

رابطه مفهوم خود و سلامت روانی در فرهنگ شرق و غرب

فیروزه غضنفری*

چکیده: فرض‌های فرهنگی متفاوت از "خود" در فرهنگ شرق و غرب نه تنها سبب شکل‌گیری مفهوم خود فردیت یافته در غرب و خود جمع مدارانه در شرق شده است، بلکه در ارزیابی و قضاوت افراد در مورد میزان بهزیستی و سلامت روانی‌شان نیز تاثیر گذاشته است. این مقاله ضمن بحث در مورد چگونگی تاثیرگذاری فرهنگ در شکل‌گیری مفهوم خود، به بررسی رابطه بین الگوی فرهنگی جمع مداری و حرمت خود با بهزیستی در دختران ایرانی و کانادایی می‌پردازد. نتایج این بررسی نشان می‌دهد که در دختران ایرانی تمایلات جمعی نقش مهمی در شکل‌گیری مفهوم خود و سلامت روانی دارد در حالیکه در دختران کانادایی حرمت خود فردی نقش بیشتری در سلامت روانی ایفا می‌کند.

واژه‌های کلیدی: بهزیستی، سلامت روانی، فرهنگ، مفهوم خود.

مقدمه

خود در تقاطع بهزیستی و فرهنگ قرار می‌گیرد. فرهنگ شکل و قالب «خود» را می‌سازد و روی موضوع اصلی تحقیق در بهزیستی و سلامت روانی یعنی اینکه افراد چگونه در مورد جنبه‌های مختلف زندگی‌شان فکر می‌کنند و آن را احساس می‌کنند، تأثیر می‌گذارد. بنابراین با توجه به داشتن وجوه مشترک متداخل خود با فرهنگ و تجربه ذهنی، «خود» کلید روشن کننده رابطه پیچیده بین فرهنگ و بهزیستی روانی است. (دانیر و سوه، ۲۰۰۰).

اگرچه در بیشتر مطالعات موجود درباره فرهنگ و بهزیستی، متغیرهای فرهنگی کلی همچون فردگرایی و فاصله قدرت، در تجزیه و تحلیل‌شان مورد استفاده قرار گرفته است. (دانیر، دانیر و دانیر ۱۹۹۵). اما

۱۲۲ پژوهش زنان، دوره ۴، شماره ۱ و ۲، بهار و تابستان ۱۳۸۵

سازوکارهای تجربه و قضاوت بهزیستی درونی در میان اعضاء فرهنگ‌های متفاوت، نسبتاً پوشیده باقی مانده است. از این رو ضرورت دارد که راه‌های گوناگونی که به واسطه آن «خود» واسطه اثرگذاری فرهنگ بر سلامت روانی و بهزیستی می‌شود مورد بررسی قرار گیرد و با انجام مطالعاتی در این زمینه این خلاء نظری را پر شود (سوه، ۲۰۰۰).

مبانی نظری

نظریه‌های غربی سلامت روانی اساساً روی مفهوم خود فردیت یافته بنا شده است. معمولاً در آمریکای شمالی ویژگی‌های روانی همچون خود شکوفایی و خودمختاری با بهداشت روانی تداعی می‌شود. این ویژگی‌ها، صفات و ویژگی‌های شخصی افراد مستقل و متکی به خود یعنی کسانی که قادر به فراتر رفتن از نفوذ دیگران و جامعه هستند را منعکس می‌کند.

عقاید شرقی‌ها درباره «خود»، با ادراک آمریکایی‌های شمالی از فرد متضاد است. دیدگاه آسیای شرقی نسبت به فرد با این فرض کنفوسیوسی که شخص در ارتباط با دیگران موجودیت می‌یابد، همراه است (کینگ و باند ۱۹۸۵). فرد به‌عنوان موجودی که اساساً دارای تمایلات اجتماعی (یانگ، ۱۹۸۴)، گرایش‌های موقعیت مرکز (هسو، ۱۹۵۳) و استقلال (مارکوس و کیت یاما، ۱۹۹۱) است و به‌طور جدایی ناپذیری با دیگران بوسیله روابط عاطفی پیوند می‌خورد (چوهی، ۱۹۹۴) تلقی می‌شود.

چنین فرض‌های فرهنگی از «خود» به طور اجتناب ناپذیری در مفاهیم سلامت روانی گنجانیده شده است. مطابق با فهرست ویژگی‌های روانی غربی که با مدل خود فردیت یافته تداعی می‌شود، به نظر می‌رسد این مدل اهمیت کمتری در تعیین سلامت روانی مردم آسیای شرقی داشته باشد (دانیر و سوه، ۲۰۰۰).

فرهنگ‌های فردگرا که عمدتاً در اروپا و آمریکای شمالی یافت می‌شود، از اولویت دادن به تجربه فردی حمایت می‌کنند و به طور جدی توجه اعضاء‌شان را به اسنادهای روانی درونی سوق می‌دهند. برعکس در فرهنگ‌های جمع‌گرا که تکالیف و وظایف مهم فرهنگی^۱ قالب افراد را شکل می‌دهد، مردم به طور ثابتی به نشانه‌های اجتماعی بیرونی کشیده شده‌اند. بنابراین به نظر می‌رسد در این دو فرهنگ پایه و اساس قضاوت

^۱ -Salient cultural task's

رابطه مفهوم خود و سلامت روانی در فرهنگ شرق و غرب ۱۲۳

و داوری در مورد رضایتمندی زندگی متفاوت باشد، و به انواع اطلاعاتی که برای فرد قابل دسترسی است وابسته باشد (دانیس، اشی و لوکیس، ۲۰۰۰).

عوامل تعیین کننده‌ای الگوی خود ارزیابی در فرهنگ شرق و غرب

سوه و دیگران (۱۹۹۸) مطرح کردند که، ارزیابی از خود فردگرا یا نه تمایل دارد که در درجه اول روی تجربیات خصوصی (مثلاً هیجانانگیز) متکی باشد. چرا که فرهنگ به‌طور پیوسته توجه فرد را به منحصر به فرد بودن و جنبه‌های فردیت یافته هویت سوق می‌دهد. از سوی دیگر ارزیابی از خود جمع‌گراها بر اساس مدل‌های بیرونی (همچون هنجارها) صورت می‌گیرد چراکه همیشه سازوکارهای فرهنگی گوناگون جنبه‌های ارتباطی و وابسته «خود» را برجسته می‌سازند. به این ترتیب به طور نظری ممکن است فرآیند خودارزیابی مشابه‌ای بین افراد در درون یک فرهنگ اتفاق افتد. در سبک فردمدارانه^۱ داوری در مورد رضایتمندی زندگی به هیجانانگیز درونی وابسته است. بر عکس، قضاوت‌های رضایتمندی زندگی وقتی که جنبه‌های ارتباطی «خود» بسیار قابل دسترسی هستند، ممکن است شدیداً به اطلاعات اجتماعی (برای مثال ارزیابی اجتماعی) متکی باشد.

مطالعه‌های درون - فرهنگی این ایده را حمایت می‌کند. دانیس، سوه و اشی (۲۰۰۰) دریافته‌اند که آمریکایی‌های اروپایی در مقایسه با اروپایی‌های آمریکایی به اهمیت هیجانانگیز کمتر بهاء می‌دهند اما به شدت روی ارزیابی اجتماعی (به عنوان نمونه ارزیابی دیگران از زندگی شخص) تأکید می‌کنند. این تفاوت گروه‌های قومی نه تنها در سطح فردی بین پاسخ‌دهنده‌های جمع‌مدار^۲ در مقابل فردمدار^۳، دیده می‌شود بلکه همچنین در شرایط آزمایشگاهی نیز منعکس شده است. قطع نظر از ویژگی‌های شخصی پایدار، هیجانانگیز درونی به عنوان یک منبع اصلی ارزیابی خود، زمانی که فردیت متمایز شخص مطرح می‌شود، منعکس می‌گشت. اگر چه، وقتی که توجه فرد به سوی جنبه‌های ارتباطی خود سوق داده می‌شود، قضاوت‌های رضایتمندی زندگی به‌طور قوی روی اینکه دیگران چگونه زندگی او را ارزیابی می‌کنند، متکی بود (سوه به

^۱ -idiocentric

^۲ -allocentric

^۳ -idiocentric

نقل از دانیر و سوه، ۲۰۰۰). این یافته‌ها نه تنها نفوذ فراگیر «خود» را روی فرآیند داوری^۱ و ارزیابی بهزیستی و سلامت روانی روشن می‌کند، بلکه همچنین سر نخ‌های مهمی برای درک اینکه چرا تفاوت‌های فرهنگی در سطوح بهزیستی درونی رخ می‌دهند را روشن می‌سازد.

حرمت خود و بهزیستی:

خودافزایی^۲ و خودثباتی^۳ یا هماهنگی خود دو انگیزه «خود» هستند که جایگاه مهمی در روانشناسی غربی دارند. از این لحاظ، تعجب آور نیست که حرمت خود بالا و همخوانی خود^۴ به عنوان شاخص‌های اصلی بهداشت روانی در غرب تلقی شده‌اند. حرمت خود و همخوانی خود به طور واضح به ترتیب نیازهای خودافزایی و خودثباتی را تحقق می‌بخشند. اما در شرق تعداد بیشماری از روانشناسان بین فرهنگی دریافته‌اند که انگیزه خودافزایی و همچنین انگیزه خودثباتی در فرهنگ‌های آسیای شرقی نسبت به فرهنگ‌های غربی ضعیف‌تر است. بر اساس این تفاوت فرهنگی، یافته‌های اخیر پیشنهاد می‌کند که هم حرمت خود و هم سطح ثبات هویت، پیش‌بینی کننده ضعیفی از بهزیستی در جمع‌گراها نسبت به فردگراها است (دانیر و سوه، ۲۰۰۰).

به نظر می‌رسد دوست داشتن خود، دارویی برای بیشتر مشکلات روانی در فرهنگ آمریکایی‌های شمالی باشد. افرادی که حرمت خود بالایی دارند قادرند معنای زندگی‌شان را بیشتر دریابند و به‌طور موفقیت‌آمیزتری اضطراب را دفع کنند و نسبت به آنهایی که دید منفی راجع به خودشان دارند (برون و منکوویسکی ۱۹۹۳) کمتر تحت تأثیر خلق منفی قرار گیرند. حرمت خود پیش‌بینی کننده قوی از سلامت روانی در میان مردمان شمال آمریکا است (لوکیس، دانیر و سوه ۱۹۹۶). اما این امر در مناطق مختلف متفاوت است یافته‌های بین فرهنگی اخیر خاطر نشان می‌کند که نیرومندی رابطه بین حرمت خود و سلامت روانی در بین فرهنگ‌ها به طور قابل ملاحظه‌ای متفاوت است. دانیر و دانیر (۱۹۹۵) دریافتند رضایتمندی زندگی به‌طور مثبتی با حرمت خود در بین همه ۳۱ ملیتی که مورد آزمون قرار گرفته‌اند، همبستگی نشان داده‌است، اما اساساً میزان این

¹ -SWB judgment

² -Self - enhancement

³ -Self - Congruence

⁴ -Self - Consistency

رابطه مفهوم خود و سلامت روانی در فرهنگ شرق و غرب ۱۲۵

همبستگی بین ملیت‌ها متفاوت است. برای مثال، حرمت خود و رضایتمندی زندگی در نمونه‌هایی از آمریکا و کانادا ۶۰٪ همبستگی نشان داده در حالیکه در میان هندی‌ها فقط ۰/۰۸ و در میان زنان بحرینی ۰/۲۷ همبستگی وجود داشته است. بر اساس نتایج بدست آمده، فردگرایی ملیت‌ها ۰/۵۳ با میزان ارتباط بین حرمت خود و رضایتمندی زندگی همبستگی داشت. بنابراین حرمت خود، رضایتمندی زندگی را به طور قویتری در جوامع فردگرا نسبت به جمع‌گرا پیش‌بینی می‌کند (سوه، ۲۰۰۰).

دانیس و همکاران (۲۰۰۰) گزارش می‌کند که در کشورهای پیشرفته همبستگی بین حرمت خود و بهزیستی روانی حدود ۰/۶۵ است، در حالیکه در کشورهای کمتر توسعه یافته حدود ۰/۱۵ است. این امر ممکن است بدین دلیل باشد که وقتی نیازهای پایه و اساسی ارضاء می‌شوند، حرمت خود چشمگیر است، اما هنگامی که نیازهای پایه‌ای ارضاء نمی‌شوند، حرمت خود برجسته نیست و به همین دلیل با بهزیستی همبستگی ندارد. نظریه مازلو در مورد ارتباط بین حرمت خود و بهزیستی قابل آزمون است.

کوان، باند و سینگلیس فرض کردند که علاوه بر حرمت خود، حفظ یک رابطه هماهنگ و سازگار با دیگران ممکن است منبع خاصی از رضایتمندی زندگی در فرهنگ‌های جمع‌گرا باشد. در واقع اگر حرمت خود برای مردم شرقی مرکزیت و محوریت کمتری دارد، بنابراین وقتی که حرمت خود آنها مورد تهدید قرار می‌گیرد می‌بایست کمتر از فردگراها دچار آشفتگی شوند. مطالعه‌ای که توسط بروکند و چن انجام شد، این ایده را حمایت می‌کند.

مطالعات بالا مطرح می‌کند که داشتن یک خودنگری^۱ مثبت برای سلامت روانی در بیشتر فرهنگ‌ها مفید است. همانطور که داینر و دانیس و دانیس (۱۹۹۵) یافتند، حرمت خود به طور مثبتی با بهزیستی در همه ۳۱ ملیتی که مورد مشاهده قرار گرفته بودند، همبستگی نشان داد. اگر چه، درجه اهمیت آن در بین فرهنگ‌ها متغیر بود. حرمت خود عنصر مهم رضایتمندی زندگی در فرهنگ‌های فردگرا است. چرا که اعضاء آنها آموزش دیده‌اند که خودشان را دوست داشته باشند و عمل به آن شاخصی از سازگاری ذهنی به حساب می‌آید (دانیس، دانیس و داینر، ۱۹۹۵). اما در فرهنگ‌هایی که جمع‌گرایی از فردگرایی پیشی می‌گیرد، بنظر می‌رسد احساسات مثبت درباره خود یک بخش کوچکتری از رضایتمندی زندگی کلی را تشکیل می‌دهد.

^۱ -Self - View

۱۲۶ پژوهش زنان، دوره ۴، شماره ۱ و ۲، بهار و تابستان ۱۳۸۵

به دنبال مطالعاتی که تاکنون در این مورد صورت گرفته، مقاله حاضر ضمن بحث در مورد نقش فرهنگ در شکل گیری مفهوم خود، رابطه الگوی فرهنگی جمع مداری و حرمت خود فردی - جمعی را با بهزیستی در دو جامعه فردگرا (کانادا) و جمع‌گرا (ایران) بررسی می‌کند. از این رو این مقاله در پی یافتن پاسخ پرسش‌های ذیل است.

آیا ویژگی‌های فرهنگی سبب تفاوت در سطح بهزیستی افراد در جوامع گوناگون می‌شود؟

آیا الگوهای فرهنگی فردمداری-جمع مداری می‌تواند در بهزیستی نقش داشته باشد؟

آیا الگوی فرهنگی فردمداری-جمع مداری با حرمت خود مرتبط است؟

فرضیه‌های پژوهش:

۱- سطح بهزیستی در دختران دانشجوی ایرانی متفاوت از دانشجویان دختر کانادایی است.

۲- بین جمع مداری و بهزیستی رابطه وجود دارد.

۳- بین جمع مداری و حرمت خود جمعی رابطه وجود دارد.

۴- تفاوت در رابطه بین حرمت خود جمعی و بهزیستی در دانشجویان دو گروه مطالعه وجود دارد.

۵- تفاوت در رابطه بین حرمت خود فردی و بهزیستی در دانشجویان دو گروه مطالعه وجود دارد.

روش پژوهش:

جمعیت نمونه شامل ۸۵ دانشجوی دختر ایرانی مقطع کارشناسی رشته روانشناسی از دانشگاه علامه طباطبایی و ۷۵ دختر دانشجوی کانادایی دانشگاه وسترن انتاریو کانادا می‌باشد که با روش نمونه‌گیری تصادفی ساده انتخاب شدند. جمع‌آوری اطلاعات از طریق پرسشنامه صورت گرفت. مقیاس‌های جمع مداری - فردمداری (تریانیدیس و همکاران، ۱۹۸۸)، حرمت خود جمعی کراکر و لاتنن. حرمت خود فردی روزنبرگ (۱۹۶۵) و فرم تجدید نظر شده رضایتمندی زندگی کلی (پاوت و داینر، ۱۹۹۳) برای سنجش بعد شناختی بهزیستی و پرسشنامه عاطفه مثبت و عاطفه منفی (واتسون، کلارک و تلجن، ۱۹۸۸) برای بررسی بعد عاطفی بهزیستی (خشنودی) به کار گرفته شد. پیش از اجرای پرسشنامه راجع به اهداف پژوهش و شیوه پاسخگویی به پرسش‌ها توضیحاتی داده می‌شد. برای ارزیابی حرمت خود جمعی مطابق دستورالعمل مقیاس به آزمودنی‌ها گفته می‌شد عضویت‌شان را در یکی از گروه‌های انتسابی یا اکتسابی (برای نمونه، جنسیت،

رابطه مفهوم خود و سلامت روانی در فرهنگ شرق و غرب ۱۲۷

گروه تحصیلی، شغلی، علمی، هنری، اجتماعی و یا گروه‌های قومی، مذهبی و غیره) در نظر بگیرند. پایایی هر یک از آزمون‌ها نیز در یک مطالعه مقدماتی روی ۵۰ نفر از دانشجویان ارزیابی شد.

نتایج و یافته‌ها

جدول (۱) میانگین و انحراف استاندارد حرمت خود جمعی و خرده مقیاس‌های آن، حرمت خود فردی، بهزیستی شناختی، عواطف مثبت و منفی در دو گروه مورد مطالعه

متغیرها	میانگین (ایران)	انحراف استاندارد	میانگین (کانادا)	انحراف استاندارد	t	df	p
حرمت خود جمعی کلی ^۱	۸۷/۶۰	۱۲/۷۴	۸۳/۴۴	۱۵/۷۶	۱/۹۹	۱۵۸	P<۰/۰۵
حرمت خود جمعی عضویت ^۲	۲۱/۴۰	۴/۵۵	۲۱/۷۶	۴/۷۹	۰/۴۹	۱۵۸	P>۰/۰۵
حرمت خود جمعی شخصی ^۳	۲۲/۲۵	۴/۷۰	۲۲/۲۲	۵/۰۷	۰/۰۴	۱۵۸	P>۰/۰۵
حرمت خود جمعی عمومی ^۴	۲۳/۱۱	۳/۴۸	۲۱/۷۶	۴/۴۷	۲/۱۴	۱۵۸	P<۰/۰۵
اهمیت برای هویت ^۵	۲۰/۸۰	۴/۶۰	۱۸/۱۱	۵/۱۱	۳/۵۱	۱۵۸	P<۰/۰۰۱
حرمت خود فردی ^۶	۲۸/۸۰	۴/۹۵	۳۲/۰۸	۶/۱۱	۴/۲۲	۱۵۸	P<۰/۰۰۱
بهزیستی شناختی ^۷	۲۱/۵۵	۶/۵۴	۲۶/۰۷	۶/۱۴	۵/۰۲	۱۵۸	P<۰/۰۰۱
عاطفه مثبت	۳۴/۵۵	۶/۳۸	۳۶/۵۰	۶/۲۸	۲/۱۸	۱۵۸	P<۰/۰۵
عاطفه منفی	۲۲/۴۵	۸/۶۳	۲۲/۳۲	۷/۲۸	۰/۱۰	۱۵۸	P>۰/۰۵

^۱ - حرمت خود جمعی : شاخص ارزیابی مثبت فرد از هویت اجتماعی اش است (collective self – esteem) .

^۲ - حرمت خود جمعی عضویت : حدودی که افراد معتقدند عضو خوبی از گروه اجتماعی شان هستند (membership self-esteem) .

^۳ - حرمت خود جمعی شخصی : حدودی که افراد احساس مثبتی در مورد گروه‌های اجتماعی شان دارند

(private collective self –esteem).

^۴ - حرمت خود جمعی عمومی : حدودی که افراد معتقدند دیگران احساس مثبتی در باره گروه اجتماعی شان دارند (Public Collective

self –esteem).

^۵ - اهمیت برای هویت : حدودی که افراد معتقدند عضو خوبی از گروه اجتماعی شان هستند (important to identity)

^۶ - حرمت خود فردی: ارزیابی مثبت فرد از هویت فردی اش .

^۷ - رضایتمندی از زندگی

یافته‌های این پژوهش در میان جمعیت نمونه نشان داد که میانگین حرمت خود جمعی دانشجویان ایرانی بیشتر از کانادایی می‌باشد. همچنین میانگین خرده مقیاس‌های حرمت خود جمعی عمومی و اهمیت برای هویت در دانشجویان ایرانی بیشتر از دانشجویان کانادایی است. اما میانگین متغیرهای حرمت خود فردی، بهزیستی شناختی و عاطفی دانشجویان ایرانی کمتر از کانادایی‌ها است. در متغیر عاطفه منفی بین دو گروه تفاوتی مشاهده نشد.

جدول (۲) همبستگی بین فردمداری _ جمع مداری و خرده مقیاس های آن با حرمت خود فردی و جمعی، بهزیستی شناختی و عواطف مثبت و منفی در دختران ایرانی

عوامل آزمون	حرمت خود جمعی	حرمت خود فردی	بهزیستی شناختی	عاطفه منفی	عاطفه مثبت
فرد مداری	۰/۰۷	-۰/۰۲	-۰/۰۹	۰/۱۳	۰/۱۸
جمع مداری ^۱	۰/۴۰	۰/۱۷	۰/۲۸	-۰/۱۰	۰/۲۵
HC جمع گرایی افقی ^۲	۰/۴۰	۰/۲۴	۰/۲۱	-۰/۰۹	۰/۲۳
VI فردگرایی عمودی	۰/۰۳	-۰/۱۱	-۰/۱۶	۰/۲۹	۰/۱۳
VC جمع گرایی عمودی ^۳	۰/۳۳	۰/۰۹	۰/۳۹	-۰/۰۹	۰/۲۳
HI فردگرایی افقی	۰/۰۹	۰/۰۹	۰/۰۲	-۰/۰۹	۰/۱۸

نتایج جدول (۲) نشان می‌دهد که بین حرمت خود جمعی و جمع مداری همبستگی معنا داری وجود دارد. این رابطه بین خرده مقیاس‌های جمع مداری افقی و عمودی با حرمت خود جمعی دیده می‌شود. بین جمع مداری و بهزیستی شناختی نیز همبستگی معنادار بدست آمد. همچنین بین جمع مداری و عاطفه مثبت همبستگی

^۱ - اولویت دادن به خواسته‌های جمعی

^۲ - که بیانگر این تمایل فرهنگی است که خود به عنوان جزئی از جمع پذیرفته می‌شود و فرد خود را شبیهه دیگران می‌داند و روی هدف‌های مشترک با دیگران تکیه می‌کند

^۳ - بیانگر پیروی از هنجارهای درون گروهی و گذشتن از هدفهای شخصی به خاطر خواسته های درون گروه است.

رابطه مفهوم خود و سلامت روانی در فرهنگ شرق و غرب ۱۲۹

معنی دار است. نهایتاً اینکه بین فردگرایی عمودی که بیانگر نفع شخصی، رقابت و قدرت طلبی است و عاطفه منفی رابطه مثبتی وجود دارد.

جدول (۳) همبستگی بین فردمداری _ جمع مداری و خرده مقیاس های آن با حرمت خود فردی و جمعی، بهزیستی شناختی و عواطف مثبت و منفی در دختران کانادایی

عوامل آزمون	حرمت خود جمعی	حرمت خود فردی	بهزیستی شناختی	عاطفه منفی	عاطفه مثبت
فردمداری	-۰/۰۲	-۰/۱۰	-۰/۱۰	+۰/۰۸	+۰/۰۸
جمع مداری	+۰/۱۵	-۰/۰۰۲	+۰/۲۴	+۰/۰۳	+۰/۱۰
HC	+۰/۱۷	-۰/۰۵	+۰/۱۴	+۰/۱۱	+۰/۰۳
VI	-۰/۰۲	-۰/۱۱	-۰/۱۷	+۰/۰۸	+۰/۰۵
VC	+۰/۰۷	+۰/۰۴	+۰/۲۵	-۰/۰۴	+۰/۱۳
HI	-۰/۰۳	+۰/۰۰۲	+۰/۰۹	+۰/۰۲	+۰/۰۶

با توجه به نتایج جدول (۳) بین جمع مداری و بهزیستی شناختی همبستگی معناداری بدست آمد.

همچنین بین جمع مداری عمودی و بهزیستی شناختی رابطه وجود دارد.

جدول (۴) همبستگی حرمت خود فردی و جمعی و خرده مقیاسهای آن با بهزیستی شناختی و عواطف مثبت و منفی در دختران ایرانی

عوامل آزمون	حرمت خود فردی	بهزیستی شناختی	عاطفه منفی	عاطفه مثبت
حرمت خود جمعی	+۰/۵۱	+۰/۴۱	-۰/۳۳	+۰/۴۳
حرمت خود جمعی عضویت	+۰/۵۶	+۰/۳۵	-۰/۳۶	+۰/۳۸
حرمت خود جمعی شخصی	+۰/۳۸	+۰/۳۸	-۰/۳۷	+۰/۲۷
حرمت خود جمعی عمومی	+۰/۲۳	+۰/۲۴	-۰/۲۰	+۰/۳۸
اهمیت برای هویت	+۰/۳۰	+۰/۲۴	-۰/۰۴	+۰/۲۴
حرمت خود فردی	۱	+۰/۳۲	-۰/۴۷	+۰/۲۶

۱۳۰ پژوهش زنان، دوره ۴، شماره ۱ و ۲، بهار و تابستان ۱۳۸۵

براساس نتایج مندرج در جدول (۴) بین حرمت خود جمعی و حرمت خود فردی همبستگی معنادار وجود دارد. بین حرمت خود جمعی و بهزیستی شناختی، بین حرمت خود جمعی و عاطفه منفی و همچنین بین حرمت خود جمعی و عاطفه مثبت همبستگی معنی دار است.

جدول (۵) همبستگی حرمت خود فردی و جمعی و خرده مقیاس های آن با بهزیستی شناختی و عواطف مثبت و منفی در دختران کانادایی

عوامل آزمون	حرمت خود فردی	بهزیستی شناختی	عاطفه منفی	عاطفه مثبت
حرمت خود جمعی	۰/۰۷	۰/۱۷	-۰/۱۵	۰/۳۴
حرمت خود جمعی عضویت	۰/۱۹	۰/۲۸	-۰/۲۹	۰/۴۴
حرمت خود جمعی شخصی	۰/۰۷	۰/۱۴	-۰/۱۲	۰/۳۱
حرمت خود جمعی عمومی	۰/۰۴	۰/۱۷	-۰/۱۳	۰/۲۹
اهمیت برای هویت	-۰/۰۹	-۰/۰۴	۰/۰۵	۰/۰۷
حرمت خود فردی	۱	۰/۵۶	-۰/۶۲	۰/۵۸

نتایج جدول (۵) نشان می دهد که بین حرمت خود جمعی و عاطفه مثبت همبستگی معنادار است. بین حرمت خود فردی و بهزیستی شناختی نیز همبستگی معناداری بدست آمد.

بررسی فرضیات

فرضیه اول: سطح بهزیستی در دختران دانشجوی ایرانی متفاوت از دانشجویان دختر کانادایی است. نتایج جدول (۱) فرضیه اول را تایید می کند، یعنی سطح بهزیستی در دانشجویان دختر کانادایی بیشتر از دانشجویان دختر ایرانی است. نتیجه بدست آمده با نتایج بسیاری از تحقیقات بین فرهنگی انجام شده همخوانی دارد. داینر، برخی مطالعات نشان داده است که در کشور ژاپن که دارای فرهنگ جمع گرا است در مقایسه با کشورهای غربی که دارای فرهنگ فردگرا هستند، احساس رضایتمندی پائین تری گزارش شده است. آنها این چنین استدلال می کنند که فرهنگ های فردگرا از تجربه و ابراز هیجانات مثبت در افراد بیشتر

رابطه مفهوم خود و سلامت روانی در فرهنگ شرق و غرب ۱۳۱

حمایت می کنند در حالی که در فرهنگ‌های جمع‌گرا فشار گروهی، اجتماعی و خانوادگی مانعی برای بروز هیجانات مثبت فردی است، و این امر می‌تواند نقش مهمی در رضایتمندی افراد داشته باشد.

همچنین داینر و داینر، داینر، (۱۹۹۵) نشان دادند که در سطح فرهنگی همبستگی مثبتی بین فردگرایی و بهزیستی وجود دارد، اما در سطح فردی ممکن است این همبستگی منفی باشد. پژوهش آنها نشان داد بین ۳۱ کشوری که مورد بررسی قرار گرفتند، مردم کشورهای فقیر امتیازات نزدیک به متوسط یا کمی پایین‌تر از نقطه خنثی در بهزیستی نشان داده‌اند. در حالی که کشورهای ثروتمند که روی فردگرایی تأیید می‌کنند، دارای مردمی با بهزیستی بالا هستند. آنها اشاره می‌کنند حتی زمانی که درآمد به عنوان عاملی دخالت‌کننده کنترل می‌شود باز هم تفاوت‌های قابل توجه‌ای در بهزیستی کشورها مشاهده می‌شود.

در مطالعه دیگری که اینگلهارت روی ۶۴ کشور انجام داد. میزان رضایتمندی زندگی در بین مردم این کشورها مورد اندازه‌گیری قرار گرفت. روی یک مقیاس ۱۰ درجه‌ای که از عدم رضایت تا رضایت کامل رتبه‌بندی شده بود، میانگین رضایتمندی زندگی مردم آمریکا ۷/۷ درجه بندی شد که بیانگر رضایتمندی نسبتاً بالایی است. اما در میان ۶۴ کشور، دامنه میانگین‌ها از ۳/۷ تا ۸/۲ متغیر بود. به اعتقاد اینگلهارت این پراکندگی وسیع بین میانگین‌ها، به نظر می‌رسد به وسیله تفاوت‌های فرهنگی بین ملل گوناگون بیشتر قابل توجیه باشد تا عوامل ژنتیکی.

با توجه به یافته‌های پژوهش‌های میان فرهنگی که تاکنون بدست آمده و همچنین نتیجه‌ای که در این پژوهش بدست آمد، در تحلیل این یافته‌ها می‌توان به عوامل افزایش دهنده و کاهش دهنده بهزیستی درونی در سطح فرهنگی اشاره نمود.

فرضیه دوم: بین جمع‌مداری و بهزیستی رابطه مثبت وجود دارد.

نتایج جدول (۲) همبستگی جمع‌مداری و بهزیستی شناختی را در دانشجویان ایرانی نشان می‌دهد ($p < 0/01$ ، $r = 0/28$)، همچنین رابطه جمع‌مداری و بهزیستی عاطفی معنادار می‌باشد ($p < 0/05$ ، $r = 0/25$). در دختران دانشجوی کانادایی فقط بین جمع‌مداری و بهزیستی شناختی رابطه معنی‌داری است ($r = 0/24$ ، $p < 0/05$). اما بین جمع‌مداری و بهزیستی عاطفی رابطه معناداری دیده نشد. نکته جالبی که در این پژوهش مشاهده شد رابطه خرده‌مقیاس‌های جمع‌مداری با حرمت خود و بهزیستی در دانشجویان ایرانی است خرده

مقیاس جمع‌گرایی افقی (HC) (که بیانگر این تمایل فرهنگی است که خود به عنوان جزئی از جمع پذیرفته می‌باشد و فرد خود را شبیه دیگران می‌داند و روی هدف‌های مشترک با دیگران تکیه می‌کند). با حرمت خود جمعی و با حرمت خود فردی دارای رابطه است $p < 0.01$ به ترتیب ($r = 0.40$ ، $r = 0.24$) همچنین خرده مقیاس جمع‌گرایی عمودی (VC) (بیانگر پیروی از هنجارهای درون‌گروهی و گذشتن از هدف‌های شخصی به خاطر خواسته‌های درون‌گروه است). با حرمت خود جمعی و با بهزیستی شناختی همبستگی دارد ($p < 0.01$ به ترتیب $r = 0.33$ ، $r = 0.29$) جالب اینکه خرده مقیاس فردمداری عمودی که تمایل فرهنگی رقابت‌جویی و قدرت‌طلبی را نشان می‌دهد با عاطفه منفی همبستگی مثبت دارد ($p < 0.01$ ، $r = 0.29$). بنابراین می‌توان نتیجه گرفت که این ویژگی فرهنگی در جامعه جمع‌گرای ایرانی سبب کاهش بهزیستی می‌شود. نتایج این پژوهش با بسیاری از مطالعات مطابقت دارد. تربان‌دیس و همکارانش (۱۹۸۸) نظریه‌ای دربارهٔ رابطه بین تمایلات قوی فردی به سوی جهت‌یابی جمعی و بهداشت روانی مطرح ساختند. آنها معتقدند تمایلات فرهنگی جمع‌مداری در مقابل فردمداری با خوشی^۱ و نشاط ارتباط دارد. آنها فرض کردند که چون افراد در فرهنگ‌های جمع‌گرا، مقابله جمعی بیشتری تجربه می‌کنند و رقابت کمتر و ثبات بالاتری در روابط بین فردی دارند بنابراین علائم کمتری از استرس و درجات پائین‌تری از بیماری‌های مربوط به استرس را نسبت به افراد در فرهنگ فردگرا نشان می‌دهند.

داینر داینر، (۱۹۹۵) ادعا کردند که برای اشخاص در فرهنگ‌های جمع‌گرا، ممکن است سلامت روانی بیشتر از عضویت‌های درون‌گروهی سرچشمه گیرد. سین‌ها و ورما (۱۹۹۴) نیز نشان دادند که در دانش‌آموزان هندی، جمع‌مداری به‌طور مثبتی با سلامت روانی ارتباط داشته است.

در مطالعه تریان‌دیس و همکارانش (۱۹۸۸) یافته‌ها نشان داد که در درون آمریکا، کسانی که تمایلات جمع‌مدارانه بیشتری داشتند نسبت به آنهايي که کمتر جمع‌مدار بودند، تنهائي کمتری داشتند و نمرات آنها در آزمون هنجار گسیختگی و از خود بیگانگی پائین بود.

در مطالعه‌ای که بتنکورت و دور (۱۹۹۷) انجام دادند، رابطه بین جمع‌مداری و بهزیستی در بین دانشجویان آمریکایی تأیید شد. یعنی کسانی که تمایلات جمع‌مدارانه‌ای نسبت به زندگی داشتند سطح

¹ -Wellness.

رابطه مفهوم خود و سلامت روانی در فرهنگ شرق و غرب ۱۳۳

بالا تری از بهزیستی درونی مثبت را تجربه می کردند و افرادی که تمایلات فرد مدارانه ای نسبت به زندگی داشتند سطح بالاتری از بهزیستی مثبت را تجربه می کردند و افرادی که تمایلات فرد مدارانه بیشتری داشتند، سطح پائین تری از بهزیستی را گزارش کردند.

رده کرشمین و چن دریافتند که هندی ها جمع مدار هستند و تفاوتی بین هدف های شخصی خود و هدف های والدینشان نمی بینند، در حالی که آمریکایی ها فرد مدار هستند و بین هدف های شخصی خود و والدینشان تمایز قائل هستند و رسیدن به هدف های شخصی را مهمتر می دانند. در بین هندی ها کسانی که هدف های والدین را مهم نمی شمارند بهزیستی درونی پائینی داشتند در حالی که در آمریکا، بهزیستی پائین زمانی که بین اهداف شخصی و اهداف والدینی اختلاف وجود داشت، اتفاق می افتاد.

سوه و داینر دریافتند که منبع نیرومند بهزیستی درونی برای جمع گراها، تأییدی است که آنها از دیگران، همچون والدینشان دریافت می کنند. نتایج نشان می دهد که تأیید برای جمع مدارها بیش از فردمدارها است. فرضیه سوم: بین جمع مداری و حرمت خود جمعی رابطه وجود دارد.

نتایج جدول (۲) نشان می دهد که در دختران ایرانی بین جمع مداری و حرمت خود جمعی همبستگی معنی دار است ($r=0/40$ ، $p<0/01$) و خرده مقیاس جمع گرایی افقی (HC) با حرمت خود جمعی رابطه معنادار نشان داد ($r=0/40$ ، $p<0/01$) همچنین خرده مقیاس جمع گرایی عمودی (VC) با حرمت خود جمعی و با بهزیستی شناختی همبستگی دارد $p<0/01$ به ترتیب ($r=0/33$ ، $r=0/29$) نتایج بدست آمده در پژوهش کراکر و لاتن (۱۹۹۵) و بتنکورت و دور (۱۹۹۷) هماهنگی دارد. مطالعات آنها نشان داد جمع مداری تعدیل کننده رابطه بین حرمت خود جمعی و سلامت روانی است. این پژوهش نشان داد که در دانشجویان کانادایی تمایلات جمعی در احساس خود ارزشمندی نقشی نداشته است.

فرضیه چهارم: تفاوت در رابطه بین حرمت خود جمعی و بهزیستی در دانشجویان دو گروه مطالعه وجود دارد.

حرمت خود جمعی با بهزیستی شناختی و با بهزیستی عاطفی در دختران ایرانی همبستگی داشت $p<0/01$ به ترتیب ($r=0/41$ ، $r=0/43$) اما در دختران کانادایی حرمت خود جمعی فقط با بهزیستی عاطفی همبستگی دارد به ترتیب ($r=0/34$ ، $p<0/01$). بر این اساس تفاوت رابطه بین حرمت خود جمعی و

۱۳۴ پژوهش زنان، دوره ۴، شماره ۱ و ۲، بهار و تابستان ۱۳۸۵

بهبودی شناختی در دانشجویان دو گروه مطالعه بوسیله آزمون معنادار بودن تفاوت ضرایب همبستگی در نمونه‌های مستقل با استفاده از جدول ZI فیشر مورد بررسی قرار گرفت. مطابق نتایج بدست آمده رابطه بین حرمت خود جمعی و بهبودی شناختی در دو گروه تفاوت معناداری مشاهده می‌شود. بلاین، کراکر (۱۹۹۵) و لاتن، کراکر، بلای و برودنکس (۱۹۹۴) مستقیماً رابطه بین ارزیابی‌های افراد از عضویت‌های گروهی‌شان (حرمت خود جمعی) و سطح رضایتمندی زندگی و سازگاری روانی‌شان را بررسی کردند. آنها دریافتند که حرمت خود جمعی به‌ویژه در اعضاء گروه‌های قومی اقلیت با سلامت روانی ارتباط دارد. هانکل و بروان (۱۹۹۰) با استفاده از ساختار هویت اجتماعی، مطرح کردند که فرایندهای هویت اجتماعی برای درک جمع‌گرایی و جمع‌مداری اهمیت دارند. آنها پیشنهاد کردند که ارزیابی درون گروهی به‌طور خاصی برای فرهنگ‌های جمع‌گرا و افراد جمع‌مدار مهم و با معنی است. به اعتقاد آنها رابطه بالقوه بین جمع‌مداری و بهبودی ممکن است به وسیله ارزیابی مثبت افراد از هویت اجتماعی‌شان تعدیل شود (بتنکروت و دور، ۱۹۹۷).

با توجه به نتایج پژوهش‌های انجام شده به طور کلی تأکید روی اهمیت دادن به درون گروه‌ها و بهاء دادن به آنها، به نظر می‌رسد نقش اساسی در تجربه درونی مثبت ایفاء می‌کند. به‌علاوه افرادی که به درون گروه‌شان بیشتر توجه می‌کنند، خودشان را به‌طور مثبت‌تری ارزیابی می‌کنند و شاید این ارزیابی‌های مثبت، تا حدودی سبب افزایش رضایتمندی و خشنودی افراد شود. یافته‌های این پژوهش نیز نتایج بدست آمده از پژوهش‌های پیشین را تأیید می‌کند.

فرضیه پنجم: تفاوت در رابطه بین حرمت خود فردی و بهبودی در دانشجویان دو گروه مطالعه وجود دارد: تفاوت‌های فرهنگی در رابطه بین حرمت خود فردی با بهبودی اثر گذار است. در رابطه بین حرمت خود فردی و بهبودی شناختی در دو گروه تفاوت معناداری مشاهده می‌شود. همچنین در رابطه بین حرمت خود فردی و بهبودی عاطفی در دانشجویان دختر ایرانی و کانادایی نیز تفاوت معناداری مشاهده می‌شود. تعجب‌آور نیست که حرمت خود یک پیش‌بینی کننده قوی از سلامت روانی در میان مردمان آمریکای شمالی است (لوکس، دانیر و سوه ۱۹۹۶). اگرچه یافته‌های بین فرهنگی اخیر نشان می‌دهد که نیرومندی رابطه بین حرمت خود و سلامت روانی در بین فرهنگ‌ها به‌طور قابل ملاحظه‌ای متفاوت است. دانیر و دانیر

رابطه مفهوم خود و سلامت روانی در فرهنگ شرق و غرب ۱۳۵

(۱۹۹۵) دریافتند رضایتمندی زندگی به طور مثبتی با حرمت خود در بین همه ۳۱ ملیتی که مورد آزمون ایشان قرار گرفته‌اند، همبستگی نشان داده‌است، اما اساساً میزان این همبستگی بین ملیت‌ها متفاوت است. برای نمونه، حرمت خود و رضایتمندی زندگی در نمونه‌هایی از آمریکا و کانادا ۰/۶۰ همبستگی نشان داده در حالیکه در میان هندی‌ها فقط ۰/۰۸ و در میان زنان بحرین ۰/۲۷ همبستگی وجود داشته‌است. بر اساس نتایج بدست آمده، فردگرایی ملیت‌ها ۰/۵۳ با میزان ارتباط بین حرمت خود و رضایتمندی زندگی همبستگی داشت. بنابراین حرمت خود، رضایتمندی زندگی را به‌طور قویتری در جوامع فردگرا نسبت به جمع‌گرا پیش‌بینی می‌کند (دانیس، ۲۰۰۰). دانیس (۲۰۰۰) گزارش می‌دهد که در کشورهای پیشرفته همبستگی بین حرمت خود و بهزیستی حدود ۰/۶۵ است، در حالیکه در کشورهای کمتر توسعه یافته حدود ۰/۱۵ است.

بحث و نتیجه گیری

به نظر می‌رسد دوست داشتن خود، دارویی برای بیشتر مشکلات روانی در فرهنگ آمریکای شمالی باشد. افرادی که حرمت خود بالایی دارند قادرند معنای زندگی‌شان را بیشتر دریابند و به‌طور موفقیت‌آمیزتری اضطراب را دفع کنند و نسبت به آنهایی که دید منفی راجع به خودشان دارند کمتر تحت تأثیر خلق منفی قرار گیرند.

به‌همین علت نظریه‌های غربی سلامت روانی اساساً روی مفهوم خود فردیت یافته بنا شده است. معمولاً در آمریکای شمالی ویژگی‌های روانی همچون خود شکوفایی و خود مختاری همراه با بهداشت روانی تداعی می‌شود. این ویژگی‌ها صفات و ویژگی‌های شخصی افراد مستقل و متکی به خود یعنی کسانی که قادر به فراتر رفتن از نفوذ دیگران و جامعه هستند را نشان می‌دهد.

در مقابل در شرق، شخص در ارتباط با دیگران موجودیت می‌یابد، فرد به عنوان موجودی که اساساً دارای تمایلات اجتماعی است و به‌طور جدایی ناپذیری با دیگران بوسیله روابط عاطفی پیوند می‌خورد تلقی می‌شود. همانگونه که پیشتر اشاره شد، چنین فرض‌های فرهنگی از «خود» به‌طور اجتناب ناپذیری در مفاهیم سلامت روانی گنجانیده شده‌است. مطابق با فهرست ویژگی‌های روانی غربی خود فردیت یافته اهمیت بیشتری دارد، به‌نظر می‌رسد این امر اهمیت کمتری در تعیین سلامت روانی اعضاء فرهنگ شرق داشته باشد (سوه، به نقل از دانیس، ۲۰۰۰).

۱۳۶ پژوهش زنان، دوره ۴، شماره ۱ و ۲، بهار و تابستان ۱۳۸۵

کاربرد فراوان راهبردهای شناختی خود- خدمت‌گذاری دلالت بر این دارد که اعضاء فرهنگ فردگرا مقدار قابل ملاحظه‌ای از تلاش‌شان را صرف متقاعد کردن خود و دیگران، در اینکه آنها شاد هستند، اعتماد به خود دارند و کنترل کامل زندگی را در دست دارند می‌کنند.

برای درک اینکه چرا تفاوت‌های فرهنگی در بهزیستی و خودنگری مثبت اتفاق می‌افتد، بررسی راهبردهای شناختی که ممکن است در هماهنگی با عوامل انگیزشی عمل کنند، ضروری است. اساساً تمایلات خود ارزیابی خود محورانه‌ای برای بیان خود نگری مثبت اغراق گونه در مردم شمال آمریکا دیده می‌شود. براساس مطالعات دانینگ ۱۹۹۳، دانینگ، می‌یز ۱۹۹۶ بیشتر مردم خودشان را در بسیاری از ابعاد "بالاتر از متوسط" می‌بینند و پاسخگویی به سئوالات آزمون براساس قرارداد خود در یک قالب خیلی مثبت، صورت می‌گیرد. دانینگ، می‌یر، هلزبرگ (۱۹۸۹) در پژوهش خود به وضوح رابطه بین تمایل فرد محوری و خودنگری مثبت را نشان دادند.

مطالعات نشان می‌دهد که یک تمایل قوی در میان مردم شمال آمریکا برای سازگار کردن ارزیابی‌های خود برحسب حفظ کردن یا تقویت کردن خودنگری مثبت از خودشان، وجود دارد. ارزیابی خود بر اساس استانداردهای درونی به جای اطلاعات عینی بیرونی (مقایسه با دیگران) انجام می‌گیرد. احتمال دارد که سلامت روانی که توسط مردم شمال آمریکا گزارش می‌شود بیشتر به احساسات مثبت خود از پیش تعیین شده، متکی باشد، تا به اطلاعات بیرونی عینی که مستلزم بررسی دقیق هستند.

لی، سوه و داینر (۱۹۹۹) معتقدند، خود ادراکی افراد جمع‌گرا کمتر تحت تأثیر معیارهای درونی است. در فرهنگ شرقی "من به نظر دیگران چگونه هستم؟" مهمتر از "من چگونه فکر می‌کنم؟" است. در این جوامع اجتماعی بودن و جمعی فکر کردن به جای تکیه بر تصورات ذهنی خود، مرکز توجه است. در حالی که فرهنگ آمریکای شمالی، اعضاء خود را برای تمرکز بیشتر روی دلایل شخصی، یعنی چرا آنها باید احساس مثبت درباره خود داشته باشند، تربیت می‌کند. بنابراین به نظر می‌رسد که چنین دلایل انگیزشی گزارش‌های سلامت روانی اعضاء فرهنگ آمریکای شمالی را بالا می‌برد و میانگین بهزیستی را بیشتر نشان می‌دهد.

نتایج بدست آمده از این پژوهش نشان داد که در دختران دانشجوی ایرانی تمایلات جمعی نقش مهمی در شکل‌گیری خود و سلامت روانی دارد. یافته‌های بدست آمده با نتایج پژوهش‌هایی که در کشورهای

رابطه مفهوم خود و سلامت روانی در فرهنگ شرق و غرب ۱۳۷

جمع‌گرا صورت گرفته همخوانی دارد. یعنی در کشورهای جمع‌گرا، جهت‌یابی جمعی به دلیل برخورداری از تأیید اجتماعی، حمایت اجتماعی، رقابت کمتر، ثبات بیشتر در روابط درون فردی و مقابله جمعی باعث کاهش استرس می‌شود که به دنبال آن افزایش بهزیستی مثبت را منجر می‌شود.

از سوی دیگر نتایج بدست آمده از دختران دانشجوی کانادایی اگرچه وجود رابطه معتبر بین جمع‌مداری و بهزیستی شناختی را نشان می‌دهد. اما حرمت خود فردی در مقایسه با ایرانی‌ها نقش کلیدی بیشتری در سلامت روانی آنها ایفا می‌کند. این نتایج با یافته‌های سوه (۲۰۰۰) که پیشنهاد می‌کند حرمت خود فردی و ثبات هویت، پیش‌بینی‌کننده ضعیفی از بهزیستی در فرهنگ‌های جمع‌گرا نسبت به فردگراست و همچنین با یافته‌های مطالعه داینر و داینر (۱۹۹۵) که نشان دادند حرمت خود و رضایتمندی در کشورهای توسعه یافته (آمریکا و کانادا) ۰/۶۰ و در کشورهای در حال توسعه ۰/۱۵ است (به عنوان مثال در هندی‌ها فقط ۰/۰۸ و در میان زنان بحرینی ۰/۲۷ همبستگی وجود داشته است) نسبتاً هماهنگ است. نیاز به تعلق و احساس ارزشمندی حاصل از آن (حرمت به خود جمعی) نقش مهمی در تعیین بهزیستی و سلامت روانی دانشجویان ایرانی دارد.

منابع :

تریان‌دیس، هری. س (۱۹۹۴)، فرهنگ و رفتار اجتماعی، (نصرت فتی، ۱۳۷۸)، نشر رسانه، چ ۱.

محسنی، نیک‌چهره (۱۳۷۵)، ادراک خود از کودکی تا بزرگسالی، انتشارات بعثت، چ ۱.

Bettencourt, B. A., and Dpr, N. (1997). "Collective Self-Esteem as a Mediator of the Relationship between Allocentrism and Subjective Well-being". *Personality and social psychology Bulletin* 23:955-64.

Diener, E., Diener, M., and Diener, C. (1995). "Factors Predicting the Subjective Well-being of Nations". *Journal of personality and social psychology* 69: 851-64.

Diener, E. Suh, E. and Oishi, S. (1997). "Recent Findings on Subjective Well-being". *Indian Journal of clinical psychology*. March, 1997.

Diener, E. Seligmen. M. E. P. (2002). "Very Happy People". *Psychological Science*, 13, 80-83.

- Diener, E. Suh, E. M.** (2000). *"Culture and Subjective Well-being"*. Cambridge, MA: MIT Press.
- Diner, E. Oishi, S., Lucac, R.E.** (2000). *"Personality, Culture, and Subjective Well-being"*: Emotional Annual Review of psychology, 2000, 54, 403-425.
- Inglehart, R.** (2000). *"Genes, Culture, Democracy and Happiness. In Culture and Subjective Well being"*. Diener and suh. Cambridge and London. The MIT Press, 2000.
- Kwan, V.S.Y., Bond, M. H., and singlise, T.M.,** (1997). *"Pancultural Explanations for Life Statisfaction: Adding Relationship Harmong to Self-esteem"*. Journal of personality and social psychology 73: 1038-51.
- Lucase, R., Diener, E., and suh, E.** (1996). *"Discriminant Validity of Subjective Well-Being Measures"*. Journal of personality and social psychology 73:1141-57.
- Luhtanen, R. & crocker, J.** (1992). *"A Collective Self-Esteem Scale: Self-Evaluation of one's social identity"*, the society for personality and social psychology, Vol. 18 No.3, 302- 318.
- Myers, D. G. Diener. E.**(1995). *"Who is Happy?"* Psychological Science. Vol. 6. 10-19.
- Oishi, S.** (2000). *"Goals as Cornerstones of Subjective Well-being: Linking Individuals and Cultures"*. Diener and suh. Cambriadgee and London the MIT Press, 2000.
- Oishi, S., Diener, E., Lucas, R. E., and suh, E.** (1999). *"Cross-Cultural Variations in Predictors of Life Satisfaction: Goal Based Approach"*. Personality and social psychology Bwletin 25: 980-90.
- Pavot, W. & Diener, Ed.** (1993). *"Review of the Satisfaction with Life Scale"*. Psychological Assessment Vol. 5, No, 2, 164-172.
- Rosenberg, M.** (1965). *"Society and Adolescent Self-image Princeton"*, NJ: Princeton University Press.
- Sinha, J. P., and Verma, J.** (1994). *"Social Support as a Moderator of the Relationship between Allocentrism and Psychological Well-being"*. Cross-Cultural Research and Methodology, Vol. 18. Thousand Oaks, CA: Sage.

رابطه مفهوم خود و سلامت روانی در فرهنگ شرق و غرب ۱۳۹

Suh, E., & Diener, E. & Oishi, S. and Triandis, H. C. (1998). "*The Shifting Basis of Life Satisfaction Judgments across Cultures: Emotions versus Norms*". Journal of personality and social psychology 74: 482-93.

Suh, E. M. (2000). "*Self, the Hyphen between Culture and Subjective Well-being*". Diener and suh. Cambridge and London the MIT Press, 2000.

Triandis, H. C. Gelfand . M. J. (1998). "*Converging Measurement of Horizontal and Vertical Individualism and Collectivism*". Journal of personality and social psychology. Vol. 74. No.1, 118-128.

Triandis, H. & chen, D. K-S & chan, X. P. (1998). "*Scenarios for the Measurement of Collectivism and Individualism*". Journal of cross- cultural psychology. Vol, 29. No. 2, 275-289.

Triandis, H . C. (2000). "*Cultural Syndromes and Subjective Well-being*". Diener and suh. Cambridge and London. The MIT Press, 2000.

Triandis, H. C. (1994). "*Culture and social behavior*". New York: MCGraw-Hill.

Triandis, H. C. Bontempo, R. & Villareal, M. Lucca, N. (1988). "*Individualism and Collectivism: Cross-Cultural Perspectives on Self-in-group Relationships*", Journal of personality and social psychology, vol- 54. no. 2, 323-338.

Triandis, H. C. (1996). "*The psychological measurement of cultural syndromes*". American psychological Association. Inc. Vol. 51, no. 4, 407-415.

Watson, D. & clark, L. A & Tellegen, A. (1988). "*Development and Validation of Brief Measures of Positive and Negative Affect*": The PANAS Scales, Journal of personality and social psychology ,Vol.54,no.6,1063-1070 .