

# اثربخشی بسته روان‌پویشی شکل‌گیری هویت موفق نوجوان ایران بر فرآیند خودشناسی انسجامی و مولفه‌های روابط موضوعی در نوجوانان ایرانی

شرمین روبن‌زاده<sup>۱</sup>، کاظم رسول‌زاده طباطبایی<sup>۲\*</sup>، نیما قربانی<sup>۳</sup>، علیرضا عابدین<sup>۴</sup>

۱. دکترای تخصصی روان‌شناسی، دانشگاه تربیت مدرس، تهران، ایران.
۲. دانشیار گروه روان‌شناسی دانشگاه تربیت مدرس، تهران، ایران. (نویسنده مسئول)
۳. استاد گروه روان‌شناسی، دانشگاه تهران، تهران، ایران.
۴. دانشگاه آزاد اسلامی واحد علوم و تحقیقات تهران، تهران، ایران.

## چکیده

**مقدمه:** دوره نوجوانی از لحاظ شکل‌گیری هویت بسیار حائز اهمیت است و شکل‌گیری هویت از آن‌رو که به معنای رفتار فرد با خود و دیگران است؛ در زندگی فرد تاثیر بسیار اساسی دارد. با توجه به این که هویت افراد از ناخودآگاه آنان ناشی می‌شود و ناخودآگاه متشکل از والدین، فرهنگ و به‌طور کلی زبان است. علاوه بر این دو فاکتور مهم در شکل‌گیری هویت، خودشناسی انسجامی و روابط موضوعی می‌باشد، در این مطالعه پس از تهیه بسته آموزشی مبتنی بر مفاهیم روان‌تحلیل‌گری، خودشناسی انسجامی و روابط موضوعی به بررسی اثربخشی بسته روان‌پویشی شکل‌گیری هویت موفق بر فرآیند خودشناسی انسجامی و مولفه‌های روابط موضوعی پرداخته شده است.

**روش:** جامعه آماری پژوهش حاضر، که از نوع شبه آزمایشی می‌باشد. نوجوانان ۱۸ تا ۲۲ ساله ایرانی هستند. با توجه به ماهیت پژوهش ۲۴ نفر با روش نمونه‌گیری در دسترس انتخاب و به صورت تصادفی در دو گروه جایگزین شدند. برای جمع‌آوری داده‌ها، پرسشنامه روابط موضوعی بل، مقیاس خودشناسی انسجامی قربانی و پرسشنامه سبک هویت برزونسکی مورد استفاده قرار گرفت. داده‌ها با استفاده از نرم‌افزار «اس. پی. اس. اس.» و آزمون مانکوا، تجزیه و تحلیل شد.

**نتایج:** یافته‌ها نشان داد برنامه روان‌پویشی شکل‌گیری هویت موفق نوجوان ایرانی، خودشناسی انسجامی را افزایش و نمره خرده مقیاس‌های پرسشنامه روابط موضوعی (دلبستگی نایمن، بی‌کفایتی اجتماعی، بیگانگی و خودمیان‌بینی) را کاهش می‌دهد.

**بحث و نتیجه‌گیری:** بسته حاضر به تدریج نوجوانان را تشویق می‌کند تا با بررسی ارتباط خود با والدینشان؛ از زیر نگاه بزرگ دیگری خارج شده و به سمت جایگاه بزرگ دیگری حرکت کنند. در واقع نوجوان در سایه فضایی امن به بررسی خود می‌پردازد، شروع به هدف‌گذاری ارزش‌ها و باورهای خود می‌کند و نوع بودنش با جهان هستی را تغییر می‌دهد. بدین ترتیب نوجوان برای خود، قییم جدیدی می‌سازد؛ قیمی که به جای وابسته بودن به او دلبسته است.

**کلیدواژه‌ها:** نوجوان، هویت، خودشناسی انسجامی، تعهد، بی‌کفایتی اجتماعی، بیگانگی، دلبستگی نایمن، خودمیان‌بینی

\*Email: rasool1340@yahoo.com

این مقاله برگرفته از رساله دکتری نویسنده اول است.

نشریه علمی

## روان‌شناسی بالینی و شخصیت

دوره ۱۷، شماره ۲، پیاپی ۳۳  
پاییز و زمستان ۱۳۹۸  
صص: ۱-۱۰

تاریخ دریافت: ۱۳۹۶/۰۸/۲۳

تاریخ پذیرش: ۱۳۹۷/۰۲/۱۹

## مقاله پژوهشی

Journal of

## Clinical Psychology & Personality

Vol. 17, No. 2, Serial 33

Autumn & Winter  
2019 - 2020  
pp.: 1-10

## مقدمه

هویت جهانی که در آن به سر می‌بریم، چنان به سرعت تغییر شکل می‌دهد که ارائه‌ی نمایی حتی کلی از آن آسان نیست. این سرعت و بی‌ثباتی در تمام مظاهر جهان امروز به روشنی نمایان است و انسان به عنوان محور اصلی این دگرگونی‌ها، هم زمان "عامل" و "معلول" این جریان ناگزیر قرار گرفته و عرصه‌ی بروز و ظهور عوارض آن شده است، از این رو مقوله‌های هویت انسانی به سرعت در حال تغییر و دگرگونی هستند.

نوجوانی یکی از مراحل تحول انسانی است که چالش شکل‌گیری هویت در آن رخ می‌دهد [۱]. انتخاب ارزش‌ها، باورها، و اهداف زندگی، مهم‌ترین مشخصه‌های اصلی هویت را در دوره نوجوانی و جوانی تشکیل می‌دهند [۲]. مرحله‌ای که با تغییرات اساسی در خویش‌بینی و پرسش‌هایی اساسی در باب هویت همراه است. هویت افراد از ناخودآگاه آنان سرچشمه می‌گیرد [۳].

شکل‌گیری هویت، فرآیندی ساده انگارانه نیست، بلکه ابعاد متفاوتی بر آن اثر دارند. یکی از ابعاد تحول نوجوانی، نظم بخشی<sup>۱</sup> است، که خود متأثر از رابطه اولیه کودک با منبع دلبستگی است [۴]. کودک از لحظه تولد صدای والدین خود را می‌شنود، رفتار آنان را ادراک و درونی کردن صدای والدین خود را آغاز می‌کند [۵-۶]. از دیگر ابعاد می‌توان به عوامل عصبی - زیستی<sup>۲</sup>، نوع رابطه نوجوان با مراقبت‌کننده‌های وی و تجربیات روانی اجتماعی در محیط زندگی اشاره نمود [۷]. روان‌تحلیل‌گری، نوجوانی را دوره بازپدیدآیی عقده ادیپ و تثبیت شخصیت می‌داند. روان‌تحلیل‌گران برای رشد هویت موفق به «فردیت»<sup>۳</sup> که شامل استنشاق<sup>۴</sup> کشاننده از ساختارهای درونی، تجربه کردن نیازهای طبیعی در برابر مکانسیم‌های دفاعی، یکپارچه کردن اصول و درونی کردن موضوع بیرونی می‌باشد، توجه ویژه‌ای قائلند. [۸]

رشد هویت در سایه دلبستگی رخ می‌دهد، این فرآیند پیش‌رونده شامل یکپارچه‌سازی آگاهانه اعتقادات فرد درباره خودش، اعتقادات فرد راجع به دیدگاه دیگران و تعهد نسبت به ارزش‌های شخصی و هدف‌های زندگی است [۹]. در الگوی مارسیا، شکل‌گیری هویت در ابعاد اکتشاف و تعهد مطرح می‌شود. اکتشاف به سطحی که افراد، فعالانه ارزش‌ها، اعتقادات، اهداف را بررسی می‌کنند و نقش‌های مختلف

اجتماعی، برنامه‌ها و ایدئولوژی‌های گوناگون را تجربه می‌کنند، اشاره دارد. [۱۰] در این الگو تعهد به میزان سرمایه‌گذاری شخص و تصمیم فرد برای پذیرفتن ارزش‌ها و اعتقادات و مسیرهای شغلی ویژه، قطع نظر از اینکه این موارد توسط خود فرد انتخاب شده‌اند یا به وسیله دیگران پرورش یافته‌اند، اشاره دارد. [۱۰] این تعهدات شالوده هویت دریافتی توسط فرد است که اریکسون آن را به عنوان نتیجه مطلوب بحران هویت نوجوان در مقابل سردرگمی هویت معرفی می‌کند [۱۱]. در خلال سه دهه گذشته، اکثر پژوهش‌گران مفهوم‌سازی‌های خود درباره شکل‌گیری هویت را در قالب مدل وضعیتی مارسیا ارائه کرده‌اند [۱۲] اما اخیراً برخی محققان به جهت‌گیری پردازش شناختی-اجتماعی یا سبک‌هایی که نوجوان به عنوان شاخص‌های هویت خود استفاده می‌کند، متمرکز شده‌اند [۱۳]. نظریه هویت برزونسکی بر یک دیدگاه شناختی در رشد هویت تأکید دارد. دیدگاه برزونسکی مشابه استعاره واترمن [۱۴] از تشکیل هویت است: «همانگونه که تجارب تکرار می‌شوند، افراد ساخت‌های شخصیتی خود را شکل می‌دهند، این ساخت‌ها بر چگونگی توجه فرد بر محرک‌های محیطی، پردازش و تفسیر افراد از آن‌ها تأثیر می‌گذارد در واقع نوجوان واقعیت روانی<sup>۵</sup> دیگران مهم زندگی‌اش را درونی‌سازی می‌کند؛ گویی آن‌ها قسمتی از وجود او هستند<sup>۶</sup> و در درونش مکالمه بین این «خودها» به راه می‌افتد [۱۵].

نوجوانی علاوه بر جنبه‌های فردی از زمینه اجتماعی (مثل تعاملات بین اعضای خانواده و همسالان) نیز تأثیر می‌پذیرد و این تأثیر برای سال‌ها ادامه یافته و حتی در ایجاد تغییرات تازه نیز تأثیرگذار است روابط موضوعی بخش مهمی از زمینه اجتماعی است که نوجوان، رشد فردی و انتقال‌های زندگی خود را با آن تجربه می‌کند [۹]. علاوه بر این یکی از مقوله‌های مهم و غفلت شده در کار با نوجوان، مفهوم خودشناسی است؛ خودشناسی یک فرایند روانشناختی سازش‌یافته، پویایی و انسجامی است که به صورت زمان‌مند عمل می‌کند و هدف آن خودنظم‌دهی است [۱۶] این مقوله اثری تسری بر دیگر شرایط نوجوان دارد و می‌تواند سبک هویت وی را تحت تأثیر قرار دهد [۱۷]

با توجه به اهمیت و بحرانی بودن دوره نوجوانی از لحاظ شکل‌گیری هویت، مطالعه این فاز از زندگی از ضرورت ویژه‌ای

<sup>1</sup> Self-regulation

<sup>2</sup> Neurobiology

<sup>3</sup> Individuality

<sup>4</sup> Drive

<sup>5</sup> Psychich reality

<sup>6</sup> Self

هویت هنجاری یا سردرگم، عدم وجود یک تشخیص روان‌پزشکی و یا آسیب عمیق شخصیت) انتخاب شدند. این افراد به صورت تصادفی در دو گروه آزمایش و کنترل جایگزین شدند. لازم به ذکر است که در پایان جلسات از هر گروه ۳ نفر (در مجموع ۶ نفر) به دلایلی همچون غیبت یا انصراف از شرکت در جلسه و یا تکمیل پرسشنامه‌های پس‌آزمون از مطالعه حذف شدند. بنابراین در نهایت اطلاعات مربوط به ۲۴ نفر (هر گروه ۱۲ نفر) مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت.

### ابزارهای پژوهش

۱) پرسشنامه موضوعی بل: دارای ۴۵ سؤال است که به صورت بلی و خیر نمره‌گذاری می‌شود و چهار عامل بیگانگی<sup>۱</sup>، دل‌بستگی ناایمن<sup>۲</sup>، خودمیان‌بینی<sup>۳</sup> و بی‌کفایتی اجتماعی<sup>۴</sup> را می‌سنجد. ضریب پایایی بازآزمایی چهارهفته‌ای و سیزده هفته‌ای خرده‌مقیاس‌های روابط موضوعی را به ترتیب در دامنه ۰/۹۰-۰/۵۸ و ۰/۸۱-۰/۶۵ گزارش کردند. روایی آزمون نیز به وسیله همبستگی بالای این مقیاس با پرسشنامه چند وجهی مینه‌سوتا و پرسشنامه چند محوری میلون تأیید شده است [۱۸ و ۱۹]. ضمن این‌که نسخه فارسی پرسشنامه روابط موضوعی بل نیز از روایی و پایایی مطلوبی برخوردار است [۲۰]. پاسخ به سوالات، ۵، ۷، ۱۱، ۱۲، ۱۳، ۱۴، ۲۰، ۲۱، ۲۶، ۲۷، ۲۸، ۲۹، ۳۰، ۳۲، ۳۴، ۳۶، ۳۸، ۳۹، ۴۱، ۴۳، ۴۴ مربوط به مقیاس بیگانگی و سوالات ۱۳، ۳۲، ۳۳، ۳۸، ۳۹، ۴۴ برای مقیاس بی‌کفایتی و خرده‌مقیاس دل‌بستگی ناایمن شامل سوالات ۳، ۴، ۷، ۸، ۹، ۱۰، ۱۱، ۱۲، ۱۳، ۲۰، ۲۳، ۲۶، ۳۳، ۳۴، ۳۷، ۴۰ و نهایتاً خرده‌مقیاس خود میان‌بینی شامل سوالات ۱۸، ۱۹، ۲۰، ۲۲، ۲۴، ۲۷، ۲۹، ۳۱، ۳۶، ۴۱، ۴۲، ۴۵ می‌باشد. نمره بالا در هر یک از خرده‌مقیاس‌ها، نشان می‌دهد که فرد در آن خرده‌مقیاس روابط موضوعی دچار نقصان‌هایی است در پژوهش حاضر نیز ضریب آلفای کرونباخ ۷۸/ به دست آمد.

۲) مقیاس خودشناسی انسجامی: این مقیاس، با ادغام دو وجه تجربه‌ای و تاملی خودآگاهی به منظور سنجش خودشناسی مبتنی بر ادغام تجربه‌های گذشته با آگاهی تجربی کنونی و پیوستن آن به آینده مطلوب ساخته شده است. این ابزار دارای ۱۲ ماده است و دامنه ۵ درجه‌ای پاسخ‌های آن از "عمدتاً درست" تا "عمدتاً نادرست" درجه بندی می‌شود. عبارات ۳، ۶ و ۹ خودآگاهی تاملی، عبارات ۱، ۵، ۷ و ۸ خودآگاهی تجربه‌ای و باقی عبارات نیز خودشناسی

برخوردار است. تحقیقات متنوعی در جهان در راستای شناسایی هویت صورت گرفته و مطابق با این تحقیقات عوامل گوناگونی در شکل‌گیری هویت دخیل هستند که از میان آن‌ها خودشناسی و سبک دل‌بستگی در روانشناسی پویایی از اهمیت بالایی برخوردار است. در ایران علی‌رغم آمار رو به رشد نسل نوجوان، تحقیقات کاربردی به منظور دستیابی نوجوانان به هویت موفق صورت نپذیرفته است. از این رو مسئله اصلی پژوهش حاضر تدوین بسته آموزشی ارتقا هویت نوجوانان بر اساس مولفه‌های خودشناسی انسجامی و روابط موضوعی و نیز تعیین اثر بخشی آن بر روابط موضوعی، و خودشناسی نوجوانان بود.

### فرضیه‌های پژوهش

پژوهش حاضر می‌کوشد تا فرضیه‌های زیر را مورد آزمون قرار دهد

- ۱- برنامه روان‌پوشی شکل‌گیری هویت موفق نوجوان ایرانی، خودشناسی انسجامی را افزایش می‌دهد.
- ۲- برنامه روان‌پوشی شکل‌گیری هویت موفق نوجوان ایرانی، نمره خرده‌مقیاس‌های پرسشنامه روابط موضوعی (دل‌بستگی ناایمن، بی‌کفایتی اجتماعی، بیگانگی و خودمیان‌بینی) را کاهش می‌دهد.

### روش

#### نوع پژوهش

پژوهش حاضر از لحاظ روش‌شناسی جزء طرح‌های شبه آزمایشی دوگروهی با پیش‌آزمون و آزمون نهایی است.

#### آزمودنی

**الف) جامعه آماری:** جامعه آماری مطالعه سوم پژوهش، نوجوانان و جوانان ۱۸ تا ۲۲ سال بودند که در سال تحصیلی ۹۳-۹۴ در دانشگاه‌های شهید بهشتی، تهران و مدرس مشغول به تحصیلی بودند.

**ب) نمونه پژوهش:** روش نمونه‌گیری در این مطالعه، نمونه‌گیری در دسترس بود. حجم گروه نمونه با توجه به ماهیت روش که جزو طرح‌های شبه آزمایشی می‌باشد و با لحاظ کردن افت آزمودنی ۱۵ نفر و مجموعاً ۳۰ نفر تعیین گردید. به منظور انتخاب این گروه با استفاده از روش نمونه‌گیری داوطلبانه و در دسترس از مجموع ۷۰ نفری که برای شرکت در پژوهش داوطلب بودند، ۳۰ نفر که ملاک‌های ورود به گروه را داشتند (که شامل سن ۱۸ تا ۲۵، داشتن سبک

<sup>1</sup> Alienation

<sup>2</sup> Insecure Attachment

<sup>3</sup> Egocentricity

<sup>4</sup> Social Incompetence

پیش از اجرای مداخله پرسشنامه‌های پژوهش توسط شرکت‌کنندگان تکمیل شد (پیش‌آزمون). سپس گروه مداخله بسته روان‌پویشی شکل‌گیری هویت موفق نوجوان ایرانی را دریافت کرد (جدول ۱). این برنامه گروهی که با استفاده از یافته‌های موجود در ادبیات پژوهشی، تشکیل گروه متمرکز و مصاحبه با متخصصان ساخته شد در ۱۲ جلسه به صورت هفتگی اجرا می‌شد و هر جلسه حدوداً ۹۰ دقیقه به طول می‌انجامید. لازم به ذکر است که روایی محتوایی بسته روان‌پویشی شکل‌گیری هویت موفق نوجوان ایرانی، با استفاده از روش توافق ارزیاب‌ها مورد بررسی و تایید قرار گرفت [۲۱]. پس از پایان مداخله مجدداً گروه آزمایش و کنترل مورد ارزیابی قرار گرفتند.

انسجامی را می‌سنجند. پایایی این مقیاس در یک گروه ۲۳۰ نفری از دانشجویان دانشگاه تهران به قرار زیر بود: ضریب آلفای کرونباخ برای خودشناسی تجربه ای ۰/۹ و برای خودشناسی تاملی ۰/۸۴. همبستگی میان دو وجه برابر بود با  $r=0.74$  [۱۴]. پایایی بازآزمایی این مقیاس پس از ۷ تا ۸ هفته فاصله زمانی با یک نمونه ۴۴ نفری به صورت زیر بود: پایایی برای خودشناسی تجربه ای ۰/۷۶ و برای خودشناسی تاملی ۰/۶۸ [۱۷]. همسانی درونی، روایی ملاک و همگرایی این مقیاس در ایران و آمریکا مطلوب گزارش شده است [۱۷].

### شیوه انجام پژوهش

جدول ۱. فعالیت‌های انجام گرفته در برنامه روان‌پویشی شکل‌گیری هویت موفق نوجوان ایرانی به تفکیک جلسات

شماره جلسات	نام و عنوان جلسات	فعالیت‌های انجام یافته در جلسه
۱	معارفه	اجرای پیش‌آزمون، معارفه‌ی اعضای گروه و آشنایی با برنامه، بیان هدف، قوانین و چارچوب گروه.
۲	من که هستم	آشنایی با فازهای نوجوانی و شناسایی تصور نوجوان از گذشته، اکنون و آینده خود
۳	افزایش گنجایش روان نوجوان و آشنایی با گفتگوی درون:	آشنایی به نوع صحبت نوجوان با خویش یا گفتگوی خود
۴	اصلاح گفتگوی درونی:	اصلاح گفتگوی درونی نوجوان با خویش از طریق شناسایی این موضوع که قسمت اعظم دیالوگ نوجوان با خویش برگرفته از نوع ارتباط وی با والدینش است
۵	آموزش مهارت‌های زندگی جهت یک‌پارچه دیدن <sup>۱</sup> و نه جداسازی <sup>۲</sup>	آموزش مهارت‌های زندگی، بررسی احساس خشم و گناه دو به عنوان دو احساس غالب نوجوانان
۶	تقلید یا همانندسازی:	بررسی تفاوت تقلید و همانندسازی
۷	نیازها و فشارهای نوجوان و تفاوت رضایت‌مندی و سازگاری:	بحث و مرور نیازها و فشارهای دوره نوجوانی و نیز مرور تفاوت مفهوم رضایت‌مندی و سازگاری
۸	اوقات فراغت و مرز	مرور ارزش‌ها، باورها و روایت‌های فرهنگی و تلاش‌هایی که والدین برای مطیع ساختن نوجوان با اکثریت جامعه داشته‌اند. از نوجوانان خواسته می‌شود به مقوله‌های حریم خصوصی، ارزشمندی آن، مزایا و معایب مرزهای خود بیندیشند
۹	تصویر و صدای والدین و انتلاف‌های تخریب‌کننده:	مرور روابط خانوادگی نوجوانان و شناسایی تصاویر یا صداهایی که نوجوان براساس رفتار والدین خود درونی کرده است، شناسایی انتلاف‌های تخریب‌کننده
۱۰	در جستجوی معنا برای آینده:	تلاش برای یافتن معنا یا معناهای جدیدی برای زندگی توسط نوجوان
۱۱	ساختارزدایی و وسازی:	آموزش برای زیر سوال بردن جهان ساخته شده توسط دیگران و بازسازی دوباره جهان خود
۱۲	خداحافظی و پایان درمان	مرور تجارب خداحافظی اعضای گروه و خداحافظی

بر اساس جدول ۲، در مرحله پیش‌آزمون، میانگین نمرات در دو گروه، تقریباً در یک سطح هستند و تفاوت معناداری بین آن‌ها وجود ندارد اما نمره کلی خودشناسی انسجامی در گروه آزمایش در مقایسه با گروه کنترل در مرحله پس‌آزمون نسبت به پیش‌آزمون، افزایش چشمگیری داشته است. در جدول ۳، میانگین و انحراف معیار نمرات ابعاد و خرده‌مقیاس‌های پرسشنامه روابط موضوعی در دو گروه آزمایش و کنترل و در دو مرحله پیش‌آزمون، پس‌آزمون به تفکیک آمده است. بر اساس این جدول می‌توان روند تغییر نمرات را بررسی کرد.

### شیوه تحلیل داده‌ها

برای تجزیه و تحلیل اطلاعات در این پژوهش از محاسبه شاخص‌های آمار توصیفی، همچون میانگین و انحراف استاندارد برای ارائه اطلاعات توصیفی پژوهش استفاده شد و برای آزمون فرضیه‌های پژوهشی از آزمون تحلیل کوواریانس استفاده گردید. جهت تجزیه و تحلیل داده‌ها از نسخه ۲۲ نرم‌افزار اس. پی. اس. اس استفاده گردید.

### نتایج

میانگین و انحراف معیار نمره کلی خودشناسی انسجامی در دو گروه آزمایش و کنترل و در دو مرحله پیش‌آزمون، پس‌آزمون در جدول ۲ گزارش شده است.

<sup>۱</sup> Whole object

<sup>۲</sup> splitting

جدول ۲. شاخص‌های توصیفی نمرات کلی خودشناسی انسجامی در دو گروه نمونه (در دو محله ارزیابی)

گروه	زمان	متغیر وابسته	کمینه	بیشینه	میانگین	انحراف معیار
گروه آزمایش	پیش‌آزمون	خودشناسی انسجامی	۳۵	۴۵	۳۹/۹	۳/۴
	پس‌آزمون	خودشناسی انسجامی	۳۹	۵۷	۴۷/۳	۵/۳
گروه کنترل	پیش‌آزمون	خودشناسی انسجامی	۳۴	۴۶	۳۹/۳	۳/۷
	پس‌آزمون	خودشناسی انسجامی	۳۲	۴۴	۳۷/۹	۴/۲

جدول ۳. شاخص‌های توصیفی خرده‌مقیاس‌های روابط موضوعی در دو گروه نمونه در دو مقطع زمانی

گروه	زمان	متغیر وابسته	کمینه	بیشینه	میانگین	انحراف معیار
گروه آزمایش	پیش‌آزمون	دلبستگی ناایمن	۱۰	۱۷	۱۳/۵	۲/۱
		بی‌کفایتی اجتماعی	۹	۱۴	۱۱/۹	۱/۶
		بیگانگی	۱۰	۱۴	۱۲/۲	۱/۳
		خودمیان بینی	۱۶	۲۱	۱۸/۲	۱/۷
پس‌آزمون	دلبستگی ناایمن	۸	۱۳	۱۰/۵	۱/۴	
	بی‌کفایتی اجتماعی	۸	۱۲	۹/۷	۱/۳	
	بیگانگی	۹	۱۳	۱۰/۶	۱/۲	
	خودمیان بینی	۱۱	۱۹	۱۴/۳	۲/۶	
گروه کنترل	پیش‌آزمون	دلبستگی ناایمن	۹	۱۶	۱۲/۵	۲/۳
		بی‌کفایتی اجتماعی	۸	۱۴	۱۱/۸	۱/۶
		بیگانگی	۱۰	۱۴	۱۲/۵	۱/۳
		خودمیان بینی	۱۴	۲۲	۱۸	۲/۴
	پس‌آزمون	دلبستگی ناایمن	۹	۱۶	۱۲/۷	۲/۱
		بی‌کفایتی اجتماعی	۹	۱۴	۱۱/۹	۱/۹
		بیگانگی	۱۰	۱۶	۱۲/۶	۲/۱
		خودمیان بینی	۱۳	۲۲	۱۷/۸	۳/۳

جدول ۴. نتایج تحلیل کوواریانس یک‌راهه بر خودشناسی انسجامی در مرحله پس‌آزمون

منبع	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	F	سطح معناداری
پیش-آزمون	۳۱۳/۵۴	۱	۳۱۳/۵۴	۴۹/۶	۰/۰۰۰۱
گروه	۳۷۶/۴۵	۱	۳۷۶/۴۵	۵۹/۵	۰/۰۰۰۱
خطا	۱۰۷/۴۵	۱۷	۶/۳۱		
مجموع	۳۷۱۵۸	۲۰			

نتایج حاکی از این است که پس از تعدیل نمرات پیش‌آزمون، تفاوت بین دو گروه در میانگین نمره خودشناسی انسجامی معنادار است. با توجه به نتایج جدول ۴، مقایسه میانگین نمرات دو گروه نشان‌دهنده افزایش میانگین نمرات گروه آزمایش نسبت به گروه کنترل است. این یافته حاکی از تأثیر برنامه روان‌پوشی شکل‌گیری هویت موفق نوجوان ایرانی بر افزایش خودشناسی انسجامی و تأیید فرضیه اول می‌باشد.

همان‌طور که مشاهده می‌شود، در مرحله پیش‌آزمون، میانگین نمرات در دو گروه، تقریباً در یک سطح هستند و تفاوت معناداری بین آن‌ها وجود ندارد اما نمره خرده‌مقیاس‌های پرسشنامه روابط موضوعی در گروه آزمایش در مقایسه با گروه کنترل در مرحله پس‌آزمون نسبت به پیش-آزمون، کاهش چشمگیری داشته است.

#### فرضیه اول: برنامه روان‌پوشی شکل‌گیری هویت موفق

نوجوان ایرانی، خودشناسی انسجامی را افزایش می‌دهد. در راستای آزمون فرضیه، با توجه به وجود پیش‌آزمون در این طرح پژوهشی، به‌منظور مقایسه دو گروه از آزمون تحلیل کوواریانس انکوا استفاده شد. نمرات پیش‌آزمون به‌عنوان متغیر همپراش وارد تحلیل و در نتیجه کنترل شدند با توجه به برقراری پیش‌فرض تساوی واریانس نمرات در دو گروه (عدم معناداری آزمون لوین:  $p > 0/05$ ،  $F = 3/067$ )، استفاده از این آزمون آماری قابل تأیید می‌باشد. نتایج به دست آمده در جدول ۴ ارائه شده است.

جدول ۶. نتایج تحلیل کوواریانس یک‌راهه بر خرده مقیاس‌های پرسشنامه روابط موضوعی در مرحله پس آزمون

متغیر	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	F	معنی داری
دلبستگی نالین	۳۳/۳۱	۱	۳۳/۳۱	۱۵/۱۲	۰/۰۰۲
بی‌کفایتی اجتماعی	۱۵/۱۳	۱	۱۵/۱۳	۷/۸	۰/۰۱۴
بیگانگی	۱۲/۳۷	۱	۱۲/۳۷	۶/۷۷	۰/۰۲
خودمیان بینی	۷۳/۹۶	۱	۷۳/۹۶	۳۱/۱	۰/۰۰۰۱

### بحث و نتیجه‌گیری

پژوهش حاضر با توجه به ضرورت مطالعه اثربخشی بسته روان‌پویشی شکل‌گیری هویت موفق نوجوان ایران بر فرآیند خودشناسی انسجامی و مولفه‌های روابط موضوعی در نوجوانان ایرانی انجام گرفت.

نتایج نشان‌دهنده تاثیر بسته روان‌پویشی شکل‌گیری هویت موفق نوجوان ایران بر افزایش فرآیند خودشناسی انسجامی دانشجویان بود. این یافته را می‌توان با یافته‌هایی که به تفاوت میزان خودشناسی انسجامی در سبک‌های مختلف هویت اشاره دارند [۱۲، ۲۲، ۲۳، ۲۴] همسو دانست. بر این اساس طبقاً یک برنامه شکل‌گیری هویت موفق باید قادر به تاثیر گذاشتن بر میزان خودشناسی انسجامی افراد نیز باشد. به منظور درک اینکه چه عواملی منجر به اثربخشی برنامه روان‌پویشی شکل‌گیری هویت موفق نوجوان در افزایش خودشناسی انسجامی شدند، باید به محتوا و عناصر موجود در جلسات برنامه روان‌پویشی و سپس به تغییرات حاصل در افراد به واسطه این عناصر، پرداخت.

اولین تلاش در عملیاتی کردن مفهوم خودشناسی، "بهوشیاری" است [۱۷]. بهوشیاری به معنای آگاهی، توجه و یادآوری [۲۵] و نیز توجه کردن هدفمند به لحظه حال با شفقت، کنجکاو و پذیرش است [۲۶]. این مفهوم که به نظر می‌رسد، یکی از مهم‌ترین جنبه‌های اثر بخشی برنامه حاضر و پای‌بندی آزمودنی‌ها نسبت به آموزش‌های ارائه شده از سوی مداخله‌گر به شمار می‌رود. به معنای کشف چگونگی زندگی کردن در لحظه حال به گونه‌ای لذت‌مندانه به جای نگرانی برای گذشته و آینده می‌باشد [۲۶] در تمام طول برنامه، مداخله‌گر در صدد آن بود که این نوع بودن را در آزمودنی‌ها ایجاد و آن‌را پررنگ نماید. هنگامی که فرد قادر به شنیدن و در صورت لزوم اصلاح صداها درونی خود می‌شود، به تدریج به درکی از خود می‌رسد که باعث افزایش خودشناسی انسجامی می‌شود. گرچه دستیابی به این هدف در کلیه جلسات برنامه روان‌پویشی شکل‌گیری هویت موفق در دستور کار قرار گرفت؛ اما جلسه سوم و چهارم به طور ویژه به این هدف اختصاص یافت. در جلسه سوم که "افزایش

### فرضیه دوم: برنامه روان‌پویشی شکل‌گیری هویت

موفق نوجوان ایرانی، نمره خرده مقیاس‌های پرسشنامه روابط موضوعی (دلبستگی نالین، بی‌کفایتی اجتماعی، بیگانگی و خودمیان‌بینی) را کاهش می‌دهد.

در راستای آزمون فرضیه، با توجه به وجود پیش‌آزمون در این طرح چهار متغیری به منظور مقایسه دو گروه از آزمون تحلیل کوواریانس چند متغیری (مانکوا) استفاده شد. نمرات پیش‌آزمون به عنوان متغیر همپراش وارد تحلیل و در نتیجه کنترل شدند. البته قبل از استفاده از این آزمون آماری، لازم است که پیش فرض همگونی کوواریانس‌ها (آزمون باکس) و واریانس‌ها (آزمون لوین) مورد تأیید قرار بگیرد. نتایج حاصل از تحلیل کوواریانس چند متغیری بر ترکیب خطی خرده مقیاس‌های پرسشنامه روابط موضوعی (در مرحله پس‌آزمون) در جدول ۵ ارائه شده است. نتایج به دست آمده، پس از احراز عدم معناداری آزمون باکس ( $F = 1/28, P > 0/05$ )،  $17/09$  (Box's M =  $P > 0/05$ ) و لوین ( $P > 0/05$ ) و در نتیجه برقراری مفروضه‌های استفاده از این آزمون آماری می‌باشد.

جدول ۵. نتایج آزمون تحلیل کوواریانس چند متغیری بر خرده مقیاس‌های پرسشنامه روابط موضوعی در پس‌آزمون

نام آزمون	مقدار	F	Df فرضیه	df خطا	سطح معنی داری
اثر پیلایی	۰/۹۲	۳۱/۴۲	۴	۱۱	< ۰/۰۰۰۱
لامبدای ویلکز	۰/۰۸	۳۱/۴۲	۴	۱۱	< ۰/۰۰۰۱
اثر هتلینگ	۱۱/۴۲	۳۱/۴۲	۴	۱۱	< ۰/۰۰۰۱
بزرگترین ریشه روی	۱۱/۴۲	۳۱/۴۲	۴	۱۱	< ۰/۰۰۰۱

نتایج تحلیل مانکوا جدول ۵ حاکی از معناداری اثر گروه می‌باشد ( $P < 0/0001$ ). این نتیجه به این معناست که بین گروه آزمایش و کنترل در ترکیب خطی متغیرهای وابسته (خرده مقیاس‌های پرسشنامه روابط موضوعی) تفاوت معنادار مشاهده می‌شود. نتایج جدول ۶ مشخص خواهد کرد که این اثر در رابطه با کدامیک از متغیرهای وابسته معنادار می‌باشد. همان‌طور که در جدول ۶ ملاحظه می‌شود، بین گروه آزمایش و کنترل در سطح خرده مقیاس‌های دلبستگی-نالین، بی‌کفایتی اجتماعی، بیگانگی و خودمیان‌بینی پس از تعدیل نمرات پیش‌آزمون تفاوت معناداری وجود دارد ( $P < 0/05$ ). با توجه به نتایج جدول ۶، باید اظهار کرد که این معناداری بیانگر کاهش نمرات گروه آزمایش می‌باشد. این نتیجه نشان‌دهنده تأثیر معنادار برنامه روان‌پویشی شکل‌گیری هویت موفق نوجوان ایرانی بر نمره خرده مقیاس‌های پرسشنامه روابط موضوعی (دلبستگی نالین، بی‌کفایتی اجتماعی، بیگانگی و خودمیان‌بینی) و تأیید فرضیه می‌باشد.

اصلاح گفتمان فرد با خویش، صدای ناخودآگاه فرد را بازشناسی کند. با بازشناسی صدای ناخودآگاه؛ فرد از سایه "بزرگ دیگری" رها می‌شود و به درک خواسته‌های خود، درک جدیدی از ادراکات و تفکرات و نیز خودی منسجم دست می‌یابد. به عبارت دیگر فرد با آگاه شدن از فرآیندهای گفتگوی درون خود و اصلاح آن‌ها، می‌تواند «منی» قوی تر و خودشناسی انسجامی بالاتری داشته باشد.

دیگر یافته پژوهش حاضر نشان می‌دهد برنامه روان‌پوشی شکل‌گیری هویت موفق نوجوان ایرانی، نمره خرده‌مقیاس‌های پرسشنامه روابط موضوعی (دلبستگی نایمن، بی-کفایتی اجتماعی، بیگانگی و خودمیان‌بینی) را کاهش می‌دهد. این یافته را می‌توان با یافته‌هایی که به ارتباط مولفه‌های روابط موضوعی و سبک‌های مختلف هویت اشاره دارند [۱۲] و [۱۰] همسو دانست. بر این اساس طبعاً یک برنامه شکل‌گیری هویت موفق باید قادر به تاثیر گذاشتن بر مولفه‌های روابط موضوعی افراد نیز باشد. در ادامه این موضوع که چه محتوا یا بخشی از برنامه روان‌پوشی شکل‌گیری هویت موفق نوجوان در کاهش مولفه‌هایی همچون دلبستگی نایمن، بی-کفایتی اجتماعی، بیگانگی و خودمیان‌بینی موثر بود، مورد بحث قرار می‌گیرد.

نتایج موجود گویای آن بود که برنامه روان‌پوشی شکل‌گیری هویت موفق نوجوان می‌تواند نمره بیگانگی را در نوجوانان کاهش دهد. به عبارت دیگر این برنامه به نوجوانانی که نسبت به خودشان و جامعه احساس بیگانگی، و عدم دلبستگی داشتند کمک کرد تا کمتر چنین احساساتی را تجربه کنند. با نگاهی به محتوا و موضوعات جلسات برنامه درمی‌یابیم که دومین جلسه (من که هستم؟!، در کاهش احساس بیگانگی نوجوان نقش ویژه‌ای داشته است. در این جلسه اعضای گروه با فازهای زندگی نوجوانی و نگرش نسبت به خودشان آشنا شدند. آن‌ها یاد گرفتند که نوجوان بر اساس "الگوهای بازنمایی" که از خود دارد، اکنون و آینده خود را به گونه‌ای خاص متصور می‌شود. بنابراین اولین گام، شناسایی تصور نوجوان از گذشته، اکنون و آینده خود است. برای دستیابی به این هدف با توجه به ایگو ضعیف‌تر نوجوان در مقایسه با بزرگسالان، از ابزارهای غیرمستقیم و سمبول‌کردن استفاده شد [۲۸]. از این رو به اعضای گروه تکالیفی مانند تصور سازی ذهنی (تصور کردن خود به عنوان "رود" و توضیح دادن در مورد این که این رود کجا بوده است؟ اکنون کجاست و در آینده کجا می‌خواهد برود)، ترسیم کلاژ (با موضوع گذشته، اکنون و آینده) و نیز ترسیم شجره‌نامه داده شد. با ایجاد حس یک خود منسجم و نیز یکپارچگی بین تجارب گذشته و انتظارات آینده، بیگانگی نوجوان کاهش می‌یابد.

گنجایش روان نوجوان و آشنایی با گفتگوی درون، مد نظر قرار گرفته بود، نوجوانان تشویق می‌شدند تا به نوع صحبت با خویش یا گفتگوی خود، توجه کنند. با شناسایی «گفتگوی خود»، نوجوان قادر خواهد بود درک جدیدی از ادراکات و تفکرات خود داشته باشد. در این جلسه برای آشنایی نوجوان با صدای درون خود از وی خواسته می‌شد گفتگوی ذهنی خود را در قالب داستانی که شامل روند ذهنی چگونگی صحبت نوجوان با «خودش»، «والدینش» و «روند تصمیم‌گیری‌هایش»، باشد، بنویسد. هدف زیربنایی این تکلیف، ایجاد راه‌هایی برای ارتباط بین پنج بخش مختلف ایگو (شامل کودک لجباز، کودک مطیع، بالغ، والد حامی و والد سرزنشگر) بود. در بخش دیگری از این جلسه با تکلیف دست راست-چپ و خودکارهای رنگی، به برقراری یک گفتمان بین خود نوجوان به عنوان یک فرد بزرگسال و کودک درون وی، پرداخته شد.

تکالیف و آموزش‌های موجود در جلسه چهارم که با هدف کلی "اصلاح گفتگوی درونی" طراحی شده بود، نیز دو هدف را در دستور کار قرار می‌دادند؛ تفکیک صدای خود از صدای والدین و یک‌پارچه‌سازی و پذیرش بخش‌های مختلف ایگو.

هدف اول با توجه به این موضوع در نظر گرفته شد که قسمت اعظم گفتگوی نوجوان با خود، برگرفته از نوع ارتباط وی با والدینش است. به عبارت دیگر، نوجوان، نوع برخورد و صدای والدین و دیگران مهم خویش را درونی می‌کند. سپس آن‌گونه که در دنیای بیرون با آنان رابطه برقرار می‌کند در دنیای درونش نیز به همان قسم ایفای نقش می‌نماید.

هدف دوم نیز با توجه به آن که نوجوان باید بداند- هر پنج حالت ایگو «نظریه تحلیل تبادل» برای داشتن هویت منسجم، لازم است و لیکن مهم آن است که از هر کدام «کی» و «کجا» بهره جوید و آیا بین این نواحی تقابل وجود دارد یا همکاری؟! - مطرح شد. با این چالش، نوجوان می‌آموزد هرچه یکپارچگی شخص در گفتگوهای درونی بیشتر باشد داستان زندگی روایت شده وی منسجم تر و کارآمدتر خواهد بود [۲۷]. به منظور دستیابی به این هدف، خواسته‌های کودک دیروز و نوجوان امروز و نیز خود ایده‌آل و یا خود سرگردان احتمالی نوجوان به او نشان داده می‌شود و تلاش می‌گردد با ساختن یک «قیم» بین این بخش‌ها نوعی همکاری و تبادل «برد-برد» ایجاد شود.

با رویداشت به آن‌چه گفته شد به نظر می‌رسد برنامه روان‌پوشی شکل‌گیری هویت موفق، توانست از طریق ارتقای گفتگوی درونی، برقراری ارتباط بین اجزای مختلف من (کودک، والد، بالغ)، راه‌اندازی گفتمان بین آن اجزا و نیز

به عهده داشت. این موضوع نیز در اثر بخشی برنامه حاضر نقش بسزایی داشت.

در مجموع باید گفت گرچه داده‌های پژوهش حاضر از طریق پرسشنامه‌های خودگزارش‌دهی، استفاده از نمونه‌گیری در دسترس و کنترل نکردن متغیرهایی همچون وضعیت اجتماعی- اقتصادی آزمودنی‌ها روبرو است اما با توجه به ضعف درمان‌های روان‌پویشی در زمینه حمایت تجربی، یافته‌های این پژوهش می‌تواند نقش مهمی در مطرح نمودن برنامه " برنامه روان‌پویشی شکل‌گیری هویت موفق نوجوان ایرانی "، به عنوان درمانی دارای حمایت تجربی باشد و زمینه ساز کاربرد آن در افزایش خودشناسی انسجامی، و تغییر نمره ومولفه‌های پرسشنامه روابط موضوعی باشد. استفاده از این بسته، به‌ویژه در موقعیت‌هایی که درمانگران با نوجوان با هویت سردرگم و هنجاری مواجه هستند و خواهان ارتقا هویت آنان هسد، مفید خواهد بود علاوه بر این با توجه به محدودیت ادبیات تخصصی و فقدان برنامه مدونی که بر هویت نوجوان تاثیر بگذارد به نظر می‌رسد برنامه مداخله‌ای حاضر، علاوه بر این که می‌تواند جایگاه ویژه‌ای در بحث شکل‌گیری هویت موفق و سازه‌های مرتبط با هویت و نوجوان به خود اختصاص دهد، با توجه به دیدگاه عمیق رویکرد حاضر نسبت به هویت، احتمال تغییرات رفتاری مثبت در مورد متغیرهایی غیر از هویت نیز وجود دارد. به عنوان مثال برنامه حاضر حاوی تکنیک‌ها، سناریوها و آموزش‌هایی است که می‌تواند در بهبود کیفیت ارتباط والد- نقش بسزایی ایفا نماید.

#### منابع

- ۱- امانی، رزیتا و مجذوبی، محمدرضا. (۱۳۹۰). پیش بینی سبک های هویت بر اساس سبک های دلبستگی. مجله روان‌شناسی بالینی و شخصیت. سال ۲، شماره ۵، صص ۲۴-۱۳.
- ۲- رحیم‌خانلی، معصومه، علی‌مهدی، منصور، فهیمی، صمد، بیرامی، منصور. مجتبابی، مینا(۱۳۹۴). سبک‌های هویت و محیط‌های اولیه‌ی تحول: با تأکید بر سبک‌های دلبستگی، تمایز یافتگی خود و حوزه‌های طرح‌واره. مجله روانشناسی بالینی و شخصیت (دانشور رفتار)، دوره ۱۳، شماره ۲، صص: ۸۵-۹۶
- 3- Phillips A. (2004). Psychoanalysis as Education. Journal of The Psychoanalytic Review.:vol91 (6): PP.779 -799.
- 4- Berzonsky, M. D., & Kuk, L. S. (2000). Identity status, identity processing style, and the transition to university. Journal of Adolescent Research. Vol 15(1): PP. 81-98.

دیگر یافته پژوهش حاضر کاهش معنادار دلبستگی نایمن دانشجویان شرکت‌کننده در برنامه روان‌پویشی شکل‌گیری هویت موفق در مقایسه با دانشجویان گروه گواه بود. تمرکز عمده برنامه برای ایجاد چنین تغییری مربوط به جلسه چهارم (اصلاح گفتگوی درونی) بود. در جلسه مذکور نوجوان می‌آموزد قسمت اعظم دیالوگ او برگرفته از نوع ارتباط وی با والدینش است. در واقع نوجوان نوع برخورد و صدای والدین و دیگران مهم خویش را درونی می‌کند و سپس آن‌گونه که در دنیای بیرون با آنان رابطه برقرار می‌کند در دنیای درونش، به ایفای نقش می‌پردازد. در ادامه جلسه همان‌طور که در نوشته‌های لکان [۲۹] نیز آمده است به تدریج نوجوانان تشویق می‌شوند تا با بررسی ارتباط خود با والدینشان؛ از زیر نگاه بزرگ دیگری خارج شده و به سمت جایگاه بزرگ دیگری حرکت کنند. بدین ترتیب نوجوان برای خود، قییم جدیدی می‌سازد؛ قییمی که به او دلبسته است نه وابسته و بیمارگونه. به عبارت دیگر دلبستگی به والد این‌بار از سر عشق است؛ نه اضطراب.

کاهش معنادار میزان خودمیان‌بینی نوجوانانی که در معرض مداخله با برنامه روان‌پویشی شکل‌گیری ویت موفق قرار داشتند، دیگر یافته پژوهش حاضر بود. کاهش خود میان‌بینی در دستور کار جلسه پنجم برنامه حاضر (آموزش مهارت‌های زندگی جهت یک‌پارچه دیدن؛ نه جداسازی) قرار داشت. در جلسه پنجم علاوه بر تشویق نوجوانان برای بیان احساسات خود؛ مهارت‌های زندگی آموزش داده شد. با تکالیف و آموزش‌هایی که در این جلسه به نوجوانان ارائه شد، آن‌ها یاد گرفتند با دیدگاه‌های مختلف، احساسات دیگران آشنا شده و در تصمیم‌گیری‌های خود آن را در نظر بگیرند [۲۷].

کاهش معنادار میزان بی‌کفایتی اجتماعی دانشجویان گروه مداخله را نیز می‌توان با فرآیند درمانی که از طریق شن درمانی در جلسه ششم (تقلید یا همانند سازی) رخ داد تبیین نمود. شرکت‌کنندگان در این جلسه یاد گرفتند می‌توانند گاهی به دلیل اشتباه انجام دادن امور احساس بی‌کفایتی می‌کند اما قرار نیست دلسرد شوند. آنها تمایز بین همانند سازی (که به نوجوان منحصر به فرد شدن می‌بخشد) و تقلید (انعکاس سایه دیگری بر فرد) را متوجه و تشویق شدند تا به جای تقلید طوطی‌وار، آموزه‌های خود را درونی سازند. لازم به ذکر است که برای رسیدن به همانندسازی، "بزرگ دیگری" باید در فضایی امن، احساسات و باورهایی که نوجوان بر او فرا می‌افکند را جذب کرده، به وی کمک کند آنان را چارچوب و حل و فصل کند و سپس به وی دوباره انعکاس دهد؛ این همان نقشی بود که مداخله‌گر در سراسر جلسات

- 17- Ghorbani N, Watson PJ, Hargis MB. (2008) Integrative self-knowledge scale: correlations and incremental validity of a cross-cultural measure developed in Iran and the United States. *Journal of Psychology*. Vol 142 PP.395-412
- 18- Bell, M.D., Billington, R.J., & Becker, B.R.(1985) Scale for the assessment of reality testing: Reliability, validity, and factorial invariance. *J Consult Clin Psychol.*: Vol 53(4) PP.506-511.
- 19- Bell, M.D., Billington, R.J., & Becker, B.R.(1986) A scale for the assessment of object relations: Reliability, validity, and factorial invariance. *J Clin Psychol.*: Vol 42(5) PP.733-741
- ۲۰- هادی نژاد، حسن طباطباییان، مریم و دهقانی، محمود. (۱۳۹۳). بررسی مقدماتی روایی و پایایی پرسشنامه روابط موضوعی و واقعیت‌آزمایی پل. *مجله ایرانی روان‌پزشکی و روان‌شناسی بالینی* سال ۲۰، شماره ۲، صص ۱۶۹-۱۶۲.
- ۲۱- روبن زاده، شرمین (۱۳۹۶). بررسی نقش عوامل روان‌پوشی شخصیت (فرآیند خودشناسی و سبک‌های دلبستگی) در شکل‌گیری هویت نوجوان ایرانی، و تدوین و بررسی اثربخشی بسته روان‌پوشی در خصوص شکل‌گیری هویت موفق نوجوان ایران. پایان‌نامه دکتری، تهران: دانشگاه تربیت مدرس
- 22- Berzonsky, M. D., & Kuk, L. S. (2005). Identity style, psychosocial maturity, and academic performance. *Personality and Individual Differences*, 39(1) PP.235- 247.
- 23- Berzonsky, M. D., & Sullivan, C. (1992). Social-cognitive aspects of identity style: Need for cognition, experiential openness, and introspection. *Journal of Adolescent Research*: Vol 7 PP.140-155.
- 24- Dollinger, S. M. C. (1995). Identity styles and the five-factor model of personality. *Journal of Research in Personality*: Vol 29(4) PP.475-479.
- 25- Didonna, F. (2009). *Clinical Handbook of Mindfulness*. Springer. Vol 18 pp.5-18.
- 26- Alidina, S. (2014). *Mindfulness for Dummies*. Wiley. Vol 3 pp.98-118.
- ۲۷- مارنات، گراث. (۲۰۰۳). راهنمای سنجش روانی: برای روان‌شناسان بالینی، مشاوران و روان‌پزشکان. ترجمه م نیکخوا. (۱۳۸۴). تهران: انتشارات رشد.
- ۲۸- ماسن، پاول هنری، کیگان، جروم، هوستون، آلتا کارول، و کانجیر، جان، جین‌وی، کانجر (۱۳۹۵). رشد و شخصیت کودک. ترجمه مهشید یاسایی. تهران: نشر مرکز.
- 5- Chmidt-Hellerau, C. (2005). the other side of Oedipus, *psychoanalytic quarterly*. Vol 74), PP. 187-2017
- 6- Frank, G. (1999) Freud's concept of the super ego: review and assessment. *Psychoanalytic psychology*. Vol 16(3): PP.448-483.
- 7- Oyemade UJ, Washington V, Gullo DF (2009). The relationship between Head Start parental involvement and the economic and social self-sufficiency of Head Start families. *J Negro Educ.*: Vol 58: PP.5-15
- 8- Mccarthy, J (2002). Adolescent character formation & psychoanalytic theory. *The American journal of Psychoanalysis*. Vol 55(3): PP. 245-267
- 9- Schultz, D.P, Schultz, S. (2013). *Theories of Personality*, Florida, University of South Florida.
- 10- White, R. J. (2009). The role of parenting style, ethnicity and identity style in identity commitment and career decision self-efficacy. *Doctoral dissertation*, University of Southern California.
- 11- Berzonsky, M.D. (2003) Identity style and well-being: Does commitment matter? *Identity*. : Vol3: PP.131 – 142.
- ۱۲- روبن زاده، شرمین، رسول‌زاده طباطبایی، کاظم، قربانی، نیما، عابدین، علیرضا (۱۳۹۵). بررسی تاثیر فرآیند خودشناسی، میزان تعهد و مولفه‌های روابط موضوعی بر شکل‌گیری هویت نوجوانان. *مجله علوم پزشکی صدا*. سال ۴، شماره ۴، صص ۲۶۷-۲۷۶
- 13- Berzonsky, M.D. (1990). Self-construction over the life-span: A process perspective on identity formation. In G. *Advances in personal construct psychology*. Vol 1: PP.155-186.
- 14- Waterman, A. S. (1999). Identity, the identity statuses, and identity status development: A contemporary statement. *Developmental Review*. Vol 19 PP.591-621.
- ۱۵- قربانی، نیما. (۱۳۹۲). من به روایت من. چاپ اول، تهران: انتشارات پارسه.
- 16- Ghorbani, N., Watson, P. J., Bing, M.N., Davison. H. K., & Le Berton, D. (2003). Two facets of self-knowledge: Cross-cultural development of measures in Iran and the United States. *Genetic, Social, and General Psychology Monographs*. Vol 12 PP.238-268

۲۹- لکان، ج. (۱۹۸۱). مکتب لکان، روانکاوی قرن بیست و یک.  
ترجمه م کدیور. (۱۳۸۱). تهران، انتشارات اطلاعات.