



ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر



نقش و تاثیر شرکت در فعاليت های فرهنگي ، هنري ، ورزشي کانون ها در اعتماد به نفس ، خود باوري و هويت يابي فرزندان شاهد و ايتارگر

سميه يکنا

دانشگاه آزاد مرودشت ، شاغل در آموزش و پرورش (فرهنگي)
آدرس پست الکترونیک: yekta_1363@yahoo.com

چکیده :

هدف اين پژوهش نقش و تأثير شرکت در فعاليت های فرهنگي ، هنري ، ورزشي کانونها در اعتماد به نفس ، خودباوري و هويت يابي است. طرح تحقيق توصيفي از نوع علی - مقایسه ای است. جامعه آماری اين پژوهش شامل دو گروه از دانش آموزان دختر شاهد و ايتارگر می باشد. گروه اول دانش آموزانی که در فعاليتهاي کانونها شرکت کرده اند. گروه دوم شامل دانش آموزانی است که در اين فعاليت ها شرکت نکرده اند. نمونه مورد مطالعه در پژوهش حاضر ۱۵۰ نفر از دانش آموزان شاهد و ايتارگر هستند که با استفاده از جدول مورگان انتخاب شده اند. بدین ترتیب که از کل دختران شاهد و ايتارگر که تعداد آنها ۳۶۰ نفر بود تعداد ۱۵۰ نفر به صورت تصادفی انتخاب و به دو گروه تقسیم شدند که در هر گروه (۷۵ نفر شرکت کننده در کانون ها) و (۷۵ نفر غير شرکت کننده در کانون ها) مورد ارزیابی قرار گرفتند. لازم به ذکر است گروه نمونه در معدل (بالای ۱۷) ، در تعداد فرزندان خانواده (۱ تا ۳) و سطح درآمد خانواده (۷۰۰ هزار تومان تا ۱/۲۰۰/۰۰۰ هزار تومان) همگن شده اند. ابزار سنجش و گرد آوری داده ها در تحقيق حاضر پرسشنامه می باشد. که پرسشنامه اعتماد به نفس روزنبرگ ، پرسشنامه خودباوري پی یر - هریس و پرسشنامه هويت يابي چیک ، اسمیت و تراپ مورد استفاده قرار گرفت. نتایج نشان داد که اختلاف معناداری بين گروه شرکت کننده و غير شرکت کننده در متغیر اعتماد به نفس وجود دارد. همچنین اختلاف میانگین ها نشان می دهد میزان اين متغیر در گروه شرکت کننده بیشتر است. همچنین اختلاف معناداری بين گروه شرکت کننده و غير شرکت کننده در متغیر خودباوري وجود دارد. همچنین اختلاف میانگین ها نشان می دهد میزان اين متغیر در گروه شرکت کننده بیشتر است. اختلاف معناداری بين گروه شرکت کننده و غير شرکت کننده در متغیر هويت يابي وجود ندارد. مشاهده میانگین ها نشان می دهد میزان اين متغیر در دو گروه برابر است.

کلید واژه ها : کانون ها ، اعتماد به نفس ، خودباوري ، هويت يابي ، نوجوان



ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر



مقدمه :

تعلیم و تربیت به معنی انتقال دانش و ارزشهای فرهنگی به نسل در حال رشد ، یکی از مهمترین وسایل تضمین ثبات و بقا یک جامعه است. در میان عوامل مختلف اجتماعی که زمینه فرهنگی محیط یک فرد را شکل می بخشد ، آموزش و پرورش یک عامل مهم و اساسی است که وظیفه دارد ارزشهایی را مستقیماً و آگاهانه به کودک یا یادگیرنده منتقل نماید. اما باید افزود که از دیر باز نقش اوقات فراغت و چگونگی گذران آن همواره مورد توجه مسئولین و متخصص تعلیم و تربیت جامعه بوده و فعالیت های مربوط به آن از چشم سیاست گذاران نظام آموزشی کشور دور نمانده است. در این راستا کانون پرورش فکری کودکان و نوجوانان از جمله سازمانهای وابسته به آموزش و پرورش است که در چهارچوب اهداف و مقاصد منظم خود برای همین منظور تلاش می کند. این سازمان سعی دارد با توجه به اهمیتی که سنین کودکی و نوجوانی در تکوین اعتماد به نفس ، خودباوری و هویت یابی دارد ، بدینوسیله امکانات لازم را برای رشد و شکوفایی استعداد های آنان بر اساس ارزشهای عالی نظام تعلیم و تربیت اسلامی فراهم نماید. اعتماد به نفس رضایت فرد از خود و احساس ارزشمند بودن است (براندن ، ۲۰۰۰). به عبارتی ، منظور از اعتماد به نفس آن است که افراد درباره خود چگونه فکر می کنند ؛ چقدر خود را دوست دارند و از عملکردشان راضی هستند و به خصوص احساس آنان از نظر اجتماعی و تحصیلی درباره خود چگونه است و میزان هماهنگی و نزدیکی خود ایده آل و خود واقعی آنها چقدر است (حسینی ، ۲۰۰۷). دوره نوجوانی یکی از ادوار مهم زندگی است. این دوره بهترین فرصت برای رشد و شکوفایی توانمندی هاست. به این مناسبت دوره نوجوانی را یکی از فرصت های پر اهمیت در زندگی آدمی به شمار آورده اند (رمضانی ، ۱۳۸۲). نوجوانی یک دوره ی انتقالی از وابستگی دوران کودکی به استقلال و مسؤلیت پذیری دوران جوانی و بزرگسالی است. در این دوره، نوجوان با دو مسأله اساسی درگیر است : بازنگری و بازسازی ارتباط با والدین، بزرگسالان و جامعه، و بازشناسی و بازسازی خود به عنوان یک فرد مستقل. در همین مرحله انسجام جنبه های مختلف بدنی، جنسی و تصور از خویش به صورت هویت واحد شکل می گیرد و پاسخگویی به سوال اساسی " من کیستم ؟" به تدریج در ذهن نوجوان تحقق می یابد (لطف آبادی ، ۱۳۸۵)

بیان مسئله

علاقه، ناشی از نوعی نگرش است ، یعنی در انسان ابتدا نگرش و بعد علاقه به وجود می آید و سپس علاقه به گرایش و گرایش به عمل تبدیل می شود. (محسنی ، ۱۳۷۹). بر اساس نظریه های نیاز و انگیزش ، نیاز به نیروی ذهنی اطلاق می شود که موجب انگیزش و سر زدن رفتار خاصی از آدم می گردد تا نیاز پدید آمده ارضا شود . از دید روانشناسان نیاز ، متغییر انگیزاننده ای است که باعث رفتار خاصی در فرد می شود (بابایی ، ۱۳۷۸). آگاهی ، فرایند سازماندهی ، تعبیر ، تفسیر و ارتباط ، اطلاعاتی است که از سوی حواس جمع آوری می شود. آگاهی های (اجتماعی - فرهنگی) هر یک به نسبت متفاوتی بر نگرش و رفتار فرد موثر واقع می شود. آگاهی افراد عامل موثری بر میزان مشارکت آنها در فعالیت های فرهنگی ، هنری است با افزایش علاقه ، احساس ضرورت کسب اطلاعات (نیاز به کسب اطلاع) و آگاهی میزان شرکت افراد در فعالیت های فرهنگی ، هنری افزایش می یابد و کسانی که دنبال کسب اطلاع می باشند که ضرورت آن را حس کرده باشند. کسانی که به فعالیتی علاقه نداشته باشند، کسب اطلاع در مورد آن را ضروری نمی دانند و در نتیجه در صدد کسب اطلاع در مورد آن فعالیت نمی باشند و سر انجام در آن فعالیت شرکت نمی کنند (لورتان ، ۲۰۰۰). این پژوهش به بررسی این مسئله می پردازد که آیا بین اعتماد به نفس ، خودباوری و هویت یابی دختران نوجوان شرکت کننده و غیر شرکت کننده در فعالیت های کانون ها تفاوت وجود دارد؟



ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر



اهمیت و ضرورت تحقیق:

نیاز اصلی و اساسی ما در زندگی داشتن احساس خوب در مورد خودمان است. ما نیاز داریم که خود را از نظر جسمی، فکری، احساسی، عاطفی، انسان خوب و با ارزش بدانیم. چنین احساسی، انگیزه و محرک برای توفیق در انجام اموری است که در زندگی به عهده می‌گیریم. اعتماد به نفس یک احساس عاطفی، عشق و محبتی است که شخص براساس ارزش و اهمیتی که برای خود قائل است نسبت به خود احساس می‌کند. این احساس معمولاً از دوران کودکی آغاز می‌گردد و تحت تاثیر تربیت، فرهنگ و جامعه تقویت می‌شود و پس از گذشت سالها به یک احساس قوی و محکم مبدل می‌شود که تغییر آن بسیار دشوار است. (نینوایی، ۱۳۷۵) در واقع اعتماد به نفس نیز نوعی نگرش است که به فرد این فرصت را می‌دهد تا دیدگاه واقعی و مثبتی نسبت به خود داشته باشد و سبب می‌شود فرد به توانایی‌های خود اعتماد کرده، احساس کنترل بر زندگی خود داشته باشد. (وانت، ۲۰۰۶). مطالعه اعتماد به نفس در دوره نوجوانی از دو جنبه حائز اهمیت است. اولین جنبه اینکه تحقیقات نشان دادند شیوع برخی اختلالات رفتاری و عاطفی در بین دانش‌آموزانی که اعتماد به نفس پایینی دارند، بالاتر از میانگین است (ونبرگ، ۱۹۹۹). همچنین رفتارهای ضد اجتماعی از قبیل مصرف دخانیات (جولون، ۲۰۰۷) سوء مصرف مواد مخدر (یوک من، ۲۰۰۷) مشکلات دوست‌یابی، بلوغ دیر رس یا زود رس (وودبردگ، ۲۰۰۰) مشکلات تحصیلی (بیابانگرد، ۲۰۰۳) (افسردگی) (سرتی، ۲۰۰۲؛ لازاراتو، ۲۰۰۷؛ فرانک، ۲۰۰۷؛ تایلور، ۲۰۰۷) (کمال‌گرایی و اضطراب رقابتی) (کویلا، ۲۰۰۲) تفکر جبرگرایانه و عدم کوشش برای بهبود وضعیت خود (کاپلان، ۲۰۰۳) و خودکشی (فرانچ، ۲۰۰۷)، با اعتماد به نفس مرتبط است. بنابراین با توجه به اهمیت دوره نوجوانی و نقش خانواده در شکل‌گیری شخصیت نوجوان، کشف توانایی‌ها و استعدادها، ایجاد اعتماد به نفس و کسب هویت در نوجوان در دهه‌های اخیر توجه دانشمندان و محققان مرتبط با این پدیده را به خود جلب کرده و هریک برحسب حیطه علمی خود به سبب شناسی این پدیده پرداخته و در تحقیقات خود عواملی را برشمرده‌اند همینطور با توجه به این که تاکنون نقش و تاثیر فعالیت‌های فرهنگی، هنری، ورزشی کانون‌ها در پرورش و شکل‌گیری اعتماد به نفس، خودباوری و هویت‌یابی مورد توجه نبوده است از این رو تدوین مطالعه در زمینه نقش و تاثیر شرکت در فعالیت‌های فرهنگی، هنری، ورزشی کانون‌ها در اعتماد به نفس، خودباوری و هویت‌یابی فرزندان شاهد و ایثارگر ضروری به نظر می‌رسد.

تعریف مفهومی متغیرها:

کانون: کانون پرورش فکری کودکان و نوجوانان از جمله سازمانهای وابسته به آموزش و پرورش است که در چهارچوب اهداف و مقاصد منظم خود برای همین منظور تلاش می‌کند. این سازمان سعی دارد با توجه به اهمیتی که سنین کودکی و نوجوانی در تکوین رفتار و تفکر انسانها دارد، برای اوقات فراغت آنان با استفاده از ابزارهایی نظیر کتاب، فیلم، ورزش، نقاشی و سرگرمی‌های سازنده برنامه ریزی کرده و بدینوسیله امکانات لازم را برای رشد و شکوفایی استعدادهای آنان بر اساس ارزشهای عالی نظام تعلیم و تربیت اسلامی فراهم نماید (چامپاین، ۱۹۹۶). اعتماد به نفس: اعتماد به نفس نوعی نگرش است که به فرد این فرصت را می‌دهد تا دیدگاه واقعی و مثبتی نسبت به خود داشته باشد و سبب می‌شود فرد به توانایی‌های خود اعتماد کرده، احساس کنترل بر زندگی خود داشته باشد (وانت، ۲۰۰۶). خودباوری: خودباوری به باور فرد به توانایی‌های خود برای انجام موفقیت‌آمیز کارها و وظایف اشاره می‌کند (غلامی، ۱۳۸۴). هویت‌یابی: هویت در عمل به معنی شناسایی و شناساندن است، یعنی انسان‌ها "خود" را در برابر "دیگری" شناسایی کرده و بر همین اساس خود را به دیگران نیز می‌شناسانند. بنابراین هویت به معنی "چه کسی بودن" از نیاز انسان به شناخته شدن و معرفی شدن به چیزی یا جایی نشأت می‌گیرد. ... هویت تعریفی است که فرد از خود و وجود خود می‌کند و به پرسش‌هایی چون "چیستم" و "چه می‌خواهم" پاسخ می‌دهد و از طریق هویت به ابعاد شخصیت خود، نوعی هماهنگی و انسجام نسبی می‌بخشد (علیخانی، ۱۳۸۶).



ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر



تعریف عملیاتی متغیرها:

پرسشنامه اعتماد به نفس: منظور نمره ای است که آزمودنی در پرسشنامه اعتماد به نفس بدست می آورد. توسط روزنبرگ در سال (۱۹۶۵) تهیه شده است. پرسشنامه خودباوری: توسط پی-یر-هریس در سال (۱۹۶۹) تهیه شده است. این آزمون شامل ۸۰ سوال است که پاسخ آنها "بلی" یا "خیر" خواهد بود. پرسشنامه هویت یابی: توسط چیک، اسمیت و تراپ در سال (۲۰۰۲) تهیه شده است. این آزمون شامل ۴۵ سوال است که پاسخ آنها "برایم مهم نیست"، "کمی برایم مهم است"، "تا حدودی برایم مهم است"، "برایم خیلی مهم است"، "فوق العاده برایم مهم است". در این فصل در ابتدا جامعه و نمونه معرفی می شوند. سپس به توصیف ابزارهای پژوهش، و شاخص روایی پایایی این ابزارها پرداخته می شود و در نهایت به چگونگی اجرا و روش های آماری اشاره خواهد شد.

طرح تحقیق

پژوهش حاضر از نظر هدف کاربردی و از نظر شیوه گردآوری اطلاعات تحقیق توصیفی از نوع علی - مقایسه ای است.

جامعه آماری

جامعه آماری این پژوهش شامل کلیه دانش آموزان دختر شاهد و ایثارگر می باشد که با استفاده از جدول مورگان انتخاب شدند. بدین ترتیب که از کل دختران شاهد و ایثارگر که تعداد آنها ۳۶۰ نفر بود تعداد ۱۵۰ نفر به صورت تصادفی انتخاب و به دو گروه تقسیم شدند که در هر گروه (۷۵ نفر شرکت کننده در کانون ها) و (۷۵ نفر غیر شرکت کننده در کانون ها) مورد ارزیابی قرار گرفتند.

نمونه و روش نمونه گیری

نمونه مورد مطالعه در پژوهش حاضر ۱۵۰ نفر از دانش آموزان شاهد و ایثارگر هستند که با استفاده از جدول مورگان انتخاب شدند. بدین ترتیب که از کل دختران شاهد و ایثارگر که تعداد آنها ۳۶۰ نفر بود تعداد ۱۵۰ نفر به صورت تصادفی انتخاب و به دو گروه تقسیم شدند که در هر گروه (۷۵ نفر شرکت کننده در کانون ها) و (۷۵ نفر غیر شرکت کننده در کانون ها) مورد ارزیابی قرار گرفتند. لازم به ذکر است گروه نمونه در معدل (بالای ۱۷)، در تعداد فرزندان خانواده (۱ تا ۳) و سطح درآمد خانواده (۷۰۰ هزار تومان تا ۱/۲۰۰/۰۰۰ هزار تومان) همگن شده اند.

ابزار تحقیق:

به منظور جمع آوری اطلاعات مربوط به متغیرهای حاضر از سه ابزار شامل: مقیاس اعتماد به نفس، مقیاس خودباوری (CSCS) و مقیاس هویت یابی (AIQ-IV) که در ادامه به معرفی هر یک از مقیاس های مذکور خواهیم پرداخت.

پرسشنامه اعتماد به نفس:

به منظور اندازه گیری متغیر اعتماد به نفس، از پرسشنامه اعتماد به نفس استفاده شد که فرم اصلی آن توسط روزنبرگ (۱۹۶۵) ابداع گردید. این مقیاس شامل ۱۰ عبارت است که ۵ عبارت آن به شکل مثبت و ۵ عبارت به صورت منفی ارائه شده است. از دانش آموزان خواسته شد تا نظرات خود را در قالب ۴ بخش مشخص نمایند. روش نمره گذاری برای هر مقیاس از ۳ الی ۰ برای سوالهای مثبت (۱-۳-۴-۷-۱۰) به صورت (کاملاً موافقم = ۳)، (موافقم = ۲)، (مخالقم = ۱)، (کاملاً مخالفم = ۰) و برای سوالهای منفی (۲-۵-۶-۸-۹) از ۰ الی ۳ به صورت (کاملاً موافقم = ۰)، (موافقم = ۱)، (مخالقم = ۲)، (کاملاً مخالفم = ۳)



ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر

کاملاً مخالفم (= ۳) است. دامنه نمرات از ۰ تا ۳۰ است و نمره بیشتر نشان دهنده عزت نفس بالاتر است. گرینبرگر، چن، دمیترووا و فراگیا (۲۰۰۳) همسانی درونی این مقیاس را برابر با ۰/۸۴ و ضرایب بازآزمایی آن را در فاصله زمانی ۲ هفته، ۵ ماه و یک سال به ترتیب ۰/۸۴، ۰/۶۷، و ۰/۶۲ گزارش کردند. و در ایران پایایی این پرسشنامه توسط محمدی (۱۳۸۴) با دو روش آلفای کرونباخ و تنصیف به ترتیب ۰/۶۹ و ۰/۶۸ و ضرایب بازآزمایی این مقیاس را با فاصله یک هفته ۰/۷۷، دو هفته ۰/۷۳، و سه هفته برابر با ۰/۷۸ گزارش کرد. در پژوهشی دیگر، رجبی و بهلول (۱۳۸۶) همسانی درونی این مقیاس را ۰/۸۴، ۰/۸۰ و ۰/۷۸ گزارش کردند. روایی محتوایی مقیاس نیز توسط محققان مذکور مورد تایید قرار گرفته است. به منظور تعیین پایایی مقیاس اعتماد به نفس از روش آلفای کرونباخ استفاده شد که نتایج آن در جدول نشان داده شده است.

مقیاس خودباوری :

برای سنجش خودباوری، از پرسشنامه خودباوری که توسط پی - هریس (۱۹۶۹) تهیه شده استفاده می شود. این آزمون شامل ۸۰ سوال است که پاسخ آنها "بلی" یا "خیر" خواهد بود. سوال های مقیاس در جهت مثبت یا منفی نمره داده می شوند تا بعد ارزیابی را منعکس کند. فرض بر این است که نمره بالا در مقیاس نشان دهنده یک خودباوری مطلوب است. روش پایایی آزمون - باز آزمون و دو نیمه کردن ۰/۸۸ و ۰/۸۳ و از روش دو نیمه کردن ۰/۷۹ و ۰/۷۴ و ضریب پایایی پرسشنامه با استفاده از آلفای کرونباخ ۰/۸۳ و با استفاده از آزمون تنصیف ۰/۷۲ گزارش شده است. شارما (۱۹۸۴). پایایی ابزار با استفاده از روش همسانی درونی و آزمون مجدد تعیین گردید و همسانی درونی با استفاده از آلفای کرونباخ ۰/۹۱ - گزارش شده و در آزمون مجدد با فاصله زمانی بین ۲ بار پاسخدهی به آزمون ۱۰ روز در نظر گرفته شد با ضریب همبستگی پیرسون در روش آزمون مجدد برای این ابزار ۰/۸۹ بدست آمد. در ایران روایی این آزمون نیز توسط صاحب نظران مورد سنجش و تایید قرار گرفته است، و پایایی آن با روش بازآزمایی ۰/۸۶ با خطای معیار اندازه گیری ۱۱/۹۹ تعیین گردید.

به منظور تعیین پایایی پرسشنامه خودباوری از روش آلفای کرونباخ استفاده شد که نتایج آن در جدول نشان داده شده است.

جدول ۱: پایایی مقیاس خودباوری

مقیاس	آلفا کرونباخ
خودباوری	۰/۶۶

مقیاس هویت :

برای سنجش هویت، از پرسشنامه هویت که توسط چیک، اسمیت و تراپ (۲۰۰۲) تهیه شده استفاده می شود. این پرسشنامه شامل ۴۵ ماده است. در این پرسشنامه از دانش آموزان خواسته می شود تا نظرات خود در قالب ۵ بخش مشخص نمایند. که از ۱ تا ۵ درجه بندی شده استبدین صورت: (برایم مهم نیست = ۱)، (کمی برایم مهم است = ۲)، (تا حدودی برایم مهم است = ۳)، (برایم خیلی مهم است = ۴)، (فوق العاده برایم مهم است = ۵) بدست می آید. ضریب آلفای زیر مقیاس هویت شخصی، در دامنه ۰/۸۰ تا ۰/۸۳، زیر مقیاس روابط بین فردی ۰/۸۲ تا ۰/۹۱، زیر مقیاس هویت اجتماعی ۰/۸۰ تا ۰/۸۲ و هویت جمعی ۰/۶۷ تا ۰/۷۷ بدست آمده که بیانگر همسانی درونی مطلوب است. ضرایب حاصله برای روایی سازه را



ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر

نیز دانشمندان مطلوب گزارش کرده اند. پایایی پرسشنامه از روش آلفای کرونباخ ۰/۷۹ ، ۰/۷۹ ، ۰/۸۶ ، ۰/۹۱ گزارش شده است. هاشمی (۱۳۸۴)

به منظور تعیین پایایی پرسشنامه هویت یابی از روش آلفای کرونباخ استفاده شد که نتایج آن در جدول نشان داده شده است.

جدول ۲: پایایی مقیاس هویت یابی

مقیاس	آلفا کرونباخ
هویت یابی	۰/۷۸

روش اجرا:

پس از انتخاب گروه شرکت کنندگان و تهیه پرسشنامه‌ها، پژوهشگر با هماهنگی لازم در کلاسهای منتخب حضور یافت. هر گروه به صورت جداگانه مورد آزمون قرار گرفت، بدین صورت که ابتدا به منظور یکسان سازی شیوهی اجرا، توضیحاتی دربارهی پاسخدهی به پرسشنامه‌ها و لزوم صداقت با تأکید بر اینکه در هیچ یک از گویه‌های پرسشنامه‌ها پاسخ صحیح و غلط وجود ندارد، ارائه گردید و سپس آزمودنی‌ها پرسشنامه‌های اعتماد به نفس، خودباوری و هویت را تکمیل نمودند.

روش تجزیه و تحلیل داده ها و آزمون فرضیه های آماری

پس از گردآوری اطلاعات، داده‌ها به صورت کمی تعریف شد و در نرم‌افزار SPSS نسخه ۱۶ مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت. بدین منظور ابتدا با استفاده از شاخص‌های آمار توصیفی، اطلاعات توصیفی آزمودنی‌ها از قبیل تعداد فراوانی، درصد فراوانی، میانگین و انحراف معیار، مشخص گردید. در بخش آمار استنباطی از آزمونهای (t مستقل) برای مقایسه بین گروه‌ها مورد استفاده قرار گرفت.

آزمون فرضیه ها

جهت آزمون فرضیه‌ها آزمون t مستقل مورد استفاده قرار گرفت.

آماره های توصیفی

جدول ۳: تخصیص نمونه‌ها با استفاده از روش گروه بندی

آماره ها گروه بندی	حجم نمونه	جمع
شرکت کننده	۷۵	۱۵۰
غیر شرکت کننده	۷۵	

همانطور که در جدول فوق مشاهده می شود حجم نمونه در هر دو گروه ۷۵ است که مجموع آنها برابر با ۱۵۰ می باشد.



ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر



جدول ۴: شاخص های توصیفی دانش آموزان شرکت کننده و غیر شرکت کننده برحسب نوع متغیر

انحراف معیار		میانگین		فراوانی		شاخص های آماری
غیر شرکت کننده	شرکت کننده	غیر شرکت کننده	شرکت کننده	غیر شرکت کننده	شرکت کننده	متغیرها
۴/۷۰	۵/۶۸	۱۹/۸۲	۲۱/۱۲	۷۵	۷۵	اعتماد به نفس
۶/۷۷	۶/۸۹	۱۲۰/۵۳	۱۱۸/۰۱	۷۵	۷۵	خودباوری
۲/۴۵	۲/۳۳	۱/۶۶	۱/۶۶	۷۵	۷۵	هویت یابی

همانطور که در جدول فوق مشاهده می شود فراوانی متغیرها در هر دو گروه ۷۵ است و میانگین هر سه متغیر اعتماد به نفس ، خود باوری و هویت یابی در گروه شرکت کننده به ترتیب ۲۱/۱۲ و ۱۱۸/۰۱ و ۱/۶۶ و در گروه غیر شرکت کننده ۱۹/۸۲ و ۱۲۰/۵۳ و ۱/۶۶ می باشد ، انحراف معیار هر گروه به تفکیک قابل مشاهده است.

یافته های تحقیق

پژوهش حاضر در صدد بررسی نقش و تاثیر شرکت در فعالیت های فرهنگی، هنری ، ورزشی کانونها در اعتماد به نفس ، خودباوری ، هویت یابی دانش آموزان است.. بنابراین در ادامه این بخش یافته های حاصل از فرضیه های پژوهش مورد بررسی قرار خواهد گرفت.

آزمون فرضیه ها

فرضیه اول : بین اعتماد به نفس دختران در گروه شرکت کننده و غیر شرکت کننده تفاوت معنا داری وجود دارد.

آزمون آماری مورد استفاده : به منظور پاسخگویی به فرضیه اول تحقیق از t مستقل استفاده گردید که نتایج در جدول مشاهده می شود.

جدول ۵ : نمرات کسب شده توسط هر گروه در متغیر اعتماد به نفس

اماره گروه	تعداد	میانگین	انحراف معیار
شرکت کننده	۷۵	۲۱/۱۲	۳/۷۸



ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر



غیر شرکت کننده	۷۵	۱۹/۸۲	۱/۵۹
----------------	----	-------	------

همانطور که در جدول فوق مشاهده می شود میانگین کسب شده در دو گروه به ترتیب برابر ۲۱/۱۲ و ۱۹/۸۲ می باشد ، انحراف معیار آنها به تفکیک قابل مشاهده است.

جدول ۶: مقایسه دو گروه شرکت کننده و غیر شرکت کننده از نظر اعتماد به نفس و آزمون همسانی واریانس ها

متغیرها	میانگین	تفاوت میانگین ها	F لوین	سطح معناداری	مقدار t	درجه آزادی	سطح معناداری
شرکت کننده	۲۱/۱۲	۳/۵۹	۴/۳۴	۰/۰۳	۵/۲۱	۱۹۲	۰/۰۱
غیر شرکت کننده	۱۹/۸۲						

همانطور که در جدول فوق مشاهده می شود آزمون F لوینسون با مقدار ۴/۳۴ نشان می دهد واریانس گروهها نا همسان است لذا جهت مقایسه گروهها از T محافظه کارانه استفاده می شود. آزمون آماری t با مقدار ۵/۲۱ و درجه آزادی ۱۹۲ نشان می دهد تفاوت بین دو گروه شرکت کننده و غیر شرکت کننده از نظر اعتماد به نفس با اطمینان ۰/۹۹ از نظر آماری معنا دار است ، مشاهده اختلاف میانگین ها نشان می دهد میزان این متغیر در گروه شرکت کننده ها بیشتر است.

فرضیه دوم : بین خودباوری دختران در گروه شرکت کننده و غیر شرکت کننده تفاوت معنا داری وجود دارد.

آزمون آماری مورد استفاده : در پاسخ به فرضیه دوم تحقیق از t مستقل استفاده شد.

جدول ۷ : نمرات کسب شده توسط هر گروه در متغیر خودباوری

اماره گروه	تعداد	میانگین	انحراف معیار
شرکت کننده	۷۵	۲/۱۸	۶/۸۹
غیر شرکت کننده	۷۵	۱/۲۰	۶/۷۷

همانطور که در جدول فوق مشاهده می شود میانگین کسب شده توسط گروه شرکت کننده و غیر شرکت کننده به ترتیب ۲/۱۸ و ۱/۲۰ می باشد .



ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر



جدول ۸: مقایسه دو گروه شرکت کننده و غیر شرکت کننده در متغیر خودباوری و آزمون همسانی واریانس ها

متغیرها	میانگین	تفاوت میانگینها	F لوین	سطح معناداری	مقدار t	درجه آزادی	سطح معناداری
شرکت کننده	۲۱/۱۸	۲/۵۲	۴/۵۵	۰/۰۵	۲/۲۵	۱۴۸	۰/۰۲
غیر شرکت کننده	۱۹/۸۲						

همانطور که در جدول فوق مشاهده می شود آزمون F لوینسون با مقدار ۴/۵۵ نشان می دهد واریانس گروهها نا همسان است لذا جهت مقایسه گروهها از T محافظه کارانه استفاده می شود. آزمون آماری t با مقدار ۲/۲۵ و درجه آزادی ۱۴۸ نشان می دهد تفاوت بین دو گروه از نظر خودباوری با اطمینان ۰/۹۸ از نظر آماری معنا دار است. آزمون آماری مورد استفاده : در پاسخ به فرضیه سوم تحقیق از t مستقل استفاده شد.

جدول ۹ : نمرات کسب شده توسط هر گروه در متغیر هویت

آماره گروه	تعداد	میانگین	انحراف معیار
شرکت کننده	۷۵	۱/۶۶	۲۳/۳۷
غیر شرکت کننده	۷۵	۱/۶۶	۲۴/۵۴

همانطور که در جدول فوق مشاهده می شود میانگین کسب شده توسط هر دو گروه برابر با ۱/۶۶ می باشد.

جدول ۱۰ : مقایسه گروه های شرکت کننده و غیر شرکت کننده در متغیر هویت یابی و آزمون همسانی واریانس ها



ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر



متغیرها	میانگین	تفاوت میانگینها	F لوین	سطح معناداری	مقدار t	درجه آزادی	سطح داری	معنا
شرکت کننده	۱/۶۶	۰/۸۲	۱۳۸	۰/۷۱	۰/۲۱	۱۴۸	۰/۷۱	
غیر شرکت کننده	۱/۶۶							

همان طور که در جدول فوق مشاهده می شود ، آزمون f لوینسون با مقدار ۱۳۸ نشان می دهد واریانس گروه ها همسان است لذا جهت مقایسه گروه ها از t مستقل استفاده می شود. آزمون آماری t با مقدار ۰/۲۱ و درجه آزادی ۱۴۸ نشان می دهد تفاوت بین دو گروه از نظر هویت یابی معنا دار نیست. به این معنا که میزان این مقیاس در هر دو گروه برابر است.

بحث و نتیجه گیری :

فرضیه اول : بین اعتماد به نفس دختران در گروه شرکت کننده و غیر شرکت کننده تفاوت معنا داری وجود دارد.

همانطور که در جدول ۴-۴ مشاهده می شود آزمون F لوینسون با مقدار ۴/۳۴ نشان می دهد واریانس گروهها نا همسان است لذا جهت مقایسه گروهها از T محافظه کارانه استفاده می شود. آزمون آماری t با مقدار ۵/۲۱ و درجه آزادی ۱۹۲ نشان می دهد تفاوت بین دو گروه شرکت کننده و غیر شرکت کننده از نظر اعتماد به نفس با اطمینان ۰/۹۹ از نظر آماری معنا دار است ، مشاهده اختلاف میانگین ها نشان می دهد میزان این متغیر در گروه شرکت کننده ها بیشتر است. این یافته با یافته های (شرر و انبل، ۲۰۰۶) که به این نتیجه رسیدند رابطه معنا داری بین میزان اعتماد به نفس و انگیزش پیشرفت در جوانان وجود دارد هرچه اعتماد به نفس افراد بیشتر باشد از انگیزش بالاتری برخوردار هستند و مطالعه (ماندارا و مورای ، ۲۰۰۰) در پژوهشی به بررسی اعتماد به نفس ، تاثیر موقعیت والدین و درآمد و عملکرد خانواده پرداختند و نتایج این پژوهش نشان داده است که ارتباط با والدین نقش مهمی در اعتماد به نفس فرزندان دارد و مطالعه (برنز، ۱۹۷۹) که نشان داد افراد با عزت نفس بالا ، نسبت به استرس های ایجاد شده ناشی از رویدادهای بیرونی ، کمتر آسیب پذیر هستند و توانایی بیشتری در متوقف کردن آن دارند و مطالعه (جانسون ، لوند و دیموند ، ۱۹۸۶) نشان دادند که اعتماد به نفس اثرهای بسیار نیرومندی بر استرس و توانایی مقابله دارد و مطالعه (گرینبرگ ، ۱۹۹۲) که نشان داد اعتماد به نفس از انسان در برابر اضطراب حمایت می کند ، شیوه های مقابله ای را بهبود داده و سلامتی جسمانی را افزایش می دهد و با مطالعه (تیلور و براون، ۱۹۸۸) که در پژوهش خود نتیجه گرفت که بین اعتماد به نفس، عواطف ، سازگاری و سلامتی رابطه وجود دارد و این تحقیقات حاکی از آن است که افراد با اعتماد به نفس پایین نسبت به افراد با اعتماد به نفس بالا ، هیجانات منفی بیشتری تجربه می کنند همخوانی داشته است. همچنین ای یافته با یافته های مطالعات داخلی که تاثیر عزت نفس را بررسی کرده اند و به این نتیجه رسیدند که عزت نفس پایین پیامدهایی مانند اضطراب و افسردگی (کاپلان ، ۱۹۹۶) ، اختلال های جسمی روانی (اوگدن ، ۱۹۹۸) ، مشکلات رفتاری و ارتباطی (سلیمی ، ۱۳۷۶) و رفتارهای انحرافی (کاپلان ، ۱۹۹۶) را به دنبال دارد و مطالعه قنبری هاشم آبادی (۱۳۸۷) که به بررسی رابطه میزان عزت نفس و ترتیب تولد پرداخته است و نتایج حاکی از آن است که بین ترتیب تولد و میزان عزت نفس رابطه معنا دار وجود دارد و نتایج پژوهش های (اکتب و ارمان ، ۲۰۰۶) و (بیابانگرد ، ۱۳۸۴) نشان می دهد که بین عزت نفس و انگیزش پیشرفت رابطه وجود دارد و مطالعه (لیمبروسکی ، تاچ و دیماتو ، ۲۰۰۶) که به این نتیجه رسیدند



ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر



بین عزت نفس و شاخص های بهزیستی انسان هم چون سلامت روانی و شادکامی رابطه معناداری وجود دارد و نتایج حاکی از آن است که تجارب شادی افراد بستگی به احساسات آنها در مورد خوشان است و همچنین یافته های (وارت، ۲۰۰۱؛ به نقل از میرشاه جعفری، عابدی و دریکوندی، ۱۳۸۱؛ میرز و دینر، ۱۹۹۵؛ به نقل از ورم، ۲۰۰۹، آرگیل، ۲۰۰۱) که در مطالعه خود نشان دادند بین عزت نفس و شاخص های بهزیستی رابطه مثبت و معناداری وجود دارد همسو و همخوانی داشته و با یافته های پژوهش همخوانی دارد. بطوریکه در تبیین این نتیجه می توان گفت: اعتماد به نفس از همان ابتدای کودکی و در درون خانواده شکل می گیرد. والدین با اعتماد به نفس بالا، با رفتار خود، به فرزندان در داشتن روابط اجتماعی قوی، طرز برخورد با اطرافیان، و شرکت در فعالیت های خانه، مدرسه و اجتماع آموزش می دهند. محیط گرم و صمیمی خانواده باعث رشد و تداوم اعتماد به نفس در فرد می شود و اگر از ابتدا این شرایط برای فرد محیا نشود، باعث ضعف اعتماد به نفس و در نتیجه بروز مشکلات متعددی در فرد می شود. از جمله می توان به مشکلات روحی و روانی مثل: افسردگی، اضطراب، بی تفاوتی و احساس تنهایی، سوء مصرف مواد، رفتارهای مخاطره آمیز و اختلال در یادگیری اشاره کرد.

فرضیه دوم: بین خودباوری دختران در گروه شرکت کننده و غیر شرکت کننده تفاوت معنا داری وجود دارد.

همانطور که در جدول ۴-۶ مشاهده می شود آزمون F لوینسون با مقدار ۴/۵۵ نشان می دهد واریانس گروهها نا همسان است لذا جهت مقایسه گروهها از T محافظه کارانه استفاده می شود. آزمون آماری t با مقدار ۲/۲۵ و درجه آزادی ۱۴۸ نشان می دهد تفاوت بین دو گروه از نظر خودباوری با اطمینان ۰/۹۸ از نظر آماری معنا دار است. این یافته ها با یافته های (هاتزیگور گیتز، زوربانوز، پومپاکی، تیودارکیز، ۲۰۰۹) که به این نتیجه رسیدند رابطه معناداری بین خودپنداره، اعتماد به نفس و اضطراب شناختی وجود دارد و با افزایش خودپنداره و اعتماد به نفس اضطراب شناختی در دانش آموزان کاهش می یابد و مطالعه (ردلی، ۲۰۰۵)، (نابشیمایا، ۲۰۰۴)، (اسکالویت و هاتوت، ۲۰۰۳) که رابطه معناداری بین خودپنداره مثبت و پیشرفت تحصیلی را نشان داده بود به این نتیجه رسید که دانش آموزانی که نگرش و خودپنداره مثبتی نسبت به درس دارند به نسبت همتایان خود دارای پیشرفت تحصیلی بالاتری هستند و یافته های (فرانسیس، مارتین و درای، ۲۰۰۰) مبنی بر وجود رابطه معنادار بین خودپنداره و موفقیت های تحصیلی و اجتماعی و فردی می دانند و مطالعه (کراون، ۱۹۹۶ و مور، ۱۹۹۸) که نتایج نشان داد بین خودباوری و خودکارآمدی و عزت نفس رابطه وجود داشته و مطالعه (مارش، ۱۹۹۰) که در پژوهش خود نتیجه گرفت بین خودپنداره و ارتباط تعاملی رابطه وجود دارد و با یافته های (دیویس، ۱۹۸۶) که خودباوری باعث ایجاد پیشرفت تحصیلی در بین نوجوانان می شود و اگر نظارت بر دانش آموزان به حداقل برسد انگیزه ها در آنها تقویت شود تا به خودباوری برسند. بهترین نتیجه از نظر آموزشی حاصل خواهد شد همخوانی داشته است. همچنین این یافته با یافته های داخلی چون (لطف آبادی، ۱۳۸۴) که نشان می دهند که افراد دارای خودپنداره مثبت در زمینه های اجتماعی، علمی و شغلی نیز موفقیت بیشتری کسب می کنند و مطالعه جهانشاه (۱۳۸۰) که نتیجه گرفت بین خودپنداره و پیشرفت تحصیلی رابطه وجود دارد و خودباوری با انگیزش تحصیلی، خودنظمی و موفقیت تحصیلی ارتباط دارد و یافته های (ذکایی، ۱۳۷۸)، (هوشمند، ۱۳۷۸)، (عاصمیان، ۱۳۸۴)، (ملاقنبری، ۱۳۸۰)، (صفریان، ۱۳۷۵)، (نوریوز و مارکوز، ۱۹۹۸)، (لرنر و کراجر، ۱۹۹۰)، (پاریس و نیومن، ۱۹۹۰) و (هیگینز، ۱۹۹۴) که نشان می دهد رابطه معناداری بین خودباوری، مکان کنترل، خود تنظیمی با موفقیت تحصیلی وجود دارد همسو و همخوانی داشته و با یافته های پژوهش همخوانی دارد. بطوریکه در تبیین این نتیجه می توان گفت خودباوری به معنای شناخت خود است. یعنی شناخت استعدادها و توانایی های خود و این شناخت باید از ابتدای کودکی در فرد شکل گرفته و رشد کند. خانواده نقش مهمی در رشد و افزایش خودباوری ایفا می کند به طور مثال می توان به شیوهای تربیتی، تحصیلات و میزان درآمد والدین اشاره کرد. هر قدر که تحصیلات والدین بالاتر باشد آگاهی و اطلاعات آنها در زمینه های مختلف بخصوص شیوه های تربیتی بالاتر می رود و شیوه های تربیتی آنها مبتنی بر پذیرش و توجه مثبت و بی قید و شرط است و چنین شیوه تربیتی منجر به پذیرش خود از سوی کودکان می گردد.



ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر



فرضیه سوم: بین هویت یابی دختران در گروه شرکت کننده و غیر شرکت کننده تفاوت معنا داری وجود دارد.

همان طور که در جدول ۴-۸ مشاهده می شود، آزمون f لوینسون با مقدار ۱۳۸ نشان می دهد واریانس گروه ها همسان است لذا جهت مقایسه گروه ها از t مستقل استفاده می شود. آزمون آماری t با مقدار ۰/۲۱ و درجه آزادی ۱۴۸ نشان می دهد تفاوت بین دو گروه از نظر هویت یابی معنا دار نیست. به این معنا که میزان این مقیاس در هر دو گروه برابر است. این یافته با یافته های (مارکستروم ۲۰۰۲؛ پولوتونو، ۱۹۹۶؛ به نقل از پرهیزگار، ۱۳۸۱) که به این نتیجه رسیدند بین هویت یابی و رشد یافتگی مذهبی و عزت نفس رابطه وجود دارد و مطالعه (واترمن، ۱۹۹۲) که نشان داد بین هویت یابی، حرمت خود، اضطراب و افسردگی، هدفمند بودن و برخی جنبه های تفکر انتزاعی رابطه وجود دارد، مطالعه (جانستون، اسوانسون و لودنز، ۲۰۰۸) که به این نتیجه رسیده بودند هیچگونه تفاوت معنی داری بین هویت یابی فردی و اشتغال مادران وجود دارد. همخوانی داشته است. همچنین این یافته با یافته های مطالعات داخلی چون (مظفری، ۱۳۸۷) که بین هویت یابی و سلامت روانی رابطه وجود دارد و مطالعه قربانی (۱۳۸۶، به نقل از بخشنده، ۱۳۸۹) که به این نتیجه دست یافت بین هویت یابی و سلامت عمومی و پایگاه اقتصادی رابطه وجود دارد و مطالعه (امیری، ۱۳۸۵) نشان داد که بین هویت یابی فردی و میزان مذهبی بودن رابطه وجود دارد. پژوهشگر به این نتیجه رسید که نوجوانان مذهبی تر، هویتی کسب شده را ظاهر می سازند و مطالعه (پیری، ۱۳۸۳) بیان کرد که بین هویت یابی با مهارت های زندگی رابطه وجود دارد. و یافته های (برزونسکی و کاک، ۲۰۰۰، به نقل از بخشنده، ۱۳۸۹) که در پژوهش خود به این نتیجه رسیدند بین هویت یابی به طور مستقیم با مقابله کارآمد با استرس و اضطراب رابطه وجود دارد و مطالعه (مریم محمدی، ۱۳۸۰) که به این نتیجه رسید بین هویت یابی و روابط والدین با فرزندان رابطه وجود دارد همسو و همخوانی داشته و با یافته های پژوهش همخوانی دارد. بطوریکه در تبیین این نتیجه می توان گفت که موضوع هویت از مهمترین مسائل مربوط به زندگی انسان است. فرایند کسب هویت از دوران نوجوانی به طور مشخص نمود پیدا می کند. فرد نوجوان در این مرحله با سوالات زیادی درباره خود روبرو می شود و در پی پاسخ به این سوالات در مورد شخصیت خود دست به کشف و بررسی می زند. علاوه بر مسئله رشد شخصیت یک نیاز اساسی دیگر یعنی کسب دانش و مهارت های لازم برای اشتغال یا ادامه تحصیل به عنوان یک نیاز مهم برای نوجوان مطرح می شود. چون موفقیت های تحصیلی در طول سال های مدرسه و قبول شدن بعدی نوجوان در دانشگاه عامل موثری در شکل گیری هویت نوجوان است. عوامل متعدد دیگری در شکل گیری هویت نوجوان دارای نقش و اهمیت هستند از جمله این عوامل می توان به خانواده، مذهب، مدرسه، محل زندگی، محیط اجتماعی و فرهنگی، شیوه های فرزند پروری و رسانه گروهی اشاره کرد. به طور کلی می توان گفت خانواده یک نهاد اجتماعی است و یکی از مهمترین وظایفی که در خانواده نقش بسیار مهمی دارد توجه به فرزندان مخصوصاً نوجوانان می باشد. نقش خانواده در شکل گیری رشد و شخصیت، شناخت تواناییها و ایجاد اعتماد به نفس بسیار حائز اهمیت است. اعتماد به نفس، خودباوری و هویت یابی از همان اوایل کودکی در فرد پایه گذاری می شود و این خانواده است که آنرا پرورش می دهد و این عملکرد خانواده است که به نوجوانان شخصیت می دهد. چرا که تعیین کننده سرنوشت واقعی هر نوجوانی خانواده او می باشد.

نتیجه گیری:

نتایج نشان داد که اختلاف معنا داری بین گروه شرکت کننده و غیر شرکت کننده در متغییر اعتماد به نفس وجود دارد. همچنین اختلاف میانگین ها نشان می دهد میزان این متغییر در گروه شرکت کننده بیشتر است. همچنین اختلاف معنا داری



ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر



بین گروه شرکت کننده و غیر شرکت کننده در متغیر خودباوری وجود دارد. همچنین اختلاف میانگین ها نشان می دهد میزان این متغیر در گروه شرکت کننده بیشتر است. اختلاف معناداری بین گروه شرکت کننده و غیر شرکت کننده در متغیر هویت یابی وجود ندارد. مشاهده میانگین ها نشان می دهد میزان این متغیر در دو گروه برابر است.

منابع و مآخذ

منابع فارسی

۱. بیبانگرد ، اسماعیل (۱۳۸۴). رابطه میان عزت نفس ، انگیزه پیشرفت ، پیشرفت تحصیلی در دانش آموزان سال سوم دبیرستان های تهران. مطالعات روان شناختی ۱۳۱-۱۴۴، (۵-۴) ۱
۲. بابایی ، محمود (۱۳۷۸). نیاز سنجی اطلاعات. تهران : مرکز اطلاعات و مدارک علمی
۳. پیری ، ل (۱۳۸۳). بررسی رابطه بین سبک هویت با مهارت های زندگی (توانایی ابراز وجود و مقابله با فشار روانی) در دانش آموزان دختر مقطع پیش دانشگاهی تهران (۸۳-۸۲). پایان نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه تربیت معلم تهران.
۴. رضانی دیسفانی ، علی (۱۳۸۲). تاثیر آموزش مسئولیت پذیری به شیوه گلاسز بر کاهش بحران هویت دانش آموزان متوسطه اصفهان. پایان نامه کارشناسی ارشد ، دانشگاه اصفهان.
۵. ذکایی ، ر، (۱۳۷۸). بررسی رابطه خودپنداره و سبک های اسناد با پیشرفت تحصیلی در دانش آموزان پسر سال سوم رشته علوم تجربی در دبیرستان دولتی تهران. پایان نامه کارشناسی ارشد، تهران ، ایران ، دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی دانشگاه تربیت معلم.
۶. صفاریان طوسی، م (۱۳۷۴). بررسی رابطه بین استفاده از فرایندهای خودتنظیمی در یادگیری و عملکرد تحصیلی در دانش آموزان پسر سال سوم راهنمایی شهرستان مشهد، پایان نامه کارشناسی ارشد ، تهران ، ایران ، دانشکده علوم تربیتی و روان شناسی ، دانشگاه تربیت معلم تهران.
۷. غلامی ، ی (۱۳۸۴) بررسی مقایسه انگیزه پیشرفت و خودپنداره دانش آموزان پایه هشتم کشورهای مختلف، با پیشرفت تحصیلی علوم آنان در تکرار سومین مطالعه بین المللی ریاضیات و علوم. پایان نامه کارشناسی ارشد ، تهران ، دانشکده علوم تربیتی و روان شناسی ، دانشگاه شهید بهشتی.



ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر



۸. لطف آبادی، حسین (۱۳۸۵). روانشناسی رشد ۲: نوجوانی، جوانی، بزرگسالی. چاپ هشتم. تهران: انتشارات وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی.
۹. محسنی، منوچهر. (۱۳۷۹). بررسی آگاهی ها و نگرش ها و رفتارهای اجتماعی - فرهنگی در ایران. تهران. شورای فرهنگی عمومی. دبیرخانه.
۱۰. ملاقنبری، ع، (۱۳۸۰). بررسی رابطه هسته کنترل، یادگیری خودتنظیم و پیشرفت تحصیلی پذیرفته شدگان کنکور سراسری سال ۱۳۷۹ در دانشگاه کاشان، پایان نامه کارشناسی ارشد، شیراز، ایران، دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی، دانشگاه شیراز.
۱۱. مظفری، نظیر (۱۳۸۷). بررسی رابطه پایگاه های هویت و مسند مهارگذاری با سلامت روانی دانش آموزان مقطع متوسطه. پایان نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه شهید بهشتی.
۱۲. میرشاه جعفری، سید ابراهیم؛ عابدی، محمد رضا، دریکوندی، هدایت اله (۱۳۸۱). شادمانی و عوامل موثر بر آن، تازه های علوم شناختی، دوره چهارم، شماره ۳، صص ۵۸-۵۰.

منابع انگلیسی

13. Byabangard . E. (۲۰۰۳), **Methods of self – esteem engancement in children and adolescents** ۷ . th ed . thran : Karang press : { In persian {
14. Higgins , E , T , . , C , J . R . , crowe E . and hymes , C . (1994), Ideal versus ought predilections for approach and avoidance distinct self-esteem systems , **journal of personality social psychology** . vol . 66 (2).
15. Lybmirsky .S., Tach , C. & Dimatteo , M.R (2006) what are the Differences between Happiness and self-esteem , **social Indicators Research** , 78, 363-404.
16. Marstrom. C.A. (2002). Religious involvement and adolescent psychosocial development – **Joarnal of Adolose**, 22(2), 205- 221-35
17. Mandara .J. & Murry .C . B. (2000) . Effects of Parental status in come . and family functioning on African American adolescent self-esteem. **Journal of family psychology** . vol , 14 , Lsse 3. Pp 475-490.
18. Paris , S . G. and newman , R . S . (1990) , Developmental aspects of self-esteem learning . **Educational psychology** , vol . 25 (1)
19. Sherer, M . Enabal . B (2006) . In the shadow of disput : self-esteem of jewish and arab youth in Israel. **International journal of intercultural** . Vol.30, issue3. pp 287-309