ISSN: 1817-6798 (Print)
Journal of Tikrit University for Humanities
available online at: www.jtuh.org/

The False Self and Its Relationship with Life Satisfaction among a Sample of University Students

Sahar Fattah Maaruf

University of Tikrit / College of Education for Human Sciences

* *Corresponding author: E-mail* : ٠٧٧٠٨٤٦٥٠٠٣
Sahar.f.maaruf@tu.edu.iq

Keywords:
False self,
life satisfaction,
university students

A R T I C L E I N F O

Article history:

Received	3 Jan 2026
Received in revised form	25 Jan 2026
Accepted	27 Jan 2026
Final Proofreading	29 Apr 2026
Available online	29 Apr 2026

E-mail t-jtuh@tu.edu.iq

©THIS IS AN OPEN ACCESS ARTICLE UNDER THE CC BY LICENSE
http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/

A B S T R A C T

The aim of this study is to reveal the level of the fake self and the level of life satisfaction of a sample of students selected from the College of Education at the University of Tikrit. Also, it attempts to investigate the relationship between the two variables. In addition, the study examines possible differences in these constructs based on gender and age. A descriptive–analytical approach was adopted, and the sample included 120 students (males and females) enrolled in the College of Education for Humanities. To collect data, two instruments were utilized: the False Self Scale and the Life Satisfaction Scale.

Findings reveal that the students reported a moderate level of false self, whereas their level of life satisfaction was relatively high. Moreover, the analysis showed a weak yet statistically significant negative correlation between the two variables. With respect to differences, no gender-based variation was observed in the mean scores of the false self, while significant differences appeared by age, favoring students younger than 20 years. On the other hand, no statistically significant differences were detected in life satisfaction scores in relation to either gender or age.

DOI: http://doi.org/10.25130/jtuh.33.4.1.2026.14

Journal of Tikrit University for Humanities Journal of Tikrit University for Humanities Journal of Tikrit University for Humanities Journal of Tikrit University for Humanities Journal of Tikrit University for Humanities

الذات الزائفة وعلاقتها بالرضا عن الحياة لدى عينة من طلبة الجامعة

سحر فتاح معروف /جامعة تكريت/ كلية التربية للعلوم الانسانية

الخلاصة:

هدف البحث الحالي إلى الكشف عن مستوى الذات الزائفة ومستوى الرضا عن الحياة لدى عينة من طلبة كلية التربية بجامعة تكريت، إضافة إلى دراسة طبيعة العلاقة بين هذين المتغيرين، وكذلك اختبار الفروق تبعاً لمتغيري الجنس والعمر. اعتمدت الدراسة المنهج الوصفي التحليلي، وطبقت على عينة قوامها (١٢٠) طالباً وطالبة من كلية التربية للعلوم الإنسانية في جامعة تكريت. جرى استخدام مقياس الذات الزائفة ومقياس الرضا عن الحياة كأداتين للبحث. وأظهرت النتائج أن طلبة كلية التربية يتميزون بمستوى متوسط

من الذات الزائفة، في حين أن مستوى الرضا عن الحياة لديهم جاء مرتفعاً. كما تبين وجود علاقة عكسية ضعيفة ودالة إحصائياً بين الذات الزائفة والرضا عن الحياة. وفيما يتعلق بالفروق، لم تُسجَّل فروق دالة بين متوسطات درجات الطلبة على مقياس الذات الزائفة وفقاً لمتغير الجنس، في حين ظهرت فروق تبعاً لمتغير العمر لصالح الفئة العمرية (أقل من ٢٠ سنة). أما بالنسبة لمقياس الرضا عن الحياة، فقد بينت النتائج عدم وجود فروق تُعزى إلى متغيري الجنس والعمر.

الكلمات المفتاحية: الذات الزائفة/ الرضا عن الحياة/ طلبة الجامعة عينة

مقدمة:

تُعد قضايا الذات والهوية من أهم المواضيع التي شغلت علم النفس المعاصر، نظرًا لدورها المحوري في تحديد التوافق النفسي والاجتماعي للإنسان، ومدى رضاه العام عن حياته. ففي ظل التحولات الاجتماعية والثقافية السريعة، قد يجد الفرد نفسه مضطرًا للتكيف مع متطلبات محيطه، الأمر الذي يدفعه أحيانًا إلى تبني صور مصطنعة من ذاته، تُعرف بالذات الزائفة، والتي تعكس ما يراه الفرد مناسبًا لتوقعات الآخرين، على حساب التعبير الصادق عن مشاعره ورغباته الداخلية(Winnicott, 1960,159) .

ويُشير مفهوم الذات الزائفة إلى الهوية التي يشكّلها الفرد تحت ضغط البيئة والمجتمع، بهدف الامتثال لما "ينبغي أن يكون" بدلًا مما "هو عليه فعليًا". ورغم أن هذه الآلية قد تمنح الفرد حماية مؤقتة، فإن استمرارها يرتبط بالشعور بالاغتراب النفسي وفقدان المعنى، ما يؤثر سلبًا على قدرته على التكيف مع الحياة وتحقيق الرضا الداخلي (Daehnert, 1998,156). وتشير الدراسات إلى أن تبني الذات الزائفة يحد من قدرة الفرد على التعبير عن ذاته الحقيقية، ويضعه في صراع دائم بين ما هو عليه وما يُتوقع منه، مما يؤدي إلى انخفاض مستويات الرضا عن الحياة.(Lenton et al., 2013) .

في المقابل، يُعد الرضا عن الحياة أحد أبرز مؤشرات الرفاهية النفسية والاجتماعية، ويقيس تقييم الفرد لحياته ككل مقارنةً بتوقعاته ومعاييره الشخصية (Diener et al., 1985) ويشير البحث النفسي إلى أن مستوى الرضا عن الحياة يتأثر ارتباطاً وثيقاً بمدى التوافق بين الذات الحقيقية والذات المثالية، فكلما اقترب الفرد من العيش بما يتوافق مع قيمه الداخلية وأصالته النفسية، ارتفعت مستويات الرضا والسعادة (Ryan & Deci, 2001,177).

وقد أكدت ذلك العديد من الدراسات كدراسة Lenton et al. (2013) التي بينت أن الأفراد الذين يعيشون وفق ذواتهم الحقيقية يسجلون درجات أعلى من السعادة النفسية. ومن ناحية أخرى، بينت دراسة Tondreau et al. (2017)أن الممارسات التربوية والاجتماعية قد تشجع أحيانًا على تبني ذوات زائفة، ما يزيد من مستوى التوتر النفسي ويقلل الرضا عن الحياة. ويبرز الاهتمام بالذات الزائفة والرضا عن الحياة بشكل خاص لدى طلبة الجامعات، حيث تتشابك متطلبات الدراسة الأكاديمية مع ضغوط الحياة الاجتماعية والشخصية، ما يجعلهم أكثر عرضة لتبني تصورات غير أصيلة عن ذواتهم. وقد أظهرت

دراسات عدة كدراسة إبراهيم (٢٠٢١) أن هناك علاقة ارتباطية بين فعالية الذات والرضا عن الحياة لدى طلبة المرحلة الإعدادية، فيما وجدت النملة (٢٠١٩) علاقة مشابهة بين تقدير الذات والرضا عن الحياة لدى طلاب جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية.

ومن هذا المنطلق، يسعى البحث الحالي إلى دراسة الذات الزائفة وعلاقتها بالرضا عن الحياة لدى عينة من طلاب الجامعة، بما يسهم في فهم أبعاد هذه الظاهرة النفسية وتأثيرها على رفاهية الطلبة النفسية والاجتماعية، ويمهد الطريق لتطوير استراتيجيات داعمة لتعزيز الأصالة والرضا الداخلي لديهم.

مشكلة البحث

تُعد مرحلة الدراسة الجامعية من المراحل الحرجة في حياة الشباب، إذ تتسم بكثرة التحديات والمتغيرات التي تفرض على الطلبة التكيف مع بيئات جديدة أكاديمياً واجتماعياً ونفسياً. وفي ظل هذه التحديات، يبرز مفهوم الذات الزائفة كأحد الجوانب النفسية المؤثرة في شخصية الطالب الجامعي، حيث يُقصد بها النزعة إلى إظهار صورة غير متطابقة مع الذات الحقيقية، استجابةً لضغوط اجتماعية أو رغبة في التوافق مع توقعات الآخرين .(Winnicott, 1960,271) هذا الانفصال بين الذات الحقيقية والذات المعروضة غالباً ما يقود إلى مشاعر تناقض داخلي قد ينعكس سلباً على الرضا عن الحياة، الذي يُعد مؤشراً مهماً للصحة النفسية والتوازن الانفعالي للفرد.(Diener et al., 1985,275)

وقد أشارت دراسات سابقة إلى أن وجود الذات الزائفة يرتبط بانخفاض مؤشرات الصحة النفسية، بما فيها الرضا عن الحياة .فمثلاً، بينت دراسة Weir et al. (2010) أن ارتفاع إدراك الفرد لذاته الزائفة لدى المراهقين ترافق مع زيادة أعراض القلق والاكتئاب وانخفاض المشاعر الإيجابية. كما وجدت دراسة Mun et al. (2021)أن إظهار الذات الزائفة على وسائل التواصل الاجتماعي له أثر سلبي مباشر على الصحة النفسية ومستويات الرضا العام لدى الشباب. وفي السياق نفسه، توصلت دراسة Tomaszek et al. (2023) .إلى أن الطلبة الجامعيين الذين يقيّمون أنفسهم بدرجة عالية من الذات الزائفة كانوا أكثر عرضة للاحتراق الأكاديمي ومشاعر عدم الرضا عن حياتهم الدراسية. أما دراسة Lutz et al. (2022) فأكدت أن الأصالة (وهي النقيض المفهومي للذات الزائفة) ترتبط إيجاباً بالمعنى في الحياة والرضا عنها، مما يعزز الفرضية بأن زيادة الذات الزائفة تقود إلى تراجع في الرضا.

وبناءً على ما سبق، ومن خلال ملاحظات الباحثة لطلبة كلية التربية للعلوم الإنسانية في جامعة تكريت، تبيّن أن العديد منهم يسعون لإظهار ذواتٍ مثالية أمام الآخرين، سواء عبر التفاعل المباشر أو من خلال المنصات الرقمية، وهو ما قد يعكس انفصالًا بين ذواتهم الحقيقية وما يعرضونه للآخرين، ويؤدي إلى انخفاض مستوى الرضا عن الحياة لديهم. كما أن بعض الطلبة يعبّرون عن شعور دائم بعدم القبول الاجتماعي أو الخوف من النقد، ما يدفعهم إلى سلوكيات تمويهية قد تعزز حالة الذات الزائفة لديهم.

وفي محاولة لتكوين تصور أولي، أجرت الباحثة دراسة استطلاعية على عينة قوامها (٤٠) طالباً وطالبة من كلية التربية للعلوم الإنسانية بجامعة تكريت. وقد أظهرت النتائج أن (٦٧%) منهم يعترفون بأنهم

يلجؤون إلى إظهار الذات الزائفة في المواقف الاجتماعية داخل الحرم الجامعي، وأفاد (٦٢%) منهم بوجود تناقض بين ما يعبّرون عنه أمام الآخرين وما يشعرون به داخلياً، بينما أشار (٥٩%) إلى أن مستوى الرضا عن الحياة لديهم منخفض. إن نتائج الدراسة الاستطلاعية، إلى جانب ما أكدته الدراسات السابقة، تكشف بوضوح عن وجود علاقة محتملة بين الذات الزائفة والرضا عن الحياة لدى طلبة الجامعة. وعليه، تتحدد مشكلة البحث الحالي في السؤال الرئيس الآتي:

ما علاقة الذات الزائفة بالرضا عن الحياة لدى عينة من طلبة الجامعة؟

أهمية البحث

أولاً: الأهمية النظرية

- تساهم الدراسة في إثراء الأدبيات النفسية والاجتماعية من خلال تناول مفهوم الذات الزائفة وأثرها على الرضا عن الحياة، وهو جانب لم يحظَ بقدر كافٍ من البحث في البيئة الجامعية العربية.
- تسلط الضوء على العلاقة بين الأصالة النفسية والرضا عن الحياة لدى الطلبة، ما يفتح المجال لفهم أبعاد التوافق النفسي والاجتماعي بشكل أعمق.
- قد تُضيف إلى الجهود البحثية في مجال علم النفس التربوي والاجتماعي من خلال الربط بين الظواهر النفسية الفردية ومتطلبات البيئة الأكاديمية.
- تفتح آفاقاً بحثية جديدة أمام الباحثين لدراسة الذات الزائفة وعواملها وارتباطها بالرفاهية النفسية والاجتماعية لدى طلبة الجامعات.

ثانياً: الأهمية التطبيقية

- من المؤمل أن تقدم نتائج الدراسة تشخيصاً دقيقاً لمستوى تبني الذات الزائفة وتأثيره على الرضا عن الحياة لدى طلبة الجامعة.
- قد تساعد النتائج طلبة الجامعات والإداريين والمستشارين النفسيين في تصميم برامج توجيهية لتعزيز الأصالة النفسية والرضا الداخلي.
- يمكن لأعضاء الهيئة التدريسية والمرشدين النفسيين الاستفادة من نتائج الدراسة في وضع استراتيجيات داعمة للتكيف النفسي والاجتماعي للطلبة.
- قد تمكّن الدراسة من تطوير برامج تدريبية وورش عمل للطلبة حول التعرف على الذات الحقيقية وتخفيف الضغوط الاجتماعية المؤدية إلى الذات الزائفة.
- قد تفيد نتائج البحث في تعزيز رفاهية الطلبة النفسية والاجتماعية، ما يسهم في تحسين الأداء الأكاديمي وتطوير البيئة الجامعية بما يتوافق مع الاحتياجات النفسية للطلاب.

أهداف البحث: يهدف البحث الحالي إلى:

- التعرف على مستوى الذات الزائفة لدى عينة من طلبة كلية التربية بجامعة تكريت
- التعرف على مستوى الرضا عن الحياة لدى عينة من طلبة كلية التربية بجامعة تكريت.

- تحديد طبيعة العلاقة بين الذات الزائفة والرضا عن الحياة لدى عينة من طلبة كلية التربية بجامعة تكريت.
- تعرف دلالة الفروق بين متوسطات درجات أفراد العينة من طلبة كلية التربية بجامعة تكريت على مقياس الذات الزائفة تبعاً لمتغيرات (الجنس، العمر).
- تعرف دلالة الفروق بين متوسطات درجات أفراد العينة من طلبة كلية التربية بجامعة تكريت على مقياس الرضا عن الحياة تبعاً لمتغيرات (الجنس، العمر).

مصطلحات البحث والتعريفات الإجرائية

- **الذات الزائفة:** عرفها (عطا الله،٢٠٢١، ٢٩١) هي صورة مزيّفة عن الذات الحقيقية، يتبناها الفرد استجابةً لضغوط اجتماعية أو ثقافية، بهدف التوافق مع توقعات الآخرين أو معايير المجتمع. تتميز هذه الذات بالانفصال عن القيم الداخلية والاحتياجات الذاتية، مما يؤدي إلى شعور بالاغتراب النفسي وفقدان المعنى.
- **التعريف النظري:** تبنت الباحثة تعريف (Talavera,et al,2023,1188) للذات الذائفة: هي البناء المعرفي الذي يشمل مجموعة التصورات والإدراكات التي يحملها الفرد عن نفسه، وما يمتلكه من خصائص، قدرات، قيود، قيم وأدوار في مختلف جوانب الحياة، ويتشكل هذا البناء من الخبرات الحياتية والتفاعلات الاجتماعية والتقييمات الذاتية، وذلك كونه ينسجم مع الإطار النظري للبحث.

وتعرفها الباحثة إجرائياً: مستوى تبني الطالب لصورة غير أصيلة عن ذاته الحقيقية، ناتجة عن سعيه للامتثال لتوقعات الآخرين أو المعايير الاجتماعية السائدة، على حساب قيمه واحتياجاته الداخلية، ويُقاس ذلك من خلال الدرجة الكلية التي يحصل عليها أفراد عينة البحث على فقرات الاستبانة المُعدّة لقياس الذات الزائفة.

- **الرضا عن الحياة:** عرفها (شقير واخرون،٢٠١٢، ١٢٣) هو تقييم الفرد لحياته ككل، استناداً إلى معاييره الشخصية وتوقعاته. يتأثر هذا الرضا بعوامل متعددة، منها التوافق النفسي والاجتماعي، والقدرة على تحقيق الأهداف الشخصية، والشعور بالإنجاز.
- **التعريف النظري:** تبنت الباحثة تعريف (Diener et al., 2021,421) للرضا عن الحياة: هي التقييم المعرفي الشامل الذي يقوم به الفرد لحياته ككل، من خلال مقارنة ظروفه الحياتية الحالية بالمعايير والتوقعات التي يضعها لنفسه، ويعكس هذا التقييم مدى تقبله لحياته ودرجة إحساسه بجودتها العامة .ويُعد الرضا عن الحياة أحد المكونات الأساسية للرفاهية الذاتية، إذ يعتمد على الحكم العقلي الواعي للفرد، وليس على الانفعالات المؤقتة أو المشاعر اللحظية ، وذلك كونه ينسجم مع الإطار النظري للبحث.

- **وتعرفها الباحثة إجرائياً:** درجة شعور الطالب بالقبول والتقدير الإيجابي لحياته بوجه عام، ومدى توافق واقعه المعيشي مع تطلعاته ومعاييره الشخصية، ويُقاس ذلك من خلال الدرجة التي يحصل عليها أفراد عينة البحث على الاستبانة المُعدّة لقياس الرضا عن الحياة.

حدود البحث: تتمثل فيما يلي:

- **الحدود الموضوعية:** يقتصر البحث الحالي على التعرف على مستوى الذات الزائفة ومستوى الرضا عن الحياة لدى عينة من طلبة كلية التربية بجامعة تكريت، ودراسة العلاقة بينهما، وتعرف الفروق في الذات الزائفة والرضا عن الحياة تبعاً لمتغيرات (الجنس، العمر).
- **الحدود البشرية:** يقتصر البحث على عينة مكونة من (١٢٠) طالباً وطالبة من طلاب كلية التربية للعلوم الإنسانية في جامعة تكريت.
- **الحدود المكانية:** تم تطبيق البحث في كلية التربية للعلوم الإنسانية جامعة تكريت، محافظة صلاح الدين
- **الحدود الزمانية:** تم تطبيق البحث في الفصل الدراسي الثاني من العام ٢٠٢٤/٢٠٢٥م

الإطار النظري للبحث:

أولاً: مفهوم الذات الزائفة:

عرفها كل من دونالد وينيكوت (Winnicott,1971): تتبلور في كونها احدى الاساليب التي جرى تشكيلها وفقا لتوقعات بيئية، سيما الأسرية منها، والتي يصبح الفرد فيها صوره مشابهة لهذه التوقعات، لتلبية حاجاتها والامتثال لمتطلبات محيطها، يرافقها نشوء مشاعر او شعور ومعتقدات كاذبة، تظهر لأغراض دفاعية، صممت على نحو معين، لحماية الذات الحقيقية من مشاعر الاذى والخوف أو لإخفائها، يرافقها فشل في التعاطف أو بسحب المشاعر(Daehnert,1998,257)

ان الذات الزائفة ظاهرة شغلت العلماء منذ أكثر من ألفي عام فهو فكرة غير منطقية عند الأفراد تعود فكرة الشخصية المتناقضة إلى الفيلسوف الفرنسي ديكارت، الذي يرى أن عقل الإنسان يبدو شفافاً بالنسبة له، وأن استبطان الفرد لأفكاره ومشاعره يمنحه فهماً صحيحاً ودقيقاً لحياته العقلية والذهنية (العتوم، ٢٠٠٨، ٤٢).

ثانياً: النظريات التي فسرت الذات الزائفة: نظرية العالم الامريكي "ديفيد هاوكينز"

صاغ العالم " هاوكينز " ابحاثا مبتكرة ، وتعاليم خلاقة مرتبطة بالعقل البشري ، الذي اقتحم عالم الفلسفة ، وتعاليم الوعي الروحي ، واضعا فيما بعد مستويات مختلفة للوعي الانساني ، مشيراً الى دور "المعتقدات الداخلية" التي تشكلت في مراحل العمر المبكرة ، ومساهمتها في تكوين الوعي الذاتي ، تلك المعتقدات المتحكمة بالسلوك والمشاعر فضلا عن الافكار ، وان للوعي درجات متباينة ، تمثل "طاقات الوعي" ، وقد قسم " هاوكينز " طاقات الوعي الى (١٦) طاقة ، تقع في فئتين اثنين هما : فئة الطاقات السلبية ، وتمثل الذات الزائفة ، والفئة الثانية الطاقات الايجابية ، وتمثل الذات الحقيقية ، واضعاً لهذه

الطاقات درجات تراوحت ما بين (٢٠) درجة وصولاً الى (١٠٠٠) درجة، مطلقاً عليها مقياس هاوكينز" لطاقات الوعي ، تقع هذه الطاقات في أربع مستويات ، تضم مراحل أربع هي:

ففي **المستوى الأول (مرحلة الخطر)**، الذي يقع بين (٢٠–١٧٥) درجة، تبرز المشاعر السلبية مثل العار، الذنب، اليأس، الخوف، الغضب، والفخر المرتبط بالمظهر الخارجي. ويرى هاوكينز أن هذه المشاعر تمثل ما سماه "الأنا الزائفة" أو "الأنا القاصرة" التي لم تبلغ النضج والحكمة بعد، كونها تستند إلى تصورات شكلية زائلة.

أما **المستوى الثاني (المرحلة المحايدة)** والذي يتراوح بين (٢٠٠–٤٥٠) درجة، فيرتبط بالمشاعر الإيجابية كالشجاعة، التفاؤل، الغفران، والحكمة، حيث يصبح الاعتماد على القدرات الداخلية الحقيقية بدلًا من المظاهر الخارجية.

ويأتي **المستوى الثالث (المرحلة الإيجابية)** بين (٥٠٠–٦٠٠) درجة، وهو قمة المشاعر الإنسانية الإيجابية مثل الحب، الفرح، والسلام، التي تنبثق من الإمكانات الواقعية للفرد.

وأخيراً، يمثل **المستوى الرابع (مرحلة التنوير الروحي)**أسمى المراتب، إذ يقع بين (٧٠٠–١٠٠٠) درجة، ويعكس صفاءً داخليًا وارتقاءً روحانياً عميقاً، يقوم على الحقيقة المطلقة وتجلي القدرات الإنسانية في أكمل صورها(Hawkins, 2021, 114–132) .

مفهوم الرضا عن الحياة: يعرف الباحثون الرضا عن الحياة بعدة مصطلحات، منها السعادة، الإحساس بالراحة، جودة الحياة، وتحقيق الأهداف الذاتية. وتختلف التعريفات حسب توجهات العلماء؛ فتعرفه منظمة الصحة العالمية على أنه تصور الفرد لمكانته في الحياة وأهدافه وتوقعاته ومعاييره الشخصية ضمن إطار الثقافة والقيم التي ينتمي إليها (جابر ورشوان، ٢٠٠٦، ٢٥). ويعتبره الدسوقي عملية تقييم يقارن فيها الفرد ظروفه الحالية بالمستوى الأمثل الذي يراه مناسباً وفق منظومته القيمية (كامل، ٢٠٠٩، ٢٥)، بينما يرى الديب أن الرضا عن الحياة يعكس تقبّل الفرد لذاته وحياته في البيئة المحيطة، ويظهر في توافقه مع ربه وأسرته وزملائه، ورضاه عن إنجازاته الماضية وتفاؤله بالمستقبل (جاد الله وهريدي، ٢٠٠١، ٥٥)

المفاهيم المرتبطة بالرضا عن الحياة :يعتبر الرضا عن الحياة مفهوماً مركباً يتداخل فيه عدة عناصر أساسية:

- **السعادة** :ترتبط بدرجة الرضا عن الحياة وبتكرار الانفعالات الإيجابية، وتشمل الرضا عن مجالات الحياة المختلفة، الشعور بالمتعة والبهجة، وغياب المشاعر السلبية كالقلق والاكتئاب (آرجايل، ١٩٩٣، ٢٥)
- **تقبّل الحياة** :يعكس الرضا عن الذات، ويؤثر في السلوك الإيجابي، التكيف الاجتماعي، والإنجاز الشخصي، بينما غياب الرضا قد يؤدي إلى الإحباط والفشل أو الانعزال والسلوك العدواني (عطية، ٢٠٠٢، ١٤).
- **التدين** :يوفر أساسًا وجدانيًا للطمأنينة النفسية، الاتزان الانفعالي، والتفاؤل بالحياة، ويعزز القدرة على مواجهة التحديات من خلال الممارسات الدينية (شقورة، ٢٠١٢، ٣٢).
- **نوعية الحياة** :تمثل إدراك الفرد لمكانته ضمن سياق ثقافي وقيمي، وتتأثر بالعوامل النفسية والجسدية والاجتماعية، وتتحقق الطمأنينة من خلال التكامل بين الجوانب الفسيولوجية والنفسية (حسن، ٢٠٠٢، ٣٢).

الدراسات السابقة:

الدراسات السابقة المتعلقة بالمحور الأول" الذات الزائفة":

دراسة(داؤد،٢٠٢٥) بعنوان: مدى تكوين الذات الزائفة لدى طلبة المرحلة الإعدادية النازحين في ضوء بعض المتغيرات.

تهدف الدراسة إلى الكشف عن مستوى الذات الزائفة لدى طلبة المرحلة الإعدادية النازحين في مدينة أربيل، بالاعتماد على مجموعة من المتغيرات شملت الجنس، الصف الدراسي، التخصص، الوضع الاقتصادي، ونوع المدرسة. تكونت عينة الدراسة من (٣٦٠) طالباً وطالبة موزعين بالتساوي بين الذكور والإناث، ومنتشرين على عشر مدارس حكومية وأهلية. ولأغراض القياس، صمم الباحث أداة مكونة من (٣٠) فقرة تم التحقق من صدقها وثباتها، حيث بلغ معامل الثبات (٠.٨٤)، مما يدل على اتساق مقبول. وأظهرت النتائج أن مستوى الذات الزائفة لدى الطلبة كان مرتفعاً، مع وجود فروق دالة تعزى لمتغير الجنس لصالح الذكور، وكذلك لصالح الطلبة من ذوي الدخل المرتفع، وأيضاً لصالح طلبة المدارس الأهلية، في حين لم تظهر فروق ذات دلالة إحصائية تعزى لمتغير التخصص.

دراسة (التميمي وخلف ،٢٠٢٣) بعنوان: برنامج إرشادي مقترح بأسلوب التنظيم في خفض مستوى الذات الزائفة لدى طالبات المرحلة الإعدادية"

هدفت الى الكشف عن إثر برنامج ارشادي مقترح بأسلوب التنظيم في خفض مستوى الذات الزائفة، فضلا عن بناء مقياس للكشف عن مستوى الذات الزائفة تكونت العينة من (٤٠٠) طالبة ضمن أحد صفوف

ضمن أحد صفوف المرحلة الاعدادية، اشارت النتائج الى وجود إثر للبرنامج في خفض مستوى الذات الزائفة لدى الطالبات.

دراسة (خيري ،٢٠٢٢): بعنوان "رقمنة الذات وإشكالية اغتراب الهويات في الفضاء السيبراني: الاستخدام بين الذات الحقيقية والذات الزائفة"

هدفت الدراسة إلى تناول قضية تشكيل الذات الرقمية باعتبارها أحد المفاهيم الحديثة المرتبطة بالإنسانيات الرقمية. فقد أوضحت أن حضور الفرد لم يعد محصوراً في الوجود الفيزيائي، بل امتد إلى فضاءات رقمية تتيح له ممارسة نشاطات افتراضية متحررة من القيود المكانية والزمانية. وهذا التحول أتاح للمستخدم إمكانية بناء صور متعددة للذات، بعضها أصيل وبعضها الآخر مصطنع، مما أفضى إلى بروز حالة من الاغتراب الهوياتي واغتراب الذات عن حقيقتها.

الدراسات السابقة المتعلقة بالمحور الثاني" الرضا عن الحياة":

دراسة (ابساط،٢٠٢٥) بعنوان: بعض أبعاد الرضا عن الحياة وعلاقته بتقدير الذات لدى عينة من طلبة جامعة طبرق.

هدفت الدراسة إلى استقصاء العلاقة بين الرضا عن الحياة وتقدير الذات لدى عينة عشوائية من (١١٠) طلاب وطالبات من كليات مختلفة. وقد استعان الباحث بمقياسين، الأول لقياس الرضا عن الحياة، والثاني لتقدير الذات. وأظهرت النتائج أن مستوى الرضا عن الحياة كان متوسطاً، بينما كان مستوى تقدير الذات مرتفعاً نسبياً. كما لم تسفر النتائج عن فروق جوهرية بين الذكور والإناث، ولا بين طلبة السنة الثانية والرابعة، ولا حتى بين التخصصات العلمية، في كل من المتغيرين المدروسين. إلا أن الدراسة بينت وجود علاقة موجبة بين الرضا عن الحياة وتقدير الذات، ما يشير إلى إمكانية التنبؤ بدرجات الرضا استناداً إلى مستويات تقدير الذات.

دراسة(بن جخدل،٢٠٢١) بعنوان: مؤشرات الرضا عن الحياة وعلاقتها بالمساندة الاجتماعية المدركة PSSلدى الطالبات المقيمات بالأحياء الجامعية

سعت الدراسة إلى الكشف عن العلاقة بين الرضا عن الحياة والمساندة الاجتماعية المدركة لدى (٥٩) طالبة مقيمة بالأحياء الجامعية. تم الاعتماد على مقياس دينر وزملائه (١٩٨٥) للرضا عن الحياة، إضافة إلى المقياس متعدد الأبعاد للمساندة الاجتماعية المدركة الذي طوره زيمت وآخرون (١٩٨٨). وأظهرت النتائج وجود علاقة ارتباط متوسطة ودالة إحصائياً بين المتغيرين، وبخاصة في أبعاد المساندة الأسرية، والأصدقاء، والأشخاص المهمين. ومن أبرز توصيات الدراسة تعزيز برامج التوعية الأسرية حول العوامل التي تسهم في رفع تقدير الذات لدى الطالبات، مع الدعوة لإجراء المزيد من الدراسات لبناء برامج إرشادية تستهدف تحسين الرضا عن الحياة

دراسة (عدة،٢٠٢١) بعنوان: قياس مستوى الرضا عن الذات والرضا عن الدراسة لدى عينة من طلبة الجامعة

هدف الدراسة إلى التعرف على مستوى رضا الطلبة الجامعيين عن الذات وعن الدراسة من خلال استبيان تم بناءه وتصميمه من قبل الباحثة يتمثل في أداة لقياس مستوى الرضا عن الذات والرضا عن الحياة، عبر تطبيق مقياس دينير للرضا النفسي عن الحياة، على عينة كبيرة بلغ قوامها (٤٣٥) طالباً وطالبة (٣٢٠ إناث و١٠٥ ذكور)، بهدف التعرف إلى مستويات الرضا عن الذات والرضا عن الدراسة . استخدمت الباحثة مقياس دينر للرضا النفسي عن الحياة، وأشارت النتائج إلى أن الطلبة أظهروا مستويات عالية من الرضا عن الذات، مقابل رضا أقل عن الدراسة. كما تبين أن الإناث كن أكثر رضا عن الدراسة مقارنة بالذكور.

دراسة (الزواهرة،٢٠٢١) بعنوان: الرضا عن الحياة لدى طلاب جامعة نجران وعلاقته بتقدير الذات

هدفت هذه الدراسة إلى تعرف العلاقة بين الرضا عن الحياة وتقدير الذات لدى (٦٣٩) طالباً وطالبة (٣١٩ ذكور، ٣٢٠ إناث). استعان الباحث بمقياسين تم تطويرهما استناداً إلى الأدب النفسي مع إثبات صدقهما وثباتهما. وأظهرت النتائج أن الطلبة يتمتعون بدرجة عالية من الرضا عن الحياة ومستوى مرتفع من تقدير الذات، كما ظهر ارتباط قوي وموجب بين المتغيرين. ولم تسجل فروق دالة تبعاً لمتغيري الجنس أو نوع الكلية، مما دفع الباحث للتوصية بضرورة متابعة مستويات الرضا وتقدير الذات لدى الطلبة بشكل دوري وتبني استراتيجيات تخفيف الضغوط الجامعية.

وأجرى جورجنسون واخرون(Jorgenson et al, 2011)دراسة استهدفت معرفة مدى رضا الطلبة عن حياتهم الجامعية وانعكاس ذلك على تحصيلهم الأكاديمي. شملت العينة (٦٠٦٥) طالباً وطالبة من كلية داوسون خلال العام الدراسي (٢٠٠٤–٢٠٠٥). أظهرت النتائج أن الطالبات أبدين رضا أكبر من الطلبة، وأن الطلبة غير ذوي الإعاقة كانوا أكثر رضا مقارنة بنظرائهم من ذوي الإعاقة. كما توصلت الدراسة إلى أن الرضا عن الحياة يرتبط إيجابياً بكل من الاستمرار في الدراسة والتحصيل الأكاديمي.

أجرى نيكولتش (Nickolich,2010) دراسة هدفت إلى التعرف إلى مستوى الرضا عن الحياة والرضا المهني لدى عينة من المعلمين والمشرفين في مدارس ولاية أنديانا في الولايات المتحدة الأمريكية، تألفت من (١٠٥) مشارك (٦٠ معلماً جديداً و٤٥ مشرفاً) لمعرفة مستوى الرضا عن الحياة والرضا المهني . أظهرت النتائج أن المشرفين كانوا أكثر رضا من المعلمين الجدد، كما تبين أن المشاركين ممن تجاوزوا سن الخمسين أبدوا مستويات أعلى من الرضا عن الحياة مقارنة بالأصغر سناً.

التعقيب على الدراسات السابقة:

يتميز البحث الحالي بدمجه بين الذات الزائفة والرضا عن الحياة معاً لدى طلبة جامعة تكريت، بينما ركزت الدراسات السابقة مثل داؤد (٢٠٢٥) والتميمي وخلف (٢٠٢٣)على الذات الزائفة في المرحلة الإعدادية، وتناولت دراسات مثل ابساط (٢٠٢٥) الزواهرة (٢٠٢١)، وبن جخدل (٢٠٢١)الرضا عن

الحياة وعلاقته بمتغيرات أخرى كالمساندة الاجتماعية وتقدير الذات.

يتفق البحث مع أغلبها في استخدام المنهج الوصفي التحليلي، باستثناء التميمي وخلف (٢٠٢٣)الذين اعتمدوا المنهج شبه التجريبي، وخيري (٢٠٢٢)الذي اتخذ منحى مفاهيمي. كما تختلف عينته عن الدراسات السابقة بتركيزه على طلبة جامعة تكريت في سياق عراقي، مما يسد فجوة معرفية ويتيح فهماً أعمق للعلاقة بين الذات الزائفة والرضا عن الحياة في البيئة الجامعية.

منهج البحث:

يُقصد بالمنهج ذلك الأسلوب أو الطريق الذي يسلكه الباحث من أجل فهم الظواهر وتفسيرها والوصول إلى نتائج تساعده على تحقيق أهداف دراسته. وفي هذا البحث تم اعتماد المنهج الوصفي التحليلي، كونه الأنسب لطبيعة الموضوع. ويقوم هذا المنهج على دراسة الظاهرة كما هي موجودة في الواقع، ثم تقديم وصف نوعي دقيق لها يبرز خصائصها، إلى جانب الوصف الكمي الذي يُترجم عبر جمع البيانات وتنظيمها في أرقام وجداول، مما يتيح تحديد حجم الظاهرة أو مدى انتشارها، وكذلك الكشف عن درجة ارتباطها بالمتغيرات والعوامل الأخرى (درويش، ٢٠١٨، ١١٨).

مجتمع البحث:

تكون مجتمع البحث من طلبة كلية التربية للعلوم الإنسانية في جامعة تكريت وعددهم (١٥٠) طالباً وطالبة للعام الدراسي ٢٠٢٤-٢٠٢٥ م.

عينة البحث:

اعتمد أسلوب المسح الشامل إذ طبقت الباحثة على جميع أفراد المجتمع، بحيث تكونت العينة الأساسية للبحث من (١٢٠) طالباً وطالبة في كلية التربية للعلوم الإنسانية في جامعة تكريت، وتكونت العينة الاستطلاعية من (٣٠) طالباً وطالبة في كلية التربية للعلوم الإنسانية في جامعة تكريت، ويبين الجدول الآتي توزع العينة وفق متغيرات البحث:

الجدول (١) توزع العينة الأساسية وفق متغيرات البحث

المتغير	فئات المتغير	العدد	النسبة المئوية
الجنس	ذكور	٥٧	%٤٧.٥
	إناث	٦٣	%٥٢.٥
	المجموع	١٢٠	%١٠٠
العمر	أقل من ٢٢ سنة	٦٥	%٥٤.٢
	٢٢ سنة فأكبر	٥٥	%٤٥.٨

أداة البحث:

الأداة الأولى: مقياس الذات الزائفة:

لتحقيق أهداف البحث استخدم مقياس الذات الزائفة أداة للبحث الحالي وجمع المعلومات والبيانات وتم بناء المقياس بالاستفادة من الدراسات السابقة التي تناولت موضوع الذات الزائفة، وتكون المقياس من (١٥) فقرة.

صدق المقياس: تم التحقق من صدق المقياس من خلال:

- صدق المحتوى: وذلك من خلال عرض المقياس بصورته الأولية المكونة من (١٥) فقرة، على مجموعة من المحكمين المتخصصين والبالغ عددهم (٥) محكمين، وذلك من أجل معرفة مدى انتماء الفقرات للمقياس وأنها تقيس ما وضعت لقياسه، ومعرفة وضوح التعليمات الفقرات، وحذف أو إضافة أو تعديل ما يرونه مناسباً، وهكذا تم إجراء بعض التعديلات اللغوية في الصياغة لعدد من الفقرات، وبقي عدد فقرات المقياس (١٥) فقرة.
- الصدق البنيوي: تم التحقق من الصدق البنيوي من خلال حساب معامل ارتباط بيرسون بين درجة كل فقرة والدرجة الكلية للمقياس وذلك بعد تطبيق المقياس على العينة الاستطلاعية وكانت النتائج وفق الجدول (٢):

الجدول (٢) معامل ارتباط بيرسون للتحقق من الصدق البنيوي لمقياس الذات الزائفة

الفقرة	معامل الارتباط	الفقرة	معامل الارتباط
١	٠.٥٨٩**	٩	٠.٧٦٣**
٢	٠.٦٣٩**	١٠	٠.٧٣٣**
٣	٠.٦٤٧**	١١	٠.٨٠٢**
٤	٠.٥٢٥**	١٢	٠.٥٣٦**
٥	٠.٣٢٤*	١٣	٠.٧١٦**
٦	٠.٦٤٩**	١٤	٠.٦٣٩**
٧	٠.٧٦٣**	١٥	٠.٥٥٢**
٨	٠.٥٩٨**		

*** دال عند (٠.٠٥)** **** دال عند (٠.٠١)**

من الجدول (٢) نجد أن جميع معاملات الارتباط كانت دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (٠.٠٥ أو ٠.٠١) وتراوحت قيمتها بين (٠.٣٢٤-٠.٨٠٢) ومنه فإن المقياس يتصف بصدق بنيوي.

ثبات المقياس: تم التحقق من ثبات المقياس من خلال حساب معامل ثبات ألفا كرونباخ وكانت النتائج وفق الجدول (٣):

الجدول (٣) ثبات مقياس الذات الزائفة

	عدد الفقرات	معامل ألفا كرونباخ
مقياس الذات الزائفة	١٥	٠.٩٠٣

ومنه نجد أن قيمة معامل ثبات ألفا كرونباخ بلغت (٠.٩٠٣) وهي قيم مرتفعة مما يشير إلى أن المقياس يتصف بمؤشرات ثبات مرتفعة.

تصحيح المقياس: استخدم مقياس ليكرت الخماسي للإجابة عن فقرات المقياس وهذه البدائل هي (دائماً، غالباً، أحياناً، نادراً، أبداً) وتأخذ الدرجات (٥، ٤، ٣، ٢، ١) بالترتيب.

الأداة الثانية: مقياس الرضا عن الحياة:

لتحقيق أهداف البحث استخدم مقياس الرضا عن الحياة أداة للبحث الحالي وجمع المعلومات والبيانات وتم بناء المقياس بالاستفادة من الدراسات السابقة التي تناولت موضوع الرضا عن الحياة، وتكون المقياس من (١٥) فقرة.

صدق المقياس: تم التحقق من صدق المقياس من خلال:

- صدق المحتوى: وذلك من خلال عرض المقياس بصورته الأولية المكونة من (١٥) فقرة، على مجموعة من المحكمين المتخصصين والبالغ عددهم (٥) محكمين، وذلك من أجل معرفة مدى انتماء الفقرات للمقياس وأنها تقيس ما وضعت لقياسه، ومعرفة وضوح التعليمات والفقرات، وحذف أو إضافة أو تعديل ما يرونه مناسباً، وهكذا تم إجراء بعض التعديلات اللغوية في الصياغة لعدد من الفقرات، وبقي عدد فقرات المقياس (١٥) فقرة.
- الصدق البنيوي: تم التحقق من الصدق البنيوي من خلال حساب معامل ارتباط بيرسون بين درجة كل فقرة والدرجة الكلية للمقياس وذلك بعد تطبيق المقياس على العينة الاستطلاعية وكانت النتائج وفق الجدول (٤):

الجدول (٤) معامل ارتباط بيرسون للتحقق من الصدق البنيوي لمقياس الرضا عن الحياة

الفقرة	معامل الارتباط	الفقرة	معامل الارتباط
١	**٠.٦٩٨	٩	*٠.٣٣٤
٢	**٠.٦٤٥	١٠	**٠.٧٦٩
٣	**٠.٦٨٥	١١	**٠.٧٥٢
٤	**٠.٣٢٩	١٢	**٠.٦٦٠
٥	**٠.٧٨٥	١٣	**٠.٧٨٠
٦	**٠.٦٠١	١٤	**٠.٨٥٤
٧	**٠.٧٥٤	١٥	**٠.٦٦٤
٨	**٠.٦٨٦		

*** دال عند (٠.٠٥)** **** دال عند (٠.٠١)**

من الجدول (٤) نجد أن جميع معاملات الارتباط كانت دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (٠.٠٥ أو ٠.٠١) وتراوحت قيمتها بين (٠.٣٢٩-٠.٨٥٤) ومنه فإن المقياس يتصف بصدق بنيوي.

ثبات المقياس: تم التحقق من ثبات المقياس من خلال حساب معامل ثبات ألفا كرونباخ وكانت النتائج وفق الجدول (٥):

الجدول (٥) ثبات مقياس الرضا عن الحياة

	عدد الفقرات	معامل ألفا كرونباخ
مقياس الذات الزائفة	١٥	٠.٩١٤

ومنه نجد أن قيمة معامل ثبات ألفا كرونباخ بلغت (٠.٩١٤) وهي قيم مرتفعة مما يشير إلى أن المقياس يتصف بمؤشرات ثبات مرتفعة.

تصحيح المقياس: استخدم مقياس ليكرت الخماسي للإجابة عن فقرات المقياس وهذه البدائل هي (دائماً، غالباً، أحياناً، نادراً، أبداً) وتأخذ الدرجات (٥، ٤، ٣، ٢، ١) بالترتيب.

نتائج أسئلة البحث ومناقشتها وتفسيرها:

السؤال الأول: "ما مستوى الذات الزائفة لدى عينة من طلاب كلية التربية بجامعة تكريت؟

للإجابة عن هذا السؤال حسبت المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية على فقرات مقياس الذات الزائفة كما حسب ترتيب الفقرات ودرجة الموافقة، التي تم تحديدها بناء على أطوال الفئات الواردة في الجدول (٦):

الجدول (٦) أطوال الفئات ودرجة الموافقة المقابلة لها

درجة الموافقة	مرتفعة جداً	مرتفعة	متوسطة	منخفضة	منخفضة جداً
القيمة	٥-٤.٢٠	٤.١٩-٣.٤٠	٣.٣٩-٢.٦٠	٢.٥٩-١.٨٠	١.٧٩-١

الجدول (٧) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية ودرجة الموافقة والترتيب على فقرات مقياس الذات الزائفة

الفقرة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الموافقة	الترتيب
١- أظهر سلوكاً يتوافق مع توقعات الآخرين أكثر من تعبيره عن حقيقتي.	3.71	.929	مرتفعة	٣
٢- أُخفي مشاعري الحقيقية خوفًا من رفض المحيط الاجتماعي.	4.08	.816	مرتفعة	١
٣- أُغير مواقفي لتناسب توقعات أسرتي أو مجتمعي.	3.18	1.053	متوسطة	٩
٤- أتقمص شخصية مختلفة لحماية نفسي من الأذى النفسي أو النقد.	3.16	.944	متوسطة	١١
٥- أُظهر صورة مثالية عن نفسي رغم أنني لا أشعر بها داخلياً.	3.65	.967	مرتفعة	٥
٦- أستخدم أسلوب المبالغة في التعبير عن أفكاري أو إنجازاتي لأبدو مقبولاً.	3.48	.869	مرتفعة	٧
٧- أشعر أنني أعيش بين ذاتين واحدة حقيقية وأخرى ظاهرية.	3.67	.999	مرتفعة	٤

٨- أقول ما يود الآخرون سماعه حتى لو كان مخالفاً لقناعاتي.	3.54	1.187	مرتفعة	٦
٩- أُظهر الثقة بالنفس رغم شعوري الداخلي بالخوف أو القلق.	3.37	1.115	متوسطة	٨
١٠- أمارس سلوكيات دفاعية (مثل الإنكار أو الكبت) لأخفي ضعفي الحقيقي.	3.94	.677	مرتفعة	٢
١١- أجد صعوبة في التعبير عن هويتي الحقيقية أمام زملائي.	3.17	1.169	متوسطة	١٠
١٢- أغير طريقة تعاملي حسب الموقف حتى أبدو مقبولاً.	2.63	1.223	متوسطة	١٥
١٣- أتأثر كثيرًا بنظرة الآخرين لي وأعدل سلوكي وفقاً لها.	2.76	1.216	متوسطة	١٣
١٤- أنشر صورة عن نفسي في وسائل التواصل الاجتماعي تختلف عن حقيقتي.	3.03	1.170	متوسطة	١٢
١٥- أشعر أنني أرتدي قناعاً يخفي ذاتي الحقيقية.	2.67	1.305	متوسطة	١٤
مقياس الذات الزائفة	**3.33**	**.254**	**متوسطة**	

نجد من الجدول (٧) أن درجة الموافقة على المقياس ككل كانت بدرجة متوسطة وبمتوسط حسابي (٣.٣٣) أي أن **مستوى الذات الزائفة لدى عينة من طلاب كلية التربية بجامعة تكريت كان متوسطاً** لأن المرحلة الجامعية تمثل فترة انتقالية يسعى فيها الطالب لتحقيق التوازن بين ذاته الحقيقية وما يتطلبه المحيط الاجتماعي. هذا الوسط الدراسي يفرض نوعاً من التكيف مع المعايير السائدة، لكن في الوقت ذاته يتيح مجالاً للتعبير عن الذات، مما يقلل من حدة التقمص الكامل لسلوكيات مصطنعة. وجاءت الفقرة رقم ٢ (أُخفي مشاعري الحقيقية خوفًا من رفض المحيط الاجتماعي) في المرتبة الأولى وبدرجة موافقة مرتفعة وبمتوسط حسابي (٤.٠٨)، لأن الطالب غالباً ما يخشى الرفض الاجتماعي أو فقدان الانتماء للجماعة، فيلجأ إلى الكتمان كآلية دفاعية تحفظ صورته أمام الآخرين. بينما جاءت الفقرة رقم ١٢ (أغير طريقة تعاملي حسب الموقف حتى أبدو مقبولاً) في المرتبة الأخيرة وبدرجة موافقة متوسطة وبمتوسط حسابي (٢.٦٣) لأن هذا السلوك يتطلب وعياً أكبر بمهارات التمثيل الاجتماعي وتقمص الأدوار المتعددة، وهو ما قد لا يكون شائعاً بين معظم الطلبة. إضافة إلى ذلك، البيئة الجامعية في تكريت يغلب عليها الطابع المحافظ، مما يجعل إخفاء المشاعر أكثر قبولاً اجتماعياً من التلون الواضح في السلوك. كما أن الطلبة يسعون لإثبات هويتهم الفردية وعدم الظهور بمظهر المتقلب، ما يفسر انخفاض موافقتهم على تغيير طرق التعامل باستمرار.

وتختلف هذه النتيجة عن نتيجة دراسة (داؤد،٢٠٢٥) التي بينت أن مستوى الذات الزائفة لدى العينة كان مرتفعاً.

السؤال الثاني: "ما مستوى الرضا عن الحياة لدى عينة من طلاب كلية التربية بجامعة تكريت؟

للإجابة عن هذا السؤال حسبت المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية على فقرات مقياس الرضا عن الحياة كما حسب ترتيب الفقرات ودرجة الموافقة، التي تم تحديدها بناء على أطوال الفئات الواردة في الجدول (٦):

الجدول (٨) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية ودرجة الموافقة والترتيب على فقرات مقياس الرضا عن الحياة

الفقرة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الموافقة	الترتيب
١. أشعر بالرضا عن حياتي بشكل عام.	3.37	1.188	متوسطة	١١
٢. أجد أن أهدافي في الحياة تسير بالاتجاه الذي أتمناه.	3.35	1.090	متوسطة	١٢
٣. أشعر بالراحة والطمأنينة تجاه مستقبلي.	2.98	1.202	متوسطة	١٥
٤. أتمكن من التكيف مع صعوبات الدراسة والحياة الجامعية.	3.33	1.047	متوسطة	١٣
٥. أستمتع بالأنشطة اليومية التي أقوم بها.	3.45	1.173	مرتفعة	٩
٦. أشعر أن حياتي لها قيمة ومعنى.	3.24	.450	متوسطة	١٤
٧. أجد توازناً بين متطلبات الدراسة واحتياجاتي الشخصية.	3.91	.635	مرتفعة	٣
٨. أتمتع بعلاقات اجتماعية مُرضية مع أصدقائي وزملائي.	3.98	.898	مرتفعة	١
٩. أشعر بالفخر بما أنجزته حتى الآن.	3.56	.994	مرتفعة	٧
١٠. أتقبل ذاتي كما هي رغم ما أواجهه من صعوبات.	3.39	.990	متوسطة	١٠
١١. أشعر بالسعادة معظم أوقات حياتي.	3.77	.877	مرتفعة	٥
١٢. أستفيد من الدعم العاطفي والاجتماعي من أسرتي أو أصدقائي.	3.73	.888	مرتفعة	٦
١٣. أشعر أن حياتي تسير بما يتوافق مع معتقداتي وقيمي.	3.87	.970	مرتفعة	٤
١٤. أمتلك القدرة على التحكم بمسار حياتي وقراراتي.	3.95	1.028	مرتفعة	٢
١٥. أجد نفسي راضيًا بما لدي عند مقارنة حياتي بحياة الآخرين.	3.48	1.084	مرتفعة	٨
مقياس الرضا عن الحياة	**3.56**	**.217**	**مرتفعة**	

نجد من الجدول (٨) أن درجة الموافقة على المقياس ككل كانت بدرجة مرتفعة وبمتوسط حسابي (٣.٥٦) أي أن **مستوى الرضا عن الحياة لدى عينة من طلاب كلية التربية بجامعة تكريت كان بدرجة مرتفعة.** لأن الطالب الجامعي غالباً ما يجد في هذه المرحلة فرصاً لتكوين صداقات جديدة، والتفاعل مع بيئة اجتماعية متنوعة تمنحه شعوراً بالانتماء والدعم النفسي. وجاءت الفقرة رقم ٨ (أتمتع بعلاقات اجتماعية مُرضية مع أصدقائي وزملائي) في المرتبة الأولى وبدرجة موافقة مرتفعة وبمتوسط حسابي (٣.٩٨)، حيث يرى الطلبة أن وجود أصدقاء وزملاء مقربين يمثل مصدراً رئيسياً للسعادة ويعزز لديهم الإحساس بالاستقرار العاطفي.

بينما جاءت الفقرة رقم ٣ (أشعر بالراحة والطمأنينة تجاه مستقبلي) في المرتبة الأخيرة وبدرجة موافقة متوسطة وبمتوسط حسابي (٢.٩٨) وهو ما يعكس حالة القلق التي يعيشها الشباب نتيجة الظروف الاقتصادية والاجتماعية ومتطلبات سوق العمل التي تجعل مستقبلهم غير واضح المعالم. كما أن طبيعة المرحلة الجامعية بحد ذاتها تركز على الحاضر أكثر من المستقبل، ما يجعل العلاقات الاجتماعية

ملموسة وذات أثر مباشر في الرضا عن الحياة مقارنةً بالتوقعات المستقبلية التي تحكمها عوامل خارج إرادتهم.

وتتفق هذه النتيجة مع نتيجة دراسة (ابساط،٢٠٢٥) ودراسة (الزواهرة،٢٠٢١) التي بينت وجود مستوى مرتفع من الرضا عن الحياة لدى العينة.

السؤال الثالث: "هل توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين الذات الزائفة والرضا عن الحياة لدى عينة من طلاب كلية التربية بجامعة تكريت؟

للإجابة عن هذا السؤال استخدم معامل ارتباط بيرسون لدراسة العلاقة بين درجات أفراد العينة على مقياس الذات الزائفة وبين درجاتهم على مقياس الرضا عن الحياة، وكانت النتائج وفق الآتي:

الجدول (٩) معامل ارتباط بيرسون لدراسة العلاقة بين درجات أفراد العينة على مقياس الذات الزائفة وبين درجاتهم على مقياس الرضا عن الحياة

	العدد	معامل ارتباط بيرسون	القيمة الاحتمالية
الذات الزائفة والرضا عن الحياة	١٢٠	-٠.٣٤٢**	٠.٠٠٠

يتبين من الجدول (٩) أنه **توجد علاقة عكسية ضعيفة ذات دلالة إحصائية بين الذات الزائفة والرضا عن الحياة لدى عينة من طلاب كلية التربية بجامعة تكريت.** وتشير هذه النتيجة إلى أن ارتفاع مستوى السلوكيات المرتبطة بإخفاء المشاعر أو التلون الاجتماعي يرتبط بانخفاض بسيط في مستوى الرضا عن الحياة. فكلما اعتمد الطالب على إظهار صورة غير حقيقية عن ذاته، قلّ شعوره بالراحة النفسية والانسجام الداخلي، مما ينعكس سلباً – ولو بدرجة محدودة – على تقبله لحياته اليومية.

السؤال الرابع: "هل توجد فروق بين متوسطات درجات أفراد العينة من طلاب كلية التربية بجامعة تكريت على مقياس الذات الزائفة تبعاً لمتغيرات (الجنس، العمر)"؟

لتعرف دلالة الفروق على مقياس الذات الزائفة استخدم اختبار "ت عينات مستقلة" لتعرف دلالة الفروق على مقياس الذات الزائفة تبعاً لمتغيرات (الجنس، العمر)، وكانت النتائج وفق الآتي:

الجدول (١٠) نتائج اختبار "ت عينات مستقلة" لدراسة دلالة الفروق على مقياس الذات الزائفة تبعاً لمتغير الجنس

الجنس	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	ت	درجة الحرية	القيمة الاحتمالية
ذكور	٥٧	٣.٣٠	٠.٢٤٧	1.563	١١٨	0.121
إناث	٦٣	٣.٣٧	٠.٢٥٨			

من الجدول (١٠) نجد أن القيمة الاحتمالية كانت أكبر من مستوى الدلالة الافتراضي "٠.٠٥" أي: **لا توجد فروق بين متوسطات درجات أفراد العينة من طلاب كلية التربية بجامعة تكريت على مقياس الذات الزائفة تبعاً لمتغير الجنس.** وتعلل هذه النتيجة إلى أن كلًّا من الذكور والإناث يتعرضون لظروف

اجتماعية متقاربة تدفعهم إلى تبني مستويات متشابهة من السلوك الزائف. فالمجتمع الجامعي يفرض على الجميع معايير مشتركة للتفاعل والقبول الاجتماعي، ما يقلل من احتمالية ظهور فروق جوهرية مرتبطة بالجنس. كما أن المرحلة الجامعية تمثل فترة يكون فيها الطالب أو الطالبة في حالة سعي للتكيف مع الآخرين وإثبات الذات، مما يجعل ضغوط إظهار صورة مقبولة أمام المحيط متشابهة إلى حد كبير. وقد يكون غياب الفروق أيضاً دليلاً على أن الذات الزائفة ليست مرتبطة بالاختلافات البيولوجية أو النفسية بين الجنسين بقدر ارتباطها بالبيئة الثقافية والاجتماعية المشتركة.

وتختلف هذه النتيجة عن نتيجة دراسة (داؤد،٢٠٢٥) التي بينت أن وجود فروق في الذات الزائفة لدى العينة تبعاً لمتغير الجنس لصالح الذكور.

الجدول (١١) نتائج اختبار "ت عينات مستقلة" لدراسة دلالة الفروق على مقياس الذات الزائفة تبعاً لمتغير العمر

العمر	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	ت	درجة الحرية	القيمة الاحتمالية
أقل من ٢٢ سنة	٦٥	٣.٤٠	٠.٢٢١	3.155	١١٨	0.002
٢٢ سنة فأكبر	٥٥	٣.٢٦	٠.٢٧٢			

من الجدول (١١) نجد أن القيمة الاحتمالية كانت أصغر من مستوى الدلالة الافتراضي "٠.٠٥" أي: **توجد فروق بين متوسطات درجات أفراد العينة من طلاب كلية التربية بجامعة تكريت على مقياس الذات الزائفة تبعاً لمتغير العمر، وكانت الفروق لصالح العمر (أقل من ٢٠ سنة)**، الأمر الذي يعكس طبيعة المرحلة العمرية المبكرة التي تتسم بعدم الاستقرار النفسي والاجتماعي. فالطلبة في هذه الفئة غالباً ما يكونون في طور اكتشاف الذات والسعي للحصول على قبول الآخرين، مما يدفعهم إلى استخدام استراتيجيات مثل إخفاء المشاعر أو التلون السلوكي بشكل أكبر. كما أن قلة الخبرة الحياتية تجعلهم أكثر حساسية تجاه نظرة المحيط الاجتماعي، فيميلون إلى مجاراة توقعات الآخرين ولو على حساب التعبير عن ذواتهم الحقيقية. في حين أن الطلبة الأكبر سناً يمتلكون خبرة أوسع وشعوراً أعلى بالثقة والاستقلالية، ما يقلل من حاجتهم للجوء إلى الذات الزائفة.

السؤال الخامس: "هل توجد فروق بين متوسطات درجات أفراد العينة من طلاب كلية التربية بجامعة تكريت على مقياس الرضا عن الحياة تبعاً لمتغيرات (الجنس، العمر)"؟

لتعرف دلالة الفروق على مقياس الرضا عن الحياة استخدم اختبار "ت عينات مستقلة" لتعرف دلالة الفروق على مقياس الرضا عن الحياة تبعاً لمتغيرات (الجنس، العمر)، وكانت النتائج وفق الآتي:

الجدول (١٢) نتائج اختبار "ت عينات مستقلة" لدراسة دلالة الفروق على مقياس الرضا عن الحياة تبعاً لمتغير الجنس

الجنس	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	ت	درجة الحرية	القيمة الاحتمالية
ذكور	٥٧	٣.٥٦	٠.٢٢٤	0.338	١١٨	0.736
إناث	٦٣	٣.٥٥	٠.٢١٢			

من الجدول (١٢) نجد أن القيمة الاحتمالية كانت أكبر من مستوى الدلالة الافتراضي "٠.٠٥" أي: **لا توجد فروق بين متوسطات درجات أفراد العينة من طلاب كلية التربية بجامعة تكريت على مقياس الرضا عن الحياة تبعاً لمتغير الجنس.** مما يشير إلى أن الذكور والإناث يعيشون ظروفاً متقاربة في البيئة الجامعية، سواء من حيث المتطلبات الدراسية أو طبيعة العلاقات الاجتماعية والدعم الأسري. وتجعل مستوى الرضا عن الحياة متقارباً بينهم دون أن يتأثر بشكل جوهري بالفروق المرتبطة بالجنس. كما أن كلا الطرفين يواجه تحديات متشابهة تتعلق بالمستقبل المهني والضغوط الأكاديمية، وهو ما يجعل عوامل القلق والرضا مشتركة إلى حد كبير. وقد تكون الروابط الاجتماعية التي يبنيها الطلبة داخل الكلية عاملاً معززاً للشعور بالرضا لدى الجنسين على حد سواء، بحيث لا تسمح بظهور تباينات واضحة. ومن ثم فإن الرضا عن الحياة يرتبط أكثر بخصائص المرحلة والتجربة التعليمية المشتركة، لا بالاختلافات بين الذكور والإناث.

وتتفق هذه النتيجة مع نتيجة دراسة (ابساط،٢٠٢٥) ودراسة (الزواهرة،٢٠٢١) التي بينت عدم وجود فروق بين الذكور والإناث في الرضا عن الحياة. وتختلف عن دراسة (عدة،٢٠٢١) ودراسة جورجنسون وآخرون (Jorgenson et al, 2011) التي توصلت إلى أن الإناث أكثر رضا من الذكور.

الجدول (١٣) نتائج اختبار "ت عينات مستقلة" لدراسة دلالة الفروق على مقياس الرضا عن الحياة تبعاً لمتغير العمر

العمر	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	ت	درجة الحرية	القيمة الاحتمالية
أقل من ٢٢ سنة	٦٥	٣.٥٢	٠.٢٠٦	1.804	١١٨	0.074
٢٢ سنة فأكبر	٥٥	٣.٦٠	٠.٢٢٥			

من الجدول (١١) نجد أن القيمة الاحتمالية كانت أكبر من مستوى الدلالة الافتراضي "٠.٠٥" أي: **لا توجد فروق بين متوسطات درجات أفراد العينة من طلاب كلية التربية بجامعة تكريت على مقياس الرضا عن الحياة تبعاً لمتغير العمر**، مما يدل على أن الشعور بالرضا يتأثر بعوامل مشتركة لدى جميع الفئات العمرية أكثر من ارتباطه بمستوى العمر نفسه. فالطلبة في مختلف الأعمار يعيشون بيئة أكاديمية واحدة، ويواجهون متطلبات دراسية متقاربة، كما يشتركون في الاهتمامات والتطلعات المستقبلية التي تجعل تجاربهم متشابهة نسبياً. إضافة إلى ذلك، فإن مصادر الرضا عن الحياة مثل الدعم الاجتماعي من

الأصدقاء والزملاء، أو الإحساس بالانتماء إلى الجماعة الجامعية، تبقى متاحة للجميع بغض النظر عن العمر. لذلك لم تظهر فروق واضحة، مما يعكس أن الرضا عن الحياة لدى الطلبة ينبع أساساً من ظروف البيئة الجامعية والفرص المتاحة داخلها، وليس من الفوارق العمرية البسيطة بينهم.

وتختلف هذه النتيجة عن نتيجة دراسة نيكولتش (Nickolich,2010) التي بينت أن الرضا عن الحياة أعلى لدى الأكبر سناً.

مقترحات البحث:

- وضع الكلية لبرامج إرشادية منتظمة تعنى بتقوية ثقة الطلبة بأنفسهم وتدريبهم على التعبير عن مشاعرهم دون خوف أو تردد.
- إدراج أنشطة تفاعلية وجماعية داخل البيئة الجامعية تساعد على تعزيز روح الانتماء، وتحد من الحاجة إلى إظهار سلوكيات غير صادقة أمام الآخرين.
- فتح قنوات للحوار بين الطلبة وأساتذتهم تتيح للطلبة مساحة آمنة للتعبير عن آرائهم وتجاربهم بما يسهم في تقليل اللجوء إلى الذات الزائفة.
- عقد جلسات توعوية في الجامعة عن كيفية التعامل مع الضغوط النفسية والاكاديمية بطرائق صحية، بما ينعكس إيجابياً على الرضا عن الحياة.

إجراء دراسات حول:

- الذات الزائفة وعلاقتها بمستوى التكيف النفسي لدى طلبة الجامعة.
- أثر إدراك الدعم الاجتماعي في خفض مظاهر الذات الزائفة وتعزيز الشعور بالرضا الشخصي.
- الذات الزائفة كوسيط في العلاقة بين الضغوط الأكاديمية وجودة الحياة لدى الطلبة الجامعيين.

References

- Ibrahim, A. H. A., Ibrahim, I. A., & Lutfi, A. F. (2021). Self-efficacy and its relationship with life satisfaction among third-grade middle school students in Minia city. *Journal of Research in Education and Psychology*, 36(1), 341-382. https://doi.org/10.21608/mathj.2021.135970
- Absat, I. A. M. (2025). Some dimensions of life satisfaction and its relationship with self-esteem among a sample of Tobruk University students. *Scientific Journal of Fazan University*, Vol. 4, No. 5.
- Argyle, M. (1993). *The Psychology of Happiness*. Translated by Faisal Abdul Qader Younis. World of Knowledge (Alam al-Ma'rifah), No. 157, Kuwait.
- Ben Jakhdal, S. H., & Ibrahim, S. (2021). Indicators of life satisfaction and its relationship with perceived social support (PSS) among female students residing in university dormitories. *Al-Muhtarif Journal*, Vol. 8, No. 2, 482-499.
- Al-Tamimi, S. H. D., & Khalaf, S. H. (2023). A proposed counseling program using the regulation method to reduce the level of the false self among middle school students. *Diyala Journal for Human Research*, Vol. 3, No. 2, 124-202.
- Issa, J. M. A., & Ahmed, R. R. A. (2006). Emotional intelligence and its impact on adjustment, life satisfaction, and academic achievement among children. *Journal of Educational and Social Studies*, 12(04), Helwan University (144-188).
- Jadallah, R. S., & Haridi, A. M. (2001). The relationship between social support and manifestations of depression, self-esteem, and life satisfaction. *Journal of Psychology*, 58(15), 72-105.
- Hassan, M. (2002). *The concept of quality of life and its psychological and social dimensions*. Cairo: Dar Al-Fikr Al-Arabi.
- Khairy, N. (2022). Digitalization of the self and the problem of identity alienation in cyberspace: Usage between the true self and the false self. *Al-Riwaq Journal for Social and Human Studies*, 90(90), 2363-2437.
- Dawood, Z. H. F. (2025). The extent of false self-formation among displaced middle school students in light of some variables. *Zanco Journal of Humanity Sciences*, Vol. 29, Special Issue, 137-147.
- Darwish, M. A. (2018). *Research Methods in Human Sciences*. Cairo, Egypt: Arab Nation Institution for Publishing and Distribution.
- Al-Desouki, M. M. (1998). *Life Satisfaction Scale - Instruction Manual*. 2nd Ed. Egypt: Menoufia University.
- Al-Zawahira, N. M. (2021). Life satisfaction among Najran University students and its relationship with self-esteem. *Journal of Educational and Psychological Sciences*, Vol. 5, No. 20, 155-168.
- Shaqoura, Y. A. (2012). *Psychological resilience and its relationship with life satisfaction among Palestinian university students in Gaza governorates*. (Unpublished Master's Thesis). Al-Azhar University, Gaza.
- Shuqair, Z., Amasha, S., & Al-Qurashi, K. (2012). Social media and its relationship with family cohesion and academic quality of life among university students. *Journal of Psychological and Educational Sciences*, 17(3), 123.
- Al-Atoum, A. Y. (2008). *Psychology of Lying: The phenomenon of lying and the ability to detect it*. 1st Ed. Ethraa for Publishing and Distribution, Amman - Jordan.
- Adda, Z. (2021). Measuring the level of self-satisfaction and satisfaction with studies among a sample of university students. *Journal of Neurodevelopmental Disorders and Learning*, Vol. 1, No. 2, 54.
- Atallah, M. I. M. (2021). The Dark Triad in personality and its relationship with self-deception and suicidal tendency among university students. *Journal of Psychological Counseling*, 68(2), 290.
- Attia, A. (2002). *The Human Soul and Individual Behavior*. Cairo: Dar Al-Fikr Al-Arabi.

- Al-Namlah, A. S. (2013). Self-esteem and its relationship with life satisfaction among students of Imam Muhammad bin Saud Islamic University. *Journal of Educational Sciences Studies*, Vol. 40, Supplement 4, June.
- Daehnert, C. (1998). The false self as a means of disidentification: A psychoanalytic case study. ***Contemporary Psychoanalysis***, *34*, 251-271.
- Diener, E., Emmons, R. A., Larsen, R. J., & Griffin, S. (1985). The satisfaction with life scale. ***Journal of Personality Assessment,*** *49*(1), 71–75. https://doi.org/10.1207/s15327752jpa4901_13 List of References
- Ibrahim, A. H. A., Ibrahim, I. A., & Lutfi, A. F. (2021). Self-efficacy and its relationship with life satisfaction among third-grade middle school students in Minia city. Journal of Research in Education and Psychology, 36(1), 341-382. https://doi.org/10.21608/mathj.2021.135970
- Absat, I. A. M. (2025). Some dimensions of life satisfaction and its relationship with self-esteem among a sample of Tobruk University students. Scientific Journal of Fazan University, Vol. 4, No. 5.
- Argyle, M. (1993). The Psychology of Happiness. Translated by Faisal Abdul Qader Younis. World of Knowledge (Alam al-Ma'rifah), No. 157, Kuwait.
- Ben Jakhdal, S. H., & Ibrahim, S. (2021). Indicators of life satisfaction and its relationship with perceived social support (PSS) among female students residing in university dormitories. Al-Muhtarif Journal, Vol. 8, No. 2, 482-499.
- Al-Tamimi, S. H. D., & Khalaf, S. H. (2023). A proposed counseling program using the regulation method to reduce the level of the false self among middle school students. Diyala Journal for Human Research, Vol. 3, No. 2, 124-202.
- Issa, J. M. A., & Ahmed, R. R. A. (2006). Emotional intelligence and its impact on adjustment, life satisfaction, and academic achievement among children. Journal of Educational and Social Studies, 12(04), Helwan University (144-188).
- Jadallah, R. S., & Haridi, A. M. (2001). The relationship between social support and manifestations of depression, self-esteem, and life satisfaction. Journal of Psychology, 58(15), 72-105.
- Hassan, M. (2002). The concept of quality of life and its psychological and social dimensions. Cairo: Dar Al-Fikr Al-Arabi.
- Khairy, N. (2022). Digitalization of the self and the problem of identity alienation in cyberspace: Usage between the true self and the false self. Al-Riwaq Journal for Social and Human Studies, 90(90), 2363-2437.
- Dawood, Z. H. F. (2025). The extent of false self-formation among displaced middle school students in light of some variables. Zanco Journal of Humanity Sciences, Vol. 29, Special Issue, 137-147.
- Darwish, M. A. (2018). Research Methods in Human Sciences. Cairo, Egypt: Arab Nation Institution for Publishing and Distribution.
- Al-Desouki, M. M. (1998). Life Satisfaction Scale - Instruction Manual. 2nd Ed. Egypt: Menoufia University.
- Al-Zawahira, N. M. (2021). Life satisfaction among Najran University students and its relationship with self-esteem. Journal of Educational and Psychological Sciences, Vol. 5, No. 20, 155-168.
- Shaqoura, Y. A. (2012). Psychological resilience and its relationship with life satisfaction among Palestinian university students in Gaza governorates. (Unpublished Master's Thesis). Al-Azhar University, Gaza.
- Shuqair, Z., Amasha, S., & Al-Qurashi, K. (2012). Social media and its relationship with family cohesion and academic quality of life among university students. Journal of Psychological and Educational Sciences, 17(3), 123.
- Al-Atoum, A. Y. (2008). Psychology of Lying: The phenomenon of lying and the ability to detect it. 1st Ed. Ethraa for Publishing and Distribution, Amman - Jordan.
- Adda, Z. (2021). Measuring the level of self-satisfaction and satisfaction with studies among a sample of university students. Journal of Neurodevelopmental Disorders and Learning, Vol. 1, No. 2, 54.

- Atallah, M. I. M. (2021). The Dark Triad in personality and its relationship with self-deception and suicidal tendency among university students. Journal of Psychological Counseling, 68(2), 290.
- Attia, A. (2002). The Human Soul and Individual Behavior. Cairo: Dar Al-Fikr Al-Arabi.
- Al-Namlah, A. S. (2013). Self-esteem and its relationship with life satisfaction among students of Imam Muhammad bin Saud Islamic University. Journal of Educational Sciences Studies, Vol. 40, Supplement 4, June.

1. Diener, E., Oishi, S., & Tay, L. (2021).Advances in subjective well-being research. *Annual Review of Psychology*, *72*, 421–446.

2. Hawkins, D. R. (2021). ***Power vs. force: The hidden determinants of human behavior*** (20th anniversary ed.). Carlsbad, CA: Hay House.
3. Jorgensen, S., Fichten, C. S., & Havel, A. (2011). College satisfaction and academic success: A comparison by sex and disability. ***Official International Research. Dawson College.***
4. Lutz, P. K., Newman, D. B., Schlegel, R. J., & Wirtz, D. (2022). Authenticity, meaning in life, and life satisfaction: A multicomponent investigation of relationships at the trait and state levels. ***Journal of Personality***, *90*(4), 559–578. https://doi.org/10.1111/jopy.12687
5. Martín-Talavera, L., Gavín-Chocano, Ó., Sanz-Junoy, G., & Molero, D. (2023). Self-concept and self-esteem, determinants of greater life satisfaction in mountain and climbing technicians and athletes. European Journal of Investigation in Health, Psychology and Education, 13(7), 1188–1201.
6. Mun, I.-B., Kim, Y., & Kim, J. (2021). False self-presentation on social networking sites, mental health, and behavioral outcomes: A review. ***Frontiers in Psychology***, *12*, 681. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.681
7. Nickolich, D. (2010). Perceived life satisfaction of workplace specialist I faculty and mentors participating in a first-year STEM teachers training project. ***The Journal of Technology Studies***, *36*(2), 41–54.
8. Tomaszek, K., Muchacka-Cymerman, A., & Bosacki, S. (2023). Perceived false self, academic burnout, and mental health among university students. ***Psychology in the Schools***, *60*(2), 394–408. https://doi.org/10.1002/pits.22770
9. Weir, K. F., et al. (2010). The perception of false self scale for adolescents: Reliability, validity and longitudinal relationships with depressive and anxious symptoms. *International* ***Journal of Behavioral Development***, *34*(3), 219–226. https://doi.org/10.1177/0165025409360956
10. Winnicott, D. W. (1960). Ego distortion in terms of true and false self. In D. W. Winnicott, ***The maturational processes and the facilitating environment*** (pp. 140–152). New York: International Universities Press.
11. Winnicott, D. W. (1965). Ego distortion in terms of true and false self. In ***The maturational process and the facilitating environment: Studies in the theory of emotional development*** (pp. 140–152). New York: International Universities Press.

مصدر محلي

Al-Samarrai, Mohammed Yousif Hassan. (2023). *Self-Falsehood and its Relationship with the Big Five Personality Factors and Social Intelligence among University Students*. PhD Dissertation, University of Tikrit.