

بررسی رابطه میزان خودآگاهی مادر با تیپ شخصیتی و پایگاه اقتصادی - اجتماعی او در اولین دوره بارداری

مستوره صداقت^۱، گلناره قربانوا^۲

چکیده

تمایل به بچه دار شدن از منابع پیچیده زیستی - اجتماعی - فرهنگی و تجارب هشیارانه درون روانی نشأت می گیرد. در فرایند بارداری نه تنها جنین تحول می یابد، بلکه زن نیز دستخوش دگرگونی هایی، خواه جسمانی و خواه روانشناختی، می گردد. در این دوره عواملی چون شخصیت و درک از خود می توانند در حل بحران ها و مواجهه شدن با آنها تأثیرگذار باشند. موضوع این مقاله، بررسی رابطه بین میزان خودآگاهی مادر با تیپ شخصیتی و پایگاه اقتصادی - اجتماعی او در اولین دوره بارداری می باشد. در این تحقیق با اذعان به مطالعات تجربی و میدانی، عواملی چون تعداد بارداری، تیپ شخصیتی، خودآگاهی، سطح تحصیلات و دیگر عوامل را مورد بررسی قرار داده ایم. مبنای نظری تحقیق، نظریه های خودپنداره راجرز و تیپ شخصیتی یونگ می باشند. در مبحث روش تحقیق، از روش پیمایش و پرسشنامه به عنوان مناسب ترین ابزار برای گردآوری و تحلیل اطلاعات مورد نیاز این تحقیق استفاده شده است. جمعیت آماری شامل زنان باردار (در اولین و دومین بارداری) شهر تهران و حجم نمونه نیز بر اساس فرمول کوکران ۲۰۰ نفر برآورده شده است. در مجموع، نتایج بدست آمده نشانگر رابطه بین میزان خودآگاهی مادر با تیپ شخصیتی در اولین بارداری می باشد. همچنین نتایج تاثیر سطح اقتصادی - اجتماعی بر خودآگاهی این مادران را نشان داده است. در عین حال، یافته ها بیانگر رابطه بالا بین خواسته یا ناخواسته بودن کودک، تعداد بارداری با میزان خودآگاهی مادر است.

واژگان کلیدی: بارداری، خود، خودآگاهی، شخصیت، تیپ شخصیتی، پایگاه اقتصادی - اجتماعی.

تاریخ پذیرش مقاله: ۱۳۹۳/۱۲/۱۷

تاریخ دریافت مقاله: ۱۳۹۳/۰۸/۲۹

^۱ - دکتری روانشناسی عمومی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد سمنان (نویسنده مسئول) mastoorehsedaghat@yahoo.com

^۲ - دکتری روانشناسی عمومی، دانشگاه دولتی باکو ggurbanova@yandex.ru

مقدمه

تمایل به بچه دار شدن از منابع پیچیده زیستی - اجتماعی - فرهنگی و تجارب هشیارانه درون روانی نشأت می گیرد. در فرایند بارداری نه تنها جنین تحول می یابد، بلکه زن نیز دستخوش دگرگونی هایی، خواه جسمانی و خواه روانشناختی و اجتماعی می گردد. در راستای سپری شدن ماه های بارداری زن مراحل عاطفی خاص این دوره را نیز پشت سر می گذارد. اضطراب و نگرانی در مورد سلامت جنین و ترس از درد زایمان و وضع حمل دوره بارداری شایع است. اوایل دوره پس از تولد به منزله بخشی از بحران کلی سازش در خلال بارداری است. زن در این دوره از مراحل روانشناختی خاصی نیز گذر می کند پس از تولد کودک، زن و مرد مقام "مادر" و "پدر" را احراز می کنند و ایفاگران این نقش متعالی تحول شناختی و جسمانی کودک را بر عهده می گیرند. آنان در ایفای نقش جدید خود از انگاره های والدی، که در طی دوران کودکی درونی کرده اند، کمک می گیرند. ایفای نقش مادری به نحو مطلوب نیازمند پذیرش این نقش از سوی مادر است و فرایند ایفای این نقش واجد مراحل است (لیف، ۱۹۹۱: ۱۴۴-۱۴۵). بارداری یک "وضعیت" نیست، بلکه یک "فرایند" است. در این فرایند نه تنها جنین تحول می یابد و به تدریج طبق برنامه ای از پیش تعیین شده به رشد یافتگی می رسد، بلکه زن هم دستخوش دگرگونی هایی می شود. زن در عین حال از تجربیات بارداری و از احساساتش درباره این تجربیات اثر می پذیرد. از لحاظ جسمانی نیز زن دستخوش تغییرات زمان بندی شده نظیر بزرگ شدن منظم رحم از شش هفتگی، تغییر بافت و رشد سینه ها می گردد. مادر شدن از فرایندهای هورمونی و سوخت سازی نیز تأثیر می پذیرد. زن احساساتی نظیر تهوع، کسالت اول صبح، افزایش ترشح بزاق، تعریق را تجربه می کند. بدین ترتیب نشانه های بدنی واجد تفسیرهای روانی هستند و بر عکس حالات عاطفی نظیر اضطراب، ترس را تقلیل یا افزایش می دهند (لیف، ۱۹۹۱: ۱۴۵).

ندلسون^۱ (۱۹۷۸) بیان می کند که نگرانی درباره توانایی دوست داشتن یا مورد علاقه واقع شدن می تواند یکی از عوامل انگیزش محسوب شود. زنانی بر این باورند که کسی آنان را دوست ندارد و تنها فرزند داشتن ضامن عشق و دوستی است. بندیک^۲ (۱۹۷۰) و کلاین^۳ (۱۹۷۳) دیدگاههای مادری (دوران بارداری و بعد از آن) را به منزله منبع دگرگونی قابل توجه شخصیت مطرح کردند. بندیک ارتباط میان مادر و کودک را فرایندی بین شخصی می داند که بر هر دو طرف اثر می گذارد. رفتار و احساسات مادر بر کودک تأثیر می گذارد، مادر در دوران بارداری از خود تعریفی ارائه می دهد یعنی احساس وی از کفایت خود، خودش و احساس او از آنچه که مادر "خوب" و "بد" را ساخت می دهد در آن تعریف گنجانده می شوند (کاپلان، ۱۹۹۶).

نانسی چادو^۴ (۱۹۹۰) مؤثرترین و تفضیلی ترین گفته ها در مورد جایگاه مادری در تحول زن را به دست می دهد. چادورو دقیقاً زن مدار است. به اعتقاد او، زنان به ارتباط اولیه با کودک نیازمندند. مادری برای زنان ارزشمند است. داشتن کودک و تجربه ارتباط با یک مرد در این بافت، او را قادر می سازد تا با ساخت ارتباطی درون - روانی بر جهان اجتماعی نفوذ دوباره ای داشته باشد و در زمانی که او در جایگاه جدیدی قرار می گیرد. یعنی مقام مادری را به دست می آورد، به حل مجدد عقده ادیب اقدام می ورزد (چادو، ۱۹۹۲).

از نقطه نظر روانشناختی، بارداری "بحران رشد یافتگی" محسوب می شود، زیرا بارداری مرحله حساسی است که به مادری با تمام مسئولیت ها و الزامات مربوط به آن منتهی می شود. بارداری با سایر دوره های حساس زندگی که اریکسون آن را دوره های

1. Nadelson

2. Benedik

3. Klain

4. Chadov

بحرانی می نامد، قابل مقایسه است. اولین جنبه بحران در بارداری احیای تعارض های مراحل قبلی است که اغلب به یافتن راه حل های جدید منجر می شود (ندلسون، ۱۹۷۸).

در سه ماهه سوم بارداری، حتی قبل از آن زنان ممکن است نگرانی هایی درباره فرایند وضع حمل، جنس نوزاد، سلامت نوزاد احتمال مرگ یا آسیب خود و یا کودک را داشته باشند که این نگرانی ها خود را در این دوران در رؤیایها نشان می دهند. در آخرین هفته های بارداری ملالت با تردید درهم می آمیزد. وجد و کنجکاوای در زیر پوششی از اضطراب قرار می گیرد. زن باردار احساس می کند روی یک پرده متحرک با حرکت آهسته به سوی خط پایان ناشناخته ای پیش می رود. زمان و ماهیت تولد خارج از مهار اوست. اضطراب در زمینه هایی مانند زمان و مکان تولد کودک، چگونگی از عهده برآمدن درد و زایمان و چگونگی رویارویی با کودک متجلی می گردد.

قبل از این که تغییرات جسمی باردار آشکار شود مفهوم بدن، در زن دستخوش تغییر می شود. به این معنی که تجسم می کند فرد دیگری در بدن او زندگی می کند. افزون بر این بارداری، دریچه ای به گذشته می گشاید. از این رو، باردار شدن امکان بازشناسایی باقیمانده درون خودش را فراهم می کند. در حالی که به ماههای بارداری افزوده می شود، تغییرات بدنی او را در طبقه بندی های جدیدی جای می دهد. باردار شدن برای زن، عدم تعادل عاطفی به بار می آورد. لیف بیان می کند که با باردار شدن وی زن سابق نخواهد بود (گروسمن^۱ و همکاران، ۱۹۷۷).

اکثر زوج ها در طی زندگی خود به نقطه ای می رسند که نیاز به داشتن فرزند را احساس می کنند. تمایل به بچه دار شدن روزنه امیدی است برای تولد دوباره خویش؛ تغییر در دنیای یکنواخت و کسالت آور و یا تأمین هر آنچه که پدر و مادر در اشتیاق آن هستند.

از طرفی، مفهوم خود می تواند به صورت تمام تصورات، باورها و عقاید محکمی تعریف شود که سازنده ی اطلاعات فرد از خویش بوده و روابط او با دیگران را تحت تأثیر قرار می دهد. مفهوم خود، شامل تصورات فرد از ویژگی های خاص و توانایی های او، تعامل های او با مردم و محیط و ارزشهای او که در ارتباط با تجربیات و اعیان بوده، اهداف و آرمانهای او می باشد (لیف، ۱۹۹۱: ۱۵۲).

در سالهای اخیر، به تأثیر عوامل مختلف بر بارداری و تأثیر این عوامل بر جنین، توجه زیادی شده است. در بعد فردی، خودآگاهی و شناخت و محاسبه نفس به انسان کمک می کند که انرژی ها و استعدادها و امکانات را از دست ندهد و سرمایه منحصر به فرد حیات را که هرگز حتی یک لحظه از آن تکرار نخواهد شد، از دست نداده، آنرا در راه کمال و رشد حیات شخصی و تصفیه حیات کمالی اجتماع به کار اندازد. انسان وقتی به خویشتن آگاهی دارد می تواند خود را متحول و دگرگون کند. انسان ناآگاه از خویشتن هرگز نمی تواند اختیار خویشتن را داشته باشد. انسانی که خود را نمی شناسد یک انسان نابالغ است و عوامل خارج او را به این و آنسوی می کشاند (پتری، ۱۹۹۰: ۸۷).

به نظر جوردن^۲ (۱۹۶۳) فرد در جریان بارداری قادر خواهد بود. (۱) توانایی ها و نیز محدودیت های خود را به طور واقع بینانه تری ارزیابی نماید. (۲) بطور بهتر و عملی تری خود را با سایرین مقایسه کند. (۳) منابع جدیدی را برای خود شناسی دقیق تر کشف نماید. (۴) تصمیمات صحیح تر و بهتری اتخاذ نماید.

ویلی^۳ (۱۹۷۴) اعلام نمود که با مقایسه وقایع خارجی نمی توان ارتباطی با ارزیابی خویشتن پندار^۱ او را پیش گویی نماید. به عبارت دیگر با مشاهده و ثبت وقایع اطراف محیط زندگی فرد نمی توان چگونگی خویشتن پنداریش را پیشگویی نمود و هر فرد باید از زبان خودش، عقاید خود را در مورد شخصیت خویش ابراز نمایند.

1. Grossman

2. Jordan

3. Villi

خود آگاهی مستلزم برانگیختگی قشر کورتکس، به ویژه مناطق مربوط به زبان است که احساسات برانگیخته شده را مورد شناسایی قرار داده و نامگذاری می کنند. اما خود آگاهی به معنی توجهی نیست که به دنبال احساسات کشیده شود و هر آنچه را که درک می شود بزرگ نمایی کرده و نسبت به آن واکنش افراط آمیز نشان دهد. بلکه نوعی وضعیت عصبی است که حتی در بحبوحه ی احساسات برآشفته به خود- اندیشی ادامه می دهد. خویشتن نگری^۲ در بهترین حالت، دقیقاً چنین آگاهی بردبارانه ای را از احساسات برآشفته و آشوب زده میسر می سازد و در بدترین حالت، خود را به عنوان گامی عقب از تجربه نشان می دهد که در کنار آن بال و پر می زند و به آنچه در حال وقوع است آگاهی دارد، ولی در آن غرق نمی شود (نوری ۱۳۸۳). به عنوان مثال بین حالت « خشم شدید نسبت به کسی» و این حس درونی که « این خشم است که دارم ابراز می کنم» تفاوت هست. اما از زاویه مکانیزم عصبی آگاهی، این تغییر ظریف در فعالیت ذهنی انسان احتمالاً نشان از آن دارد که مدارهای نئو کورتیکال بطور فعال در حال کنترل احساس خشم هستند و این نخستین گام در کسب کنترل های بعدی است. این آگاهی از احساسات، نوعی قابلیت احساس اساسی است که دیگر مهارت ها، همچون کنترل عاطفی خود بر روی آن بنا می شوند. به گفته جان مایر روانشناس دانشگاه نیو همپشایر، که با همکاری پیتر سالوی موفق به تدوین تئوری هوش عاطفی^۳ شده اند. خود آگاهی به طور خلاصه به معنی « آگاه بودن از خلق و خوی خویشتن، همچنین اندیشه هایی است که راجع به این خلق و خود داریم» خود آگاهی می تواند نوعی نگرش و توجه بی طرفانه به حالات درونی باشد.

می توان چنین بیان کرد که در واقع خود آگاهی مجموعه کلی باورهای فرد در زمینه اسنادهای شخصی وی راجع به خودش است (برم و کازین^۲، ۱۹۹۰). خود آگاهی ارزشیابی کلی فرد از شخصیت خویش است. این ارزشیابی ناشی از ارزشیابیهای ذهنی ای است که معمولاً از ویژگیهای رفتاری خود به عمل می آوریم. در نتیجه خود پنداره ممکن است مثبت یا منفی باشد. خود آگاهی، سازماندهی کلی ادراکاتی است که فرد نسبت به خود دارد. در ضمن خود آگاهی سازمان یافته، چند وجهی، سلسله مراتبی و نسبتاً ثابت است (دمبو^۳، ۱۹۹۶).

به تعبیر روانشناسانه، توانایی فرد در شناخت خود و آگاهی از خود به عنوان موجودی متمایز همان چیزی است که خود آگاهی نامیده می شود. هر چه پاسخ افراد به سوال (من کیستم؟) دقیق تر باشد، فرد از توانایی خود آگاهی بیشتری برخوردار خواهد بود (گروسمن و همکاران، ۱۹۷۷).

از دیدگاه اجتماعی خود، محصولی اجتماعی است. گروهی از روانشناسان اجتماعی که خود را (تعامل گرایان نمادین^۴) یا کنش متقابل نمادی^۵ می نامند، معتقدند که افراد بر اساس اینکه دیگران در مورد آنها چه نظری دارند یا با آنها چگونه رفتار می کنند، در مورد خود اظهار نظر می کنند. در این دیدگاه، آنچه اهمیت دارد نظر دیگران در مورد ماست. محیط بیرونی، ساختار کلان اجتماعی، همانند سازی، تعاملات بین افراد و ایفای نقش از عوامل اصلی شکل دهنده خود هستند (گروسمن و همکاران، ۱۹۷۷). در دیدگاه شناختی چنین مطرح می شود که در ارزشیابی هایی که دیگران در مورد ما دارند، انتخاب ها و تفسیرهای خود ما نیز نقش دارند. به عبارتی، هر تصویر بیرونی از خلال صافی درون می گذرد. در واقع بر خلاف دیدگاه اجتماعی که خود پنداره هر فردی فقط و فقط حاصل تصاویر و تعبیرهای دیگران از او بود، در اینجا این خود فرد است که با بازسازی و تفسیر تصاویر دیگران، خود پنداره اش را شکل می دهد (همان منبع).

1. Self-concept

2. Berm & Kazin

3. Dembo

4. Symbolic interactionist

5. Symbolic interaction

سطح روانی خودآگاهی شامل ویژگی های روحی و حالات روانی ما هستند. خوشحالی، لجابت، پشتکار و ... دیگر صفاتی که شخصیت ما را شکل می دهند، در این بخش جای می گیرند. خودآگاهی هنگامی از کارکرد لازم و مفید برخوردار خواهد بود که داده های حاصل از تجربه را کسب کند و به عبارتی، منطبق بر واقعیت باشد (همان منبع).

به هر حال، تلاش برای خودآگاهی در اولین دوره بارداری از دو نظر دارای اهمیت و ارزش است، یکی از نظر خود فرد و دیگری از نظر اجتماع. بدین معنی که مادر در اولین بارداریش با آشنا شدن با دنیای درون خود، شناختن خود، حل تعارضهای درون خود نسبت به شرایط جدید و فراهم آوردن امکانات استفاده از استعداد های نهفته خود به رشد کامل شخصیت خود کمک می کند، به این ترتیب به عنوان یک انسان کامل و برخوردار از حس تفاهم در اجتماع خود، می تواند به بهبود نقش مادری خود کمک کند که در این صورت فرزندی سالم را به جامعه تحویل می دهد.

خودآگاهی مجموعه کلی باورهای فرد در زمینه اسناد های شخصی وی راجع به خودش است. خودآگاهی ارزشیابی کلی فرد از شخصیت خویش است. این ارزشیابی ناشی از ارزشیابیهای ذهنی ای است که معمولاً از ویژگیهای رفتاری خود به عمل می آوریم. در نتیجه خود پنداره ممکن است مثبت یا منفی باشد (دمبو، ۱۹۹۶: ۴۱۹).

یکسری از ویژگی های افراد خود آگاه این است که برای خود ارزش قائل هستند، از روحیه ی انتقاد پذیری برخوردارند، به ارزش ها و اعتقاداتشان آگاهی کامل دارند و از آن دفاع می کنند، احساس خشنودی و رضایت خاطر زیادی دارند، در مقابل فشار و ضربه های روانی و اجتماعی مقاومت بیشتری را از خود نشان می دهند، به دنبال سرزنش و یا تحقیر دیگران نیستند، بلکه با دیگران در کمال احترام برخورد می کنند، اغلب از اندیشه ی مثبت نگری برخوردارند، روحیه همکاری و مشارکت بالاتری دارند، از مشورت با افراد متخصص استقبال می کنند (برم و کازین، ۱۹۹۰).

برخی از مهمترین اجزاء خودآگاهی عبارتند از: ۱. شناخت ویژگی های جسمانی و بدنی

یکی از عوامل موثر در شناخت خود، شناخت ویژگی های جسمی و بدنی است فرد می تواند با تکیه بر نقاط مثبت خود و با احساس رضایت حاصل از این نقاط قوت در جهت برطرف نمودن نقاط ضعف خویش اقدام نماید.

۱. شناخت توانایی ها و مهارت های خود که شامل موارد زیر است:

الف) شناخت خصوصیات و ویژگی های مثبت. همه ما یکسری ویژگی ها و خصوصیات خوب داریم. هیچکس نیست که ویژگی خوبی نداشته باشد. خصوصیات و ویژگی های مثبت زیادی در وجود ما وجود دارند که خودمان آنها را نمی شناسیم، اما دوستان و اطرافیانمان از آن ها آگاهند. بنابراین می توانیم با دوستان خود مشورت کرده و با کمک آن ها این ویژگی ها را پیدا کنیم. آگاهی داشتن از ویژگی های مثبت به ما اعتماد به نفس می دهد و کمک می کند تا بتوانیم با خودمان ارتباط بهتری برقرار کنیم.

ب) شناخت توانمندی ها و استعدادها. هر کدام از ما استعدادها و توانایی های زیادی داریم، که باعث می شود در کارهای بسیاری موفق باشیم. مثلاً: بتوانیم روابط اجتماعی خوبی را با دیگران برقرار کنیم و اما نباید فکر کنیم استعداد در یک زمینه ی خاص به معنی کامل بودن و بهترین بودن در آن زمینه است. برای مثال: نباید فکر کنیم که حتماً باید مثل یک نقاش بزرگ نقاشی کنیم تا بگوییم نقاشی من خوب است. با آگاهی یافتن از استعدادهای خود می توانیم آن ها را درون خود پرورش داده و به توانمندی مشخص و کارآمدی تبدیل نماییم.

ج) شناخت پیشرفت ها و موفقیت ها. واقعیت امر این است که موفقیت ها و پیشرفت های ما به یک سری کارهای بزرگ و عجیب مثل کشف جدیدترین - عنصر شیمی، یا یک اختراع عجیب و غریب محدود نمی شود. بلکه منظور از پیشرفت و موفقیت انجام یک سری کارهای معمولی زندگی است، مثلاً اولین باری که توانستیم بدون کمک دوچرخه سواری کنیم، اولین باری که توانستیم بند کفش هایمان را به تنهایی ببندیم و موفقیت های بالاتر مثل اولین باری که یاد گرفتیم بخوانیم و بنویسیم و بازم

موفقیت های بالاتر مثل پیدا کردن شغل، انتخاب همسر همه و همه جزء پیشرفت ها و موفقیت های زندگی ما محسوب می شوند) برم و کازین، ۱۹۹۰).

در بعد فردی، خود آگاهی و شناخت و محاسبه نفس به انسان کمک می کند که انرژی ها و استعدادها و امکانات را از دست ندهد و سرمایه منحصر به فرد حیات را که هرگز حتی یک لحظه از آن تکرار نخواهد شد، از دست نداده، آنرا در راه کمال و رشد حیات شخصی و تصفیه حیات کمالی اجتماع به کار اندازد. یکی دیگر از جلوه های خود آگاهی، آزادی و اختیار و در دست گرفتن سر رشته زندگی است. انسان وقتی به خویشتن آگاهی دارد می تواند خود را متحول و دگرگون کند. انسان نا آگاه از خویشتن هرگز نمی تواند اختیار خویشتن را داشته باشد. انسانی که خود را نمی شناسد یک انسان نابالغ است و عوامل خارج او را به این و آنسوی می کشاند (پتری^۱، ۱۹۹۰).

خود آگاهی در قرآن به معنای بازیابی حقیقت خویش به واسطه پرورش و زنده کردن استعدادهای فطری و درونی است که در وجود او نهاده شده و سپس درک قلبی حقایق هستی و اسما و صفات الاهی.

خود آگاهی دارای مراتب و شعبه های مختلفی مانند فطری، جهانی و عرفانی بوده که مرتبه کامل آن بازیابی و خود آگاهی عرفانی است که با رابطه انسان با واقعیت و اصالت حقیقی او که همان خلیفه اللهی باشد، پیوند خورده است.

همچنین خود آگاهی در قرآن به معنای بازیابی حقیقت خویش به واسطه پرورش و زنده کردن استعدادهای فطری و درونی است که در وجود او نهاده شده و سپس درک قلبی حقایق هستی و اسما و صفات الاهی. پس، ذات و جوهره ذاتی انسان، بازیابی و خود آگاهی اوست که به آن فطرتاً حبّ و عشق می ورزد (مطهری، ۱۳۹۰: ۳۰۴).

از این رو، خود آگاهی دارای مراتب و شعبه های مختلفی بوده که مرتبه کامل آن بازیابی و خود آگاهی عرفانی است که با رابطه انسان با واقعیت و اصالت حقیقی او که همان خلیفه اللهی باشد، پیوند خورده است (مجموعه آثار، ۱۳۹۰: ۳۰۸).

علاوه بر خود آگاهی، از عوامل مهمی که می تواند در کنار آمدن با بحران بارداری مؤثر باشد، شخصیت است.

مفهوم «تیپ» از کلمه یونانی «توپس» به معنای نقش یا اثر گرفته شده و در روان شناسی، به معنای خصوصیات ویژه جسمی و روان شناختی خاصی است که آدم ها را از همدیگر مجزا می کند. به بیان دیگر، مجموعه ای از آدم ها که تحت یک «تیپ» شناسایی می شوند، رفتارها و اندیشه های تقریباً مشابهی دارند و واکنش های بدنی آنها نیز کم و بیش با هم یکسان است. تیپ یعنی مجموعه شیوه های واکنش یا مجموعه ساخت شخصیت هدف از تشخیص تیپ های شخصیتی یا طبقه بندی انواع مختلف شخصیت ها این است که ویژگی های جسمی و روانی انسانها، مخصوصاً رابطه آنها، مورد مطالعه قرار گیرد (بایراموا، ۱۹۸۹: ۵۴۰).

شخصیت یکی از مهمترین بخش های وجود آدمی است. شخصیت ساخته وراثت و محیط است. انسان با ویژگی های ژنتیکی خاصی به دنیا می آید، و از آن پس سر و کار او با محیط اطراف خود خواهد بود. محیط نقش مهمی در شکل دهی شخصیت دارد. کارل راجرز شخصیت را " چیزی " درونی می داند که ماهیت تعامل شخص با جهان را تعیین می کند. اریکسون شخصیت را تابعی از نتایج بحران های روانشناختی در مراحل زندگی فرد می داند. کارل یونگ^۲ (۱۹۵۶) کل شخصیت را شامل مجموعه ای از ساختارها یا نظامهای جداگانه ای می دانست که اگر چه کاملاً از یکدیگر تفاوت دارد، ولی با وجود این می توانند بر هم تأثیر گذارند. هر فرد نه تنها شخصیت بلکه تیپ شخصیتی منحصر به فرد دارد. تیپ شخصیتی در واقع مجموعه شیوه های واکنش یا مجموعه ساخت شخصیت و هدف از تشخیص آن یا طبقه بندی انواع مختلف تیپ شخصیت ها این است که ویژگی های جسمی و روانی انسانها، مخصوصاً رابطه آنها، مورد مطالعه قرار گیرد. طبقه بندی های مختلفی همچون طبقه بندی کرچمر، شلدن و ... از تیپ شده است. اما طبقه بندی یونگ و آیزنک تقریباً تمام انواع تیپ ها را در بر دارد. از دیدگاه یونگ قسمت اعظم ادراک هشیار

1 . Petri

2 . Karol Jung

و واکنش نسبت به جهان پیرامون مان به وسیله نگرشهای برون گرایی^۱ و درون گرایی^۲ تعیین می شود. یونگ اعتقاد داشت که زیست مایه می تواند به صورت بیرونی و به سوی جهان خارج و یا به صورت درونی و به سوی خویشتن جریان یابد. یعنی بعضی از افراد درون گرا هستند که تا حدودی گوشه گیر و اغلب خجالتی بوده و به خود تمرکز دارند. از طرف دیگر برون گراها پذیرا تر، مردم آمیزتر و از لحاظ اجتماعی پرخاشگرترند. طبق نظر یونگ، هر شخصی زمینه و قابلیت هر دو نگرش را دارد، ولی تنها یکی از آنها بارز و غالب می شود. به محض اینکه نگرش بارز مشخص شود، رفتار و هشیاری فرد تا اندازه زیادی به وسیله آن تنظیم می شود. با وجود این، نگرش غیر مسلط از بین نمی رود. این نگرش به بخشی از ناهشیاری شخصی وارد می شود، جایی که هنوز می تواند بر رفتار تأثیر بگذارد. بنابراین، غیر مسلط به هر حال وجود دارد، به طوری که یک شخص ممکن است، نه صرفاً برون گرا و نه کاملاً درون گرا باشد، یعنی، همه ما دارای هر دو نوع نگرش در شخصیت هستیم.

شخصیت افراد را بر شش نوع تقسیم می نماید که عبارت از واقع بین، معنوی، اجتماعی، قراردادی و سنتی، تهوری، و هنری می باشند. این طبقه بندی کلی است و انواع الگوهای مختلف شخصیتی را شامل می شود. هر کدام از این انواع شخصیت، دارای خصوصیات هستند که به شرح زیر قابل ذکر می باشند:

۱. نوع واقع گرا - فرد واقع گرا چنانچه با مشکلاتی مواجه شود راه حل‌های عملی برای مشکلات جستجو می کند. افراد واقع بین بیشتر به مشاغلی که به مهارت های فنی نیازمند است اشتغال می ورزند. تجربیات و وراثت خاص یک فرد واقع گرا، منجر به سروکار داشتن منظم با اشیاء، ابزار، ماشینها و حیوانات و اجتناب از فعالیتهای آموزشی و یا درمانی می شود. این تمایلات رفتاری به نوبه خود منتهی به اکتساب صلاحیتهای عملی، مکانیکی، کشاورزی، الکتریکی و فنی و به کمبودی در صلاحیتهای اجتماعی و تربیتی می شود.

رشد این الگوی فعالیتها، صلاحیتهای و علایق واقع گرایانه فردی را به وجود می آورد که رفتارهای زیر را از خود نشان می دهد: مشاغل یا موقعیت های واقع گرایانه ای مانند مهندسی برق را ترجیح می دهد که در آنها موقعیتهای بتواند فعالیتهای ترجیحی خود را انجام دهد و از فعالیتهایی که مقتضی مشاغل اجتماعی است، دوری کند. برای حل مشکلاتی که در کار و محیط های دیگر وجود دارد از صلاحیتهای واقع گرایانه استفاده می کند. خود را فردی دارای تواناییهای ورزشی و مکانیکی و فاقد توانایی در ارتباط انسانی می پندارد. برای اشیای عینی و خصوصیات شخصی قابل لمس - پول، قدرت، مقام - ارزش قایل می شود.

۲. تیپ جستجو گر - این طبقه از افراد روابط اجتماعی را زیاد دوست ندارند، کمتر به تغییر رشته تحصیلی در دانشگاه می پردازند، گاه به رویاپردازی در مورد پیشرفت های آینده خود مبادرت می ورزند و از انجام مشاغل پیچیده که نیاز به تفکر دارد لذت می برند.

- این افراد خلاق، مستقل، پیشرونده، کمرو و محتاط می باشند.

- تجربیات و وراثت خاص یک فرد جستجوگر منجر به سروکار داشتن با بررسی خلاق، نمادی و منظم پدیده های فیزیکی، زیست شناختی و فرهنگی به منظور فهم و کنترل این پدیده ها می شود.

- این تمایلات رفتاری به نوبه خود منتهی به اکتساب صلاحیتهای علمی و محاسباتی می شود.

رشد این الگوی فعالیتها؛ صلاحیتهای؛ و علایق جستجوگرانه فردی را به وجود می آورد که رفتارهای زیر را از خود نشان می دهد:

- مشاغل یا موقعیتهای جستجوگرانه را ترجیح می دهد تا در آن موقعیتهای بتواند به فعالیتهای مرجح مبادرت ورزد و از فعالیتهایی که مقتضی مشاغل متهورانه است دوری کند.

- برای حل مشکلاتی که در کار و محیطهای دیگر وجود دارد از صلاحیتهای جستجوگرانه استفاده می کند.

1. extraversion

2. introversion

- خود را فردی محقق، روشنفکر، دارای تواناییهای علمی و ریاضی؛ و فاقد توانایی رهبری می‌پندارد.
- برای علم ارزش قائل می‌شود.

۳. تیپ اجتماعی - افراد این طبقه دارای رغبت‌های اجتماعی می‌باشند و نقش معلمی را ترجیح می‌دهند. افراد نوع اجتماعی انسان‌هایی مسئول و بشردوست هستند و قراردادهای اجتماعی را می‌پذیرند. در ایجاد روابط انسانی مهارت دارند. در عین حال از حل عقلانی مسائل گریزانند و از کارهای بدنی و فعالیتهای سازمان‌یافته خوششان نمی‌آید. تجربیات و وارث خاص یک فرد اجتماعی منجر به سروکار داشتن با اداره کردن دیگران به منظور آگاهانیدن، تعلیم، رشد، درمان یا راهنمایی آنان و اجتناب از فعالیتهای سازمان‌یافته است که به مواد، ابزار یا ماشینها مربوط باشد. این تمایلات رفتاری به نوبه خود منتهی به اکتساب صلاحیتهای روابط انسانی مانند صلاحیتهای میان فردی و آموزشی و کمبودی در صلاحیتهای دستی و فنی شود.

رشد این الگوی فعالیتها، صلاحیتهای و علایق اجتماعی فردی را به وجود می‌آورد که رفتارهای زیر را از خود نشان می‌دهد.

- افراد این طبقه دارای رغبت‌های اجتماعی می‌باشند و نقش معلمی را ترجیح می‌دهند. مشاغل یا موقعیتهای هنری را ترجیح می‌دهد که در آن موقعیتهای بتواند به انجام فعالیتهای مرجح مبادرت ورزد و از فعالیتهای که مقتضی مشاغل یا موقعیتهای واقع‌گرایانه است دوری کند.

- برای حل مشکلاتی که در کار و محیطهای دیگر وجود دارد از صلاحیتهای متهورانه استفاده می‌کند.

- خود را فردی پرخاشگر، محبوب، مطمئن به خود، معاشرتی، دارای توانایی رهبری، سخن‌گفتن و فاقد توانایی علمی می‌پندارد.

- برای پیشرفت اقتصادی و سیاسی ارزش قائل می‌شود.

۴. نوع قراردادی - این عده احترام خاص برای حفظ قوانین و مقررات قائلند و بخوبی به کنترل خویش قادر می‌باشند. دوست‌دار نظم و ترتیب هستند، از موقعیتهای پیچیده گریزانند و به فعالیت‌های جسمانی و اجتماعی تن در نمی‌دهند.

تجربیات و وارث خاص یک فرد قراردادی به رجحان فعالیتهای منجر می‌شود که پیامد آن ترجیح فعالیتهای ساده، مرتب، سر و کار داشتن منظم با داده‌ها، مانند نگهداری پرونده‌ها، بایگانی مطالب، تکثیر مطالب، تنظیم اطلاعات نوشتاری و عددی بر طبق نقشه تعیین شده، به کار انداختن ماشینهای اداری و پردازش داده‌ها برای کسب اهداف سازمانی یا اقتصادی و بیزاری از فعالیتهای مبهم، آزاد، جستجوگرانه یا سازمان‌نیافته است. این تمایلات رفتاری به نوبه خود منتهی به اکتساب صلاحیتهای اداری، محاسباتی، نظم تجاری و کمبودی در صلاحیتهای هنری می‌شود.

رشد این الگوی فعالیتها، صلاحیتهای و علایق قراردادی فردی را به وجود می‌آورد که رفتارهای زیر را از خود نشان می‌دهد.

- مشاغل یا موقعیتهای قراردادی را ترجیح می‌دهد که در آن موقعیتهای بتواند به فعالیتهای مرجح مبادرت ورزد و از فعالیتهایی مقتضی مشاغل یا موقعیتهای هنری دوری کند.

- برای حل مشکلاتی که در کار و محیطهای دیگر وجود دارد از صلاحیتهای قراردادی استفاده می‌کند.

- خود را فردی هم‌رنج، منظم و دارای توانایی دفتری و حسابداری می‌پندارد.

- برای پیشرفت بازرگانی و اقتصادی ارزش قائل می‌شود.

۵. نوع متهور - افراد نوع تهوری در گویائی بسیار مهارت دارند، ماجراجو هستند، اجتماعی می‌باشند، و در فعالیت‌هایشان نقش غالبی را برعهده می‌گیرند. در جستجوی قدرت و موقعیت هستند و می‌کوشند تا رهبر شوند و در امور مالی و تجاری و نظایر آنها مهارت کسب کنند. تجربیات و وارث خاص یک فرد متهور به رجحان فعالیتهای منجر می‌شود که پیامد آن اداره کردن دیگران برای تحصیل اهداف سازمان یا به دست آوردن درآمد اقتصادی؛ و بیزاری نسبت به فعالیتهای مشاهده‌ای، نمادی و سازمان‌یافته

است این تمایلات رفتاری به نوبه خود منتهی به اکتساب صلاحیتهای رهبری، میان فردی، تشویق و کمبودی در صلاحیتهای علمی می شود.

رشد این الگوی فعالیتهای، صلاحیتهای و علایق متهورانه فردی را به وجود می آورد که رفتارهای زیر را از خود نشان می دهد.

- مشاغل یا موقعیتهای متهورانه را ترجیح می دهد که در آن موقعیتهای بتواند به فعالیتهای مرجع مبادرت ورزد و از فعالیتهایی مقتضی مشاغل یا موقعیتهای قراردادی است دوری کند.

- برای حل مشکلاتی که در کار و محیطهای دیگر وجود دارد از صلاحیتهای هنری استفاده می کند.

- خود را فردی مبتکر، ابراز گر، شهودی، سازش ناپذیر، درون نگر، مستقل، نامنظم، دارای توانایی در زمینه های هنری، موسیقی، بازیگری، نویسندگی و گویندگی می پندارد.

- برای کیفیات مربوط به زیباشناسی ارزش قائل می شود.

۶. نوع هنری - افراد این طبقه در شناسایی و بیان خصوصیات خود مهارت دارند. روابط حسنه ای با دیگران برقرار می سازند، از نظم و ترتیب بدورند، در روابط خود با دیگران حساسند، کمتر به کنترل خود می پردازند، و به سادگی در مورد عواطف و احساسات خود صحبت و گفتگو می نمایند، به مبارزه با مشکلات محیطی از طریق ارائه آثار هنری اقدام می نمایند. تجربیات و وارث خاص یک فرد هنری به رجحان فعالیتهای منجر می شود که پیامد آن فعالیتهای پیچیده، آزاد و غیر منظم که شامل سر و کار داشتن با مواد فیزیکی، کلامی یا انسانی برای خلق اشکال یا محصولات هنری و نوع بیزاری از فعالیتهای آشکار، سازمان یافته و مرتب است. این تمایلات رفتاری به نوبه خود، منتهی به اکتساب صلاحیتهای هنری - زبان، موسیقی، نمایش، نویسندگی - و کمبودی در صلاحیتهای نظام تجاری یا اداری می شود.

رشد این الگوی فعالیتهای، صلاحیتهای و علایق هنری فردی را به وجود می آورد که رفتارهای زیر را از خود نشان می دهد.

- مشاغل یا موقعیتهای هنری را ترجیح می دهد که در آن موقعیتهای بتواند به فعالیتهای مرجع مبادرت ورزد و از فعالیتهایی مقتضی مشاغل یا موقعیتهای قراردادی است دوری کند.

- برای حل مشکلاتی که در کار و محیطهای دیگر وجود دارد از صلاحیتهای هنری استفاده می کند

- خود را فردی مبتکر، ابراز گر، شهودی، سازش ناپذیر، درون نگر، مستقل، نامنظم، دارای توانایی در زمینه های هنری، موسیقی، بازیگری، نویسندگی و گویندگی می پندارد.

- برای کیفیات مربوط به زیباشناسی ارزش قائل می شود.

با توجه به نظریات ارائه شده، شخصیت نقش تعیین کننده ای در رسیدن به خودآگاهی می تواند داشته باشد. شخصیت نوعی سازمان یا ساخت فرضی قلمداد می شود. شخصیت تا حدودی رفتار را سازمان و توحید می بخشد. به بیان دیگر، شخصیت پدیده ای انتزاعی است که بر اساس تفسیر مشاهده رفتار شخص به دست می آید. اکثر تعاریف از شخصیت بر این نکته تأکید دارند که باید شخصیت را بر حسب تاریخچه تکاملی فردی بررسی کرد. شخصیت پدیده ای تکاملی است که تحت تأثیر عوامل متنوع درونی و بیرونی نظیر وراثت و خصوصیات زیست شناختی، تجربیات اجتماعی و دگرگونی های شرایط محیطی تکامل می یابد و تیپ شخصیتی از آن جهت که ساخت شخصیت را تعیین می کند و نشان می دهد در بررسی شخصیت از اهمیت خاص برخوردار است. طبقه بندی یونگ از تیپهای شخصیتی یکی از شاخص ترین طبقه بندی ها محسوب می شود.

با توجه به نظریه های مطرح شده و تحقیقات صورت گرفته در رابطه با خودآگاهی و تیپ شخصیتی می توان به اهمیت این موضوع پی برد که اگر زن در اولین بارداری به درک درستی از خود و ساخت درستی از شخصیت خود نرسیده باشد به دنبال آن نمی تواند در آینده مهمترین نقش خود که همان مادری است، ایفا کند.

تجربه هر زن از بارداری با تجربه سایر زنان متفاوت است، و در هر زن، بارداری کنونی، با بارداری بعدی و قبلی او فرق دارد. به عبارتی با باور به اصل منحصر به فرد بودن هر یک از آدمیان، بارداری هم در چارچوب عاطفی و شرایط جسمی متفاوتی برای هر فرد روی می دهد. همچنین عواملی نظیر سن مادر، میزان تحصیلات او و وضعیت اقتصادی مادر (شاغل بودن یا غیر شاغل بودن مادر) در کسب تجارب مادر تأثیر به سزایی دارند. از این رو جای شگفتی نیست که هر یک از ما با این فرایند در زندگی خود به گونه خاصی مواجه شویم و هر کس با بارداری به نحو خاصی رفتار کند. بر این اساس، سؤال اصلی این است که آیا بین میزان خودآگاهی و تیپ شخصیتی و پایگاه اقتصادی - اجتماعی مادر در اولین دوره بارداری رابطه وجود دارد؟

بارداری و تولد رویدادی اجتماعی و زیست شناخت است. زایش از جهت بقا برای اجتماع و برای فرد انسان دارای اهمیت است. در هر جامعه، اگر زنان از بارداری جلوگیری کنند، آن جامعه رو به مرگ می رود از این رو تمام فرهنگ ها به منظور حصول اطمینان در استمرار تولید مثل، ابزارهایی را فراهم می کنند.

از دیدگاه روانشناختی بارداری " بحران رشد یافتگی " محسوب می شود، زیرا بارداری مرحله حساسی است که به مادری با تمام مسئولیت ها و الزامات مربوط به آن منتهی می شود. بارداری با سایر دوره های حساس زندگی که اریکسون آن را دوره های بحرانی می نامد، قابل مقایسه است (ندلسون، ۱۹۷۸). هر چند بارداری به منزله بحرانی در زندگی زن به شمار می رود ولی، به اعتقاد دویچ (۱۹۴۵) بارداری تحقق ژرف ترین و قوی ترین آرزوی زن است. بیان تحقق خویش و خود واقعی و عمل خلاق است که به بسیاری از زنان فرصت کشف مسیرهای تازه از خود را می بخشد. تحت تأثیر تغییرات اولیه که در خلال بارداری رخ می دهد، اشتغالات زن افزایش می یابد. در آغاز حرکات جنین برای مادر این حس را تقویت می کند که شیء بیگانه بخشی از خود است و جنین به منزله موجودی واقعی درک می شود. این موضوع فرایندی دوسویه است، زیرا از یکسو، مستلزم ایجاد ارتباط جدیدی با کودک است و از سوی دیگر، به تغییر هویت زن منتهی می گردد. با توجه به اینکه بارداری به عنوان یکی مهمترین تغییرات در زندگی هر زن به حساب می آید و در عین حال این دوره توأم با تغییرات روانی - جسمانی ضرورت دارد به بررسی عوامل مؤثر بر بارداری از ابعاد گوناگون پرداخته شود.

مرور مطالعات داخلی نشان می دهد که بارداری و عوامل تأثیرگذار بر آن در ایران بسیار مورد بررسی قرار گرفته است. در مطالعه ای که یزدانی (۱۳۸۴) انجام داده است دیده شده، در مادرانی که برای اولین بار باردار شده اند و حمایت اجتماعی - اقتصادی و صمیمانه را از همسر و اطرافیان دریافت می کردند عموماً از زندگی و مادر شدن احساس رضایت بیشتری داشتند. همچنین این حمایت در کاهش استرس و افسردگی و ایجاد عزت نفس و درک خود مادر مؤثر بوده است (یزدانی، ۱۳۸۴: ۲۰).

در پژوهشی که توسط شریفیان (۱۳۸۹) به منظور بررسی رابطه خودپنداری در دوران بارداری و قبل از برداری صورت گرفته، اعضای گروه نمونه ۹۰ نفر بودند که با روش نمونه گیری خوشه ای چند مرحله ای با بهره گیری از روشهای تصادفی انتخاب شدند. جمع آوری اطلاعات از طریق مقیاس خودپنداری راجرز، پرسشنامه نگرش به خود، پرسشنامه مشخصات فردی جهت تجزیه و تحلیل اطلاعات بدست آمده از ضریب همبستگی پیرسون، آزمون پارامتریک t و تجزیه و تحلیل رگرسیون چند متغیری استفاده گردید: نتایج به دست آمده چنین است:

- بین میزان خودپنداری و بارداری رابطه معناداری وجود دارد.

- بین میزان خودپنداری زنان در قبل از بارداری و در طی آن تفاوت معناداری وجود دارد.

- دوران بارداری در زنان با خودپنداری بالا، نسبت به زنان با خودپنداره پایین راحت تر طی می شود.

نتایج تحقیق اسفندیاری (۱۳۸۶) نشان می دهد که مادری مستقیماً از مادر (شخصیت مادر)، کودک و از متن اجتماعی وسیع تری که ارتباط کودک - والد را در بر دارد - به طور خاص ارتباط زناشویی، شبکه های اجتماعی، پایگاه اقتصادی خانواده - ناشی می شود. به علاوه این الگو بر این فرض تکیه دارد که تاریخچه تحولی والدین، ارتباط های زناشویی، شبکه های اجتماعی

و اقتصادی، مشاغل و شخصیت و به طور کلی سلامت روان شناختی والدین اثر می گذارند و بدین ترتیب بر کنش والدین و به نوبه خود بر تحول کودک مؤثرند.

در مطالعه دیگر معلوم شده که حمایتی که شبکه های اجتماعی فراهم می کنند حرمت خود را افزایش می دهد و در پی آن به بردباری، درک از خود و در نهایت اعتماد به نفس مادر (یعنی عواملی که هر زن در ایفای نقش مادری به آن نیاز دارد) می افزایند. تحلیل شناختی - تحولی دال بر این است که در فرازهای حساس عرصه زندگی، آن گاه که تغییرات مهم زندگی رخ می دهند، افراد برانگیخته می شوند تا مفهوم - خود را بررسی و تعدیل کنند و آن را با شرایط تغییر یافته متناسب سازند. این فرایند ممکن است به منزله اجتماعی شدن - خود توصیف شود. زیرا فرض بر این است که افراد با جستجوی اطلاعات مربوط و آزمون تعریف از - خود، هویت خود را ساخت دهند. مطالعات مختلف در مورد زنان و پس از تولد اولین فرزند حاکی از این است که احساس خود به منزله مادر در دوران بارداری ایجاد می شود. گزارشهایی که از زنان باردار به دست آمده اند حاکی از آن هستند که در خلال دوره بارداری، هویت مادری که شامل افزایش توانایی عینی در پذیرفتن خود به منزله مادر و احساس کفایت در نقش جدید، ادراک از خود است، به وجود می آید. چنین تغییراتی نتایج مثبتی برای تجربه مادری به بار می آورند. به طور خاص زنانی که در دوران بارداری خود را به عنوان مادر درک می کنند، پس از وضع حمل سازش بهتری دارند و از نقش مادری احساس رضایت بیشتری می کنند (اسفندیاری، ۱۳۸۶).

در مطالعه ای که نصیری (۱۳۹۰) با عنوان "بررسی خود پنداره زنان در دوره بارداری در سنین ۲۰-۳۰" انجام داده است، اظهار می دارد، نتایج به دست آمده از تحقیق حاکی از دگرگونی های عمیق اجتماعی و روانشناختی در دوران بارداری است. بارداری و فرزندآوری به منزله بحران زندگی یا انتقال زندگی که مستلزم بازسازماندهی و سازش درون - روانی و بین - شخصی و ادراکی است. احراز مقام مادری، نقش جدیدی از زن می طلبد. عوامل متعددی در پذیرش نقش مادری مؤثرند. این عوامل شامل فرهنگ، اجتماع، سن مادر به هنگام اولین زایمان، درک تولد کودک، اضطراب، حمایت اجتماعی، مفهوم خودپنداره، و خصوصیات روانی مادر می باشد (نصیری، ۱۳۹۰).

مطالعات خارجی متعددی از ابعاد مختلف این مسأله را بررسی کرده اند. در تحقیقی که میننگ و رایت روی زنان باردار انجام داده اند، نتایج چنین نشان می دهند که خودکارآمدی ادراکی می تواند درد هنگام زایمان را کاهش دهد؛ زنان بارداری که به آنها تمرین تنفس برای کاهش دادن درد زایمان داده شده بود، بر حسب میزان کنترلی که معتقد بودند بر درد خود دارند، با یکدیگر تفاوت داشتند. چقدر که خودکارآمدی ادراکی آنها بالاتر بود، در خلال آبستنی، پیش از تقاضای داروهای کاهنده درد، مدت زمان بیشتری می توانستند درد را تحمل کنند. به علاوه هر چقدر که خودکارآمدی بالاتر بود، به داروهای کاهنده درد کمتری نیاز داشتند (میننگ و همکاران، ۲۰۰۱: ۱۷۷).

در پژوهشی که توسط وارنا (۲۰۰۲) به منظور بررسی رابطه خودپنداری در دوران بارداری و قبل از بارداری صورت گرفته، اعضای گروه نمونه ۹۰ نفر بودند که با روش نمونه گیری خوشه ای چند مرحله ای با بهره گیری از روشهای تصادفی انتخاب شدند. جمع آوری اطلاعات از طریق مقیاس خودپنداری راجرز، پرسشنامه نگرش به خود، پرسشنامه مشخصات فردی جهت تجزیه و تحلیل اطلاعات بدست آمده از ضریب همبستگی پیرسون، آزمون تحلیل رگرسیون چند متغیری استفاده گردید. نتایج به دست آمده چنین است (که به این نتیجه رسید) بین میزان خودپنداری و بارداری رابطه معناداری وجود دارد (وارنا، ۲۰۰۲: ۲۶).

در تحقیقی با عنوان حرمت خود و ابعاد سلامت روان در دوره بارداری که کارول و همکارانش (۲۰۰۳) انجام داده اند، ۵۰ مادر باردار را مورد بررسی قرار دادند. نتایج به دست آمده نشانگر رابطه معنی دار بین حرمت خود و سلامت روان بوده است. همچنین تفاوت معنی دار بین متغیرهای حرمت خود و افسردگی وخیم در دوره بارداری نشان داده شده است (کارول، ۲۰۰۳: ۵۴). در مطالعه ای دیگر که رافمن (۲۰۰۴) انجام داده است نتایج نشان داده، در مادرانی که برای اولین بار باردار شده اند و حمایت

اجتماعی و صمیمانه را از همسر و اطرافیان دریافت می کردند عموماً از زندگی و مادر شدن احساس رضایت بیشتری داشتند. همچنین این حمایت در کاهش استرس و افسردگی و ایجاد عزت نفس و درک خود مادر مؤثر بوده است (رافمن، ۲۰۰۴).

بررسی مطالعات داخلی و خارجی نشان می دهد که حمایت اقتصادی - اجتماعی همسر در بالا رفتن عزت نفس مادر و درک از خود بسیار مؤثر است. در پذیرش نقش مادری عواملی چون شخصیت مادر، سن مادر، پایگاه اقتصادی - اجتماعی او، مفهوم خودپنداره مؤثر می باشند. در مطالعه حاضر به بررسی عواملی چون میزان خودآگاهی و شخصیت در دوران بارداری می پردازیم. بارداری و عوامل مؤثر بر آن از مهمترین دوران زندگی هر زن در روانشناسی می باشد و دیدگاهها و نظریات مختلفی در مورد جنبه های مختلف این مفهوم مطرح شده است. به نظر نانسو چادوو (۱۹۹۱) مادری برای زنان ارزشمند است. داشتن کودک و تجربه ارتباط با یک مرد در این بافت، او را قادر می سازد تا با ساخت ارتباطی درون - روانی بر جهان اجتماعی نفوذ دوباره ای داشته باشد. به عبارتی مقام مادری را به دست می آورد، به حل مجدد عقده ادیپ اقدام ورزد (چادوو، ۱۹۹۱: ۱۱).

داینراشتاین (۱۹۹۲) بر دشواری مادر شدن زنی که ضرورتاً قادر نیست تا باور شکل یافته اولیه خود از زنانگی را مناسب کند و هنوز از قدرت مادری می هراسد، تکیه دارد. بحث داینراشتاین بر اهمیت بررسی جایگاه مادری در نزد زنان است (کاپلان، ۱۹۹۶: ۵۸).

کریستوا (۱۹۸۰) نیز این نکته تأکید می ورزد که تغییرات بسیاری به دنبال بارداری رخ خواهد داد. زن ممکن است وابستگی اولیه به مادر خویش را کشف کند و برای مادری ارج قائل شود و بدین ترتیب زنان تصویر جدیدی از مادری خلق می کنند و مادری بیش از تولید مثل به منزله آفرینش تلقی می گردد (همان: ۵۸-۵۹).

مایز (۱۹۹۲) می گوید که درصد بسیاری از زنان برای اولین بار، مادر شدن را بحرانی متوسط و در برخی موارد شدید تلقی می کنند. در هر یک از بحرانهای زندگی مواجهه موفقیت آمیز با بحران به سطح کامل تری از رفتار منتهی می گردد. درجه ای که بحران (همانند بحران بارداری و مادری) به طور موفقیت آمیزی حل می شود به عواملی از قبیل، درک موقعیت به طور واقعی، سطح عملکرد قبل از بحران، مکانیزم های دفاعی قابل دسترس، موفقیت یا شکست در برخورد با بحران های قبلی، سطح اضطراب و تنش، منافع قابل دسترس فرد مثل دریافت حمایت از سوی دیگران و توانایی بهره گیری از آن منافع و استحکام شخصیت بستگی دارد (مایز، ۱۹۹۲: ۱۳۲).

نظریه ادراک خود دارلی بم (۱۹۶۵، ۱۹۷۲) بر این فرض استوار است که افراد بازخوردها، هیجانات و سایر حالات روانی خود را تا حدودی با استنتاج از مشاهده رفتار خودشان در می یابند. وی معتقد است آدمی بازخوردهایش را با مشاهده رفتار خود کسب می کند. بم و شاختر معتقدند که ما اغلب نگرشها، احساسات یا هیجانانمان را مستقیماً نمی شناسیم (پتری، ۱۹۹۰: ۷۱).

راجرز بر نقش "خود" بر "شخصیت" تأکید اساسی دارد. راجرز معتقد بود که مردم اساساً موجوداتی منطقی هستند که به وسیله ادراک آگاهانه از خود و جهان تجربی خود کنترل می شوند. او می پذیرد که تجربه های گذشته، به ویژه تجربه های دوران کودکی، می توانند در شیوه درک مردم از جهان خود و از خود تأثیر داشته باشند، او مصر است که احساسها و عواطف کنونی شخص از اهمیت بیشتری در پویاییهای شخصیت او برخوردارند. بر طبق مطالعات راجرز افرادی که خود را می پذیرند (یعنی به ادراک درستی از خود رسیده اند) بیشتر احتمال دارد پذیرای دیگران باشند تا کسانی که خودپذیرا نیستند (شولتز، ۱۳۸۴: ۳۰۱-۳۰۲).

از نظر یونگ، قسمت اعظم ادراک هشیار و واکنش نسبت به جهان پیرامون مان به وسیله نگرشهای برون گرایی^۱ و درون گرایی^۲ تعیین می شود. یونگ اعتقاد داشت که زیست مایه می تواند به صورت بیرونی و به سوی جهان خارج و یا به صورت درونی و به

۱ . extraversion

۲ . introversion

سوی خویشتن جریان یابد. یعنی بعضی از افراد درون گرا هستند که تا حدودی گوشه گیر و اغلب خجالتی بوده و به خود تمرکز دارند. از طرف دیگر برون گراها پذیراتر، مردم آمیزتر و از لحاظ اجتماعی پرخاشگرترند. طبق نظر یونگ، هر شخصی زمینه و قابلیت هر دو نگرش را دارد، ولی تنها یکی از آنها بارز و غالب می شود (یونگ، ۱۹۵۳: ۳۹).

آیزنک در نخستین تحقیقات خود به دو بعد اولی دست یافت و بیشتر تاکید وی بر روی این دو بعد بود. آیزنک معتقد بود که به وسیله ترکیب این دو بعد، افراد به چهار نوع شخصیتی اصلی تقسیم می شوند: درون گرای باثبات، درون گرای بی ثبات، برون گرای باثبات، برون گرای بی ثبات. هر کدام از این انواع شخصیت، دارای ویژگی های بخصوصی است. به اعتقاد آیزنک هر یک از تیپ های شخصیتی دارای ویژگی هایی هستند. درون گرایان - تحت تاثیر سیستم عصبی مرکزی هستند. استعداد سرشتی آنها برای تحریک پذیری زیاد است. احساسات خود را به خوبی مهار می کنند و معمولاً کوشش می کنند تا از تحریکات، تغییرات و بسیاری از فعالیت های اجتماعی اجتناب کنند. خوددار، آرام و محتاط هستند. قابل اعتماد و غیر پرخاشگرند و برای هنجارهای اخلاقی ارزش زیادی قایلند. (اتکینسون، ۱۳۸۴: ۱۱۸-۱۱۹).

برون گرایان - تحت تاثیر سیستم عصبی مرکزی هستند. استعداد آنها برای تحریک پذیری کم است. آیزنک این افراد را با مشخصه های جامعه طلبی، برانگیختگی، خوش بینی و نیاز به محرک و تغییر محیط تعریف می کند. برون گراها بسیار دچار تغییرات خلقی و پرخاشگری می شوند و معمولاً قابل اعتماد نیستند. به بودن در جمع علاقه مندند، از میهمانی ها لذت می برند و زیاد حرف می زنند (همان: ۱۱۹).

در این مطالعه با استفاده از تئوری های فوق فرضیات زیر مطرح شده اند:

- ۱- بین میزان خودآگاهی مادر و تیپ شخصیتی او رابطه وجود دارد.
- ۲- بین میزان خودآگاهی و پایگاه اقتصادی - اجتماعی (تحصیلات، شغل، درآمد) مادر رابطه وجود دارد.
- ۳- بین میزان خودآگاهی مادران باردار و پایگاه اقتصادی - اجتماعی (تحصیلات، شغل، درآمد) همسرانشان رابطه وجود دارد.
- ۴- بین میزان خودآگاهی و سن مادر رابطه وجود دارد.
- ۵- بین میزان خودآگاهی و تعداد بارداری رابطه وجود دارد.

روش شناسی

پژوهش حاضر، از طرفی مطالعه ای توصیفی و از طرفی علی است. جامعه آماری در این پژوهش مشتمل بر زنان ۲۰-۴۰ ساله تهرانی است. تعداد نمونه با استفاده از فرمول کوکران ۲۰۰ نفر برآورد شد. تکنیک جمع آوری داده ها مصاحبه و پرسشنامه بود که به صورت حضوری پرسشنامه اجرا شد. برای تعیین میزان خودآگاهی و نوع تیپ شخصیتی، از "پرسشنامه خودآگاهی راجرز" و "پرسشنامه تیپ شخصیتی آ و ب آیزنک" استفاده شده است. برای انتخاب اعضای نمونه از روش نمونه گیری تصادفی استفاده شد. در آزمون فرضیات با توجه به مقیاس اندازه گیری از آزمونهای مناسب برای رابطه متغیرها و ضریب همبستگی برای شدت همبستگی متغیرهای تحقیق استفاده شده است. "پرسشنامه تیپ شخصیتی آ و ب" شامل ۲۵ سؤال می باشد. پایایی این آزمون بالاتر از ۷۰ درصد بوده است و روایی آن به روش سازه همگرا بالاتر از ۸۰ درصد محاسبه شده است.

در تحقیق حاضر متغیرها شامل موارد زیر است که هر یک با سئوالات خاص سنجیده شده اند:

یافته ها

برای تحلیل داده ها، هم داده های توصیفی و هم داده های استنباطی، از نرم افزار آماری SPSS استفاده کرده ایم. نتایج حاصل از ویژگی های جمعیت شناختی به این صورت است که اکثر مادران در سنین بین ۲۶-۳۰ سال قرار دارند (۴۴ درصد) و کمترین گروه سنی مشاهده شده، گروه سنی ۳۱-۳۵ سال می باشد (۱۴ درصد). اکثر مادران دارای تحصیلات دانشگاهی به خصوص

لیسانس هستند (۵۷ درصد). ۷۶/۵ درصد مادران شاغل بوده اند و ۲۳/۵ درصد غیر شاغل می باشند. در این تحقیق تیپ شخصیتی به چهار دسته تقسیم می شود (تمایل شدید به تیپ آ، تمایل به تیپ آ، تمایل به تیپ ب و تمایل شدید به تیپ ب). اکثر مادران تیپ شخصیتی آ داشته اند. میزان خودآگاهی به چهار دسته خودآگاهی بسیار بالا، خودآگاهی بالا، خودآگاهی متوسط، خودآگاهی پایین و خودآگاهی بسیار پایین تقسیم شده است و اکثر مادران خودآگاهی متوسط داشته اند (۴۱ درصد). همچنین، در آزمون فرضیات با توجه به مقیاس اندازه گیری از آزمونهای مناسب برای رابطه متغیرها و ضریب همبستگی برای شدت همبستگی متغیرهای تحقیق استفاده شده است.

فرضیه اول رابطه میزان خودآگاهی مادر و تیپ شخصیتی او در اولین بارداری مادر را می سنجد.

نتایج آزمون فرضیه اول حاکی از آن است که با توجه به F محاسبه شده 217.26 و در مقایسه آن با F جدول و در سطح (۰/۰۵) و با $df=1$ بزرگتر شده، فرض صفر رد می شود و نتیجه می گیریم که حداقل بین میانگین های دو گروه تفاوت معنی دار وجود دارد. با عنایت به معنی دار شدن نسبت F با ۹۵٪ اطمینان بیان می کنیم که تیپ شخصیتی مادر بر درک از خود (خودآگاهی مادر) تأثیر دارد.

مولفه تیپ شخصیتی به تنهایی ۵۲ درصد از واریانس خودآگاهی را تبیین کرده است. همان گونه که ملاحظه می شود اثرات تبیین متغیر مورد نظر بر خودآگاهی در سطح ۰/۰۵ معنادار است. همچنین، این فرضیه توسط نظریه راجرز (اینگرام و دیگران، ۱۹۸۸) تأیید شده است.

جدول ۱: رابطه میزان خودآگاهی مادر و تیپ شخصیتی

R=.۷۲

متغیر ملاک	متغیرهای پیش بین	F	سطح معنی داری	ضریب رگرسیون (B)	ضریب استاندارد (β)	T	مقدار R^2	سطح معنی داری
خودآگاهی	تیپ شخصیتی آ و ب	۲۱۷.۲۶	.000	-۰.۵۷۷	-۰.۷۲۳	-۱۴.۷۴	.۰۵۲	.000

فرضیه دوم تأثیر پایگاه اقتصادی - اجتماعی مادر بر میزان خودآگاهی او در اولین بارداری مادر را می سنجد.

با توجه به F محاسبه شده ۵۰.۸۱ و در مقایسه آن با F جدول و در سطح (۰.۰۵) و با $df=3$ بزرگتر شده، فرض صفر رد می شود و نتیجه می گیریم که حداقل بین میانگین های گروه ها تفاوت معنی دار وجود دارد. با عنایت به معنی دار شدن نسبت F با ۹۵٪ اطمینان بیان می کنیم که پایگاه اقتصادی - اجتماعی (تحصیلات، شغل، درآمد) مادر بر میزان درک از خود تأثیر بسیار زیادی دارد.

مولفه های تحصیلات، شغل و درآمد مادر ۵۰ درصد از واریانس خودآگاهی را تبیین کرده اند. همان گونه که ملاحظه می شود اثرات تبیین متغیرهای مورد نظر بر خودآگاهی در سطح ۰/۰۵ و ۰/۰۱ معنادار است. همچنین، این فرضیه توسط نظریه های فروم (۱۹۵۰)، کارن هورنای (۱۹۳۲)، مزلو (۱۹۵۴)، سالیوان (۱۹۴۷)، همچنین تحقیقاتی چون اسفندیاری (۱۳۸۶) و نصیری (۱۳۹۰) تأیید شده است.

جدول ۲: رابطه پایگاه اقتصادی - اجتماعی مادر و میزان خودآگاهی

R=. 67

متغیر ملاک	متغیرهای پیش بین	F	سطح معنی داری	ضریب رگرسیون (B)	ضریب استاندارد (β)	T	مقدار R^2	سطح معنی داری
خودآگاهی	تحصیلات مادر	۵۰.۸۱	.۰۰۰	-۶.۴۹	-۰.۴۴۴	-۶.۹۸	.۵۰	.۰۰۰
	شغل مادر			.۰۸۷	.۱۰۳	۱.۶۴		
	درآمد مادر			-۰.۵۴۸	-۰.۴۶۴	-۷.۴۶		

فرضیه سوم رابطه بین پایگاه اقتصادی - اجتماعی همسر این زنان و میزان خودآگاهی را در این زنان می‌سنجد.
 با توجه به F محاسبه شده ۱۹.۳۳ و در مقایسه آن با F جدول و در سطح (۰.۰۵) و با $df=3$ بزرگتر شده، فرض صفر رد می‌شود و نتیجه می‌گیریم که حداقل بین میانگین‌های گروه‌ها تفاوت معنی‌دار وجود دارد.
 با عنایت به معنی‌دار شدن نسبت F با ۹۵٪ اطمینان بیان می‌کنیم که پایگاه اجتماعی - اقتصادی شوهر بر میزان درک مادر از خود تأثیر می‌گذارد.
 مولفه‌های تحصیلات، شغل و درآمد شوهر ۲۲ درصد از واریانس خودآگاهی را تبیین کرده‌اند. همان‌گونه که ملاحظه می‌شود اثرات تبیین متغیرهای مورد نظر بر خودآگاهی در سطح ۰/۰۵ و ۰/۰۱ معنادار است. همچنین، این فرضیه توسط نظریه دایان (۱۹۸۶) تأیید شده است.

جدول ۳: رابطه پایگاه اقتصادی - اجتماعی همسر و میزان خودآگاهی

$R = .47$

متغیر ملاک	متغیرهای پیش‌بین	F	سطح معنی‌داری	ضریب معنی‌داری	ضریب رگرسیون (B)	ضریب استاندارد (β)	t	مقدار R^2	سطح معنی‌داری				
خودآگاهی	تحصیلات شوهر	۱۹.۳۳	.۰۰۰	.۳۳۰	-۰.۳۳۰	-۰.۲۵۴	-۳.۰۷	.۲۲	.۰۰۲				
	شغل شوهر									۱.۰۳	۰.۱۹۳	۲.۹۵	۰.۰۰۴
	درآمد شوهر									-۰.۳۰۲	-۰.۲۳۹	-۲.۸۷	۰.۰۰۵

فرضیه چهارم رابطه بین سن مادر و میزان خودآگاهی اش را می‌سنجد.

نتایج آزمون F و t نشان‌دهنده همبستگی بین متغیرهاست.
 با توجه به F محاسبه شده ۱۱.۲۴ و در مقایسه آن با F جدول و در سطح (۰.۰۵) و با $df=1$ بزرگتر شده، فرض صفر رد می‌شود و نتیجه می‌گیریم که حداقل بین میانگین‌های گروه‌ها تفاوت معنی‌دار وجود دارد.
 با عنایت به معنی‌دار شدن نسبت F با ۹۵٪ اطمینان بیان می‌کنیم که سن مادر بر میزان خودآگاهی تأثیر می‌گذارد. مولفه سن مادر ۵ درصد از واریانس خودآگاهی را تبیین کرده است. همان‌گونه که ملاحظه می‌شود اثرات تبیین متغیر مورد نظر بر خودآگاهی در سطح ۰/۰۵ معنادار است. همچنین، این فرضیه توسط نظریه دایان (۱۹۸۶) تأیید شده است.

جدول ۴: رابطه سن مادر و میزان خودآگاهی

$R = .23$

متغیر ملاک	متغیرهای پیش‌بین	F	سطح معنی‌داری	ضریب معنی‌داری	ضریب رگرسیون (B)	ضریب استاندارد (β)	t	مقدار R^2	سطح معنی‌داری
خودآگاهی	سن مادر	۱۱.۲۴	.۰۰۱	۰.۱۹۴	-۰.۱۹۴	-۰.۲۳۲	-۳.۳۵	۰.۰۵۴	.۰۰۱

فرضیه پنجم رابطه بین تعداد بارداری و میزان خودآگاهی را در مادران مورد پژوهش را می‌سنجد.

با توجه به F محاسبه شده ۲۳۴.۷۵ و در مقایسه آن با F جدول و در سطح (۰.۰۵) و با $df=1$ بزرگتر شده، فرض صفر رد می‌شود و نتیجه می‌گیریم که حداقل بین میانگین‌های گروه‌ها تفاوت معنی‌دار وجود دارد.
 با عنایت به معنی‌دار شدن نسبت F با ۹۵٪ اطمینان بیان می‌کنیم که تعداد بارداری، بر میزان خودآگاهی او تأثیر می‌گذارد.

مؤلفه تعداد بارداری به تنهایی 54 درصد از واریانس خودآگاهی را تبیین کرده است. همان گونه که ملاحظه می شود اثرات تبیین متغیر مورد نظر بر خودآگاهی در سطح ۰/۰۵ معنادار است. همچنین، این فرضیه توسط تحقیقاتی چون حمید رضا رضا زاده (۱۳۷۲)، آزاده صفارنژاد (۱۳۸۰) و نصیری (۱۳۹۰) انجام داده اند، تأیید شده است.

جدول ۵: رابطه تعداد بارداری مادر و میزان خودآگاهی

R= .۷۳

متغیر ملاک	متغیرهای پیش بین	F	سطح معنی داری	ضریب رگرسیون (B)	ضریب استاندارد (β)	T	مقدار R ²	سطح معنی داری
خودآگاهی	تعداد بارداری	۲۳۴.۷ ۵	.000	-۱.۲۸	-۰.۷۳۷	-۱۵.۳۲	۰.۵۴	.000

نتیجه گیری

نتایج حاصل از آزمون فرضیه ها را با نظریات مطرح شده تطبیق داده که نتایج زیر حاصل شده است:

- ۱- **بالا بودن میزان خودآگاهی در زنان شاغل و تحصیلکرده**
 - با افزایش سطح تحصیلات، میزان خودآگاهی نیز افزایش می یابد (۴۵ درصد)
 - زنان شاغل با ۲۷/۵ درصد دارای خودآگاهی بالا هستند. زنان غیر شاغل با ۲۱ درصد دارای خود آگاهی متوسط هستند. از مقایسه داده ها چنین می توان نتیجه گرفت که زنان شاغل برون گرا تر (extraversion) (اجتماعی تر) از زنان غیر شاغل می باشند. همچنین، این نتایج توسط تحقیقی که اسفندیاری (۱۳۸۶) انجام داده، تأیید شده است.
- ۲- **غالب بودن " تیپ ب " در مادران تحصیلکرده و شاغل**
 - مادران با تحصیلات عالی بیشتر دارای شخصیت برون گرا (extraversion) هستند (۵۴/۵ درصد).
 - زنان با درآمد بالا، بیشتر برون گرا (اجتماعی) هستند. همچنین، این نتایج توسط تحقیقی که اسفندیاری (۱۳۸۶) انجام داده، تأیید شده است.
- ۳- **غالب بودن " تیپ ب " در مادران سنین ۳۵-۴۰**
 - در کل، مادران ۳۵-۴۰ سال بیشتر دارای تیپ ب (۵۴/۴ درصد) بوده اند (یعنی این گروه از مادران بیشتر برون گرا و اجتماعی هستند). همچنین، این نتیجه توسط تحقیقاتی چون آزاده صفارنژاد (۱۳۸۰) و نصیری (۱۳۹۰) انجام داده اند، تأیید شده است.
- ۴- **بالا بودن میزان خودآگاهی در دومین بارداری**
 - اکثر مادران در اولین دوره بارداری، دارای تیپ شخصیتی درون گرا بوده اند که حاکی از گوشه گیر بودنشان است (تمایل به تیپ آ) و میزان خودآگاهی شان نیز در سطح متوسط (۳۲/۵ درصد) است
 - در اولین بارداری تقریباً در تمام سنین میزان خودآگاهی در سطح متوسط بوده است و در دومین بارداری تقریباً در تمام سنین میزان خودآگاهی در سطح بالا بوده است. همچنین، این نتایج، طبق نظریه دایان (۱۹۸۶) تأیید شده است.
- ۵- **افزایش میزان خودآگاهی مادر با افزایش پایگاه اجتماعی - اقتصادی شوهر**
 - با افزایش میزان تحصیلات شوهر، میزان خودآگاهی مادر هم افزایش می یابد.
 - داده ها نشان می دهد که عموماً زنانی که شوهرشان تحصیلات عالی دارند، بیشترشان برون گرا و اجتماعی هستند.

- زنانی که درآمد همسرانشان بالا بوده است میزان خودآگاهیشان بالا و در مواردی بسیار بالا بوده است. این بیانگر آن است که پایگاه اقتصادی خانواده می تواند در درک از خود تأثیر بسزایی داشته باشد.

منابع

۱. اتکینسون، رینالال و همکاران. (۱۳۸۴). زمینه روان‌شناسی، حسن رفیعی و همکاران، تهران، ارجمند، چاپ پنجم، جلد دوم، ص ۱۱۸ و ۱۱۹.
۲. اسفندیاری، مهتاش (۱۳۸۶). بررسی نظریه‌های ارائه شده و تحقیقات انجام شده در زمینه نگرش خود در امریکا از سال ۱۹۲۰ تا کنون. نشریه دانشکده علوم تربیتی ۷، (۲) بهار و تابستان ۱۳۸۶، ص ۴۵-۷۸.
۳. شولتز، دوان (۱۳۸۴)؛ نظریه‌های شخصیت، یوسف کریمی و همکاران، تهران، ارسباران، چاپ اول، ص ۴۰۰.
۴. صفارنژاد، آزاده (۱۳۸۰). بررسی رابطه خودپنداری با بارداری در زنان ۳۰-۴۰ ساله تهرانی، مرکز مطالعات زنان. ص ۱۴۵-۱۷۸.
۵. نصیری، بابک (۱۳۹۰). بررسی خود پنداره زنان در دوره بارداری در سنین ۲۰-۳۰ در تهران، پایان نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه آزاد اسلامی، به راهنمایی دکتر احدی. ص ۱۲۰-۱۳۸.
۶. یزدانی، الهه (۱۳۸۴). بررسی خودپنداره مادرانی که برای اولین بار باردار شده اند، پایان نامه کارشناسی ارشد، به راهنمایی دکتر پروین کدیور. ص ۱۸-۳۵.
7. Bandura, A. 1997. The self-system in reciprocal determinism. *American Psychologist* : 33.
8. Bayramov A.S. 1989. Alizade A.A. *Psychology*, Baku : 540.
9. Chadov , N. 1991. The self in recent Rogerian theory. *Journal of Individual Psychology*, 17: 5-11.
10. Dembo , B. 1996. Self-concept and school achievement: Interaction dynamics and a tool for assessing the self-concept component. *Journal of Counseling & Development*, 73(4): 419-425.
11. Jung, C.G. 1953. Two essays on analytical psychology. New York: Pantheon: 39-45
12. Kaplan, M. 1996. *Mother,s images of motherhood* . Routledge : 57-89.
13. Karol, C. 1999. *The women patient medical and psychological interface .vol (I)* . Plenum press Newyork : 39-86 .
14. Kimble , C.E. 1990. *Social psychology*, by Wm.c .Brown publishers: 120 .
15. Lif , P. 1991. *Self-consistency: A theory of personality*. New York: Island Press : 144-168.
16. Mayes, M . 1992. *Mayes, Midwifery* . Bailliere Tindall London: 132-167.
17. Mening DJ, Rat MM, Stowe ZN. 2001. Antidepressants during pregnancy and lactation: defining exposure and treatment issues. *Semin Perinatol* 25: 177-190.
18. Mid, M . 1991. *Mother,s image of motherhood* . *J.Adv.Nurs*. Jul, 13 (4) : 34-50.
19. Nadelson , J.S . 1988. Life stress , social support and anxiety in mid and late pregnancy among low income women . *Res ,Nurse – Health* , oct 12 (5) : 17-28.
20. Nion, G. and Rosh , B. 1998. Self-concept and school achievement: Interaction dynamics and a tool for assessing the self-concept component. *Journal of Counseling & Development*, 73(4) : 419-425.
21. Petri , H . 1990. *Motivation: Theory and research* . Belmont , Calif : 71-90.
22. Rafman, R., & Deci, E. 2004. Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. *American Psychologist*, 68-78. Retrieved November 2004, from <http://psych.rochester.edu/SDT/measures/documents/2000RyanDeciSDT.pdf>
23. Varena, L. (2002). Self-regulation: A brief review. *Athletic Insight*, 14(1). Retrieved November 2004, 26-39 , from <http://www.athleticinsight.com/Vol4Iss1/SelfRegulation.htm>
24. Ven Jemp. *Self-disclosure: An experimental analysis of the transparent self*. New York: Wiley-Interscience. 1991, 46-71.