

نقش هویت، خودشناسی و تاب‌آوری در ارضای نیازهای بنیادی روان‌شناختی نوجوانان

فاطمه مالکی^۱، نادره سعادت^{۲*}، سید علی دربانی^۳

چکیده

هدف: هدف از پژوهش حاضر بررسی نقش هویت، خودشناسی و تاب‌آوری در ارضای نیازهای روان‌شناختی نوجوانان بود. **روش:** روش پژوهش همبستگی بود. بدین منظور ۴۸۰ دانش‌آموز دختر و پسر مقطع متوسطه در رشته‌های تحصیلی علوم انسانی، تجربی و ریاضی با روش نمونه‌گیری خوشه‌ای انتخاب شدند. ابزار مورد استفاده در این پژوهش پرسشنامه هویت، خودشناسی انسجامی، تاب‌آوری و ارضای نیازهای روان‌شناختی بوده است. داده‌های به‌دست‌آمده با روش‌های آماری T مستقل برای مقایسه دو گروه، ماتریس همبستگی و رگرسیون چندگانه مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت. **یافته‌ها:** نتایج نشان داد که بین خودشناسی و هویت رابطه مثبت و بین تاب‌آوری و ارضای نیازهای بنیادی با هویت رابطه منفی معناداری وجود دارد. همچنین بین ارضای نیازهای بنیادی با خودشناسی و تاب‌آوری رابطه مثبت معناداری به دست آمد. بین خرده مقیاس خودمختاری، شایستگی و ارتباط با خودشناسی و تاب‌آوری رابطه معناداری وجود دارد. تحلیل رگرسیون چندگانه نشان داد که هویت، خودشناسی و تاب‌آوری واریانس نسبتاً خوبی از ارضای نیازهای بنیادی ($R^2 = 0/18$) را تبیین می‌کنند. همچنین بین هویت، خودشناسی، تاب‌آوری و ارضای نیازهای بنیادی در نوجوانان دختر و پسر تفاوت معناداری به دست آمد. **نتیجه‌گیری:** نتایج حاصل از این پژوهش حکایت از پیش‌بینی هویت و خودشناسی در تاب‌آوری و نیازهای بنیادی روان‌شناختی در نوجوانان است.

واژه‌های کلیدی: هویت، خودشناسی، تاب‌آوری، نیازهای بنیادی روان‌شناختی، نوجوانان

^۱. دانش‌آموخته کارشناسی ارشد مشاوره و راهنمایی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد خمینی‌شهر

^۲. دانشجوی دکتری مشاوره، دانشگاه آزاد اسلامی واحد خوراسگان (اصفهان) Email: nadiasa46@yahoo.com

^۳. دانشجوی دکتری مشاوره، دانشگاه آزاد اسلامی واحد علوم و تحقیقات تهران

مقدمه

نوجوانی، مرحله‌ای گریزناپذیر از تحول آدمی است که به دلیل حساسیت ویژه، همواره مورد توجه واقع شده است. تغییر و تحول آدمی در این دوره مهم، در جنبه‌های بدنی و روان‌شناختی پراهمیت تلقی می‌شود (نجفی، احدی و دلاور، ۱۳۸۵). از این رو، در این دوره، نوجوان با دو مسئله اساسی درگیر است: بازنگری و بازسازی ارتباط با والدین، بزرگسالان و جامعه و بازشناسی و بازسازی خود به‌عنوان یک فرد مستقل. در همین مرحله انسجام جنبه‌های مختلف بدنی، جنسی و تصور از خویش به‌صورت هویت واحد شکل می‌گیرد و پاسخگویی به سؤال اساسی «من کیستم؟» به تدریج در ذهن نوجوان تحقق می‌یابد (احدی و جمهری، ۱۳۸۸). اگر دوره‌ی نوجوانی بدون مشکل سپری شود، نوجوان به بزرگسال سالمی تبدیل خواهد شد و نقش بزرگسالی خود را خوب ایفا خواهد کرد، اما اگر در این گذر دشواری‌هایی به وجود آید، بهداشت روان نوجوان، از جاده‌ی اصلی منحرف و به بیراهه کشیده خواهد شد. برای تضمین بهداشت روانی، کسب هویت و استقلال، سالم‌ترین راه این است که روابط نوجوان با والدین، دائمی و صمیمی باشد. به اعتقاد فایرکلوس (۲۰۱۲) هویت در محیطی شکل می‌گیرد که فرد در آن واقع شده است و همین هویت شکل‌گرفته پاسخی به محیط سازنده‌ی آن است. نوجوانانی که والدین خود را همیشه حاضر در صحنه می‌بینند و احساس می‌کنند که می‌توانند بر آن‌ها متکی باشند، بهتر رشد می‌یابند و روان سالم‌تری نیز دارند (حاج لو، رضایی شریف و واحدی، ۱۳۹۱). افزون بر این، ماکروز و مک کابی^۱ (۲۰۰۱) معتقدند خانواده، فرهنگ، مذهب و همسالان نقش مهمی در احراز هویت نوجوانان ایفا می‌کنند. بحران هویت‌یابی عطش دست‌یابی به استقلال، شیفتگی به خویش، جوشش تخیل، گرایش به الگوها و تحولات سریع جسمی و جنسی از خصوصیات این دوره است. در این دوره نوجوان نیاز دارد که صاحب هویت مستقلی شود، مورد قبول دیگران قرار بگیرد و خود را از سایرین متمایز نماید (رستمی، قزلسفلو، محمد لو و قربانیان، ۱۳۹۴). یکی از مهم‌ترین مؤلفه‌هایی که می‌تواند نقش بسزایی در دستیابی به هویت سالم داشته باشد، خودشناسی نوجوان است. خودشناسی یک فرایند خود نظم‌دهنده است و بهزیستی جاندار را ارتقاء می‌دهد (قربانی، واتسون، بینگ، لی برتن، ۲۰۰۳). از این رو انتظار می‌رود با افزایش خودشناسی، میزان خود انتقادی و دیگر آسیب‌های روان‌شناختی همراه با آن کاهش یابد. خودشناسی فرایندی پویایی، انطباقی و انسجامی است که به شکل زمانمند عمل می‌کند و از دو وجه تشکیل شده است: خودشناسی تجربه‌ای به‌عنوان توجه و حساسیت آنی به تجربه جاری خود و خودشناسی تأملی به‌عنوان تحلیل تجارب گذشته خود و تلفیق آن در طرح‌های کنش و

^۱ Macros & Maccabe

واکنش مربوط به خود (رستمی و همکاران، ۱۳۹۴). علاوه بر آن، خودشناسی برقراری ارتباط با خود باهدف تجربه‌ی انسجام و وحدت است. انسجام، درنوردیدن مرزهای مصنوعی ذهن انسان را گریزناپذیر می‌کند. این همان حرکتی است که به تجربه‌ی وحدت می‌انجامد و باکمال و صفا همراه است. ارتباط، گفتگو، آشنایی، شناخت، صمیمیت، انسجام، هویت، تمایز، تعارض، مصالحه و شناخت فرایند و آداب آن‌ها، جنبشی است که اگر درون و برون آدم‌ها را فراگیرد زندگی را دل‌نشین‌تر می‌کند (قربانی، ۱۳۹۲). خودشناسی فرایندی انسجام بخش و انطباقی است، زیرا تجارب و صفات «خود» را در ستیزی معنادار وحدت می‌بخشد و به واسطه خود نظم دهی می‌تواند به بهزیستی «خود» یاری رساند (قربانی، بینگ، واتسون، دیویسن و لبریتن^۱، ۲۰۰۳). تأثیر خودشناسی بر انطباق و خود نظم دهی اشخاص و نقش آن بر بروز رفتار (و از جمله رفتارهای سلامت) نیز توجه به این متغیر روان‌شناختی را برمی‌انگیزد (قربانی، واتسون، فرهادی و چن، ۲۰۱۴). آگاهی بیشتر افراد از احساسات و تجارب درونی خود می‌تواند منجر به تصمیم به‌موقع شود به همین منظور خودشناسی انسجامی به تلاش‌های فعال افراد برای یکپارچه کردن تجربه خود در گذشته، حال و آینده در جهت سازش و ارتقاء خود اشاره می‌کند (قربانی، واتسون و هارگیس^۲، ۲۰۰۸). به‌عبارت‌دیگر خودشناسی انسجامی شامل توجه دقیق به تجارب شخصی در زمان حال (خودشناسی تجربه‌ای^۳) و بهره‌گیری از تجارب شخصی در زمان گذشته (خودشناسی تأملی^۴) در جهت فهم بهتری از خویشتن است. درواقع انتظار می‌رود که در محیطی حامی نیازهای ذاتی انسان که در آن افراد حق تعقل و انتخاب رفتارها، باورها و اعمال ارائه‌شده توسط محیط را دارند و از روی انتخاب و علاقه ذاتی به ارزش‌گذاری و پیگیری اعمال می‌پردازند، نسبت به تجارب جاری شخصی خود توجه و پذیرش بیشتری را نشان داده و از تجارب شخصی سپری‌شده و گذشته خود بهتر بهره‌گیرند و از این‌رو، در مواجهه با تکالیف زندگی و کنش باکیفیت‌تری از خود نشان دهند (بشارت، بزاریان، قربانی و اصغری، ۱۳۹۳). این فرضیه می‌تواند در رابطه با تاب‌آوری نیز به‌کاربرده شود. تاب‌آوری به این مسئله می‌پردازد که فرد علیرغم قرار گرفتن در معرض فشارهای شدید و عوامل خطر می‌تواند توانش اجتماعی خود را بهبود دهد و بر مشکلات غلبه کند و به موفقیت نائل شود. تاب‌آوری اشاره‌ای بر فرآیندی پویا دارد که انسان‌ها در زمان مواجهه با شرایط ناگوار یا ضربه‌های روحی به‌صورت

¹. Ghorbani, Bing, Watson, Davison, & Le Breton

². Hargis

³. Experiential self- knowledge

⁴. Reflective self -knowledge

رفتار انطباقی مثبت از خود نشان می‌دهند (دینر، کوهنر، بروسنایک، استرو و فلور^۱، ۲۰۰۹). ورنر و اسمیت^۲ (۱۹۹۲) تاب‌آوری را سازوکار ذاتی خود اصلاح‌گری بشر می‌دانند؛ افرادی که تاب‌آوری بالا دارند نه شکست‌ناپذیرند نه مصون. در واقع تاب‌آوری شرکت فعال و سازنده‌ی فرد در محیط است و می‌توان گفت که تاب‌آوری، توانمندی فرد در برقراری تعادل زیستی- روانی در شرایط خطرناک است (کانر^۳، ۲۰۰۳). ایسن^۴ (۲۰۰۳) در تحقیقات خود نتیجه می‌گیرد که فرد تاب آور، نحوه‌ی استدلال و نگرش متفاوتی در مواجهه با شرایط ناگوار اتخاذ می‌کند، در این پردازش فکری از تمرکز به شکل تبلیغات آن به خود توجه بیشتری می‌کند. این تمرکززدایی و روند فکری مشخص، اشاره‌ای بر استفاده-ی وی از سیستم فراشناخت خود است و همین امر نشان از توانایی خودشناسی فرد دارد. نیازهای بنیادی روان‌شناختی و عدم ارضای آن‌ها، می‌تواند نقش بسزایی در عملکرد نوجوانان داشته باشد. از آنجاکه ارضای نیازها شرایط لازم را برای رشد و بالندگی، انسجام‌یافتگی، خودشناسی و بهزیستی روان‌شناختی شخص فراهم می‌کنند (دسی و رایان، ۲۰۰۳) و زیربنای گستره‌ی وسیعی از رفتارهای نوجوانان را تبیین می‌کنند، مفهوم جالب و جذابی در روان‌شناسی است. همچنین مفهوم نیازها از این نظر جالب است که می‌تواند مداخلات روان‌شناختی را طرح‌ریزی کند (شلدون، الیوت، کیم و کاسر، ۲۰۰۱). صرف‌نظر از مناقشات نظری، تحقیقات در حوزه نیازها در سال‌های اخیر بر توسعه و گسترش نیازهای بنیادی روان‌شناختی تمرکز داشته است که برای اولین بار توسط دسی و رایان (۲۰۰۰) تحت عنوان نظریه خود تعیین‌گری^۵ مطرح شد (تالی، کوکام، اشلیگل، مولیکس و بتنکور^۶، ۲۰۱۲). بر اساس این نظریه سه نیاز ذاتی روان‌شناختی عبارت‌اند از: خودمختاری^۷، شایستگی^۸ و توانایی ارتباط^۹ (دسی و رایان، ۲۰۰۱). خودمختاری به نیاز فرد به احساس انتخاب و خود آغازگری در انجام اعمال و تکالیف اشاره دارد. شایستگی عبارت است از نیاز به مؤثر بودن در تعامل با محیط و نشان‌دهنده میل به استفاده از استعدادها و مهارت‌ها و دنبال کردن چالش‌ها و تکالیف همسو با توانایی‌ها و تسلط یافتن بر آن‌ها و درنهایت نیاز به ارتباط، به نیاز برای احساس اطمینان هنگام داشتن رابطه با دیگران و نیاز به

^۱. Diener, Kuehner, Brusniak, Struve & Flor

^۲. Verner and Smit

^۳. Conner

^۴. Isen

^۵. Theory of self-determination

^۶. Talley, Kocum, Schlegel, Molix and Bettencour

^۷. Autonomy

^۸. Competence

^۹. Relatedness

پذیرش فرد به عنوان فردی شایسته‌ی عشق و احترام توسط دیگران اشاره دارد (دسی، گاردیا، مولر، اشنایر و رایان^۱، ۲۰۰۶). بررسی مدل کارایی نیازهای بنیادی روانشناختی در حوزه‌های شغلی، آموزشی، پرورشی و سلامت در سال‌های اخیر مورد توجه محققین قرار گرفته است. در این راستا در حوزه آموزشی و پرورشی در پژوهش‌هایی نشان داده شد نیازهای بنیادی روانشناختی با روابط دانش-آموزان نوجوان، روابط دانش‌آموزان و معلمان و انتظارات و هنجاری و فرصت‌های آموزشی رابطه مثبت و معناداری دارد (قلاوندی، امانی و بابایی، ۱۳۹۱). همچنین مشخص شد که نیازهای روانشناختی خودمختاری و شایستگی اثر مستقیم و معناداری با انگیزش درونی نوجوانان دارد (اژه ای، خضری آذر، بابایی و امانی، ۱۳۹۱). به طور کلی نتایج تحقیق گویای آن است که ارضا شدن نیازهای بنیادی روانشناختی منجر به افزایش خودشناسی، تاب‌آوری و بهزیستی روانشناختی می‌شود و اگر مانعی بر سر راه آن‌ها ایجاد شود سلامت، تاب‌آوری و بهزیستی روانشناختی فرد را کاهش می‌دهد (ولاچومپلاس، آس سی، سید، ارسوز^۲ و همکاران، ۲۰۱۳؛ طهرانی، شجاعی زاده، حسینی و علیزاده‌گان، ۱۳۹۱). در سوی دیگر، مطابق با مطالعات قربانی و واتسون (۲۰۰۶) ارضا سه نیاز بنیادی با خودشناسی همبستگی مثبت دارد. خودشناسی انسجامی در پژوهش میان فرهنگی یاد شده، فراسوی دو وجه خودشناسی و بهوشیاری قادر به پیش‌بینی معکوس اضطراب، افسردگی، استرس ادراک شده، نشخوار ذهنی و تفکر وسواس گونه بود و به صورت مثبت و فراسوی متغیرهای یاد شده، رضایت از زندگی، نیازهای بنیادی روان شناختی و تفکر همراه با تامل را پیش‌بینی کرد. در پایان با توجه به مطالب ذکر شده انتظار می‌رود که هویت و فرایندهای خودآگاهی به دلیل زمینه‌سازی در توجه و شناخت بیشتر فرد از خود و تجارب شخصی خویش در تاب‌آوری و ارضا نیازهای روانی ذاتی به دلیل فراهم کردن انگیزش‌های خودمختار در نوجوانان نقش مهمی داشته باشند. از این رو پژوهش حاضر به بررسی نقش هویت، خودشناسی و تاب‌آوری در ارضای نیازهای بنیادی روانشناختی در نوجوانان انجام شده است.

روش پژوهش

روش پژوهش از نوع پژوهش‌های مقطعی-تحلیلی بود که به منظور بررسی نقش هویت، خودشناسی و تاب‌آوری در ارضای نیازهای بنیادی روانشناختی در نوجوانان مقطع متوسطه به انجام رسیده است. جامعه آماری تحقیق حاضر در برگزیده کلیه دانش‌آموزان دختر و پسر مقطع متوسطه منطقه یک و دو شهر تهران بود. حجم نمونه بر اساس جامعه هدف، با استفاده از فرمول کوکران، برابر با ۴۸۰ نفر

¹. Deci, Guardia, Moller, Schneiner and Ryan

². Vlachopoulos, Asci, Cid and Ersoz

محاسبه شد. افراد مورد نظر با استفاده از روش نمونه‌گیری خوشه‌ای چند مرحله‌ای انتخاب شدند. در ابتدا لیستی از دبیرستان‌های این دو منطقه تهیه و سپس از بین دبیرستان‌های دخترانه و پسرانه به صورت نمونه‌گیری خوشه‌ای ۶ دبیرستان (۳ دبیرستان دخترانه و ۳ دبیرستان پسرانه) انتخاب شدند. پس از آن، از هر دبیرستان به صورت تصادفی چهار کلاس انتخاب و نمونه‌ای به حجم ۴۸۰ نفر انتخاب شدند. در این پژوهش ۲۳۷ نفر دختر با میانگین سنی ۱۵/۴۰ و (انحراف استاندارد ۰/۹۰) و ۲۴۳ نفر پسر با میانگین سنی ۱۵/۴۵ و (انحراف استاندارد ۰/۸۷) شرکت داده شدند. نمونه‌های انتخاب شده پس از آشنایی با اهداف پژوهش، فرم رضایت‌نامه شرکت در پژوهش را تکمیل کردند. سپس توضیح‌های لازم در مورد چگونگی پرکردن پرسشنامه به آن‌ها ارائه شد و در نهایت پرسشنامه‌ها در اختیار دانش‌آموزان قرار گرفت. برای تکمیل پرسشنامه‌ها محدودیت زمانی اعمال نشد. داده‌های جمع آوری شده با استفاده از نرم افزار SPSS نسخه ۲۱ و با توجه به نوع پژوهش از آزمون‌های معناداری ضرایب همبستگی و جهت‌یابی از رگرسیون چندگانه استفاده شده. همچنین جهت بررسی تفاوت و مقایسه میانگین‌ها بین دو جنس از تی مستقل استفاده و داده‌ها مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفتند. ابزارهای پژوهش عبارت بودند از:

مقیاس هویت^۱: این مقیاس شامل ۱۹ ماده است که بر اساس طیف لیکرت ۵ درجه‌ای (الف= کاملاً مخالف، ه= کاملاً موافق) درجه بندی شده است که گویه‌های ۱، ۲، ۴، ۸، ۹، ۱۲، ۱۳، ۱۴، ۱۵، ۱۶، ۱۷، ۱۸ به صورت وارونه نمره‌گذاری می‌شوند. قربانی، بینگ، واتسون و دویسون (۲۰۰۳) در مطالعه خود بر روی توسعه میان فرهنگی ایرانی و آمریکایی آلفای کرونباخ مقیاس را ۰/۸۳ گزارش دادند. همچنین قربانی، واتسون و هارگیس (۲۰۰۸) در مطالعه ای دیگر آلفای کرونباخ این مقیاس را ۰/۸۱ گزارش کردند. در پژوهش حاضر نیز آلفای کرونباخ ۰/۸۰ به دست آمد.

مقیاس خودشناسی انسجامی^۲: این پرسشنامه توسط قربانی، واتسون و هارگیس (۲۰۰۸) ساخته شده است که شامل ۱۲ ماده است و پاسخ دهندگان می‌بایست در طیف لیکرت ۵ درجه‌ای (الف= اصلاً، ه= خیلی زیاد) به آن پاسخ دهند. قربانی و همکاران (۲۰۰۸) در مطالعه خود بر روی سه نمونه ایرانی و سه نمونه آمریکایی، آلفای کرونباخ مقیاس را به ترتیب در نمونه اول ایرانی ۰/۸۲، نمونه دوم ایرانی ۰/۸۱ و نمونه سوم ایرانی ۰/۸۱ و به ترتیب در نمونه اول آمریکایی ۰/۷۸، نمونه دوم آمریکایی ۰/۷۸ و

^۱. Identity Scale

^۲. Integrative Self-Knowledge Scale

نمونه سوم آمریکایی ۰/۷۴ گزارش دادند. اعتبار همگرا، ملاک، افتراقی و افزایشی مقیاس نیز در این مطالعه مورد تایید قرار گرفت.

مقیاس تاب آوری^۱: پرسشنامه تاب آوری کانر- دیویدسون (۲۰۰۳) توانایی مقابله افراد با استرس و مشکلات را ارزیابی می‌کند. دارای ۲۵ سؤال ۸ درجه ای است. حداقل نمره تاب آوری صفر و حداکثر نمره صد است. این پرسشنامه ۵ گزینه است پاسخ به هر آیتم بر روی مقیاس از صفر (کاملاً نادرست) تا ۴ (همیشه درست) مشخص می‌شود. ضریب پایایی پرسشنامه توسط بشارت (۱۳۸۶) با استفاده از روش آلفای کرونباخ ۰/۸۵ از طریق همبسته نمودن آن با مقیاس سرسختی روانشناسی ضریب همبستگی را ۰/۸۰ در سطح معناداری ۰/۰۰۰۱، ۰/۰۵ < p نشان داد که این سازه از اعتبار و پایایی بالایی برخوردارند. در پژوهش سامانی، جوکار و صحرایی (۱۳۸۶)، ضریب آلفای کرونباخ ۰/۸۷ برای پایایی این آزمون به دست آمده است.

پرسشنامه ارضای نیازهای بنیادی روانشناختی^۲: این مقیاس شامل ۲۱ ماده است که بر اساس طیف لیکرت ۷ درجه ای (۱= اصلاً درست نیست، ۷= بسیار درست است) درجه بندی شده است. در این مقیاس پرسشهای ۳، ۴، ۷، ۱۱، ۱۵، ۱۶، ۱۸، ۱۹ و ۲۰ به صورت معکوس نمره گذاری می‌شود. در مطالعه لاگاردیا، رایان، کوچمن و دسی^۳ (۲۰۰۰) ضرایب پایایی حاصل از اجرای آن روی پدر، مادر، دوستان و شریک رومانتیک ۰/۹۱ گزارش شد. روایی این مقیاس در پژوهش‌های انجام شده مطلوب نشان داده شده است (لاگاردیا و همکاران، ۲۰۰۰؛ میلیواسکایا، گینگراس، میگوئی، کوستنر^۴ و همکاران، ۲۰۰۹). همچنین آلفای کرونباخ این مقیاس بر روی نمونه‌های دانشجویان ایرانی بین ۰/۷۶ تا ۰/۷۹ در نوسان بوده است (قربانی و واتسون، ۲۰۰۴).

یافته‌ها

در جدول (۱) اطلاعات توصیفی و ماتریس همبستگی متغیرها ارائه شده است. در جدول (۲ و ۳) خلاصه نتایج رگرسیون چندگانه و در جدول (۴) تی مستقل تفاوت در دو گروه دختر و پسر نوجوان گزارش شده است.

^۱ Scale Resiliency

^۲ Basic Psychological Needs Questioner (BPNQ)

^۳ La Guardia, Ryan, Couchman & Deci

^۴ Milyavskaya, Gingras, Mageau and Koestner

جدول ۱. اطلاعات توصیفی و ماتریس همبستگی هویت، خودشناسی و تاب آوری با ارضای نیازهای بنیادی در نوجوانان (n=۴۸۰)

متغیرها	میانگین	انحراف استاندارد	۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷
۱. هویت	۶۱/۵۶	۱۰/۱۵							
۲. خودشناسی انسجامی	۳۸/۰۲	۹/۶۶	۰/۳۳**						
۳. تاب آوری	۵۷/۲۰	۱۷/۳۷	-۰/۱۲**	۰/۲۶**					
۴. ارضای نیازهای بنیادی (نمره کل)	۱۰۰/۷۹	۹/۹۰	-۰/۱۳**	۰/۲۵**	۰/۳۳**				
۵. خرده مقیاس خودمختاری	۲۹/۹۵	۵/۲۸	-۰/۰۷	۰/۲۲**	۰/۳۶**	۰/۶۵**			
۶. خرده مقیاس شایستگی	۲۴/۵۶	۳/۸۸	-۰/۰۳	۰/۱۸**	۰/۱۶**	۰/۶۳*	۰/۳۷**		
۷. خرده مقیاس ارتباط	۴۴/۰۲	۶/۵۸	-۰/۱۱**	۰/۱۹**	۰/۲۵**	۰/۶۵**	۰/۴۶**	۰/۳۰**	

P < ۰/۰۱

نتایج جدول (۲) نشان می دهد که بین خودشناسی و هویت رابطه مثبت و بین تاب آوری و ارضای نیازهای بنیادی با هویت رابطه منفی معناداری وجود دارد. همچنین بین ارضای نیازهای بنیادی با خودشناسی و تاب آوری رابطه مثبت معناداری به دست آمد. از بین خرده مقیاس های نیازهای بنیادی تنها خرده مقیاس ارتباط با هویت رابطه معناداری دیده شد. بین خرده مقیاس خودمختاری، شایستگی و ارتباط با خودشناسی و تاب آوری رابطه معناداری وجود دارد.

جدول ۲. خلاصه ضرایب رگرسیون چندگانه پیش بینی ارضای نیازهای بنیادی بر اساس

هویت، خودشناسی و تاب آوری

پیش بین	ملاک	R	R ²	F	B	Beta	T	Sig
	مقدار ثابت	-	-	-	۹۴/۳۰۰	-	۳۰/۷۵	۰/۰۰۱
هویت					-۰/۱۸	-۰/۱۸	-۴/۱۳	۰/۰۰۱
خودشناسی	ارضای نیازهای بنیادی	۰/۴۱	۰/۱۷	۳۲/۴۲	۰/۲۶	۰/۲۵	۵/۴۷	۰/۰۰۱
تاب آوری	بنیادی				۰/۱۳	۰/۲۴	۵/۴۰	۰/۰۰۱

نتایج جدول (۲) نشان می‌دهد که متغیرهای هویت، خودشناسی و تاب‌آوری قادر به پیش‌بینی ارضای نیازهای بنیادی در نمونه‌های مورد پژوهش می‌باشد ($P=0/001$).

جدول ۳. خلاصه ضرایب رگرسیون چندگانه پیش‌بینی خرده‌مقیاس‌های ارضای نیازهای بنیادی بر اساس هویت، خودشناسی و تاب‌آوری

Sig	T	Beta	B	F	R ²	R	ملاک	پیش‌بین
0/02	-2/23	-0/10	-0/05					هویت
0/001	3/88	0/18	0/10	29/92	0/15	0/39	خرده‌مقیاس	خودشناسی
0/001	6/73	0/30	0/09				خودمختاری	تاب‌آوری
0/10	-1/61	-0/07	-0/03					هویت
0/001	3/57	0/17	0/07	8/99	0/05	0/23	خرده‌مقیاس	خودشناسی
0/01	2/34	0/11	0/02				شایستگی	تاب‌آوری
0/001	-3/42	-0/16	-0/10					هویت
0/001	4/09	0/19	0/13	18/32	0/10	0/32	خرده‌مقیاس	خودشناسی
0/001	3/93	0/18	0/06				ارتباط	تاب‌آوری

نتایج جدول (۳) نشان می‌دهد که متغیرهای هویت، خودشناسی و تاب‌آوری توانستند خرده‌مقیاس خودمختاری و خرده‌مقیاس ارتباط را در نمونه‌های مورد پژوهش پیش‌بینی کنند ($P=0/001$)؛ همچنین بجز متغیر هویت، متغیرهای خودشناسی و تاب‌آوری توانستند خرده‌مقیاس شایستگی پیش‌بینی کنند ($P=0/001$).

جدول ۴. آزمون T مستقل برای مقایسه هویت، خودشناسی انسجامی، تاب آوری و نیازهای بنیادی در دختران و پسران نوجوان (N=۴۸۰)

شاخصها متغیرها	جنسیت	تعداد	میانگین	انحراف استاندارد	خطای استاندارد میانگین	درجه آزادی	شاخ ص T	سطح معنادار ی
هویت	پسر	۲۴۳	۶۲/۶۵	۹/۶۷	۰/۶۲	۴۷۸	۱/۳۸	۰/۱۱
	دختر	۲۳۷	۶۱/۴۴	۱۰/۵۱	۰/۶۸			
خودشناسی انسجامی	پسر	۲۴۳	۳۶/۶۷	۱۰/۳۹	۰/۶۶	۴۷۸	-۳/۱۱	۰/۰۰۲
	دختر	۲۳۷	۳۹/۴۰	۸/۶۷	۰/۵۶			
تاب آوری	پسر	۲۴۳	۵۴/۹۱	۱۸/۱۸	۱/۱۶	۴۷۸	-۲/۹۴	۰/۰۰۳
	دختر	۲۳۷	۵۹/۵۴	۱۶/۲۱	۱/۰۵			
ارضای نیازهای بنیادی (نمره کل)	پسر	۲۴۳	۹۹/۰۱	۱۱/۱۵	۰/۷۱	۴۷۸	-۴/۰۴	۰/۰۰۱
	دختر	۲۳۷	۱۰۲/۶۱	۸/۰۴	۰/۵۲			
خرده مقیاس خودمختاری	پسر	۲۴۳	۲۹/۸۵	۵/۵۴	۰/۳۵	۴۷۸	-۰/۴۴	۰/۶۵
	دختر	۲۳۷	۳۰/۰۶	۵/۰۱	۰/۳۲			
خرده مقیاس شایستگی	پسر	۲۴۳	۲۴/۳۷	۴/۰۱	۰/۲۵	۴۷۸	-۱/۰۸	۰/۲۷
	دختر	۲۳۷	۲۴/۷۵	۳/۷۴	۰/۲۴			
خرده مقیاس ارتباط	پسر	۲۴۳	۴۴/۱۳	۶/۲۹	۰/۴۰	۴۷۸	۰/۳۹	۰/۶۹
	دختر	۲۳۷	۴۳/۹۰	۶/۸۸	۰/۴۴			

نتایج مندرج در جدول شماره (۴) نشان می‌دهد که متغیر هویت ($t=۲/۳۸$)، خودشناسی ($t=-۳/۱۱$) و تاب آوری ($t=-۲/۹۴$) در بین نوجوانان دختر و پسر تفاوت معناداری دیده می‌شود. همچنین نمره کل ارضای نیازهای بنیادی ($t=-۴/۰۴$) بین نوجوانان دختر و پسر تفاوت معناداری دیده می‌شود اما در خرده مقیاس‌های ارضای نیازهای بنیادی در بین نوجوانان دختر و پسر تفاوت معناداری دیده نشد.

بحث و نتیجه‌گیری

هدف از پژوهش حاضر بررسی نقش هویت، خودشناسی و تاب‌آوری در ارضای نیازهای روان‌شناختی نوجوانان است. با توجه به نتایج حاصل از تحلیل داده‌های پژوهش، شواهد نشان‌دهنده آن است که بین خودشناسی و هویت در نوجوانان رابطه مثبت معنادار و بین تاب‌آوری و ارضای نیازهای بنیادی با هویت رابطه منفی وجود دارد. در ادامه یافته‌های پژوهش حاضر، نتایج تحلیل رگرسیون چندگانه نشان داد که هر سه متغیر هویت، خودشناسی و تاب‌آوری توانستند ارضای نیازهای بنیادی را پیش‌بینی کنند. همچنین این متغیرها به‌خوبی توانستند خرده مقیاس‌های خودمختاری، شایستگی و ارتباط را تبیین کنند. همچنین نتایج نشان داد که بین متغیرهای هویت، خودشناسی، تاب‌آوری و ارضای نیازهای بنیادی در نوجوانان پسر و دختر تفاوت معناداری وجود دارد. یافته‌های این پژوهش با نتایج پژوهش‌های رستمی و همکاران (۱۳۹۴)، بخشایش (۱۳۹۲)، قلاوندی و همکاران (۱۳۹۱)، کشتکاران (۱۳۸۸)، اژه‌ای و همکاران (۱۳۸۷)، نجفی و همکاران (۱۳۸۵)، قربانی و همکاران (۲۰۱۴) و قربانی و واتسون (۲۰۰۶) همخوان است. از این‌رو، نتایج پژوهش کشتکاران (۱۳۸۸) بیانگر آن است که در مجموع انسجام هویتی یکی از عوامل مهم محافظتی و فزونی دهنده تاب‌آوری در نوجوانان است که با پژوهش حاضر همسو است. همچنین بخشایش (۱۳۹۲) و نجفی و همکاران (۱۳۸۵) در مطالعات خود نشان دادند بین هویت دختران و پسران نوجوان تفاوت معناداری وجود ندارد که با یافته‌های این پژوهش همخوان است. همچنین در پژوهش قلاوندی و همکاران (۱۳۹۱) نیازهای بنیادی روان‌شناختی با روابط دانش‌آموزان نوجوان رابطه مثبت و معناداری به دست آمد که همسو با این پژوهش است. همچنین در پژوهش اژه‌ای و همکاران (۱۳۸۷) نشان داده شد که نیازهای روان‌شناختی خودمختاری و شایستگی اثر مستقیم و معناداری با خودشناسی و انگیزش درونی نوجوانان دارد که با پژوهش حاضر همخوان است. در سوی دیگر، مطابق با مطالعات قربانی و واتسون (۲۰۰۶) ارضا سه نیاز بنیادی با خودشناسی همبستگی مثبت دارد که همسو با نتایج این پژوهش است. به‌طورکلی نتایج این تحقیق گویای آن است که ارضا شدن نیازهای بنیادی روان‌شناختی منجر به افزایش خودشناسی، تاب‌آوری و بهزیستی روان‌شناختی می‌شود و اگر موانعی بر سر راه آن‌ها ایجاد شود سلامت، تاب‌آوری و بهزیستی روان‌شناختی فرد را کاهش می‌دهد (ولاچومپلاس و همکاران، ۲۰۱۳؛ تهرانی و همکاران، ۱۳۹۱). با توجه به یافته‌های پژوهش حاضر و همان‌گونه که در ادبیات پژوهش نیز آمده است دوره‌ی نوجوانی را دوره‌ی بحران قلمداد می‌کنند، از این‌رو با فرارسیدن بلوغ؛ زندگی آرام و بی‌دغدغه دوران کودکی به پایان می‌رسد. ابتدا نوجوانان تصویر ذهنی خاصی از بدن خویش پیدا می‌کنند؛ این تصویر ذهنی از بدن

به تدریج به تصویر ذهنی از وجود و تشکیل مفهوم خود می‌انجامد. مفهوم خود در اثر برخورد متقابل فرد با محیط و آگاهی از خویش ایجاد می‌شود و شامل افکار و تصورات فرد از خود می‌گردد. توسعه مفهوم خود به تدریج منجر به خودشناسی و تشکیل هویت شخصی می‌انجامد (احمدی، ۲۰۰۷). بر مبنای نظریه‌ی خودشناسی هدف ارگانیزم، رسیدن به وحدت درونی و تعیین مرزهای خودی و غیرخودی است. اگرچه این نظریه بر تعیین هویت خود و مرزهای خودی و غیرخودی تأکید کرده است، اما یافته‌های این پژوهش نشان می‌دهد وحدت و انسجام خود در اثر نوعی خودشناسی انسجام دهنده تسهیل (قربانی و همکاران، ۲۰۰۳) و در اثر خود انتقادی و بی‌هویتی تخریب می‌شود (تامسون و زاروف، ۲۰۰۴). افزون بر این، انسجام و وحدت امری است که در نظریه‌های مختلف شخصیتی همچون یونگ و راجرز (هال و لیندزی، ۱۹۹۷) مطرح شده و از مبانی اساسی سلامت روان است (قربانی و همکاران، ۲۰۱۴). با توجه به نتایج به دست آمده می‌توان پیش‌بینی کرد هر چه میزان خودشناسی بالاتر باشد، همسانی درونی و هویت بیشتر و از طرفی مشکلات روان‌شناختی کمتر است. از این رو هویت خودشناسی دو فرایند روان‌شناختی در تسهیل همسانی درونی سیستم روان‌شناختی هستند. نوجوانان که از هویت شخصی مطلوبی برخوردارند بیشتر به سمت رشد و سلامت و خودشکوفایی پیش می‌روند و زمانی که بیشتر احساس شایستگی و خودمختاری می‌کنند بیشتر تحریک می‌شوند و عمل می‌کنند (رستمی و همکاران، ۱۳۹۴). علاوه بر آن، خودشناسی و تشکیل هویت شخصی می‌تواند به نوجوان کمک کند تا در برابر استرس و بحران‌های پیش رو، روش‌های مسئله محور را به کار گیرند. این نوجوانان هنگام روبه‌رویی با مشکلات مقاوم‌تر از سایرین عمل می‌کنند و از تاب‌آوری بالاتری برخوردارند. افرادی که تاب آور هستند، دارای ویژگی‌هایی مثل شایستگی اجتماعی، مستقل و خودگردان، پیگیر، باحوصله، قادر به عقب‌نشینی، نیک فطرت، خوش‌بین، باهوش و قادر به جلب حمایت و توجه مثبت هستند. آن‌ها مهارت‌های حل مسئله را به خوبی می‌دانند، دارای اعتماد به نفس و عزت نفس بالایی هستند و بیشتر بر روی نقاط قوت خود متمرکز می‌شوند تا نقاط ضعف و همین عامل باعث عملکرد مطلوب در آن‌ها می‌شود. می‌توان گفت که تاب‌آوری، توانمندی فرد در برقراری تعادل زیستی - روانی در شرایط خطرناک است (کانر و دیویدسون، ۲۰۰۳). افرادی که دارای تاب‌آوری هستند، چاره‌ساز و انعطاف‌پذیر بوده، مطابق تغییرات محیطی خود را وفق می‌دهد و بعد از برطرف شدن عوامل فشارزا به سرعت به حالت بهبود بازمی‌گردد. افرادی که در انتهای سطح پایین تاب‌آوری هستند به مقدار ناچیزی خودشان را با موقعیت‌های جدید وفق می‌دهد، این‌ها به‌کندی از موقعیت‌های فشارزا به حالت عادی و طبیعی بهبود می‌یابد (سیبرت، ۲۰۰۷). افزون بر این، نوجوانانی که از هویت شخصی مطلوبی برخوردارند بیشتر به

سمت رشد و سلامت و خودشکوفایی پیش می‌روند و زمانی که بیشتر احساس شایستگی و خودمختاری می‌کنند بیشتر تحریک می‌شوند و عمل می‌کنند. با توجه به نظریه خود تعیین‌گری رفتارهای خودمختاری، تجربه رفتارهای ابتکاری را به دنبال دارد، درحالی‌که شایستگی ادراک‌شده احساس مربوط به دستیابی به نتایج را به دنبال دارد. از این‌رو انتظار می‌رود که خودمختاری و خود ابتکاری در این نوجوانان باعث افزایش شایستگی ادراک‌شده و عملکرد مطلوب در آن‌ها شود (حسینیان، یزدی و حاجیان، ۱۳۹۱). عدم ارضای نیازهای بنیادی روان‌شناختی به نظر می‌رسد یکی از دلایل بحران هویت و خودشناسی پایین در نوجوانان است. لذا آگاهی از این عدم ارضا با محوریت «خود» امکان‌پذیر است. این‌که همسالان، خانواده و افراد غریبه چگونه با ما رفتار می‌کنند و باور ما به این‌که در آینده با ما چگونه رفتار خواهند کرد، تلویحات مهمی برای چگونگی فکر کردن ما درباره‌ی خودمان دارد. وقتی انتظار داشته باشیم که دیگران به خاطر برخی ویژگی‌هایمان ما را طرد کنند؛ می‌توانیم از بین چند پاسخ احتمالی متفاوت دست به انتخاب بزنیم. به میزانی که احتمال داشته باشد که بتوان یک وجه از «خود» را تغییر داد و از طرد شدن به‌وسیله‌ی دیگران اجتناب کرد، نوجوان به‌طور بالقوه می‌تواند این راه را انتخاب کند. دسترسی به انتخاب خوب و مطلوب نشان‌دهنده تشکیل هویت شخصی ایده‌آل است (قربانی، ۱۳۹۲). از طرفی مقایسه کردن خود گذشته با خود کنونی رضایت‌بخش است، زیرا این حالت نشان‌دهنده‌ی پیشرفتی در طول زمان است؛ تجسم ذهنی خود بالقوه آینده‌می‌تواند موجب افزایش انگیزه‌ی شخصی در اقدام به تلاش بیشتر در جهت خود انسجامی و تشکیل هویت شخصی شود. البته تا آنجا که بتواند مجسم کند که چنین تغییراتی به یک خود بهتر و تازه‌تر می‌انجامد. توانایی این مجسم نمودن، نیازمند آگاهی از خودی مجهز و ارضا شده است (ویلسون و رس، ۲۰۰۰). لین ویل (۱۹۸۷) نشان داد اشخاص با پیچیدگی «خودِ بالا» کمتر به تهدیدهای هویتی پاسخ می‌دهند. پیچیدگی خود، بیانگر تمایز ابعاد مختلف خود در شخص است. خودشناسی بالا که نشان‌دهنده آگاهی شخص از خودش است نمی‌تواند مفهومی جدای از پیچیدگی خود باشد. نتایج این مطالعه گویای این است که نوجوانی همراه با تغییرات جسمانی، اجتماعی و شخصیتی است که اغلب بین سنین ۱۳ تا ۲۳ سالگی رخ می‌دهد. تغییرات این دوره از رشد می‌توانند زمینه به وجود آمدن بحران هویت و مشکلات خاصی شود. هنگامی‌که نوجوان از گذر موفقیت‌آمیز از بحران‌ها و غلبه بر چالش‌های تحولی عاجز شود و عوامل نامساعد شخصی و رفتاری، توان چیرگی بر بحران‌ها را از او سلب کند، آنگاه وی غلبه بر پریشانی‌های روان‌شناختی را تجربه خواهد کرد و اختلال قابل‌ملاحظه‌ای در جریان بهنجار زندگی روزمره و جنبه‌های عاطفی، اجتماعی و شناختی بروز خواهد کرد که به دنبال آن

شخصیت نوجوان دچار اغتشاش خواهد شد (گاربر، کیلی و مارتین، ۲۰۰۲). صرف نظر از موارد فوق‌الذکر، برخی از محدودیت‌های پژوهش حاضر، تعمیم نتایج آن را با احتیاط مواجه می‌سازد. در پژوهش حاضر به منظور سنجش متغیرهای پژوهش از پرسشنامه‌های مدادی-کاغذی استفاده شد و با توجه به محدودیت ابزارهایی نظیر پرسشنامه در بررسی دقیق موضوعات رفتاری، پژوهش حاضر با محدودیت مواجه است. همچنین، پژوهش حاضر بر روی نوجوانان مقطع متوسطه انجام گردید، لذا تعمیم نتایج پژوهش به سایر گروه‌های سنی بایستی با احتیاط صورت پذیرد. با توجه به وجود رابطه بین نیازهای بنیادی روان‌شناختی با هویت، خودشناسی و تاب‌آوری نوجوانان مقطع متوسطه و پیش‌بینی نقش هویت و خودشناسی در تاب‌آوری و نیازهای روان‌شناختی، به مسئولین و متصدیان نظام آموزشی کشور به خصوص مشاوران مدارس پیشنهاد می‌شود به رویکردهای توانمندسازی روانی با تأکید بر ارضای نیازهای بنیادی روان‌شناختی از قبیل ارضای نیاز به خودمختاری و شایستگی در نوجوانان با توجه به مبحث هویت‌یابی این سنین که با بحران‌های هویتی و خودشناسی مواجهه می‌شوند، توجه داشته باشند. همچنین اجرای پژوهش حاضر بر روی سایر گروه‌های سنی و مقاطع تحصیلی و بررسی نقش برخی متغیرهای تعدیل‌کننده نظیر عزت‌نفس و ویژگی‌های شخصیتی از جمله پیشنهاد‌های پژوهشی مطالعه حاضر است که در سایه انجام تحقیقات آتی محقق خواهد شد.

تقدیر و تشکر

از مدیران و معاونین محترم مدارس و همچنین دانش‌آموزان عزیزی که در انجام پژوهش حاضر همکاری کردند، تشکر و قدردانی می‌شود.

منابع

- احمدی، ح؛ جمهری، ف. (۱۳۸۸). روانشناسی رشد، نوجوانی، بزرگسالی (جوانی، میانسالی، پیری). تهران، انتشارات: آینده درخشان.
- احمدی، س. اح. (۱۳۸۶). روانشناسی نوجوانان و جوانان، چاپ سیزدهم، انتشارات مشعل، اصفهان.
- اژه ای، ج.، خضری آذر، ه.، بابایی سنگلجی، م.، و امانی، ج. (۱۳۸۷). الگوی ساختاری روابط بین حمایت از خودمختاری ادراک شده معلم، نیازهای روانشناختی اساسی، انگیزش درونی و تلاش. فصلنامه علمی-پژوهشی در سلامت روانشناختی، ۲، ۴۷-۵۶.

بخشایش، ع.ر. (۱۳۹۲). رابطه بین باورهای مذهبی، بحران هویت و سبک های هویت در دانش آموزان. *فصلنامه مطالعه ملی*؛ ۵۶، سال چهاردهم، شماره ۴، ۳۵-۵۰.

برک، ل. (۱۳۹۱). *روانشناسی رشد*، جلد دوم، ترجمه: یحیی سیدمحمدی، تهران: انتشارات ارسباران بشارت، م. ع. (۱۳۸۶). تاب آوری، آسیب پذیری و سلامت روانی. *مجله علوم روانشناختی*؛ ۶(۲۴)، ۳۷۳-۳۸۳.

بشارت، م.ع؛ بزاریان، س.؛ قربانی، ن؛ اصغری، م. ه. (۱۳۹۳). پیش بینی خودشناسی انسجامی فرزندان بر اساس ویژگی های فرزندپروری والدین. *فصلنامه خانواده پژوهی*. دوره ۱۰، شماره ۳۷؛ ۶۵-۷۸.

حاجلو، ن؛ رضایی شریف، ع؛ واحدی، ش. (۱۳۹۱). همبسته های هویت یابی فردی در دانش آموزان دختر مقطع متوسطه ی شهرستان اردبیل. *مجله روانشناسی مدرسه*، دوره ۱، شماره ۲، ۲۱-۳۸.

حسینیان، س؛ یزدی، م؛ حاجیان، ف. (۱۳۹۱). بررسی رابطه بهوشمندی و ارضای نیازهای بنیادی روانشناختی در زنان مبتلا به سرطان. *فصلنامه فرهنگی- تربیتی زنان و خانواده*، سال ۷(۲۰)، ۴۶-۶۹.

رستمی، م؛ قزلسفلو، م؛ محمدلو، ه؛ قربانیان، ا. (۱۳۹۴). پیش بینی سلامت روانی بر مبنای شفقت خود، هویت و خودشناسی دانشجویان. *فصلنامه آموزش، مشاوره و روان درمانی*. سال چهارم، شماره پانزده؛ ۳۰-۴۴.

زرنندی، ع.ر؛ لالانسی، ف.ا؛ رضانی، و. ا. (۱۳۹۰). نقش خودشناسی، نیازهای بنیادی روانشناختی و حمایت اجتماعی در تقاضای جراحی زیبایی. *مجله روانشناسی*؛ ۶۰، سال پانزدهم، شماره ۴، ۳۶۹-۳۸۱.

سامانی، س؛ جوکار، ب؛ صحراگرد، ن. (۱۳۸۶). تاب آوری، سلامت روانی و رضایتمندی زندگی. *مجله روانپزشکی و روانشناسی بالینی ایران*؛ دوره ۱۳، شماره ۳، ۲۹۰-۲۹۵.

طهرانی، ه؛ شجاعی زاده، د؛ حسینی، س.م؛ علیزادگان، ش. (۱۳۹۱). ارتباط سلامت روانی با تیپ شخصیتی و رویدادهای زندگی پرستاران شاغل در خدمات اورژانس. *نشریه مرکز تحقیقات مراقبتهای پرستاری دانشگاه علوم پزشکی ایران (نشریه پرستاری ایران)*، دوره ۲۵، شماره ۷۵، ۵۲-۵۹.

قربانی، ن. (۱۳۹۲). *من به روایت من*. تهران: انتشارات بینش نو.

- قلاوندی، ح؛ امانی ساری بگلو، ج؛ بابایی سنگلجی، م. (۱۳۹۱). تحلیل کانونی رابطه فرهنگ مدرسه با نیازهای روانشناختی اساسی در میان دانش آموزان، *فصلنامه اندیشه های نوین تربیتی*، دوره ۸، شماره ۴، ۹-۲۸.
- کشتکاران، ط. (۱۳۸۸). رابطه الگوهای ارتباطی خانواده با تاب آوری در دانشجویان دانشگاه شیراز، *فصلنامه دانش و پژوهش در روانشناسی کاربردی*، شماره ۳۹، ۴۳-۵۵.
- نجفی، م؛ احدی، ح؛ دلاور، ع. (۱۳۸۵). بررسی رابطه کارایی خانواده و دینداری با بحران هویت. *دو ماهنامه علمی - پژوهشی دانشور رفتار*، سال سیزدهم، دوره جدید، شماره ۱۶، ۱۷-۲۶.

- Conner, K., M. and Davidson, J. R.T.(2003). Development of a new resilience scale : The Conner –Davidson Resilience scale (CD-RISC) *Depression and Anxiety*. 18, 76-82.
- Deci, E. L., Ryan, R. M., Gagne, M., Leone, D. R., Usunov, J., Kornazheva, B. P. (2001). Need Satisfaction, Motivation, and Well-Being in the Work Organizations of a Former Eastern Bloc Country: A Cross Cultural Study of Self-Determination. *PersSocPsychol Bull*. 2001; 27(8):930.
- Deci, E. L., La Guardia, J. G., Moller, A. C., Schneiner, M. J., Ryan, R. M. (2006). On the benefits of giving as well as receiving autonomy support: mutuality in close relationships. *Personality and Social Psychology Bulletin*. 2006; 32(3):313-327.
- Deci, E. L., Ryan, R. M. (2000). The "what" and "why" of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior. *Psychological Inquiry*. 2000; 11(2):227-268
- Diener, C., Kuehner, C., Brusniak, W., Struve, M., & Flor, H. (2009). Effects of stressor controllability on psychophysiological, cognitive and behavioural responses in patients with major depression and dysthymia. *Psychological Medicine*, 39(1), 77-86.
- Faircloth, B. S. (2012). "Wearing a mask" vs. connecting identity with learning. *Contemporary Educational Psychology*, In Press, Corrected Proof, Available online. <http://www.sciencedirect.com>.
- Garber, J.; Keily. M.K. & Martin, N.C.(2002). Development of adolescence depressive symptoms: predictors of change. *Journal of counseling and clinical psychology*, 70. 79-95.

- Ghorbani, N., & Watson, P. J. (2004). Two facets of self-knowledge, the five-factor model, and promotions among Iranian managers. *Social Behavior and Personality*, 32, 769-776.
- Ghorbani, N., & Watson, P. J. (2006). Validity of experiential and reflective self-knowledge scales: Relationships with basic need satisfaction among Iranian factory workers. *Psychological Reports*, 98, 727-733.
- Ghorbani, N., Bing, M. N., Watson, P. J., Davison, H. K., & LeBreton, D. L. (2003). Individualist and collectivist values: Evidence of compatibility in Iran and the United States. *Personality and Individual Differences*, 35, 431-447.
- Ghorbani, N., Watson, P. J., & Hargis, M. B. (2008). Integrative self-knowledge scale: correlations and incremental validity of a cross-cultural measure developed in Iran and the United States. *Journal of Psychology*, 142, 395-412.
- Ghorbani, N., Watson, P. J., Farhadi, M., & Chen, Z. (2014). A multi-process model of self-regulation: Influences of Mindfulness, Integrative Self-Knowledge and Self-Control in Iran. *International Journal of Psychology*, 49(2), 115-122.
- Isen, A. M. (2003). Positive affect, systematic cognitive processing, and behavior: Toward integration of affect, cognition, and motivation. In F. Dansereau & F.J. Yammarino (Eds.), *Multi-level issues in organizational behavior and strategy*, (p.55–62). Oxford, UK: JAI/Elsevier Science
- La Guardia, J. G., Ryan, R. M., Couchman, C. E., & Deci, E. L. (2000). Within-person variation in security of attachment: A self-determination theory perspective on attachment, need fulfillment, and well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 79, 367-384.
- Linville, P. W. (1987). Self-complexity as a cognitive buffer against stress-related illness and depression. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52, 663-676
- Macros, J., and McCabe, M. (2001) Relationships between identity and self – Representation during adolescence. *Journal of Youth and Adolescence*. Vol 30, No5

- Milyavskaya, M., Gingras, I., Mageau, G., Koestner, R., Gagnon, H., Fang, J., et al. (2009). Balance across contexts: The importance of balanced need satisfaction across various life domains in adolescence. *Personality & Social Psychology Bulletin*, 35, 1031-1045.
- Sheldon, K. M., Elliot, A. J., Kim, Y., & Kasser, T. (2001). What is satisfying about satisfying events? Testing 10 candidate psychological needs. *Journal of Personality and Social Psychology*, 80(2), 325-339.
- Siebert, Al. (2007). How to Develop Resiliency Strengths. Available: www.resiliencycenter.com.
- Talley, A. E., Kocum, L., Schlegel, R. J, Molix, L., Bettencour, A. (2012). Social Roles, Basic Need Satisfaction, and Psychological Health: The Central Role of Competence. *PersSocPsychol Bull.* 2012; 38(2):155-173.
- Vlachopoulos, S., Asci, F. H., Cid, L., Ersoz, G., Gonzalez-Cutre, D., Moreno Murcia, J. A., et al.(2013). Cross-cultural invariance of the basic psychological needs in exercise scale and need satisfaction latent mean differences among Greek, Spanish, Portuguese and Turkish samples. *Psychology of Sport and Exercise*.2013; 14:622-631
- Werner, E., & Smith, R. S. (1992). Overcoming the odds: High risk children from birth to adulthood. Ithaca, NY: Cornell University.
- Wilson, A. E., & Ross, M. (2000). The frequency of temporal-self and social comparison i people's personal appraisals. *Journal of Personality and Social Psychology*, 78, 928-942.