



Determining the Relationship Between Emotional Maturity, Cognitive Flexibility, and Psychological Hardiness with Self-Worth Among Married Women

Seyedeh Zahra Kalati¹ Afsaneh Ghanbari Panah^{*2}

1. Master's of Family Counselling, Department of Counseling, Faculty of Psychology and Education, Central Tehran Branch, Islamic Azad University, Tehran, Iran
<https://orcid.org/0009-0001-2120-2993>
2. Assistant Professor, Department of Counseling, Faculty of Psychology and Education, Central Tehran Branch, Islamic Azad University, Tehran, Iran.
<https://orcid.org/0000-0001-8707-5205>

Article Info

ABSTRACT

Article type:
Research Paper

Article History:

Received:
April 9, 2025

Accepted:
June 26, 2025

Keywords:
Cognitive Flexibility,
Emotional Maturity,
Psychological
Hardiness, Self-Worth

Intruduction: This descriptive-correlational study aimed to determine the relationship between emotional maturity, cognitive flexibility, psychological hardiness, with self-worth among married women. **Method:** The statistical population in the descriptive-correlational study was married women referring to health centers in District 8 of Tehran city. The sampling method was convenience sampling and the sample size was 215 people. Data collection instruments included the Emotional Maturity Scale by Singh and Bhargava (1990), the Cognitive Flexibility Inventory by Dennis and Vander Wal (2010), the Ahvaz Psychological Hardiness Questionnaire by Kiamarsi et al (1998), and the Self-Worth Questionnaire by Doosti and Hosseininiya (2020). Data were analyzed using descriptive and analytic statistics (Pearson correlation and multiple regression). **Findings:** The results indicated a strong and significant positive relationship between emotional maturity and self-worth (.68), and psychological hardiness and self-worth (.62). The results revealed a negative relationship between cognitive flexibility and self-worth (-.39). Also, emotional maturity, psychological hardiness, and cognitive flexibility were significant predictors of self-worth. The findings also disclosed that emotional maturity, hardiness, and cognitive psychological flexibility are the most important predictors of feelings of self-worth. **Conclusion:** Therefore, emotional maturity, cognitive flexibility, and psychological hardiness are important characteristics for married women to have a sense of worth and can facilitate dealing with stressors, issues, and problems in life.

Cite this article:

Kalati, SZ, Ghanbari Panah, A. (2025). Determining the Relationship Between Emotional Maturity, Cognitive Flexibility, and Psychological Hardiness with Self-Worth Among Married Women. *Journal of Islamic-Iranian Family studies*. 5(1), 34-51.

Afsaneh Ghanbari Panah

Corresponding author

Address: Department of Counseling, Faculty of Psychology and Education, Central Tehran Branch, Islamic Azad University, Tehran, Iran.

Email: Afsanghanbari@gmail.com

Extended Abstract

Introduction

Marriage, as the most fundamental pillar of human connection, is the most intimate type of relationship that fulfills individuals' physical and psychological needs (Zegeye et al., 2020). A healthy family has a significant impact on the mental health of society, and this bond gives meaning to life (Farnia et al., 2018). Within this framework, women hold a unique position in creating security and peace for family members (Petrides et al., 2007). Generally, all humans, particularly women, need to feel valued. Self-worth refers to the extent to which an individual values themselves and considers themselves worthy of respect and affection (Birni & Eryilmaz, 2024). Possessing self-worth is associated with positive outcomes, one of which is emotional maturity (Swann & Seyle, 2013). Emotional maturity refers to the ability to control emotions, manage stress, and establish healthy and stable relationships (Cohen, 2021). Another factor related to self-worth is cognitive flexibility, which pertains to an individual's ability to adapt to new situations, change perspectives, and solve problems creatively (SedaghatKhah & BehzadiPoor, 2017). Finally, psychological hardiness is associated with self-worth, which refers to an individual's ability to cope with problems, maintain motivation, and continue striving under difficult conditions (Roshannejhad & Talepasand, 2019). Given the importance of self-worth in the mental health and personal and social functioning of married women, the present study investigates the relationship between emotional maturity, cognitive flexibility, and psychological hardiness with self-worth in married women.

Methodology

This study employed descriptive-correlational methodology. Convenient sampling was applied to collect data from married women visiting health centers in District 8 of Tehran city. After obtaining informed consent, the questionnaire link was provided to women eligible to participate in the study, and they were asked to complete the questionnaires online as soon as possible. The exclusion criterion was failure to fully complete the questionnaires. A total of 215 married women participated in the study. Data were collected using the following four standard questionnaires: the Singh and Bhargava Emotional Maturity Scale (1990), the Dennis and Vander Wal Cognitive Flexibility Inventory (2010), the Ahvaz Psychological Hardiness Questionnaire (Kiamarsi et al, 1998), and the Doosti and Hosseininiya Self-Worth Questionnaire (2020). The data were analyzed using SPSS software version 24. Descriptive statistics were conducted to describe the demographic characteristics of the sample and the research variables. To examine the relationships between variables, inferential statistics, including the Pearson correlation coefficient and multiple regression analysis, were applied.

Results

Analysis of the demographic characteristics revealed that the largest proportion of participants belonged to the 35-39 age group, comprising 49 individuals (23%). With respect to educational level, 92 participants reported holding a master's degree or higher (43%). Conversely, the smallest proportion was related to the 20-24 age group, representing only 6 individuals (3%), and the lowest level of educational attainment was an associate degree or below, reported by 37 participants (17%).

The analyses revealed that emotional maturity was a significant predictor of self-worth ($\beta = 0.497$, $p < .001$), indicating that emotional maturity accounted for 49.7% of the variance in self-worth with a strong and statistically significant positive relationship ($r = .68$, $p < .001$),

suggesting that higher levels of emotional maturity are associated with higher levels of self-worth among married women. Cognitive flexibility also significantly predicted self-worth ($\beta = 0.075$, $p < .001$), indicating that cognitive flexibility explained 7.5% of the variance in self-worth with a weak but significant negative relationship between cognitive flexibility and self-worth ($r = -.39$, $p < .001$), suggesting that as cognitive flexibility increased, self-worth tended to decrease among married women. Psychological hardiness significantly predicted self-worth ($\beta = .355$, $p < .001$), accounting for 35.5% of the variance with a strong positive relationship between psychological hardiness and self-worth ($r = .62$, $p < .001$), indicating that a higher level of psychological hardiness was associated with higher levels of self-worth. The overall model explained 62% of the variance in self-worth ($R^2 = .62$), suggesting that emotional maturity, cognitive flexibility, and psychological hardiness are significant predictors of self-worth among married women.

Table 1. Multivariate regression coefficient results

Variable	B	Non-SE	β	t	p	Tolerance	VIF
Intercept	118.366			16.495	<.001		
Emotional Maturity	.319	.039	.497	8.253	<.001	0.707	1.414
Cognitive Flexibility	-.213	.048	.075	-4.443	<.001	0.715	1.398
Psychological Hardiness	.741	.121	.355	6.145	<.001	0.630	1.587
		$R^2 = .620$			$R = .788$		

Discussion and Conclusion

The results indicated that emotional maturity, cognitive flexibility, and psychological hardiness are related to feelings of worth in married women. Although the direction and extent of these relationships may vary depending on individual and social characteristics, the findings can be extended to designing psychological interventions and counseling aimed at improving mental health and increasing feelings of self-worth in married women. Emotional maturity means self-control and acceptance of circumstances. Accordingly, it can be argued that married women who have high emotional maturity may have more realistic expectations of married life and their role in the family. Instead

of relying on the approval and praise of others, these people trust more in their own abilities and inner values, and as a result, they experience a more stable sense of worth.

Funding

This study was conducted at the researchers' own expense, and no financial resources were received at any stage of its implementation.

Ethical approval and consent for participation

After the research proposal was approved by the Research and Technology Council of Islamic Azad University, Central Tehran Branch, an official letter of introduction was obtained from the faculty and presented to the authorities of the health centers. Upon submission of the letter, the necessary permits for sample collection were granted. Then, after selecting the samples, the objectives of the research were explained to them and it was emphasized that participation in the study or continued cooperation was completely voluntary. After obtaining written informed consent and assuring the participants that all information would remain confidential, the links of the questionnaires were provided to them for completion.

Conflict of interest

Researchers allow the journal to publish this article. The authors declare that they have no conflict of interest.

Acknowledgements

We would like to thank and appreciate all the women who participated in this study.



ارتباط بین بلوغ عاطفی، انعطاف‌پذیری شناختی و سرسختی روان‌شناختی با احساس ارزشمندی در زنان متأهل

سیده زهرا کلاتی^۱ افسانه قنبری^{۲*}

۱. کارشناسی ارشد مشاوره خانواده، دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی، واحد تهران مرکزی، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران، ایران

<https://orcid.org/0009-0001-2120-2993>

۲. استادیار، دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی، واحد تهران مرکزی، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران، ایران

<https://orcid.org/0000-0001-8707-5205>

اطلاعات مقاله

چکیده

نوع مقاله :

مقاله پژوهشی

تاریخچه مقاله :

تاریخ دریافت:

۲۰ فروردین ۱۴۰۴

تاریخ پذیرش:

۵ تیر ۱۴۰۴

واژه‌های کلیدی :

احساس ارزشمندی،
انعطاف‌پذیری شناختی،
بلوغ عاطفی، زنان
متأهل، سرسختی
روان‌شناختی

مقدمه: امروزه هدف از پژوهش حاضر تعیین ارتباط بین بلوغ عاطفی، انعطاف‌پذیری شناختی، سرسختی روان‌شناختی با احساس ارزشمندی در زنان متأهل بود. **روش:** جامعه آماری این پژوهش توصیفی-همبستگی، زنان متأهل مراجعه‌کننده به مراکز بهداشت منطقه ۸ شهر تهران بود. روش نمونه‌گیری به شیوه در دسترس و حجم نمونه آماری ۲۱۵ نفر بودند. ابزارهای سنجش شامل پرسشنامه بلوغ عاطفی سینگ و بارگوا (۱۹۹۱)، پرسشنامه انعطاف‌پذیری شناختی دنیس و واندروال (۲۰۱۰)، پرسشنامه سرسختی روان‌شناختی اهواز کیامری و همکاران (۱۹۹۸) و پرسشنامه احساس ارزشمندی دوستی و حسینی نیا (۲۰۲۰) بود. داده‌ها با استفاده از آمار توصیفی و آمار استنباطی (همبستگی پیرسون و رگرسیون چند متغیری) تجزیه و تحلیل شدند. **یافته‌ها:** یافته‌ها حاکی از ارتباط قوی و معنادار بین بلوغ عاطفی و احساس ارزشمندی (۰/۶۸)، بین سرسختی روان‌شناختی و احساس ارزشمندی (۰/۶۲)، و رابطه معکوس و معنادار بین انعطاف‌پذیری شناختی و احساس ارزشمندی (۰/۳۹-) بود. همچنین یافته‌ها نشان داد که بلوغ عاطفی، سرسختی و انعطاف‌پذیری شناختی روان‌شناختی مهمترین پیش‌بین‌کننده‌های احساس خودارزشمندی هستند. **نتیجه‌گیری:** با توجه به نتایج پژوهش حاضر می‌توان چنین بیان کرد که بلوغ عاطفی، انعطاف‌پذیری شناختی و سرسختی روان‌شناختی ویژگی‌های مهمی برای داشتن احساس ارزشمندی در زنان متأهل به شمار می‌آیند و می‌توانند در برخورد با عوامل تنش‌زا، مسائل و مشکلات زندگی تسهیل‌گر باشند.

استناد :

کلاتی، سیده زهرا، قنبری پناه، افسانه. (۱۴۰۴). ارتباط بین بلوغ عاطفی، انعطاف‌پذیری شناختی و سرسختی روان‌شناختی با احساس ارزشمندی در زنان متأهل، فصلنامه مطالعات اسلامی ایرانی خانواده. (۱)، ۳۴-۵۱.

افسانه قنبری پناه

نشانی: دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی، واحد تهران مرکزی، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران، ایران.

ایمیل: Afsanghanbari@gmail.com

نویسنده

مسئول:

مقدمه

ازدواج، به عنوان بنیادی ترین رکن ارتباط میان انسان ها و صمیمانه ترین نوع رابطه است که نیازهای جسمی و روانی افراد را برآورده می سازد (Zegeye et al., 2020). خانواده سالم، تأثیر بسزایی بر سلامت روان جامعه دارد و این پیوند به زندگی معنا می بخشد. در این میان، زنان جایگاهی ویژه در ایجاد امنیت و آرامش برای اعضای خانواده دارند (Farnia et al., 2018). زنان متأهل در عرصه های گوناگون زندگی، مانند همسری و مادری، به عنوان مولد نیروهای سازنده و پرورش دهنده جامعه، نقش فعالی ایفا می کنند (Petrides et al., 2007). و بیش از دیگران در معرض فشارها و چالش های روانی قرار دارند. بنابراین بررسی عوامل فردی موثر بر سازگاری و سلامت روان زنان در زندگی مشترک از اهمیت ویژه ای برخوردار است. به طور کلی، همه انسان ها، به ویژه زنان، نیاز به احساس ارزشمند بودن دارند (Shoa Kazemi, 2017). فردی که از خودارزشمندی^۱ پایداری برخوردار است، در مواجهه با هر موقعیتی که ارزش او را در معرض تهدید قرار قرار دهد، رفتارهای منطقی و معقولی از خود بروز می دهد (Birni & Eryilmaz, 2024). احساس خودارزشمندی به میزانی که فرد برای خود ارزش قائل است و خود را شایسته احترام و محبت می داند، اشاره دارد (Swann & Seyle, 2013). این احساس، نقشی حیاتی در سلامت روان، سازگاری اجتماعی و موفقیت های فردی ایفا می کند (Cohen, 2021). زنان زمانی که خود را شایسته احترام، محبت و موفقیت بدانند، می توانند در روابط زناشویی مرزهای سالم برقرار کنند، نیازهای خود را ابراز نمایند و در برابر فشارهای بیرونی مقاومت بیشتری نشان دهند. در مقابل، فقدان احساس ارزشمندی علاوه بر کاهش رضایت زناشویی، می تواند منجر به بروز مشکلات متعددی از جمله افسردگی، اضطراب و اختلال در نقش آفرینی خانوادگی شود (Krauss et al., 2020). افراد برخوردار از احساس ارزشمندی برای کنار آمدن با شکست، دلقه و یا عدم ارضای نیازهای هیجانی، ریسک پذیر تر هستند. همچنین احساس ارزشمندی و عزت نفس بالا به میزان چشمگیری با وظیفه گرایی بالا و اثرپذیری بالا ارتباط دارد (Lin & Chen, 2021). بنا بر مفهوم احساس ارزشمندی، ارزش ها ملاکی هستند جهت ارزیابی مسیر رسیدن به نقطه نهایی اهداف که مهم تر از هدف می باشد؛ مانند مقاومت در برابر اعمال هیجانی و رفتارهای وسواسی. و از آنجا که ارزش ها به شکل رفتار بروز می کنند از لحاظ عملکردی حکم تقویت کننده را داشته و برگستره عظیمی از رفتارهای فرد اثر می گذارد (Danesh-Mirkohan et al., 2021). برخورداری از احساس ارزشمندی پیامدهای مثبتی به همراه دارد که یکی از آنها بلوغ عاطفی^۲ است (Dehestani et al., 2020). بلوغ عاطفی نقش بسزایی در بهزیستی و سلامت روانی زنان متأهل دارد. بلوغ عاطفی به معنای توانایی کنترل احساسات، مدیریت استرس و برقراری روابط سالم و پایدار است (Levi-Belz & Ben-Yaish, 2022).

امروزه روانشناسان و متخصصان بر این باورند که وجود روابط صمیمی و عمیق عاطفی، یک نیاز کاملاً اساسی و طبیعی در همه انسان هاست. در این میان، بلوغ عاطفی یکی از مهم ترین پایه های روابط زناشویی و یک ازدواج موفق و پایدار به شمار می آید. در حقیقت، می توان میزان بلوغ عاطفی را معیاری برای سنجش سلامت و کیفیت یک زندگی مشترک دانست. در مقابل، عدم بلوغ عاطفی، معمولاً به روابطی پرتنش، نارضایتی متقابل و عملکرد ضعیف زناشویی منجر می شود (Janke et al., 2016). بلوغ عاطفی یکی از مراحل اساسی در رشد و ارتقای فرد در زندگی است. مولفه ای که فرد را در جهت نیل به خوشبختی و کامیابی یاری می رساند. افراد با بلوغ عاطفی بالا قادر به درک و پذیرش دیگران و شرایط محیطی به همان گونه که هستند، می باشند. این افراد با نگرش مثبت به افکار و حوادث ناخوشایند کنترل بیشتری بر

¹ Self-Worth² Emotional Maturity

عواطف خود دارند (Shourabi, 2023). از دیگر عوامل مثبت و تأثیرگذار بر احساس ارزشمندی، انعطاف‌پذیری شناختی^۳ است (SedaghatKhah & BehzadiPoor, 2017). انعطاف‌پذیری شناختی به توانایی فرد در سازگاری با شرایط جدید، تغییر دیدگاه و حل مسائل به شیوه‌های خلاقانه اشاره دارد (Leeming & Hayes, 2016). انعطاف‌پذیری شناختی مستلزم فعالیت و برنامه ریزی هدفمند، نظارت بر کارکرد رفتار و بازداري از رفتارهای تکانشی می‌باشد. تعاملات، انجام وظایف و پیگیری آنها، توجه به رویداد های روزانه و فعالیت های پیچیده حافظه ای، از انعطاف پذیری شناختی نشأت می‌گیرند. مسائل سخت در حیطه انعطاف پذیری به شکل مشکلات در سازمان دهی، فراموشی کارهای مهم و مشکلات در رابطه با انجام تکالیف نمایان می شوند (Mirkamali et al., 2021).

سرسختی روان‌شناختی^۴ نیز با احساس ارزشمندی در ارتباط است (Roshannejhad & Talepasand, 2019). سرسختی روان‌شناختی به توانایی فرد در مقابله با مشکلات، حفظ انگیزه و ادامه تلاش در شرایط دشوار اشاره دارد (Jarwan & Al-frehat, 2020) زنانی که از سرسختی روان‌شناختی برخوردارند، برای خود و دستاوردهایشان ارزش والایی قائل هستند. آنها به زندگی خود احساس عمیق معنا و هدف می‌بخشند و با این باور راسخ پیش می‌روند که می‌توانند بر رویدادهای زندگی تأثیر بگذارند و حتی در مواجهه با محدودیت‌ها، تغییرات مثبتی ایجاد کنند. این افراد در نهایت از یک حس درونی و تسلط شخصی بهره مند هستند که می‌توانند با اعتماد به نفس با مشکلات مقابله کرده و راه حل های موثری ارائه دهند. سرسختی از سویی به عنوان یک عامل محافظ و از سوی دیگر به عنوان منبعی برای ارتقای توانایی رشد روانی بعد از تجربه های استرس زا و حتی زخم های روانی عمل می کند (Waysman et al., 2001).

سرسختی روان‌شناختی به عنوان متغیری جهت ارتقا و رشد سطح شخصیت فرد عمل می کند. این سازه شامل سه مؤلفه تعهد، کنترل و مبارزه‌جویی است. وجود سرسختی روان‌شناختی نشانه سلامت روانی در فرد می‌باشد. افرادی که از سرسختی بالایی بهره‌مندند، خود را مسئول اعمال و رفتار خود دانسته و عقیده بر این دارند که می‌توان رویدادها و موقعیت‌های مختلف زندگی را کنترل و پیش‌بینی نمود و در نهایت شرایط زندگی و سازش با آن را فرصتی برای رشد در زندگی تلقی می‌کنند تا تهدیدی برای امنیت (Jenaabadi et al., 2022)

با توجه به اهمیت احساس ارزشمندی در سلامت روان و عملکرد فردی و اجتماعی و رابطه آن با بلوغ عاطفی، انعطاف پذیری شناختی و سرسختی روان‌شناختی، این عوامل در زنان متأهل نیز می‌تواند از مؤلفه های مهم در تحکیم و پویایی خانواده باشد که نبود یا کمبود آنها می‌تواند از شاخصهای آشفستگی در فرد بوده و بر میزان رشد فردی و روابط وی تأثیرگذار باشند (Mirkamali et al., 2021; Krauss et al., 2020). پژوهش‌های پیشین به طور جداگانه به نقش متغیرهای روان‌شناختی مانند احساس ارزشمندی، بلوغ عاطفی، انعطاف‌پذیری شناختی و سرسختی روان‌شناختی در سلامت روان و کیفیت زندگی پرداخته‌اند، اما کمتر مطالعه‌ای به بررسی همزمان این چهار سازه در زنان متأهل توجه کرده است. روشن نیست چگونه این متغیرها به عنوان مجموعه‌ای مکمل در احساس ارزشمندی زنان متأهل نقش دارند. بنابراین، پژوهشی که نقش همزمان بلوغ عاطفی، انعطاف‌پذیری شناختی و سرسختی روان‌شناختی در احساس ارزشمندی این گروه را بررسی کند، علاوه بر پرکردن خلأ علمی، می‌تواند زمینه‌ساز تدوین برنامه‌های آموزشی و مداخلات روان‌شناختی موثر برای ارتقای سلامت فردی و خانوادگی زنان باشد. از آنجا که زنان متأهل در ساختار خانواده نقش محوری در حفظ سلامت روانی، تربیت فرزندان و پایداری روابط زناشویی دارند، بررسی هم زمان این چهار متغیر می‌تواند تصویری جامع تر

³ Cognitive Flexibility

⁴ Psychological Hardiness

از عوامل موثر بر کیفیت زندگی و سلامت روان آنان ارائه دهد. با توجه به این مسأله، این سوال مطرح می شود که بین بلوغ عاطفی، انعطاف پذیری شناختی و سرسختی روان شناختی با احساس ارزشمندی در زنان متأهل ارتباطی وجود دارد؟ برای پاسخگویی به این سوال، پژوهش حاضر با هدف تعیین ارتباط بلوغ عاطفی، انعطاف پذیری شناختی و سرسختی روان شناختی با احساس ارزشمندی در زنان متأهل طراحی و اجرا گردید.

روش

این پژوهش از نوع توصیفی - همبستگی بوده و جامعه آماری آن را تمام زنان متأهل مراجعه کننده به مراکز بهداشت منطقه ۸ شهر تهران تشکیل دادند. که با مراجعه به محیط پژوهش نمونه گیری به صورت در دسترس انجام شد و پس از اخذ رضایت آگاهانه لینک پرسشنامه در اختیار زنان واجد شرایط شرکت در پژوهش قرار گرفت و از آنان خواسته شد که در اسرع وقت پرسشنامه ها را به صورت بر خط تکمیل کنند. معیارهای ورود به این پژوهش شامل رضایت آگاهانه، متأهل بودن، قرار داشتن در رده سنی ۲۰ تا ۵۰ سال و حداقل سطح تحصیلی دیپلم و معیار خروج، عدم تکمیل پرسشنامه ها به طور کامل بود. پس از تعیین حجم نمونه، با در نظر گرفتن سطح اطمینان ۹۵ درصد و خطای ۵ درصد، تعداد ۲۱۵ نمونه از اردیبهشت تا تیرماه سال ۱۴۰۳ در پژوهش شرکت کردند. داده ها با استفاده از چهار پرسشنامه استاندارد زیر جمع آوری گردید:

پرسشنامه بلوغ عاطفی سینگ و بارگاوا^۵ (۱۹۹۱): شامل ۴۸ سؤال می باشد که هدف آن بررسی ابعاد مختلف بلوغ عاطفی (عدم ثبات عاطفی، بازگشت عاطفی، فروپاشی شخصیت، ناسازگاری اجتماعی و فقدان استقلال) می باشد. نمره گذاری آن براساس مقیاس پنج درجه ای لیکرت، از خیلی زیاد نمره ۵، زیاد نمره ۴، نامشخص نمره ۳، احتمالاً نمره ۲ و هرگز نمره ۱ می باشد. هر چه نمره افراد در این پرسشنامه بالاتر برود، بیانگر میزان عدم بلوغ عاطفی بالاتر می باشد. مجموع نمرات بلوغ عاطفی، بین ۵۰ تا ۸۰ بسیار با ثبات، ۸۱ تا ۸۸ نسبتاً با ثبات، ۸۹ تا ۱۰۶ بی ثبات و ۱۰۷ تا ۱۴۰ بسیار بی ثبات تفسیر می شود. روایی این ابزار در برابر معیارهای بیرونی یعنی پرسشنامه سازگاری ۶۴٪ به دست آمده است (Bhargava 1991 & Dehestani et al 2020). پایایی توسط آزمون - بازآزمون بر روی دانشجویان اندازه گیری شد که شامل دختران و پسران ۲۴-۲۰ ساله بودند. فاصله زمانی بین این دو آزمون، ۶ ماه بود همبستگی گشتاوری بین این دو اجرا ۷۵٪ بود. پایایی آزمون با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ ۸۰٪ و به روش دو نیمه کردن همبستگی دو نیمه، ۵۶٪ است. همسانی درونی بین خرده مقیاس های عدم ثبات عاطفی، بازگشت عاطفی، سازگاری اجتماعی، فروپاشی شخصیت و فقدان استقلال با کل آزمون به ترتیب ۶۱٪ و ۶۹٪ و ۷۵٪ و ۸۵٪ و ۶۳٪ است. بین بلوغ عاطفی دختران و پسران به طور کلی تفاوت وجود ندارد، اما در خرده مؤلفه بازگشت عاطفی و ناسازگاری اجتماعی، دختران مشکلات بیشتری نسبت به پسران دارند. بلوغ عاطفی دانش آموزان با توجه به سنین متفاوت است (Ghahramani et al., 2016). در پژوهش حاضر ضریب آلفای کرونباخ در متغیر بلوغ عاطفی ۰/۸۹ و خرده مقیاس های آن به ترتیب، عدم ثبات عاطفی ۰/۷۵، بازگشت عاطفی ۰/۷۷، فروپاشی شخصیت ۰/۶۴، ناسازگاری اجتماعی ۰/۷۸ و فقدان استقلال ۰/۶۳ به دست آمد.

پرسشنامه انعطاف پذیری دنیس و واندروال^۶ (۲۰۱۰): شامل ۲۰ سؤال می باشد و سه مؤلفه آن عبارتند از: میل به درک موقعیت های سخت؛ به عنوان موقعیت های قابل کنترل، توانایی درک چندین توجیه جایگزین برای رویدادهای زندگی و

^۵. Singh & Bhargava

^۶. Dennis & Vander Wal

رفتار انسان‌ها، توانایی ایجاد چندین راه‌حل جایگزین برای موقعیت‌های چالش‌برانگیز. نمره‌گذاری آن براساس مقیاس هفت درجه‌ای لیکرت از یک تا هفت از (بسیار مخالفم ۱؛ مخالفم ۲؛ تا حدودی مخالفم ۳؛ نظری ندارم ۴؛ تا حدودی موافقم ۵؛ موافقم ۶؛ بسیار موافقم ۷) نمره‌گذاری می‌شوند؛ دامنه نمرات بین ۷ تا ۴۹ است که نمره بالاتر به معنای انعطاف‌پذیری شناختی بیشتر است. دنیس و واندروال روایی همزمان این پرسشنامه و پرسشنامه افسردگی بک^۷ را برابر با ۳۹٪ - و روایی همگرایی آن با مقیاس انعطاف‌پذیری شناختی مارتین و رابین (۱۹۹۵) را ۷۵٪ گزارش کردند. همچنین پایایی آن را به روش آلفای کرونباخ برای مؤلفه‌های ادراک کنترل‌پذیری، ادراک گزینه‌های مختلف و ادراک توجیه رفتار به ترتیب ۰/۹۱، ۰/۸۴ و ۰/۹۱ و با روش بازآزمایی به ترتیب ۰/۸۱، ۰/۷۷ و ۰/۷۵ به دست آوردند (Dennis & Vander Wal 2010, 2019; Mashayekh & Asgarian). در ایران، شاره و اسحاقی ثانی (۲۰۱۹) علاوه بر گزارش روایی عاملی، همگرایی و هم زمانی مطلوب برای این پرسشنامه، پایایی ابزار را به روش بازآزمایی برای کل مقیاس ۰/۷۱ و برای خرده مقیاس‌های ادراک کنترل‌پذیری، ادراک گزینه‌های مختلف و ادراک توجیه رفتار به ترتیب ۰/۵۵، ۰/۷۲ و ۰/۵۷ و ضریب آلفای کرونباخ کل مقیاس را ۰/۹۰ و برای خرده مقیاس‌ها به ترتیب ۰/۸۷، ۰/۸۹ و ۰/۵۵ گزارش کرده‌اند. (Shareh & Eshaghi Sani 2019). در پژوهش حاضر ضریب آلفای کرونباخ متغیر انعطاف‌پذیری شناختی ۰/۵۱ و خرده مقیاس‌های آن به ترتیب، میل به درک موقعیت‌های سخت ۰/۶۳، توانایی درک چندین توجیه جایگزین برای رویدادهای زندگی و رفتار انسان‌ها ۰/۷۵ و توانایی ایجاد چندین راه‌حل جایگزین برای موقعیت‌های چالش‌برانگیز ۰/۵۵ به دست آمد.

پرسشنامه سرسختی روانشناختی اهواز کیامرثی و همکاران (۱۹۹۸): مقیاسی برای سنجش سرسختی روانشناختی، شامل ۲۰ سوال چهار گزینه‌ای به شکل "هرگز" (۰)، "بندرت" (۱)، "گاهی اوقات" (۲)، "اغلب اوقات" (۳) می‌باشد. پرسشنامه مذکور شامل مؤلفه‌های تعهد، کنترل و مبارزه جویی است. نمره بین ۰ تا ۱۵ بیانگر میزان سرسختی روانشناختی پایین، نمره بین ۱۵ تا ۳۰ بیانگر میزان سرسختی روانشناختی متوسط و نمره بالاتر از ۳۰ به معنای سرسختی روانشناختی بالا است. این پرسشنامه از سه مؤلفه یا خرده مقیاس مبارزه جویی، کنترل و تعهد تشکیل شده است. ضریب آلفای کرونباخ جهت سنجش همسانی درونی در این پرسشنامه در آزمودنی‌های پسر و آزمودنی‌های دختر برای خرده مقیاس‌ها به ترتیب ۰/۷۶، ۰/۷۴ و ۰/۷۴ به دست آمد. برای سنجش پایایی پرسشنامه سرسختی اهواز، این آزمون دوباره پس از شش هفته به ۱۱۹ دانشجو (۵۳ پسر و ۶۶ دختر) ارائه شد. ضرایب همبستگی بین نمره‌های آزمودنی‌ها در دو نوبت یعنی پیش آزمون و پس آزمون دوباره برای کل نمونه، آزمودنی‌های پسر و آزمودنی‌های دختر به ترتیب، ۰/۸۴، ۰/۸۴ و ۰/۸۵ به دست آمد (Artgol 2021). در پژوهش حاضر ضریب آلفای کرونباخ متغیر سرسختی روانشناختی ۰/۹۵ و خرده مقیاس‌های مربوط به آن به ترتیب، مبارزه جویی ۰/۹۲، کنترل ۰/۸۵ و تعهد ۰/۹۱ به دست آمد.

پرسشنامه احساس ارزشمندی دوستی و حسینی نیا (۲۰۲۰): مشتمل بر ۲۶ سوال است. دارای چهار خرده مقیاس (۱) روابط بین فردی، (۲) پذیرش خود، (۳) احساس شایستگی، و (۴) معنای زندگی می‌باشد. خرده مقیاس روابط بین فردی میزان احساس ارزشمندی فرد در روابط خود را می‌سنجد. خرده مقیاس پذیرش خود این امر را می‌سنجد که فرد تا چه اندازه پذیرای ویژگی‌های ظاهری و اخلاقی خود می‌باشد. خرده مقیاس احساس شایستگی، بیانگر این موضوع است که فرد بقدر احساس شایستگی دارد. خرده مقیاس معنای زندگی نشان می‌دهد که فرد تا چه اندازه زندگی معناداری را دنبال می‌کند. نحوه پاسخگویی به سوال‌ها به این شکل است که فرد در یک مقیاس ۵ درجه‌ای از هرگز تا همیشه، گزینه‌ای را که بیشتر در او صدق می‌کند، انتخاب می‌کند. در این آزمون کمترین نمره ۲۶ و بیشترین نمره ۱۳۰ است. آزمودنی در

⁷. Beck Depression Inventory-BDI-II

پاسخ به گویه های ۲، ۴، ۵، ۶، ۸، ۱۱، ۱۲، ۱۳، ۱۵، ۱۷، ۱۹، ۲۰، ۲۲، ۲۴، ۲۵، ۲۶ برای پاسخ به گزینه هرگز ۵ نمره و برای پاسخ به گزینه همیشه ۱ نمره دریافت می کند. همچنین در پاسخ به گویه های ۱، ۳، ۷، ۹، ۱۰، ۱۴، ۱۶، ۱۸، ۲۱، ۲۳ در ازای پاسخ به گزینه هرگز ۱ نمره و گزینه همیشه ۵ نمره دریافت می کند. در این آزمون، آلفای کرونباخ برای نمره کل احساس خود ارزشمندی ۰/۹۶ و برای خرده مقیاس ها به ترتیب ۰/۸۹، ۰/۹۱، ۰/۸۶، ۰/۹۴ می باشد. میانگین نمره کل احساس خود ارزشمندی برای نمونه مورد مطالعه ۵۶/۶۰ بود. همچنین ضریب همبستگی باز آزمایی ۱۰ روزه این آزمون برای نمره کل احساس خود ارزشمندی ۰/۹۸ و برای خرده مقیاس ها به ترتیب ۰/۹۸، ۰/۹۸، ۰/۸۷ و ۰/۹۷ به دست آمد. در پژوهش حاضر ضریب آلفای کرونباخ در احساس ارزشمندی ۰/۸۸ و خرده مقیاس های مربوط به آن به ترتیب، روابط بین فردی ۰/۷۰، پذیرش خود ۰/۷۵، احساس شایستگی ۰/۶۲ و معنای زندگی ۰/۷۷ به دست آمد.

یافته ها

یافته ها بر اساس بررسی ویژگی جمعیت شناختی سن نشان داد که میانگین سنی در این حجم نمونه ۴۲/۸۵ با انحراف استاندارد ۱۱/۵۱ بود. بیشترین فراوانی مربوط به گروه سنی ۳۵ تا ۳۹ سال با تعداد ۴۹ فرد (۲۳٪) و سطح تحصیلات کارشناسی ارشد و بالاتر با تعداد ۹۲ فرد (۴۳٪) و کمترین فراوانی مربوط به گروه سنی ۲۰ تا ۲۴ سال با تعداد ۶ فرد (۳٪) و مدرک تحصیلی فوق دیپلم و پایین تر با تعداد ۳۷ فرد (۱۷٪) بود.

جدول ۱. شاخص های توصیفی متغیرهای پژوهش

متغیر	کمینه	پیشینه	میانگین	انحراف استاندارد	کجی	کشیدگی
احساس ارزشمندی	۵۷	۹۵	۷۳/۸۹۳	۷/۷۱۶	۰/۶۰۷	۰/۳۶
بلوغ عاطفی	۵۴	۱۷۵	۹۵/۶۸۳	۲۱/۹۸۹	۰/۶۲۸	۰/۲۵
انعطاف پذیری شناختی	۷۰	۱۱۷	۹۹/۰۹۷	۸/۴۱۱	-۰/۴۷۱	۰/۶۱۸
سرسختی روانشناختی	۰	۵۷	۲۷/۷۳۹	۱۵/۲۷۹	-۰/۰۷۴	-۱/۰۶۱

با توجه به نتایج به دست آمده بیشترین میانگین در رابطه با انعطاف پذیری شناختی (۹۹/۰۹٪)، بلوغ عاطفی (۹۵/۶۸٪) و کمترین میانگین سرسختی روانشناختی (۲۷/۷۳٪) در زنان متأهل به دست آمد. همان طور که داده های جدول فوق نشان داد، توزیع داده ها در آستانه نرمال قرار دارد. بدین معنی که مقدار هیچ یک از متغیرها از دامنه کجی (۱ و -۱) و کشیدگی از سطح (۲ و -۲) فراتر نیست و بنابراین می توان از آزمون های پارامتریک برای سنجش داده ها و آزمون فرضیه های پژوهش استفاده نمود.

جدول ۲. روابط همبستگی (ماتریس همبستگی)

متغیر	احساس خودارزشمندی	انعطاف پذیری شناختی	بلوغ عاطفی	سرسختی روان شناختی
احساس خودارزشمندی	۱	-۰/۳۹	۰/۶۸۹	۰/۶۲۵
انعطاف پذیری شناختی		۱	-۰/۴۷۴	-۰/۶۴۸
بلوغ عاطفی			۱	۰/۰۶۴۱
سرسختی روان شناختی				۱

در (جدول ۲)، روابط همبستگی بین پرسشنامه‌ها نشان می‌دهد بین بلوغ عاطفی و احساس خودارزشمندی به میزان ۰/۶۸۹ و بین سرسختی روان‌شناختی و احساس خودارزشمندی به میزان ۰/۶۲۵، همبستگی قوی وجود دارد. این یافته بدین معناست که با افزایش بلوغ عاطفی و سرسختی روان‌شناختی، زنان متأهل احساس ارزشمندی بالاتری دارند. بین انعطاف‌پذیری شناختی و احساس خودارزشمندی میزان همبستگی ۰/۳۹- گزارش شده است که نشان از همبستگی ضعیف منفی بین این دو متغیر است. بدین معنا که با افزایش انعطاف‌پذیری شناختی احساس ارزشمندی در زنان متأهل کاهش می‌یابد. مقادیر گزارش شده برای همبستگی بین انعطاف‌پذیری شناختی و بلوغ عاطفی به میزان ۰/۴۷۴- نشان از همبستگی ضعیف منفی بین این دو متغیر دارد. بدین معنا که با افزایش انعطاف‌پذیری شناختی، بلوغ عاطفی کاهش می‌یابد. ضریب بدست آمده بین انعطاف‌پذیری شناختی و سرسختی روان‌شناختی به میزان ۰/۰۶۴۸- نشان از همبستگی قوی منفی بین این دو متغیر دارد. بدین معنا که با افزایش انعطاف‌پذیری شناختی، سرسختی روان‌شناختی کاهش می‌یابد. مقدار گزارش شده برای همبستگی بین بلوغ عاطفی و سرسختی روان‌شناختی به میزان ۰/۶۴۱- نشانگر همبستگی قوی بین این دو متغیر می‌باشد. بدین معنا که با افزایش بلوغ عاطفی، سرسختی روان‌شناختی در زنان متأهل افزایش می‌یابد. لازم به ذکر است که با توجه به شاخص‌های ارزیابی هم خطی (ضریب تحمل و تورم واریانس) درجدول فوق، مسئله همخطی بودن در بین متغیرهای پیش بین تحقیق رخ نداده است. زیرا که مقادیر ضریب تحمل کمتر از ۱ می‌باشد و مقادیر عامل تورم واریانس برای هر یک از متغیرهای پیش بین بالاتر از ۵ نیست. با توجه به نتایج حاصل از جدول فوق، مقدار بتا در مدل ارائه شده، نشان دهنده میزان تبیین واریانس متغیرهای پیش‌بین بر روی ملاک است.

جدول ۳. نتایج ضرایب رگرسیون چند متغیری

پیش بین	B	خطای غیر استاندارد	β	t	p	ضریب تحمل	VIF
مقدار ثابت	۱۱۸/۳۶۶	۷/۱۷۶		۱۶/۴۹۵	<۰/۰۰۱		
بلوغ عاطفی	۰/۳۱۹	۰/۳۹	۰/۴۹۷	۸/۲۵۳	<۰/۰۰۱	۰/۷۰۷	۱/۴۱۴
انعطاف‌پذیری	-۰/۲۱۳	۰/۴۸	۰/۰۷۵	-۴/۴۴۳	<۰/۰۰۱	۰/۷۱۵	۱/۳۹۸
سرسختی روان‌شناختی	۰/۷۴۱	۰/۱۲۱	۰/۳۵۵	۶/۱۴۵	<۰/۰۰۱	۰/۶۳۰	۱/۵۸۷
					$R^2=۰/۶۲۰$		
							$R=۰/۷۸۸$

مطابق (جدول ۳)، بلوغ عاطفی احساس خودارزشمندی را با ضریب 0.497 ($p<0.001$) پیش‌بینی می‌کند. همچنین انعطاف‌پذیری شناختی پیش‌بینی کننده احساس خودارزشمندی با ضریب 0.075 ($p<0.001$) و سرسختی روان‌شناختی با ضریب 0.355 ($p<0.001$) است. نتایج پژوهش حاضر نشان می‌دهد که بلوغ عاطفی قوی‌ترین پیش‌بینی کننده احساس خودارزشمندی است. در رتبه دوم سرسختی روان‌شناختی قرار دارد و انعطاف‌پذیری شناختی ضعیف‌ترین نقش را در پیش‌بینی این متغیر ایفا می‌کند. همچنین با توجه به ضریب تعیین به‌دست‌آمده ($R^2=0.62$)، می‌توان نتیجه گرفت که ۶۲ درصد از تغییرات احساس خودارزشمندی توسط سه متغیر پیش‌بین یعنی بلوغ عاطفی، انعطاف‌پذیری شناختی و سرسختی روان‌شناختی تبیین می‌شود.

بحث و نتیجه گیری

هدف از انجام این پژوهش، بررسی ارتباط بین بلوغ عاطفی، انعطاف پذیری شناختی و سرسختی روان شناختی با احساس ارزشمندی در زنان متأهل مراجعه کننده به مراکز بهداشت منطقه ۸ شهر تهران بود. یافته های حاصل از تجزیه و تحلیل داده ها، روابط معناداری بین متغیرهای مذکور و احساس ارزشمندی نشان داد.

از نتایج قابل توجه این پژوهش، وجود رابطه قوی مثبت و معنادار بین بلوغ عاطفی و احساس ارزشمندی بود. بدین معنا که با افزایش بلوغ عاطفی، احساس ارزشمندی در زنان متأهل افزایش می یابد. نتایج پژوهش حاضر با پژوهش های بادامی و زمردی (۲۰۲۳) و شورابی (۲۰۲۳) و همچنین با پژوهش های انجام شده در خارج از کشور از جمله لوی و ییش (۲۰۲۲) و جانک (۲۰۱۶) همسو و همخوان است البته جامعه آماری در پژوهش های داخلی زنان متأهل ولی در پژوهش های خارجی زنان متأهل مورد مطالعه قرار نگرفته اند. با این حال، در این پژوهش ها رابطه بلوغ عاطفی و احساس ارزشمندی همچنان قوی مثبت و معنادار گزارش شده است. از آن جایی که بلوغ عاطفی به معنای خودکنترلی و پذیرش واقع بینانه شرایط است، می توان استدلال کرد که زنان متأهلی که از بلوغ عاطفی بالایی برخوردارند، ممکن است انتظارات واقع بینانه تری از زندگی زناشویی و نقش خود در خانواده داشته باشند. این افراد به جای تکیه بر تأیید و تمجید دیگران، بیشتر به توانایی ها و ارزش های درونی خود اعتماد می کنند و در نتیجه، احساس ارزشمندی پایدارتری را تجربه می نمایند (Ghaini & Leilabadi 2021). زمانی که فرد بالغ می تواند احساسات و عواطفش را تحت کنترل در آورد می توان گفت درک صحیحی از خود و روابط اجتماعی داشته و این توانایی را آموخته است که بتواند فراخور هر موضوع واکنش صحیح نشان داده یا بخواهد ابراز احساسات مناسب را داشته باشد. بنابراین بلوغ عاطفی یکی از با اهمیت ترین بخش های دوران زندگی هر فرد است. ناکامی عاطفی، آشفتگی عاطفی، اضطراب و تنش ثمره اخلاص در این بخش بوده و بر کیفیت زندگی اثر سوء خواهد داشت (Bahmani Ghayedi 2021). همچنین محققین معتقدند برای پیشبرد اهداف و داشتن ارتباطات سالم و ازدواج موفق افراد باید از بلوغ عاطفی برخوردار باشند (Yasrebi & Monirpour 2022).

یافته دیگر این پژوهش، وجود ارتباط مثبت و معنادار بین سرسختی روان شناختی و احساس ارزشمندی بود. بدین معنا که با افزایش سرسختی روان شناختی، احساس ارزشمندی در زنان متأهل افزایش می یابد. نتایج این پژوهش با نتایج برخی از تحقیقات مطابقت دارد. سرسختی روان شناختی ترکیبی از نگرش ها و باورهای است که به افراد انگیزه و جرأت می دهد تا در مواجهه با موقعیت های دشوار، به سوی رشد و تعالی حرکت کنند. سرسختی روان شناختی بالا با سطح بالایی از احساس ارزشمندی همراه بوده و با حس مسئولیت پذیری، چالش پذیری و سازگاری بالاتر، و تنش کمتر در مواجهه با حوادث زندگی همراه است. افراد با سرسختی روان شناختی بالا توانمندی و تعهد بالاتری در رویارویی با موقعیت های گوناگون زندگی داشته و به جای آنکه چالش ها را تهدیدی برای آرامش قلمداد کنند آنها را به فرصتی جهت رشد و تعالی و پیشرفت مبدل می کنند. سرسختی روان شناختی یک ویژگی مثبت و مفید بوده و افرادی که از این ویژگی برخوردار هستند، معمولاً در برقراری ارتباط با دیگران و همچنین درک مسائل ذهنی و شخصیتی خود تواناترند. این ویژگی می تواند به بهبود روابط بین فردی و همچنین رشد و پیشرفت شخصی و در نهایت افزایش کیفیت زندگی منجر شود (Kermani, Zarei 2019, Khalatbari 2022, Jarwan Ai – Frehot 2020, Mamazandi et al., 2020).

از دیگر نتایج این پژوهش، وجود رابطه منفی معنادار بین انعطاف‌پذیری شناختی و احساس ارزشمندی بود. بدین معنا که با افزایش انعطاف‌پذیری، احساس ارزشمندی در زنان متأهل کاهش می‌یابد. نتایج این پژوهش با پژوهش‌های دیگری همچون ایزدی (۲۰۲۴)، ججهانگیری (۲۰۲۳) و رضایی و بیگدلی (۲۰۲۱). همخوانی دارد لازم است ذکر گردد که در تمامی این پژوهش‌ها زنان متأهل مورد مطالعه قرار گرفته بودند ولی در پژوهش ایزدی و همکاران (۲۰۲۴) جامعه آماری را زنان مطلقه تشکیل می‌دادند. شایان ذکر است که این نتیجه منفی و معنادار بر خلاف یافته‌های پژوهش صداقت‌خواه و بهزادی پور (۲۰۱۷) بود. این تفاوت می‌تواند ناشی از تفاوت در جامعه آماری باشد؛ چرا که در پژوهش مذکور جامعه آماری دانشجویان متأهل بودند و تمرکز صرفاً روی زنان متأهل نبوده است.

در مجموع زنانی که از انعطاف‌پذیری شناختی بالایی برخوردارند، قادرند با چالش‌ها و مشکلات زندگی به شیوه‌ای سازنده‌تر روبرو شده و از تجربیات خود درس بگیرند. هرچقدر فرد از احساس خود ارزشمندی بیشتری برخوردار باشد، سطوح پایبندی از انعطاف‌پذیری شناختی و رفتاری را در پاسخ به تغییرات اجتماعی از خود نشان می‌دهد و لذا ثبات بالا در احساس ارزشمندی، نیاز فرد به سازگاری را کاهش می‌دهد بدین معنا که فرد دیدگاه نسبتاً پایدار نسبت به ارزش شخصی خود دارد و نیاز کمتری به انطباق مداوم با تغییرات اجتماعی و یا بازیابی در باورها و رفتارهای خود احساس می‌کند (Wiese 2010).

محدودیت‌ها و پیشنهادهای پژوهش

مهمترین محدودیت‌های این پژوهش عبارتند از: محدود بودن نمونه پژوهش به زنان منطقه ۸ شهر تهران، محدود بودن داده‌های پژوهش به یک مقطع زمانی خاص، استفاده از پرسشنامه‌های خود گزارش دهی و احتمال تأثیر شرایط روحی و روانی نمونه‌ها هنگام پاسخگویی به پرسشنامه‌ها و تفاوت در ویژگی‌های جمعیت شناختی نمونه‌ها از جمله میزان تحصیلات و سن. لذا در خصوص پژوهش‌های آتی پیشنهاد می‌گردد نتایج این مطالعه با روش‌های کیفی تلفیق شود، و در جوامع و محیط‌های پژوهشی مختلف، در هر دو جنس و در افراد متأهل و مجرد تکرار و نتایج مقایسه گردد. پیشنهاد می‌شود پژوهشگران آینده نقش متغیرهای فرهنگی-اجتماعی و اقتصادی و یا باورهای مذهبی را نیز مورد بررسی قرار دهند. همچنین پیشنهاد می‌شود از روش مصاحبه برای درک و شناخت عمیق‌تر نسبت به روابط بین متغیرهای مورد مطالعه استفاده شود.

تعارض منافع

بنا بر اظهار نویسندگان، این مقاله حامی مالی و تعارض منافع ندارد.

اخلاق پژوهش

پس از تصویب طرح پژوهشی در شورای پژوهش و فناوری دانشگاه آزاد اسلامی واحد تهران مرکزی، معرفی نامه‌ای از دانشکده دریافت و به مسئولان مراکز بهداشتی ارائه گردید. با ارائه معرفی نامه، مجوزهای لازم برای انجام نمونه‌گیری اخذ شد. سپس، بعد از انتخاب نمونه‌ها، اهداف پژوهش برای آنان تشریح گردید و تأکید شد که مشارکت در مطالعه و یا ادامه همکاری کاملاً داوطلبانه است. پس از اخذ رضایت نامه کتبی آگاهانه و اطمینان بخشی به شرکت‌کنندگان در خصوص محرمانه ماندن تمامی اطلاعات، لینک پرسشنامه‌ها جهت تکمیل در اختیار آنان قرار گرفت.

منابع مالی

این مطالعه با هزینه شخصی پژوهشگران انجام گرفته و در هیچ یک از مراحل انجام آن هیچگونه منابع مالی دریافت نشده است.

سیاسگزاری

از تمامی بانوان شرکت کننده در این پژوهش تشکر و قدردانی می گردد.

References

- Artgol, D. (2021). Comparison of psychological hardiness, hope, and meaning in life between mothers of children with intellectual disabilities and mothers of typically developing children. *The 4th International Conference on Psychology, Educational Sciences, and Social Studies*. (Persian).
<https://civilica.com/doc/1450101>
- Badami, M., & Zomorody, S. (2023). The Effectiveness of Cognitive Behavioral Therapy on Emotional Maturity and Fear of Negative Evaluation in Married Women. *Razi Journal of Medical Sciences*, 29(11), 384-392. (Persian).
<https://rjms.iums.ac.ir/article-1-7867-en.html>
- Bahmani Ghayedi, H. (2021). The Relationship of Couples' Emotional Maturity and Sexual Satisfaction with Marital Conflict. *The 6th International Conference on Modern Researches in the field of Counseling, Educational Sciences and Psychology of Iran*. (Persian). URL: <https://civilica.com/doc/1430513/>
- Birni, G., & Eryılmaz, A. (2024). Conceptual and theoretical review of self worth. *Psikiyatriye Güncel Yaklaşımlar*, 16(2), 327-346.
<https://doi.org/10.18863/pgy.1336880>
- Cohen, R. J., Swerdlik, M. E., & Phillips, S. M. (2021). *Psychological testing and assessment*. McGraw-Hill US Higher Ed USE.
- Danesh-Mirkohan, R., Taklavi, S., & Kazemi, R. (2021). The Effectiveness of Acceptance and Commitment Therapy on Emotional Self-Control, Emotional Flexibility, and the Valued Living among Women with Compulsive Buying Disorder. *SALĀMAT-I IJTIMĀI (Community Health)*, 8(3), 427-440.
<https://doi.org/10.22037/ch.v8i3.31225>
- Dehestani, M., Ebrahimi, M. & Aboohashemi Moghaddam, S. Z. (2020). the prediction of interpersonal communication skills of students based on their emotional

- maturity and social anxiety. *Social Psychology Research*, 9(36), 115-128. (Persian). https://www.socialpsychology.ir/article_105546.html?lang=en
- Dennis, J. P., & Vander Wal, J. S. (2010). The Cognitive Flexibility Inventory: Instrument development and estimates of reliability and validity. *Cognitive Therapy and Research*, 34(3), 241-253. <http://doi.org.10.1007/s10608-009-9276-4>
- Doosti, P., & Hosseininia, N. (2020). Constructing and Standardizing the Feeling of Self-Worth Questionnaire. *The Journal of New Advances in Behavioral Sciences*, 5(48), 19-27. (Persian). <http://ijndibs.com/article-1-499-fa.html>
- Farnia, F., Nafukho, F. M., & Petrides, K. V. (2018). Predicting career decision-making difficulties: The role of trait emotional intelligence, positive and negative emotions. *Frontiers in psychology*, 9, 1107. (Persian). <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.01107>
- Ghahramani, Z., Monazzami Tabar, F., & Karimi, B. (2016). Norming the Emotional Maturity Test among Secondary School Students: A Case Study of Secondary School Students in Hamedan City. *The 5th International Conference on Psychology and Social Sciences*. (Persian). <https://civilica.com/doc/526836/>
- Ghaini, F., Leilabadi, L. (2021). *Emotional Maturity of Couples in the Context of Abandonment and Communication Patterns*. Ganjoor Publication.
- Izadi, A., Maleki, M., Yazarloo, M. T., Gholami, F. (2024). Development of Vulnerability Model of Self-esteem and Depressive Symptoms with Perspective of Time, Acceptance, Action and Psychological Flexibility in Divorced Women. *Middle Eastern Journal of Disability Studies*, (14). (Persian). <http://jdisabilstud.org/article-1-2910-fa.html>
- Jahangiri Moghanloo, N. (2023). The Effectiveness of Forgiveness-Based Training on Cognitive Flexibility in Married Women. *The 16th International Conference on Psychology, Counseling, and Educational Sciences*. (Persian). <https://civilica.com/doc/1690118/>
- Janke, K. K., Nelson, M. H., Bzowycyk, A. S., Fuentes, D. G., Rosenberg, E., & DiCenzo, R. (2016). Deliberate integration of student leadership development in doctor of pharmacy programs. *American Journal of Pharmaceutical Education*, 80(1), 2. <https://doi-org.proxy.bib.uottawa.ca/10.5688/ajpe8012Get rights and content>
- Jarwan, AS., Ai – Frehot, BM. (2020). Emotional divorce and its relationship with psychological hardiness. *International Journal of Education and practice*, 8(1), 72-85. <https://doi.org/10.18488/journal.61.2020.81.72.85>

- Jenaabadi, H., & Sandgol, A. (2022). The effectiveness of self-encouragement training on students' psychological hardiness and social health. *Journal of School Psychology and Institutions*, 10(4), 33-44. DOI: [10.22098/jsp.2022.1458](https://doi.org/10.22098/jsp.2022.1458)
- Kermani Mamazandi, Z., Akbari Balutbangan, A., Mohammadyfar, M. A. (2020). Model test to explain happiness based on marital adjustment and life satisfaction: The mediating role of forgiveness. *Family Psychology*, 6(2), 29-42. (Persian). https://www.ijfpjournal.ir/article_245555.html
- Khalatbari, J. (2022). Predicting quality of life based on resilience, psychological hardiness and social support with the mediating role of assertiveness in working women in Tehran. *Nurse and Physician Within War*, 10(34), 22-29. <https://doi.org/10.29252/npwj.10.34.22>
- Kiamarsi, A., Najarian, B., & Mehrabizadehhonarmand, M. (1998). Hardiness scale measurement structure and validation. *J Psychol*, 5(3-4), 271-85. (Persian). <https://www.sid.ir/paper/426573/fa>
- Krauss, S., Orth, U., & Robins, R. W. (2020). Family environment and self-esteem. <https://doi.org/10.1037/pspp0000263>
- Leeming, E., & Hayes, S. C. (2016). Parents are people too: The importance of parental psychological flexibility. *Clinical Psychology: Science and Practice*. 23(2), 158-60. <https://doi.org/10.1111/cpsp.12147>
- Levi-Belz, Y., & Ben-Yaish, T. (2022). Prolonged grief symptoms among suicide-loss survivors: The contribution of intrapersonal and interpersonal characteristics. *International journal of environmental research and public health*, 19(17), 10545. <https://doi.org/10.3390/ijerph191710545>
- Lin, H. C., & Chen, C. C. (2021). Disease prevention behavior during the COVID-19 pandemic and the role of self-esteem: an extended parallel process model. *Psychology Research and Behavior Management*, 123-135. <https://doi.org/10.2147/PRBM.S291300>
- Martin, M. M., & Rubin, R. B. (1995). A new measure of cognitive flexibility. *Psychological reports*, 76(2), 623-626. <https://doi.org/10.2466/pr0.1995.76.2.623>
- Mashayekh, F. M., & Asgarian, M. (2019). Relationship Between Couples' Intimacy and Positive Thinking with Cognitive Flexibility Among Married Women. *Socialworkmag*, 8(2), 56-64. (Persian). <https://socialworkmag.ir/article-1-425-fa.html>
- Mirkamali, F. S. , Ahmadkhosravi, S., Shayegan, M., Imani, F., Karimi Afshar, E. (2021). The Effectiveness of Positivist Psychology Training on Cognitive

- Flexibility and Psychological Hardiness of Nurses. *Journal of Nursing Education*, 10(3), 1-10. (Persian). URL: <https://sid.ir/paper/963101/fa>
- Petrides, K. V., Pita, R., & Kokkinaki, F. (2007). The location of trait emotional intelligence in personality factor space. *British journal of psychology*, 98(2), 273-289. <https://doi.org/10.1348/000712606x120618>
- Rezaei, L., & Bigdeli, H. (2021). The Effects of Acceptance and Commitment Therapy on Cognitive Flexibility and Marital Satisfaction in Married Women With Obsessive Compulsive Disorder. *Middle Eastern Journal of Disability Studies*, 11(1). (Persian). <https://sid.ir/paper/1029701/fa>
- Roshannejhad N, Bayanfar F, Talepasand S. (2019). Predicting marital adjustment among young couples based on personality traits, differentiation of self and psychological hardiness. *Journal of Clinical Psychology*, 11(1), 93-107. https://jcp.semnan.ac.ir/article_3935_en.html
- SedaghatKhah A, BehzadiPoor S. (2017). Predictingthe Quality of Marital Relationship on the base of Relationship Beliefs, Mindfulness and Psychological Flexibility. *Quarterly Journal of Women and Society*, 8(30), 57-77. (Persian). https://www.researchgate.net/publication/319416202_Predictingthe_Quality_of_Marital_Relationship_on_the_base_of_Relationship_Beliefs_Mindfulness_and_Psychological_Flexibility
- Shareh H, Eshaghi Sani M. (2019). Predictive Role of Morningness-Eveningness Personality, Cognitive Flexibility and Cognitive Emotion Regulation in Marital Satisfaction in Middle-Aged Women. *Iranian Journal of Psychiatry and Clinical Psychology*, 24(4), 384-399. (Persian). <https://ijpcp.iums.ac.ir/article-1-2776-en.html>
- Shoa Kazemi, M., (2017). Relationship & comparative family violence ,couple burnout, self-esteem in normal and client women to court in Tehran city. *Journal of Woman and Family Studies*, 5(1), 35-52. (Persian). https://jwfs.alzahra.ac.ir/article_2747.html
- Shourabi, E., (2023). Investigating the Mediating Role of Emotional Maturity in the Relationship Between Quality of Life and Sexual Satisfaction in Married Women in Mashhad. *Journal of Research in Psychology and Education* 5(50). (Persian). <https://civilica.com/doc/1715321/>
- Singh, Y., & Bhargava, M. (1990). Manual for emotional maturity scale. *Agra: National Psychological Corporation*, 2(4), 16-18. <https://www.aarf.asia/current/2024/Jul/GUcOb5TvQaRg9Y2.pdf>
- Swann, W., & Seyle, D. C. (2013). The antecedents of self-esteem. In *Self-Esteem Issues and Answers* (201-206). Psychology Press.

- Waysman, M., Schwarzwald, J., & Solomon, Z. (2001). Hardiness: An examination of its relationship with positive and negative long term changes following trauma. *Journal of Traumatic Stress: Official Publication of the International Society for Traumatic Stress Studies*, 14(3), 531-548. <https://doi-org.proxy.bib.uottawa.ca/10.1023/A:1011112723704>
- Wiese, S. L. (2010). The downside of self-esteem stability: does stability impede flexibility? Florida Atlantic University.
- Yasrebi, S. Z., & Monirpour, N. (2022). Predicting Emotional Divorce in Couples Based on Personality Traits and Emotional Maturity. *The 6th National Conference of Psychology (Life Science)*. (Persian). URL: <https://civilica.com/doc/1656922>
- Zarei S. (2019). The Mediating role of Mindfulness in Relation Hardiness and Forgiveness and Marital Adjustment Married Women in Tehran. *Rooyesh*. 8(5), 179-186. (Persian). <https://frooyesh.ir/article-1-1067-fa.html>
- Zegeye, B., Woldeamanuel, G. G., Negash, W., & Shibire, G. (2020). Sexual satisfaction and its associated factors among married women in Northern Ethiopia. *Ethiopian journal of health sciences*, 30(2). <https://doi.org/10.4314/ejhs.v30i2.4>
- Zuo, B., Wen, F., Wang, M., & Wang, Y. (2019). The mediating role of cognitive flexibility in the influence of counter-stereotypes on creativity. *Frontiers in psychology*, 10, 105. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.00105>