Al-Mukhtar Journal of Educational Science 09 (1): 51-62, 2025
Doi: https://doi.org/10.54172/3nsayd41

Research Article **Open Access**

تقدير الذات وعلاقته بالرضا عن الحياة لدى طلبة كلية التربية جامعة عمر المختار

حليمة سعد فرج الدقوشي

قسم التربية الخاصة، كلية التربية، جامعة عمر المختار، ليبيا

المستخلص: هدفت الدراسة إلى الكشف عن طبيعة العلاقة بين تقدير الذات والرضا عن الحياة لدى طلبة كلية التربية جامعة عمر المختار، إضافة إلى تحديد الفروق بينهم في كل المتغيرين وفقا لمتغير النوع والتخصص الدراسي واستخدمت مقياسين لتقدير الذات، والرضا عن الحياة على عينة مكونة من (155) طالب وطالبة، وتوصلت الدراسة إلى:

- وجود ارتباط دال بين تقدير الذات والرضا عن الحياة لدى طلبة كلية التربية.
- ارتفاع في مستوى تقدير الذات والرضا عن الحياة لدى طلبة كلية التربية.
- وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الجنسين في تقدير الذات والرضا عن الحياة لصالح الذكور.
- وجود فروق ذات دلالة إحصائية وفقا للتخصص الدراسي في تقدير الذات لصالح التخصصات العلمية، وفي الرضا عن الحياة لصالح التخصصات الإنسانية.
- يسهم تقدير الذات في التنبؤ بالرضا عن الحياة.

الكلمات المفتاحية: تقدير الذات، الرضا عن الحياة، كلية التربية، جامعة عمر المختار.

***Corresponding author:** Halima S. Aldagoush, halima.aldagoush@omu.edu.ly
Department of Special Education, Faculty of Education, Omar Al-Mukhtar University

Received:
02 November 2025

Accepted:
02 December 2025

Publish online:
31 December 2025

Self-Esteem and its Relationship with Life Satisfaction Among a Student's Faculty of Education – Omar Al-Mukhtar University

Abstract: The study aimed to reveal the nature of the relationship between self- esteem and life Satisfaction among students of the Faculty of Education at Omar Al-Mukhtar University, in addition to identifying the differences between them in both variables according to gender and academic specialization A self-esteem and life Satisfaction scale was used on sample of (155) male and female students, the study concluded that:

ignificant correlation exists between self-esteem and life Satisfaction among lents in the college of Education.

h levels of self-esteem and life Satisfaction are observed among students in the ege of Education.

re are statistically significant differences between gender in self-esteem and Satisfaction in favoring males.

re are statistically significant differences according to academic specialization elf-esteem, favoring scientific specialization, and in life Satisfaction, favoring anities specialization.

-esteem contributes to predicting life Satisfaction.

Keywords: Self-Esteem, life Satisfaction, Faculty of Education, Omar Al Mukhtar University.

المقدمة:

يعد وعي الإنسان بذاته وتقديره لها من أهم ما يميز شخصيته ويؤثر في تكيفه مع بيئته فالفرد الذي يفتقر إلى فهم قدراته قد يبالغ في تقييم نفسه أو يقلل من قيمتها مما ينعكس سلباً على ثقته بذاته وعلى أدائه في الحياة وقد أكد العديد من المنظرين كا (ماسلو

The Author(s) 2025. This article is distributed under the terms of the *Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License* (http://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/), which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, *for non-commercial purposes only*, provided you give appropriate credit to the original author(s) and the source, provide a link to the Creative Commons license, and indicate if changes were made.

وأدلر وروجرز وقروم وأريكسون) وغيرهم على أهمية تقدير الذات كإحدى الحاجات الإنسانية الأساسية المرتبطة بالصحة النفسية والشعور بالرضا، ويرتبط تقدير الذات بمظاهر عديدة مثل النجاح الأكاديمي والسعادة والتفاؤل والقدرة على مواجهة التحديات.

وتقدير الذات نابع من الحاجات الإنسانية ولذلك أهتم العديد من المنظرين بالتأكيد على أهميته في حياه الأشخاص فقد أتفق كل من (ماسلو وأدلر وروجرز وفروم وأريكسون) على الأهمية الكبيرة لحاجات الاعتبار أو التقدير حيث أشاروا إلى أن السيادة والثقة بالنفس والحصول على الاهتمام والتقدير من الآخرين الكل يكافح من أجلها (عبد الرحمن، 1998).

ويعد تقدير الذات حاجة مهمة لدى الفرد، وهذا ما أشار إليه ماسلو في حديثة عن الحاجات الأساسية للإنسان وأيده في ذلك "روجرز" الذي أشار إلى أهمية تقدير الذات في التوافق وتحقيق الصحة النفسية للأفراد فيرى(ماسلو) أن السلوك الإنساني ينشط بفعل الحاجات غير المشبعة حيث تمثل تلك الحاجات هدفاً أو أهدافاً يسعى الإنسان إلى تحقيقها لخفض حالة التوتر الناجمة عن عدم إشباع هذه الحاجات ويصنف "ماسلو" الحاجات الإنسانية إلى(الحاجات البيولوجية– الأمن– الانتماء والحب– الاحترام والتقدير– تحقيق الذات) والحاجة إلى تقدير الذات تدفع الإنسان إلى تكوين فكرة طيبة عن نفسه والتمسك بها وإقناع الآخرين باستحقاقه لتقديرهم واحترامهم (السنباطي، 2007).

فقد أكد العديد من الباحثين على أهمية دراسة تقدير الذات لكونه متغيراً إيجابياً في الشخصية من ناحية إلى جانب ارتباطه بتدعيم جوانب أخرى إيجابية في الشخصية وهذا ما أكده المنظرون بمجال علم النفس حيث أشاروا إلى أن تقدير الذات يعد مكوناً هاماً في الشخصية الإنسانية، كما أكدوا على العلاقة بين تقدير الذات وكل من الصحة النفسية والسعادة والتفاؤل والانبساط والرضا عن الحياة وغيرها من الجوانب الإيجابية التي أكدت نتائج العديد من الدراسات على ارتباطها الإيجابي بتقدير الذات (chirs , & Dimatteo , Sonja 2006).

وقد أكدت الدراسات على أن تقدير الذات عامل هام في تحديد قدرة الفرد على النجاح في الحياة وتمتع الفرد به يجعله أكثر قدرة على إشباع حاجاته ومتطلباته وإدارة شئون حياته (الدراسية، الأسرية، المهنية...الخ) مما ينعكس على توافقه ورضائه عن حياته.

ويعرف تقدير الذات بحسب " روزنبرج Rosenberg على أنه انعكاس لموقف الفرد تجاه الفرد نحو نفسه؛ حيث إن الشخص قد يظهر اتجاهات مختلفة نحو المـوضوعات التي يتعامل معها والذات تعد أحد هذه الموضوعات التي يمكن أن يكون للفرد اتجاه نحوها ويتراوح هذا الاتجاه ما بين الجانب الإيجابي والسلبي فإذا كان اتجاه نحو ذاته إيجابياً فإنه ينظر إليها باحترام وقبول، بينما الاتجاه السلبي يعكس شعوراً بعدم الرضا وازدراء للذات (Rosenberg ,1979).

ويعد تقدير الذات بمثابة تقييم عام يقوم به الفرد تجاه نفسه، إذ يشمل مشاعر التقدير والقبول التي يكونها الفرد حول ذاته، وقد أكد كل من "بندر واخرون" (Bender, Wells & Peterson , 1993) أن تقدير الذات هو عملية إدراك الذات وتقديرها وقبولها مما يسهم في تعزيز الإحساس بالرضا النفسي والانسجام الداخلي.

وأما "سميث1967 ,Smith" فقد أشار إلى أن تقدير الذات هو الحكم الذي يصدره الفرد عن نفسه ويتحدد هذا الحكم وفقاً لمدى تطابق صورة الفرد عن ذاته مع معاييره وقيمه الشخصية حيث ينشأ الشعور بالرضا إذا حدث توافق بينهما، بينما يؤدي عدم التطابق إلى مشاعر سلبية، وقد ركز سميث على النجاحات، والقيم، والطموحات، والدفاعات كمحددات لتقدير الذات (1967 ,Smith).

ويشير أن تقدير الذات هو حكم الفرد على ذاته من حيث القيمة، وقد يكون هذا الحكم إيجابياً فيعكس نظرة احترام وتقدير، أو سلبياً فيظهر ازدراء وعدم قبول ومن ثم فإن تقدير الذات يعد بعداً مهماً في شخصية الإنسان لما له من أثر مباشر في تكوين صورته الذاتية وسلوكه اليومي وعلاقاته مع الأخرين (سلامة، 1991).

أما "زيلر Ziller 1969"فينظر إلى تقدير الذات من خلال المواقف الاجتماعية، فالموقف الاجتماعي يلعب دوراً في تفسير الفرد لذاته حيث يتضمن الموقف الاجتماعي تفاعلاً بين الاستجابات الخاصة بالفرد واستجابات الأخرين له، وبالتالي فإن الفرد يقوم

بتقويم ذاته على ضوء ما يحصل عليه من استجابات الأخرين، وهذه العملية تتضمن الموازنة بين استجابات الفرد واستجابات الأخرين له (كفافي، 1989).

وتشير نظرية المجال عند" زيلر" إلى أن إدراك الفرد لذاته يتم عبر تفاعله مع الأخرين، وأن تقدير الذات يتأثر بالخبرات والتجارب الاجتماعية فالفرد يعتمد في تقييمه على المقارنة بين أدائه الحالي وما سبق من خبراته مما يعزز فهمه لمكانته الاجتماعية (Ziller , Hagey, Smith, & Long, 1969؛ سليمان، 1999).

أي أن هذه النظرية ترى أن تقدير الذات ليس مفهوماً ثابتاً بل يتغير وفق المواقف والتجارب التي يمر بها الفرد ويتحدد بقدرته على التكيف مع هذه المواقف والتفاعل مع الآخرين بما يعكس صورته عن نفسه.

ويعد الرضا عن الحياة أحد المفاهيم الأساسية في ميدان الصحة النفسية، إذ يعبر عن إحساس الفرد تجاه ما يعيشه من ظروف وما يواجهه من مشكلات، وكيفية تعامله معها، وما يملكه من استراتيجيات للتأقلم والتكيف فالشخص الراضي عن حياته ينظر إليها بإيجابية، ويرى فيها قيمة ومعنى فيشعر بالرضا والقبول لما لديه، ويقوي ذلك من استقراره النفسي والاجتماعي وعلى العكس فإن غياب الرضا يجعل الإنسان أكثر عرضه للاضطراب والقلق والتوتر (الدسوقي، 1996).

كما عرفته منظمة الصحة العالمية بأنه إدراك لوضعه ومدى ارتباط هذا الإدراك بأهدافه وتطلعاته واهتماماته إضافة إلى تقييمه لعلاقاته الاجتماعية وبيئته التي يعيش ضمنها(WHOQOF Group,1998) .

أما أصحاب نظرية القيم والأهداف فيرون أن الأنسان يبلغ الرضا عندما ينسجم واقعه مع ما يتبناه من أهداف ويشعر بالتوازن بين ما يطمح إليه وما يحققه فعلياً وتعد الأهداف إحدى الركائز الأساسية في تحديد مدى الإحساس بالرضا النفسي، إذ يعتمد ذلك على أهمية الهدف للفرد وإمكانية الوصول إليه إضافة إلى ما يوفره من إشباع لحاجاته ودوافعه المختلفة (سليمان، 2003).

ويرى أصحاب نظرية الفجوة بين الطموح والإنجاز أن الإنسان قد يشعر بالرضا عن ذاته عندما ينجح في تحقيق أهدافه أو بلوغ طموحاته بينما يواجه مشاعر النقص أو الإحباط إذا عجز عن الوصول إلى ما يسعى إليه أو فشل في إنجاز ما كان يتطلع لتحقيقه، ويفهم من ذلك أن تقدير الفرد لذاته يتأثر بمقدار توافق طموحاته مع إمكانياته فإذا تمكن من التوفيق بين ما يطمح إليه وما يستطيع فعلياً القيام به شعر بالرضا والانسجام الداخلي، أما إذا تباين الطموح مع الواقع فقد تتولد لديه مشاعر سلبية وإحساس بالإحباط (شقورة، 2012) .

أما نظرية المقارنة الاجتماعية فتؤكد أن الأفراد يقيمون ذواتهم من خلال مقارنة أنفسهم بالآخرين الذين ينتمون إلى نفس البيئة أو المجتمع فإذا كانت نتائج الفرد أفضل من غيره شعر بالرضا، وإذا كانت أقل أحس بالنقص، ويستند هذا الاتجاه على فكرة أن تقدير الذات ليس مفهوماً مطلقاً بل يتأثر بالمعايير الاجتماعية والبيئة المحيطة، كما أنه يتبدل وفقاً للمواقف والظروف المختلفة التي يعيشها الفرد، مما ينعكس على درجة ثقته بنفسه وتقبله لذاته (العش، 2002).

ومن جانب أخر تشير الدراسات إلى أن تقدير الذات يعد عاملاً أساسياً في حياة الإنسان لما له من دور مهم في التكيف مع المجتمع وفي بناء شخصية متوازنة قادرة على مواجهه التحديات، كما يسهم بدرجة كبيرة في تحديد مستوى الصحة النفسية للفرد حيث يرتبط التقدير المرتفع للذات بالرضا عن الحياة، والشعور بالسعادة، والقدرة على إقامة علاقات اجتماعية إيجابية، بينما يرتبط التقدير المتدني بمشكلات نفسية واجتماعية متعددة.

والاهتمام بدراسة تقدير الذات وعلاقته بالرضا عن الحياة على أساس أنهما مفهومان لهما تأثير كبير في حياة الأفراد وبالخصوص في الحياة الدراسية وما يحققه لدى الطلبة من مساهمة في تحسين تحصيلهم الدراسي ونجاحهم، فالجانب النفسي السوي والمتوازن يؤثر عليهم في مختلف مراحل حياتهم، ويساعدهم هذا على مواصلة حياتهم العملية بشكل جيد وبخاصة طلبة الجامعة على اعتبار أنهم سيكونون أساتذة الغد وهم مسؤولون عن جيل كامل في المستقبل، فأنه تظهر الحاجة الماسة لإجراء الدراسة الحالية والتي تهدف إلى

دراسة تقدير الذات وعلاقته بالرضا عن الحياة لدى طلبة كلية التربية جامعة عمر المختار، وتحديد الفروق بينهم وفقاً لمتغير النوع والتخصص الدراسي.

مشكلة الدراسة:

يعد طلبة الجامعات عماد الأمة بشكل عام وزهرة المجتمع بشكل خاص فقد اهتمت الكثير من الدراسات بطلبة الجامعة ووجهت الاهتمام بالدرجة الأولى بالمتغيرات التي لها تأثير على مستوى التحصيل الأكاديمي لديهم وبدأت تسود الآن البحوث التي تربط بين قدرات الفرد العقلية وصحته النفسية وشعوره بتقديره لذاته والرضا عن الحياة لما لها الأثر الأكبر على حياة الطالب الجامعي، وتناول تقدير الذات وعلاقته بالرضا عن الحياة لدى الشباب الجامعي يمثل أهمية لما لهذه المرحلة من طبيعة خاصة تجعلها مرحلة قرارات تتعلق بأسلوب الحياة الأكاديمية والاجتماعية وأن الفشل في تحقيق ذلك قد يؤدي إلى شعور الطالب الجامعي باليأس بل أن كثير من المشكلات النفسية والاجتماعية تشهدها هذه المرحلة وحتى يمثل الشاب الجامعي مصدر دعم لمجتمعه لابد من دراسة أهم مشكلاته.

وتشير العديد من الدراسات كدراسة (النملة، 2013)، (العمرات والرفوع، 2014)، (تلمساني، 2014)، (الزعبي، 2015)، (الزواهرة، 2021) إلى وجود علاقة ارتباط إيجابي بين تقدير الذات والرضا عن الحياة، كما يعد النوع والتخصص من المتغيرات الديموغرافية التي تم تناولها في العديد من الدراسات السابقة والتي أشارت نتائج بعضها إلى وجود فروق دالة إحصائياً في تقدير الذات والرضا عن الحياة بين الجنسين لصالح الذكور والبعض الأخر لصالح الإناث في حين دراسات أخرى أشارت إلى عدم وجود فروق دالة بينهم في تقدير الذات والرضا عن الحياة وكذلك متغير التخصص فبعض الدراسات أشارت إلى عدم وجود فروق دالة إحصائياً في تقدير الذات والرضا عن الحياة تعزى إلى التخصص في حين البعض الأخر أشار إلى وجود فروق دالة إحصائياً بينهم تعزى إلى التخصص، وبناء على ما سبق تتحدد مشكلة الدراسة في التعرف على تقدير الذات وعلاقته بالرضا عن الحياة لدى طلبة كلية التربية بجامعة عمر المختار، وأيضاً دراسة تأثير متغير النوع والتخصص على شعور الطلبة بتقدير الذات ورضاهم عن حياتهم.

الأهمية النظرية والتطبيقية للدراسة:

اولاً الأهمية النظرية:

1- تتجلى الأهمية النظرية لهذه الدراسة في تناولها لموضوع من موضوعات علم النفس الإيجابي وهو تقدير الذات باعتباره من المفاهيم المعاصرة المهمة لارتباطه الوثيق بمؤشرات الصحة النفسية والرضا عن الحياة، كما يسهم تقدير الذات في تعزيز الشعور بالرضا وتحقيق الكفاءة الشخصية مما يساعد الفرد على التكيف مع متطلبات الحياة اليومية.

2- تبرز أهمية الدراسة من خلال ما تقدمه من إضافة معرفية حول تقدير الذات وعلاقته بالرضا عن الحياة لدى طلبة الجامعات، الأمر الذي يعزز الفهم الأعمق لأبعاد الشخصية السوية وما يرتبط بها من مؤشرات للصحة النفسية.

3- كما تكمن أهمية البحث في إثراء الدراسات السابقة عبر تقديم معالجة علمية لموضوع تقدير الذات وبيان علاقته بالرضا عن الحياة لدى الشباب الجامعي مما يسهم في سد النقص المعرفي المرتبط بهذه الفئة المهمة داخل المجتمع.

ثانياً الأهمية التطبيقية:

1- تتيح هذه الدراسة الحصول على معطيات من المختصين في علم النفس والمؤسسات التربوية، مما يساعد في تقديم صورة أوضح عن تقدير الذات وعلاقته بالانتماء الجامعي والاجتماعي، ويسهم ذلك في دعم المؤسسات الأكاديمية والبحثية ببيانات يمكن الإفادة منها في ميادين متعددة.

2- تساعد نتائج الدراسة الجامعة على التعرف إلى أبرز التحديات التي يواجهها الطلبة أثناء مسيرتهم الجامعية، وما قد يترتب عنها من ضعف في التكيف مع البيئة الجامعية، كما يمكن أن تفتح المجال أمام المسؤولين لوضع خطط وإجراءات مناسبة لتعزيز الاندماج النفسي والاجتماعي لدى الطلبة بما ينعكس إيجاباً على تحصيلهم الأكاديمي وتوافقهم الشخصي.

مفاهيم الدراسة:

1- **تقدير الذات:** يعرف تقدير الذات بأنه التقييم العام الذي يكونه الفردعن ذاته، متضمناً نظرته الإيجابية التي تعزز احترامه لنفسه، إلى جانب الجوانب السلبية التي لا تقلل من مكانته بين الآخرين، ويلاحظ أنه كلما ارتفع مستوى تقدير الفرد لذاته، زاد توافقه الاجتماعي، في حين يؤدي انخفاض هذا التقدير إلى ضعف قدرته على التكيف مع محيطه الاجتماعي ويكون أقل نجاحاً من الناحية الاجتماعية (الدسوقي، 2004).

ويعرف إجرائياً بأنه مجموع الدرجات التي يحصل عليها الفرد في مقياس تقدير الذات المستخدم في هذه الدراسة من إعداد الدريني وآخرون.

2- **الرضا عن الحياة:** "هو تقييم الفرد لنوعية الحياة التي يعيشها طبقاً لنسقه القيمي، ويعتمد هذا التقييم على مقارنة الفرد لظروفه الحياتية بالمستوى الأمثل الذي يعتقد أنه مناسب لحياته" (الدسوقي، 1998).

ويعرف إجرائياً بأنه مجموع الدرجات التي يحصل عليها الفرد في مقياس الرضا عن الحياة المستخدم في هذه الدراسة من إعداد (عبد المقصود، 2003).

حدود الدراسة:

الحدود الموضوعية: تقدير الذات وعلاقته بالرضا عن الحياة لدى طلبة كلية التربية جامعة عمر المختار.

الحدود البشرية: تقتصر الدراسة على عينة من طلبة كلية التربية جامعة عمر المختار.

الحدود المكانية: يتحدد مكان الدراسة كلية التربية جامعة عمر المختار.

الحدود الزمنية: يتحدد زمن الدراسة بالعام الدراسي 2023 –2024.

الدراسات السابقة:

هدفت دراسة عربيات والزعول(2008) إلى معرفة الفروق في مستوى تقدير الذات لدى طلبة جامعة مؤتة وفقاً لمتغيرات النوع والتخصص الأكاديمي والمعدل التراكمي، لدى عينة مكونة من (662) طالب وطالبة اختيروا عشوائياً وأظهرت النتائج إلى تباين دال إحصائياً في مستوى تقدير الذات لدى كل من الطلبة العاديين والمنذرين، وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى تقدير الذات يعزى إلى المستوى الدراسي، لا توجد فروق في مستوى تقدير الذات تعزى إلى الجنس والتخصص، وجود علاقة ارتباطية بين مستوى تقدير الذات والتحصيل الأكاديمي.

في حين سعت دراسة النملة (2013) إلى الكشف عن طبيعة العلاقة بين تقدير الذات والرضا عن الحياة لدى طلاب جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية الدارسين بالإنترنت، ومقارنتهم بالطلاب المنتظمين في التعليم التقليدي البالغ عددهم (400) اختيروا عشوائياً، وأظهرت النتائج وجود ارتباط إيجابي بين المتغيرين، وأن الطلاب المتعلمين بالأنترنت كانوا الأكثر رضا عن حياتهم، وارتفاع مستوى تقديرهم لذواتهم.

كما هدفت دراسة العمرات والرفوع (2014) معرفة مستوى الرضا عن الحياة الجامعية وعلاقته بتقدير الذات لدى طالبات جامعة الطفيلة التقنية في الأردن لدى عينة مكونة من (302) طالبة، وأظهرت النتائج أن الطالبات يتمتعن بدرجة جيدة من الرضا عن حياتهن الجامعية، وارتفاع في تقديرهن لذواتهن، ووجود علاقة ارتباطية بين الرضا لدى طالبات الجامعة عن الحياة الجامعية وتقدير الذات.

كما هدفت دراسة تلمساني (2014) إلى معرفة العلاقة بين الرضا عن الحياة وتقدير الذات لدى طلبة الدراسات العليا بجامعة وهران، لدى عينة مكونة من (300) طالب وطالبة، وأظهرت النتائج وجود علاقة ارتباطية بين المتغيرين، وعدم وجود فروق مرتبطة بالنوع والتخصص الدراسي في الرضا عن الحياة وتقدير الذات.

وفي نفس السياق هدفت دراسة الزعبي (2015) إلى تحديد العلاقة بين الرضا عن الحياة وتقدير الذات لدى طلبة كلية التربية جامعة دمشق، ومعرفة الفروق بينهم حسب النوع والتخصص الدراسي، لدى عينة مكونة من (300) طالب وطالبة، وأظهرت النتائج وجود علاقة إيجابية بين المتغيرين، وجود فروق ذات دلالة تعزى لمتغير الجنس والتخصص الدراسي سواء في مستويات الرضا عن الحياة أو في تقدير الذات.

كما هدفت دراسة الزواهرة (2021) إلى تحديد درجة الرضا عن الحياة ومستوى تقدير الذات والعلاقة بينهما لدى طلبة جامعة نجران في المملكة العربية السعودية، لدى عينة مكونة من (639) طالبا وطالبة، وأظهرت النتائج وجود علاقة ارتباطية قوية وطردية ودالة بين درجة الرضا عن الحياة ومستوى تقدير الذات، وعدم وجود فروق بينهم في الرضا عن الحياة وتقدير الذات تعزى لمتغيري الجنس، ونوع الكلية.

فروض الدراسة:

1- توجد علاقة ارتباطية دالة بين تقدير الذات والرضا عن الحياة لدى طلبة كلية التربية.

2 - يتوقع ارتفاع في مستوى تقدير الذات والرضا عن الحياة لدى طلبة كلية التربية.

3 - توجد فروق دالة إحصائياً في تقدير الذات لدى طلبة كلية التربية وفقاً لمتغير النوع.

4- توجد فروق دالة إحصائياً في تقدير الذات لدى طلبة كلية التربية وفقاً لمتغير التخصص الدراسي.

5- توجد فروق دالة إحصائياً في الرضا عن الحياة لدى طلبة كلية التربية وفقاً لمتغير النوع.

6 - توجد فروق دالة إحصائياً في الرضا عن الحياة لدى طلبة كلية التربية وفقاً لمتغير التخصص الدراسي.

7- يسهم تقدير الذات في التنبؤ بالرضا عن الحياة لدى طلبة كلية التربية.

منهج الدراسة: استخدم في هذه الدراسة المنهج الارتباطي لدراسة العلاقة بين تقدير الذات والرضا عن الحياة كما استخدم المنهج المقارن للتعرف على تأثير النوع والتخصص الدراسي على مفهومي تقدير الذات والرضا عن الحياة.

الإجراءات:

مجتمع الدراسة: يتكون مجتمع الدراسة من طلبة كلية التربية البالغ عددهم (1605) طالب وطالبة منهم (546) ذكور، (1059) إناث.

عينة الدراسة: لقد سحبت عينة الدراسة بالطريقة العشوائية، وتكونت عينة الدراسة من (155) طالب وطالبة بنسبة 10% من مجتمع الدراسة والجدول التالي يوضح توزيع أفراد العينة حسب النوع والتخصص الدراسي.

جدول (1) أعداد أفراد العينة موزعين حسب النوع والتخصص الدراسي

النوع	العدد	التخصص	المجموع
ذكور	46	علمية	81
إناث	109	أدبية	74
المجموع	155	المجموع	155

أدوات الدراسة:

1- **تقدير الذات:** من إعداد " الدريني وآخرون ويتكون المقياس من(30) فقرة ويتم تقدير جميع فقرات المقياس على مقياس متدرج من(3- 2-1)على التوالي(غالباً- أحياناً- لا أبداً) بالنسبة إلى جميع الفقرات الإيجابية وتعكس الدرجات في حالة الفقرات السلبية من(1-2 -3) وتشير الدرجة المرتفعة إلى ارتفاع درجة تقدير الذات بينما تشير الدرجة المنخفضة إلى انخفاض درجة تقدير الذات، وقامت الباحثة بحساب صدق المقياس عن طريق الاتساق الداخلي فقد تراوحت معاملات الارتباط بين الفقرات بالمقياس ما بين(0.32 – 0.83) وبذلك تتمتع الأداة بدرجة عالية من الصدق، كما قامت الباحثة بحساب ثبات المقياس باستخدام معادلة الفاكرونباخ وكانت قيمة الثبات(0.71).

2- **الرضا عن الحياة:** من إعداد "عبدالمقصود(2003) ويتكون المقياس من(40) عبارة مكونة من خمسة أبعاد هي(الرضا عن الأسرة، الرضا عن الأصدقاء، الرضا عن الدراسة، الرضا عن البيئة المحلية، الرضا عن الذات) ويتم تقدير جميع فقرات المقياس على مقياس متدرج من(1- 4) درجات ويتم الإجابة عليها باختيار استجابة واحدة من أربعة استجابات هي(أبداً- أحياناً- غالباً- دائماً) بحيث تكون الدرجات على التوالي(1-2 -3-4) في حالة العبارات الإيجابية، وتعكس الدرجة بالنسبة للعبارات السلبية وبلغت الدرجة العظمى للمقياس(160) درجة، والدرجة الصغرى للمقياس(40) درجة، ويتمتع المقياس بخصائص سيكومترية مرتفعة من ناحية الثبات والصدق فقد قام(عبدالمقصود 2003) بحساب الصدق للمقياس عن طريق الاتساق الداخلي فقد كانت معاملات الارتباط بين العبارة والمقياس تتراوح ما بين(0.17 - 0.60)، وتراوحت معاملات الارتباط بين الفقرات والأبعاد ما بين(0.34 – 0.73)، وتراوحت معاملات الارتباط بين الأبعاد والمقياس ما بين (0.57 – 0.74)، ومعامل الثبات عن طريق إعادة الاختبار (0.77) والفاكرونباخ (0.72)".

وفي الدراسة الحالية قامت الباحثة بحساب صدق الفقرات من خلال ارتباط الفقرات بالمقياس فقد كان ارتباط الفقرات بالمقياس مرتفعة ما بين(0.38 - 0.77)، وتراوحت معاملات ارتباط فقرات بعد الرضا عن الأسرة ما بين(0.48 – 0.83) ومعامل ارتباط فقرات بعد الرضا عن الأصدقاء تراوحت ما بين(0.27 – 0.84) ومعامل ارتباط فقرات بعد الرضا عن الدراسة تراوحت ما بين(0.48 – 0.78) ومعامل ارتباط فقرات بعد الرضا عن البيئة المحلية تراوحت ما بين(0.34 – 0.73) ومعامل ارتباط فقرات بعد الرضا عن الذات تراوحت ما بين(0.36 – 0.68)، معامل ارتباط الأبعاد بالمقياس تراوحت ما بين(0.49 – 0.82) أي أن كل الأبعاد كانت دالة وبذلك تتمتع الأداة بدرجة عالية من الصدق، كما قامت الباحثة بحساب ثبات المقياس باستخدام معادلة الفاكرونباخ وكانت قيمة معاملات الثبات للأبعاد دالة تراوحت ما بين(0.75 – 0.92) ومعامل الثبات الكلي للمقياس(0.86) وبذلك تتمتع الأداة بدرجة عالية من الثبات.

نتائج الدراسة ومناقشتها

ينص الفرض الأول على أنه:" توجد علاقة ارتباطية دالة بين تقدير الذات والرضا عن الحياة لدى طلبة كلية التربية".

للتحقق من صحة هذا الفرض فقد تم استخدام معامل الارتباط بيرسون بين تقدير الذات والرضا عن الحياة والجدول التالي يوضح الارتباط بين المتغيرين.

جدول (2) معامل الارتباط بين تقدير الذات والرضا عن الحياة

المقياس	العينة	معامل الارتباط مع	مستوى الدلالة
تقدير الذات	155	* 0.20	0.05
الرضا عن الحياة			

نلاحظ من الجدول(2) وجود علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة إحصائية عند مستوى معنوية(0.05) بين متغير تقدير الذات ومتغير الرضا عن الحياة وهذه النتيجة تتفق مع العديد من الدراسات كدراسة(النملة، 2013)،(العمرات والرفوع، 2014) ،(تلمساني، 2014)،(الزعبي، 2015)،(الزواهرة، 2021) كما أن هذه النتيجة تتفق مع مراجعة التراث التي تشير إلى وجود تأثير موجب بين تقدير الذات والرضا عن الحياة فإحساس الفرد بتقدير الآخرين له يؤدي إلى ارتفاع ثقته بنفسه وتقديره لها وبالتالي إحساسه بالرضا عن الحياة وعلى العكس من ذلك عدم شعور الفرد بتقديره لذاته يفقده الثقة بنفسه وينظر لنفسه على أنه عديم الفائدة وبالتالي يشعره بعدم الرضا عن الحياة وهذا يعود إلى أن تقدير الذات يؤثر بدرجة كبيرة على مستوى الرضا عن الحياة وهذا ما أكد عليه العديد من الباحثين أن الأفراد الذين يتمتعون بتقدير ذات جيد يقابله مستوى رضا عن الحياة مرتفع، فقد أكد (الدسوقي، 1998)على الارتباط الإيجابي بين تقدير الذات والرضا عن الحياة.

ينص الفرض الثاني على أنه: "يتوقع ارتفاع في مستوى تقدير الذات والرضا عن الحياة لدى طلبة كلية التربية".

للتحقق من صحة هذا الفرض فقد تم استخدام كل من المتوسط والانحراف المعياري واختبار(t) لمعرفة مستوى تقدير الذات والرضا عن الحياة والجدول التالي يوضح ذلك.

جدول (3) مستوى تقدير الذات والرضا عن الحياة

المتغير	المتوسط الفرضي	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	قيمة t	مستوى الدلالة
تقدير الذات	45	70.15	7.36	154	118.71	.000 دالة
الرضا عن الحياة	80	125.49	17.02	154	91.82	.000 دالة

نلاحظ من الجدول(3) ارتفاع في مستوى تقدير الذات والرضا عن الحياة لدى طلبة كلية التربية وهذه النتيجة تتفق مع العديد من الدراسات كدراسة (العمرات والرفوع،2014)،(تلمساني، 2014)،(الزواهرة، 2021)، وهذه النتيجة يمكن أن تعزى إلى أن الطالب الجامعي قد أكتسب خبرة في مواجهة الصراعات والتحديات اليومية من تغيرات اجتماعية واقتصادية وثقافية وما يتبع ذلك التغير الحاصل في القيم الإنسانية خلقت نوع من التحدي الإيجابي للطالب الجامعي الذي استطاع التغلب على كل هذه العقبات لأن الطالب الجامعي يعي أن الرضا عن الحياة يقوم على فهم الإنسان لذاته وتقديره لها ودفعها إلى السير في طريق الفضيلة والابتعاد عن الملذات المادية وهذا ما أوصى به الدين الإسلامي، كما ولطبيعة الطالب الجامعي المقتنع بحدود إمكانياته واستمتاعه بعلاقاته الاجتماعية والانفعالية الدور الأكبر في شعوره بالرضا عن الحياة وتقدير الذات، وتدل هذه النتيجة أن الطالب الجامعي يتعرض إلى العديد من المواقف الاجتماعية والانفعالية السارة التي تحدث لديه الرضا عن الحياة وترفع من تقديره لذاته.

ينص الفرض الثالث على أنه: "توجد فروق دالة إحصائياً في تقدير الذات لدى طلبة كلية التربية وفقاً لمتغير النوع".

للتحقق من صحة هذا الفرض فقد تم استخدام كل من المتوسط والانحراف المعياري واختبار(t) لدراسة الفروق بين الجنسين في تقدير الذات والجدول التالي يوضح ذلك.

جدول (4) نتائج اختبار(**t**) لدلالة الفروق بين الذكور والإناث في تقدير الذات

النوع		المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	قيمة t	مستوى الدلالة
ذكور	46	72.67	6.09	153	2.83	0.05
إناث	109	69.01	7.60			

نلاحظ من الجدول(4) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في تقدير الذات لصالح الذكور، وهذه النتيجة لا تتفق مع دراسة(عربيات والزعول، 2008)،(تلمساني، 2014)،(الزواهرة، 2021) ويمكن تفسير ذلك بعدة عوامل منها التأثير الاجتماعي

والثقافي ا لذي يسهم في تشكيل الشخصية، حيث يوفر المجتمع للذكور فرصاً أكبر لاكتساب الثقة بالنفس وتقدير الذات، نظراً لطبيعة التنشئة الاجتماعية التي تمنحهم أدواراً ومسؤوليات تعزز هذا الجانب لديهم، وفي المقابل قد تعاني الإناث من قيود اجتماعية وثقافية تحد من بروز تقدير الذات نتيجة اختلاف أدوارهن الاجتماعية وتباين متطلبات الحياة بين الجنسين، ما يجعل مستوى تقدير الذات لديهن أقل نسبياً من الذكور.

ينص الفرض الرابع على أنه: " توجد فروق دالة إحصائياً في تقدير الذات لدى طلبة كلية التربية وفقاً لمتغير التخصص الدراسي". للتحقق من صحة هذا الفرض فقد تم استخدام كل من المتوسط والانحراف المعياري واختبار(t) لدراسة الفروق بين الطلبة في تقدير الذات وفقاً لمتغير التخصص الدراسي والجدول التالي يوضح ذلك.

جدول (5) نتائج اختبار(t) لدلالة الفروق بين الطلبة في تقدير الذات

التخصص الدراسي		المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	قيمة t	مستوى الدلالة
الإنسانية	74	68.71	8.19	153	2.36	.019
العلمية	81	71.46	6.26			

نلاحظ من الجدول(5) وجود فروق دالة بين الطلبة في تقدير الذات وفقاً للتخصص الدراسي لصالح التخصصات العلمية وهذه النتيجة لا تتفق مع دراسة(العمرات والرفوع، 2014) فالفروق لصالح العلوم الإنسانية في حين بعض الدراسات أشارت إلى عدم وجود فروق بين الطلبة تعزى إلى التخصص كدراسة(عربيات والزعول،2008)،(الزواهرة، 2021) وتفسير هذه النتيجة يمكن إرجاعها إلى أن زيادة الإقبال على التخصصات العلمية جعل التخصصات تواكب التغيرات في سوق العمل وتستطيع أن تؤمن المستقبل الوظيفي لهم الأمر الذي يشعرهم بأهميتهم وتقديرهم لذواتهم.

ينص الفرض الخامس على أنه: "توجد فروق دالة إحصائياً في الرضا عن الحياة لدى طلبة كلية التربية وفقاً لمتغير النوع". للتحقق من صحة هذا الفرض فقد تم استخدام كل من المتوسط والانحراف المعياري واختبار(t) لدراسة الفروق بين الذكور والإناث في الرضا عن الحياة والجدول التالي يوضح ذلك.

جدول (6) نتائج اختبار(t) لدلالة الفروق بين الذكور والإناث في الرضا عن الحياة

الابعاد	النوع	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	قيمة t	مستوى الدلالة
الرضا عن الأسرة	ذكر46	24.39	2.37	153	.458	.648
	أنثى 109	24.13	3.42			
الرضا عن الأصدقاء	ذكر46	29.24	3.38	153	3.02	0.03
	أنثى 109	26.59	5.54			
الرضا عن الدراسة	ذكر 46	25.26	3.34	153	3.08	0.02
	أنثى 109	23.29	3.75			
الرضا عن البيئة المحلية	ذكر 46	29.41	5.32	153	2.27	0.024
	أنثى 109	27.38	4.99			
الرضا عن الذات	ذكر 46	22.76	4.38	153	.470	.639
	أنثى 109	22.46	3.31			
مقياس الرضا عن الحياة	ذكر 46	129.26	22.71	153	1.80	0.07
	أنثى 109	123.91	13.76			

نلاحظ من الجدول(6) وجود فروق دالة بين الذكور والإناث في الرضا عن الحياة لكل الأبعاد لصالح الذكور ما عدا بعدي(الرضا عن الأسرة – الرضا عن الذات) لم تكن دالة، وهذه النتيجة لا تتفق مع بعض الدراسات التي أشارت إلى عدم وجود فروق بين الذكور والإناث في الرضا عن الحياة كدراسة(تلمساني، 2014)،(الزعبي،2015) ، (الزواهرة، 2021) وهذه النتيجة تبدو منطقية، وذلك التركيب الفسيولوجي للذكور الذي يمكنهم من تحمل الأعباء الجسدية والضغوط النفسية بدرجة أكبر من الإناث، كما أن العادات والتقاليد والثقافة السائدة والقيود الاجتماعية التي يفرضها المجتمع والذي يحيط الإناث بحماية زائدة ولا يسمح لهن بالحرية المطلقة في المجتمع، مما يشعرهن بعدم الرضا عن حياتهن مقارنة بالذكور.

ينص الفرض السادس على أنه: "توجد فروق دالة إحصائياً في الرضا عن الحياة لدى طلبة كلية التربية وفقاً لمتغير التخصص الدراسي".

للتحقق من صحة هذا الفرض فقد تم استخدام كل من المتوسط والانحراف المعياري واختبار(t) لدراسة الفروق بين الطلبة في الرضا عن الحياة وفقاً لمتغير التخصص الدراسي والجدول التالي يوضح ذلك.

جدول (7) نتائج اختبار(**t**) لدلالة الفروق بين الطلبة في الرضا عن الحياة وفقاً لمتغير التخصص الدراسي

الابعاد	التخصص الدراسي	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	قيمة t	مستوى الدلالة
الرضا عن الأسرة	الأدبية 74	24.23	3.92	153	.063	0.949
	العلمية 81	24.19	2.24			
الرضا عن الأصدقاء	الأدبية74	28.51	5.45	153	2.69	0.08
	العلمية 81	26.33	4.61			
الرضا عن الدراسة	الأدبية74	24.12	3.90	153	.778	0.438
	العلمية 81	23.65	3.57			
الرضا عن البيئة المحلية	الأدبية 74	28.35	5.28	153	.853	0.395
	العلمية 81	27.64	5.06			
الرضا عن الذات	الأدبية 74	23.39	2.71	153	2.81	0.06
	العلمية 81	21.77	4.19			
مقياس الرضا عن الحياة	الأدبية 74	128.69	13.39	153	2.26	.025
	العلمية 81	122.58	19.38			

نلاحظ من الجدول(7) وجود فروق دالة بين الطلبة في الرضا عن الحياة على مقياس الرضا عن الحياة والأبعاد (الرضا عن الأصدقاء– الرضا عن الذات) لصالح الأقسام الأدبية، وكذلك الأبعاد(الرضا عن الأسرة – الرضا عن الدراسة– الرضا عن البيئة المحلية) فقد كانت متوسطات الأقسام الأدبية أعلى من الأقسام العلمية وأن لم تصل إلى مستوى الدلالة، وهذه النتيجة تتفق مع دراسة(العمرات والرفوع، 2014) ولا تتفق مع دراسة(الزواهرة، 2021)، وتفسر هذه النتيجة إلى الزيادة في الإقبال على التخصصات الأدبية جعل هذه التخصصات تواكب التغيرات في سوق العمل وتستطيع أن تؤمن المستقبل الوظيفي وبالإضافة أنه لم يعد هناك تخصصات أحسن من الأخرى وتضاءلت تلك النظرة التي تفضل الاختصاصات العلمية عن الأدبية وأن طلبة التخصصات الأدبية أصبحوا يشعرون بالأهمية والقيمة من نظرة المجتمع إليهم والتي تعطي وزناً وأهمية لتخصصهم الأمر الذي جعل طلبة التخصصات الأدبية يتوقعون النجاح وأكثر تقديراً لذواتهم ورضاهم عن حياتهم.

ينص الفرض السابع على أنه: "يسهم تقدير الذات في التنبؤ بالرضا عن الحياة لدى طلبة كلية التربية".

ولاختبار صحة هذا الفرض ومعرفة ما أذا كان تقدير الذات يمكن أن يتنبأ بالرضا عن الحياة لدى طلبة كلية التربيةتم إجراء اختبار تحليل الانحدار البسيط والجدول التالي يوضح ذلك.

جدول (8) نتائج تحليل الانحدار باعتبار تقدير الذات متغيراً منبئاً والرضا عن الحياة متغيراً تابعاً

المتغير المنبئ	المتغير التابع	R	R2	قيمة T	دلالة T	قيمة F	دلالةُF	معامل الانحدار (B)	معامل الانحدار (Beta)	القيمة الثابتة
تقدير الذات	الرضا عن الأسرة	.015	.000	15.00	.000	.034	.855	69.313	.015	1.838
تقدير الذات	الرضا عن الأصدقاء	.136	.018	20.27	.000	2.871	.092	64.827	.138	153.554
تقدير الذات	الرضا عن الدراسة	.280	.079	15.39	.000	13.053	.000	56.950	.280	655.298
تقدير الذات	الرضا عن البيئة المحيطة	.255	.065	18.94	.000	10.64	.001	59.992	.255	542.098
تقدير الذات	الرضا عن الذات	.016	.000	18.65	.000	.038	.846	69.44	.016	2.050
تقدير الذات	الرضا عن الحياة	.190	.036	13.77	.000	5.724	.018	59.850	.190	300.629

يتضح من الجدول(8) أن تقدير الذات يسهم في التنبؤ بالرضا عن الحياة بنسبة 3.6% من تباين تقدير الذات، كما يتضح أن تقدير الذات يسهم في التنبؤ بالرضا عن الأسرة بنسبة 0 %، وأن تقدير الذات يسهم في التنبؤ بالرضا عن الأصدقاء بنسبة 1.8 %، وأن تقدير الذات يسهم في التنبؤ بالرضا عن الدراسة بنسبة 7.9 %، وأن تقدير الذات يسهم في التنبؤ بالرضا عن البيئة بنسبة 6.5 %، وأن تقدير الذات يسهم في التنبؤ بالرضا عن الذات بنسبة 0 % وذلك بتطبيق معادلة الانحدار للتنبؤ وأن قيم(T) دالة، وبعض قيم(F) دالة أذن تقدير الذات له علاقة بالتنبؤ بالرضا عن الحياة وهذا يتفق مع مراجعة التراث التي تشير إلى الارتباط الإيجابي بين تقدير الذات والرضا عن الحياة.

التوصيات:

1- تقديم البرامج التدريبية لتنمية تقدير الذات وتكوين ذات إيجابي لدى الطلبة مما يسهم في الرضا عن الحياة. 2 - تضمين برامج ومقررات دراسية عن مهارات التفكير الإيجابي التي تؤدي إلى زيادة الرضا عن الحياة. 3 - ضرورة إجراء المزيد من الدراسات للتعرف على مستوى تقدير الذات والرضا عن الحياة لدى طلبة الجامعة.

البحوث المقترحة:

1- دراسة علاقة متغيرات نفسية أخرى مع مفهوم تقدير الذات والرضا عن الحياة لم تهتم الدراسة الحالية بها. 2 – دراسة مفهوم تقدير الذات والرضا عن الحياة لدى فئات عمرية أخرى.3- دراسة فئات أخرى من الكليات المناظرة والكليات العلمية الأخرى. - 4دراسة علاقة مفهومي تقدير الذات والرضا عن الحياة بمتغيرات ديموغرافية أخرى.

المراجع :

تلمساني، فاطمة (2014). الرضا عن الحياة وعلاقته بتقدير الذات لدى طلبة المدرسة العليا(دراسة ميدانية على عينة من طلبة المدرسة العليا بوهران)، مجلة الباحث، العدد (11).

الدريني، حسين عبد العزيز وسلامة، محمد أحمد وكامل، عبد الوهاب محمد (ب ت). مقياس تقدير الذات (كراسة التعليمات)، دار الفكر العربي.

الدسوقي، مجدي محمد (1998). مقياس الرضا عن الحياة، كراسة الأسئلة والإجابة، القاهرة: مكتبة النهضة المصرية.

الدسوقي، مجدي محمد(2004) . دليل تقدير الذات، القاهرة، مكتبة النهضة المصرية.

الزعبي، أحمد محمد عبد المجيد (2015). الرضا عن الحياة وعلاقته بتقدير الذات لدى طلبة كلية التربية جامعة دمشق، مجلة جامعة البعث للعلوم الإنسانية، 37(14) ، 53– 90. –

الزواهرة، ناجح محمد (2021) .الرضا عن الحياة لدى طلاب جامعة نجران وعلاقته بتقدير الذات، مجلة العلوم التربوية والنفسية، 5 (20) ، 155- 168.

سليمان، عبد الرحمن سيد (1999). قياس تقدير الذات في مرحلة الطفولة مقارنة بين أربعة مقاييس، مجلة الإرشاد النفسي، 7(11) ، 87– 132.

سليمان، عادل محمود (2003). الرضا عن الحياة وعلاقتها بتقدير الذات لدى مديري المدارس الحكومية ومديراتها في مديريات محافظات فلسطين الشمالية، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية الدراسات العليا، جامعة النجاح الوطنية، فلسطين.

سلامة، ممدوحة (1991). تقدير الذات والضبط الوالدي للأبناء في نهاية المراهقة وبداية الرشد، مجلة دراسات نفسية، (4) ، 679 – 702.

السنباطي، السيد مصطفى (2007). تقدير الذات وعلاقته بالتوافق النفسي لدى الأطفال بلا مأوى مع تصور مقترح لبرنامج إرشادي لتحسين مستوى تقدير الذات، رسالة دكتوراه غير منشورة، معهد الدراسات العليا للطفولة، جامعة عين شمس.

شقورة، يحي عمر (2012). المرونة النفسية وعلاقتها بالرضا عن الحياة لدى طلبة الجامعات الفلسطينية بمحافظات غزة، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، جامعة الأزهر. – عبد الرحمن، محمد السيد (1998). نظريات الشخصية، القاهرة: دار قباء للطباعة والنشر.

عبد المقصود، أماني (2003). دليل مقياس الرضا عن الحياة، القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.

عريبات، أحمد والزعول، عماد (2008). ا لفروق في مستوى تقدير الذات لدى طلبة جامعة مؤته تبعاً لمتغيرات الجنس والتخصص والمستوى الدراسي، مجلة العلوم التربوية والنفسية، كلية التربية، 9(1)، 38–53.

العش، إكرام عبد القادر (2002) . الرضا عن الحياة وعلاقته بأنماط التعلق في المرحلة الوسطى من الرشد، رسالة ماجستير غير منشورة، الجامعة الأردنية، عمان.

العمرات، محمد والرفوع، محمد (2014). مستوى الرضا عن الحياة الجامعية وعلاقته بتقدير الذات لدى طالبات جامعة الطفيلة التقنية في الأردن، المجلة الدولية التربوية المتخصصة 3(12) ، 266– 283.

كفافي، علاء الدين (1989). تقدير الذات في علاقته بالتنشئة الوالدية والأمن النفسي، دراسة في عملية تقدير الذات، المجلة العربية للعلوم الإنسانية، 35(1) مجلس النشر العلمي، الكويت، جامعة الكويت.

النملة، عبد الرحمن بن سليمان (2013). تقدير الذات وعلاقته بالرضا عن الحياة لدى طلاب جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية الدارسين باستخدام الإنترنت، دراسات، العلوم التربوية، 40(4)،1318- 1333.

Bender, R. Wells, M. & Petersons. (1993). Self - esteem paradoxes and innovations in clinical theory and practice Washington, D C.

Dimatteo, M. Sonja, L. & Chirs, T. (2006). What are the differences between happiness and self-esteem? social Indicators research, 78(3), 363- 404.

Rosenberg, M. (1979). Concering the self. New York Basic Books Inc.

Smith, C. (1967). The Antecedents of Self Esteem San Francisco W. H. freeman.

WHOQOL Group (1998). World Health Organization Quality of Life Assessment: Development and general psychometric properties, Social Science and Medicine, 46(12), 1569 - 1585.

Ziller, R. Hagey, J. Smith, M & Long, B. (1969). Self - esteem a self -social construct, journal of consulting and clinical Psychology, 33(1), 84 – 95.