

فصلنامه فرهنگی - تربیتی زنان و خانواده  
سال سیزدهم، شماره ۴۵، زمستان ۱۳۹۷: ۷۳ - ۵۵

## نقش انعطاف‌پذیری خانواده و تمایز یافتگی مادران در خودکارآمدی نوجوانان

حمید رضاییان فرجی<sup>۲</sup>

فاطمه اصل دهقان<sup>۱</sup>

سیمین حسینیان<sup>۳</sup>

پذیرش نهایی: ۱۳۹۷/۰۲/۲۵

دریافت مقاله: ۱۳۹۶/۰۷/۲۸

### چکیده

این پژوهش با هدف بررسی نقش انعطاف‌پذیری خانواده و تمایز یافتگی مادران در پیش‌بینی خودکارآمدی نوجوانان انجام شد. پژوهش، توصیفی و از نوع همبستگی بود. جامعه آماری شامل دانش‌آموزان دبیرستانهای شهر تهران بود که از میان آنها ۲۵۵ دانش‌آموز به شیوه نمونه‌گیری چند مرحله‌ای انتخاب شدند و به همراه مادرانشان در این پژوهش شرکت کردند. دانش‌آموزان به پرسشنامه انعطاف‌پذیری خانواده (شاکری، ۱۳۸۲) و خودکارآمدی (شرر و همکاران، ۱۹۸۶) پاسخ دادند و مادران پرسشنامه برگه کوتاه تمایز یافتگی (دریک، ۲۰۱۱) را تکمیل کردند. داده‌ها با استفاده از ماتریس همبستگی و رگرسیون گام‌به‌گام با نرم‌افزار SPSS 22 مورد تحلیل قرار گرفت. ماتریس همبستگی پیرسون نشان داد انعطاف‌پذیری خانواده با خودکارآمدی فرزندان رابطه مثبت و معنادار دارد ( $r=0.48, p<0.01$ ). نتایج تحلیل رگرسیون نشان داد انعطاف‌پذیری به‌طور مستقیم و مؤلفه گسلس عاطفی مادر به‌طور معکوس قادر به پیش‌بینی ۰/۲۹ از تغییرات خودکارآمدی دختران هستند. انعطاف‌پذیری خانواده و تمایز یافتگی مادر و مؤلفه‌های آن در پیش‌بینی خودکارآمدی پسران نقش نداشتند. بنابراین نتایج، خانواده در شکل‌گیری خودکارآمدی نوجوانان بویژه دختران نقش مهمی ایفا می‌کند.

**کلیدواژه‌ها:** انعطاف‌پذیری خانواده، تمایز یافتگی، خودکارآمدی، نوجوان

۱ - نویسنده مسئول: کارشناس ارشد مشاوره، دانشگاه الزهراء، تهران، ایران  
a.dehghan546@gmail.com

۲ - استادیار گروه مشاوره، دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی، دانشگاه الزهراء، تهران، ایران  
rezaeian19237@yahoo.com

۳ - استاد گروه مشاوره، دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی، دانشگاه الزهراء، تهران، ایران  
hosseins1381@yahoo.com

## مقدمه

خانواده‌ها انتقال‌دهندگان اصلی ارزشهای فرهنگی و عمده‌ترین الگوهای رفتاری هستند. این پایگاه مهم اجتماعی با قدرت و تحکم خود رفتار اعضا را تحت تأثیر قرار می‌دهد و جامعه را نیز با نیرویی پنهان تحت سیطره خود در می‌آورد. کودکان از لحظه تولد تا بزرگسالی در خانواده، صفات و رفتارها و ویژگیهای خانوادگی را به خود جذب می‌کنند و رفتارشان بازتابی از همه برداشتهای آنها از فضایی است که در آن رشد کرده‌اند (بهزادی و سروقد، ۱۳۹۱). نظریه پردازان درباره این نهاد بنیادین چهارچوبهای نظری گوناگونی ارائه کرده‌اند که یکی از آنها نظریه سیستمی است. این نظریه، عملکرد فرد را در زمینه ارتباط با دیگران، تعامل میان اعضای خانواده و شیوه‌ای مورد بررسی قرار می‌دهد که هر یک از اعضا به کار می‌گیرند. در سامانه خانواده هر عضو در عین حال که نسبتاً مستقل است به دیگری نیز وابسته است (فرناندز<sup>۱</sup>، ۲۰۱۲). السون<sup>۲</sup> با نگاهی سیستمی به خانواده، یک الگوی مدور برای تبیین ساختار خانواده ارائه کرد. الگوی مدور او، روی سه بعد اصلی سامانه‌های خانوادگی و زناشویی تمرکز می‌کند: ارتباط، انسجام و انعطاف‌پذیری. ارتباط در خانواده کیفیت و کمیت تعاملات اعضا را تعریف می‌کند. انسجام، یکی از ساختارهای پرنفوذ خانواده، احساس همبستگی، پیوند و تعهد عاطفی است که اعضای خانواده نسبت به هم دارند (کریمی و نادری، ۱۳۹۴). انعطاف‌پذیری<sup>۳</sup> به توان رهبری و چگونگی مدیریت تغییرات و تنش‌ها، ارتباط نقشها و قوانین تعاملات در خانواده اطلاق می‌شود. انعطاف‌پذیری بدین معناست که خانواده‌ها چگونه در عین تغییر، پایداری خود را حفظ می‌کنند. به‌طور کلی در این بعد تأکید بر ثبات یا تغییر است (السون، ۲۰۱۱). السون (۱۹۹۹) ابتدا چهار سطح برای انعطاف‌پذیری معرفی کرد: ۱ - انعطاف‌ناپذیر (خشک) ۲ - تا حدودی انعطاف‌پذیر ۳ - انعطاف‌پذیر متوسط ۴ - انعطاف‌پذیری بیش از حد. در این الگو دو سطح میانی به روابط سالم و متعادل در خانواده‌ها منجر می‌شود و دو سطح انتهایی به روابط ناکارآمد منجر می‌شود. در جدیدترین نسخه از الگوی مدور السون، سه سطح برای انعطاف‌پذیری در نظر گرفته شده است: انعطاف‌پذیری سخت، متعادل و پر هرج و مرج (السون، ۲۰۱۱؛ رادا<sup>۴</sup>، ۲۰۱۴). یافتن تعادل بین سختی و انعطاف‌پذیری بسیار مهم است. از یک سو انعطاف‌پذیری بیش از حد به هرج و مرج و از سوی دیگر، سختی بیش از حد به

1 - Fernandez  
2 - Olson  
3 - Flexibility  
4 - Rada

اختلال عملکرد و ناتوانی در تغییر منجر می‌شود (اپنشاو<sup>۱</sup>، ۲۰۱۲). رهبر در خانواده‌های انعطاف‌ناپذیر، رهبر کنترل‌کننده است؛ گفتگوها بسیار محدود است؛ ضمن اینکه بیشترین تصمیمات را رهبر به تنهایی می‌گیرد؛ نقش‌ها آشکارا تعریف نشده است و قوانین تغییر نمی‌کند. در هر ارتباط محدود، تصمیمات ناگهانی است و بدرستی اعمال نمی‌شود. نقشها ثابت نیست و اغلب از فردی به فرد دیگر تغییر می‌کند. در خانواده منعطف، رهبری و مدیریت خانواده دموکراتیک است و کمتر حالت استبدادی به خود می‌گیرد. فرزندان در تصمیم‌گیریها شرکت می‌کنند و نقش در خانواده بر اساس سن و جنس پایه‌گذاری نشده است. در این خانواده‌ها نقشها، قوانین و سلسله مراتب افراد از انعطاف‌پذیری مطلوبی برخوردار است؛ بنابراین هنگام رویارویی با موضوعات مختلف در گستره‌ی زیادی از مسائل، گفتگو صورت می‌گیرد و اعضای خانواده با هم به حل مسئله می‌پردازند (السون، ۱۹۹۹). نتایج پژوهشهای متعددی اهمیت خانواده و کارکردهای آن را بر اعضای خانواده نشان می‌دهد. ژویانگ، سون، جون لی و یئون<sup>۲</sup> (۲۰۱۳) در پژوهشی در کره دریافتند نوجوانان در خانواده‌های با انعطاف‌پذیری زیاد مشکلات رفتاری کمتری از خود نشان می‌دهند. چانگ و گیل<sup>۳</sup> (۲۰۰۹) در پژوهشی در نمونه‌ای از دانشجویان نشان دادند میان عملکرد خانواده و تمایز یافتگی رابطه معنادار وجود دارد. حسینی، عرب‌مقدم و سروش (۱۳۹۰) در پژوهشی دریافتند که انعطاف‌پذیری خانواده در گروه نوجوانان با نیاز به احترام و شناخته شدن رابطه منفی، و در گروه جوانان با نیاز به تعلق، دیگرخواهی و نیاز به احترام رابطه منفی دارد. همچنین یافته‌های دیگر نیز نشان داد انعطاف‌پذیری خانواده با هویت (رهگذر، یوسفی، محمدی و پیران، ۲۰۱۲)، سلامت روان و دینداری (نقی‌پورقلجه و فتحی، ۱۳۹۲)، سبک دلبستگی و تمایز یافتگی (دهقان، رضاییان و حسینیان، ۱۳۹۵) در فرزندان رابطه دارد.

بی‌شک ستونهای اصلی و بنیانگذاران خانواده والدین هستند و ویژگیهای فردی آنها و بویژه مادران می‌تواند هم بر کارکردهای خانواده اثرگذار، و هم نقش عمده‌ای بر ویژگیها و رفتار فرزندان داشته باشد. یکی از ویژگیهایی که در این پژوهش به آن پرداخته شده تمایز یافتگی مادران است. بوئن<sup>۴</sup> (۱۹۷۸) تمایز یافتگی<sup>۵</sup> را توانایی فرد در جدا کردن احساسی و فیزیکی از خانواده

1 - Openshaw  
 2 - Ju Youn, Sun, Jun Li & Yeon  
 3 - Chung & Gale  
 4 - Bowen  
 5 - Self-Differentiation

خود و همین‌طور رسیدن به استقلال عاطفی در عین ماندن در جو عاطفی خانواده تعریف می‌کند. تمایز یافتگی خود پلی برای فهم وضعیت وابستگی متقابل افراد و بیانگر میزان توانایی فرد برای تعادل بین تفکر و احساس و بین صمیمیت و استقلال در خانواده است (لام و چانسو<sup>۱</sup>، ۲۰۱۵). تمایز یافتگی را می‌توان در دو بعد بررسی کرد: بعد بین فردی بر توانایی شخص در حفظ فردیت و استقلال خود با وجود برقراری روابط صمیمانه با دیگران دلالت دارد و بعد درون فردی، توانایی شخص در ایجاد تعادل بین تفکر و احساس است به گونه‌ای که بتواند در حالت هیجانی به صورت منطقی فکر و عمل کند. اسکورن و اسمیث (۲۰۰۳) چهار مؤلفه برای تمایز یافتگی مشخص کردند: موضع من<sup>۲</sup> (توانایی بیان احساس و عقیده خود با وجود فشار بیرونی)، واکنش هیجانی<sup>۳</sup> (پاسخ هیجانی خودکار در موقعیت‌های احساسی شدید)، همجوشی<sup>۴</sup> (امتزاج و وابستگی شدید به افراد نزدیک و پذیرش بی‌قید ارزشهای آنان) و گسلش عاطفی<sup>۵</sup> (جداسازی عاطفی خود از دیگران) (راس و مورداک، ۲۰۱۴). مؤلفه‌های واکنش هیجانی و موضع من در بعد درون فردی قرار دارد. بعد بین فردی هم شامل همجوشی و گسلش عاطفی است (ایشیک و بولداک<sup>۶</sup>، ۲۰۱۵). قائم‌مقامی، ابوالقاسمی و نیکنام (۲۰۱۷) در پژوهشی دریافتند میان عملکرد خانواده و تمایز یافتگی زنان رابطه وجود دارد. مؤمنی و علیخانی (۱۳۹۲) در پژوهشی، نمونه‌ای از زنان متأهل شهر کرمانشاه را مورد بررسی قرار دادند و نشان دادند بین عملکرد خانواده، تمایز یافتگی و تاب‌آوری با تنش، اضطراب و افسردگی رابطه وجود دارد. نتایج پژوهشهای زربخش بحری و حجت‌شامی (۱۳۹۵) و غفاری و مهینی (۱۳۹۳) نیز این رابطه را تأیید کرد. علاوه بر این پژوهشها نشان می‌دهد تمایز یافتگی مادران با متغیرهای متعددی در فرزندان رابطه دارد که می‌توان به رابطه آن با پیشرفت تحصیلی، مهارت شناخت و توان اجتماعی (اسکورن<sup>۷</sup>، ۲۰۰۵)، اضطراب - افسردگی و اختلال کمبود توجه (بابای‌خاکیان، زکی‌بی و نقشینه، ۱۳۹۴) و تعارض والد - فرزندی و مسئولیت‌پذیری (محسنی، ۱۳۹۳) فرزندان اشاره کرد. از آنجا که تمایز یافتگی خود مفهومی درونی و شناختی است به نظر می‌رسد مادران تمایز یافته در تقویت مفهوم "خود" در فرزندان نقش داشته باشند.

- 
- 1 - Lam & Chan-So
  - 2 - I position
  - 3 - Emotional reactivity
  - 4 - Fusion with others
  - 5 - Emotional cutoff
  - 6 - Ishik & Bulduk
  - 7 - Skowron

از جمله متغیرهایی که در زندگی فرزندان بویژه دوره نوجوانی نقش برجسته‌ای، و در کارکردهای خانواده و والدین ریشه دارد، خودکارآمدی<sup>۱</sup> است. مفهوم خودکارآمدی به‌عنوان عاملی مؤثر در زندگی به درک فرد از مهارت‌ها و توانایی‌هایش در اجرای موفقیت‌آمیز عملکردی خاص تأکید دارد (گاولا<sup>۲</sup>، ۲۰۱۴). بندورا<sup>۳</sup> (۱۹۹۷) ساختار خودکارآمدی را در تلاش برای توضیح چگونگی تأثیر باورهای مردم در مورد توانایی و عملکردشان ارائه کرد. بندورا دریافت که افراد با ایجاد استانداردهایی برای ارزیابی عملکردشان، رفتار خود را تنظیم می‌کنند؛ در واقع از طریق خودبازتابی، رویدادهای گذشته را تجزیه و تحلیل، سپس اقدامات آینده را تنظیم می‌کنند. بندورا (۲۰۰۹) معتقد است که باور خودکارآمدی بر روند شناختی، انگیزشی، عاطفی و تصمیم‌گیری فرد تأثیر می‌گذارد (ورزلند و اریکسون<sup>۴</sup>، ۲۰۱۷). از دیدگاه بندورا اعتقاد افراد به کارآمدی شخصی بر جریان عملی تأثیر دارد که برای دنبال کردن انتخاب می‌کنند؛ مقدار تلاشی که به خرج می‌دهند و مدت زمانی که در صورت رویارویی با موانع استقامت می‌کنند (فیست و فیست<sup>۵</sup>، سیدمحمدی، ۱۳۹۴: ۶۹۴). بررسی نتایج پژوهش‌ها نیز اهمیت خودکارآمدی زیاد را در بهزیستی روانشناختی (حسنی، شهودی و میرقاسمی، ۱۳۹۵)، کیفیت زندگی (کیایی و همکاران، ۱۳۹۵)، شادکامی (صفاری و همکاران، ۱۳۹۳)، تمایز یافتگی (نعیمی و رضایی‌نیارکی، ۲۰۱۳) پیشرفت تحصیلی (اربابی سرجو، زارع، شهرکی پور و قریشی‌نیا، ۲۰۱۶؛ گویلا، ۲۰۱۴؛ الهی مطلق و همکاران، ۲۰۱۱، ابوالقاسمی و جوانمیری، ۱۳۹۱)، انگیزش تحصیلی (فردابدل<sup>۶</sup>، ۲۰۱۶)، عملکرد تحصیلی (پرشانی و عبدی‌زرین، ۱۳۹۵؛ مک‌کانل و همکاران<sup>۷</sup>، ۲۰۱۰؛ خان<sup>۸</sup>، ۲۰۱۳؛ علیپور، سهاقی و مریدی، ۲۰۱۶)، موفقیت تحصیلی (اژه‌ای، مال‌احمدی، لواسانی و آذر، ۱۳۹۰)، اضطراب تحصیلی (حاجی‌آبادی و نیوشا، ۱۳۹۵) و تعهد علمی (چمرز و همکاران<sup>۹</sup>، ۲۰۱۱) نشان می‌دهد. در مقابل افرادی که خودکارآمدی ضعیفتری دارند، فشار روانی، اضطراب و افسردگی بیشتری گزارش کرده‌اند. خودکارآمدی می‌تواند ۲۰ درصد از تغییرات واریانس افسردگی، ۱۵ درصد

- 
- 1 - Self-efficacy
  - 2 - Goulao
  - 3 - Bandura
  - 4 - Tena M. Versland<sup>1</sup>\* and Joanne L. Erickson<sup>1</sup>
  - 5 - Feist & Feist
  - 6 - Ferda Bedel
  - 7 - McConnell
  - 8 - Khan
  - 9 - Chemers & et al.

واریانس اضطراب و ۱۹ درصد از واریانس تنش را تبیین کند (خوشنویسان و افروز، ۱۳۹۰).  
 طهماسیان و اناری (۱۳۸۸) در پژوهشی دریافته‌اند خودکارآمدی ضعیف با افسردگی زیاد رابطه  
 دارد. دمیرچی، فیاضی و محمدی (۱۳۹۵) در پژوهش خود نشان دادند خودکارآمدی با آمادگی  
 به اعتیاد رابطه منفی دارد و می‌تواند ۴۵ درصد واریانس آن را پیش‌بینی کند. پژوهش اکبری  
 زردخانه و زندی (۱۳۹۵) نیز مؤید رابطه منفی خودکارآمدی با اعتیاد است. مطالعه برومند (۱۳۹۱)  
 نشان داد رابطه منفی میان خودکارآمدی و افکار خودکشی وجود دارد.

مبانی نظری و پژوهشها ذکر شده مؤید اهمیت خودکارآمدی است. بدیهی است این متغیر  
 شناختی در مسیر زندگی نوجوان نقشهای غیرقابل انکاری را ایفا می‌کند؛ چرا که نوجوانی دوره‌ای  
 است که رشد عوامل شناختی بویژه شناخت "خود" کاملتر می‌شود؛ به‌علاوه تغییرات روانی،  
 جسمانی، اجتماعی، نوجوان را در معرض آسیب قرار می‌دهد. از این رو آگاهی از عوامل  
 شکل‌دهنده خودکارآمدی بسیار ضروری می‌نماید؛ چرا که در صورت ناآگاهی و عدم شناخت  
 این عوامل، امکان عرضه خدمات مطلوب در زمینه تقویت خودکارآمدی و یا پیشگیری یا درمان  
 آسیبهای احتمالی ناشی از ضعف آن وجود نخواهد داشت. بندورا تشکیل خودکارآمدی را تحت  
 تأثیر خانواده می‌داند؛ اما عوامل تأثیرگذار در خانواده بسیار است و در یک پژوهش نمی‌توان همه  
 آنها را مورد بررسی قرار داد؛ لذا نظر به اهمیت انعطاف‌پذیری و نقش انکارناپذیر مادر در خانواده،  
 این سؤال در ذهن پژوهشگر شکل گرفت که آیا انعطاف‌پذیری خانواده و ویژگی فردی مادر مانند  
 تمایز یافتگی در پیش‌بینی خودکارآمدی در دختران و پسران نوجوان نقش دارد. با توجه به مسئله  
 و در راستای هدف پژوهش، فرضیه‌های زیر تدوین شد:

۱ - میان انعطاف‌پذیری خانواده و تمایز یافتگی مادر با خودکارآمدی فرزندان رابطه وجود  
 دارد.

۲ - انعطاف‌پذیری خانواده و تمایز یافتگی مادر در پیش‌بینی خودکارآمدی دختران نقش دارد.

۳ - انعطاف‌پذیری خانواده و تمایز یافتگی مادر در پیش‌بینی خودکارآمدی پسران نقش دارد.

## روش

این پژوهش توصیفی و از نوع همبستگی است. جامعه آماری پژوهش تمام دانش‌آموزان مقطع  
 دوم متوسطه شهر تهران (۳۲۰ هزار نفر) هستند. با استفاده از جدول کرجسی و مورگان<sup>۱</sup> حجم

نمونه ۳۸۴ نفر تعیین شد. در مواردی که جامعه‌ای بزرگ در خوشه‌های مختلف تقسیم شده باشد و امکان دسترسی به فهرست کاملی از اعضا نباشد، نمونه‌گیری به روش خوشه‌ای - تصادفی انجام می‌گیرد. نمونه‌گیری خوشه‌ای شبیه نمونه‌گیری تصادفی ساده است با این تفاوت که در نمونه‌گیری خوشه‌ای به جای افراد، گروه‌ها تصادفی در یک یا چند مرحله انتخاب می‌شوند (دلور، ۱۳۹۰: ۹۶). بدین منظور ابتدا چهار منطقه در نظر گرفته، و در مرحله بعد با مراجعه به ادارات آموزش و پرورش از هر منطقه، تصادفی یک دبیرستان دخترانه و یک دبیرستان پسرانه انتخاب، و سپس از هر دبیرستان، سه کلاس به صورت تصادفی انتخاب، و به توزیع پرسشنامه‌ها در کلاس اقدام شد. دانش‌آموزان در مدارس به پرسشنامه پاسخ دادند و پرسشنامه والدین نیز از طریق فرزندان‌شان در اختیارشان قرار گرفت. پس از جمع‌آوری پرسشنامه‌ها در نهایت با حذف پرسشنامه‌های مخدوش و ناقص ۲۵۵ پرسشنامه مورد تحلیل قرار گرفت. (لازم به ذکر است به دلیل عدم همکاری یکی از مدارس در توزیع و اجرا، و جمع‌آوری پرسشنامه‌ها، ۸۴ پرسشنامه به طور کامل به آزمایشگاه برگردانده نشد و پژوهش با نمونه ۳۰۰ نفره ادامه یافت).

ابزار این پژوهش پرسشنامه‌های جمعیت‌شناختی شامل سن و جنسیت و میزان تحصیلات، برگه رضایت شرکت در پژوهش، مقیاس انعطاف‌پذیری خانواده (شاکری، ۱۳۸۲)، برگه کوتاه مقیاس تمایز یابی<sup>۱</sup> (دریک، ۲۰۱۱) و مقیاس خودکارآمدی (شرر و همکاران، ۱۹۸۲) بود.

پرسشنامه انعطاف‌پذیری خانواده: این مقیاس با الهام از الگوی مدور ترکیبی السون (۱۹۹۹) درباره خانواده به وسیله شاکری (۱۳۸۲) ساخته شده است. این مقیاس ۱۶ پرسش دارد. در مقابل هر گویه طیف لیکرتری پنج گزینه‌ای از کاملاً مخالفم (نمره یک) تا کاملاً موافقم (نمره پنج) برای پاسخگویی آزمودنی‌ها قرار دارد. در این پرسشنامه نمره‌گذاری سؤالات ۱، ۲، ۴، ۵، ۸، ۹، ۱۱، ۱۲، ۱۶ به صورت معکوس است. نمونه‌ای از گویه‌ها بدین گونه است: در منزل براحتی می‌توانم درباره موضوعات مختلف اظهار نظر کنم. پایایی و روایی این مقیاس در پژوهش شاکری، مورد تأیید قرار گرفت و ضریب پایایی مقیاس به کمک روش آلفای کرونباخ معادل ۰/۸۹ گزارش شد نتیجه تحلیل عاملی این مقیاس نیز، تنها یک عامل عمومی (g) با عنوان انعطاف‌پذیری به دست داده است (زارع و سامانی، ۱۳۸۷). در این پژوهش پایایی این مقیاس با استفاده از روش آلفای کرونباخ ۰/۷۲ به دست آمد.

پرسشنامه تمایزیافتگی: در این پژوهش از فرم کوتاه پرسشنامه تمایزیافتگی (دریک، ۲۰۱۱) استفاده شد که یک مقیاس ۲۰ گویه‌ای بر اساس پرسشنامه بازنگری شده اسکورون و اسمیت (۲۰۰۳) است. شرکت کنندگان به این پرسشنامه بر اساس مقیاس لیکرت شش گزینه‌ای از کاملاً نادرست (نمره یک) تا کاملاً درست (نمره شش) پاسخ می‌دهند. بجز گویه‌های ۱، ۳، ۱۰، ۱۲ و ۲۰ دیگر گویه‌ها معکوس نمره‌گذاری می‌شود. این پرسشنامه چهار خرده مقیاس دارد که عوامل درون روانی شامل "موقعیت من و واکنش‌پذیری هیجانی" و عوامل بین فردی شامل "بریدگی عاطفی و همجواری با دیگران" را اندازه‌گیری می‌کند. با به‌دست آوردن مجموع نمره‌های مربوط به گویه‌های هر خرده مقیاس چهار نمره برای هر کدام از خرده مقیاس‌ها محاسبه می‌شود و مجموع کل نمره‌ها، نمره کلی تمایزیافتگی است. نمونه‌هایی از گویه‌های مقیاس بدین گونه است: "وقتی دیگران بیش از حد به من نزدیک شوند، من دوست دارم از آنها فاصله بگیرم" و "وقتی احساساتم بر من حاکم است بسختی می‌توانم فکر کنم". دریک (۲۰۱۱) پایایی این پرسشنامه را با استفاده از آلفای کرونباخ ۰/۸۸ به دست آورد. روایی ملاکی همزمان پرسشنامه با استفاده از رابطه آن با افسردگی، اضطراب حالت، اضطراب صفت، تنش و عزت‌نفس بررسی، و مشخص شد سازه تمایزیافتگی با عزت‌نفس رابطه مثبت و با افسردگی، اضطراب حالت، اضطراب صفت و فشار روانی رابطه منفی دارد (به نقل از فخاری و همکاران، ۱۳۹۳). در ایران نیز فخاری و همکاران (۱۳۹۳) ضریب پایایی کل مقیاس را با روش آلفای کرونباخ ۰/۷۸ محاسبه کردند و روایی ملاکی همزمان نیز با اثبات رابطه آن با زیر مقیاسهای سلامت عمومی تأیید شد. در این پژوهش با روش آلفای کرونباخ پایایی کل مقیاس، ۰/۷۱ محاسبه شد و برای خرده مقیاسهای موقعیت من، هم‌آمیختگی، گسلس عاطفی و واکنش هیجانی به ترتیب ضرایب آلفای ۰/۶۰، ۰/۶۳، ۰/۷۸، ۰/۶۲ به دست آمد.

پرسشنامه خودکارآمدی عمومی (شرر و همکاران<sup>۱</sup>، ۱۹۸۲): این مقیاس، ۱۷ سؤال دارد که هر سؤال بر اساس مقیاس لیکرت از دامنه کاملاً مخالفم تا کاملاً موافقم تنظیم شده است که به هر ماده از یک تا پنج امتیاز تعلق می‌گیرد. به غیر از گویه‌های ۱، ۳، ۸، ۹، ۱۳ و ۱۵ بقیه گویه‌ها معکوس نمره‌گذاری می‌شود. نمره بیشتر نشان‌دهنده خودکارآمدی بیشتر است. نمونه‌ای از گویه‌های این مقیاس بدین گونه است: "وقتی طرحی می‌ریزم، مطمئن هستم که می‌توانم آن را انجام دهم".



پژوهش براتی (۱۳۷۶) رویی سازه مقیاس را در ایران با محاسبه همبستگی بین نمره‌های این مقیاس با اندازه‌های چندین ویژگی شخصیتی (مقیاس کنترل درونی - بیرونی راتر، خرده مقیاس کنترل شخصی، مقیاس درجه اجتماعی مارلو و کران و مقیاس شایستگی بین فردی روزنبرگ) تأیید کرد. هم‌چنین مقیمی فام (۱۳۷۹) پایایی آزمون را با استفاده از آلفای کرونباخ ۰/۷۵ گزارش کرده است (پریشانی و عبدی‌زرین، ۱۳۹۵). پریشانی و عبدی‌زرین (۱۳۹۵) در پژوهش خود همسانی درونی آزمون را با روش آلفای کرونباخ ۰/۷۸ گزارش کردند. در این پژوهش پایایی با روش آلفای کرونباخ ۰/۸۴ به دست آمد.

داده‌ها با بهره‌گیری از روشهای آماری توصیفی (فراوانی، میانگین و انحراف معیار) و آمار استنباطی (ماتریس همبستگی و رگرسیون گام به گام) با نرم افزار SPSS 22 مورد تحلیل قرار گرفته است.

### یافته‌ها

در مجموع داده‌های مربوط به ۳۹۳ مادر و فرزند (۱۳۸ مادر، ۱۱۴ پسر و ۱۴۱ دختر) در این پژوهش تحلیل شد. به منظور ارائه تصاویری روشنتر از وضعیت متغیرهایی که در پژوهش مورد بررسی قرار گرفته برخی از یافته‌های توصیفی به صورت کلی ارائه شده است.

جدول ۱: شاخصهای توصیفی متغیرهای خودکارآمدی فرزندان، انعطاف‌پذیری خانواده، تمایز یافتگی مادر

متغیرها	کمینه	بیشینه	میانگین	انحراف معیار
خودکارآمدی فرزندان	۳۲	۸۵	۶۲/۴۶	۰/۸۷
انعطاف‌پذیری خانواده	۳۱	۷۷	۵۳/۹۷	۰/۷۲
تمایز یافتگی مادر	۳۲	۱۰۷	۷۴/۰۵	۱/۲۷
واکنش هیجانی مادر	۶	۳۲	۱۸/۴۰	۰/۵
موقعیت من مادر	۱۱	۳۶	۲۴/۲۹	۰/۴۷
همجوشی مادر	۵	۳۰	۱۷/۷۴	۰/۵۱
گسلش عاطفی مادر	۳	۱۸	۱۳/۶۱	۰/۳۶

با توجه به جدول ۱ میانگین خودکارآمدی فرزندان ۶۲/۴۶ و میانگین انعطاف‌پذیری خانواده ۵۳/۹۷ محاسبه شد. میانگین تمایز یافتگی مادران نیز ۷۴/۰۵ به دست آمد. بیشترین نمره خودکارآمدی فرزندان ۸۵، بیشترین نمره انعطاف‌پذیری خانواده ۷۷ و بیشترین نمره تمایز یافتگی

مادران ۱۰۷ بود.

در بررسی مفروضات رگرسیون، به منظور بررسی عادی بودن داده‌ها از آزمون کالموگراف اسمیرنوف استفاده شد. از سویی از جمله مفروضات دیگر استفاده از رگرسیون این است که نباید میان متغیرهای پیش‌بین، همخطی باشد. در جدول ۲ آزمونهای مربوط به بررسی مفروضات رگرسیون آورده شده است.

جدول ۲: بررسی هم خطی متغیرهای پیش‌بین و آزمون کالموگراف به منظور بررسی مفروضات رگرسیون

متغیرها	ضریب تحمل	تورم واریانس	آماره کالموگراف بررسی متغیر ملاک
انعطاف‌پذیری	۰/۹۷	۱/۰۳	متغیر پیش‌بین
تمایز یافتگی کل مادر	۰/۶۵	۱/۴۰	متغیر پیش‌بین
واکنش هیجانی مادر	۰/۷۵	۱/۳۲	متغیر پیش‌بین
موضع شخصی مادر	۰/۸۶	۱/۱۶	متغیر پیش‌بین
همجوشی مادر	۰/۶۷	۱/۴۸	متغیر پیش‌بین
گسلش عاطفی مادر	۰/۹۰	۱/۱۰	متغیر پیش‌بین
خودکارآمدی	متغیر ملاک	۰/۰۶	$sig = ۰/۲$

در بررسی هم خطی متغیرهای پیش‌بین بر اساس نتایجی که در جدول ۲ مشاهده می‌شود، می‌توان نتیجه گرفت که رابطه هم خطی میان متغیرهای پیش‌بین وجود ندارد؛ زیرا هرچه شاخص ضریب تحمل (Tol) به ۱ نزدیکتر شود و شاخص تورم واریانس (Vif) از ۲ کوچکتر باشد، احتمال هم خطی کمتر است. شرط عادی بودن داده‌های متغیر ملاک در آزمون کالموگراف  $sig > ۰/۰۵$  است. نتایج جدول ۲ نشان می‌دهد داده‌های آماری متغیر ملاک عادی است؛ بدین ترتیب مفروضات رگرسیون برقرار است.

به منظور بررسی رابطه متغیرهای ملاک با متغیر پیش‌بین از ماتریس همبستگی پیرسون استفاده شده است. نتایج در جدول ۳ آمده است.

جدول ۳: ماتریس همبستگی به منظور بررسی رابطه میان متغیرهای پژوهش

متغیرها	۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷
۱ - خودکارآمدی	۱						
۲ - انعطاف پذیری	**۰/۳۶	۱					
۳ - تمایز یافتگی کل مادر	-۰/۰۴	۰/۱۲	۱				
۴ - واکنش هیجانی مادر	-۰/۰۶	۰/۰۸	**۰/۷۱	۱			
۵ - موضع شخصی مادر	۰/۰۷	۰/۱۱	**۰/۶۵	**۰/۲۷	۱		
۶ - همجواری مادر	-۰/۰۲	۰/۰۷	**۰/۷۰	**۰/۴۹	**۰/۲۷	۱	
۷ - گسلس عاطفی مادر	*-۰/۱۵	۰/۰۵	**۰/۵۲	۰/۱۴	**۰/۲۵	**۰/۱۵	۱

با توجه به جدول ۳ انعطاف پذیری خانواده با خودکارآمدی فرزندان رابطه معنادار و مستقیم دارد. ( $p < ۰/۰۱$ )؛ یعنی با افزایش انعطاف پذیری خودکارآمدی فرزندان افزایش می یابد. میان خودکارآمدی با مؤلفه گسلس عاطفی مادر رابطه منفی وجود دارد ( $p < ۰/۰۵$ )؛ یعنی با افزایش گسلس عاطفی مادر خودکارآمدی فرزندان کاهش می یابد. بنابراین فرضیه اول پژوهش مبنی بر رابطه میان خودکارآمدی با انعطاف پذیری و تمایز یافتگی مادران در مجموع تأیید شد. به منظور بررسی فرضیه های دوم و سوم و تعیین سهم نسبی متغیرهای انعطاف پذیری خانواده، تمایز یافتگی مادر و مؤلفه های آن در پیش بینی خودکارآمدی دختران و پسران دو تحلیل رگرسیون گام به گام به صورت جداگانه به کار برده شد. نتایج این تحلیلها در جدول های ۴ و ۵ آمده است.

جدول ۴: خلاصه تحلیل رگرسیون گام به گام به منظور پیش بینی خودکارآمدی دختران از انعطاف پذیری خانواده

معناداری	F	AdR. <sup>2</sup>	R <sup>2</sup>	R	$\beta$	B	گامها	
۰/۰۰۱						۲۷/۰۰	مقدار ثابت	متغیر ملاک
۰/۰۰۱	۵۳/۶۱	۰/۲۷	۰/۲۸	۰/۵۳	۰/۵۳	۰/۶۶	۱ گام	خودکارآمدی دختران
۰/۰۰۱					۰/۵۵	۰/۶۸	۲ گام	
۰/۰۲	۳۰/۴۰	۰/۳۰	۰/۳۱	۰/۵۶	-۰/۱۶	-۰/۴۱	گسلس عاطفی مادر	

نتایج در جدول ۴ گویا است که در مجموع انعطاف پذیری خانواده و مؤلفه گسلس عاطفی مادر توان پیش بینی ۳۰ درصد از تغییرات خودکارآمدی دختران را دارد.  $F = ۳۰/۴۰$  در

$\text{Sig} < 0/05$  نشان از معناداری معادله رگرسیون دارد. بنابراین فرضیه دوم پژوهش (انعطاف پذیری خانواده و تمایز یافتگی مادر در پیش بینی خودکارآمدی دختران نقش دارد). تأیید شد.

جدول ۵: خلاصه تحلیل رگرسیون گام به گام به منظور پیش بینی خودکارآمدی پسران از انعطاف پذیری خانواده

معناداری	F	AdR. <sup>2</sup>	R <sup>2</sup>	R	$\beta$	B	گامها	
۰/۰۰۱						۳۱/۳۴	مقدار ثابت	متغیر ملاک
۰/۱۰	۲/۶۷	۰/۰۱	۰/۰۲	۰/۱۵	۰/۱۵	۰/۲۱	انعطاف پذیری خانواده	خودکارآمدی پسران گام ۱

به منظور پیش بینی خودکارآمدی پسران از انعطاف پذیری خانواده و تمایز یافتگی مادران و مؤلفه هایش، فقط انعطاف پذیری خانواده وارد معادله شد. بر اساس نتایج  $F = 2/67$  و  $\text{sig} > 0/05$  معادله معنادار نیست و فرضیه سوم پژوهش رد شد. بنابراین انعطاف پذیری خانواده، تمایز یافتگی مادر و مؤلفه های آن در پیش بینی خودکارآمدی پسران نقش ندارد.

### بحث و نتیجه گیری

بر اساس نتایج انعطاف پذیری خانواده و گسلس عاطفی مادران با خودکارآمدی فرزندان رابطه دارد. این یافته با یافته های ژویانگ، سون و جون لی و یئون (۲۰۱۳)، محمدی و کشاورز (۱۳۹۵)، شمامی و زربخش (۱۳۹۵)، بابای خاکیان، زکی یی و نقشینه (۱۳۹۴)، بهزادی و سروقد (۱۳۹۴) همسو است. در تبیین این یافته می توان گفت در خانواده های انعطاف پذیر نقشها، قوانین و سلسله مراتب افراد از انعطاف پذیری مطلوبی برخوردار است. بنابراین هنگام رویارویی با موضوعات مختلف در گستره زیادی از مسائل، گفتگو صورت می گیرد و اعضای خانواده با هم به حل مسئله می پردازند. فرزندان این خانواده ها می آموزند که چگونه مسائل را مستقلاً حل کنند و چگونه در برابر آنها انعطاف نشان دهند. بنابراین احتمال می رود از حس استقلال، قدرت انطباق و خودکارآمدی بیشتری برخوردار باشند (پاپکو و دار، ۲۰۰۲، به نقل از زارع و سامانی، ۱۳۸۷؛ السون، ۱۹۹۹). در این خانواده ها معیارهای خشک و جزمی برای موفقیت فرزندان در نظر گرفته نمی شود و در موقعیتهای مختلف مانند شکست در عملکرد با واقع بینی از سختگیری و توقع بی منطق خودداری، و از فرزندانشان حمایت می کنند. از سوی دیگر با موفقیتی هر چند کوچک،

فرزندان را تشویق می‌کنند و همان‌طور که بندورا بیان می‌کند، بازخورد و تشویق کلامی از منابع تقویت خودکارآمدی است. از سویی در خانواده منعطف، فرزندان اجازه ابراز وجود دارند و در تصمیم‌گیریها مشارکت می‌کنند و این امر موجب افزایش اعتماد به نفس در آنها می‌شود و این خودباوری، دوباره در عملکرد آنها بازتاب می‌یابد و در فرایندی مدور، عملکرد خوب به باور به توانمندی بیشتر منجر خواهد شد و بالعکس.

یافته‌ها نشان داد گسلس عاطفی مادران در پیش‌بینی خودکارآمدی دختران نقش دارد. این یافته با یافته‌های اسکوارتز و همکاران<sup>۱</sup> (۲۰۰۶)، پلگ، حلبی و وابی<sup>۲</sup> (۲۰۰۶)، اسکورون (۲۰۰۵)، ابوالمعالی و محمدی‌تبار (۱۳۹۵)، محمدی و کشاورز (۱۳۹۵) همسو است. در تبیین این یافته می‌توان گفت طبق نظریه بوئن در خانواده‌های خوب تمایز یافته، کودکان کمتر تحت تأثیر احساسات، عقاید و نظر پدر و مادر و همشیره‌های خود هستند؛ در نتیجه به فکر، احساس و عمل برای خود مجازند؛ اقداماتشان بیشتر خودکارآمدانه، متکی به احساسات خود و نه در واکنش به نگرانی دیگر اعضای خانواده است (کری کاک و همکاران، ۲۰۱۲). این تفکر وجود دارد که رشد بهینه زمانی اتفاق می‌افتد که اعضای خانواده از هم متمایز هستند؛ اضطراب کم است و طرفین از لحاظ تماس هیجانی با خانواده‌هایشان وضعیت خوبی دارند (نیکولز<sup>۳</sup>، ۱۳۹۳، دهقانی و همکاران). مادران با تمایز یافتگی زیاد از موضع شخصی بیشتری برخوردارند در نتیجه خودباوری بیشتری دارند و می‌توانند الگویی خودکارآمد برای دختران خود باشند. بندورا در نظریه خود به نقش الگو در رفتار توجه ویژه‌ای کرده است. از سوی دیگر در خانواده‌ها مادران مظهر عشق و عاطفه هستند و بویژه در دختران نوجوان، که هیجانات بیشتر است، عاطفه مادر می‌تواند بر رشد شخصیت نقش بارزی داشته باشد. مادران تمایز یافته با نزدیکی عاطفی بیشتر (و گسلس عاطفی کمتر) در خانواده‌ای انعطاف‌پذیر با برقراری ارتباط صمیمی و اجازه ابراز وجود و تصمیم‌گیری مستقلانه به دختران نوجوانشان، زمینه‌ساز تقویت باور "خود" و در نتیجه افزایش خودکارآمدی آنان می‌شوند. والدینی که خود بخوبی از خانواده اصلی تمایز حاصل کرده‌اند، این نیاز طبیعی را در نوجوانان خود بخوبی درک، و آنها را در راه کسب استقلال و فردیت همراهی می‌کنند. والدین تمایز یافته در حالت تنشزا در خانواده، واکنش منطقی دارند؛ در عین صمیمیت و عواطفی که در خانواده

1 - Schwartz, Thigpen, &amp; Montgomery

2 - Peleg, Halaby, &amp; Whaby

3 - Nichols

حاکم است از تفکر و منطق بهره می‌گیرند (کانری<sup>۱</sup>، ۲۰۱۲).

بر اساس نتایج، انعطاف‌پذیری و تمایز یافتگی مادران و مؤلفه‌های آن در پیش‌بینی خودکارآمدی پسران نقش نداشت. این یافته با یافته‌های رولفرز، میسترز و موریس<sup>۲</sup> (۲۰۰۸) و بارتل هارینگ، بروکر و هوک<sup>۳</sup> (۲۰۰۲) همسو است. اسکوارتز، تیگین و مونتگومری (۲۰۰۶) در پژوهشی با هدف بررسی رابطه سبک‌های فرزندپروری والدین و تمایز یافتگی فرزندان دریافتند دختران بیشتر از پسران تحت تأثیر مادر قرار می‌گیرند. تفاوت در نقش انعطاف‌پذیری و مؤلفه‌های تمایز یافتگی مادران بر خودکارآمدی دختران و پسران را می‌توان به تفاوت‌های زیستی و روانی، روابط، الگوگیری و همانندسازی با والدین در دو جنس پسران و دختران نسبت داد. به‌طور کلی دختران به همانندسازی با مادران خود تمایل بیشتری دارند و مادران نیز به عنوان الگوهایی در فرایند تمایز یافتگی دختران نقش برجسته‌ای ایفا می‌کنند. از سوی دیگر بر اساس نظریه بندورا در خودکارآمدی هم عوامل فردی و شناختی و هم منابع محیطی مانند خانواده نقش دارد (موفقیت عملکرد، تجربیات جانشینی، قانع‌سازی کلامی و ویژگی‌های فیزیولوژیکی). زمانی که دنیای کودک گسترش می‌یابد (در کنار رشد شناختی) و الگوهای بیشتری مانند همشیرها، همسالان و دیگر بزرگسالان را در برمی‌گیرد، اهمیت تأثیر والدین کاهش می‌یابد (شولتز و شولتز<sup>۴</sup>، سیدمحمدی، ۱۳۹۱: ۴۶۳). در جامعه کنونی ما پسران نوجوان بیشتر از دختران در جمع همسالان خود حضور دارند و این حضور، نقش‌پذیری و ویژگی‌های آنها را از خانواده کمتر می‌کند. البته این احتمال نیز هست که متغیرهای بسیار دیگری نظیر ویژگی‌های فردی و شخصیتی پدر در این میان نقش داشته باشد که در این تحقیق امکان بررسی آنها میسر نشد. تحقیقات نیز نشان می‌دهد مردان با خودکارآمدی زیاد با پدران خود روابط صمیمانه‌ای داشته‌اند (شولتز و شولتز، ۱۳۹۱: ۴۶۳).

نتایج پژوهش، اهمیت انعطاف‌پذیری خانواده و تمایز یافتگی مادران در ایجاد خودکارآمدی فرزندان (بوژه دختران) را نشان داد. بدیهی است با شناخت بهتر عوامل مؤثر بر خودکارآمدی با توجه به فرهنگ بومی ایرانی، مشاوران و متخصصان می‌توانند با آموزش و مشارکت خانواده‌ها شکل‌گیری خودکارآمدی را به‌صورت مناسب از سنین کم هدایت، و در نتیجه علاوه بر نقش مثبت آن در توفیقات و بهزیستی نوجوان از آسیب‌های احتمالی ناشی از خودکارآمدی ضعیف

1 - Connery

2 - Roelofs., Meesters, & Muris

3 - Bartle-Haring, Brucker & Hock

4 - Scholtz & Scholtz

جلوگیری کنند؛ از سوی دیگر در صورت مشاهده آسیبهای مرتبط با شناخت عوامل مؤثر، توان عرضه خدمات بهتری در این راستا را خواهند داشت. به مشاوران محترم پیشنهاد می‌شود در زمینه‌های مختلف تحصیلی، فردی، درمانی و خانوادگی این عامل تأثیرگذار را در نظر گیرند و با برگزاری کارگاه‌های آموزشی در جهت تقویت آن موجبات پویایی هرچه بیشتر را در دانش‌آموزان فراهم سازند؛ چرا که خودکارآمدی فردی، لازمه خودکارآمدی جمعی خواهد بود و تأثیرات آن در فرد و خانواده، زمینه‌ساز و نویدبخش جامعه‌ای سالم، خلاق و خودکفا خواهد بود.

به پژوهشگران علاقه‌مند پیشنهاد می‌شود در پژوهشهای آینده به بررسی ویژگیهای دیگر نظیر نقش پدر در خودکارآمدی فرزندان، بیشتر پرداخته شود. از سویی در راستای توجه به خودکفایی میهن عزیزمان، توجه به خودکارآمدی جمعی از نظرها دور نماند. این پژوهش در نمونه‌ای از دانش‌آموزان دبیرستانی شهر تهران انجام شد؛ لذا در تعمیم آن به گروه‌های دیگر باید احتیاط کرد. از تمامی دانش‌آموزان و مادرانی که در این پژوهش ما را یاری کردند، کمال تشکر را داریم.

#### منابع

- ابوالقاسمی، عباس؛ جوانمیری، لیلا (۱۳۹۱). نقش مطلوبیت اجتماعی، سلامت روانی و خودکارآمدی در پیشرفت تحصیلی دانش‌آموزان دختر. *مجله روانشناسی مدرسه*. ش ۲: ۶ - ۲۰.
- ابوالمعالی‌الحسینی، خدیجه؛ محمدی‌تبار کاسگری، فاطمه (۱۳۹۵). بررسی نقش ویژگیهای شخصیتی و بهزیستی روانشناختی مادران در اضطراب و افسردگی دختران دوره ابتدایی. *مجله زنان و خانواده*. ش ۳۷: ۱۱۳ - ۱۳۲.
- اژه‌ای، جواد؛ غلامعلی‌لواسانی، مسعود؛ مال‌احمدی، احسان؛ خضری‌آذر، هیمن (۱۳۹۰). الگوی علی روابط بین سبکهای فرزندپروری ادراک شده، اهداف پیشرفت، خودکارآمدی و موفقیت تحصیلی. *مجله روانشناسی*. ش ۱۵: ۲۸۴ - ۳۰۱.
- اصل‌دهقان، فاطمه؛ رضاییان، حمید؛ حسینیان، سیمین (۱۳۹۵). پیش‌بینی تمایز یافتگی و سبک دل بستگی دانش‌آموزان دبیرستانی بر اساس انعطاف‌پذیری خانواده، تمایز یافتگی و سبک دل بستگی والدین. *فصلنامه خانواده و پژوهش*. ش ۴۵: ۱۰۹ - ۱۳۰.
- اکبری‌زردخانه، سعید؛ زندی، سعید (۱۳۹۵). پیش‌بینی پذیرش اعتیاد دانشجویان بر اساس احساسات خودکارآمدی و حمایت اجتماعی آنان. *مجله دانش و پژوهش در روانشناسی کاربردی*. ش ۳۶: ۶۴ - ۴۴.
- بابای‌خاکیان، زینب؛ زکی‌بی، علی؛ نقشینه، طیبه (۱۳۹۴). رابطه تمایز یافتگی خود در مادران و همبستگی خانوادگی با اختلالات رفتاری کودکان. *مجله پزشکی ارومیه*. ش ۲۶: ۳۴۳ - ۳۳۴.

برومند، اکرم (۱۳۹۱). درد مزمن، خودکارآمدی درد و افکار خودکشی: نقش تعدیل‌کننده خودکارآمدی درد بر رابطه بین افسردگی و افکار خودکشی در بیماران مبتلا به درد مزمن. *مجله اصول بهداشت روانی*. ش ۵۴: ۱۵۲ - ۱۶۳.

بهزادی، بهناز؛ سروقد، سیروس (۱۳۹۱). بررسی رابطه انعطاف‌پذیری خانواده و سبکهای هویت با نقش واسطه‌گری گرایش به تفکر انتقادی در دختران نوجوان. *مجله زن و مطالعات خانواده*. ش ۴: ۶۳ - ۸۰.

بهزادی، بهناز؛ سروقد، سیروس (۱۳۹۴). بررسی رابطه انعطاف‌پذیری خانواده و سبکهای هویت با نقش واسطه‌گری حالت فراشناختی در دختران نوجوان. *مجله پژوهشهای نوین روانشناختی*. ش ۳۸: ۴۹ - ۷۴.

پریشانی، نیره؛ عبدی‌زرین، سهراب (۱۳۹۵). نقش خودکارآمدی، هوش هیجانی و سبکهای فرزندپروری والدین در پیش‌بینی انگیزش پیشرفت تحصیلی دختران دبیرستانی. *مجله دانش و پژوهش در روانشناسی کاربردی*. ش ۱۷: ۷۰ - ۷۹.

حاجی‌آبادی، مهدی؛ نیوشا، بهشته (۱۳۹۵). رابطه مؤلفه‌های درون مدرسه‌ای و خودکارآمدی اجتماعی با اضطراب تحصیلی دانش‌آموزان سال سوم دبیرستان. *مجله روانشناسی مدرسه*. ش ۵: ۵۶ - ۷۷.

حسینی، محمد؛ شهودی، مریم؛ میرقاسمی، سیدجمال (۱۳۹۵). بررسی رابطه بین هوش اخلاقی و خودکارآمدی با بهزیستی روانشناختی در میان فرزندان شهید، جانباز و ایثارگر دانشگاه ارومیه. *فصلنامه اخلاق زیستی*. ش ۶: ۱۵۵ - ۱۸۰.

حسینی، مریم؛ عرب‌مقدم، نرگس؛ سروش، مریم (۱۳۹۰). مطالعه نیازهای جوانان و نوجوانان و رابطه آن با انسجام و انعطاف‌پذیری خانواده (مطالعه موردی: جوانان و نوجوانان شهر شیراز). *فصلنامه خانواده*. ش ۱: ۷۱ - ۸۹.

خوشنویسان، زهرا؛ افروز، غلامعلی (۱۳۹۰). رابطه خودکارآمدی با افسردگی، اضطراب و استرس. *مجله اندیشه و رفتار*. ش ۲۰: ۷۳ - ۸۰.

دلاور، علی (۱۳۹۰). *روش تحقیق در روانشناسی و علوم تربیتی*. تهران: ویرایش.

زارع، مریم؛ سامانی، سیامک (۱۳۸۷). بررسی نقش انعطاف‌پذیری و انسجام خانواده در هدف‌گرایی فرزندان. *مجله خانواده پژوهی*. ش ۴: ۱۷ - ۳۶.

زربخش‌بحری، محمدرضا؛ حجت‌شماسی، کوروش (۱۳۹۵). رابطه انسجام و انعطاف‌پذیری خانواده با خود‌متمایزسازی در دانش‌آموزان دوره متوسطه شهر تهران. *فصلنامه مددکاری اجتماعی*. ش ۵: ۲۸ - ۳۶.

شولت، دوان؛ شولتز، سیدنی‌الن (۱۳۹۰). *نظریه‌های شخصیت*. ویراست هشتم. ترجمه یحیی سیدمحمدی. تهران: ویرایش.

صدری‌دمیرچی، اسماعیل؛ فیاضی، مینا؛ محمدی، نسیم (۱۳۹۵). بررسی رابطه خودکارآمدی و حمایت اجتماعی ادراک شده با آمادگی به اعتیاد در سربازان خدمت وظیفه. *مجله طب نظامی*. دوره ۱۸. ش ۴: ۳۱۶ - ۳۲۴.



صفاری، محسن؛ سنایی‌نسب، هرمز؛ رشیدی‌جهان، حجت؛ پورتقی، غلامحسین؛ پاکپورحاجی‌آقا، امیر (۱۳۹۳). شادکامی، خودکارآمدی و پیشرفت تحصیلی در دانشجویان. *مجله توسعه آموزش در علوم پزشکی*. ش ۷: ۲۲ - ۲۹.

طهماسبیان‌کارینه، اناری‌آسیه (۱۳۸۸). رابطه بین ابعاد خودکارآمدی و افسردگی در نوجوانان. *مجله روانشناسی کاربردی*. ش ۹: ۸۴ - ۹۴.

غفاری، مظفر؛ مهینی، شهرام (۱۳۹۳). بررسی رابطه رضامندی از روابط و تمایز یافتگی با عملکرد خانواده در دانشجویان متأهل. *فصلنامه شخصیت و تفاوت‌های فردی*. ش ۳: ۳۹ - ۵۷.

فخاری، نرگس؛ لطیفیان، مرتضی؛ اعتماد، جلیل (۱۳۹۳). بررسی ویژگی‌های روان‌سنجی فرم کوتاه پرسشنامه تمایز یافتگی خود در دانشجویان ایرانی. *فصلنامه اندازه‌گیری تربیتی*. ش ۱۵: ۳۵ - ۵۷.

فیست، جس؛ فیست، گریگوری؛ رابرتس، تامی‌آن (۱۳۹۴). *نظریه‌های شخصیت*. ویراست هشتم. ترجمه یحیی سیدمحمدی. تهران: روان.

کریمی، مونا؛ نادری، فرح (۱۳۹۴). *مقایسه انعطاف‌پذیری و انسجام خانواده، بین زنان خانواده‌های شاهد و عادی شهر اهواز*. اولین کنفرانس بین‌المللی پژوهش‌های نوین در علوم انسانی. تهران.

کیایی، محمدزکریا؛ فردوسی، مسعود؛ مرادی، رضا؛ چلونگر، کیومرث؛ احمدزاده، مهدیه‌السادات؛ بهمن‌زیاری، نجمه (۱۳۹۵). رابطه بین خودکارآمدی و کیفیت زندگی در زنان مبتلا به سرطان سینه تحت شیمی‌درمانی. *مجله دانشگاه علوم پزشکی قزوین*. ش ۲۰: ۵۸ - ۶۵.

محسنی، هاجر (۱۳۹۳). *بررسی رابطه بین خود متمایزسازی مادران با تعارض والد فرزندی و مسئولیت‌پذیری دانش‌آموزان دختر دوره راهنمایی*. پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه علامه طباطبائی.

محمدی‌برمی، حلیمه؛ کشاورزافشار، حسین (۱۳۹۵). نقش عملکرد خانواده و تمایز یافتگی مادر در پیش‌بینی اضطراب دختران نوجوان. *فصلنامه پژوهشنامه زنان*. ش ۷: ۱۰۱ - ۱۳۱.

مؤمنی، خدامراد؛ علیخانی، مصطفی (۱۳۹۲). رابطه عملکرد خانواده، تمایز یافتگی خود و تاب‌آوری با استرس، اضطراب و افسردگی در زنان متأهل شهر کرمانشاه. *فصلنامه مشاوره و روان‌درمانی خانواده*. ش ۳: ۲۹۷ - ۳۲۰.

نقی‌پور قزلجه، میترا؛ فتحی، راضی (۱۳۹۲). بررسی رابطه بین انعطاف‌پذیری خانواده و دینداری و سلامت روان در بین نوجوانان خانه‌گریز و عادی. *فصلنامه فرهنگی تربیتی زنان و خانواده*. ش ۸: ۹۵ - ۱۰۹.

نیکولز، مایکل (۱۳۹۳). *خانواده درمانی*. ویراست نهم. ترجمه محسن دهقانی و همکاران. تهران: انتشارات رشد.

Allipour,S., Sahaghi,H., Moridi,J.(2016).Relationship between Achievement Motivation, Academic Self-efficacy beliefs with Academic performance among of Jondishapour Medical Science University of Ahvaz, Iran. **International Journal of Current Research in Medical Sciences**.2(1),89-93.

Arbabisarjou,A., Zare, S., Shahrakipour,M. & Ghoreishinia, Gh.(2016). Relationship between Self-Efficacy and Academic Achievement of Zahedan Medical Sciences Students. **International Journal of Medical Research & Health Sciences**, 5(7),349-353.

- Bartle-Haring, S., Brucker, P., & Hock, E. (2002). The Impact of Parental Separation Anxiety on Identity Development in Late Adolescence and Early Adulthood. **Journal of Adolescent Research**, 17 (5), 439-450.
- Chemers, M. M., Zurbriggen, E. L., Syed, M., Goza, B. K., & Bearman, S. (2011). The role of efficacy and identity in science career commitment among under represented minority students. **Journal of Social Issues**, 67(3), 469-491.
- Chung, H., & Gale, J. (2009). Family Functioning and Self-Differentiation: A Cross-Cultural Examination. **Contemporary Family Therapy**, 31, 19-33.
- Connery, A. L. (2012). **The Roles of Differentiation of Self, Anxiety and Emotional Self Awareness on Destructive CounterTransference Reactions**. (phd dissertaion), University of Missouri-Kansas.
- Elahi Motlagh, Sh., Amrai, K., Yazdani, M., Abderahim, H., & Sourie, H. (2011). The relationship between self-efficacy and academic achievement in high school students. **Procedia Social and Behavioral Sciences**. 15, 765-768.
- Ferda Bedel, E. (2016). Exploring Academic Motivation, Academic Self-efficacy and Attitudes toward Teaching in Pre-service Early Childhood Education Teachers. **Journal of Education and Training Studies**. 4(1), 142-149.
- Fernandez, N. (2012). **The strength of Hispanic adolescents' level of ethnic identification and their parents' level of self-differentiation and ethnic identification to predict second generation Hispanic adolescents' level of self-differentiation**. (phd Dissertations), Clemson University.
- Ghaem Magami, T., Abolghasemi, A., Niknam, M. (2017). Investigate the Role of Differentiation of Self in Predicted of Family Function in Women with Marital Conflict. **International Journal of Advanced Studies in Humanities and Social Science**, 2017; 5 (1), 19-22.
- Goulão, M. (2014). The Relationship between Self-Efficacy and Academic Achievement in Adults' Learners, **Athens Journal of Education**, 1(3), 237-246.
- Isık, E., & Bulduk, S. (2015). Psychometric Propertise of the Differentiation of Self Inventory -Revised in Turkish Adults. **Journal of Marital and Family Therapy**, 41(1), 102-112.
- Jenkins, S. M., Buboltz Jr, W. C., Schwartz, J. P., & Johnson, P. (2005). Differentiation of Self and Psychosocial Development. **Contemporary Family Therapy**, 27(2), 251-261.
- Ju Youn, J., Sun, K., Jun Li, P., Yeon Pyo, K. (2013). Relationship between Family Adaptability, Cohesion and Adolescent Problem Behaviors: Curvilinearity of Circumplex Model. **Korean J Fam Med**; 34:169-177.
- Khan, M (2013) "Academic Self-Efficacy, Coping, and Academic Performance in College," **International Journal of Undergraduate Research and Creative Activities**: Vol. 5, Article 4.1-11.
- Krycak, R. C., Murdock, N. L., & Marszalek, J. M. (2012). Differentiation of Self, Stress, and Emotional Support as Predictors of Psychological Distress. **Contemporary Family Therapy**, 34, 495-515.
- Lam, C., & Chan-So, P. C. Y. (2015). validation of the Chinese version of Differentiation of Self inventory. **Journal of Marital and Family Therapy**, 41(1), 81-101.
- McConnell, D., Stempien, J. A., Perkins, D., van der Hoeven Kraft, K. J., Vislova, T., Wirth, K. R., & Matheney, R. K. (2010). The little engine that could—less prior knowledge but high self-efficacy is equivalent to greater prior knowledge and low self-efficacy. **Geol. Soc. Amer. Abst. With Prog**, 42(5).
- Naimi, S., & Rezai Niaraki, F. (2013). Effectiveness of Self-Differentiation Training on Self-Differentiation, Test-Anxiety and Self-Efficacy among Students in Saveh City, **Journal of Natural and Social Sciences**, 2(2), 317-322.
- Olson, D. H. (1999). Circumplex Model of Marital & Family Systems. **Journal of Family Therapy**, 22, 144-167.

- Olson, D. H. (2011). Faces IV and the Circumplex Model: Validation Study. **Marital and Family Therapy**, 3(1), 64-80.
- Openshaw, K. P. (2011). The Relationship Between Family Functioning, Family Resilience, and Quality of Life among Vocational Rehabilitation Clients. (dissertation), UTAH STATE UNIVERSITY.
- Peleg, O., Halaby, E., & Whaby, E. N. (2006). The relationship of maternal separation anxiety and differentiation of self to children's separation anxiety and adjustment to kindergarten: A study in Druze families. **Anxiety Disorders**, 20, 973-995.
- Rada, c. (2014). Family adaptability and cohesiveness evaluation scale III in Romania. **Social and Behavioral Sciences** : 127 ,31 - 35.
- Rahgozar, H., Yousefi, S., Mohammadi, A., & Piran, P. (2012). The Impact of Family Cohesion and Flexibility on University Students' Identity: The Case of Shiraz Branch, Islamic Azad University. **Asian Social Science**, 8(No. 2).
- Roelofs, J., Meesters, C., & Muris, P. (2008). Correlates of Self-reported Attachment (In)security in Children: The Role of Parental Romantic Attachment Status and Rearing Behaviors. **Journal of Child and Family Studies**, 17, 555-566.
- Ross, A. S., & Murdock, N. L. (2014). Differentiation of Self and Well-being: The Moderating Effect of Self-construal. **Contemporary Family Therapy**, 36, 485-496.
- Schwartz, J. P., Thigpen, S. E., & Montgomery, J. K. (2006). Examination of Parenting Styles of Processing Emotions and Differentiation of Self. *The Family Journal: Counseling and Therapt for Couples and Familys*, 14(1), 41-48.
- Skowron, E. A. (2005). Parent Differentiation of Self and Child Competence in Low-Income Urban Families. **Journal of counseling Psychology**, 52(3), 337-346.
- Versland, T.M & Erickson, J .L. (2017). Leading by example: A case study of the influence of principal self-efficacy on collective efficacy. *Cogent Education* ,4: 1286765.