fpcej.ir

Family Pathology, Counseling & Enrichment

2020. Vol. 6, N. 1 (11): 85- 104.

Predicting perceived social support based on self-differentiation and cognitive flexibility

Neda Niki
Neda.niki2019@gmail.com

Corresponding Author: M. A, Clinical Psychology, Islamic Azad University, Garmsar Branch, Tehran, Iran.

Mahshid Aghajanbeik M. A, General Psychology, Islamic Azad University, Shahrood Branch, Tehran, Iran.

Arezou Ahmadi M. A, General Psychology, Islamic Azad University, Garmsar Branch, Tehran, Iran.

Abstract

During the youth period, many problems arise in social life that social support can be one of the coping tools in these situations, but the level of differentiation and cognitive flexibility can play an important role in this. The amount of perceived social support was predicted based on students' self-differentiation and cognitive flexibility. The research method was descriptive-correlational. The statistical population of the study was female graduate students of Azad University, South Tehran Branch in 2020, whose number was 2,000. The sample size of the study was 322 according to Morgan's table. After distributing the questionnaire due to the lack of cooperation of several students, 160 questionnaires were completed and analyzed correctly. And random cluster sampling method was selected. Based on this, the research tool was Zimet, Dahlem, Zimet, and Farley (1988) Social Support Questionnaire, Skorn and Fried Lander (1988) Differentiation Questionnaire, Dennis and Vanderwall's Cognitive Flexibility Questionnaire (2010). Data analysis was calculated by the multivariate regression method. Findings showed that my position, integration with others, cognitive flexibility can predict social support, and the variables of emotional responsiveness, emotional escape, differentiation, perception of controllability, perception of behavior justification, perception of different ability options They did not anticipate social support. Integration with others was also identified as the strongest predictor of social support.

Keywords: *perceived social support, self-differentiation, cognitive flexibility*

[Downloaded from fpcej.ir on 2026-11-26]

[DOR: 20.1001.1.24234869.1399.6.1.6.0]

آسیب‌شناسی، مشاوره و غنی‌سازی خانواده، دوره ۶، شماره ۱ (پیاپی ۱۱)، بهار و تابستان ۱۳۹۹

پیش‌بینی حمایت اجتماعی ادراک‌شده بر پایه خود تمایزیافتگی و انعطاف‌پذیری شناختی

ندا نیکی **نویسنده مسئول:** کارشناسی ارشد روانشناسی بالینی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد گرمسار، تهران، ایران.
Neda.niki2019@gmail.com

مهشید آقاجان بیک کارشناسی ارشد روانشناسی عمومی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد شاهرود، تهران، ایران.

آرزو احمدی کارشناسی ارشد روانشناسی عمومی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد گرمسار، تهران، ایران.

چکیده

در دوران جوانی مشکلات فراوانی در زندگی اجتماعی ایجاد می‌شود که حمایت اجتماعی می‌تواند یکی از ابزارهای رویارویی در این موقعیت‌ها باشد؛ ولی تراز تمایزیافتگی و انعطاف‌پذیری شناختی می‌تواند دراین‌بین نقش برجسته‌ای داشته باشد و پژوهش با هدف بررسی پیش‌بینی تراز حمایت اجتماعی ادراک‌شده بر پایه خود تمایزیافتگی و انعطاف‌پذیری شناختی دانشجویان انجام شد. روش پژوهش از نوع توصیفی-همبستگی بود. جامعه آماری پژوهش دانشجویان مقطع کارشناسی ارشد دختر دانشگاه آزاد واحد تهران جنوب در سال ۱۳۹۹ که شمار آنان ۲۰۰۰ نفر بود. حجم نمونه پژوهش با توجه به جدول مورگان ۳۲۲ نفر تعیین شد که پس از توزیع پرسشنامه به دلیل عدم همکاری شماری از دانشجویان، شمار ۱۶۰ پرسشنامه تکمیل‌شده و صحیح مورد تجزیه‌وتحلیل قرار گرفت؛ و روش نمونه‌گیری خوشه‌ای تصادفی انتخاب شد و بر این اساس ابزار پژوهش نیز پرسشنامه حمایت اجتماعی زیمت، داهلم، زیمت و فارلی (۱۹۸۸)، پرسشنامه تمایزیافتگی اسکورن و فرید لندر (۱۹۸۸)، پرسشنامه انعطاف‌پذیری شناختی دنیس و وندروال (۲۰۱۰) بود. تجزیه‌وتحلیل داده‌ها با روش رگرسیون چند متغیره محاسبه شد. یافته‌های پژوهش نشان داد که جایگاه من، هم آمیختگی با دیگران، انعطاف‌پذیری شناختی می‌توانند حمایت اجتماعی را پیش‌بینی کنند و متغیرهای واکنش‌پذیری هیجانی، گریز هیجانی، تمایزیافتگی، ادراک کنترل‌پذیری، ادراک توجیه رفتار، ادراک گزینه‌های گوناگون قابلیت پیش‌بینی حمایت اجتماعی را نداشته‌اند. همچنین هم آمیختگی با دیگران قوی‌ترین پیش‌بینی کننده حمایت اجتماعی تعیین شد.

واژه‌های کلیدی: *حمایت اجتماعی ادراک‌شده، خود تمایزیافتگی، انعطاف‌پذیری شناختی*

[Downloaded from fpcej.ir on 2026-11-26]

[DOR: 20.1001.1.24234869.1399.6.1.6.0]

Family Pathology, Counseling & Enrichment, 2020. Vol. 6, N. 1 (11)

مقدمه

دانشگاه‌ها، سازمان‌هایی هستند که هرساله مقدار قابل‌توجهی جمعیت جوان را جذب می‌کنند و طی زمان معینی توانمندی‌های علمی و عملی این اشخاص را پرورش می‌دهند و در پایان نیروهای آموزش‌دیده و متخصص را در اختیار جامعه می‌گذارند (صانعی، ۱۳۸۹). دوره تحصیلی دانشگاهی به‌واسطه حضور عوامل متعدد، استرس‌زا است، امری که فضای زندگی دانشجویی را پراسترس می‌کند و آن را از دیگر جنبه‌های معمول زندگی متمایز می‌سازد، وجود انتظارات معین در زمینه عملکرد تحصیلی و اجتماعی است. یعنی اولیا و مسئولان دانشگاهی و نیز خانواده‌های دانشجویان، انتظار دارند دانشجو بتواند با کارآمدی کامل دوره تحصیلی را به پایان برساند (پیروی و حاجبی، ۱۳۸۹).

بنابراین گریز از عوامل استرس‌زا و دوری از مواجهه با تغییرات شتابنده امکان‌پذیر نیست. در چنین وضعی افرادی می‌توانند خود را برای مقابله مؤثر با موقعیت پراسترس زندگی آماده کنند، که امکان بهزیستی و تأمین سلامت روانی و جسمانی را از پیش فراهم نموده باشند. تقویت قوای جسمانی و روانی، استحکام بخشیدن به جان‌مایه‌های درونی و شخصیتی و همچنین ارتقاء کیفیت روابط و حمایت‌های اجتماعی[1] از طریق تعمیق ارتباط‌ها و تخفیف تعارض‌ها، راهبردهای اساسی هستند که تا اندازه زیادی تندرستی انسان را تضمین می‌کنند (شباهنگ و بشارت، ۱۳۹۸).

مفهوم حمایت اجتماعی ادراک‌شده نیز به‌صورت ارزیابی شناختی فرد از محیط و روابطش با دیگران تعریف‌شده است. نظریه‌پردازان حمایت اجتماعی ادراک‌شده بر این امر اذعان دارند که تمام روابطی که فرد با دیگران دارد حمایت اجتماعی محسوب نمی‌شوند (قاعدی، یعقوبی، ۱۳۸۹). به‌بیان‌دیگر، روابط، منبع حمایت اجتماعی نیستند مگر آن‌که فرد آن‌ها را به‌عنوان منبعی در دسترس یا مناسب برای رفع نیاز خود ادراک کند. شواهد در دست است مبنی بر اینکه گاهی کمک‌هایی که به فرد می‌شود نامناسب و بد موقع است یا این‌که خلاف میل خود فرد است، لذا نه خود حمایت، بلکه بیشتر ادراک فرد از حمایت است که مهم است (شهابی نژاد و زندی، ۱۳۹۶). در حمایت اجتماعی دریافت شده، تراز حمایت‌ها کسب‌شده توسط فرد مورد تأکید است و در حمایت اجتماعی ادراک‌شده، ارزیابی‌ها فرد از در دسترس بودن حمایت‌ها در مواقع ضروری و موردنیاز بررسی می‌شود (گالکت[2]، ۲۰۱۴). علاوه بر این، حمایت

1. social support
2. gulact

[Downloaded from fpcej.ir on 2026-11-26]

[DOR: 20.1001.1.24234869.1399.6.1.6.0]

آسیب‌شناسی، مشاوره و غنی‌سازی خانواده، دوره ۶، شماره ۱ (پیاپی ۱۱)، بهار و تابستان ۱۳۹۹

اجتماعی به‌عنوان یک ابزار مناسب و تقریباً در دسترس می‌تواند در برنامه‌ها مداخله‌ای که برای افزایش تراز رفاه بخصوص رفاه روانی طراحی می‌شوند، کاربردها زیاد داشته باشد (نبوی، علی پور، حجازی، ربانی و راشدی، ۱۳۹۳). از سویی در دوران دانشجویی مشکلات فراوانی در زندگی شخصی و اجتماعی هر دانشجو ایجاد می‌شود که حمایت اجتماعی می‌تواند یکی از ابزارهای رویارویی مؤثر در جهت کنترل و بهبود شرایط باشد. حمایت اجتماعی به‌عنوان قوی‌ترین و نیرومندترین عوامل رویارویی موفقیت‌آمیز و آسان در زمان درگیری افراد با بیمارها و شرایط تنش‌زا شناخته‌شده و تحمل مشکلات را برای افراد تسهیل می‌کند و از طریق ایفای نقش واسطه‌ای میان عوامل تنش‌زا زندگی و بروز مشکلات جسمی و روانی و همچنین تقویت شناخت افراد باعث کاهش تنش تجربه‌شده، افزایش تراز بقا و بهبود وضعیت‌ها بهداشتی و در پایان بهبود کیفیت زندگی[1] افراد می‌شود (حیدری، سلحشوریان، رفیعی، حسینی، ۱۳۸۷).

لیا و ما[2] در پژوهشی (۲۰۱۶) در خصوص ارتباط بین حمایت اجتماعی ادراک‌شده، بهزیستی روان‌شناختی[3] و رفتارهای پرخطر[4] را موردبررسی قراردادند و به این نتیجه دست یافتند که حمایت اجتماعی ادراک‌شده ارتباط بهزیستی روان‌شناختی با رفتارهای پرخطر را تعدیل می‌کند. به‌طور اختصاصی، حمایت از سوی خانواده و دوستان، ارتباط رضایت از زندگی[5] و امیدواری[6] را با رفتارهای پرخطر تعدیل کرد. آنچه مسلم است این نکته است که حمایت اجتماعی در فرد موجب برقراری ارتباطی مناسب در بین افراد بخصوص افراد خانواده با یکدیگر می‌شود و تمایزیافتگی یکی از زمینه‌های لازم برای سازش یافتگی ارتباطی است و ازآن‌جهت اهمیت دارد که تأثیر خانواده را بر نحوه تفکر احساس و رفتار اعضای خانواده نشان می‌دهد (عسگری و رشیدی، ۱۳۹۴).

خود تمایزیافتگی توانایی یک شخص در حفظ فردیت و استقلال «خود» در روابط صمیمانه با دیگران و همچنین بیانگر توانایی در ایجاد تعادل بین عقل و هیجان است؛ به‌عبارت‌دیگر خود تمایزیافتگی[7] تراز توانایی فرد در تفکیک فرایندهای عقلی از فرایندهای احساسی را نشان می‌دهد. تمایزیافتگی را در دو تراز می‌توان بررسی کرد: یکی به‌عنوان فرآیندی که درون فرد رخ می‌دهد که شامل مؤلفه‌های جایگاه

1. quality of life
2. Lia & Ma
3. psychological well-being
4. risky behaviors
5. life satisfaction
6. hope
7. Self-differentiation

[Downloaded from fpcej.ir on 2026-11-26]

[DOR: 20.1001.1.24234869.1399.6.1.6.0]

Family Pathology, Counseling & Enrichment, 2020. Vol. 6, N. 1 (11)

من و واکنش‌پذیری هیجانی است و دیگری به‌عنوان فرآیندی که در روابط بین افراد به وقوع می‌پیوندند که شامل مؤلفه‌های هم آمیختگی با دیگران و گریز هیجانی است. جایگاه من به معنای حس روشنی از «خود» و داشتن استقلال در افکار و باورهاست (میزر[1]، ۲۰۱۱) و واکنش‌پذیری هیجانی اشاره به غلبه احساسات فرد بر عقل و منطقش و پاسخگویی بر پایه هیجانات دارد. هم آمیختگی با دیگران اشاره به از دست دادن استقلال «خود» و انحلال و هم آمیختگی در طی روابط صمیمانه با دیگران و به‌خصوص افراد مهم زندگی دارد (چونگ و کال[2]، ۲۰۰۶) و گریز هیجانی نیز تمایل به خروج از رابطه و عقب‌نشینی هیجانی را در شرایط پرتنش نشان می‌دهد (دریک[3]، ۲۰۱۲). طبق پژوهشی که توسط کیم[4] و همکاران (۲۰۱۵) انجام شد، معلوم شد تمایزیافتگی در بخش جایگاه من در افراد در سیستم خانواده با عملکرد سالم و موفق آن‌ها در خانواده ارتباط مثبت دارد. به همین دلیل آگاهی از توانایی‌های خود و اعتمادبه‌نفس بیشتری برخوردارند.

افرادی که تمایزیافتگی کمی نسبت به اعضای خود دارند، قادر نیستند احساس خود را از دیگران و تمایز کنند و به‌راحتی با احساساتی که خانواده و اطرافیان به آن‌ها وارد می‌کنند، آشفته می‌شوند و افرادی که از تراز مناسب تمایزیافتگی بهره‌مند هستند، خود رهبرند و به احساسات و افکار خود واقف‌اند. این در حالی است که افراد تمایز نایافته ازلحاظ هیجانی به دیگران وابسته‌اند و به‌سختی برای خود فکر، احساس و عمل می‌کنند (پیرساقی سماقی، حاجی حسنی، فرح بخش و سلیمانی، ۱۳۹۱)؛ بنابراین اگر افراد باور دارند که کارکرد عقلانی و احساسی خود را از دیگران تفکیک دهند، در جهت تمایزیافتگی حرکت کرده‌اند (سلم[5]، ۲۰۱۲). افراد با تمایزیافتگی بالا به هیجانات خود واقف‌اند و قادر به سنجش واقعیت‌ها هستند و توانایی رشد خود مستقل را دارند و این در حالی است که افراد کمتر تمایزیافته، یا به همجوشی با دیگران تمایل دارند و یا به بریدگی هیجانی تن می‌دهند (محسنیان و همکاران، ۱۳۹۶).

یکی دیگر از عواملی که به نظر می‌رسد در ادراک حمایت اجتماعی نقش داشته باشد انعطاف‌پذیری شناختی است. در پژوهش صدری دمیرچی و همکاران (۱۳۹۸) این یافته مشخص گردیده است که کاهش انعطاف‌پذیری شناختی از یک‌سو منجر به کاهش توانایی تغییر، تعدیل و سازگاری در تفکر و از

1. Maser
2. Chung & Gale
3. Drake
4. Kim
5. Selm

[Downloaded from fpcej.ir on 2026-11-26]

[DOR: 20.1001.1.24234869.1399.6.1.6.0]

آسیب‌شناسی، مشاوره و غنی‌سازی خانواده، دوره ۶، شماره ۱ (پیاپی ۱۱)، بهار و تابستان ۱۳۹۹

سوی دیگر منجر به عدم استفاده از راه‌حل‌های جایگزین و رفتارهای مناسب با توجه به خواسته‌ها و ویژگی‌های محیطی می‌گردد.

انعطاف‌پذیری شناختی[1] به‌عنوان ویژگی عمده‌ی شناخت انسان توصیف‌شده است و به توانایی فرد برای در نظر گرفتن هم‌زمان بازنمایی‌های متناقضی از یک شیء یا یک رویداد اشاره دارد (جکس و زلازو[2]، ۲۰۱۵). سلطانی و همکاران (۱۳۹۳) در پژوهش خود مطرح کردند، انعطاف‌پذیری شناختی در افراد می‌توان افسردگی را پیش‌بینی می‌کند و اثر مستقیم بر آن دارد. علیرغم اینکه پژوهش‌های مختلفی در مورد این سازه‌ی شناختی صورت گرفته است، اما در حال حاضر اتفاق‌نظری در مورد چگونگی تعریف این مفهوم وجود ندارد. به‌طورکلی، توانایی تغییر آمایه های شناختی به‌منظور سازگاری با محرک‌های در حال تغییر محیطی، عنصر اصلی در تعاریف عملیاتی انعطاف‌پذیری شناختی است (دنیس و وندروال[3]، ۲۰۱۰). بعضی پژوهشگران انعطاف‌پذیری شناختی را تراز ارزیابی فرد از کنترل‌پذیر بودن شرایط تعریف کرده‌اند که این ارزیابی در موقعیت‌های گوناگون تغییر می‌کند (تقی زاده و فرمانی، ۱۳۹۲). افرادی که تفکر انعطاف‌پذیر دارند، از توجیهات جایگزین استفاده کرده، به‌صورت مثبت چارچوب فکری خود را بازسازی می‌کنند و موقعیت‌های چالش‌انگیز یا رویدادهای استرس‌زا را می‌پذیرند و ازنظر روان‌شناختی در برابر افراد انعطاف‌ناپذیر بردبارترند (ونیس و وندروار، ۲۰۱۰).

انعطاف‌پذیری شناختی می‌تواند با پارادایم‌های گوناگون مثل پارادایم تکلیف یادگیری برگشتی و تکلیف انتخابی بررسی شود (رمیجینس[4] و همکاران، ۲۰۱۶). در تکلیف یادگیری برگشتی، آزمودنی‌ها پاسخ‌های خود را با تغییر وابستگی‌های محرک و تقویت (مثل تنبیه و پاداش) تغییر می‌دهند. در تکلیف انتخابی، دو دستورالعمل مجزا به‌وسیله‌ی یک نشانه‌ی خاص معرفی‌شده و بعد از چند کوشش، نشانه تغییر می‌کند و آزمودنی‌ها رفتارشان را بر پایه آن انتخاب می‌کنند (بیگدلی، ۱۳۹۵). همچنین نتایج پژوهش الکسیس[5] و همکاران (۲۰۱۴) نشان داد که انعطاف‌پذیری شناختی ضعیف‌تر، توانایی تغییر دادن توجه و تمرکز را بر فعالیت هدف که به تولید نتایج بهتر نیاز دارد، کاهش می‌دهد. به‌طورکلی می‌توان گفت امروزه مسئله‌ای که در میان بسیاری از خانواده‌ها دیده می‌شود فاصله‌گیری هیجانی جوانان از

1. cognitive flexibility
2. Jacques & Zelazo
3. Dennis & Vander Wa
4. Remijnse
5. Alexis

[Downloaded from fpcej.ir on 2026-11-26]

[DOR: 20.1001.1.24234869.1399.6.1.6.0]

Family Pathology, Counseling & Enrichment, 2020. Vol. 6, N. 1 (11)

والدین است بخصوص در قشر دانشجو که گهگاه دور از محیط خانواده زندگی می‌کنند (رحیمی، آشفته تهرانی و حضرتی، ۱۳۹۵). این مسئله مفهوم اصلی تمایزیافتگی یعنی تعادل یا عدم تعادل میان صمیمیت و استقلال را در ذهن متبادر می‌سازد، همچنین باوجود اهمیت فراوان تمایزیافتگی عمده پژوهش‌های انجام‌شده، بر پیامدهای آن تمرکزیافته و حجم کمتری از پژوهش‌ها به پیش آیندها و عوامل مؤثر در شکل‌گیری تمایزیافتگی خود پرداخته‌اند و برخی پژوهش‌ها نیز تأثیر عوامل فرهنگی را در این مورد نشان داده‌اند (اسلامی زاده و رشیدی؛ ۱۳۹۵). شناخت بیشتر در مورد نقش خود تمایزیافتگی و انعطاف‌پذیری شـناختی، می‌تواند به بهبود حمایت اجتماعی در دانشجویان بینجامد و بی‌توجهی باعث عدم آگاهی از نیازها و خواسته‌های فرد می‌شود. همچنین با توجه به فقدان پژوهش در مورد پیش‌بینی تراز حمایت اجتماعی ادراک‌شده بر پایه خود تمایزیافتگی و انعطاف‌پذیری شناختی دانشجویان لـزوم پژوهش در این زمینه ضروری است. با استناد به نظریه‌های مذکور و شواهد موجود مبنی بر تأثیر والدین و روابط خانوادگی در شخصیت فرزندان، این سؤال در ذهن پژوهشگر شکل گرفت که آیا خود تمایزیافتگی و انعطاف‌پذیری شناختی قابلیت پیش‌بینی حمایت اجتماعی ادراک‌شده دانشجویان را دارند؟

روش

پژوهش حاضر با روش توصیفی از نوع همبستگی اجرا شد. جامعه آماری پژوهش نیز دانشجویان دختر مقطع کارشناسی ارشد دانشگاه آزاد اسلامی واحد تهران جنوب در سال ۱۳۹۹ که تعداد آنان ۲۰۰۰ نفر بود. با توجه به هم‌زمانی اجرای پژوهش و شیوع ویروس کرونا و عدم دسترسی به نمونه آماری بیشتر، حجم نمونه پژوهش با توجه به جدول مورگان ۳۲۲ نفر از بین دانشجویان دانشکده علوم انسانی و فنی مهندسی تعیین شد که پس از توزیع پرسشنامه به دلیل عدم همکاری تعداد بی‌شماری از دانشجویان و نقص در جواب دهی به پرسشنامه‌ها تعداد ۱۶۰ پرسشنامه تکمیل‌شده و صحیح مورد تجزیه‌وتحلیل قرار گرفت. روش نمونه‌گیری خوشه‌ای تصادفی انتخاب شد. در این پژوهش ملاک افراد نمونه در وهله اول جنسیت دختر، مقطع تحصیلی آنان کارشناسی ارشد و سن آنان بین ۲۵ الی ۴۵ سال در نظر گرفته شد و در صورت عدم رضایت یا عدم تکمیل کامل پرسشنامه به‌عنوان ملاک خروج از نمونه آماری خارج شدند. بعد از تعیین افراد نمونه پرسشنامه‌های مربوطه در اختیار دانشجویان قرار گرفت. ابزار پژوهش نیز پرسشنامه بوده که به شرح زیر است.

[Downloaded from fpcej.ir on 2026-11-26]

[DOR: 20.1001.1.24234869.1399.6.1.6.0]

آسیب‌شناسی، مشاوره و غنی‌سازی خانواده، دوره ۶، شماره ۱ (پیاپی ۱۱)، بهار و تابستان ۱۳۹۹

پرسشنامه حمایت اجتماعی[1]: پرسشنامه حمایت اجتماعی توسط زیمت، داهلم، زیمت و فارلی[2] (۱۹۸۸) ساخته شد. این ابزار دارای ۱۲ گویه است که با استفاده از مقیاس پنج‌درجه‌ای لیکرت (۱=کاملاً مخالفم، ۲=تا حدی مخالفم، ۳=نظری ندارم، ۴=تا حدی موافقم و ۵=کاملاً موافقم) نمره‌گذاری می‌شود. نمره این ابزار با مجموع نمره گویه ها به دست می‌آید حداقل نمره در این پرسشنامه ۱۲ و حداکثر نمره ۶۰ است و هرچقدر نمره آزمودنی بیشتر باشد، به تراز بیشتری از حمایت اجتماعی برخوردار است. زیمت و همکاران (۱۹۸۸) پایایی این ابزار را با روش آلفای کرونباخ ۰/۹۲ گزارش کردند و بیان کردند ابزار دارای روایی صوری و روایی محتوایی مناسبی است. همچنین سلیمی، جوکار و نیک پور (۱۳۸۸) پایایی این ابزار را با روش آلفای کرونباخ ۰/۸۷ گزارش کرد. در پژوهش حاضر نیز ضریب آلفای کرونباخ پرسشنامه حمایت اجتماعی ۰/۷۶ محاسبه شد.

پرسشنامه تمایزیافتگی[3]: این پرسشنامه توسط اسکورن و فرید لندر[4] (۱۹۸۸) تهیه‌شده و آزمون نهایی در ۳۶ سؤال بر مبنای نظریه بوئن ساخته‌شده است. این پرسشنامه به‌صورت خود گزارشی است و به‌منظور سنجش تمایزیافتگی افراد به کار می‌رود و تمرکز اصلی آن روی ارتباطات مهم زندگی و روابط افراد با خانواده اصلی است (اسکورن،۲۰۰۳، به نقل از اسکیان،۸۴). در سال ۲۰۰۰ این پرسشنامه توسط اسکورون- دندی مورد هنجاریابی قرار گرفت. این پرسشنامه با مقیاس لیکرت در یک طیف ۵ گزینه‌ای درجه‌بندی‌شده است. حداقل نمره در این پرسشنامه ۳۶ و حداکثر نمره ۱۸۰ است. همچنین پرسشنامه مذکور از ۴ خرده مقیاس واکنش هیجانی (۹ سؤال)، آمیختگی با دیگران (۸ سؤال)، جایگاه من (۹ سؤال)، گسلش هیجانی (۱۰ سؤال) تشکیل‌شده است (اسکورن[5]، ۱۹۹۸، به نقل از پاپکو، ۲۰۰۲). ازنظر پایایی، ضریب آلفای کرونباخ گزارش‌شده توسط اسکورن و فریدلندر ۰/۸۸ است. همین ضریب آلفا در پژوهشی که توسط پلک_پاپکو[6] در سال ۲۰۰۴ صورت گرفته است، ۰/۸۴ گزارش‌شده است (اسکیان،۱۳۸۴). پایایی خرده آزمون که با ضریب آلفای کرونباخ محاسبه‌شده شامل (واکنش هیجانی

1. social support questionnaire (SSQ)
2. Zimet, Dahlem, Zimet & Farley
3. self-differentiation questionnaire (DSQ)
4. Zimet, Dahlem, Zimet & Farley
5. Skowron
6. Peleg-papko

[Downloaded from fpcej.ir on 2026-11-26]

[DOR: 20.1001.1.24234869.1399.6.1.6.0]

Family Pathology, Counseling & Enrichment, 2020. Vol. 6, N. 1 (11)

۰/۸۰)، (آمیختگی با دیگران ۰/۸۳)، (جایگاه من ۰/۸۱) و (گسلش هیجانی ۰/۷۴) گزارش‌شده است (پاپکو،۲۰۰۴). پرسشنامه «تمایزیافتگی خود» در ایران توسط اسکیان زیر نظر ثنایی در سال ۱۳۸۴ ترجمه و اجرا شد و پرسشنامه مذکور را روی ۲۶ نفر از دانش آموزان دبیرستانی اجرا کرده و پایایی آن، با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ،۰/۸۱ محاسبه‌شده است. در پژوهش حاضر نیز ضریب آلفای کرونباخ پرسشنامه تمایزیافتگی ۰/۷۹ محاسبه شد.

پرسشنامه انعطاف‌پذیری شناختی[1]: این پرسشنامه که توسط دنیس و وندروال[2] (۲۰۱۰) ساخته‌شده است، یک ابزار خود گزارشی کوتاه است که شامل ۲۰ سؤال است و برای سنجش نوعی از انعطاف‌پذیری شناختی که در موفقیت فرد برای چالش و جایگزینی افکار ناکارآمد با افکار کارآمدتر لازم است، به کار می‌رود. شیوه‌ی نمره‌گذاری آن بر پایه یک مقیاس ۵ درجه‌ای لیکرتی است (۱=هرگز، ۲=به‌ندرت، ۳=گاهی اوقات، ۴=اغلب، ۵=همیشه) و تلاش دارد تا سه جنبه از انعطاف‌پذیری شناختی را بسنجد: ۱- میل به درک موقعیت‌های سخت به‌عنوان موقعیت‌های قابل‌کنترل (ادراک کنترل‌پذیری)(سؤالات ۱ تا ۶)، ۲- توانایی درک چندین توجیه جایگزین برای رویدادهای زندگی و رفتار انسان‌ها (ادراک توجیه رفتار)(سؤالات ۷ تا ۱۳)، ۳- توانایی ایجاد چندین راه‌حل جایگزین برای موقعیت‌های سخت (ادراک گزینه‌های گوناگون) (سؤالات ۱۴ تا ۲۰). حداقل نمره در این پرسشنامه ۲۰ و حداکثر ۱۰۰ است. این پرسشنامه در کار بالینی و غیر بالینی و برای ارزیابی میزان پیشرفت فرد در ایجاد تفکر انعطاف‌پذیر در درمان شناختی - رفتاری افسردگی و سایر بیماری‌های روانی به کار می‌رود. دنیس و وندر وال (۲۰۱۰)، در پژوهشی نشان دادند که پرسشنامه‌ی حاضر از ساختار عاملی، روایی همگرا و روایی هم‌زمان مناسبی برخوردار است. در ایران ایمانی (۱۳۹۵)، ضریب پایایی بازآزمایی کل مقیاس را ۰/۷۱ و خرده مقیاس‌های ادراک کنترل‌پذیری، ادراک گزینه‌های گوناگون و ادراک توجیه رفتار را به ترتیب ۰/۵۵، ۰/۷۲، و ۰/۵۷ گزارش کرده‌اند. این پژوهشگران ضرایب آلفای کرونباخ کل مقیاس را ۰/۹۰ و برای خرده مقیاس‌ها به ترتیب ۰/۷۸، ۰/۸۹ و ۰/۵۵ گزارش نموده‌اند. در جهت رعایت مسائل اخلاقی به دانشجویان نمونه پژوهش این اطمینان داده‌شده که پاسخ‌های آنان محرمانه باقی می‌ماند و در اختیار سایرین قرار

1. cognitive flexibility questionnaire (CFQ)
2. Dennis & Vander Wal

[Downloaded from fpcej.ir on 2026-11-26]

[DOR: 20.1001.1.24234869.1399.6.1.6.0]

آسیب‌شناسی، مشاوره و غنی‌سازی خانواده، دوره ۶، شماره ۱ (پیاپی ۱۱)، بهار و تابستان ۱۳۹۹

نمی‌گیرد و از هرگونه تحلیل و تفسیر پرسشنامه بدون بررسی دقیق خودداری شده. در پژوهش حاضر نیز ضریب آلفای کرونباخ انعطاف‌پذیری شناختی ۰/۷۷ محاسبه شد.

شیوه اجرای پژوهش

در ابتدا برای جمع‌آوری داده‌ها ابتدا لیست تمامی رشته‌های دانشگاه مشخص شد و از هر رشته تحصیلی یک کلاس به‌صورت تصادفی انتخاب و افراد نمونه به‌صورت داوطلبانه انتخاب شدند و هدف از انجام پژوهش برای تمام دانشجویان توضیح داده شد تا برای انجام پژوهش همکاری‌های لازم به عمل آید. قبل از اجرای پرسشنامه‌ها، کسب رضایت از دانشجویان با بیان توضیحاتی درباره محرمانه ماندن، عدم ذکر نام و ملاک‌های ۷،۸ و ۹ منشور اخلاق در پژوهش به دست آمد. پرسشنامه‌ها در فضای مجازی به‌صورت لینک اینترنتی در اختیار دانشجویان قرار گرفت تا با رعایت پروتکل‌های بهداشتی به سؤالات پاسخ دهند. درنهایت جهت تجزیه‌وتحلیل داده‌های این پژوهش از ابزارهای آمار توصیفی چون میانگین، انحراف معیار و فراوانی و برای آزمون فرضیه‌ها از آزمون رگرسیون چندگانه و نرم‌افزار spss نسخه ۲۳ استفاده شد.

یافته‌ها

جدول ۱: میانگین و انحراف استاندارد حمایت اجتماعی ادراک‌شده، خود تمایزیافتگی، انعطاف‌پذیری شناختی

مؤلفه‌ها	M	SD	بیشترین نمره	کمترین نمره
حمایت اجتماعی	۴۴/۲۰	۹/۸۰	۶۰	۲۲
واکنش‌پذیری هیجانی	۲۷/۹۷	۵/۰۱	۳۹	۱۹
جایگاه من	۲۸/۱۰	۴/۱۱	۴۰	۱۶
گریز هیجانی	۳۰/۵۵	۴/۴۳	۴۶	۲۲
هم آمیختگی با دیگران	۲۵/۶۲	۴/۸۹	۳۴	۱۶
تمایزیافتگی	۱۱۲/۳۸	۱۲/۹۰	۱۵۷	۹۲
ادراک کنترل‌پذیری	۲۵/۴۷	۴/۶۸	۳۴	۱۵
ادراک توجیه رفتار	۲۲/۳۵	۳/۳۲	۳۰	۱۴
ادراک گزینه‌های گوناگون	۲۴/۷۸	۴/۱۶	۳۲	۱۶
انعطاف‌پذیری شناختی	۶۷/۵۰	۸/۳۵	۸۶	۴۵

[Downloaded from fpcej.ir on 2026-11-26]

[DOR: 20.1001.1.24234869.1399.6.1.6.0]

Family Pathology, Counseling & Enrichment, 2020. Vol. 6, N. 1 (11)

جدول فوق میانگین و انحراف استاندارد حمایت اجتماعی ادراک‌شده، خود تمایزیافتگی، انعطاف‌پذیری شناختی را نشان می‌دهد. با توجه به نمره میانگین حمایت اجتماعی ادراک‌شده ۴۴/۲۰ و انحراف استاندارد آن ۹/۸۰ است که با توجه به وضعیت مشاهده‌شده می‌توان گفت دانشجویان ازنظر حمایت اجتماعی ادراک‌شده در تراز مطلوبی قرار دارد. همچنین میانگین خود تمایزیافتگی ۱۱۲/۳۸ و انحراف استاندارد آن ۱۲/۹۰ است که با توجه به وضعیت مشاهده‌شده می‌توان گفت دانشجویان ازنظر خود تمایزیافتگی در تراز مطلوبی قرار دارد و درنهایت میانگین انعطاف‌پذیری شناختی ۶۷/۵۰ و انحراف استاندارد آن ۸/۳۵ نشان می‌دهد که با توجه به وضعیت مشاهده‌شده می‌توان گفت دانشجویان ازنظر انعطاف‌پذیری شناختی در تراز مطلوبی قرار دارد.

جدول ۲: آزمون کلوموگروف-اسمیرنوف جهت بررسی نرمال بودن نمرات حمایت اجتماعی ادراک‌شده، خود تمایزیافتگی، انعطاف‌پذیری شناختی

مؤلفه‌ها	p	Z
حمایت اجتماعی	۰/۶۴۷	۰/۷۳۸
واکنش‌پذیری هیجانی	۰/۲۰۷	۱/۰۶۴
جایگاه من	۰/۰۹۴	۱/۲۳۷
گریز هیجانی	۰/۲۷۲	۰/۹۹۸
هم آمیختگی با دیگران	۰/۳۳۵	۰/۹۴۴
تمایزیافتگی	۰/۱۳۱	۱/۱۶۷
ادراک کنترل‌پذیری	۰/۶۸۰	۰/۷۱۹
ادراک توجیه رفتار	۰/۲۸۸	۰/۹۸۳
ادراک گزینه‌های گوناگون	۰/۱۷۴	۱/۱۰۵
انعطاف‌پذیری شناختی	۰/۲۹۰	۰/۹۸۲

جدول فوق نتایج حاصل از آزمون کولموگروف اسمیرنوف را جهت بررسی وضعیت نرمالیتی نمرات حمایت اجتماعی ادراک‌شده، خود تمایزیافتگی، انعطاف‌پذیری شناختی نشان می‌دهد، نتایج این آزمون نشان داد توزیع نمرات نرمال بودند (P>۰/۰۰۱) و می‌توان از آماره‌های پارامتریک استفاده نمود.

[Downloaded from fpcej.ir on 2026-11-26]

[DOR: 20.1001.1.24234869.1399.6.1.6.0]

آسیب‌شناسی، مشاوره و غنی‌سازی خانواده، دوره ۶، شماره ۱ (پیاپی ۱۱)، بهار و تابستان ۱۳۹۹

جدول ۳: آزمون هم خطی و دوربین واتسون

متغیرها	عامل تورم واریانس	تحمل واریانس	دوربین واتسون
واکنش‌پذیری هیجانی	۴/۶۴۹	۰/۲۱۵	
جایگاه من	۳/۸۲۲	۰/۲۶۲	
گریز هیجانی	۴/۴۳۱	۰/۲۲۶	
هم آمیختگی با دیگران	۳۰/۴۷۱	۰/۰۳۳	
تمایزیافتگی	۱۹/۸۰۴	۰/۰۵۰	۲/۱۸۰
ادراک کنترل‌پذیری	۲۴/۹۵۳	۰/۰۴۰	
ادراک توجیه رفتار	۴/۰۵۹	۰/۲۶۴	
ادراک گزینه‌های گوناگون	۳/۸۱۸	۰/۲۶۲	
انعطاف‌پذیری شناختی	۱۰/۶۱۰	۰/۰۹۴	

با هدف آزمون استقلال خطاها در میان متغیرهای پیش‌بین، از آماره دوربین واتسون استفاده شد که برابر با ۲/۱۸۰ بود که این مقدار در دامنه بین ۱ تا ۳، نشان از مستقل بودن خطاها داشته است. در مقادیر (عامل تورم واریانس)[1] در تمامی مسیر و متغیرها دارای تورم واریانس نبوده و همچنین ضریب تحمل بالا نزدیک به یک دارند، درنتیجه، مقدار ضریب تحمل بالا و تورم واریانس پایین، نشان‌دهنده عدم هم خطی بودن و مناسب بودن مدل رگرسیون است.

جدول ۴: خلاصه مدل رگرسیون

R	R2	ضریب تعیین تعدیل‌شده	خطای استاندارد
۰/۶۲۷	۰/۳۹۳	۰/۳۱۵	۸/۱۱۶

ضریب تعیین برابر (R2=۰/۳۹۳) به دست آمد که نشان می‌دهد ۳۹/۳ درصد تغییرات حمایت اجتماعی توسط متغیرهای پیش‌بین توضیح داده می‌شود؛ به‌عبارت‌دیگر قدرت پیش‌بینی متغیرهای خود تمایزیافتگی، انعطاف‌پذیری شناختی، ۳۱/۷ درصد است.

1. Variance Inflation Factor (VIF)

[Downloaded from fpcej.ir on 2026-11-26]

[DOR: 20.1001.1.24234869.1399.6.1.6.0]

Family Pathology, Counseling & Enrichment, 2020. Vol. 6, N. 1 (11)

جدول ۵: تحلیل واریانس

مدل	SS	df	MS	F	P
رگرسیون	۲۹۸۱/۴۸	۹	۳۳۱/۲۷	۵/۰۲۹	۰/۰۰۱
باقیمانده	۴۶۱۱/۳۲	۱۵۰	۶۵/۸۷		
کل	۷۵۹۲/۸۰	۱۵۹			

با توجه به نمره F جدول (f=۵/۰۲۹) و تراز معناداری (P<۰/۰۰۱) با اطمینان ۹۹ درصد متغیرهای پیش‌بین بر حمایت اجتماعی تأثیرگذار است.

جدول ۶: ضرایب رگرسیون

	ضرایب استاندارد نشده		ضرایب استاندارد نشده	T	P
	B	خطای استاندارد	Beta		
مقدار ثابت	۱۹/۴۶۸	۱۰/۰۳۵		۱/۹۴۰	۰/۰۵۶
واکنش‌پذیری هیجانی	۰/۶۵۳	۰/۴۳۴	۰/۲۷۴	۱/۵۰۵	۰/۱۳۷
جایگاه من	۰/۷۸۷	۰/۳۹۳	۰/۴۰۳	۲/۰۰۵	۰/۰۴۹
گریز هیجانی	۰/۴۶۳	۰/۴۳۴	۰/۲۰۹	۱/۰۶۸	۰/۲۸۹
هم آمیختگی با دیگران	۲/۵۰۸	۱/۰۲۹	۱/۲۵۳	۲/۴۳۷	۰/۰۱۷
تمایزیافتگی	۰/۰۳۰	۰/۳۱۵	۰/۰۳۹	۰/۰۹۴	۰/۹۲۵
ادراک کنترل‌پذیری	۱/۶۸۶	۰/۹۷۴	۰/۸۰۵	۱/۷۳۱	۰/۰۸۸
ادراک توجیه رفتار	۰/۰۷۷	۰/۵۵۳	۰/۰۲۶	۰/۱۳۸	۰/۸۹۰
ادراک گزینه‌های گوناگون	۰/۱۵۲	۰/۴۲۹	۰/۰۶۴	۰/۳۵۴	۰/۷۲۵
انعطاف‌پذیری شناختی	۰/۸۴۰	۰/۳۵۶	۰/۷۱۶	۲/۳۶۰	۰/۰۲۱

جدول فوق نشان می‌دهد ضرایب تأثیر جایگاه من (β=۰/۷۸۷)، هم آمیختگی با دیگران (β=۲/۵۰۸)، انعطاف‌پذیری شناختی (β=۰/۸۴۰) و آماره‌های t نشان می‌دهند که رابطه مستقیمی با حمایت اجتماعی دانشجویان دارند و این متغیرها می‌توانند با اطمینان ۰/۹۹ (P<۰/۰۰۱) تغییرات مربوط به حمایت اجتماعی را پیش‌بینی کنند؛ و متغیرهای واکنش‌پذیری هیجانی، گریز هیجانی، تمایزیافتگی، ادراک کنترل‌پذیری، ادراک توجیه رفتار، ادراک گزینه‌های گوناگون قابلیت پیش‌بینی حمایت اجتماعی را نداشته‌اند. همچنین دراین‌بین متغیر هم آمیختگی با دیگران به‌عنوان قوی‌ترین پیش‌بینی کننده حمایت اجتماعی تعیین شد.

[Downloaded from fpcej.ir on 2026-11-26]

[DOR: 20.1001.1.24234869.1399.6.1.6.0]

آسیب‌شناسی، مشاوره و غنی‌سازی خانواده، دوره ۶، شماره ۱ (پیاپی ۱۱)، بهار و تابستان ۱۳۹۹

بحث و نتیجه‌گیری

نتایج پژوهش حاضر نشان داد که جایگاه من، هم آمیختگی با دیگران، انعطاف‌پذیری شناختی قادر به پیش‌بینی حمایت اجتماعی در دانشجویان است. این یافته با نتایج پژوهش‌های کیم و همکاران (۲۰۱۵) و لیا و ما (۲۰۱۶) همسو است. در تبیین احتمالی این یافته‌ها می‌توان گفت مفهوم تمایزیافتگی به تعامل بین شناخت، عاطفه، استقلال (فردیت) و جمع بودن در گسترهٔ زندگی اشاره دارد و به‌عبارت‌دیگر تمایزیافتگی یک ترکیب پیچیده از پختگی هیجانی، توانایی تفکر منطقی در موقعیت‌های هیجانی و توانایی حفظ روابط نزدیک هیجانی است. جایگاه من که یکی از ابعاد خود تمایزیافتگی است. به توانایی شخص در ارائهٔ تعریف واضحی از هویت خویش و دارا بودن عقاید و باورهای مشخص در زندگی اشاره دارد؛ و توانایی پیروی منطقی از باورها و عقاید فردی را در شرایطی که فرد تحت فشارهای اطرافیان است نشان می‌دهد. «جایگاه من» نشان‌دهنده احساس واضح از «خود» است و توانایی پیروی منطقی از باورها و عقاید فردی را نشان می‌دهد، در شرایطی که فرد تحت فشارهای اطرافیان است، همچنین نشان می‌دهد، فرد تا چه حد می‌تواند درگیر ارتباط فعال با دیگران باشد، بدون اینکه رابطه‌ای عاطفی برقرار نماید. از بعد درون روانی، افرادی که به‌خوبی متمایز شده‌اند، از فرایندهای احساسی‌شان فاصله‌ی بیشتری دارند که به آن‌ها کمک می‌کند که بر پایهٔ رفتارهایی در قلمرو احساسی و ناخودآگاه، فکر و عمل نکنند. حس نزدیکی و جدایی آن‌ها با دیگران نه مبالغه‌آمیز و نه سازش‌کارانه است. یک شخصی که به‌خوبی متمایز شده است، یک توازنی را بین عملکرد احساسی و عقلانی‌شان دارا می‌باشند. هم آمیختگی با دیگران از ابعاد دیگر خود تمایزیافتگی است که به معنای از دست دادن هویت در رابطه است. افرادی که «خود» در آن‌ها کمتر تمایزیافته است، در روابط خود با دیگران دچار انحلال و هم‌آمیختگی می‌شوند و این افراد به‌شدت تمایل به همرنگی و همسانی با دیگران داشته و عزت‌نفس آن‌ها به اطرافیان بستگی دارد (میزر، ۲۰۱۱).

نتایج پژوهش همچنین نشان داد که انعطاف‌پذیری شناختی قابلیت پیش‌بینی حمایت اجتماعی را دارد. این یافته با نتایج پژوهش‌های الکسیس و همکاران (۲۰۱۴) و سلطانی و همکاران (۱۳۹۳) همسو است. در تبیین یافته می‌توان گفت فقدان انعطاف‌پذیری شناختی، نوعی آسیب‌پذیری شناختی است که منجر به افزایش فاکتورهای منفی ازجمله ناامید و کاهش اعتمادبه‌نفس و

[Downloaded from fpcej.ir on 2026-11-26]

[DOR: 20.1001.1.24234869.1399.6.1.6.0]

Family Pathology, Counseling & Enrichment, 2020. Vol. 6, N. 1 (11)

گوشه‌گیری و... در روان افراد می‌شود. بـه ایـن معنی که، فقـدان انعطاف‌پـذیری شـناختی موجـب می‌شود کـه افراد از واکنش‌های رویارویی که تسهیل‌کننده‌ی اسـتفاده از راهکارهـای کارآمـد حـل مسئله در دوران مواجهـه بـا اســترس اسـت، خـودداری کننـد و درنتیجـه ایـن مسـئله منجـر بـه کناره‌گیری از تعامل با دیگران، افسردگی و سایر موارد مربوطه شود که این موارد می‌تواند حمایـت اجتماعی دانشجویان را در معرض خطر قرار دهد و فرد در انزوا قرار گیرد. در تبیـین این موضوع که چرا ادراک گزینه‌های گوناگون هماننـد خـرده مقیـاس ادراک کنترل‌پـذیری نتوانســت حمایـت اجتماعی را پیش‌بینی کنـد، می‌توان این‌گونه نتیجـه‌گیری کـرد کـه احتمـالاً ادراک موقعیت‌هـای دشـوار به‌صورت موقعیت‌های قابل‌کنترل، نسبت بـه در نظـر گــرفتن راه‌حل‌هـای گونـاگون بـرای موقعیت‌های دشوار، تـأثیر بیشـتری بر پیش‌بینی حمایت اجتماعی دارد. لذا بررسی بیشـتر در ایـن زمینــه در پژوهش‌های آتی ضروری است.

محدودیت‌ها و پیشنهادها: یکی از محدودیت‌های پژوهش حاضر استفاده از مقیاس‌های خود گزارش دهی است کـه امکـان سـوگیری در پاسخ‌ها را مطرح می‌کند. محدودیت دیگر این پژوهش عدم تعمیم نتایج به جمعیت‌های بالینی اسـت. پـژوهش حاضـر بـر روی یـک نمونـه‌ی دانشـجویی بـوده اسـت و پژوهش‌های بعدی می‌توانند وجـود ایـن ارتبـاط را در نمونـه‌های بـالینی موردبررسـی قـرار دهنـد. پیشنهاد می‌گردد در پژوهش‌های آینده بررسی‌های بیشتری در مـورد ایــن خــرده مقیـاس صــورت گیـرد. همچنـین لازم اسـت در مـورد نقــش تمایزیـافتگی و انعطاف‌پـذیری شـناختی در پیش‌بینـی حمایت اجتماعی، بررسی‌های طولی انجام گیرد.

سپاسگزاری و قدردانی: بدین‌وسیله از همه دانشجویان که به‌عنوان آزمودنی در این پژوهش شرکت کردند و با همکاری خالصانه آن‌ها اجرای پـژوهش امکان‌پـذیر گردیـد و مسـئولین دانشـگاه، تشـکر و قدردانی می‌گردد.

[Downloaded from fpcej.ir on 2026-11-26]

[DOR: 20.1001.1.24234869.1399.6.1.6.0]

آسیب‌شناسی، مشاوره و غنی‌سازی خانواده، دوره ۶، شماره ۱ (پیاپی ۱۱)، بهار و تابستان ۱۳۹۹

منابع

اسکیان، پرستو؛ ثنایی ذاکر، باقر؛ نوابی نژاد، شکوه. (۱۳۸۷). بررسی تأثیر سایکودرام (روان نمایشگری) بر افزایش تمایزیافتگی فرد از خانواده اصلی در دانش آموزان دختر دبیرستانی منطقه ۵ تهران، پژوهش‌های مشاوره.۷(۲۵):۲۷-۴۲.

اسلام زاده، بابک؛ رشیدی هاجر. (۱۳۹۵). تعیین نقش میانجی‌گری خودکارآمدی عمومی در رابطه تمایزیافتگی خود و هویت اجتماعی دانشجویان. فصلنامه علمی -پژوهشی پژوهش‌های مشاوره. ۱۵ (۵۷): ۴۱-۵۷

ایمانی، مهدی. (۱۳۹۵). بررسی ساختار عاملی پرسشنامه انعطاف‌پذیری روان‌شناختی در دانشجویان، فصلنامه مطالعات آموزش و یادگیری، ۸(۱): ۱۸۱-۱۶۲.

بیگدلی، ایمان اله. (۱۳۹۵). مقایسه انعطاف‌پذیری شناختی، نظریه ذهن و حافظه کاری در دانشجویان دارای نشانه‌های وسواسی- جبری و گروه بهنجار. تازه‌های علوم شناختی. ۱۸ (۴): ۲۴-۳۷

پیرساقی، فهیمه؛ حاجی حسنی، مهرداد؛ فرح بخش، کیومرث؛ سلیمانی، سمیه. (۱۳۹۱). تعیین سهم تعارض زناشویی، خود تمایزیافتگی، منبع کنترل و استرس شغلی در پیش‌بینی فرسودگی شغلی، مجله روانشناسی صنعتی سازمانی دانشگاه گرمسار. ۳(۱۰): ۹-۲۳.

پیروی، حمید؛ حاجبی، احمد. (۱۳۸۹). ارتباط بین حمایت اجتماعی و سلامت روان در دانشجویان دانشگاه تهران، مجله تحقیقات نظام سلامت، ۶(۲): ۳۰۱-۳۰۹.

تقی زاده، محمد احسان؛ فرمانی، اعظم. (۱۳۹۲). بررسی نقش انعطاف‌پذیری شناختی در پیش‌بینی نومیدی و تاب‌آوری در دانشجویان، فصلنامه روانشناسی شناختی، ۱(۲): ۷۵-۶۷.

حیدری، سعیده؛ سلحشوریان، آسیه؛ رفیعی، فروغ؛ حسینی، فاطمه. (۱۳۸۹) ارتباط حمایت اجتماعی درک شده و اندازه شبکه اجتماعی با ابعاد کیفیت زندگی بیماران مبتلا به سرطان. فصلنامه علمی پژوهشی فیض، ۱۲(۲): ۲۲-۱۵.

رحیمی، محمد؛ آشفته تهرانی، امیر و حضرتی، زهرا. (۱۳۹۵). عوامل اجتماعی مؤثر بر شکاف بین نسلی. مطالعات جامعه‌شناختی ایران، ۱(۳):۷۹-۹۸.

سلیمی، عظیمه؛ جوکار، بهرام؛ نیک پور، روشنک. (۱۳۸۸). ارتباطات اینترنتی در زندگی: بررسی نقش ادراک حمایت اجتماعی و احساس تنهایی در استفاده از اینترنت. مطالعات روان‌شناختی، ۵(۳), ۸۱-۱۰۲.

[Downloaded from fpcej.ir on 2026-11-26]

[DOR: 20.1001.1.24234869.1399.6.1.6.0]

Family Pathology, Counseling & Enrichment, 2020. Vol. 6, N. 1 (11)

شباهنگ، رضا؛ بشارت، محمدعلی. (۱۳۹۸). نقش انعطاف‌پذیری شناختی و مشکلات تنظیم هیجانی در پیش‌بینی پرستش افراد مشهور دانشجویان، فصلنامه دانش و پژوهش در روان‌شناسی کاربردی. ۲۰(۱):۲۵-۱۳.

شهابی نژاد، زهرا؛ زندی، سعید. (۱۳۹۶). نقش شفقت خود و حمایت اجتماعی ادراک‌شده در پیش‌بینی اعتیاد اینترنتی دانشجویان، فصلنامه دانش و پژوهش در روان‌شناسی کاربردی. ۱۸(۴):۹۱-۸۰.

صانعی، سعید. (۱۳۸۷). بررسی رابطه سواد و چند گانهٔ اضطراب اجتماعی، ابراز وجود و احساس تنهایی با تراز استفاده از اینترنت در دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی واحد اهواز، پایان نامهٔ کارشناسی ارشد. روان‌شناسی (منتشرنشده) دانشگاه آزاد اسلامی واحد اهواز.

صدری دمیرچی، اسماعیل؛ هنرمند قوجهبگلو، پژمان؛ خاکدال قوجهبگلو، سعید؛ بصیر امیرریال، سید محمد. (۱۳۹۸). نقش انعطاف‌پذیری شناختی و حمایت اجتماعی ادراک‌شده در پیش‌بینی گرایش به خودکشی در دانشجویان، رویش روان‌شناسی، ۸(۷): ۶۶-۶۱.

عسگری، سعید؛ رشیدی، علرضا. (۱۳۹۴). رابطه حمایت اجتماعی ادراک‌شده و تمایزیافتگی با کیفیت زندگی زنان متقاضی طلاق. اولین کنگره ملی خانواده سلامت ، ۵۹۶-۶۰۵.

قاعدی، غلامحسین؛ یعقوبی، حمید. (۱۳۸۷). بررسی رابطهٔ بین ابعاد حمایت اجتماعی ادراک‌شده و ابعاد بهزیستی در دانشجویان دختر و پسر. مجله ارمغان دانش، ۱۳(۲): ۶۸-۸۱.

محسنیان، محمد؛ کردلو، سمیرا؛ گنجی، آناهیتا. (۱۳۹۶). رابطه میان خود تمایزیافتگی و هوش هیجانی در متقاضیان طلاق، فصلنامه خانواده پژوهی. ۳(۱۲): ۸۲۷-۸۳۷.

نبوی، سید حمید؛ علیپور، فردین؛ حجازی، علی؛ ربانی، الهام؛ راشدی، وحید. (۱۳۹۳). بررسی رابطه حمایت اجتماعی و سلامت روان در سالمندان. مجلهٔ دانشکده پزشکی دانشگاه علوم پزشکی مشهد، ۵۷(۷): ۸۴۱-۸۴۶.

[Downloaded from fpcej.ir on 2026-11-26]

[DOR: 20.1001.1.24234869.1399.6.1.6.0]

آسیب‌شناسی، مشاوره و غنی‌سازی خانواده، دوره ۶، شماره ۱ (پیاپی ۱۱)، بهار و تابستان ۱۳۹۹

Reference

Alexis, E., Whitton, A., Julie, D., Henry, B., Jessica, R., Grisham A. (2014). Moral rigidity in obsessive-compulsive disorder: Do abnormalities in inhibitory control, cognitive flexibility and disgust play a role? Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry;45:152-159.

Chung, H., Gale, J. (2006). Comparing Self-differentiation and Psychological Well-being between Korean and European American Students. Contemporary Family Therapy: An International Journal, 28(3), 367–381.

Drake, J. R. (2011). Differentiation of Self Inventory –Short Form: Creation & Initial Evidence of Construct Validity. PhD Dissertation, University of Missouri-Kansas City.

Dennis, J., Vander Wal, J. (2010). The cognitive flexibility inventory: Instrument development and estimates of reliability and validity. Cognitive Therapy Research, 34, 241–253.

Gulact, F. (2010). The effect of perceived social support on subjective well-being.Procedia Social and Behavioral Sciences, 2, 3844–49.

Jacques, S., Zelazo, P. D. (20١5). On the possible roots of cognitive flexibility. In B. D. Homer & C. S. Tamis-LeMonda (Eds.), the development of social cognition and communication. Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum.

Kim, H., Prouty, A., Smith, D. B., KO, M. J., Wetchler, J. L., Oh, J. E. (2015). Differentiation and Healthy Family Functioning of Koreans in South Korea, South Koreans in the United States, and White Americans. Journal of marital and family therapy, 41(1), 72-85.

Lai, C., Ma, C. (2016). The mediating role of social supporting the relationship between psychological well-being and health-risk behaviors among Chinese university students. Health Psychology Open, 3(2), 1-11.

Maser, M. (2011). A Construe Validity of Differentiation of Self Measures & their Correlates. PhD Dissertation, Seton Hall University.

Peleg-papko, O. (2004). Difermion and test anxiety in adolescents, university of Haifa. Journal of adolescents, 27, 645-662.

Remijnse, PL., Nielen, M., Van Balkom, A., Cath, D., Van, O., Uylings., H. (2006). Reduced orbitofrontal-striatal activity on a reversal learning task in obsessive-compulsive disorder. Archives of General Psychiatry 63:1225-1236.

[Downloaded from fpcej.ir on 2026-11-26]

[DOR: 20.1001.1.24234869.1399.6.1.6.0]

Family Pathology, Counseling & Enrichment, 2020. Vol. 6, N. 1 (11)

Selm, L. J. (2012). A family system approach to treatment of addictive disorders: Confluence of two exiting constructs. Doctoral dissertation in La Salle University.

Zimet, G.D., Dahlem, N.W., Zimet, S.G., & Farley, G.K. (1988). The Multidimensional Scale of Perceived Social Support. Journal of Personality Assessment, (52):30-41.

Reference in Persian

Bigdeli, Iman Allah. (2016). Comparison of cognitive flexibility, theory of mind and working memory in students with obsessive-compulsive symptoms and normal group. Cognitive Science News. 18 (4): 24-37

Eskanian, Parastoo., Sanaei Zakir, Baqer., Nawabinejad, Shokooh. (2008). Investigating the effect of psychodrama on the increase of differentiation of the individual from the main family in female high school students in District 5 of Tehran, Recent Counseling Research and Counseling Research.7 (25): 27-42.

Heydari, Saeedeh., Salhshiorian, Asie., Rafiei, Forough., Hosseini, Fatima. (2010). The relationship between perceived social support and the size of the social network with the dimensions of quality of life in cancer patients. Feyz Scientific Research Quarterly, 12 (2): 22-15.

Imani, Mehdi. (2016). Investigating the Factory Structure of Psychological Flexibility Questionnaire in Students, Quarterly Journal of Education and Learning Studies, 8 (1): 181-162.

Islamzadeh, Babak., Rashidi., Hajar. (2015). Determining the mediating role of general self-efficacy in relation to students' self-differentiation and social identity. Journal of Consulting Research. 15 (57): 41-57.

Peyravi, Hamid., Hajabi, Ahmad. (2010). The Relationship between Social Support and Mental Health in Students of the University of Tehran, Journal of Health System Research, 6 (2): 301-309.

Pirsaghi, Fahimeh., Haji Hassani, Mehrdad., Farahbakhsh, Kiomars., Soleimani, Somayeh. (2012). Determining the share of marital conflict, self-differentiation, source of control and job stress in predicting burnout, Journal of Organizational Industrial Psychology, Garmsar University. 3 (10): 9-23.

Rahimi, Mohammad., Ashofteh Tehrani, Amir., Hazrati, Zahra. (2016). Social factors affecting the intergenerational gap. Sociological Studies of Iran, 1 (3): 79-98.

[Downloaded from fpcej.ir on 2026-11-26]

[DOR: 20.1001.1.24234869.1399.6.1.6.0]

آسیب‌شناسی، مشاوره و غنی‌سازی خانواده، دوره ۶، شماره ۱ (پیاپی ۱۱)، بهار و تابستان ۱۳۹۹

Salimi, Azimeh., Jokar, Bahram., Nikpour, Roshanak. (2009). Internet communication in life: examining the role of perceived social support and loneliness in Internet use. Psychological Studies, 5 (3), 81-102.

Sanei, Saeed. (2008). Investigating the Relationship between Literacy and Multiple Social Anxiety, Existence and Loneliness with Internet Usage in Students of Islamic Azad University, Ahvaz Branch, M.Sc. Thesis. Psychology (unpublished) Islamic Azad University, Ahvaz Branch.

Shabahang, Reza., Besharat, Mohammad Ali. (2019). The Role of Cognitive Flexibility and Emotional Regulation Problems in Predicting the Worship of Famous Students, Quarterly Journal of Knowledge and Research in Applied Psychology. 20 (1): 25-13.

Shahabi Nejad, Zahra., Zandi, Saeed. (2017). The Role of Self-Compassion and Perceived Social Support in Predicting Students' Internet Addiction, Quarterly Journal of Knowledge and Research in Applied Psychology. 18 (4): 91-80.

Taghizadeh, Mohammad Ehsan., Farmani, Azam. (2013). Investigating the Role of Cognitive Flexibility in Predicting Despair and Resilience in Students, Cognitive Psychology Quarterly, 1 (2): 75-67.

[Downloaded from fpcej.ir on 2026-11-26]

[DOR: 20.1001.1.24234869.1399.6.1.6.0]