

مقياس روسن بيرج لتقدير الذات rosenberg self- esteem scale

ضع الفقرة التي حول الفقرة التي توافق عليها بشكل اكثر

الرقم	الفقرة	موافق بقوة	موافق بدرجة بسيطة	بين الموافقة وعدمها	غير موافق بدرجة بسيطة	غير موافق بشدة
-1	في المجمل أنا راض حول نفسي	4	3	2	1	0
-2	أعتقد أحياناً أنني جيد في كل شيء	4	3	2	1	0
-3	أشعر بأن لدي عدد من الأمور ذات النوعية الجيدة	4	3	2	1	0
-4	قادر على أن أعمل أشياء جيدة كما معظم الآخرين	4	3	2	1	0
-5	أشعر بأنه ليس لدي الشيء الكثير لأحجل منه	4	3	2	1	0
-6	بالتأكيد أشعر بعدم الفائدة في بعض الأحيان	0	1	2	3	4
-7	أشعر بأنني شخص له قيمة أو على الأقل مساو لمستوى الآخرين	4	3	2	1	0
-8	أرغب أن أملك احترام أكثر مع نفسي	4	3	2	1	0

الرقم	الفقرة	موافق بقوة	موافق بدرجة بسيطة	بين الموافقة وعدمها	غير موافق بدرجة بسيطة	غير موافق بشدة
-9	بشكل عام، أميل إلى الشعور بأنني فاشل	0	1	2	3	4
-10	لدي اتجاه إيجابي تجاه نفسي	4	3	2	1	0

التصحيح والتفسير:

تجمع الدرجات وكلما كان الفرد لديه علامات أعلى دل ذلك على تقدير مرتفع للذات , حيث تتراوح الدرجة الكلية بين (0-40) و المتوسط هو 20

المرجع

دكتور احمد ابو سعد , دليل المقاييس و الاختبارات النفسية و التربوية , مركز دبيونو لتعليم و التفكير , الجزء الاول , عمان (الاردن) , 2011 , صفحة 44-45