

الاسهام النسبي للرفاهية الذاتية في التنبؤ بتقدير الذات لدى عينة من المراهقين

وزارة التربية/ مديرية تربية بابل

م.د زمان سعود فليح

zmnp psycho@gmail.com

تاريخ استلام البحث : ٢٠٢٤/١٠/٧

تاريخ قبول البحث : ٢٠٢٤/١٢/١٧

الخلاصة :

هدف البحث الحالي تعرف درجة اسهام الرفاهية الذاتية بالتنبؤ بتقدير الذات لدى المراهقين، دلالة الفروق في متغيري البحث على وفق (الجنس - العمر). وتكونت عينة الدراسة من (ن=٢٠٠) من الطلاب بمرحلة المراهقة، طُبق عليهم مقياسي الرفاهية الذاتية ومقياس تقدير الذات ، وبعد إجراء المعالجات الإحصائية المناسبة؛ توصلت نتائج الدراسة إلى وجود علاقة إيجابية قوية بين الرفاهية الذاتية وتقدير الذات للمراهقين ، لا تختلف الرفاهية الذاتية باختلاف النوع والعمر، ولا يختلف تقدير الذات باختلاف المتغيرات الديموجرافية، وأوضحت نتائج الدراسة إسهام الرفاهية الذاتية في التنبؤ بتقدير الذات للمراهقين

الكلمات المفتاحية : الرفاهية الذاتية، تقدير الذات، المراهقين، علم النفس الايجابي

The relative contribution of subjective well-being in predicting self-esteem among a sample of adolescents

Instructor Doctor zaman saud flayyih

Ministry of Education / Directorate General of Babylon

zmnp psycho@gmail.com

Date received: 7/10/2024

Acceptance date: 17/12/2024

Abstract:

The goal of the current research is to know the degree to which subjective well-being contributes to predicting self-esteem among adolescents, and the significance of the differences in the two research variables according to (gender - age). The study sample consisted of (n=200) students in adolescence, to whom two measures of subjective well-being and a measure of self-esteem were applied, after conducting appropriate statistical treatments ; The results of the study found that there is a strong positive relationship between subjective well-being and self-esteem for adolescents. Subjective well-being does not differ according to gender and age, nor does self-esteem differ according to demographic variables. The results of the study demonstrated the contribution of subjective well-being in predicting adolescents' self-esteem.

Keywords: Subjective well-being, Self-esteem, Teenagers, Positive psychology.

التعريف بالبحث/الفصل الأول

مشكلة الدراسة وتساؤلاتها:

تنبثق مشكلة الدراسة من خلال راغدين أساسيين هما:

الراغد الشخصي : انطلاقاً من معاشه الباحث لهذه الظاهرة في المجتمع ، وما يصاحب ذلك من نقص في الرفاهية الذاتية، وضعف تقدير الذات لدى الطلبة المراهقين، مما ساهم في الشعور بالمشكلة ودفع الباحث لتلمس الراغد البحثي . و كان من الطبيعي في ضوء الراغد الشخصي إتمام الوجه الثاني له (الراغد البحثي)؛ بهدف استجلاء المفاهيم، وتمحيص النظريات، وتحليل الدراسات، والاستفادة من المقاييس، والوقوف على سبل التنمية، ومن ثم فقد تم زيارة المكتبات التالية (جامعه بغداد، جامعة بابل، وجامعة القادسية)، فضلاً عن زيارة أهم مواقع البحث العلمي.

ومن خلال مراجعة التراث النظري المرتبط بمتغيرات الدراسة يمكن صياغة مشكلة الدراسة عبر المحورين التاليين:

المحور الأول: الرفاهية الذاتية و المتغيرات الديموجرافية (النوع، العمر) في دراسة كلا من (رانيا عبد العظيم، ٢٠١٩) ؛ (Asudmalk,2011) ؛ (Yinwu,2013) ؛ (فاطمه التلمساني ، ٢٠١٥) عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الرفاهية الذاتية ترجع إلى اختلاف النوع (ذكور ، إناث) . بينما أظهرت نتائج دراسة (Lahdenpera,2018) أن الذكور أعلى كفاءة ذاتية من الاناث، بينما كانت الاناث أعلى تنظيم انفعاليا من الذكور .

أما بالنسبة للرفاهية الذاتية ومتغير العمر فقد أظهرت دراسة كلا من (طه ، ٢٠٠٨) ؛ (الشناوي ، ٢٠١١) عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الرفاهية الذاتية ترجع إلى اختلاف العمر .

المحور الثاني: تقدير الذات و المتغيرات الديموجرافية (الجنس، العمر) في دراسة كلا (عبد الحق بركات ، ٢٠٠٨) ؛ (نجيبه بكيري، ٢٠١٨) ؛ (احمد اسماعيل الالوسي ، ٢٠١٤) عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في تقدير الذات ترجع إلى اختلاف النوع (ذكور ، إناث) .

وفي ضوء ما تقدم نحدد مشكلة الدراسة من خلال الأسئلة الآتية:-

١- ما مدى تباين الرفاهية الذاتية وتقدير الذات بتباين المتغيرات الديموجرافية؟

٢- ما مدى قدرة الرفاهية الذاتية في التنبؤ بتقدير الذات لدى عينة الدراسة؟

أهمية البحث : تتمثل أهمية أي دراسة في قيمة الموضوع الذي تتناوله والفئة المستهدفة في الدراسة، ونظراً لقيمة متغيرات الدراسة في التراث السيكولوجي وأهمية فئة الطلبة في المجتمع فإن الباحث يرى أن أهمية هذه الدراسة تتمثل في الجانبين: أولهما الجانب النظري والثاني التطبيقي.

(أ) الأهمية النظرية:

- ١- تُعَدُّ هذه الدراسة - في حدود اطلاع الباحث - من الدراسات القليلة التي تناولت الرفاهية الذاتية وتقدير الذات لدى المراهقين من الطلبة وبالتالي فقد تُمَثِّل إضافة في هذا المجال.
- ٢- هذه الدراسة تنتمي لعدة مجالات، علم النفس الايجابي حيث تتناول الرفاهية الذاتية وتقدير الذات وهما من ركائز علم النفس الإيجابي، كما أن ربط الرفاهية الذاتية وتقدير الذات يعتبر حلقة وصل بين الصحة النفسية وعلم النفس الايجابي، كما تنتمي لعلم النفس التربوي حيث تجري الدراسة على عينة من الطلبة المراهقين، دراسة كهذه تنتمي لعدة مجالات بحثية ؛ فهذا يعطيها أهمية خاصة.
- ٣- أهمية الفئة التي تناولتها الدراسة الحالية وهي الطلبة، وهم فئة، وذلك من اجل فهم فهم سيكولوجية هؤلاء الطلبة وحاجاتهم، والتعرف على نقاط القوة والضعف، فهم فئة بحاجة إلى أن نتفهم مظاهر الشخصية لديهم، نتيجة لما يفرضه عليهم من ضغوط تؤثر في توافقهم النفسي.
- ٤- إثراء المعرفة السيكولوجية بالأطر النظرية لبعض المتغيرات النفسية في الدراسات النفسية العراقية.

(ب) الأهمية التطبيقية:

- ١- قد تضيف الدراسة الحالية إضافة معرفية إلى ميدان البحوث النفسية المتعلقة بدراسة الرفاهية النفسية وتقدير الذات وهو الأمر الذي قد يُسهم في تبني عدد من الباحثين مستقبلاً دراسات تهتم بهم.
 - ٢- اعتمدت هذه الدراسة على المنهج الوصفي التنبؤي، حيث تسهم في الكشف عن خصائص الظاهرة ، وتباين مفرداتها بتباين المتغيرات الديموجرافية. وذلك يؤدي إلى تحسين مستوى المذاكرة لدى الطلبة وبالتالي يساهم في رفع مستواهم الدراسي.
 - ٣- يمكن أن تفيد نتائج البحث الحالي الوزارة المعنية (وزارة التربية) في التعرف على أهمية الرفاهية الذاتية في تنمية تقدير الذات عند الفئة المستهدفة.
 - ٤- بناء على نتائج الدراسة المتوقعة يمكن إعداد دورات إرشادية تهدف إلى أحداث التكيف اللازم لمواجهة الضغوط الحياتية، و المواقف الحياتية التي يعيشها الطلاب خلال فترة الدراسة.
- أهداف الدراسة :في ضوء أسئلة الدراسة يمكن التعرف على:

- ١- مدى إمكانية التنبؤ بتقدير الذات من خلال الرفاهية الذاتية لدى عينة الدراسة .
- ٢- مدى تباين الرفاهية الذاتية وتقدير الذات بتباين المتغيرات الديموجرافية (الجنس- العمر).

فروض البحث:

في ضوء نتائج الدراسات السابقة والشواهد الميدانية نصوغ فروض البحث على النحو الآتي:

- ١- تتباين الرفاهية الذاتية وتقدير الذات لدى المراهقين بتباين المتغيرات الديموجرافية.
- ٢- الرفاهية الذاتية كمتغير منبئ بتقدير الذات لدى المراهقين .

حدود البحث:

تحدد الدراسة بالحدود الآتية:

١. الحدود البشرية: طلبة المرحلة الثانوية في مديرية تربية بابل ولكلا الجنسين.
٢. الحدود المكانية: تم تطبيق مقاييس الدراسة على عينة المراهقين الذي تتراوح اعمارهم بين (١٣ - ١٨) سنة ضمن طلاب المرحلة الثانوية بمديرية تربية بابل.
٣. الحدود الزمانية: تم تطبيق أدوات الدراسة على عينة من طلاب المرحلة الثانوية بمديرية تربية بابل، وذلك خلال الفصل الدراسي الأول من العام ٢٠٢٣ - ٢٠٢٤، وفي ضوء ذلك يُرجى مراعاة خصائص العينة في حالة تعميم نتائج الدراسة (فؤاد أبو حطب؛ آمال صادق، ٢٠١٠: ٨٥).

تحديد مصطلحات:

- الرفاهية الذاتية Subjective well-being

عرفها كل من:

- ١-"هيفرون" (Hefferon,2011) بأنها ارتفاع الرضا عن الحياة، وهو يمثل المكون المعرفي للسعادة عند الأفراد وأن ارتفاعه يؤثر بشكل إيجابي في الحياة بينما يؤثر انخفاضه بشكل سلبي في الحياة.
 - ٢-"أحمد جاد الرب" (٢٠١٣) بأنها: تمتع الفرد بالصحة النفسية الجيدة والإيجابية والقدرة على متابعة الأهداف ذات المغزى وإقامة روابط مع الآخرين.
 - ٣-"بونتن" (Pontine et al,2013) بأنها إدراك الافراد لرفاهيتهم النفسية وصحتهم الجسدية وعلاقاتهم مع الآخرين ومع البيئة، عن طريق تقييمهم لمشاعرهم وخبراتهم واستجاباتهم السلوكية أثناء التعامل مع البيئة المحيطة بهم " .
- أما التعريف الإجرائي للرفاهية الذاتية بأنها" الدرجة التي يحصل عليها الطالب من خلال أجابته على فقرات مقياس الرفاهية الذاتية المستخدم في هذا البحث.

- تعريف تقدير الذات self esteem :

عرفه كل من:

- ١- (مصطفى عبد الفتاح، ١٩٩٣) بأنه : هو نظرة الفرد واتجاهه نحو ذاته ومدى تقديره لها من الجوانب الاسرية ، والمهنية ، والعملية
 - ٢- "ريزوني" (Reasoner, 2005) بأنه: "الميل إلى النظر للذات على أنها قادرة على التغلب على تحديات الحياة وأنها تستحق النجاح والسعادة".
 - ٣- "هان وكيم" (Han & Lim, 2020: 2) بأنه: التقييم السلبي أو الإيجابي المؤثر على الفرد حول مدى قدرته على تحقيق الأهداف، ويتأثر هذا التقييم بعدد من العوامل كالقدرات العقلية، ومستوى الذكاء، وصورة الجسد، والثقة بالنفس.
- أما التعريف الإجرائي لتقدير الذات بأنها" الدرجة التي يحصل عليها الطالب من خلال أجابته على فقرات مقياس تقدير الذات المستخدم في هذا البحث.

الفصل الثاني : الاطار النظري

أولاً. الرفاهية الذاتية Subjective well-being :

يستخدم مفهوم الرفاهية الذاتية في العديد من السياقات والنظم العلمية ، ويحمل معاني متباينة وفقاً لذلك ، إلا أن المجال الرئيسي الذي يتردد فيه هذا المفهوم بصورة مكثفة في الوقت الراهن هو مجال علم النفس الإيجابي ؛ ارتفاع الرضا عن الحياة، وارتفاع الرضا عن الحياة يؤثر إيجاباً في الحياة، وانخفاضه يؤثر سلباً في الحياة، ويمثل الرضا عن الحياة المكون المعرفي للسعادة عند الأفراد ، وأثبتت الدراسات أنه عندما تكون الرفاهية الذاتية في مستوى منخفض يصاب الفرد بالضيق والعواطف السلبية والإرهاق ولا يستفيد بشكل كامل من إمكانيات القيام بالأنشطة ، لكن عندما يكون في مستوى مرتفع يكون الفرد مملوء بالطاقة الإيجابية والنشاط والبهجة والنظرة الإيجابية للحياة والرضا عن الحياة.

وأشار "دينر" (Diener, 2000) إلى أن الرفاهية الذاتية تشتمل على مكونين أساسيين هما، المكون الوجداني: والذي يشير إلى توافر المشاعر الايجابية أو فقدان التأثيرات السلبية وهو ما أطلق عليه فينهورف" venhoven, 1989 " الشعور بالكينونة والاحساس بالرضا والانجاز في الحياة. والمكون المعرفي: وهو ذلك التقييم الذي يصدره الفرد على مدى جودة الحياة التي يعيشها بحلولها ومرها بعزها وقساوتها وخصبها. فالرضا عن الحياة مكون من المكونات المعرفية للرفاهية الذاتية، والسعادة مكون وجداني للرفاهية الذاتية، في حين أن الرفاهية الذاتية هي الجزء الذاتي من نوعية الحياة وهي الخاصية التي جعلت منها متغير يدخل ضمن إطار تخصص علم النفس على غرار السعادة، و الرضا عن الحياة ، ونوعية الحياة.

نظريات المفسرة للرفاهية الذاتية:

١-نظرية رايف **Ryff,1989**: ترى رايف ان الرفاهية الذاتية تعتمد على ستة عوامل يمكن من خلالها نجد الرفاهية الذاتية عند الناس وهي: تقبل الذات: يحقق ذاته حسب ما يمتلك من امكانيات، العلاقات الايجابية: اقامة علاقات مقبولة مع الآخرين، التطور الشخصي: تطوير امكانياته باستمرار، الهدف من الحياة: ان يكون للفرد هدف من وجوده في الحياة ويسعى أن يصل له، التمكن البيئي: اختيار مكان عيش يمكن من خلاله يحقق ذاته، والاستقلال الذاتي: القدرة على تحديد مصيره وحياته(Ryff, 2008).

٢- **نظرية التكيف**: "ليكين وتيليجان" (Lekin&Telligan,1996): إن البشر لديهم ميول تطويرية فريدة من نوعها للرد بقوة على الأحداث الجارية، حيث يتكيفون مع الواقع المعاش، ولكن هذا يقل بمرور الوقت، ويقترح الباحثان أن البشر يصلون إلى نقطة معينة في السعادة، وبعدها تأتي أخبار سيئة، فإنهم يميلون إلى التكيف مع هذه الأحداث والعودة إلى المستويات السابقة من الرفاهية، وهذه العملية التطورية تسمى التكيف، وأشارت دراسة حديثة إلى أن عدد الأحداث الإيجابية المباشرة يؤثر على عدد من المشاعر الإيجابية مما يساعد على الرفاهية، إضافة إلى وجود الرغبة الجوهرية في التغيير.

ثانياً. تقدير الذات self – esteem

المفاهيم المتداخلة لتقدير الذات :

١-تحقيق الذات: أن تحقيق الذات هو السعي وراء التفوق والأفضلية والكمال التام، ويعتقد (ميخائيل إبراهيم اسعد، ١٩٨٢: ٣٤) من جهته أن اختيار وتخطيط المراهق لمستقبله له أهميته الخاصة في وعي المراهق لنفسه، وتحقيق ذاته كشخصية مستقلة وفعالة.

٢-تأكيد الذات: أن تأكيد الذات هو ذلك الدافع الذي يجعل الإنسان في حاجة إلى التقدير، الاعتراف، والاستقلال والاعتماد على النفس، وهو أيضا تلك الرغبة في السيطرة على الأشياء والرغبة في التزعم والسعي الدائم لإيجاد المكانة والقيمة الاجتماعية، ويعمل حافز تأكيد الذات على إشباع تلك الرغبة، هذا ويميل ماسلو "maslow" إلى القول أن تأكيد الذات يعني النمو بدرجة عالية للقدرات والسمات الشخصية، هذا التطور يتدخل فيه "الأنا" نفسه من أجل نضجه وتوظيفه العقلاني وتنسيقه لها(أميزان زبيدة، ٢٠٠٧: ٤٤).

٣-تقبل الذات : حسب موسوعة علم النفس والتحليل النفسي هو رضا الفرد عن نفسه وعن صفاته وقدراته وإدراكه لحدوده، وهو اتجاه كون المرء راضيا عن نفسه وعن استعداداته، وعن معرفته، وعن إدراكه لحدوده، وهو اتجاهه نحو ذات المرء وخواصه الشخصية، فهناك تعرف موضوعي وغير انفعالي على قدرات وحدود فضائله ونقائصه من غير حساسية، ولا لزوم له بالفخر أو لوم النفس. كما أن المراهق الذي يتقبل ذاته، يتقبل مجابهة الحياة ببعدها السلبي والإيجابي بواقعية، كما يشعر من يتقبل ذاته أن

له الحق في أن يتكلم ويعيش ويستخدم طاقته، وينمي اهتماماته دون الإحساس بالذم و العار، أو الرفض لذاته فهو نقيض المستقبل لها، غير مرتاح لنفسه يلومها ولا يقيمها أو حتى انه يكرهها (أحمد لزك، ٢٠١١: ٢٣)

نظريات المفسرة لتقدير الذات:

١-نظرية "روزنبرج" 1965, Rosenberg: تدور أعمال روزنبرج حول محاولته دراسة نمو وارتقاء سلوك تقييم الفرد لذاته، وذلك من خلال المعايير السائدة في الوسط الاجتماعي المحيط به، وقد اهتم بصفة خاصة بتقييم المراهقين لذواتهم، وأوضح أنه عندما نتحدث عن التقدير المرتفع للذات فنحن نعني أن الفرد يحترم ذاته ويقيمها بشكل مرتفع بينما تقدير الذات المنخفض أو المتدني يعني رفض الذات أو عدم الرضا عنها. لذلك نجد أن أعمال روزنبرج قد دارت حول دراسة نمو ارتقاء سلوك تقييم الفرد لذاته وسلوكه من زاوية المعايير السائدة في الوسط الاجتماعي المحيط بالفرد. واهتم بالدور الذي تقوم به الأسرة في تقييم الفرد لذاته وعمل على توضيح العلاقة بين تقدير الذات الذي يتكون في إطار الأسرة وأساليب السلوك الاجتماعي اللاحق للفرد فيما بعد واعتبر أن تقدير الذات مفهوم يعكس اتجاه الفرد نحو نفسه (مروة عبد المحسن، ٢٠٢٠: ١٢).

٢-نظرية كوبر سميث 1981, cooper smith: يرى "كوبر سميث" أن تقدير الذات يتضمن كلا من عمليات تقييم الذات و ردود الافعال والاستجابات الدفاعية وعلى عكس "رو زنبرج" لم يحاول "كوبر سميث" أن يربط أعماله في تقدير الذات بنظرية أكبر وأكثر شمولاً. ولكنه ذهب إلى أن تقدير الذات مفهوم متعدد الجوانب ، ولذا فإن علينا ألا ننغلق داخل منهج واحد أو مدخل معين لدراسته ، بل علينا أن نستفيد منها جميعاً لتفسير الاوجه المتعددة لهذا المفهوم ، ويؤكد "كوبر سميث" بشدة على أهمية تجنب فرض الفروض غير الضرورية (ماريان محمد، ٢٠١٩: ٢٩).

ثالثاً. الدراسات السابقة

١-دراسات تناولت الرفاهية الذاتية:

أجرت "كتجه" (Katja, 2002) دراسة تناولت العلاقة بين الرفاهية الذاتية (SWB)، والرضا المدرسي، والسلوك الصحي لطلاب المدارس الثانوية الفنلندية، وذلك على عينة تكونت من ٢٤٥ (مراهق) من الطلاب المراهقين. استخدم الباحث مقياس الرفاهية الذاتية، ومقياس الرضا المدرسي، ومقياس السلوك الصحي. أوضحت نتائج الدراسة أن الرضا المدرسي، والرضا عن الجسم، والصحة الجيدة التي يتم تقييمها ذاتياً، تفسر ٥٠% من التباين في الرضا العالمي بين الإناث المجهيات. بالنسبة للذكور، تضمنت أهم المؤشرات للرضا العالمي، بالإضافة إلى تلك التي لوحظت بين الفتيات، شرب الكحول منخفض الكثافة والذي فسر ٣١% من التباين. كانت الارتباطات الأكثر أهمية للاعتلال العالمي للإناث هي عدم الرضا المدرسي، والصحة المعتدلة ذات التقييم الذاتي، وهوما يفسر ٣٤% من التباين.

أما "بين" (Ben,2003) فقد هدفت دراسته إلى بحث ارتباط العوامل الشخصية والأبوية بالرفاهية الذاتية (SWB) لدى المراهقين. وذلك على عينة تكونت من مجتمعين المجموعة الأولى ٩٧ طالباً جامعياً والمجموعة الثانية ١٨٥ مراهقاً. استخدم الباحث مقياس الإتيقان المتصور ومقياس التأثير المستخدم. أوضحت نتائج الدراسة أظهرت الارتباطات أن الإتيقان والتفاؤل يرتبطان سلباً بالتأثير السلبي (NA) ويرتبطان بشكل إيجابي بالتأثير الإيجابي (PA).

وتناولت دراسة "لينا هولبين" (LeenaHolopainen, 2012) العلاقة بين الكفاءة الاجتماعية والرفاهية النفسية للمراهقين. دور صعوبات التعلم الأكاديمية مع الكفاءة الاجتماعية والرفاهية النفسية، وذلك على عينة تكونت من ١١٨ طالب وطالبة في مرحلة المراهقة. استخدم الباحث مقياس الرفاهية لاجتماعية، ومقياس الكفاءة الاجتماعية، ومقياس صعوبات التعلم الأكاديمية. أوضحت نتائج الدراسة أن الرفاهية النفسية ترتبط بزيادة مهارات التعاون وانخفاض مستويات الاندفاع والاضطراب، كما تتنبأ مهارات التعاون بالصحة النفسية للعام الثالث، عندما تم التحكم في التأثير القوي للرفاهية النفسية في السنة الأولى.

كما تناولت دراسة "كيسنثونس" (Katsantonis,2022) العلاقة بين الرفاهية الذاتية وتقدير الذات، وذلك على عينة تكونت من (١١٢٣١) مراهقاً. استخدم الباحث مقياس الرفاهية الذاتية ومقياس تقدير الذات. أظهرت نتائج الدراسة أن الرفاهية الذاتية كانت غير مستقرة من الناحية التنموية، وأن تقدير الذات تتبأ بتغيرات لاحقة في الرفاهية الذاتية. كما توصلت الدراسة أن انخفاض الرفاهية الذاتية (SWB) يرتبط بالغالب في انخفاض الرضا عن سياقات المدارس الثانوية والعلاقات مع الأقران.

٢-دراسات تناولت تقدير الذات:

هدفت دراسة "كوكريم" (Cockrum,2002) إلى الكشف عن العلاقة بين الرضا عن الحياة وتقدير الذات والتفاعل الاجتماعي والشعور بالوحدة العاطفية لدى عينة من الراشدين، وذلك على عينة تكونت من (١٢٠) طالب وطالبة بمرحلة المراهقة. استخدم الباحث مقياس الرضا عن الحياة، ومقاييس تقدير الذات والتفاعل الاجتماعي والشعور بالوحدة العاطفية. أوضحت نتائج الدراسة وجود علاقة سالبة بين الرضا عن الحياة والشعور بالوحدة العاطفية، كذلك وجود علاقة ارتباطية موجبة بين الرضا عن الحياة وتقدير الذات والتفاعل الاجتماعي. كما أثبتت نتائج الدراسة أن تأثير مشاعر الوحدة العاطفية والعزلة يمثلان ٤٩% من تغير مستوى الرضا عن الحياة.

بحثت دراسة "برندرجت" (Barendregt,2016) العلاقة الطولية بين الرفاه العام وتقدير الذات لدى المراهقين الذكور المصابين باضطرابات نفسية حادة، وذلك على عينة تكونت من (١١٦) مراهقاً. استخدم الباحث مقياس الرفاه العام، ومقياس تقدير الذات. أوضحت نتائج الدراسة أن مفاهيم الرفاهية العامة وتقدير الذات كانت مفاهيم مستقرة مع مرور الوقت، كما توصلت الدراسة قدرة مفهوم الرفاه العام بالتنبأ بشكل ايجابي بتقدير الذات أما تقدير الذات فقد تتبأ بالرفاه العام بشكل سلبي.

كما أجرى "تشيان يانغ" (QianYang,2019) دراسة تناول فيها العلاقات بين التحصيل الأكاديمي وتقدير الذات والرفاهية الذاتية (SWB)، وذلك على عينة تكونت من (٨٠٧) طالب. استخدم الباحث المنهج الوصفي ذات الدراسات الطولية. أوضحت نتائج الدراسة (أ) التحصيل الأكاديمي تتباً بشكل إيجابي ببرامج الرعاية الاجتماعية اللاحقة في المدرسة؛ (ب) توسط تقدير الذات العلاقة بين التحصيل الأكاديمي والرفاهية الذاتية (ج) لوحظت علاقات ثنائية الاتجاه كبيرة بين تقدير الذات والرفاهية الذاتية في المدرسة.

وهدف دراسة (سارة احمد زيدان ،٢٠٢٠) إلى بحث العلاقة بين الرفاهية الذاتية وتقدير الذات لدى الطلبة، وذلك على عينة تكونت من (٦٠) طالب . استخدم الباحث مقياس الرفاهية الذاتية ومقياس تقدير الذات. أوضحت نتائج الدراسة أن هنالك ارتباط موجب بين الرفاهية الذاتية وتقدير الذات لدى طلاب الجامعة ، ويوجد اختلاف دالة إحصائية بين درجتي مجموعتي الذكور والإناث على درجاتهم الكلية لمقياس الرفاهية الذاتية لصالح الإناث ، كما يوجد اختلاف دالة إحصائية بين درجتي مجموعتي الذكور والإناث على درجاتهم الكلية لمقياس تقدير الذات لصالح الإناث.

الفصل الثالث

منهجية البحث

مجتمع وعينة البحث

الاجراءات الاحصائية

منهجية البحث: المنهج المُتَّبَع في الدراسة الحالي هو المنهج الوصفي التَّبْوِي، وذلك لمناسبته للهدف المراد تحقيقه من هذا البحث.

مجتمع البحث: يتكون مجتمع البحث من طلاب المرحلة الثانوية بمديرية تربية بابل والبالغ عددهم (٢٨١٧٦٠) طالب وطالبة.

عينة البحث: تكونت عينة الدراسة الحالية من (٢٠٠) طالب وطالبة ضمن مديرية تربية بابل. واعتمد الباحث في اختيار العينة على الطريقة الطبقيّة ذات التوزيع المتساوي، إذ تم اخذها عن طريق توزيع استبيان البحث على مدارس موزعة بصورة عشوائية وضمن مناطق متباينة في مركز المدينة وذلك لضمان تجانس افراد العينة والحصول على نتائج دقيقة وصحيحة يمكن الوثوق بها وجدول (١) يوضح توزيع أفراد عينة الدراسة على بعض المدارس بالمحافظة.

جدول (١)

توزيع أفراد عينة الدراسة على بعض المدارس بمحافظة بابل

المدرسة	ث/ الحلة	ع/ الثورة	ث/ المناقب	ع/ الابرار	ث/ المدائن	ع/ الغزالي	ع/ ميسلون	ث/ النخيل	ث/ التوحيد	ع/ الجماهير	م/ الصفاء	م/ الزاهر	المجموع الكلي
الذكور	١٠	---	١٠	١٠	١٠	١٠	-	١٠	١٠	١٠	١٠	١٠	١٠٠
الاناث	-	١٠	١٠	-	١٠	١٠	١٠	١٠	١٠	١٠	١٠	١٠	١٠٠
مجموع الطلاب من كل مدرسة	١٠	١٠	٢٠	١٠	٢٠	٢٠	١٠	٢٠	٢٠	٢٠	٢٠	٢٠	
المجموع الكلي	٢٠٠												

الأدوات المستخدمة في البحث:

استخدم الباحث مجموعة من الأدوات التي تتفق مع أهداف الدراسة، واشتملت هذه الأدوات على الآتي:

أولاً مقياس الرفاهية الذاتية: تبنى الباحث مقياس الرفاهية الذاتية "لرسمري" Rosemary, 2006. يتكون من (٤٢) عبارة لقياس الرفاهية الذاتية وهي موزعة على ست أبعاد بواقع (٧) عبارات لكل بعد من الأبعاد الستة وهي ١- الاستقلال الذاتي (١- ٢- ٣- ٤- ٥- ٦- ٧) ٢- التمكين البيئي (٨- ٩- ١٠- ١١- ١٢- ١٣- ١٤) ٣- التطور الشخصي (١٥- ١٦- ١٧- ١٨- ١٩- ٢٠- ٢١) ٤- العلاقات الايجابية مع الآخرين (٢٢- ٢٣- ٢٤- ٢٥- ٢٦- ٢٧- ٢٨) ٥- الحياة الهادفة (٢٩- ٣٠- ٣١- ٣٢- ٣٣- ٣٤- ٣٥) ٦- تقبل الذات (٣٦- ٣٧- ٣٨- ٣٩- ٤٠- ٤١- ٤٢). قام بترجمته إلى اللغة العربية سمية أحمد جمال، ٢٠١١. وقد استخدمته (مروة محمود أحمد، ٢٠٢٢) لدى عينة من المراهقين. وتتم الاجابة على فقرات المقياس من خلال ميزان خماسي مُكوّن من (تنطبق عليّ دائماً) وتعطى خمس درجات، و(تنطبق عليّ غالباً) وتعطى أربع درجات، و(تنطبق عليّ أحياناً) وتعطى ثلاث درجات، و(لا تنطبق عليّ نادراً) وتعطى درجتين، و(لا تنطبق عليّ مطلقاً) وتعطى درجة واحدة.

التحليل الاحصائي لفقرات مقياس الرفاهية الذاتية:

يهدف التحليل الاحصائي لفقرات المقياس، واختيار الفقرات التي تقيس سمة معينة قياساً دقيقاً بواسطة استعمال الاساليب الاحصائية المناسبة والتعرف على القوة التمييزية للفقرات (علام، ٢٠٠٠: ٢٦٧)، وقد تم تطبيق مقياس الرفاهية الذاتية على عينة مكونة من (٢٠٠) طالب وطالبة، اختبروا عشوائياً من مجتمع البحث ومن غير عينة البحث.

١- المجموعتين المتطرفتين. Contrasted Groups

لغرض اجراء التحليل بهذا الاسلوب اتبع الباحث الخطوات الآتية:

١. تطبيق فقرات مقياس تنظيم الذات على عينة التحليل الاحصائي البالغ عددها (٢٠٠) طالب وطالبة.

٢. تصحيح اجابات العينة لإيجاد الدرجة الكلية لاستجابة كل طالب و طالبة عن فقرات المقياس.
٣. ترتيب درجات الطالبات ترتيباً تنازلياً لاختيار (٢٧%) من الاستثمارات التي حصلت على أعلى الدرجات لتكون المجموعة العليا، واختيار (٢٧%) من الاستثمارات التي حصلت على درجات منخفضة لتكون المجموعة الدنيا.
٤. استخراج معامل التمييز باستعمال اختبار (T-test) لعينتين مستقلتين لاختبار الفرق بين المجموعتين العليا والدنيا، ولكل فقرة من فقرات المقياس، وقورنت القيمة التائية المحسوبة لكل فقرة للقيمة التائية الجدولية وتبين أن جميع الفقرات مميزة عند مستوى الدلالة (٠.٠٥) ومقارنتها مع القيمة الجدولية والبالغة (١,٩٦) والجدول (٢) يوضح ذلك

جدول (٢)

القوة التمييزية لفقرات مقياس تنظيم الذات بطريقة المجموعتين المتطرفتين

رقم الفقرة	المجموعة العليا		المجموعة الدنيا		القيمة التائية المحسوبة	النتيجة
	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري		
١	٣,٥٤٣	١,٢٧٦	٢,٢٧٧	١,١٩١٣	٩,٢٢٦	دالة
٢	٣,٣٥١	١,٣٥٨	١,٩٢٥	١,١٥٥٩	١٠,١٧٧	دالة
٣	٤,١٤٨	١,٠٩٣	٢,٩٧٥	١,٢٨٩٩	٨,٨٢٨	دالة
٤	٤,٤٥٦	٠,٩٣٣	٣,٥٦١	١,٢١٠٤	٧,٤٥٤	دالة
٥	٣,٢٤٠	١,٣٩٥	٢,٢١٦	١,٢٨٤٠	٦,٨٧٧	دالة
٦	٣,١٤٨	١,٣٤٧	١,٩١٣	١,٠٩٩٩	٩,٠٣٣	دالة
٧	٤,٣٠٢	١,٠٤٠	٣,٢٢٢	١,٣٤٦٧	٨,٠٨٠	دالة
٨	٤,٣٢٧	٠,٩٠٤٣	٣,٧٧٧	١,٢١٠	٤,٦٢٧	دالة
٩	٣,٩٩٣	١,١٠٦	٣,٠٤٩	١,٢٩٤	٧,٠٦١	دالة
١٠	٤,٢٠٣	٠,٩٧٨	٣,٠٠٠	١,٠٦٩	١٠,٥٦٩	دالة

رقم الفقرة	المجموعة العليا		المجموعة الدنيا		القيمة التائية المحسوبة	النتيجة
	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري		
١١	٤,٤٨١	٠,٨٤٣	٣,٦٨٥	١,١٨٢	٦,٩٨١	دالة
١٢	٤,٦٣٥	٠,٨٢٤	٣,٩٩٣	١,٠٤٢	٦,١٤٧	دالة
١٣	٤,٤٤٤	٠,٩٣٩	٣,٥١٨	١,٢٢٢	٧,٦٤٦	دالة
١٤	٤,٢٤٠	١,٠٠١	٣,٣٠٢	١,٢٣١	٧,٥٢٢	دالة
١٥	٤,٤٧٥	٠,٨٧١	٣,٤٩٣	١,٥٣٣	٧,٠٨٢	دالة
١٦	٣,٨٧٦	١,٠٥٠	٢,٥٨٠	١,٢٥٤	١٠,٠٨٤	دالة
١٧	٣,٤٥٦	١,٢٣٦	٢,٠٢٤	١,٣٠٩	١٠,١٢٢	دالة
١٨	٣,٨٨٢	١,٢٠٢	٢,٥٨٦	١,٢٣٩	٩,٥٥٥	دالة
١٩	٣,٨٤٥	١,١٠٦	٢,٥٨٠	١,١٠١	١٠,٣١٤	دالة
٢٠	٣,٧٦٥	١,١٦٦	٢,٩٥٠	١,٣٧٧	٥,٧٤٥	دالة
٢١	٣,٦١١	١,٣٦١	٢,٤٣٨	١,٣٠٤	٧,٩١٧	دالة
٢٢	٤,٢٤٠	٠,٩٦٣	٢,٨٧٠	١,٣٣٨	١٠,٥٧٦	دالة
٢٣	٤,١٤٨	١,١٢١	٢,٣٩٥	١,٢٨٢	١٣,٠٩٩	دالة
٢٤	٤,٤٥٦	٠,٩٥٢	٣,٢٢٨	١,٤١١	٩,١٨٣	دالة
٢٥	٤,٠٢٤	١,٢٣٥	٢,٥٦٧	١,٤٠٩	٩,٨٩٢	دالة

رقم الفقرة	المجموعة العليا		المجموعة الدنيا		القيمة التائية المحسوبة	النتيجة
	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري		
٢٦	٣,٨٢٧	١,١٩٨	٢,٤١٣	١,٢٨٣	١٠,٢٤٦	دالة
٢٧	٣,٥٣٠	١,٣٤٢	١,٩٣٨	٠,٩٩٤	١٢,١٢٨	دالة
٢٨	٣,٣٦٤	١,٣٦٨	١,٩٨٧	١,٢٣١	٩,٥١٨	دالة
٢٩	٤,٥١٨	٠,٨٠٥	٣,٨٣٣	١,٦٢٣	٤,٨١١	دالة
٣٠	٢,٩٨١	١,٣٠٦	٢,٣٥٨	١,١٥٠	٤,٥٥٧	دالة
٣١	٤,٠١٢	١,١٥٨	٢,٩٨١	١,٣٤٤	٧,٣٩٤	دالة
٣٢	٤,٥٩٢	٠,٧٥٢	٣,٩٢٥	١,٢٥٨	٥,٧٨٦	دالة
٣٣	٣,٩٥٦	١,٢٣٧	٣,١٧٩	١,٢٧٥	٥,٥٧٠	دالة
٣٤	٣,٦١١	١,٣٦١	٢,٣٠٨	١,٢٢٢	٩,٠٦٠	دالة
٣٥	٣,٥٦١	١,٣٣٧	٢,٤٤٤	١,٢٨٥	٧,٦٦٧	دالة
٣٦	٤,١٩٧	١,١٦٨	٢,٩٩٣	١,٢٦٣	٨,٩٠٤	دالة
٣٧	٤,٦٤٨	٠,٧٩٩	٣,٨٠٨	١,٦٢٨	٥,٨٨٩	دالة
٣٨	٤,٠٤٣	١,٠٢٩	٢,٩١٩	١,٤٢٢	٨,١٤١	دالة
٣٩	٣,٤٩٣	١,٣٠٥	٢,٥٥٥	١,٢٨٥	٦,٥١٨	دالة
٤٠	٣,٥٣٠	١,٢٢٦	٢,٣٣٣	١,١٥٢	٩,٠٥٣	دالة

رقم الفقرة	المجموعة العليا		المجموعة الدنيا		القيمة التائية المحسوبة	النتيجة
	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري		
٤١	٣,١٩٧	١,١٦٨	٢,٩٩٣	١,٢٦٣	٨,٩٠٤	دالة
٤٢	٤,٥٤٨	٠,٧٩٩	٣,٨٠٨	١,٦٢٨	٥,٨٨٩	دالة

* جميع الفقرات مميزة عند مقارنتها بالقيمة الجدولية ١.٩٦ عند مستوى دلالة (٠.٠٥) .

٢- الاتساق الداخلي لمقياس للرفاهية الذاتية: قام الباحث باستخراج العلاقة الارتباطية بين درجة فقرة والدرجة الكلية للمقياس، ويوضح جدول (٣) قيم معاملات الارتباط بين درجة الطالبة على الفقرة والدرجة الكلية لمقياس للرفاهية الذاتية.

جدول (٣)

معاملات ارتباط بيرسون بين درجة الفقرة والدرجة الكلية لمقياس الرفاهية الذاتية

الفقرة	معامل الارتباط	الفقرة	معامل الارتباط	الفقرة	معامل الارتباط
١	٠,٣٩٨	١٧	٠,٣٩٢	٣٣	٠,٣٣٦
٢	٠,٣٧٦	١٨	٠,٣٥٣	٣٤	٠,٣٥١
٣	٠,٤٧٥	١٩	٠,٥١٤	٣٥	٠,٣٧٢
٤	٠,٣٥٢	٢٠	٠,٣٧٥	٣٦	٠,٤٣٣
٥	٠,٢٨٤	٢١	٠,٣٥٦	٣٧	٠,٢٣٥٤
٦	٠,٤٤٠	٢٢	٠,٤٩٥	٣٨	٠,٤٠٨٣
٧	٠,٣٩	٢٣	٠,٣٠٤	٣٩	٠,٣٤٤٢
٨	٠,٣٤	٢٤	٠,٤٥٣	٤٠	٠,٣٩١

٩	٠,٣٥٠	٢٥	٠,٢١٩	٤١	٠,٤٢٨
١٠	٠,٢٣٤	٢٦	٠,١٧٤	٤٢	٠,٣٦٥
١١	٠,٢٤١	٢٧	٠,٣١٩		
١٢	٠,٣٣١	٢٨	٠,٢٣٥		
١٣	٠,٣١٢	٢٩	٠,٤٣٧		
١٤	٠,٢٢٠	٣٠	٠,٣٥٠		
١٥	٠,٣٩٤	٣١	٠,٢٣٤		
١٦	٠,٣٤٤	٣٢	٠,٣٩		

*جميع الفقرات مميزة عند مقارنتها بمعيار نللي ٠,٢٠ فأكثر، واختبارها بالقيمة الجدولية عند مستوى دلالة (٠.٠٥)

الخصائص السايكومترية لمقياس الرفاهية الذاتية:

الصدق: يشير أوبنهايم Oppenheim إلى أن الصدق يدل على قياس الفقرات لما يفترض ان تقيسه (, Oppenheim 69-70 ; 1973) والمستوى أو الدرجة التي يكون فيها قادراً على تحقيق أهداف معينة (, Stanley & Hopkins 1972;101) وهناك عدة أساليب لتقدير صدق الأداة إذ يمكن الحصول على تقدير كمي وفي حالات أخرى يتم الحصول على تقدير كفي للقياس (فرج، 1980: 360) وبهذا الصدق استعمل الباحث عدة مؤشرات للصدق وهي:

الصدق الظاهري: عرض المقياس على مجموعة من السادة المحكمين لإبداء الرأي حول مدى ملاءمة المقياس للطلاب، ومدى مناسبة تعليماته ومفرداته للرفاهية الذاتية، وكذلك مدى انتماء مفرداته للمحور الذي تقيسه، وفي ضوء آرائهم تم تعديل صياغة بعض مفردات المقياس، كما أُخِذَت العبارات التي اتفق عليها (٩٠%) من المحكمين.

صدق البناء: يعد صدق البناء (Construct Validity) أكثر أنواع الصدق قبولاً، إذ يرى عدد كبير من المختصين أنه يتفق مع جوهر مفهوم أيبل، Ebel للصدق من حيث تشعب المقياس بالمعنى العام (الأمام، 1990، 131)، ويتحقق هذا النوع من الصدق،

حينما يكون لدينا معيار نقرر على أساسه أن المقياس يقيس بناءً نظرياً محدداً. وقد توفر هذا النوع من الصدق في هذا المقياس (الرفاهية الذاتية) من خلال ارتباط درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس.

٢- **ثبات المقياس:** الثبات في النتائج والمقياس الثابت مقياس موثوق فيه ومعتمد عليه، ويعطي نفس النتائج، ودرجات المقياس تكون ثابتة إذا كان المقياس يقيس سمة معينة قياساً متسقاً في الظروف المتباينة (علام، ٢٠٠٠: ١٣١). وقد تحقق الباحث من ثبات مقياس الرفاهية الذاتية من خلال الآتي:

طريقة إعادة الاختبار Test- Retest: تتضمن هذه الطريقة تطبيق المقياس على عينة ممثلة من الأفراد، ثم إعادة تطبيق المقياس عليها مرة أخرى بعد مرور فترة مناسبة من الزمن، إذ يرى آدمز (Adams) أن إعادة تطبيق المقياس للتعرف على ثباته، يجب أن يكون خلال فترة لا تقل عن أسبوعين (Adams, 1964; 58) ولقد قام الباحث بتطبيق مقياس الرفاهية الذاتية لاستخراج الثبات بهذه الطريقة على عينة مكونة من (٥٠) طالب وطالبة، وبعد مرور أسبوعين من التطبيق الأول للمقياس قام الباحث بإعادة تطبيق المقياس ذاته مرة أخرى وعلى العينة ذاتها، وبعد استعمال معامل ارتباط بيرسون (Person Correlation Coefficient) للتعرف على طبيعة العلاقة بين درجات التطبيق الأول والثاني، ظهر أن قيمة معامل الثبات للمقياس بلغت (٠.٧٨) وتعد هذه القيمة مؤشر جيد على استقرار اجابات الطلاب على المقياس عبر الزمن.

طريقة معامل الفاكرونباخ: يشير معامل الثبات المستخرج بهذه الطريقة إلى الارتباط الداخلي بين فقرات المقياس (فيركسون، 1991: 530)، إذ يعتمد هذا الأسلوب على اتساق أداء الفرد من فقرة إلى أخرى (ثورندايك وهيجن، 1989: 79). ولحساب الثبات بهذه الطريقة تم استعمال معادلة الفاكرونباخ للمقياس ككل وقد بلغت (٠.٧٩) وتعتبر هذه النسبة معامل ثبات يمكن الاعتماد عليه بحسب ما تشير إليه الأدبيات.

ثانياً: مقياس تقدير الذات:

تبنى الباحث مقياس (العبيدي، ١٩٩٩). ويتكون هذا المقياس من (٣٦) فقرة موزعة على (٣) أبعاد هي ١- **التقييم الاجتماعي** ٢- **التقييم الأكاديمي** ٣- **بعد اعتبار الذات**. ويتم الإجابة على فقرات المقياس من خلال ميزان خماسي مُكوّن من (تتطبق عليّ دائماً) وتعطى خمس درجات، و(تتطبق عليّ غالباً) وتعطى أربع درجات، و(تتطبق عليّ أحياناً) وتعطى ثلاث درجات، و(تتطبق عليّ نادراً) وتعطى درجتين، و(لا تتطبق عليّ مطلقاً) وتعطى درجة واحدة، وتتراوح الدرجة الكلية للمقياس بين (١٨٠) كأعلى درجة يتم الحصول عليها و(٣٠) كأدنى درجة يتحصل عليها للمقياس.

التحليل الاحصائي لفقرات مقياس تقدير الذات:

تم تطبيق مقياس تقدير الذات على عينة مكونة من (٢٠٠) طالب وطالبة، اختيروا عشوائيا من مجتمع البحث ومن غير عينة البحث.

١- المجموعتين المتطرفتين. Contrasted Group

يوضح جدول (٤) درجات القوة التمييزية لفقرات مقياس تقدير الذات بطريقة المجموعتين المتطرفتين:

جدول (٤)

القوة التمييزية لفقرات مقياس تقدير الذات بطريقة المجموعتين المتطرفتين

رقم الفقرة	المجموعة العليا		المجموعة الدنيا		القيمة التائية المحسوبة	النتيجة
	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري		
١	٣.٧٠٣	١.٢٢٤	٢.٧٩٦	١.٠٨٣	٧.٦٢٨	دالة
٢	٣.٥٥٥	١.٠٦١	٢.٣٣٣	١.٣٠٤	٧.٦٢٨	دالة
٣	٣.٦٢٠	١.٢٦٥	٢.٧٢٢	١.٢٤٤	٥.١٤٧	دالة
٤	٣.٦٢٩	١.١٨٠	٢.٤١٦	١.٢٣١	٧.٦٢٩	دالة
٥	٣.٤٦٢	١.١٧٩	٢.٣٧٠	١.٣١٥	٦.٦١٧	دالة
٦	٣.٦٧٥	١.١٥٨	٢.١٦٦	١.٣٥٦	٩.٦١١	دالة
٧	٣.٥٤٦	١.٠٧٩	٢.٥٠٩	١.٣٠٠	٦.٦٤٠	دالة
٨	٣.٤٧٢	١.١٥٥	٢.٧١٢	١.٣٨٧	٤.٣٩٠	دالة
٩	٣.٩١٦	١.٠٦٨	٢.٧٥	١.٢١٦	٧.٢٠٥	دالة

رقم الفقرة	المجموعة العليا		المجموعة الدنيا		القيمة التائية المحسوبة	النتيجة
	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري		
١٠	٣.٦٧٥	١.٠٠٣	٢.٧٣١	١.١٩٦	٦.٣٠٠	دالة
١١	٣.٦٦٦	١.٠٣٢	٢.٤٥٣	١.١٩٤	٧.٧٦٣	دالة
١٢	٣.٦٢٩	١.١٤٠	٢.٧٢٢	١.٣٣٨	٥.٦٥٩	دالة
١٣	٣.٨٧٩	١.١٠٨	٢.٨٩٨	١.٢٥٢	٥.٨٩٨	دالة
١٤	٣.٦٠١	١.١٥٩	٢.٦٩٤	٠.٩٤١	٦.٣٣٥	دالة
١٥	٣.٦٢٠	١.١٠٨	٢.٧٧٧	١.٢١٢	٥.٠١٤	دالة
١٦	٣.٧٨٧	١.٠٢٨	٢.٨٢٤	١.١٢٣	٦.٠٤٩	دالة
١٧	٣.٤٠٧	١.٠٦٨	٢.٨٧٩	١.٢٠٣	٣.٤٤٧	دالة
١٨	٤.١٢٠	٠.٩٥٤	٣.٢٨٧	١.٢٠٠	٦.١٦٧	دالة
١٩	٣.٨٠٥	١.٠٣٦	٢.٩٥٣	٠.٨٤٧	٦.٧٩٥	دالة
٢٠	٣.٨٥١	٠.٩٥٥	٣.١٨٥	١.٢٢٣	٤.٢٥٣	دالة
٢١	٣.٧٥٩	١.٠١٢	٢.٣١٤	١.٠٩٩	١١.٧٢	دالة
٢٢	٣.٨٠٥	١.٠٧١	٢.٣٦١	١.١٩٥	٨.٨٦٧	دالة
٢٣	٣.٦٤٨	١.١٦٢	٢.٦٥٧	١.١٣٦	٦.٥٩٣	دالة
٢٤	٣.٩٥٣	١.١٥٥	٢.٥١٨	١.٣٢١	٧.٨٢٧	دالة

رقم الفقرة	المجموعة العليا		المجموعة الدنيا		القيمة التائية المحسوبة	النتيجة
	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري		
٢٥	٣.٩٥٣	١.٠٧١	٢.٣٦١	١.٢٩٧	٦.١١٨	دالة
٢٦	٣.٩٠٧	١.٠٦٣	٢.٧٥	١.١٦١	٨.٠٥٩	دالة
٢٧	٣.٨٩٨	١.٠٦٧	٢.١٩٤	١.٥٠٦	٩.٨١٠	دالة
٢٨	٣.٧٨٧	١.١٠٢	٢.٢٣٤	١.٣٥٢	٨.٢٧٩	دالة
٢٩	٣.٨٠٥	١.١٦٣	٢.٤٨١	١.٠٣٦	٨.٦٣٦	دالة
٣٠	٣.٨٤٢	١.٠٣٣	٢.٢٦٨	١.١٧٢	١٠.٥٦٧	دالة

جميع الفقرات مميزة عند مقارنتها بالقيمة الجدولية ١.٩٦ عند مستوى دلالة (٠.٠٥).

- الاتساق الداخلي لمقياس تقدير الذات: قام الباحث باستخراج العلاقة الارتباطية بين درجة فقرة والدرجة الكلية للمقياس، ويوضح جدول (٥) قيم معاملات الارتباط بين درجة الطالبة على الفقرة والدرجة الكلية لمقياس تقدير الذات.

جدول (٥)

معاملات ارتباط بيرسون بين درجة الفقرة والدرجة الكلية لمقياس تقدير الذات

الفقرة	معامل الارتباط	الفقرة	معامل الارتباط	الفقرة	معامل الارتباط	الفقرة	معامل الارتباط
١	٠.٥٨	٩	٠.٢٦	١٧	٠.٤٢	٢٥	٠.٣٥
٢	٠.٤٤	١٠	٠.٤٥	١٨	٠.٦	٢٦	٠.٥١
٣	٠.٥١	١١	٠.٦٢	١٩	٠.٤٦	٢٧	٠.٣٧
٤	٠.٠٠٩	١٢	٠.٣٤	٢٠	٠.٢٢	٢٨	٠.٤٣

٥	٠.٧٧	١٣	٠.٧٠	٢١	٠.٦٦	٢٩	٠.٤٤
٦	٠.٧٣	١٤	٠.٢٣	٢٢	٠.٣٥	٣٠	٠.٤١
٧	٠.٦٦	١٥	٠.٥٢	٢٣	٠.٦٠		
٨	٠.٣٧	١٦	٠.٤٥	٢٤			

*جميع الفقرات مميزة عند مقارنتها بمعيار نللي ٠,٢٠ فأكثر، واختبارها بالقيمة الجدولية عند مستوى دلالة (٠.٠٥)

الخصائص السايكومترية لمقياس تقدير الذات:

١-الصدق: تم التحقق من صدق مقياس التوافق الزوجي من خلال الصدق الظاهري للمحكمين والصدق البنائي للمقياس.

الصدق الظاهري: تم عرض المقياس على مجموعة من السادة المحكمين، وفي ضوء آرائهم تم تعديل صياغة بعض مفردات المقياس، كما أُخِذَت العبارات التي اتفق عليها تسعون بالمائة من المحكمين.

الصدق البنائي: تم التحقق من الصدق البنائي للمقياس من خلال ارتباط درجة المجال بالدرجة الكلية لمقياس تقدير الذات كما تم ذكره سابقاً.

٢- ثبات المقياس: تم التحقق من ثبات مقياس التوافق الزوجي من خلال طريقة اعادة الاختبار وطريقة معامل الفاكرونباخ.

طريقة إعادة الاختبار Test- Retest: للتعرف على طبيعة العلاقة بين درجات التطبيق الأول والثاني، ظهر أن قيمة معامل الثبات للمقياس (٠.٧٩) مما يطمئن الباحث على استخدام هذا المقياس. ويرى (العيسوي، ١٩٨٥) اذا كان معامل الارتباط بين التطبيق الأول والثاني (٠.٧٠) فأكثر عد ذلك مؤشراً جيداً.

طريقة معامل الفاكرونباخ : لحساب الثبات بهذه الطريقة تم استعمال معادلة الفاكرونباخ للمقياس ككل وقد بلغت نسبة المقياس (٠.٧٩) وهو معامل ثبات جيد.

الأساليب الإحصائية المستخدمة لمعالجة بيانات الدراسة:

- معامل الارتباط (بيرسون *Pearson Coefficient* وسبيرمان - براون *Spearman - Brown* وجتمان *Guttman*)
- اختبار (ت) *T. test* لحساب دلالة الفروق بين المتوسطات.
- تحليل الانحدار الخطي البسيط *Simple Linear Regression*، من أجل التنبؤ بالرفاهية الذاتية من خلال تقدير الذات

وقد استخدم الباحث الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية SPSS لإجراء المعاملات الإحصائية المستخدمة في الدراسة.

الفصل الرابع

عرض نتائج البحث ومناقشتها

نتائج البحث

بعد الخطوات التي استعرضها الباحث لتحقيق أهداف البحث وإجراء التحليلات الإحصائية للبيانات التي جرى التوصل إليها من خلال تطبيق أدوات البحث سيجري عرض النتائج التي توصل إليها الباحث في البحث الحالي.

الفرض العام الأول: ينص على " الرفاهية الذاتية منبأ بتقدير الذات لدى افراد العينة".

وللتحقق من صحة هذا الفرض تم إجراء تحليل إحصائي لدرجات أفراد عينة الدراسة (ن=٢٠٠) من المراهقين، باستخدام برنامج (SpSS.25)، لأسلوب تحليل الانحدار الخطي البسيط Simple Linear Regression.

ويستخدم الانحدار الخطي البسيط (للتنبؤ) بدرجات المتغير التابع (تقدير الذات) من درجات المتغير المستقل (الرفاهية الذاتية). ويكشف الجدول (٦) عن نتائج تحليل الانحدار الخطي البسيط للمتغير المنبئ بتقدير الذات.

جدول (٦)

نتائج تحليل الانحدار الخطي البسيط للمتغير

المتغير المنبئ به	معامل الانحدار (B)	معامل الانحدار القياسي Beta	قيمة "ت"	الدالة	معامل الارتباط البسيط (R)	معامل التحديد R-Square	قيمة F	مستوى الدلالة Sig
الرفاهية الذاتية	٠.٣٨٢	٠.٣٤٠	٣.٥٧٩	دالة عند ٠.٠٠١	٠.٣٤٠	٠.١١٦	١٢.٨٠٦	دالة عند ٠.٠٠١
(ثابت الانحدار)	١٩.٥٩٧		٥.٨٥٤	دالة عند ٠.٠٠١				

الرفاهية الذاتية المنبئ بتقدير الذات.

ويُلاحظ من الجدول (٦) لنتائج تحليل الانحدار الخطي البسيط للمتغير المستقل الرفاهية الذاتية المنبئ بتقدير الذات لدى افراد العينة.

حيث تعرض النتائج ملخصاً لنموذج تحليل الانحدار البسيط بطريقة Enter، ويتضح من هذا الجدول أن مربع معامل الارتباط المتعدد (R Square) أو معامل التحديد يساوي (٠.١١٦)، وهو يمثل نسبة التباين المُفسر في درجات المتغير التابع

بواسطة المتغير المستقل، وهذا يعني أن المتغير (الرفاهية الذاتية) يفسر (١١.٦%) من التباين الكلي في درجات المتغير التابع (تقدير الذات) وهي قيمة منخفضة من التباين المفسر بواسطة متغير مستقل.

كما يتضح أن تحليل تباين الانحدار البسيط، لانحدار تقدير الذات على درجات الرفاهية الذاتية، ويظهر أن قيمة (f) دالة إحصائياً عند مستوى أقل من (٠.٠٠١) مما يشير إلى وجود تأثير دال إحصائياً للمتغير المستقل (الرفاهية الذاتية) على المتغير التابع (تقدير الذات).

كما يعرض هذا الجدول معادلة معاملات الانحدار البسيط والتي تتمثل في قيمة معامل الانحدار أو المعامل البائي (B)، وقيمة معامل الانحدار القياسي أو معامل بيتا (Beta) ثم قيمة (t) t-test، ودلالاتها الإحصائية، وذلك لكل من الثابت والمتغير المستقل، حيث يتضح أن الثابت دال إحصائياً عند مستوى (٠.٠٠١)، كما أن تأثير كل من المتغير المستقل (الرفاهية الذاتية) على المتغير التابع (تقدير الذات) كان تأثير موجب دال إحصائياً أيضاً عند مستوى أقل من (٠.٠٠١).

وبالتالي يمكن صياغة معادلة الانحدار التي تساعد في التنبؤ بتقدير الذات من خلال الصورة التالية: القيمة المتوقعة لـ (تقدير الذات) = ١٩.٥٩٧ (الرفاهية الذاتية) = ٠.٣٨٢

أي أن درجات المتغير المستقل (الرفاهية الذاتية) يتنبأ بشكل دال بدرجات المتغير التابع (تقدير الذات). ويمكن تفسير هذه النتيجة في ضوء الدراسات السابقة في دراسته (Qian yang et al, 2019) ؛ (A. Leung et al, 2011) ؛ (E. Diener et al, 2003) ؛ (J. L. Pierce et al, 2016) ؛ (سارة أحمد زيدان ، ٢٠٢٠) يوجد علاقة قوية بين الرفاهية الذاتية وتقدير الذات لدى المراهقين .

الفرض الثاني: ونصه تختلف تقدير الذات والرفاهية الذاتية باختلاف الفئة العمرية (الفئة العليا من ١٦ - ١٨) (الفئة الدنيا من ١٣ - ١٥).

وللتحقق من صحة هذا الفرض يمكن صياغته بأسلوب إحصائي صفري كالتالي: لا توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات درجات الفئات العمرية (الفئة العليا من ١٦ - ١٨) (الفئة الدنيا من ١٣ - ١٥) على مقياس (تقدير الذات والرفاهية الذاتية) لدى أفراد العينة. ولاختبار صحة هذا الفرض تم حساب قيمة اختبار "ت" للعينات المستقلة. ونوضح ذلك في جدول (٧).

جدول (٧)

قيمة الاحصاء الوصفي (العدد، التكرار، المتوسط، الانحراف المعياري) للفئات العمرية المختلفة على مقاييس (تقدير الذات والرفاهية الذاتية) لدى أفراد العينة

العمر	العدد	التكرار	المتوسط	الوسيط	الانحراف	المدى	أعلى	أقل	الارباعيات
-------	-------	---------	---------	--------	----------	-------	------	-----	------------

٧٥	٥٠	٢٥	عمر	عمر	المعياري (ع)	م	ن	
								13
								14
								15
								16
								17
								18
								المجموع

و يظهر الجدول (٨) قيمة اختبار "ت" للعينات المستقلة لدلالة الفروق بين الفئات العمرية (الفئة العليا من ١٦ - ١٨) (الفئة الدنيا من ١٣-١٥) عام على مقاييس (تقدير الذات والرفاهية الذاتية) لدى افراد العينة كما يلي:

جدول (٨)

قيمة (ت) لدلالة الفروق بين الفئات العمرية (الفئة العليا من ١٦ - ١٨) (الفئة الدنيا من ١٣-١٥) عام على مقاييس (تقدير الذات والرفاهية الذاتية) لدى افراد العينة.

القيم الإحصائية المتغيرات	المكونات	الفئة العمرية بالعام	العدد ن	المتوسط م	الانحراف المعياري (ع)	قيمة "ت"	درجة الحرية df	مستوى الدالة
تقدير الذات	الدرجة للاختبار	١٨ - ١٦	٩٤	٢٥.٩٣	٥.١٠٠	٠.١٨٠	١٩٨	غير دالة
		١٥ - ١٣	١٠٦	٢٥.٧٥	٤.٩٧٦			
الرفاهية الذاتية	الدرجة للاختبار	١٨ - ١٦	٩٤	٢٩.٩٣	٦.٥١٢	٠.٤١٦	١٩٨	غير دالة
		١٥ - ١٣	١٠٦	٣٠.٤٧	٦.٣٤١			

ويتضح من الجدول (٨) قيمة "ت" لدلالة الفروق بين متوسطات أداء كل من درجات الفئات العمرية (الفئة العليا من ١٦ - ١٨) والفئة الدنيا من (١٣-١٥) على مقاييس (تقدير الذات و الرفاهية الذاتية) لدى افراد العينة؛ فقد بلغت قيمة "ت" على للدرجة الكلية لمقياس تقدير الذات لدى افراد العينة (٠.١٨٠)، كما بلغت (٠.٤١٦) للدرجة الكلية لمقياس الرفاهية الذاتية لدى افراد العينة، وجميع هذه القيم غير دالة، أن متغيرات الدراسة (تقدير الذات و الرفاهية الذاتية) ومكونات كل منهما لا تختلف باختلاف الفئات العمرية المرتفعة من (١٦ - ١٨). والمنخفضة من (١٣-١٥).

وهذا يعني رفض الفرض الاحصائي البديل وقبول الفرض الصفري أي: لا توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات درجات الفئات العمرية الفئة العليا من (١٦ - ١٨) والفئة الدنيا من (١٣ - ١٥) على مقاييس (تقدير الذات و الرفاهية الذاتية) لدى افراد العينة.

ويمكن تفسير هذه النتيجة في نتائج دراسة (Sapmaz , 2013) (Totan,1988) Sarkova, M Bacikova- (Sleskova,2014)؛ (REL Roberts, VL Bengtson,1993) وأشارت النتائج عدم وجود فروق إحصائية في العمر لدى المراهقين .

الفرض الثاني: ونصه " يتباين كلاً من تقدير الذات والرفاهية الذاتية بتباين المتغيرات الديموجرافية (النوع)" وللتحقق من صحة هذا الفرض، تم معالجه استجابات ٢٠٠ = ن على مقياسي الدراسة باستخدام اختبار t.test ونوضح ذلك في الجدولين (١٠،٩).

جدول (٩)

قيمة (ت) لدلالة الفروق بين الذكور والإناث في الرفاهية الذاتية

القيم الإحصائية المقياس	النوع	ن	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت	مستوى الدلالة
الدرجة الكلية	ذكور	١٠٠	٣٠.٧٨	٦.٢٩٣	٢٥٢	٩٤٣.
	إناث	١٠٠	٣١.١٠	٦.٣٨٣		

أما بالنسبة لتباين تقدير الذات بتباين المتغيرات الديموجرافية. ونوضح ذلك في جدول (١٠).

جدول (١٠)

قيمة (ت) لدلالة الفروق بين الذكور والإناث في تقدير الذات

القيم الإحصائية المقياس	النوع	ن	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت	مستوى الدلالة
الدرجة الكلية	ذكور	١٠٠	٢٥.٤٠	٤.٨١٤	٠.٨٧٧	٣٨٣.
	إناث	١٠٠	٢٦.٢٨	٥.٢١٠		

ويمكن تفسير هذه النتيجة في ضوء الدراسات السابقة فقد اتفقت مع دراسة كل من (Amalia, 2023) ؛ (I.Kats, 2022) ، على أنه لا توجد فروق ذات دلالة احصائية بين الذكور والاناث . بينما اختلفت مع دراسة (سارة اد مد زيدان ، ٢٠٢٠) على أن الإناث أكثر تقدير للذات عن الذكور ، بينما الذكور أكثر رفاهيه . ودراسة (Auden C. M , 2010) وجدت أن الاناث السود لديهن ثقة بالنفس عن الذكور .

التوصيات والمقترحات:

أولاً: التوصيات

- ١- عقد ندوات وورش عمل للطلاب لتوعيتهم بأهمية الرفاهية الذاتية ومكوناتها وأهميتها لتمتع الفرد بصحة نفسية سوية وشعور الفرد بالرضا عن حياته.
- ٢- عقد مؤتمرات علمية في الجامعات ، والمؤسسات صانعه القرار لتشجيع الباحثين على إعداد الأبحاث الميدانية التي تخص شريحة المراهق.
- ٣- إعداد ورشة عمل لثقافة لتحسين تقدير الذات وقبول الذات لدى المراهقين وحل مشكلاتهم.

ثانياً: المقترحات

- ١- تنمية الرفاهية الذاتية لدى طلبة الدراسات العليا.
- ٢- الرفاهية النفسية وعلاقتها بتقدير الذات لدى عينة من المراهقات.
- ٣- برامج إرشادية للأسر ، و المدرسة ، و المجتمع لكيفية التعامل مع تقدير الذات و ذويها.

أولاً: المراجع العربية:

- احمد جاد الرب (٢٠١٣). مقياس للحياة الطيبة. مكتبة الأنجلو المصرية، القاهرة.
- أمزيان زبيدة (٢٠٠٧). العلاقة بين تقدير المراهق لذاته واحتياجاته التوجيهية "دراسة مقارنة في ضوء متغير الجنس، أطروحة دكتوراه، كلية الآداب والعلوم الإنسانية، جامعة الحاج الأخضر، باتنة.
- ايناس علي إسماعيل (٢٠١٨). فاعلية برنامج إرشادي قائم على العلاج الواقعي في تحسين الرفاهية الذاتية والالتزام الوظيفي لدى عينة من الملمات، رسالة ماجستير، بكلية التربية، جامعة مدينة السادات.
- بلال عادل (٢٠١٤). معايير تقدير الذات للأعمار 17 - 13 سنة على مقياس مطور للبيئة الأردنية. رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية الدراسات العليا، الجامعة الأردنية.
- بلال عادل الخطيب (٢٠٠٤). معايير تقدير الذات للأعمار ١٣-١٧ سنة على مقياس مطور للبيئة الأردنية. أطروحة دكتوراه "غير منشورة"، كلية الدراسات العليا، الجامعة الأردنية.

- شايح عبد الله (٢٠١٦). تقدير الذات وعلاقته بالسلوك العدواني لدى طلاب الصف الثامن الأساسي. رسالة ماجستير، كلية التربية، جامعة دمشق
- صفاء عبد الزهرة الجمعان (٢٠١٨). الصورة الذاتية العامة وعلاقتها بالتمرد النفسي لدى طلاب المرحلة المتوسطة. مجلة أبحاث البصرة للعلوم الإنسانية، ١٤٣، ص ٤٣٠ - ٦٩.
- صفاء عبد الزهرة الجمعان (٢٠١٨). صورة الذات العامة وعلاقتها بالتمرد النفسي لدى طلبة مرحلة الدراسة المتوسطة. مجلة التربية الخاصة والتأهيل، ٣٨، ص ٨٠ - ١١٥.
- عبد الرحمن بن سليمان . (٢٠١٣). تقدير الذات وعلاقته بالرضا عن الحياة لدى طلاب جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية الدارسين باستخدام الإنترنت. دراسات: العلوم التربوية، ٤٠.
- ماريان محمد (٢٠١٩). دراسة استطلاعية للفروق بين الذكور والإناث في كل من القلق الاجتماعي وتقدير الذات. مجلة الفيوم للعلوم التربوية والاجتماعية العدد ١٣ ، ص ٢٣ - ٥٥.
- مروة عبد المحسن (٢٠٢٠). الفروق في تقدير الذات في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية لدى أطفال ما قبل المدرسة. مجلة كلية التربية جامعة حلوان، العدد ٣٤ ، ص ٦٧ - ٨٦.
- مصطفى عبد الفتاح (١٩٩٣). موسوعة علم النفس والتحليل النفسي. بيروت، دار سعاد الصباح.
- ميخائيل إبراهيم (١٩٨٢): مشكلات الطفولة والمراهقة، الطبعة الأولى. دار نيوهورايزن، بيروت.
- النملة، & عبد الرحمن بن سليمان. (٢٠١٣). تقدير الذات وعلاقته بالرضا عن الحياة لدى طلاب جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية الدارسين باستخدام الإنترنت. مجلة التربية الخاصة والتأهيل، ٣٨، ص ٨٠ - ١١٥.
- هيثم ضياء العبيدي (١٩٩٩). الخجل وعلاقته بتقدير الذات. رسالة ماجستير "غير منشورة"، كلية الآداب، جامعة بغداد.

ثانياً : المراجع الأجنبية

- Ahmed Laznak (2011). Some emotional intelligence skills and their relationship to self-esteem in sports excellence. Master's thesis, Institute of Physical Education and Sports, University of Algiers3.
- Amalia, Lina (2023) Pengaruh harga diri dan dukungan sosial terhadap subjective well-being remaja tunarungu di SLB-B YPTB Malang. Undergraduate thesis, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim.
- Barrera, U., Schoeps, K., Gil-Gómez, J., & Montoya-Castilla, I. (2019). Predicting Adolescent Adjustment and Well-Being: The Interplay between Socio-Emotional and Personal Factors. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 16.
- Ben-Zur, H. (2003). Happy Adolescents: The Link Between Subjective Well-Being, Internal Resources, and Parental Factors. *Journal of Youth and Adolescence*, 32, 67-79.
- Bulletin 1999, vol. 125, No. 2, 276-302. APA, Inc. 0033-2909/99.
- Diener E, Oishi S, Lucas RE. National accounts of subjective well-being. *American Psychologist*. 2015;70(3):234-42.
- Bush, K., Peterson, G. & Cobas, J. (2002). Adolescents perceptions of parental behaviors as predictors of adolescent Self-esteem in mainland China. *Socio-Logical Inquiry*, 72(4), 503 – 527.

- Cockrum, R. R. (2002). Do ACT/SAT test scores impact in any way students' perceptions regarding their academic ability. Saint Louis University.
- Duy, B., &Yildiz, M. (2017). The Mediating Role of Self-Esteem in the Relationship Between Optimism and Subjective Well-Being. *Current Psychology*, 38, 1456 - 1463.
- Eryilmaz, A. (2012). A Model for Subjective Well-Being in Adolescence: Need Satisfaction and Reasons for Living. *Social Indicators Research*, 107, 561-574.
- Garcia, D., Nima, A., & Archer, T. (2013). International note: temperament and character's relationship to subjective well-being in Salvadorian adolescents and young adults.. *Journal of adolescence*, 36 6, 1115.
- Katsantonis (December 2022): *Subjective Wellbeing, Psychological needs, Meaning in life, Religious practice and Income in the Population of Algeria*, Journal of Social Research & Policy, Vol. 3, Issue 2
- Han & Lim, D. (2020). Longitudinal relationship study of depression and self-esteem in postnatal
- Hart, W., Richardson, K., Breeden, C., &Kinrade, C. (2021). Self-esteem mediates effects of normal and pathological personality traits on subjective well-being.. *Scandinavian journal of psychology*. <https://doi.org/10.1111/sjop.12738>.
- Katja, R., Päivi, Å., Marja-Terttu, T., & Pekka, L. (2002). Relationships among adolescent subjective well-being, health behavior, and school satisfaction.. *The Journal of school health*, 72 6, 243-9.
- Kort-Butler, L., &Hagewen, K. (2011). School-Based Extracurricular Activity Involvement and Adolescent Self-Esteem: A Growth-Curve Analysis. *Journal of Youth and Adolescence*, 40, 568-581.
- Leung, A., Cheung, Y., & Liu, X. (2011). The relations between life domain satisfaction and subjective well- being. *Journal of Managerial Psychology*, 26, 155-169.
- McClure, A., Tanski, S., Kingsbury, J., Gerrard, M., & Sargent, J. (2010). Characteristics associated with low self-esteem among US adolescents.. *Academic pediatrics*, 10 4, 238-44.e2 .
- Moksnes, U., &Espnes, G. (2012). Self-esteem and emotional health in adolescents--gender and age as potential moderators.. *Scandinavian journal of psychology*, 53 6, 483-9 .
- Reasoner,R.(2005),Review of Self- esteem , National Association for Self- esteem (on-line)Available . Retrieved 21-2-2009.
- Ruff ,C.D.& Singer ,B.H.2008.Know thyself and become what you are : A eudaimonic approach To psychological well-being .Journal of happiness studies. 9(1),13-39.
- Ruff,C.D.1989.In the eye of the beholder : Views of psychological well-being among middle- aged and older adults. Psychology and aging ,4,2,195-210.
- Ryff, c. (1989): "Happiness is ever thing, or is it? Exploration on the meaning of psychological well-being. Journal of personality & Social psychology. 57 (6): 1069.
- Trzesniewski, K., Donnellan, M., Moffitt, T., Robins, R., Poulton, R., &Caspi, A. (2006). Low self-esteem during adolescence predicts poor health, criminal behavior, and limited economic prospects during adulthood.. *Developmental psychology*, 42 2, 381-90 .
- Utami, M., Praptomojati, A., Wulan, D., &Fauziah, Y. (2018). Self-esteem, forgiveness, perception of family harmony, and subjective well-being in adolescents. *International Journal of Research Studies in Psychology*.

- Yang, Q., Tian, L., Huebner, E., & Zhu, X. (2019). Relations among academic achievement, self-esteem, and subjective well-being in school among elementary school students: A longitudinal mediation model.. *School psychology*, 34 3, 328-340 .
- Yıldırım, M., Alshehri, N., & Aziz, I. (2023). Does Self-esteem Mediate the Relationship between Gratitude and Subjective Well-being?. *Polish Psychological Bulletin*.
- Ziwei, C. (2012). Study on the Relationship between Self-esteem and Sense of Well-being. *The Guide of Science & Education*.

