Shenakht Journal of Psychology and Psychiatry
Vol. 2/ No. 4/ Winter 2016
Page: 12-22

The Relationship between Self-Worth and Communication Styles and Marital Adjustment in Women

Parvin Mohammadi[1], Mokhtar Arefi[2*]

1. Department of Psychology and Counseling, Kermanshah Branch, Islamic Azad University, Kermanshah, Iran.
Department of Psychology and Counseling, Kermanshah Science and Research Branch, Islamic Azad University, Kermanshah, Iran.
2. Department of Psychology and Counseling, Kermanshah Branch, Islamic Azad University, Kermanshah, Iran.
(Author and correspondent: M.arefi@jauksh.ac.ir)
Department of Psychology and Counseling, Kermanshah Science and Research Branch, Islamic Azad University, Kermanshah, Iran.

Abstract

Introduction: One of the most important roles of the studies and researches conducted on the family and espousal relationships has been devoted to the marital adjustment. Different surveys and studied have found that various factors such as personal characteristics and communication skills have affected the quality of the marital adjustment a lot.

Objectives: The main purpose of the present study is to have a survey on the relationship between self-worth and communication styles and the marital adjustment.

Methodology: The present study is a correlational survey. Its subjects included 148 married women who were the parents of the children studying in the kindergartens and pre-school centers in Ghorveh in the year 1394.The sampling procedure was a cluster sampling method. In this survey three marital adjustment scales were used: Dyadic Adjustment Scale (1976), Contingencies Self-Worth Questionnaire (Crocker & Wolfe, 2003) and the Communication Style Questionnaire (Christenson & Sullaway, 1984).

Results: The results of the survey showed that there is no significant correlation between self-worth and marital adjustment in general but the external aspects of self-worth (scientific qualification and competency, competition and competitiveness, appearance and being approved by others) had a significant negative correlation with the marital adjustment. The results also indicated that there is significant correlation between communication styles and marital adjustment in a way that there was a significant positive correlation between the scores of the interactive constructive style and marital adjustment but there was a significant negative relationship between the scores of the avoidant style and demand/withdraw style and marital adjustment.

Conclusion: The results of the present survey show that the external self-worth has a significant negative effect on the marital adjustment. In addition, communication styles (interactive constructive communication) of women have significant positive effects on marital adjustment directly but avoidant style and demand/withdraw style have significant negative effects on the marital adjustment. Family counselors can actively involve themselves in instructing the mutual interactive constructive styles and try to reduce the effects of the external self-worth on the marital adjustment in their own treatments and interventions.

Key words: Self-worth, Communication Styles, Marital Adjustment, Women

[Downloaded from shenakht.muk.ac.ir on 2026-11-16]

[DOR: 20.1001.1.25886657.1394.2.4.5.3]

مجله روانشناسی و روان پزشکی شناخت
سال دوم، شماره ۴، زمستان ۱۳۹۴
صفحات: ۲۲-۱۱

رابطه خود ارزشمندی و سبک های ارتباطی با سازگاری زناشویی در زنان

پروین محمدی[۱]، مختار عارفی[۲*]

۱- گروه روانشناسی و مشاوره، واحد کرمانشاه، دانشگاه آزاد اسلامی، کرمانشاه، ایران.
گروه روانشناسی و مشاوره، واحد علوم و تحقیقات کرمانشاه، دانشگاه آزاد اسلامی، کرمانشاه، ایران.
۲- گروه روانشناسی و مشاوره، واحد کرمانشاه، دانشگاه آزاد اسلامی، کرمانشاه، ایران.
(نویسنده مسؤل: M.arefi@iauksh.ac.ir)
گروه روانشناسی و مشاوره، واحد علوم و تحقیقات کرمانشاه، دانشگاه آزاد اسلامی، کرمانشاه، ایران.

چکیده

مقدّمه: سازگاری زناشویی در مطالعه‌ی ارتباطات خانوادگی و زناشویی جایگاه برجسته‌ای را به خود اختصاص داده است. پژوهش‌های گوناگون عواملی ازقبیل ویژگی‌های شخصی و مهارت‌های ارتباطی را در کیفیت سازگاری زناشویی دخیل می‌دانند.

هدف: هدف اصلی پژوهش حاضر رابطه‌ی خودارزشمندی و سبک‌های ارتباطی با سازگاری زناشویی در زنان بود.

روش: مطالعه ی حاضر از نوع همبستگی است و نمونه‌ی پژوهش ۱۴۸ نفر(زن متأهّل) از والدین فرزندانی که در مراکز مهد کودک و پیش‌دبستانی شهرستان قروه در سال ۱۳۹۴ بودند. این نمونه به شیوه‌ی نمونه‌گیری خوشه‌ای انتخاب شدند.در این مطالعه از سه مقیاس سازگاری زناشویی اسپانیر،(۱۹۷۶)، پرسش‌نامه خودارزشمندی(کروکرولف،۲۰۰۳) و پرسش‌نامه‌ی سبک‌های ارتباطی(کریستنسن و سالاوی،۱۹۸۴) استفاده شد.

یافته‌ها: نتایج نشان داد بین خودارزشمندی به صورت کلّی و سازگاری زناشویی ارتباط معناداری وجود ندارد؛ امّا بین بُعد بیرونی خودارزشمندی(صلاحیت و شایستگی علمی، رقابت و سبقت جویی، ظاهر و تأیید دیگران) با سازگاری زناشویی رابطه‌ی معنادار و منفی وجود دارد. همچنین نتایج نشان داد بین سبک‌های ارتباطی و سازگاری زناشویی رابطه‌ی معنادار وجود دارد. به این صورت که بین نمرات سبک سازنده‌ی متقابل و سازگاری زناشویی رابطه‌ی معنی‌دار و مثبتی وجود دارد و بین سبک اجتنابی و سبک توقّع /کناره‌گیری با سازگاری زناشویی رابطه‌ی معنی‌دار و معکوس وجود دارد.

نتیجه‌گیری: نتایج پژوهش حاضر نشان داد بُعد بیرونی خودارزشمندی بر سازگاری زناشویی اثر منفی دارد. همچنین سبک‌های ارتباطی(سازنده‌ی متقابل) زنان به طور مستقیم بر سازگاری زناشویی اثر مثبت دارد و پیش‌بینی‌کننده‌ی سازگاری زناشویی بود. سبک اجتنابی و سبک توقّع/کناره‌گیری بر سازگاری زناشویی اثر منفی دارد. مشاوران خانواده می‌توانند آموزش سبک ارتباطی سازنده‌ی متقابل و تقلیل اثر بُعد بیرونی خودارزشمندی بر سازگاری زناشویی را آماج مداخلات درمانی خویش قراردهند.

کلید واژه‌ها: خودارزشمندی، سبک‌های ارتباطی، سازگاری زناشویی، زنان.

.

[Downloaded from shenakht.muk.ac.ir on 2026-11-16]

[DOR: 20.1001.1.25886657.1394.2.4.5.3]

مقدمه

ازدواج در همه‌ی جوامع یک نهاد مهم شمرده می‌شود و داشتن زندگی زناشویی موفّق تقریباً برای هر کسی یک هدف عمده و آرمانی به شمار می‌رود (میرز، ماداتیل، و تینگل[1]، ۲۰۰۵). از جمله متغیّرهای مورد بررسی در مطالعات خانواده، سازگاری زناشویی است. این اصطلاح با رضایت زناشویی، موفّقیت زناشویی و ثبات زناشویی مرتبط است. «سازگاری زناشویی شیوه‌هایی است که افراد متأهّل به‌طور فردی با یکدیگر، جهت تداوم ازدواج سازگار می‌شوند و یکی از مهم‌ترین فاکتورها در تعیین ثبات و تداوم زندگی زناشویی است» (گال[2]، ۲۰۰۱، به نقل از گل محمدیان و همکاران، ۱۳۹۲). سازگاری زناشویی جایگاه برجسته‌ای را در مطالعه‌ی ارتباطات خانوادگی و زناشویی به خود اختصاص داده است (اسپانیر، ۱۹۷۶). رضایت از ازدواج و سازگاری زناشویی در تداوم آن نقش مهمّی دارد؛ زیرا وجود ناسازگاری در روابط همسران به دشوار شدن وظایف والدینی (کامینگ [3]و اوریلی[4]، ۱۹۹۷)، کاهش میزان سلامت جسمانی و بهداشت روانی همسران (دمو[5] و آلان[6]، ۱۹۹۶؛ هورونیز[7]، هلن[8]، وسندرا[9]، ۱۹۹۷)، کم شدن میزان رضایت از زندگی (ناک[10]، ۱۹۹۵) و احساس تنهایی بیشتر (پیج[11] و گالن[12]۱۹۹۱) و اشکال در روابط (نیولون[13]، ۲۰۰۰) می‌انجامد (احمدی و همکاران، ۱۳۸۳). عزت نفس مرکز هستی تمام انسان‌هاست و برای یک زندگی آزاد امری حیاتی است (ستیر، ترجمه‌ی مرتاض، ۱۳۸۱). مفاهیم خودپنداره، عزت نفس و خودارزشمندی از مفاهیم مهم وکلیدی در نظریات و مطالعات خود محسوب می شود (وایلی[14]، ۱۹۸۹، بریوور و هیوستن[15]، ۲۰۰۳ و لایری و تانگنی[16]، ۲۰۰۵) و خودکارآمدی را هم می‌توان به آن افزود (چو[17] ، ۲۰۰۲، کوپرماینس و همکاران[18]، ۲۰۰۴، آیری[19]، ۲۰۰۸، دمارای[20]، مالکی، رویگر، براون و سامرز، ۲۰۰۹ و وایت [21]و همکاران، ۲۰۰۹ ، ترجمه زکی، ۱۳۹۱). خود ارزشمندی یکی از نتایج ناشی از بررسی و تحلیل تعامل بین ذهن، خود و شخصیت می‌باشد (دیمیتریو[22]، ۲۰۰۳). خودارزشمندی[23] به مثابه شاخص سازگاری روان شناختی و کارکرد مناسب اجتماعی تلقی می‌شود(زکی، ۱۳۹۱). خودارزشی مشروط[24] بیان‌کننده‌ی حوزه‌ای است که عزت نفس، به خاطر گذشته و ناتوانایی‌ها و نواقص تهدید می‌شود. در نتیجه، ممکن است افراد، به احتمال زیاد تمایلات و واکنش های منفی در حوزه‌هایی از وقایع آینده نشان دهند (کراکر و ولف[25]، ۲۰۰۱، ترجمه‌ی مرزبان و همکاران، ۱۳۹۲). مطالعات انجام شده در نظریه خودمختاری و نظریه وابستگی‌های ارزش خود نشان داده است که نوع حرمت خود نسبت به میزان حرمت خود تبیین‌کنندهٔ بهتری از رفتارهای افراد است (دسی و رایان، ۲۰۰۰؛ کراکر و همکاران، ۲۰۰۳ ترجمه‌ی سبزه آرای لنگرودی و همکاران، ۱۳۹۳). عزت نفس و خودارزشمندی زوج‌ها به معنای توانایی ارزش قایل شدن هر فرد برای خود و اینکه با خود به کرامت، عشق و واقعیت رفتار کند (ستیر[26]، ۱۹۸۸، به نقل از ابراهیمی، ۱۳۹۱) می‌تواند تأثیر بسزایی بر رضایت زناشویی داشته باشد. بر اساس یافته‌های کراکر و پارک (۲۰۰۴) موقعیتها و رفتارهای که خود ارزشی مشروط را ارضا می‌کنند، ترس‌ها و اضطراب را نیز مدیریت می‌کنند (مرزبان و همکاران، ۱۳۹۲). «خودارزشمندی موجب ارتقای سطح سلامت عمومی، خود تنظیمی، منبع انگیزش، کاهش افسردگی و اصلاح رفتار اجتماعی، چگونگی درست و مناسب مواجهه با حوادث و

1 . Myers., Madathil & Tingle
2 . Gale
3 . cumming
4 . Oreilly
5. Demo
6 . Alan
7. Horvit
8. Helene
9. Sandra
10. Nock
11. Page
12. Galen
13. Niolon
14 .Wylie
15. Brewer and Hewstone
16. Leary, and. Tangney
17. Chu
18. Kupermince, Blatt, Shahar, Henrich and Leadbeater
19. Eyre
20. Demaray, malecki, Rueger, Browna and Summers
21. Whit
22. Demetriou
23. Self - worth
24. Contingent self-worth
25.Crocker & Wolfe
26 . Satir

[Downloaded from shenakht.muk.ac.ir on 2026-11-16]
[DOR: 20.1001.1.25886657.1394.2.4.5.3]

وقایع روزمره‌ی زندگی بوده که در سطوح مختلف زندگی فردی، خانوادگی، آموزشی و اجتماعی اثرات خود را نمایان می‌کند» (کروکر، ۲۰۰۲ الف و کروکر، لاهتانن و سامرز، ۲۰۰۴ به نقل از زکی، ۱۳۹۱). موفّقیت در جامعه‌ی امروزی در گرو ارتباط کارآمد و اثربخش با محیط اجتماعی است. ارتباط با خود، دیگران و محیط اطراف خود، زمینه‌ی رشد و ارتقای نیازهای روانی، اجتماعی و غیره را فراهم می‌نماید مهارت‌های ارتباطی زوج‌های جوان در تمامی جنبه‌های زندگی مشترک آنها تأثیر شگرفی دارد. ویرجینیا ستیر به چهار الگوی جهانی پاسخ اشاره می‌کند که هر یک از ما برای فارغ شدن بر تهدید طرد از آن استفاده می‌کنیم که سبک پنجم " سبک همتراز" مثبت و واقعی می‌باشد (استوارت[1]، ۲۰۰۵ ترجمه‌ی نوابی نژاد و همکاران، ۱۳۸۸). مشکل نارضایتی از زندگی زناشویی، مهمترین دلیل مراجعه‌ی زوج‌ها به مراکز مشاوره است (ابراهیمی، ۱۳۹۱). گاتمن[2](۱۹۹۴) با توجّه به نوع الگوهای ارتباطی زوجین، به پیش‌بینی و وقوع طلاق می‌پردازد (ثناگویی و همکاران، ۱۳۹۰). سازگاری زناشویی بر کیفیت عملکرد والدینی، طول عمر، میزان سلامت، رضایت از زندگی، میزان احساس تنهایی، رشد و تربیت فرزندان، روابط اجتماعی و گرایش به انحرافات اجتماعی تأثیر دارد (احمدی و همکاران، ۱۳۸۴). «تفاوت‌های فردی و ثبات عزت نفس، در طیّ زمان ممکن است ناشی از تعامل خودارزشی مشروط، با وقایع باشد (کرنیس و ویشل[3]،۱۹۹۵، کراکر و همکاران،۲۰۰۲) به دلیل اینکه بی‌ثباتی عزت نفس با آسیب‌پذیری نسبت به افسردگی رابطه دارد، خودارزشی مشروط در ترکیب با وقایع مربوطه ممکن است که افزایش علامت‌های افسردگی را پیشگویی-کند» (کراکر و همکاران، ۲۰۰۲، ولف وکراکر، ۲۰۰۱ ، به نقل از مرزبان و همکاران، ۱۳۹۲). در خودارزشیابی مشروط بر هفت حوزه‌ی مهم توجّه می‌شود که بر منابع درونی و بیرونی متمرکز است و شامل صلاحیت و شایستگی[4] تحصیلی، شکست دیگران در رقابت[5]، تأیید دیگران[6]، حمایت و عشق خانوادگی[7]، ظاهر[8]، عشق به خدا[9]، تقوا و پاکدامنی[10] است.

روش بررسی

پژوهش حاضر باتوجّه به ماهیت موضوع و هدف آن، کاربردی و از نظر شیوه‌ی گردآوری داده‌ها از نوع همبستگی است. جامعه‌ی آماری در این پژوهش، تمام زنان۴۰-۲۰ سال، که طول مدّت ازدواج آنها۱۰-۱سال، و فرزندان آن‌ها در سال ۱۳۹۴ در مراکز مهدکودک و پیش دبستانی شهرستان قروه بودند. پس از اخذ مجوز، به اداره‌ی آموزش و پرورش و بهزیستی شهرستان قروه مراجعه و لیست تمام مراکز مهد کودک و پیش دبستانی گرفته شد. نمونه‌گیری از طریق تعیین نمونه‌ی متناسب با حجم و به شیوه‌ی خوشه ای انجام شد. برای انتخاب نمونه از ۱۲ مرکز، تعداد ۶ مهد و مرکز پیش دبستانی به طور تصادفی مشخّص شد. سپس با مراجعه و هماهنگی با مدیر مراکز، لیست تلفن مادرانی که واجد شرایط بودند (طول مدّت ازدواج، سن و اینکه قبلاً ازدواج دیگری نکرده و هم اکنون نیز در متارکه نبودند) گرفته شد و از آنها دعوت گردید به مراکز بیایند و در بین افرادی که داوطلب به همکاری بودند، ۱۴۸ نمونه تعیین و برای جلوگیری از ریزش احتمالی تعداد ۱۶۸ پرسشنامه توزیع گردید. بدین صورت که از هر مرکز به صورت تصادفی ۲۸ نفر مشخّص و پرسش‌نامه‌ها روی این افراد اجرا گردید و اطّلاعات آنها تجزیه و تحلیل شد.

برای جمع‌آوری اطّلاعات از سه ابزار زیر استفاده شد:

مقیاس وابستگی‌های ارزش خود [11] (CSWS):

مقیاس وابستگی‌های ارزش خود را کراکر و همکاران (۲۰۰۳) ساخته‌اند که شامل ۳۵ ماده بوده و پاسخ‌دهندگان می‌بایست در طیف لیکرت ۷ درجه‌ای (۱= شدیداً مخالف، ۷= شدیداً موافق) به عبارات پاسخ دهند (سبزه‌آرای

1 . Stewart
2. Gottman
3 .Kernis & Waschll
4 . Competencies

5 . Competition
6 . Approval From Generalized Others
7 . Family Support
8 . Appearance
9 . God s Love
10 . Virtue
11. Contingencies of self-worth scale

[Downloaded from shenakht.muk.ac.ir on 2026-11-16]

[DOR: 20.1001.1.25886657.1394.2.4.5.3]

لنگرودی و همکاران، ۱۳۹۳). زیر مقیاس‌های این مقیاس عبارتند از: بُعد درونی خودارزشمندی (حمایت و عشق خانوادگی، عشق به خدا، تقوا و پرهیزگاری) و بُعد بیرونی خودارزشمندی (صلاحیت و شایستگی علمی، رقابت و سبقت‌جویی، فیزیکی و ظاهری، تأیید دیگران). در مطالعه‌ی سارجنت و همکاران (۲۰۰۶) آلفای کرونباخ ۷ خرده مقیاس، بین۰/۷۸ تا ۰/۹۴ گزارش شده‌است. پایایی بازآزمایی خرده مقیاس‌ها نیز بعد از ۴ ماه فاصله، بین ۰/۷۸ تا ۰/۹۴ بود. نسخه‌ی انگلیسی این مقیاس بر طبق گزارش کراکر و همکاران (۲۰۰۳) روایی و پایایی و ساختار عاملی یکسان و ثابتی برای هر دو جنس دارد. زکی (۱۳۹۱) در پژوهشی نشان داد که هفت پاره مقیاس خودارزشمندی قابل تقلیل در دو عامل هستند و دو عامل مذکور را می‌توان خودارزشمندی درونی و خود ارزشمندی بیرونی نامید. رابطه‌ی معناداری بین خودارزشمندی و عزت نفس جمعی وجود دارد که معرّف روایی ابزار تحقیق می‌باشد علاوه بر آن تمامی گویه‌های مقیاس در چهار عامل قابل تقلیل هستند که بیانگر روایی سازه است. مقیاس خودارزشمندی دارای روایی و پایایی بسیار مطلوبی بوده و متناسب با فرهنگ ایران قابل استفاده می‌باشد. سبزه آرای لنگرودی و همکاران (۱۳۹۳) در پژوهشی نشان دادند شش عامل با ساختار داده‌ها برازش دارند، علاوه بر تأیید روایی همگرا و واگرای مقیاس، ضرایب آلفای کرونباخ نیز همسانی درونی مناسب مقیاس‌های عامل را نشان داد. همچنین مرزبان و همکاران (۱۳۹۲) در مطالعه‌ای نشان دادند مقیاس خود ارزشی مشروط در نمونه ایرانی روایی و پایایی مناسبی دارد و می‌توان در موارد آموزشی و درمانی از آن استفاده کرد.

پرسش‌نامه‌ی الگوهای ارتباطی کریستنسن و سالاوای[1] (CPQ): این پرسش‌نامه یک ابزار خودسنجی است که به منظور برآورد ارتباط زناشویی زوجین طرّاحی-شده‌است. CPQ از ۳۵ سؤال تشکیل شده است و رفتارهای زوجین را در طیّ سه مرحله تعارض زناشویی برآورد می-کند. زوجین هر رفتار را روی یک مقیاس ۹ درجه‌ای لیکرت که از ۱ (اصلاً امکان ندارد) تا ۹ (خیلی امکان دارد) تنظیم شده، درجه‌بندی می‌کنند. این پرسش‌نامه از سه خرده مقیاس تشکیل شده است: ارتباط توقّع/ کناره‌گیری، ارتباط سازنده‌ی متقابل و ارتباط اجتناب متقابل. ارتباط توقّع/کناره‌گیری خود از دو بخش تشکیل شده است: مرد توقّع/ زن کناره گیری و زن توقّع/ مرد کناره‌گیری. تحقیقات قبلی که از پرسش‌نامه‌ی CPQ استفاده نموده‌اند روایی و پایایی قابل قبولی را برای خرده مقیاس‌های مختلف آن فراهم نموده‌اند. در ایران عبادت پور (۱۳۷۹) پرسش-نامه‌ی فوق را هنجاریابی کرده و به منظور برآورد روایی پرسش‌نامه، همبستگی بین مقیاس‌های این پرسش‌نامه و پرسش‌نامه‌ی رضایت زناشویی ENRICH را به‌دست آورد.

مقیاس سازگاری زناشویی دو نفره اسپانیر[2]: این مقیاس شامل ۳۲ سؤال است که برای ارزیابی کیفیت زناشویی از نظر زن و شوهر، یا هر دو نفری که با هم زندگی می‌کنند به‌کار می‌رود. پاسخ‌دهی به ۳۲ سؤال این مقیاس به سبک لیکرت است. نمره‌ی کلّی این مقیاس از ۰ تا ۱۵۰ با جمع نمرات سؤال‌ها به‌دست می‌آید. اسپانیر (۱۹۷۶) اعتبار و روایی این مقیاس را در سطح نمرات کلّی ۹۶/. ؛ برای مقیاس‌های فرعی به ترتیب برای رضامندی دو نفره ۹۴/. ؛ برای توافق دو نفره ۹۰/.، برای همبستگی دو نفره ۸۶/. و برای ابراز محبت و عواطف در روابط دو نفره ۷۳/. تعیین کرد. در پژوهش ملازاده (۱۳۸۳) ضریب قابلیت اعتماد به روش بازآزمایی ۸۶/. به‌دست آمد و آلفای کرانباخ این پرسش‌نامه ۸۹/ تعیین شد. برای برآورد روایی با اجرای همزمان این پرسش‌نامه و پرسش‌نامه‌ی سازگاری زناشویی لاک والاس ضریب قابلیت اعتماد برای ۷۶ نفر از زوج‌های مشابه با زوج نمونه، ۹۰/. به‌دست‌آمد

یافته‌ها

بر اساس نتایج مندرج در جدول ۱ ، متغیّر سازگاری زوجین بیشترین انحراف معیار را در میان متغیّرها دارد که نشان دهنده‌ی پراکندگی بالای نمرات این متغیّر در میان

1 . Communication patterns Questionnair

2. Dyadic adjustment scale

[Downloaded from shenakht.muk.ac.ir on 2026-11-16]

[DOR: 20.1001.1.25886657.1394.2.4.5.3]

آزمودنیها است. کمترین انحراف معیار متعلّق به متغیّر سبک ارتباطی اجتنابی است که نشان‌دهنده‌ی پراکندگی پایین نمرات ارائه شده می‌باشد. داده‌های متغیّرهای اصلی در سطح اطمینان ۰/۹۵ از توزیع نرمال تبعیت می‌کنند.

جدول ۱: شاخص‌های توصیفی و بررسی نرمال بودن متغیرهای اصلی

	متغیر	تعداد	میانگین	انحراف استاندارد	آماره K-S	P_{K-S}
سازگاری زوجین		۱۴۸	۱۰۴/۹۲	۲۱/۳۸۹	۱/۳۲۱	۰/۰۶۱
	سازنده‌ی متقابل	۱۴۸	۴/۷۶	۱۱/۰۲۰	۰/۷۸۳	۰/۵۷۲
سبک های ارتباطی	اجتنابی	۱۴۸	۱۴/۱۴	۵/۵۶۹	۰/۷۲۹	۰/۶۶۳
	توقّع/ کناره‌گیری	۱۴۸	۲۸/۳۲	۱۰/۰۲۱	۱/۰۵۶	۰/۱۴۳
	بُعد درونی	۱۴۸	۸۳/۸۸	۸/۵۵۱	۰/۹۷۳	۰/۳۰۰
خود ارزشمندی	بُعد بیرونی	۱۴۸	۸۶/۲۲	۱۰/۸۴۴	۰/۶۴۸	۰/۷۹۴
	نمره‌ی کلّ	۱۴۸	۱۷۰/۱۰	۱۶/۰۵۳	۰/۷۸۹	۰/۵۶۱

نتایج مندرج در جدول ۲ همبستگی بین خودارزشمندی و سازگاری زوجین را در آزمودنی‌ها نشان‌می‌دهد، همان طور که مشاهده می‌گردد، بین بُعد بیرونی خودارزشمندی و متغیّر سازگاری زوجین رابطه‌ی معنادار و معکوس وجود دارد ($r = -۰/۲۳۵$). در حالی که همبستگی بین بُعد درونی خودارزشمندی و سازگاری زوجین (r=۰/۰۳۳) و نمره کلّ خودارزشمندی با سازگاری زوجین (r=-۰/۱۴۱) معنادار نیست.

جدول ۲: همبستگی بین خود ارزشمندی و سازگاری زوجین

متغیرها	سازگاری زوجین	بُعد درونی	بُعد بیرونی	نمره کلّ
سازگاری زوجین	۱			
بُعد درونی	۰/۰۳۳	۱		
بُعد بیرونی	-۰/۲۳۵**	۰/۳۶۱**	۱	
نمره‌ی کلّ	-۰/۱۴۱	۰/۷۷۷**	۰/۸۶۸**	۱

تعداد = ۱۴۸ ، * P≤۰/۰۵ و ** P≤۰/۰۱

نتایج مندرج در جدول ۳ همبستگی بین سبک‌های ارتباطی و سازگاری زوجین را در آزمودنی‌ها نشان می‌دهد. همان‌طور که مشاهده می‌گردد بین سبک سازنده‌ی متقابل و متغیّر سازگاری زوجین رابطه‌ی معنادار و مثبت وجود دارد. (r=۰/۵۹۴). همچنین بین سبک اجتنابی با سازگاری زوجین رابطه‌ی معنادار و معکوس وجود دارد (r=-۰/۱۷۳). و نیز بین سبک توقّع/ کناره‌گیری با سازگاری زوجین رابطه‌ی معنادار و معکوس وجود دارد ($r = -۰/۳۰۱$).

[Downloaded from shenakht.muk.ac.ir on 2026-11-16]

[DOR: 20.1001.1.25886657.1394.2.4.5.3]

جدول ۳: همبستگی بین سبک‌های ارتباطی و سازگاری زوجین

	سازگاری زوجین	سازنده‌ی متقابل	اجتنابی	سبک توقّع/ کناره‌گیری
سازگاری زوجین	۱			
سازنده‌ی متقابل	۰/۵۹۴**	۱		
اجتنابی	-۰/۱۷۳*	-۰/۳۳۲**	۱	
سبک توقّع/ کناره‌گیری	-۰/۳۰۱**	-۰/۳۷۸**	+۰/۳۶۳**	۱

تعداد = ۱۴۸ ، * P≤۰/۰۵ و ** P≤۰/۰۱

نتایج مندرج در جدول ۴ مدل رگرسیون بین سبک‌های ارتباطی و سازگاری زوجین را در آزمودنی‌ها نشان می‌دهد. همانطور که مشاهده می‌شود ضریب رگرسیون چندخطی معنادارست (p<۰/۰۰۱، F,=۷۹/۴۷ ، R^2 =۰/۳۵۲ ، R=۰/۵۹۴). بر این اساس، تنها یکی از مؤلّفه‌های سبک ارتباطی (سازنده‌ی متقابل) به عنوان پیش‌بینی‌کننده وارد تحلیل شده‌است. ضریب همبستگی چندگانه بین ترکیب خطّی متغیّر پیش‌بین و سازگاری ۰/۵۹ بود. که با توجّه به میزان R^2 این متغیّر به تنهایی ۰/۳۵ از واریانس مربوط به سازگاری زوجین را تبیین می‌کند. هم چنان که جدول نشان می‌دهد به ازای هر واحد افزایش در نمرات سبک سازنده، نمرات سازگاری ۰/۵۹ واحد افزایش می‌یابد.

جدول ۴: پیش‌بینی سازگاری زوجین بر اساس سبک‌های ارتباطی

	مدل						
	B	SE	β	P	R	R^2	F
سازگاری زوجین				۰/۰۰۱	۰/۵۹۴	۰/۳۵۲	۷۹/۴۷۲
ثابت مدل	۹۹/۴۳۰	۱/۵۴۷		۰/۰۰۱			
سبک سازنده‌ی متقابل	۱/۱۵۲	۰/۱۲۹	۰/۵۹۴	۰/۰۰۱			

بحث و نتیجه‌گیری

نتایج نشان داد بین بُعدکلّی خودارزشمندی وسازگاری زوجین رابطه‌ی معنادار وجود ندارد؛ درحالی‌که بین بُعد بیرونی خود ارزشمندی (صلاحیت و شایستگی علمی، رقابت و سبقت‌جویی، ظاهر و تأیید دیگران) با سازگاری زوجین رابطه‌ی معنادار و منفی وجود دارد. در تبیین این نتایج می‌توان گفت افراد در خودارزشی مشروط برای داشتن عزت نفس بالا و راضی‌کننده متفاوت هستند (مرزبان و همکاران، ۱۳۹۲). وابستگی‌های ارزش خود به حیطه‌هایی اشاره می‌کند که موفّق شدن یا شکست خوردن در آن حیطه-ها، چه به صورت واقعی و چه به صورت تصوّر شده، برای حرمت خود فرد ضروری و حیاتی است به‌طوری-که به دست آوردن موفّقیت در حیطه‌هایی که حرمت خود فرد به آنها وابسته است، باعث افزایش حرمت خود و شکست خوردن در آن حیطه‌ها، با کاهش حرمت خود فرد همراه است (کراکر و همکاران، ۲۰۰۳) و وابستگی‌های ارزش خود بیرونی هم به دلیل

[Downloaded from shenakht.muk.ac.ir on 2026-11-16]

[DOR: 20.1001.1.25886657.1394.2.4.5.3]

دشوارتر بودن تحقّق آنها و هم به دلیل این که با رفتارهای ناسالم بیش‌تری همراه هستند، نسبت به وابستگی‌های ارزش خود درونی پیامدهای منفی بیشتری به همراه دارند (پارک و کراکر، ۲۰۰۵، کراکر،۲۰۰۲، ترجمه‌ی سبزه آرای لنگرودی و همکاران، ۱۳۹۳). افراد برای دسترسی به موفقیت و اجتناب از نقص در حیطه‌هایی تلاش می‌کنند که خودارزشی آن‌ها مبتنی بر آن‌ها است (کارور[1] و همکاران، ۱۹۹۸، ترجمه‌ی مرزبان و همکاران، ۱۳۹۲). ابزار خود ارزشمندی و این که قابل تقلیل به دو بُعد درونی و بیرونی باشد تاکنون در ایران بر روی زوجین و زنان اجرا نگردیده و از این لحاظ مطالعاتی که از این پرسش‌نامه استفاده کرده باشد، یافت نشد. این در حالی است که ابراهیمی و اعتمادی(۱۳۹۲) در پژوهشی با عنوان «اثر بخشی آموزش گروهی خودارزشمندی بر اساس الگوی اعتباریابی انسان بر افزایش میزان رضایت زناشویی» نشان دادندکه این آموزش به طور معناداری ضمن کاهش تعارضات زناشویی، میزان رضایت زناشویی را افزایش داده است و همچنین اثر بخشی در زنان بیشتر می‌باشد. نتایج نشان داد بین سبک‌های ارتباطی و سازگاری زوجین رابطه‌ی معنادار وجود دارد. به این صورت که بین نمرات سبک سازنده‌ی متقابل و سازگاری زوجین رابطه‌ی معنادار و مثبتی وجود دارد. همچنین بین سبک اجتنابی و سبک توقّع/ کناره‌گیری با سازگاری زناشویی رابطه‌ی معنادار و معکوسی وجود دارد. این یافته‌ها هم‌سو با مطالعات عارفی، نوّابی‌نژاد، شفیع‌آبادی و کیامنش (۱۳۹۱)، عارفی و محسن‌زاده (۱۳۹۱)، زارعی و سرخونی (۱۳۹۱)، ابراهیمی؛ ثنایی و نظری (۱۳۹۰)، شعاعی کاظمی (۱۳۸۹)، لدبتر[2] (۲۰۰۹)، میلز[3] (۲۰۰۸)، بلانچرد (۲۰۰۸)، یالسین و کارهان[4] (۲۰۰۷) لویس و اسپانیر[5] (۱۹۷۹)، ویجر[6] (۲۰۰۵)، مارکمن[7]، ۱۹۹۱؛ اسمیت، یویان و اولری (۱۹۹۱)؛ گاتمن ۱۹۹۴، هوی و همکاران (۱۹۹۵)، شیلینگ و همکاران (۲۰۰۳) می‌باشد. در تبیین این نتایج می‌توان گفت ارتباط، بزرگ‌ترین عامل منفردی است که بر سلامت انسان و رابطه‌اش بر دیگران اثر می‌گذارد (ستیر، ترجمه‌ی بیرشک،۱۳۹۱). ارتباط روشن و مؤثّر بین افراد موجب رشد احساسات و ارزش‌ها می‌شود، ارتباط مؤثّر عامل زیربنایی خانواده‌ی سالم و موفّق است (غلامزاده و همکاران، ۱۳۸۸). پژوهش‌هایی با طرح های مقطعی و طولی ثابت‌کرده‌اند کیفیت ارتباط زوجین به طور پیوسته و معنادار با رضایت زناشویی رابطه دارد (کاریر و گاتمن، ۱۹۹۹ ؛ گاتمن و لونسون، ۱۹۹۲؛ راجی و برادبوری، ۱۹۹۹) نتایج این پژوهش‌ها حاکی از این است که زوج‌های ناشاد از فقدان مهارت‌هایی رنج می‌برند که مانع توانایی آنها در ارتباط مؤثّر می‌شود. نتایج به طور ویژه نشان می دهد زوج‌هایی که مهارت‌های لازم برای تنظیم ابراز عاطفی و ارتباط مؤثّر را کسب ننموده‌اند، در تعارضات، دفاعی برخورد کرده یا کناره می‌گیرند و چنین رفتارهایی به نوبه‌ی خود نارضایتی و زوال روابط زناشویی را به دنبال دارد. روابط زوج‌ها درواقع با هدف ارضای تمام سطوح نیازها صورت می‌گیرد، به همین دلیل است که شایع‌ترین مشکلاتی که زوج‌های ناراضی مطرح می‌کنند، موفق نبودن در برقراری ارتباط است (یانگ و لانگ، ۱۹۹۶ترجمه‌ی غلامزاده و همکاران، ۱۳۸۸). اگر زوجین به طور مناسب مهارت های ارتباطی و حل تعارض را کسب نکنند، تعارضات به طور کلامی سپس

1. Karver
2. Ledbatte
3. Mills

4. Yalcin & Karvhan
5. Lewis & Spanier
6. Wager
7.Markman

[Downloaded from shenakht.muk.ac.ir on 2026-11-16]

[DOR: 20.1001.1.25886657.1394.2.4.5.3]

به صورت رفتاری تداوم می‌یابد و تخریب تدریجی در سازگاری زوجین آغاز می‌شود (دوگلاس، فریژر و دوگلاس[1]، ۱۹۹۵، ترجمه‌ی مهرابی‌زاده هنرمند و همکاران، ۱۳۸۹). زارعی و سرخونی (۱۳۹۱) در پژوهشی نشان دادند که از بین سه خرده مقیاسهای مربوط به الگوی ارتباطی، خرده مقیاس ارتباط سازنده‌ی متقابل بیشترین مقدار پیش‌بینی را در واریانس متغیّر وابسته‌ی رضایت زناشویی دارد. همچنین عارفی و محسن‌زاده (۱۳۹۱) در پژوهشی نشان دادند که سه فرآیند تعاملی صمیمیت جنسی، مدیریت تعارض و ارتباط به‌طور مستقیم بر رضایت زناشویی اثر دارند. پژوهش شعاعی کاظمی (۱۳۸۹) نشان‌دهنده‌ی همبستگی مثبت و معنادار میان الگوی ارتباطی سازنده‌ی متقابل و خشنودی از پیوند زناشویی در زنان بود، یعنی هر چه پیوند سازنده و بدون سرزنش / اجتناب باشد، همسران به ویژه زنان از خشنودی بالاتری برخوردار خواهند بود. لدبتر (۲۰۰۹) نیز در مطالعات خود به این نتیجه رسید که ارتباط زناشویی کارآمد پیش‌بینی کننده‌ی قوی کیفیت زناشویی است. مطالعات میلز (۲۰۰۸) نشان می‌دهد، رفتار تقاضا/ کناره‌گیر پیش‌بینی‌کننده‌ی کاهش خشنودی زناشویی و در نتیجه جدایی است (انصاری مهر، ۱۳۹۳). پژوهش یالسین و کارهان (۲۰۰۷)، نشان داد که برنامه‌ی آموزش می‌تواند از طریق بهبود مهارت‌های ارتباطی، بر سطوح سازگاری زناشویی تأثیری مثبت داشته باشد و همچنین می تواند به اصطلاحات رفتاری دراز مدت در زوجین منجرشود (مهرابی‌زاده هنرمند و همکاران، ۱۳۸۹). لویس و اسپانیر (۱۹۷۹) با مرور پژوهش‌های سه دهه‌ی ۱۹۵۰ تا ۱۹۷۰ نتیجه‌گرفتند که مهارت‌های ارتباطی به طور مثبتی با کیفیت ازدواج مرتبط هستند. ویجر (۲۰۰۵) در مطالعه‌ای نشان داد زوجینی که الگوی ارتباطی متوقّع/ کناره‌گیر را در روابط خود به‌کار می‌گیرند معتقد بودند که توسّط همسرشان درک نمی‌شوند و احساس دوست نداشتنی بودن می‌کردند و رضایت زناشویی هم در مردان و هم در زنان پایین بود. پژوهش‌های بعد نظیر مارکمن، ۱۹۹۱؛ اسمیت، و یویان و اولری[2]، ۱۹۹۱؛ گاتمن، ۱۹۹۴) نشان دادند که الگوهای ارتباطی فعلی مدارک معتبری برای تمایز بین زوج‌های درمانده و غیردرمانده است. هوی[3] و همکاران (۱۹۹۵) در پژوهشی نشان‌دادند که الگوی مرد متوقّع/ زن کناره‌گیر با رضایت‌مندی زناشویی هر دو هم در زمان حال و هم در سال‌های آینده ارتباط دارد. در تحقیق دیگری شیلینگ[4] و همکاران (۲۰۰۳) نقش مهارت‌های ارتباطی در رابطه میان همسران را بررسی کردند. نتایج حاصل نشان‌داد الگوی ارتباطی اجتناب متقابل همسران سبب دوری زن و شوهر از گفت‌وگو درباره‌ی مشکل می‌شود و در نهایت با کاهش رضایت زناشویی همراه است (انصاری مهر،۱۳۹۳).

عدم کنترل عوامل تاثیرگذار در خانواده و سلامت خانواده‌ی اصلی، هوش و متغیّرهای محیطی، همچنین تعداد زیاد سؤالات پرسش‌نامه‌ها، به طولانی شدن زمان اجرای آن انجامیدکه بر میزان دقّت شرکت‌کنندگان بی‌تأثیر نبوده است. انجام این مطالعه در محیط پژوهش با محدودیت جغرافیایی و ویژگی‌های خاصّ فرهنگی-اجتماعی همراه بوده لذا در تعمیم نتایج بر سایر جوامع و محیط‌ها با ویژگی‌های متفاوت فرهنگی باید احتیاط نمود. همچنین باتوجّه به این که پژوهش حاضر از نوع همبستگی است، در تفسیر یافته‌ها لازم است با دقّت بیشتری به تبیین پرداخته شود. علی‌رغم این که پرسش-نامه‌ی خودارزشمندی در ایران اعتباریابی شده و مورد

1. Douglass, Frazier & Douglass

2 . Smith, Vivian, & O'Leary
3. Heavey
4. schilling

[Downloaded from shenakht.muk.ac.ir on 2026-11-16]

[DOR: 20.1001.1.25886657.1394.2.4.5.3]

تأیید می‌باشد، به دلیل ناشناخته بودن و عدم دسترسی آسان به این مقیاس، نیاز به جستجو و صرف وقت فراوان بوده است. پیشنهاد می‌شود که این پژوهش به صورت آزمایشی، با متغیّرهای دیگر و در سایر جوامع با فرهنگ‌های متفاوت نیز انجام شود. همچنین پژوهشگران در پژوهش‌های آتی از پرسش‌نامه‌ی خودارزشمندی استفاده کنند و نتایج را با پژوهش حاضر مقایسه نمایند. در صورت امکان فرم کوتاه‌شده-ای از پرسش‌نامه‌ی خودارزشمندی تهیه و هنجاریابی گردد. پیشنهاد می‌شود در تحقیقات آینده از سایر روش‌های جمع‌آوری داده‌ها نظیر مصاحبه‌های بالینی و... به منظور دریافت اطّلاعات معتبرتر و دقیق‌تر مخصوصاً برای افراد کم سواد استفاده و نتایج با پژوهش حاضر مقایسه گردد. و نیز پیشنهاد می‌شود برنامه ای مدوّن جهت آموزش مهارت‌های ارتباطی و خودارزشمندی به صورت کارگاه‌های آموزشی جهت تقلیل اثر بُعد بیرونی خودارزشمندی بر سازگاری زوجین و همین طور شناسایی سبک‌های ارتباطی زوجین و سعی در تغییر سبک‌های ارتباطی ناسالم از طریق آموزش، مشاوره و سایر مداخله‌های درمانی توسّط مشاوران و روان‌شناسان صورت‌گیرد. همچنین رسانه‌ها بخصوص صدا و سیما با استفاده از نتایج این تحقیق و تحقیقات مشابه، برنامه‌های متنوّع و پیوسته‌ای، جهت آموزش مهارت‌های ارتباطی صحیح و مؤثّر، برای تمام زوجین و اقشار مختلف جامعه در نظر بگیرند. علاوه براین می‌توان تدوین کتبی را در این زمینه برای تمام اقشار جامعه توسّط مشاوران، روان-شناسان، آموزش و پرورش و مراکز بهزیستی در نظرگرفت.

سپاسگزاری

پژوهشگران مراتب تشکّر و قدردانی خود را از اساتید بزرگوار جناب دکتر محسن گل محمدیان، لقمان ابراهیمی، محمد علی زکی، میلاد سبزه آرای لنگرودی و نیز کلیه‌ی شرکت‌کنندگان و افرادی که در این پژوهش یاریگر بوده اند، ابراز می‌دارد.

References

Ahmadi, kho. Ashteanie, A. Etemadie, A. mirzamani, S. (1383). The effect of life style changes on reducing maladaptation, Original Research Article.

Ahmadi,Kh; Fathi,A and Navabi Nezhad,Sh.(1384). A survey on the background mutual factors –Individual and Communicative Factors-influencing the marital adjustment. Family Studies Quarterly, Vol, 1. N, 3.

Ansari Mehr p. (1393). The relationship between early adverse schemes, style of love-making and couples communication patterns of marital quality, master thesis, university of Kermanshah.

Arefi, M. Mohsen zadeh, F. (1391). Attachment styles, marital interaction processes and marital satisfaction, structural equation model. Journal of counseling and psychotherapy. Vol, 2. N.3.

Arefi, M. Navabi nezhad, Sh. Shafe Abadi, A. kia manesh, A. (1391). The relationship between communication skills and conflict resolution with negative personality traits in couples in Kermanshah: Consultancy Research. Vol, 11. N.43.

Arefi, M. Mohsen zadeh, F. (1391). Predicting marital satisfaction based on sexual intimacy, Counseling and Psychotherapy Quarterly, Family and Divorce special edition. N.1.

Carr`ere, S., & Gottman, J. M. (1999). Predicting divorce among newlyweds from

[Downloaded from shenakht.muk.ac.ir on 2026-11-16]

[DOR: 20.1001.1.25886657.1394.2.4.5.3]

the first three minutes of a marital conflict discussion . Family Process, 38, 293– 301.

Cumming. E. M. & orally, A.W. (1997). Fathers in family context: Effect of marital quality on child adjustment. New York: Johan wily and sons.

Demetrious. A. (2003). Self, and Personality: Dynamic Interactions from late childhood to Early Adulthood, Journal of adult Development, V.10,N. 3:151-71.

Ebrahimi, L & Etemadi, A. (1392). The effectiveness of self-worth group training base on human validation process model on improving marital satisfaction. Journal of Psychology, Vol. 17. N.4. Pp435-450.

Ebrahimi, L . (1391). Self-worthiness relationship with communication styles. Mama. N.1.

Ebrahimi, p. Sanaie zaker, B. Nazarie, A. (1390). A Study on the Effectiveness of the enrichment communication programs on enhancing intimacy of working couples. The scientific Journal of Kurdistan University of Medical Sciences.Vol.16. Pp37-43.

Gottman, J. M., & Levenson, R. W. (1992). Marital processes predictive of later dissolution behavior, physiology, and health. Journal of Personality and Social Psychology, 63, 221–233.

Gottman, J.M. (1994). What predicts divorce? The relationship between marital processes and marital outcomes. Hillsdale, N.J.: Erlbaum.

Gholamzadeh, M. Atari, Y. Shafe Abadi, A. (1388). The effective of skills training on the effectiveness of family role in the couples referring to the Welfare Center in Ahvaz. Knowledge and Research in Applied Psychology. N.41. Pp.83-102.

Golmohammadian, M. Farahbakhsh, K. Esmaile, M. (1392). The effective of moral, ethical, spiritual and cultural intelligence on the marital conflicts in women, Journal of Counseling and Psychotherapy. Vol, 3. N.2.

Marzban, A. Kave farsanie, Z. Bahrami, F. (1392). A Survey on the validity and reliability of the scales of self-worth contingent among high school students in Isfahan, Psychological Studies of Faculty of Education Science and Psychology, AL Zahra University.Vol,9. N.4.

Myers, J. E., Madathil, J., & Tingle, L. R. (2005). Marriage satisfaction and wellness in India and the U.S.: A preliminary comparison of arranged marriages and marriages of choice. Journal of Counseling and Development, 83, 183-190.

Mehrabi zaadeh, H. Hossenpor, M. Mehdi Zadeh, L. (1389). The effectiveness of the life skills training on increasinf marital adjustment in married women between 20 to 40 years old. Journal of Educational Studies and Training. Vol, 2. N.1.

Mollazade, J. (1383). A Survey on the relationship between marital adjustment with the personality factors and contrast style in the children of martyred. PhD thesis. Tehran: Tarbiat Modares University

Rogge, R. D., & Bradbury, T. N. (1999). Till violence do us part: The differing roles of communication and aggression in predicting adverse marital outcomes. Journal of Consulting and Clinical Psychology, 67, 340–351.

Sabzeh aray langrodi, M . Sarafraz, M. Ghorbanie, N. (1393). A survey on the psychometrics properties of contingencies self- worth scale. New educational ideas, university of Al-Zahra, faculty of Education and psychology. Vol, 10. N.1.

Satir, V. (1381). Establishing good relationship with yourself the others. (Mortaz, M. Trans,) Tehran: Roshangaran and Women Studies.

Satir, V. (1391). People making, Berashk Behrouz. (1391). Tehran: Roshd.

Sanagoei M, Janbozorge M, Mahdavian, A.(1390). Relationship between religious adherence and couples communication patterns, Psychology and Religion, Vol. 4.N. 4.Pp.103-120.

Stewart, W. (2005). Consultation Encyclopedia. (Navabi Nezhad, Sh. et.al. Trans, 1388). Tehran: Elm publications

Smith, D. A., Vivian, D., & O'Leary, K. D. (1990). Longitudinal prediction

[Downloaded from shenakht.muk.ac.ir on 2026-11-16]

[DOR: 20.1001.1.25886657.1394.2.4.5.3]

marital discord from premarital expressions of affect. Journal of Consulting and Clinical Psychology, 58, 790-800.

Spanier, G. (1976). Measuring dyadic adjustment: New scales for assessing the quality of marriage and similar dyads. Journal of Marriage and the Family, 38, 15–26.

Spanier, G. & Cole,C. (1976). Toward clarification and investigation of marital adjustment. International journal of sociology of the family, 6,121-146.

White, S. M, T. R Wojcicki and E. McAuley.(2009). Physical activity and quality of life in community dwelling older Adults, Health and Quality of life outcomes, V. 7. N. 1: 17-23.

Wylie. R. (1989). Measures of self-concept, publisher. University of Nebraska press.

Zaki, MA. (1391). Standardization of self-worthiness questionnaires among male and female high school students in Isfahan, psychological methods and models. Vol, 2.N.7.Pp63-85.

[Downloaded from shenakht.muk.ac.ir on 2026-11-16]

[DOR: 20.1001.1.25886657.1394.2.4.5.3]