٧		٠,٧٠٥			
٢٨		٠,٦٩١			
١١		٠,٦٦٦			
١٨		٠,٥٩٠			
٢٩			٠,٧٥٠		
١٣			٠,٦٥٨		
٢٣			٠,٦١٠		
١			٠,٥٦٠		
١٧			٠,٥٥٥		
٣			٠,٥١٧		
٦				٠,٦٦٠	
٧				٠,٦٣٥	
٨				٠,٦١٤	
٥				٠,٥٦٦	
٢١				٠,٥٤١	
٣٠				٠,٥٣٣	
٢٠					٠,٧٤٠
٢٦					٠,٧٣١
١٢					٠,٧٢٦
١٤					٠,٦٩٠
١٠					٠,٦٥٤
٤					٠,٥٦٩
الجدر الكامن	٥,١٤٥	٤,٥٤٧	٣,٩٦٥	٣,٢٥٨	٢,٨٧٤
نسبه التباين	١٩,٦٥٨	١٧,٥٨٩	١٥,٢٦٣	١١,٦٥٨	٩,٥٤٧
التباين الكلى	٧٤,١١٥				

يتضح من جدول (١) أن العامل الأول للمقياس تشبع عليه (٦) مفردات، تراوحت تشبعاتها بين (٠,٧٠٤ – ٠,٥٨٣)، وكانت هذه التشبعات جوهرية، وكانت التشبعات الأكبر للبنود على هذا العامل تقيس **التلقائية**. وتشبع على العامل الثانى (٦) مفردات، تراوحت تشبعاتها بين (٠,٧٧٧ – ٠,٥٩٠) وكانت هذه التشبعات جوهرية، وكانت هذه البنود تقيس **التعاطف**. وتشبع على العامل الثالث (٦) مفردات، تراوحت تشبعاتها بين (٠,٧٥٠ – ٠,٥١٧) وكانت هذه التشبعات جوهرية، وكانت هذه البنود تقيس **المرح**، وتشبع على العامل الرابع (٦) مفردات، تراوحت تشبعاتها بين (٠,٦٦٠ – ٠,٥٣٣) وكانت هذه التشبعات جوهرية، وكانت هذه البنود تقيس **الابتكارية**. وتشبع على العامل الخامس (٦) مفردات، تراوحت تشبعاتها بين (٠,٧٤٠ – ٠,٥٦٩) وكانت هذه التشبعات جوهرية، وكانت هذه البنود تقيس **تقبل الذات والآخر**، ومن ثم أكد التحليل العاملى الاستكشافي على صدق النموذج الخماسي لدى أفراد عينة الدراسة.

(ب) التحليل العاملي التوكيدى Confirmatory Factor Analysis:

وفي ضوء نتائج التحليل العاملى الاستكشافي والتصور النظرى للمقياس في الدراسة الحالية، استخدمت الباحثة التحليل العاملي التوكيدي؛ باستخدام برنامج AMOS25 للتحقق من الصدق البنائى للمقياس ومدى مطابقة النموذج المفترض بالنموذج المقترح لمقياس تحقيق الذات لدى أفراد عينة الخصائص السيكومترية.

واختبرت الباحثة النموذج العاملى الخماسي الهرمى من الدرجة الثانية Three Second-Order Factor، ويشير الجدول إلى مؤشرات مطابقة البيانات لنموذج البنية العاملية لتحقيق الذات.

جدول (٢) مؤشرات حسن المطابقة للنموذج ن= (٣٨٠)

م	مؤشرات حسن المطابقة	قيمة المؤشر	المدى المثالي للمؤشر
١	الاختبار الاحصائي كا٢ X^2 مستوى دلالة كا٢	١,٢٨٨ ٠,٣٥٠	أن تكون قيمة كا٢ غير دالة احصائيًا
٢	نسبة كا٢ X^2 / df	٠,٨٨٨	(١) إلى (٥)
٣	مؤشر حسن المطابقة GFI	٠,٨٢٣	(صفر) إلى (١)
٤	مؤشر حسن المطابقة المصحح AGFI	٠,٨٠٢	(صفر) إلى (١)
٥	جذر متوسط مربعات البواقي RMSR	٠,٣٢٢	(صفر) إلى (٠,١)
٦	جذر متوسط خطأ الاقتراب RMSEA	٠,١٣٢	(صفر) إلى (٠,١)
٧	مؤشر الصدق الزائف المتوقع للنموذج ECVI مؤشر الصدق الزائف المتوقع للنموذج المشبع	٠,٦٩٩ ٠,٧٤٥	أن تكون قيمة المؤشر للنموذج الحالي أقل من نظيرتها للنموذج المشبع
٨	مؤشر المطابقة المعياري NFI	٠,٩٦٥	(صفر) إلى (١)
٩	مؤشر المطابقة المقارن CFI	٠,٨٨٢	(صفر) إلى (١)
	مؤشر المطابقة التزايدي IFI	٠,٨٨٤	(صفر) إلى (١)
	مؤشر توكر لويس TLI	٠,٩٣٢	(صفر) إلى (١)
١٢	مؤشر المطابقة النسبي RFI	٠,٨٤٠	(صفر) إلى (١)

يتضح من جدول (٢) أن النموذج المفترض للمقياس يطابق بيانات أفراد عينة الدراسة، ويشير إلى تشبع بنود المقياس على خمسة عوامل؛ من خلال العديد من المؤشرات الدالة على جودة هذه المطابقة، وهو ما يشير إلى الصدق البنائى للمقياس (عزت عبد الحميد ، ٢٠١٦، ١١٧)، ومن ثم يتمتع المقياس الحالي بالصدق العاملى على البيئتين الكويتية والمصرية.

وأكدت نتائج التحليل أن النموذج الخماسي من الرتبة الثانية (النموذج الهرمى المباشر) مطابق لنموذج نتائج التحليل العاملى الاستكشافي؛ مما يدعم أن بنية تحقيق الذات، تتكون من خمسة مكونات فرعية تتشبع على عامل واحد، أي خمسة عوامل من الدرجة الأولى، يفسرها عامل عام من الدرجة الثانية (تحقيق الذات).

ويوضح الجدول التالي تشبعات العوامل الفرعية المشاهدة بالعامل الكامن الواحد لمقياس تحقيق الذات.

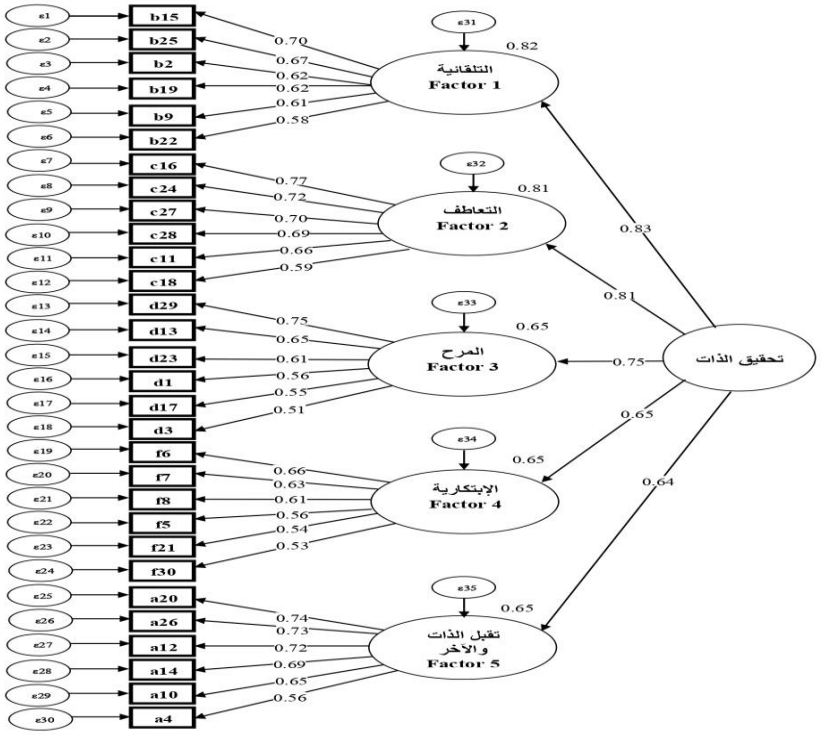
جدول (٣) تشبعات العوامل الفرعية المشاهدة بالعامل الكامن لتحقيق الذات

م	العوامل المشاهدة	التشبع بالعامل الكامن	الخطأ المعيارى للتشبع	معامل الثبات R2	قيمة ت	مستوى الدلالة
١	التلقائية	٠,٨٣٢	٠,٠٣٥	٠,٨٢١	٦,٣٦٧	٠,٠١
٢	التعاطف	٠,٨١٢	٠,٠٣١	٠,٨١٤	١٢,٠٤٧	٠,٠١
٣	المرح	٠,٧٥٦	٠,٠٢٦	٠,٦٥٤	٥,٦٣٢	٠,٠١
٤	الابتكارية	٠,٦٥٢	٠,٠٢١	٠,٦٥٦	٤,٣٥٧	٠,٠١
٥	تقبل الذات والآخر	٠,٦٤٧	٠,٠٢٠	٠,٦٥٢	٤,٢٣٦	٠,٠١

يتضح من جدول (٣) أن كل التشبعات أو معاملات الصدق (التشبعات على المتغير من الدرجة الثانية (تحقيق الذات) دالة إحصائيًا عند مستوى دلالة (٠,٠١) ومرتفعة؛ حيث بلغت (٠,٨٣٢؛ ٠,٨١٢؛ ٠,٧٥٦؛

٠,٦٥٢؛ ٠,٦٤٧) على الترتيب؛ مما يدل على صدق جميع العوامل الفرعية لمقياس تحقيق الذات، كما يتضح من النتائج السابقة أن جميع معاملات الثبات مرتفعة، بلغت (٠,٨٢١؛ ٠,٨١٤؛ ٠,٦٥٤؛ ٠,٦٥٦؛ ٠,٦٥٢) على الترتيب.

والشكل التالي يوضح النموذج المفترض لتحقيق الذات وتشبعات مكوناته الخمسة باستخدام برنامج AMOS25:



شكل (١) النموذج العاملي الهرمي لتحقيق الذات

مما سبق، يتضح الصدق العاملي لمقياس تحقيق الذات مما يُجيز

استخدامه في الدراسة الحالية على أفراد البيئتين الكويتية والمصرية.

- **ثبات المقياس:**

تم التحقق من ثبات المقياس بطريقة إعادة التطبيق Test-Retest Method، حيث يتم فيها تطبيق المقياس على مجموعة من الأفراد، ثم يُعاد التطبيق مرة أخرى على نفس المجموعة، ويُحسب معامل الارتباط بين التطبيقين لنحصل على معامل ثبات درجات المقياس (سعد عبد الرحمن، ٢٠٠٨، ١٨٠) وأبعاده الفرعية بطريقة إعادة التطبيق "بعد ٢١ يومًا" من التطبيق الأول، وذلك على أفراد عينة الخصائص السيكومترية، كما يتضح من جدول (٤):

جدول (٤) قيم معاملات ثبات مقياس تحقيق الذات

أبعاد المقياس	العينة الكويتية	العينة المصرية
التلقائية	٠,٨١١	٠,٨٥٤
التعاطف	٠,٨٢٣	٠,٨٠١
المرح	٠,٨٤٧	٠,٨٦٩
الابتكارية	٠,٧٩٩	٠,٨٧٤
تقبل الذات والآخر	٠,٨٠٣	٠,٨٤٤
الدرجة الكلية	٠,٨١٦	٠,٨٢٥

يتضح من جدول (٤) أن مقياس تحقيق الذات يتمتع بدرجة جيدة من الثبات في الثقافتين الكويتية والمصرية، تجيز استخدامه في الدراسة الحالية.

نتائج الدراسة وتفسيرها:

قبل أن تقوم الباحثة بعرض نتائج الدراسة وتفسيرها تجدر الإشارة إلى تحديد الأسلوب الإحصائي الذي ستتحدد ملامحه بعد التحقق من شرط

الاعتدالية لبيانات مقياس تحقيق الذات طبقًا للجدول التالى:

جدول (٥) اعتدالية بيانات مقياس تحقيق الذات لدى أفراد عينة الدراسة الأساسية "معاملا الإلتواء، والتفرطح"

متغير الدراسة	الاعتدالية				
	العدد	الالتواء		التفرطح	
	ن	معامل الإلتواء	الخطأ المعيارى	معامل التفرطح	الخطأ المعيارى
تحقيق الذات	٧١٥	١,٦١٩	٠,٨٩٦	١,٧٢٤	٠,٩١٢

يُلاحَظ من جدول (٥) أن البيانات تُحقق شرط الاعتدالية، حيث إن التوزيع يُعد إعتداليًا إذا كان معاملا الالتواء والتفرطح أقل من ضعف الخطأ المعيارى لكل معامل منهما بغض النظر عن إشارة ذلك المعامل (عزت عبدالحميد، ٢٠١١، ٢٤١ – ٢٤٢)؛ ولذلك يتم اللجوء إلى الأسلوب البارامترى اختبار "ت" "T -test" البارامترى لحساب لدلالة الفروق بين مجموعتين مستقلتين.

١. نتائج الفرض الأول وتفسيرها:

ينص الفرض الأول على أنه "**يمتلك الشباب الجامعي الكويتي مستوى متوسطًا من تحقيق الذات**".

وللتحقق من صحة هذا الفرض، فقد تم حساب المتوسط والانحراف المعياري لاستجابة أفراد عينة الدراسة من الكويتيين على الدرجة الكلية لمقياس تحقيق الذات وللأبعاد الفرعية التى يتألف منها، ومقارنتها بالمستويات المحددة للمقياس، ويتضح ذلك بالجدول التالى:

جدول (٦) المتوسطات والانحرافات المعيارية لدرجات الأفراد الكويتيين الدرجة الكلية لمقياس تحقيق الذات وللأبعاد الفرعية التى يتألف منها.

تحقيق الذات	م	ع	مستوى الامتلاك
التلقائية	٣,٣٩٥	١,٢٣٨	متوسط
التعاطف	٣,٤٥٨	١,٠٠٨	متوسط
المرح	٣,٥٣٠	١,١١٤	متوسط
الابتكارية	٣,٤١٠	١,٢٥٨	متوسط
تقبل الذات والآخر	٣,٥٦٩	٠,٨٧٧	متوسط
الدرجة الكلية	**٣,٤٧٣**	**٠,٦٩٦**	**متوسط**

يتضح من جدول (٦) أن المتوسطات الحسابية تراوحت بين (٣,٣٩٥ – ٣,٥٦٩) وبانحرافات معيارية بين (٠,٨٧٧ – ١,٢٥٨) وبمستوى متوسط، وقد بلغ المتوسط الحسابى للدرجة الكلية للمقياس (٣,٤٧٣) وبانحراف معيارى (٠,٦٩٦)، وهذه القيمة تشير إلى أن مستوى تحقيق الذات لدى الشباب الجامعي الكويتي كان متوسطًا. حيث جاء بعد "تقبل الذات والآخر" فى المرتبة الأولى بمتوسط (٣,٥٦٩) وانحراف معيارى (٠,٨٧٧) وبمستوى متوسط، ثم تلاه بعد "المرح" فى المرتبة الثانية بمتوسط (٣,٥٣٠) وانحراف معيارى (١,١١٤) وبمستوى متوسط، ثم جاء بالمرتبة الثالثة بعد "التعاطف" بمتوسط (٣,٤٥٨) وانحراف معيارى (١,٠٠٨) وبمستوى متوسط، بينما احتل بعد "الابتكارية" المرتبة الرابعة بمتوسط (٣,٤١٠) وانحراف معيارى (١,٢٥٨) وبمستوى متوسط، في حين احتل بعد "التلقائية" المرتبة الخامسة والأخيرة بمتوسط (٣,٣٩٥) وانحراف معيارى قدره (١,٢٣٨) وبمستوى متوسط أيضًا.

وهو ما يشير إلى تحقق الفرض الأول للدراسة الحالية.

ويمكن تفسير هذه النتيجة فى ضوء أن السلوك فى أساسه محاولة موجهة نحو هدف هو إشباع الحاجات التى يخبرها الكائن الحى فى مجاله كما يدركه، فكل الحاجات مترابطة فيما بينها بشكل أساسى، فرغم وجود حاجات كثيرة متعددة إلا أنها جميعها تخدم النزعة الأساسية للكائن الحى لحفظ ذاته وتدعيمها، يضاف إلى ذلك أن الاستجابات ليست للواقع كما يراه الآخرون ولكن لإدراك الفرد لهذا الواقع؛ ومن ثم فامتلاك الشباب الجامعي لمستوى مناسب من تحقيق الذات يُعد أمرًا من الأهمية بمكان. ومن هنا كانت نتائج هذا الفرض تظهر فى مستوى متوسط من تحقيق الذات لدى الشباب الجامعي الكويتي.

٢. نتائج الفرض الثاني وتفسيرها:

ينص الفرض الثاني على أنه "**يمتلك الشباب الجامعي المصري مستوى متوسطًا من تحقيق الذات**". وللتحقق من صحة هذا الفرض فقد تم حساب المتوسط والانحراف المعياري لاستجابة أفراد عينة الدراسة من المصريين على الدرجة الكلية لمقياس تحقيق الذات وأبعاده الفرعية، ومقارنتها بالمستويات المحددة للمقياس، ويتضح ذلك بالجدول التالى:

جدول (٧) المتوسطات والانحرافات المعيارية لدرجات الأفراد المصريين الدرجة الكلية لمقياس تحقيق الذات وللأبعاد الفرعية التى يتألف منها.

تحقيق الذات	م	ع	مستوى الامتلاك
التلقائية	٣,٣٤١	١,٢٧٣	متوسط
التعاطف	٣,٣٩١	١,٠٦٨	متوسط
المرح	٣,٥٤٩	١,١٤١	متوسط
الابتكارية	٣,٤٧٤	١,٢٥٤	متوسط
تقبل الذات والآخر	٣,٥٣١	٠,٩١٧	متوسط
الدرجة الكلية	**٣,٤٥٧**	**٠,٧٢٣**	**متوسط**

يتضح من جدول (٧) أن المتوسطات الحسابية تراوحت بين (٣,٣٤١ – ٣,٥٤٩) وبانحرافات معيارية بين (٠,٩١٧ – ١,٢٧٣) وبمستوى متوسط، وقد بلغ المتوسط الحسابى للدرجة الكلية للمقياس (٣,٤٥٧) وبانحراف معيارى (٠,٧٢٣)، وهذه القيمة تشير إلى أن مستوى تحقيق الذات لدى الشباب الجامعي المصري كان متوسطًا. حيث جاء بعد "المرح" فى المرتبة الأولى بمتوسط (٣,٥٤٩) وانحراف معيارى (١,١٤١) وبمستوى متوسط، ثم تلاه بعد "تقبل الذات والآخر" فى المرتبة الثانية بمتوسط (٣,٥٣١) وانحراف معيارى (٠,٩١٧) وبمستوى متوسط، ثم جاء بالمرتبة الثالثة بعد "الابتكارية" بمتوسط (٣,٤٧٤) وانحراف معيارى (١,٢٥٤) وبمستوى متوسط، بينما احتل بعد "التعاطف" المرتبة الرابعة بمتوسط (٣,٣٩١) وانحراف معيارى (١,٠٦٨) وبمستوى متوسط، في حين احتل بعد "التلقائية" المرتبة الخامسة والأخيرة بمتوسط (٣,٣٤١) وانحراف معيارى قدره (١,٢٧٣) وبمستوى متوسط أيضًا.

وهو ما يشير إلى تحقق الفرض الثاني للدراسة الحالية.

ويمكن تفسير هذه النتيجة فى ضوء سعي الفرد إلى تحقيق ذاته ضمن الواقع الذى يدركه، فيختار ما يحقق النمو وتحسين الذات من بين البدائل الممكنة ويجرى الفرد تمايزًا فى خبرته بترميز جانب على أنه البيئة والآخر على أنه خبرة الذات (أي وعي الفرد بنفسه وبممارسته لوظائفه) وانتظام هذه الإدراكات حول هذه الخبرة يُسمى نمو تصور الذات. ومن ثم ستظل الحاجة إلى تحقيق الذات هى الدافع وراء كل ما نقوم به من سلوك، والهدف الذى نطمح جميعًا إلى تحقيقه، ومن هنا كانت نتائج هذا الفرض تظهر فى مستوى متوسط من تحقيق الذات لدى الشباب الجامعي المصري.

٣. نتائج الفرض الثالث وتفسيرها:

ينص الفرض الثالث على أنه "**لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الشباب الجامعي العربي في أبعاد تحقيق الذات ودرجته الكلية وفقًا للثقافة (كويتية – مصرية)**".

وللتحقق من صحة هذا الفرض، فقد تم حساب المتوسط والانحراف المعياري وقيمة "ت" لتحقيق الذات لدى أفراد عينة الدراسة الكلية تبعًا للثقافة (كويتية – مصرية)، كما هو موضح بالجدول التالى:

جدول (٨) المتوسطات والانحرافات المعيارية وقيمة "ت" لدلالة الفروق بين متوسطات درجات أفراد عينة الدراسة الكلية باختلاف الثقافة (كويتية – مصرية) في تحقيق الذات.

تحقيق الذات	الثقافة	ن	م	ع	D.F	قيمة "ت"	مستوى الدلالة
التلقائية	كويتية	٤٠٠	٢٠,٣٧٠	٧,٤٣١	٧١٣	٠,٥٦٩	غير دالة
	مصرية	٣١٥	٢٠,٠٤٧	٧,٦٤٠			
التعاطف	كويتية	٤٠٠	٢٠,٧٥٢	٦,٠٥٠	٧١٣	٠,٨٦٩	غير دالة
	مصرية	٣١٥	٢٠,٣٤٦	٦,٤٠٩			
المرح	كويتية	٤٠٠	٢١,١٨٠	٦,٦٨٩	٧١٣	٠,٢٢٦	غير دالة
	مصرية	٣١٥	٢١,٢٩٥	٦,٨٤٨			
الابتكارية	كويتية	٤٠٠	٢٠,٤٦٥	٧,٥٥٠	٧١٣	٠,٦٧٤	غير دالة
	مصرية	٣١٥	٢٠,٨٤٧	٧,٥٢٦			
تقبل الذات والآخر	كويتية	٤٠٠	٢١,٤١٧	٥,٢٦٥	٧١٣	٠,٥٦١	غير دالة
	مصرية	٣١٥	٢١,١٩٠	٥,٥٠٦			
الدرجة الكلية	كويتية	٤٠٠	١٠٤,١٨٢	٢٠,٨٨٥	٧١٣	٠,٢٨٦	غير دالة
	مصرية	٣١٥	١٠٣,٧٣٢	٢١,٦٩٠			

* قيمة "ت" الجدولية عند مستوى (٠,٠١) = ٢,٥٧٦؛ وعند مستوى (٠,٠٥) = ١,٩٦٠ لدلالة الطرفين.

يتضح من جدول (٨) عدم وجود فروق دالة إحصائيًّا فى تحقيق الذات لدى الشباب الجامعي العربي ترجع للثقافة (كويتية – مصرية)، حيث كانت قيمة "ت" غير دالة عند مستويي (٠,٠١؛ ٠,٠٥) فى أبعاد تحقيق الذات ودرجته الكلية، مما يشير إلى أن الشباب الجامعي العربي في الثقافتين

(الكويتية – المصرية) لا يختلفون عن بعضهم البعض في تحقيق الذات، وهو ما يشير إلى تحقق الفرض الثالث للدراسة الحالية.

وعلى الرغم من عدم وجود دراسات سابقة تؤيد أو تعارض هذه النتيجة التى توصلت إليها الباحثة والمتعلقة بهذا الفرض نتيجة لندرة الدراسات السابقة التي تناولت الفروق بين الثقافتين الكويتية والمصرية في تحقيق الذات– فى حدود اطلاعها– إلا أن هذه النتيجة يمكن تفسيرها في ضوء أن الثقافة الكويتية والمصرية هي جزء من الثقافة العربية، إضافة إلى عوامل الوحدة والتشابه الكبير الموجودة بالثقافة العربية مثل: اللغة، والدين، والعادات، والتقاليد، ومستويات التعليم، ومستوى التقدم الحضاري، والتاريخ الحضاري المشترك، الأمر الذي جعل الثقافة العربية تتشابه وخاصة في الجوانب السيكولوجية والتي منها "تحقيق الذات".

وأخيرًا وإجمالاً؛ فإن الدراسة الحالية كشفت عن امتلاك كل من مجموعتي الشباب الجامعي الكويتي والمصري مستويات متوسطة في الدرجة الكلية لتحقيق الذات أو أبعاده الفرعية؛ كما كشفت الدراسة أيضًا عن عدم تأثير متغيري النوع والثقافة في إدراك تحقيق الذات لدى الشباب الجامعي، ربما يكون الأمر راجعًا إلى أن الثقافة الكويتية والمصرية هي جزء من الثقافة العربية.

٤. نتائج الفرض الرابع وتفسيرها:

ينص الفرض الرابع على أنه "**لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور الكويتيين والمصريين في أبعاد تحقيق الذات ودرجته الكلية**".

وللتحقق من صحة هذا الفرض، فقد تم حساب المتوسط والانحراف المعياري وقيمة "ت" لتحقيق الذات لدى أفراد عينة الدراسة من الذكور الكويتيين والذكور المصريين كما هو موضح بالجدول التالى:

جدول (٩) المتوسطات والانحرافات المعيارية وقيمة "ت" لدلالة الفروق بين متوسطات درجات الذكور الكويتيين والذكور المصريين في تحقيق الذات.

تحقيق الذات	النوع	ن	م	ع	D.F	قيمة "ت"	مستوى الدلالة
التلقائية	ذكور كويتيون	٢٣٦	٢٠,٢٢٤	٧,٥٢٢	٤١٢	١,٦٤٣	غير دالة
	ذكور مصريون	١٧٨	١٨,٩٨٣	٧,٧٢٨			
التعاطف	ذكور كويتيون	٢٣٦	٢٠,٠٠٤	٦,٥٧٨	٤١٢	١,٢٩٦	غير دالة
	ذكور مصريون	١٧٨	٢٠,٨٤٢	٦,٤٣١			
المرح	ذكور كويتيون	٢٣٦	٢٢,٧٥٤	٦,٠٦١	٤١٢	٠,٥٥٠	غير دالة
	ذكور مصريون	١٧٨	٢٣,٠٧٣	٥,٥٤٠			
الابتكارية	ذكور كويتيون	٢٣٦	٢١,٢٧٩	٧,٣٣٥	٤١٢	١,٢٠٨	غير دالة
	ذكور مصريين	١٧٨	٢٠,٣٨٢	٧,٦٨٤			
تقبل الذات والآخر	ذكور كويتيين	٢٣٦	٢١,١٣١	٥,٤١٩	٤١٢	٠,٢١٣	غير دالة
	ذكور مصريون	١٧٨	٢١,٢٤٧	٥,٥٦٣			
الدرجة الكلية	ذكور كويتيون	٢٣٦	١٠٥,٣٩٢	٢١,٦٩٥	٤١٢	٠,٤٠١	غير دالة
	ذكور مصريون	١٧٨	١٠٤,٥٣٢	٢١,٧٧٣			

* قيمة "ت" الجدولية عند مستوى (٠,٠١) = ٢,٥٧٦؛ وعند مستوى (٠,٠٥) = ١,٩٦٠ لدلالة الطرفين.

يتضح من جدول (٩) عدم وجود فروق دالة إحصائيًا بين الذكور الكويتيين والمصريين في أبعاد تحقيق الذات ودرجته الكلية، حيث كانت قيمة

"ت" غير دالة عند مستويي (٠,٠١؛ ٠,٠٥) فى أبعاد تحقيق الذات ودرجته الكلية، مما يشير إلى أن الشباب الجامعي الكويتي من الذكور لا يختلفون عن الذكور من الشباب الجامعي المصري في تحقيق الذات، وهو ما يشير إلى تحقق الفرض الرابع للدراسة الحالية.

وعلى الرغم من عدم وجود دراسات سابقة تؤيد أو تعارض هذه النتيجة التى توصلت إليها الباحثة والمتعلقة بهذا الفرض نتيجة لندرة الدراسات السابقة التي تناولت الفروق بين الذكور الكويتيين وأقرانهم من الجنسيات الأخرى في تحقيق الذات– فى حدود إطلاعها– إلا أن هذه النتيجة يمكن تفسيرها في ضوء أن تحقيق الذات تُعد قاسمًا مشتركًا بين الناس جميعًا، وقد بين جولدشتين بأن دافعية تحقيق الذات هي جوهر وجود الإنسان، وأن جميع الدوافع الأخرى ما هي إلا مظهر من مظاهر لغرض أسمى، ألا وهو تحقيق الذات. فالشخص السوي هو الذي ينشط لديه الميل إلى تحقيق الذات من الداخل، بالإضافة إلى زيادة أعباء الذكور ومسئولياتهم فى المجتمع.

٥. نتائج الفرض الخامس وتفسيرها:

ينص الفرض الخامس على أنه "**لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الإناث الكويتيات والمصريات في أبعاد تحقيق الذات ودرجته الكلية**".

وللتحقق من صحة هذا الفرض، فقد تم حساب المتوسط والانحراف المعياري وقيمة "ت" لتحقيق الذات لدى أفراد عينة الدراسة من الإناث الكويتيات والإناث المصريات، كما هو موضح بالجدول التالى:

جدول (١٠) المتوسطات والانحرافات المعيارية وقيمة "ت" لدلالة الفروق بين متوسطات درجات الإناث الكويتيات والإناث المصريات في تحقيق الذات

تحقيق الذات	النوع	ن	م	ع	D.F	قيمة "ت"	مستوى الدلالة
التلقائية	إناث كويتيات	١٦٤	٢٠,٥٧٩	٧,٣١٦	٢٩٩	١,٠٠٥	غير دالة
	إناث مصريات	١٣٧	٢١,٤٣٠	٧,٣٢٤			
التعاطف	إناث كويتيات	١٦٤	٢١,٨٢٩	٥,٠٢٤	٢٩٩	٣,٢٤٧	دالة ٠,٠١
	إناث مصريات	١٣٧	١٩,٧٠٠	٦,٣٤٥			
المرح	إناث كويتيات	١٦٤	١٨,٩١٤	٦,٩١٤	٢٩٩	٠,٠٨٤	غير دالة
	إناث مصريات	١٣٧	١٨,٩٨٥	٧,٦٦٨			
الابتكارية	إناث كويتيات	١٦٤	١٩,٢٩٢	٧,٧٢٢	٢٩٩	٢,٤٧٧	دالة ٠,٠١
	إناث مصريات	١٣٧	٢١,٤٥٢	٧,٣٠٠			
تقبل الذات والآخر	إناث كويتيات	١٦٤	٢١,٨٢٩	٥,٠٢٤	٢٩٩	١,١٧٩	غير دالة
	إناث مصريات	١٣٧	٢١,١١٦	٥,٤٥١			
الدرجة الكلية	إناث كويتيات	١٦٤	١٠٢,٤٥٢	١٩,٥٩٥	٢٩٩	٠,١٠١	غير دالة
	إناث مصريات	١٣٧	١٠٢,٦٩٢	٢١,٦١٨			

* قيمة "ت" الجدولية عند مستوى (٠,٠١) = ٢,٥٧٦؛ وعند مستوى (٠,٠٥) = ١,٩٦٠ لدلالة الطرفين.

يتضح من جدول (١٠) عدم وجود فروق دالة إحصائيًا بين الإناث الكويتيات والمصريات في أبعاد تحقيق الذات التالية: (التلقائية، والمرح، وتقبل الذات والآخر) ودرجته الكلية، حيث كانت قيمة "ت" غير دالة عند مستويي

(٠,٠١؛ ٠,٠٥) فى أبعاد تحقيق الذات ودرجته الكلية؛ في حين كانت هناك فروق دالة إحصائيًّا بين الإناث الكويتيات والمصريات في بُعدي (التعاطف، والإيتكارية) مما يشير إلى أن الشابات الجامعيات الكويتيات لا يختلفن عن أقرانهن من الشابات الجامعيات المصريات في تحقيق الذات، وهو ما يشير إلى تحقق الفرض الخامس للدراسة الحالية.

وعلى الرغم من عدم وجود دراسات سابقة تؤيد أو تعارض هذه النتيجة التى توصلت إليها الباحثة والمتعلقة بهذا الفرض نتيجة لندرة الدراسات السابقة التي تناولت الفروق بين الإناث الكويتيات وأقرانهن من الجنسيات الأخرى في تحقيق الذات– فى حدود اطلاعها– إلا أن هذه النتيجة يمكن تفسيرها في ضوء البناء النفسي للإناث بالبلاد العربية وعدم الفروق في التنشئة الاجتماعية، وثقافة المجتمع الذي لم يعُد يلقي على الذكور فقط الكثير من الأعباء والالتزامات الأسرية والمجتمعية، بل يطالب الإناث أيضًا بالتحمل والالتزام والصلابة في مواجهة مشاق الحياة ومشكلاتها بفاعلية وإيجابية أكثر، وأيضًا تحمل الصعاب والشدائد دون ملل أو كلل أو شكوى؛ بالإضافة إلى زيادة مشاركة المرأة فى المجتمع، وتحملها لمسئوليات عديدة والخروج إلى ميدان العمل.

توصيات وبحوث مقترحة:

(أ) التوصيات:

١– تقديم برامج التدخل السيكولوجي الإرشادية التى تعزز من تحقيق الذات لدى الشباب الجامعي العربي.

٢– نظرًا لأهمية تحقيق الذات فى حياة الفرد، توصى الباحثة القائمين على العملية التربوية والتعليمية وخاصة بالجامعات عمل الندوات والأنشطة التى تساعد الشباب الجامعى على كيفية التعاطف، والتلقائية، والمرح، وتقبل الذات والآخر، والابتكارية، فجميعها مهارات تمكنهم من رسم ملامح

مستقبلهم من أجل جنى الثمار فى المستقبل سواء القريب أو البعيد.

٣- وضع برنامج متكامل ومنظم لفتح وحدات الإرشاد الطلابي في جميع كليات الجامعات العربية وتزويدها بأخصائيين نفسيين معدين إعدادًا علميًّا ومهنيًّا للتعامل مع الشباب لتعزيز تحقيق الذات لديهم.

(ب) مقترحات بإجراء بحوث مستقبلية:

١- فعالية برنامج إرشادي انتقائي فى تنمية تحقيق الذات لدى الشباب الجامعي.

٢- تحقيق الذات عبر مراحل عمرية متباينة: دراسة ارتقائية.

٣- تباين أبعاد تحقيق الذات بتباين مستويات المناعة النفسية لدى الشباب الجامعي.

المراجــع:

إبراهيم زكي قشقوش (١٩٨٩). **سيكولوجية المراهقة** (ط ٤). القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.

إبراهيم زكي قشقوش (٢٠١٠). **نماذج الشخصية السوية "منحى إنمائي في تناول الشخصية الإنسانية"**. القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.

أسماء أحمد عبد العال (٢٠١٢). الجوانب الدافعية لدى عينة من الموهوبين ذوى صعوبات التعلم وعلاقتها بالتفاعل بين الوالدين والطفل. **رسالة ماجستير**، كلية التربية، جامعة عين شمس.

أسماء فاروق عفيفي (٢٠٠٢). التطرف وعلاقته بالحاجة إلى تحقيق الذات لدى طلاب الجامعة. **رسالة ماجستير**، كلية التربية، جامعة عين شمس.

جمالات أحمد أحمد (٢٠٠٥). دراسة للتنبؤ بمستوى الإنتاج الابتكارى لدى طلاب كلية الفنون التشكيلية فى ضوء عدد من المتغيرات النفسية والاجتماعية. **رسالة دكتوراه**، كلية التربية، جامعة عين شمس.

جونز وكراندال (٢٠٠٢). **مقياس تحقيق الذات**. ترجمة: محمد إبراهيم عيد، القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.

حاتم يوسف البنى (٢٠١٥). التفكير الناقد وعلاقته بتحقيق الذات لدى عينة من الشباب الجامعى: دراسة مقارنة بين طلاب جامعة عين شمس وطلاب الجامعة الأمريكية. **رسالة دكتوراه**، كلية التربية، جامعة عين شمس.

حنان محمد إسماعيل (٢٠٢١). الشخصية السيكوباتية وعلاقتها بتحقيق الذات لدى طالبات جامعة المجمعة. **مجلة الدراسات الاجتماعية السعودية**، الجمعية السعودية للدراسات الاجتماعية، جامعة الملك سعود، ٧، ١١٧ – ١٣٤.

خديجة خنيف (٢٠١٩). تحقيق الذات من وجهة نظر علماء النفس. **مجلة دفاتر البحوث العلمية**، ٧ (١)، ٧٥ – ١٠٣.

رضا سمير عوض (٢٠١٩). الفروق بين مرتفعي ومنخفضي التحصيل الأكاديمي في كل من إدارة الوقت وتحقيق الذات ومستوى الطموح لدى طلاب الجامعة. **مجلة كلية التربية في العلوم النفسية**، جامعة عين شمس، ٢٣ (٢)، ١٤ – ٨٠.

ربيعة علاونة (٢٠١٧). الانتماء وعلاقته بتحقيق الذات لدى الطالب الجامعي: دراسة ميدانية بجامعة محمد لمين دباغين سطيف ٢. **مجلة العلوم الإنسانية والاجتماعية**، جامعة قاصدي مرباح – ورقلة، ٣٠، ٢٣ – ٤٠.

سحر عبدالعظيم فرج (٢٠١٦). التفاؤل وعلاقته بأحداث الحياة الضاغطة لدى عينة من الشباب الجامعي دراسة سيكومترية – كلينيكية. **رسالة ماجستير**، كلية التربية، جامعة عين شمس.

سعد عبد الرحمن (٢٠٠٨). **القياس النفسي: النظرية والتطبيق** (ط ٥). الجيزة: هبة النيل العربية للنشر والتوزيع.

سُليمان عبد الواحد يوسُف (٢٠١٢). **قراءات في علم نفس الشخصية "الشخصية في سواءها وانحرافها"**. القاهرة: مؤسسة طيبة للنشر والتوزيع.

شاكر عبد الحميد سليمان (١٩٩٥). **علم نفس الإبداع**. القاهرة: دار غريب.

شوستروم (٢٠١٠). **اختبار التوجه الشخصي وقياس تحقيق الذات** (ط٣). ترجمة: طلعت منصور غبريال وڤيولا فارس الببلاوى، القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.

صالح فؤاد الشعراوي (١٩٩٤). أثر برنامج إرشادى فى تنمية تحقيق الذات لدى عينة من الشباب الجامعى. **رسالة دكتوراه**، كلية التربية ببنها، جامعة الزقازيق.

طلعت منصور غبريال (٢٠٠٦). **مهارات التعلم الذاتى**. الكويت: الجامعة العربية المفتوحة.

عزت عبد الحميد حسن (٢٠١١). **الإحصاء النفسى والتربوى: تطبيقات باستخدام برنامج SPSS 18**. القاهرة: دار الفكر العربى.

عزت عبد الحميد حسن (٢٠١٦). **الإحصاء المتقدم للعلوم التربوية والنفسية والإجتماعية: تطبيقات باستخدام برنامج ليزرل LISREL 8.8**. القاهرة: دار الفكر العربى.

علي حسين طبيل، وفراس محمود علي، وإيناس بهنام نقولا (٢٠٠٩). تقويم مستوى الاستقرار النفسي لدى العاملين في وحدات التربية الرياضية والفنية في كليات جامعة الموصل وعلاقته بتحقيق الذات. **مجلة أبحاث كلية التربية الأساسية**، جامعة الموصل، ٨ (٤)، ٣٤٩ – ٣٩٥.

ماجد ربحان ودعاني (٢٠٢٠). إدراكات المعلمين حول الإبداع في ضوء إطار مفاهيمي مقترح يربط الإبداع بالسلوكيات الإنسانية الإيجابية للتطور نحو تحقيق الذات. **مجلة جامعة جازان – للعلوم الإنسانية**، ٩ (١)، ١٧٢ – ٢٠٠.

مشيرة عبد الحميد اليوسفي (٢٠٠٢). تحقيق الذات والشعور بالأمن النفسى لدى المعيدين والباحثين بجامعة المنيا. **مجلة البحث فى التربية وعلم النفس**، كلية التربية، جامعة المنيا، ١٥(٣)، ٣٥٧ – ٣٩٤.

نجلاء فتحي الشيمي (٢٠٢١). فعالية برنامج قائم على التعلم التعاوني وأثره في تنمية تحقيق الذات لدى طلاب المرحلة الثانوية. **المجلة الدولية**

للدراسات التربوية والنفسية، مركز رفاد للدراسات والأبحاث، ٩ (٣)، ٨٧٨ – ٨٩٧.

نجوى إبراهيم عبد المنعم (٢٠٠٨). معنى الحياة وعلاقته بتحقيق الذات لدى عينة من الشباب الجامعي. **رسالة ماجستير**، كلية التربية، جامعة عين شمس.

نعيمة جمال الرفاعي (٢٠٠٤). مستوى تحقيق الذات في علاقته بأساليب مواجهة الضغوط النفسية لدى عينة من طلاب كلية التربية. **مجلة البحوث النفسية والتربوية**، كلية التربية، جامعة المنوفية، ١٩، ٣، ٣٤٥ – ٣٧٩.

نورا عصام سيد (٢٠٠٧). العلاقة بين هويه الأنا وتحقيق الذات لدى الشباب من الجنسين. **رسالة ماجستير**. كلية البنات، جامعة عين شمس.

Burleson, W. (2005). Developing creativity, motivation, and self-actualization with learning systems. *International Journal of Human-Computer Studies*, 63, 436-451.

French, S., & Joseph, S. (1999). Religiosity and its association with happineaa, purpose in life, and self-actualisstion. *Mental Health, Religion& cuture*, 2 |(2), 117-120.

Robins, R. W., Fraley, R. C., Roberts, B. W., & Trzesniewski, K. H. (2001). A longitudinal study of personality change in young audlthood. *Journal of Personality*, 69 (4|), 618-640.

Tang, J. (2001). Towards understanding the role of emotional Intelligence in Cross – Cultural adaptability in adults. PhD dissertation, retrieved from: www.proquest.com.

Wade, P. (2010). Relationship between pessimistic attributions and self-actualization in college students as measured by the SASQ and the SISA (Psy.D), Capella University, United States – Minnesota.