



Original Research

Investigating the Mediating Role of Self-Differentiation in the Relationship between Self-Esteem and Body Image in Married Women of Tehran

Mahshid Beigi¹ Roghayeh Mousavi² Vafa Mostafa^{3*}

¹M.Sc. in Family Counseling, Faculty of Psychology and Educational Sciences, Islamic Azad University, Tehran, Iran.

² Associate Professor, Department of Educational Sciences, Faculty of Humanities, Shahed University, Tehran, Iran.

^{3*}M.Sc. in Family Counseling, Faculty of Psychology and Educational Sciences, Shahid Beheshti University, Tehran, Iran. (Corresponding Author)

Vafa.mostafa@yahoo.com

Background & Purpose

Self-esteem is one of the most fundamental aspects of personality that people feel and experience in their interpersonal relationships (Taghizadeh & Kalhori, 2015). Self-esteem refers to the set of feedback and beliefs that people express in their relationships. In other words, self-esteem is the respect that a person places on herself (Srivastava and Joshi, 2014). Recognizing the factors related to self-esteem is one of the priorities. Research has shown a relationship between self-esteem and body image (Sarrocá, Valero, Deus, et al., 2021). The term of body image is a complex psychological construct that includes body-related self-perceptions and feedback, including beliefs, thoughts, feelings, and behaviors (Sarrocá et al., 2021). On the other hand, one of the variables related to the concepts of self-esteem and body image that can influence the type of relationship is self-differentiation. It is the ability to maintain one's "individuality" while being emotionally and intellectually connected to family (Chang, 2018).

Research (for example, Lee, 2011; Kim & Jeon, 2013; Sohrabi et al., 2013) suggests that self-differentiation is theoretically related to self-esteem and body image, but its moderating role on the two concepts is a research gap. Therefore, the present study seeks to investigate the mediating role of self-differentiation in the relationship between self-esteem and body image.

Method

The present study was a descriptive correlational study. The population consists of all married females living in Tehran's 4th district in 2020, of whom 211 married females were selected through the available sampling method. All participants had higher education and were married. The sample included 45 people between the ages of 20 and 30, 63 people between the ages of 30 and 40, and 103 people between the ages of 40 and 50. In terms of the number of children, 78 participants had one child, 96 participants had two children, and 37 participants had three children. In terms of the duration of the marriage, 89 participants had been married for less than ten years, while 122 participants had been married for more than ten years. Data was analyzed by Pearson correlation and path analysis using SPSS software version 23 and AMOS.

Fisher Body Image Questionnaire: The body image questionnaire was developed by Fisher in 1970 and has 46 items, each with a value ranging from 1 to 5. A score of less than 46 on this questionnaire indicates the presence of a disorder, while a score of more than 46 indicates the absence of a disorder. In the present study, Cronbach's alpha was used to estimate the reliability of this scale, which was .88.

Differentiation of self Questionnaire: This questionnaire was developed by Skowron (2000), which has 46 questions and includes 4 subscales measuring emotional reactivity, I-position, emotional cutoff, and fusion. The items in this questionnaire are scored on a Likert scale ranging from 1 to 6. In the present study, Cronbach's alpha was used to determine the reliability of this scale, which was 0/85.

Rosenberg Self-Esteem Scale: The Rosenberg Self-Esteem Scale (1965) measures general self-esteem and personal value. This scale includes 10 general items that assess life satisfaction and having a good feeling about oneself (Salsali & Silverstone, 2003). In the present study, Cronbach's alpha coefficient for the Rosenberg self-esteem scale was .82.

Discussion & Conclusion

A) The correlation matrix

Based on the results of the correlation matrix, the results showed that the relationship between self-esteem and body image is positive ($r = .468$, $p = .05$). The relationships of self-differentiation subscales with body



image are also significant. The relationship between body image and emotional reactivity, I- position, emotional cutoff, and fusion was -.144, .323, -.331, and -.135, respectively ($p = .05$).

B) The mediating effect of self-differentiation in the relationship between self-esteem and body image

Table (2). Standardized and unstandardized regression coefficients and t values of predictor variables in predicting the criterion variable.

The results of the above table can be examined in two parts as follows:

A) According to the results of table 2, the t value for all self-esteem pathways is greater than its critical value (at the significance level of 0/01), so the null hypothesis is rejected, and it can be concluded with 99% confidence that the self-esteem is effective in predicting the components of self-differentiation and body image.

B) According to the results of table (2), the t value for all components of self-differentiation except the fusion component is greater than its critical value (at the significance level of 0/01), so the null hypothesis is rejected, and it can be concluded with 99% confidence that all components of self-differentiation, except for fusion component are effective in predicting body image.

Table1. Standard and non-standard regression coefficients

Sections	Criterion	Predictor	Standard coefficient	Non-standard coefficient	Error	T-statistic	Significance level	Path
1	emotional reactivity	self-esteem	-.25	-.48	.13	-3.78	***	A1
	i-position	self-esteem	.32	.58	.12	4.88	***	A2
	emotional cutoff	self-esteem	-.30	-.48	.11	-4.52	***	A3
	fusion	self-esteem	-.5	-.24	.11	-2.25	.025	A4
	body image	self-esteem	.33	.40	.08	5.18	***	C
2	body image	emotional reactivity	-.17	-.11	.04	-2/94	.003	B1
	body image	i-position	.26	.17	.04	4.37	***	B2
	body image	emotional cutoff	-.27	-.20	.04	-4.66	***	B3
	body image	fusion	-.05	-.04	.04	-.82	.411	B4

The results showed that the mediating role of self-differentiation in the relationship between self-esteem and body image was significant, which is consistent with research conducted by Lee (2011), Kim and Jeon (2013), and Sohrabi et al. (2013). Although body image directly changes self-esteem, this relationship can be moderated by the degree of self-differentiation. This means that increasing the degree of differentiation in individuals reduces the effect of negative body image on self-esteem. Because of their ability to deal with things rationally, differentiated individuals can respond rationally and maturely to stressful situations and avoid emotional withdrawal. Differentiated people have a realistic image of themselves and their partner and take steps to make their marital relationship important. In fact, increasing the degree of differentiation neutralizes the effect of negative body image and, consequently, reduces vulnerability to low self-esteem. Under normal circumstances, people with negative body images cannot deal with these issues, and researchers believe that by planning for differentiation training, a practical step can be taken to increase self-esteem in people with negative body images.

Ethical Considerations

All subjects gave their consent to participate in the study by signing a consent form, and the researchers assured them that their identities would be kept private.

Funding: The study was conducted at the personal expense of researchers.

Authors' contribution: In conducting this research, the data collection was handled by the first author (M-B). The second author (R-M) supervised the study and reviewed the paper. The statistical analysis and the article's writing was handled by the third author (V-M).

Conflict of interest: This research is not in conflict with personal or organizational interests.

Acknowledgments: The authors would like to thank all the participants in this study.

References

- Chang, S. H. (2018). Testing a model of codependency for college students in Taiwan based on Bowen's concept of differentiation. *International Journal of Psychology*, 53(2), 107-116. [\[Link\]](#)
- Kim, S. O., & Jeon, Y. J. (2013). A study on relationships among university students' self-differentiation, self-esteem and mental health: Focused on depression and anxiety. *Korean Journal of Human Ecology*, 22(4), 539-558. [\[Link\]](#)
- Lee, H. S. (2011). Relation of the Self differentiation, Self-esteem and Mental Health in Adolescents. *Journal of Korean Academy of Psychiatric and Mental Health Nursing*, 20(2), 199-207. [\[Link\]](#)
- Salsali, M., & Silverstone, P. H. (2003). Low self-esteem and



- psychiatric patients: Part II–The relationship between self-esteem and demographic factors and psychosocial stressors in psychiatric patients. *Annals of General Hospital Psychiatry*, 2(1), 3. [\[Link\]](#)
- Sarroca, N., Valero, J., Deus, J., Casanova, J., Luesma, M. J., & Lahoz, M. (2021). Quality of life, body image and self-esteem in patients with unilateral transtibial mputations. *Scientific Reports*, 11(1), 1-8. [\[Link\]](#)
- Sohrabi, R., Asadi, M., Habibollahzade, H., & PanaAli, A. (2013). Relationship between self-differentiation in Bowen's family therapy and psychological health. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 84, 1773-1775. [\[Link\]](#)
- Srivastava, R., & Joshi, S. (2014). Relationship between self-concept and self-esteem in adolescents. *International Journal of Advanced Research*, 2(2), 36-43. [\[Link\]](#)
- Taghizadeh, M. E., & Kalhori, E. (2015). Relation between self-esteem with marital satisfaction of employed women in payam-e-Noor university. *Mediterranean Journal of Social Sciences*, 6(6 S6), 41-41. [\[Link\]](#)





بررسی نقش واسطه‌ای خودتمایز یافتگی در رابطه بین عزت نفس و تصویر بدن در زنان متأهل تهران

مهشید بیگی^۱ رقیه موسوی^۲ وفا مصطفی^۳

اطلاعات مقاله

تاریخ دریافت: ۱۴۰۰/۰۴/۰۶

تاریخ پذیرش: ۱۴۰۰/۰۸/۲۷

نوع مقاله: پژوهشی اصیل

چکیده

هدف: پژوهش حاضر با هدف بررسی نقش واسطه‌ای خودتمایز یافتگی در ارتباط بین عزت نفس و تصویر بدن انجام شد. روش: پژوهش حاضر توصیفی از نوع همبستگی است. جامعه آماری پژوهش حاضر شامل کلیه زنان متأهل ساکن شهر تهران در سال ۱۳۹۹ هست که به روش نمونه‌گیری در دسترس تعداد ۲۱۱ نفر از ایشان انتخاب شده و به ابزارهای مقیاس تصویر بدن، مقیاس عزت نفس و پرسشنامه تمایز یافتگی خود پاسخ دادند. پس از اجرای پرسشنامه‌ها، اطلاعات جمع‌آوری شده به وسیله شاخص‌های آمار توصیفی و همچنین روش‌های همبستگی پیرسون و تحلیل مسیر مورد تحلیل قرار گرفت. یافته‌ها: نتایج نشان داد که بین تصویر بدن، خودتمایز یافتگی و عزت نفس ارتباط معناداری وجود دارد ($p > 0/05$) و خودتمایز یافتگی در ارتباط بین عزت نفس و تصویر بدن نقش واسطه‌ای ایفا می‌کند. نتیجه‌گیری: می‌توان نتیجه گرفت که خودتمایز یافتگی به عنوان یک متغیر واسطه‌ای می‌تواند ارتباط بین عزت نفس با تصویر بدن را تعدیل کند. بنابراین، تأکید بر آموزش خودتمایز یافتگی به جهت کاهش اثرات تصویر بدنی منفی می‌تواند مورد توجه قرار گیرد.

واژگان کلیدی

تصویر بدن، خود تمایز یافتگی، عزت نفس، زنان.

ارجاع به مقاله:

بیگی، مهشید؛ موسوی، رقیه و وفا، مصطفی. (۱۴۰۱). بررسی نقش واسطه‌ای خودتمایز یافتگی در رابطه بین عزت نفس و تصویر بدن در زنان متأهل تهران. مطالعات زن و خانواده، ۱۰(۲)، ۱۵۶-۱۳۳. DOI: 10.22051/jwfs.2022.36592.2713

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

^۲ دانشیار گروه علوم تربیتی، دانشکده علوم انسانی، دانشگاه شاهد، تهران، ایران.

^۳ کارشناسی ارشد مشاوره خانواده، گروه مشاوره، دانشکده روان‌شناسی و علوم تربیتی، دانشگاه شهید بهشتی، تهران، ایران. (نویسنده مسئول).



مقدمه

خانواده یک واحد اجتماعی است که مبدأ پیدایش احساسات انسانی و کانون صمیمانه‌ترین روابط و تعاملات بین فردی است. اهمیت خانواده به اندازه‌ایست که سلامت و پیشرفت هر جامعه به سلامت و رشد آن وابسته است. دوام و قوام خانواده به آگاهی اعضای آن از عواطف، احساسات، احتیاجات و مسائل اساسی و زیربنایی روابط خانوادگی بستگی دارد (والرستاین^۱، ۲۰۱۹). خانواده به عنوان یک منبع مهم و اساسی برای عزت نفس اعضای آن در نظر گرفته می‌شود؛ در واقع خانواده مکانی است که نخستین احساس ارزش نسبت به خود از طریق تعامل گسترده، نزدیک و صمیمی با والدین و دیگر اعضای خانواده شکل می‌گیرد (کراس، اورث و رایبنز^۲، ۲۰۲۰).

احساس ارزش مندی و عزت نفس یکی از از بنیادی‌ترین و حیاتی‌ترین جنبه‌های شخصیتی است که افراد در ارتباطات بین فردی خود احساس و تجربه می‌نمایند (چراغیان، حسینیان، حیدری و زارعی - توپخانه، ۱۳۹۵). احساس ارزش مندی و عزت نفس نقش کلیدی و مهمی در سلامت روان‌شناختی افراد و همچنین میزان عملکردهای بهنجار خانواده ایفا می‌کند. بدون شک زمانی اعضای خانواده به کلیه وظایف خود به صورت کامل عمل خواهند کرد که احساس ارزش مندی و عزت نفس بالایی داشته باشند (تقی زاده و کلهری، ۲۰۱۵). عزت نفس، به مجموعه بازخوردها و باورهای اشاره دارد که افراد در روابط خویشان با دنیای بیرون ابراز می‌کنند. به بیان ساده‌تر، عزت نفس عبارت از میزان ارزش و احترامی است که فرد برای خودش قائل است (سریواستاوا و جوشی^۳، ۲۰۱۴). افراد با احساس ارزش مندی و عزت - نفس بالا گرایش به تجربه روابط بهینه و مطلوب دارند (رایبنسون و کامرون^۴، ۲۰۱۲)، در حالی که انسان‌های با عزت نفس پایین دارای خودآگاهی کمتر و از لحاظ اجتماعی بیشتر مضطرب و اجتنابی هستند (کراس و همکاران، ۲۰۲۰) و هنگام تهدید عزت نفس شان، به دنبال ارتباط با همسر نیستند، چون نگرانند که از سوی او طرد شوند (زیگلر-هیل، فولتن و مک‌لیمور^۵، ۲۰۱۱). در نتیجه فاصله‌ای بین ایشان ایجاد می‌شود که کیفیت ارتباط بین فردی را به خطر می‌اندازد. در مقابل، افراد با عزت نفس بالا، رفتارهای بین فردی انطباقی و دل‌بستگی ایمن دارند، که به باور میکولینسر و شاور^۶ (۲۰۰۷) با رضایت ارتباطی بالاتر رابطه دارد. پژوهش‌ها صورت گرفته (ساروکا، والیرو، دیوس^۷ و همکاران، ۲۰۲۱؛ رامادھانتی و حمید^۸، ۲۰۲۱؛ مورین^۹ و همکاران، ۲۰۱۱) نشان‌دهنده ارتباط احساس ارزش مندی و عزت نفس با تصویر ذهنی فرد از بدن است. در پژوهشی که توسط میلور، فولر-تیسکیویس، مک‌کابی و ریساردلی^{۱۰} (۲۰۱۰) و ویلدھویس، آلیوا، بیج - دی - واتی^{۱۱} و همکاران (۲۰۱۸) انجام شد رابطه بین

¹. Wallerstein

². Krauss, S., Orth, U., & Robins, R. W.

³. Srivastava, R., & Joshi, S.

⁴. Robinson, K. J., & Cameron, J. J.

⁵. Zeigler-Hill, V., Fulton, J. J., & McLemore, C.

⁶. Mikulincer, M., & Shaver, P. R.

⁷. Sarroca, N., Valero, J., Deus, J.

⁸. Ramadhanty, R. P., & Hamid, A. Y. S.

⁹. Morin, A. J.

¹⁰. Mellor, D., Fuller-Tyszkiewicz, M., McCabe, M. P., & Ricciardelli, L. A.

¹¹. Veldhuis, J., Alleva, J. M., Bij de Vaate, A. J.

عزت نفس با تصویر ذهنی از بدن تأیید شد. به صورتی که میزان پایین تر عزت نفس پیش بینی کننده ناراضامندی از تصویر بدن بود.

از آنجایی که ظاهر جسمانی بخشی از هویت شخص است و در موقعیت های اجتماعی بلافاصله در برخورد با دیگران آشکار می شود، اهمیت این سازه شخصیتی بارز است. اصطلاح تصویر بدن یک سازه روان شناختی پیچیده و چندوجهی است که در برگیرنده خوددراکی های مرتبط با بدن و بازخوردهایی شامل باورها، تفکرات، احساسات، رفتارها و مواردی از این قبیل می باشد (ساروکا و همکاران، ۲۰۲۱؛ موری، بایرن و ریجر^۱، ۲۰۱۱). این احساس یا ادراک در مورد بدن خود غالباً از دیدگاه های فرهنگی، اجتماعی یا بین فردی تأثیر می پذیرد و بر تجربیات شخص تأثیر می گذارد (یامامیا، کش و تامپسون^۲، ۲۰۰۶). تصویر بدن بازنمایی درونی شخص از ظاهر بیرونی خود است. در حقیقت، تصویر بدن نماینده باور و عقیده شخص به این نکته است که آیا ظاهر جسمانی او با رفتارها، شناخت ها و عواطفش ارتباط دارد (رامادهانتی و حمید^۳، ۲۰۲۱).

ارزیابی نامناسب افراد از بدن شان بر گرایش ها و تمایلات ایشان به ارتباطات و نحوه تعامل و رفتار ایشان تأثیرگذار است (زمانی، احدی و عسگری، ۱۳۹۳) و عواقب منفی به دنبال دارد. به عنوان نمونه ملتزر و مک نولتی^۴ (۲۰۱۰) در طی پژوهشی نشان دادند اگر چنانچه تصویر بدن از سوی شخص منفی برداشت شود این عامل، احساس ارزش مندی وی را کاهش داده و جدایی روان شناختی بین همسران را افزایش می دهد؛ چرا که افرادی که تصویر بدنی منفی از خود دارند، احساس ارزش مندی پایین تری داشته و احتمالاً بیشتر شک دارند که طرف مقابل شان ارتباط خود را با ایشان ادامه خواهد داد یا نه و یا اینکه ایشان را از لحاظ جنسی جذاب برداشت می کند یا نه و در مقابل، افرادی که تصویر بدنی مثبتی دارند، احساس ارزش مندی بالاتری داشته و بیشتر وارد فعالیت های صمیمانه شده و احتمال دارد صمیمیت جسمانی بالاتری را تجربه کنند و بدین جهت رضامندی از جنبه های مختلف روابط شان بالاتر خواهد بود (ملتزر و مک نولتی، ۲۰۱۰).

از سوی دیگر، یکی از مسائل و دغدغه های اصلی محققان، موضوع تأثیر احتمالی متغیرهای واسطه ای در ارتباط بین دو یا چند متغیر روان شناختی دیگر است. در این میان، بررسی مختصر ادبیات پژوهشی مربوط به موضوع پژوهش حاضر، بیانگر این مهم است که عوامل مختلفی بر عزت نفس و تصویر بدنی زنان موثر است؛ لذا بر اساس مرور ادبیات مربوط به عزت نفس و تصویر بدنی، یک الگوی مفهومی استنباط می شود که فرض را بر این می گذارد که رابطه بین عزت نفس و تصویر بدنی به احتمال زیادی توسط متغیرهای دیگری همچون خودتمایز یافتگی، میانجی گری می شود (لی^۵، ۲۰۱۱؛ کیم و جیون^۶، ۲۰۱۳؛ سهرابی، اسدی، حبیب الله زاده و پاناعلی، ۲۰۱۳).

¹. Murray, K. M., Byrne, D. G., & Rieger, E.

². Yamamiya, Y., Cash, T. F., & Thompson, J. K.

³. Ramadhanty, R. P., & Hamid

⁴. Meltzer, A. L., & McNulty, J. K.

⁵. Lee, H. S.

⁶. Kim, S. O., & Jeon, Y. J.



مفهوم تمایز یافتگی فرد از خانواده مبدأ یک آیتم اساسی در نظریه سیستم‌های خانواده بوئن است که با عملکرد فرد در برقراری روابط سالم در ارتباط است (مصطفی، میرزاپور، فلاح‌زاده و حمیدی، ۱۴۰۰؛ مون و کیم^۱، ۲۰۲۱). تمایز یافتگی تحت عنوان توانایی فرد در حفظ "فردیت و هویت خود" در حالی که هنوز در سطوح مختلف هیجانی و عقلانی با خانواده خود در ارتباط است، تعریف می‌شود (مته‌یارد، اندرسون و مارکس^۲، ۲۰۱۲). این مفهوم در واقع به میزان توانایی فرد در برقراری تعادل بهینه و مطلوب بین عملکردهای عقلانی و هیجانی (بعد درون‌روانی) و صمیمیت و استقلال (بعد بین‌فردی) در روابط وی اشاره دارد (رودریگز^۳ و همکاران، ۲۰۱۶). از جمله ویژگی‌های برجسته افراد با سطوح بالای تمایز یافتگی می‌توان به حفظ توانایی استقلال در روابط فرد با دیگران و همچنین توانایی در تمایز یافتگی شدن بین فرآیندهای درونی در احساس کردن و تفکر کردن اشاره کرد (کر و بوئن^۴، ۱۹۸۸). تمایز یافتگی از طریق ایجاد یک حس بالغانه و مثبت از خود، عامل مهمی در ایجاد ارتباطات صمیمی و توانایی تعدیل واکنش‌های عاطفی بین فردی بر شمرده می‌شود (هاینلن، جان‌کووسکی، پاین و سانداژ^۵، ۲۰۱۶). در مطالعاتی که توسط بهجتی نجف‌آبادی (۲۰۲۰)، لی (۲۰۱۱)، کیم و جیون (۲۰۱۳) و دهقان و هنرپوران (۱۳۹۶) انجام شدند وجود ارتباط معنادار و مثبت بین تمایز یافتگی و عزت‌نفس به تأیید رسید. با این وجود، با توجه به بررسی‌های صورت‌گرفته توسط محققان پژوهش حاضر، ارتباط بین تمایز یافتگی با تصویر بدن مشخص نیست.

در مجموع، می‌توان گفت مطالعه و بررسی علمی عزت‌نفس و تصویر بدنی و عناصر مختلف اثرگذار بر رابطه ایشان از جمله خود‌تمایز یافتگی به جهت تأثیری که بر بهداشت روان‌شناختی اشخاص دارند، از اهمیت بسیار زیادی برخوردار هستند و این امر، می‌تواند اخذ سیاست‌های بهداشتی را بهینه‌تر سازد. در حالی که در ایران پژوهش‌های زیادی با موضوع عزت‌نفس و تصویر بدنی صورت گرفته، اما بر اساس بررسی‌های صورت‌گرفته توسط محققان پژوهش حاضر، هیچ پژوهشی در خصوص نقش واسطه‌ای خود‌تمایز یافتگی در رابطه میان عزت‌نفس و تصویر بدن در میان زنان صورت نگرفته است و اهمیت پژوهش در این زمینه به صورت ملموسی بیش از پیش احساس می‌شود. بنابراین پژوهش حاضر، در صدد است تا نقش واسطه‌ای خود‌تمایز یافتگی را در رابطه بین عزت‌نفس و تصویر بدن به محک آزمون بگذارد. به عبارت دیگر، پژوهش حاضر با هدف پاسخ‌گویی بدین سؤال انجام شد که آیا خود‌تمایز یافتگی در رابطه بین عزت‌نفس و تصویر بدن در زنان نقش واسطه‌ای ایفا می‌کند؟

روش پژوهش

پژوهش حاضر توصیفی از نوع همبستگی است. جامعه آماری پژوهش حاضر، شامل کلیه زنان متأهل ساکن شهر تهران در سال ۱۳۹۹ است، که با استفاده از روش نمونه‌گیری غیرتصادفی، از نوع در دسترس، از میان مناطق ۲۲ گانه شهر تهران، منطقه چهار انتخاب شد و سپس با استفاده از روش نمونه-

1. Moon, W. H., & Kim, J. Y.

2. Meteyard, J. D., Andersen, K. L., & Marx, E.

3. Rodríguez-González, M.

4. Kerr, M. E., & Bowen, M.

5. Hainlen, R. L., Jankowski, P. J., Paine, D. R., & Sandage, S. J.

گیری غیرتصادفی، از نوع در دسترس هدف‌مند، تعداد ۲۱۱ نفر از بین افراد داوطلب به مشارکت در پژوهش (ساکن منطقه چهار) و باتوجه به ملاک‌های ورود به گروه نمونه، انتخاب شده و ابزارهای موردنظر را تکمیل نمودند. ملاک‌های ورود به پژوهش شامل متأهل بودن، تمایل افراد برای شرکت در پژوهش و تکمیل پرسشنامه‌ها، عدم سابقه طلاق، گذشت حداقل دو سال از زندگی زناشویی و داشتن حداقل تحصیلات دیپلم بود. پس از تعیین حجم نمونه مورد نظر، لینک آنلاین پرسشنامه‌های مورد نیاز در سایت کافه‌پردازش تهیه، سپس جهت اجرای لینک آنلاین پرسشنامه‌ها در میان زنان ساکن منطقه چهار شهر تهران به صورت تلفنی و یا ارتباط از طریق شبکه‌های اجتماعی و پس از جلب مشارکت و همکاری شرکت‌کنندگان و بیان هدف پژوهش، به تعداد لازم در میان افراد واجد ملاک‌های ورود به این مطالعه، لینک آنلاین پرسشنامه‌ها توزیع گردید و از ایشان خواسته شد تمام ماده‌های آزمون‌ها را با دقت بخوانند و پرسشنامه‌ها را تکمیل کنند. برای از بین بردن ملاحظات اداری، رعایت حریم خصوصی و اطمینان افراد از عدم افشای اطلاعات، پرسشنامه‌ها بدون ذکر نام و نام خانوادگی طراحی شد. هر بسته پرسشنامه حاوی ۳ مقیاس (تصویر بدن، خودتمایز یافتگی و عزت‌نفس) بود. در پژوهش حاضر، جهت تجزیه و تحلیل داده‌ها از روش‌های آمار توصیفی و استنباطی (آزمون ضریب همبستگی پیرسون و تحلیل مسیر) استفاده شد. لازم به ذکر است که دلیل انتخاب تحلیل مسیر به این خاطر است که در این پژوهش خودتمایز یافتگی به عنوان متغیر واسطه‌ای در رابطه بین متغیرهای عزت‌نفس و تصویر بدن در نظر گرفته شده است، بنابراین روش مناسب جهت تحلیل داده‌ها تحلیل مسیر تشخیص داده‌شد. تحلیل داده‌ها به کمک نرم‌افزارهای آماری SPSS نسخه ۲۳ و AMOS انجام گرفت.

ابزار جمع‌آوری اطلاعات

الف. پرسشنامه تصویر بدن فیشر^۱: پرسشنامه تصویر بدن در سال ۱۹۷۰ توسط فیشر ساخته شده است و دارای ۴۶ ماده است که هر ماده دارای ارزشی بین ۱ تا ۵ است. کسب نمره پایین‌تر از ۴۶ در این پرسشنامه نشان‌دهنده اختلال و نمره بالاتر از ۴۶ عدم اختلال را نشان می‌دهد. اعتبار این آزمون توسط یزدان‌جو (۱۳۷۹؛ به نقل از عسگری، پاشا و امینیان، ۱۳۸۸) در ایران مورد بررسی قرار گرفته است. ضرایب همبستگی محاسبه‌شده پرسشنامه در اجرای اول و اجرای دوم به روش پیرسون برای دانش‌آموزان سال اول ۰/۸۱، برای دانش‌آموزان سال دوم ۰/۸۴، برای دانش‌آموزان سال سوم ۰/۸۷ و جمع دانش‌آموزان ۰/۸۴ به دست آمد. با توجه به سطح معناداری این ضرایب ($p > ۰/۰۰۱$) می‌توان پذیرفت که بین نمرات حاصل از اجرای اول و دوم پرسشنامه تصویر بدن، همبستگی معناداری وجود دارد. در پژوهش عسگری، پاشا و امینیان (۱۳۸۸) پایایی پرسشنامه تصویر بدنی نیز با دو روش آلفای کرونباخ و تصنیف محاسبه گردید که به ترتیب برابر با ۰/۹۳ و ۰/۹۱ به دست آمده است. در پژوهش حاضر، جهت برآورد پایایی این مقیاس از آلفای کرونباخ استفاده شد که ۰/۸۸ به دست آمد.

^۱. Body Image-Fisher



ب. پرسشنامه تجدیدنظر شده تمایز یافتگی^۱: پرسشنامه تمایز یافتگی یک ابزار خود-گزارشی ۴۶ عبارتی است که بر روی بزرگسالان، ارتباط‌های مهم ایشان و ارتباط‌های فعلی که با خانواده مبدأشان دارند، تمرکز دارد (اسکورون و اسمیت، ۲۰۰۳). فرم اولیه این پرسشنامه توسط اسکورون و فریدلندر (۱۹۹۸) ساخته شد و در سال ۲۰۰۳ توسط اسکورون و اسمیت مورد تجدیدنظر قرار گرفت و پرسشنامه نهایی آن توسط جکسون در ۴۶ ماده بر مبنای نظریه بوئن ساخته شد (اسکورون و اسمیت، ۲۰۰۳). بخش‌های این پرسشنامه در یک طیف لیکرت از ۱ (اصلاً در مورد من صحیح نیست) تا ۶ (کاملاً در مورد من صحیح است) نمره‌گذاری می‌شوند. این پرسشنامه از ۴ خرده‌مقیاس "واکنش‌پذیری عاطفی"، "موقعیت من"، "گریز عاطفی" و "هم‌آمیختگی عاطفی با دیگران" تشکیل شده است. بعد از به دست آوردن نمرات خام افراد در پرسشنامه، ایشان را تبدیل به درصد کرده و سطح تمایز یافتگی، بر این اساس محاسبه می‌شود که: نمرات پایین‌تر از ۵۰ نشان‌دهنده سطح تمایز یافتگی پایین و نمرات بالاتر از ۵۰ نشان‌دهنده سطح تمایز یافتگی بالاست. حداکثر نمره واقعی ۲۷۶ است. از نظر پایایی، ضریب آلفای کرونباخ گزارش شده کل مقیاس توسط اسکورون و اسمیت (۲۰۰۳) ۰/۹۲ است. پایایی خرده‌آزمون‌ها که با ضریب آلفای کرونباخ محاسبه شده شامل: همجوشی با دیگران: ۰/۸۶، واکنش‌پذیری هیجانی: ۰/۸۹، "موقعیت من": ۰/۸۱ و گسلش عاطفی: ۰/۸۴ است (اسکورون و اسمیت، ۲۰۰۳). در ایران، یونسی در سال (۱۳۸۵) این مقیاس را هنجاریابی کرده و روایی محتوایی آن را با استفاده از روش همسانی درونی ۰/۸۳ و اعتبار آن را با استفاده از روش بازآزمایی ۰/۸۱ گزارش کرده است. در پژوهش حاضر، جهت برآورد پایایی این مقیاس از آلفای کرونباخ استفاده شد که ۰/۸۵ به دست آمد.

ت. مقیاس عزت‌نفس روزنبرگ^۲: مقیاس عزت‌نفس روزنبرگ^۳ (۱۹۶۵)، عزت‌نفس کلی و ارزش شخصی را اندازه می‌گیرد. این مقیاس شامل ۱۰ عبارت کلی است که میزان رضایت از زندگی و داشتن احساس خوب در مورد خود را می‌سنجد (صلصالی و سیلورستون^۴، ۲۰۰۳). به نظر بورت و رایب^۵ (۲۰۰۲) مقیاس عزت‌نفس روزنبرگ یکی از رایج‌ترین مقیاس‌های اندازه‌گیری عزت‌نفس بوده و مقیاس معتبری در نظر گرفته می‌شود زیرا برای عزت‌نفس از مفهومی مشابه با مفهوم ارائه‌شده در نظریه‌های روان‌شناختی درباره «خود» استفاده می‌کند. این مقیاس به منظور ارائه یک تصویر کلی از نگرش‌های مثبت و منفی درباره خود به‌وجود آمده است (روزنبرگ، ۱۹۷۹؛ به نقل از بورت و رایب، ۲۰۰۲). برای اجرای این آزمون، مقیاس به آزمودنی داده شده و از وی خواسته می‌شود پس از خواندن جملات، موافقت یا مخالفت خود را با آن جملات از طریق انتخاب گزینه «موافقم» یا «مخالقم» ابراز کند. روزنبرگ بازآزمایی مقیاس را ۰/۹ و مقیاس‌پذیری آن را ۰/۷ گزارش کرده است (صلصالی و سیلورستون، ۲۰۰۳). ضرایب آلفای کرونباخ برای این مقیاس در نوبت اول ۰/۸۷ برای مردان و ۰/۸۶ برای زنان و در نوبت دوم، ۰/۸۸ برای مردان و ۰/۸۷ برای زنان محاسبه شده است (ماکیکانگاس و همکاران، ۲۰۰۴).

1. Differentiation of Self Questionnaire-Revised (DSI-R)

2. Rosenberg's Self-Esteem Scale (RSES)

3. Rosenberg, M.

4. Salsali, M., & Silverstone, P. H.

5. Burnett, S., & Wright, K.

همبستگی آزمون مجدد در دامنه ۰/۸۸-۰/۸۲ و ضریب همسانی درونی یا آلفای کرونباخ در دامنه ۰/۸۸-۰/۷۷ قرار دارد (علیزاده و همکاران، ۱۳۸۴). این مقیاس از روایی داخلی رضایت‌بخشی (۰/۷۷) برخوردار است. همچنین همبستگی بالایی با پرسشنامه ملی نیویورک و گاتمن در سنجش عزت‌نفس دارد، لذا روایی محتوایی آن نیز مورد تأیید است (روزنبرگ، ۱۹۸۹ به نقل از علیزاده و همکاران، ۱۳۸۴). در پژوهش حاضر، ضریب آلفای کرونباخ برای مقیاس عزت‌نفس روزنبرگ ۰/۸۲ به دست آمده است.

یافته‌ها

این پژوهش دارای ۲۱۱ نفر شرکت‌کننده از منطقه چهار در میان مناطق ۲۲ گانه شهر تهران بود. همه شرکت‌کنندگان دارای تحصیلات دیپلم به بالا و متأهل بودند. در بررسی ویژگی‌های جمعیت‌شناختی گروه نمونه، از لحاظ سن، شامل ۴۵ نفر بین ۲۰ تا ۳۰ سال، ۶۳ نفر بین ۳۰ تا ۴۰ سال و ۱۰۳ نفر بین ۴۰ تا ۵۰ سال سن داشتند؛ از لحاظ تعداد فرزندان ۷۸ نفر یک فرزند، ۹۶ نفر دو فرزند و ۳۷ نفر سه فرزند داشتند و از لحاظ مدت زمان تاهل، ۸۹ نفر کمتر از ۱۰ سال و ۱۲۲ نفر بالای ۱۰ سال ازدواج کرده بودند. پیش از انجام آزمون سوال پژوهش، ابتدا طبیعی بودن توزیع داده‌ها به وسیله "مناسب بودن شاخص کجی" مورد بررسی قرار گرفت. کجی و کشیدگی شاخص‌هایی هستند که می‌توان نرمال بودن توزیع متغیرها را از طریق ایشان مورد ارزیابی قرار داد (جدول ۱). از آنجایی که مقادیر متغیرهای مورد بررسی در دامنه‌ای بین ۳- تا ۳+ قرار دارند بنابراین توزیع نمره‌ها در این متغیرها نرمال است. فرضیه مورد بررسی "خودتمایز یافتگی در رابطه بین عزت‌نفس و تصویر بدن نقش میانجی دارد" از طریق همبستگی پیرسون و تحلیل مسیر مورد تحلیل قرار گرفت و در آن عزت‌نفس متغیر برون‌زا، خودتمایز یافتگی متغیر میانجی و تصویر بدن متغیر درون‌زاست. در پژوهش حاضر، بر اساس میانجی‌گری خودتمایز یافتگی در روابط بین متغیرهای درون‌زا و برون‌زا، فرضیه اصلی پژوهش تدوین شده است. تحلیل نتایج شامل مراحل ۴ گانه ذیل است:

جدول ۱ شاخص‌های آماری مانند میانگین، انحراف استاندارد و کجی را برحسب متغیرهای مورد

مطالعه نشان می‌دهد.

پژوهشگاه علوم انسانی و مطالعات فرهنگی
پرتال جامع علوم انسانی



جدول ۱. شاخص‌های آمار توصیفی متغیرها در نمونه مورد بررسی

متغیر	مؤلفه	کمینه	بیشینه	میانگین نمونه	انحراف استاندارد	خطا	کجی	خطای کجی
تصویر بدن		۲	۵	۳٫۷۲	۰٫۵۸۶	۰٫۰۴۰	-۰٫۱۲۰	۰٫۱۶۷
واکنش پذیرى عاطفی		۱	۶	۳٫۷۶	۰٫۹۴۸	۰٫۰۶۵	۰٫۰۳۰	۰٫۱۶۷
جایگاه من		۱	۵	۳٫۱۶	۰٫۸۹۹	۰٫۰۶۲	-۰٫۱۰۷	۰٫۱۶۷
گریز عاطفی		۱	۶	۲٫۹۲	۰٫۷۹۹	۰٫۰۵۵	۰٫۴۶۸	۰٫۱۶۷
درهم آمیختگی		۲	۶	۳٫۶۵	۰٫۷۸۱	۰٫۰۵۴	۰٫۰۱۴	۰٫۱۶۷
DSI		۲	۵	۳٫۳۶	۰٫۶۴۱	۰٫۰۴۴	-۰٫۰۶۷	۰٫۱۶۷
عزت نفس		-۱	۱	۰٫۴۹	۰٫۴۹۹	۰٫۰۳۴	-۱٫۱۲۹	۰٫۱۶۷

همان‌طور که در جدول (۱) ملاحظه می‌شود شاخص‌های آمار توصیفی متغیرهای مورد پژوهش گزارش شده است. به‌طور مثال، میانگین عزت نفس در نمونه مورد پژوهش برابر ۰٫۴۹ است. همچنین نتایج جدول فوق حاکی از آن است که کجی متغیرها در دامنه قابل قبول +۳ تا -۳ قرار دارد و کجی و کشیدگی هیچ کدام از ایشان انحراف شدیدی از حالت نرمال ندارد.

پژوهشگاه علوم انسانی و مطالعات فرهنگی
پرتال جامع علوم انسانی

الف. ماتریس همبستگی

جدول ۲. همبستگی بین متغیرهای عزت نفس، خودتمایز یافتگی و تصویر بدن

عزت نفس	خود تمایز یافتگی					تصویر بدن
	نمره کل	درهم آمیختگی	گریز عاطفی	جایگاه من	واکنش پذیری عاطفی	
						۱
						واکنش پذیری عاطفی
						جایگاه من
						گریز عاطفی
						درهم آمیختگی
						نمره کل
						عزت نفس

همان طور که در جدول (۲) ملاحظه می شود همبستگی بین کلیه متغیرهای مورد بررسی محاسبه شده است. با توجه به نتایج جدول (۲) روابط بین عزت نفس با تصویر بدن مثبت است. روابط بین عزت نفس با کلیه مؤلفه های خودتمایز یافتگی به استثنای مؤلفه موقعیت من و نمره کل خود-تمایز یافتگی، منفی است و روابط بین تصویر بدن با کلیه مؤلفه های خودتمایز یافتگی به استثنای مؤلفه موقعیت من و نمره کل خودتمایز یافتگی، منفی است.

ب. اثرات مستقیم عزت نفس بر تصویر بدن

سومین ستون جدول (۳) ضرایب رگرسیون استاندارد (Beta) را نشان می دهد. تبیین این ضریب به این معنی است که با تغییر یک نمره استاندارد (Z) در متغیر پیش بین، بتا مقدار (Beta) در نمره استاندارد متغیر ملاک تغییر رخ خواهد داد. به طور مثال، با افزایش یک نمره استاندارد در متغیر پیش بین عزت نفس بتا مقدار (۰/۴۷) در نمره استاندارد متغیر ملاک (تصویر بدن) افزایش رخ خواهد داد. در تفسیر این گزاره توجه به ضرایب مؤلفه های متغیر ملاک و پیش بین ضروری است. با توجه به نتایج این جدول، t محاسبه شده برای عزت نفس از ارزش بحرانی آن (در سطح معنی داری ۰/۰۱) بزرگتر است پس فرضیه



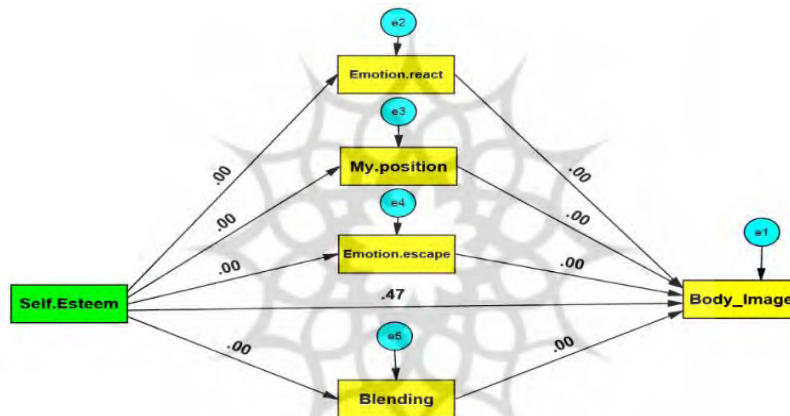
صفر رد می‌شود و با ۹۹٪ اطمینان می‌توان نتیجه گرفت که متغیر مزبور (عزت‌نفس) به‌طور مستقیم در پیش‌بینی تصویر بدن مؤثر است.

جدول ۳. ضرایب رگرسیون استاندارد و غیراستاندارد و آماره t متغیرهای پیش‌بین در پیش‌بینی

متغیر ملاک

ملاک	پیش‌بین	ضریب استاندارد	ضریب غیراستاندارد	خطا	آماره t	سطح معنی‌داری	مسیر
تصویر بدن	عزت-نفس	۰٫۴۷	۰٫۵۵	۰٫۰۷	۷٫۶۷	***	C

در نمودار (۱) مسیر اثرات مستقیم ضرایب مسیر از عزت‌نفس به خود‌تمایز یافتگی و از خود‌تمایز یافتگی به تصویر بدن ثابت و صفر است و مسیر اثرات مستقیم از عزت‌نفس به تصویر بدن متغیر و آزاد است.



نمودار ۱. اثر مستقیم عزت‌نفس بر تصویر بدن

پ. اثر غیر مستقیم عزت‌نفس بر تصویر بدن با حضور متغیر میانجی خود-تمایز یافتگی

جدول ۴. ضرایب رگرسیون استاندارد و غیراستاندارد و آماره t متغیرهای پیش‌بینی‌کننده در پیش-

بینی متغیر ملاک

بخش-ها	ملاک	پیش‌بین	ضریب استاندارد	ضریب غیراستاندارد	خطا	آماره t	سطح معنی‌داری	مسیر
۱	واکنش پذیری عاطفی	عزت-نفس	-۰٫۲۵	-۰٫۴۸	۰٫۱۳	-۳٫۷۸	***	A1
	جایگاه من	عزت-نفس	۰٫۳۲	۰٫۵۸	۰٫۱۲	۴٫۸۸	***	A2
	گریز عاطفی	عزت-نفس	-۰٫۳۰	-۰٫۴۸	۰٫۱۱	-۴٫۵۲	***	A3

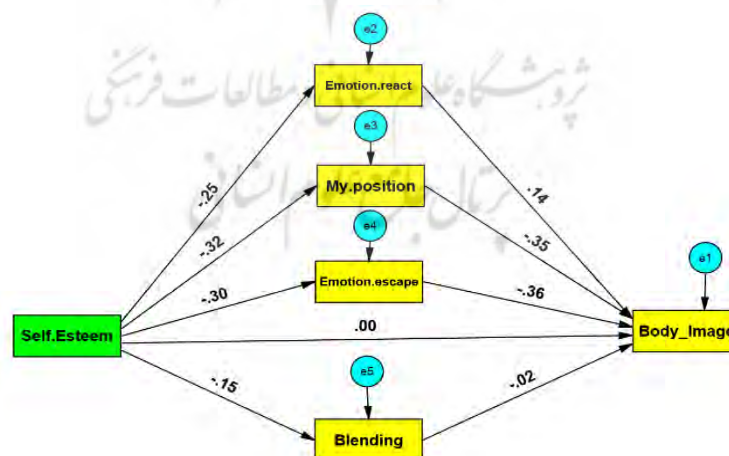
A4	۰٫۰۲۵	-۲٫۲۵	۰٫۱۱	-۰٫۲۴	-۰٫۱۵	عزت- نفس	درهم آمیختگی
B1	۰٫۰۱۷	-۲٫۳۹	۰٫۰۴	-۰٫۰۹	-۰٫۱۴	واکنش- پذیری عاطفی	تصویر بدن
B2	***	۵٫۹۴	۰٫۰۴	۰٫۲۴	۰٫۳۵	چایگاه من	تصویر بدن
B3	***	-۶٫۱۵	۰٫۰۵	-۰٫۲۸	-۰٫۳۶	گریز عاطفی	تصویر بدن
B4	۰٫۶۷۷	-۰٫۴۲	۰٫۰۵	-۰٫۰۲	-۰٫۰۲	درهم آمیختگی	تصویر بدن

نتایج جدول فوق شامل دو بخش به شرح ذیل است:

الف. عزت نفس متغیر پیش‌بین و خودتمایز یافتگی متغیر ملاک

ب. خودتمایز یافتگی متغیر پیش‌بین و تصویر بدن متغیر ملاک

با توجه به نتایج جدول (۴) محاسبه شده برای کلیه مسیرهای عزت نفس از ارزش بحرانی آن (در سطح معنی داری ۰/۰۱) بزرگتر است پس فرضیه صفر رد می‌شود و با ۹۹٪ اطمینان می‌توان نتیجه گرفت که متغیر عزت نفس در پیش‌بینی کلیه مؤلفه‌های خودتمایز یافتگی مؤثر است. همچنین محاسبه شده برای کلیه مؤلفه‌های خودتمایز یافتگی از ارزش بحرانی آن (در سطح معنی داری ۰/۰۱) بزرگتر است پس فرضیه صفر رد می‌شود و با ۹۹٪ اطمینان می‌توان نتیجه گرفت که کلیه مؤلفه‌های خودتمایز یافتگی در پیش‌بینی تصویر بدن مؤثر هستند. در نمودار (۲) ضرایب مسیر از عزت نفس به خودتمایز یافتگی و از خودتمایز یافتگی به تصویر بدن متغیر و آزاد است اما ضرایب مسیر از عزت نفس به تصویر بدن ثابت و صفر است.



نمودار ۲. اثرات غیر مستقیم عزت نفس بر تصویر بدن با حضور متغیر میانجی خودتمایز یافتگی



ت. اثر میانجی خودتمایز یافتگی در رابطه بین عزت نفس با تصویر بدن

جدول ۵. ضرایب رگرسیون استاندارد و غیراستاندارد و آماره t متغیرهای پیش‌بینی کننده در

پیش‌بینی متغیر ملاک

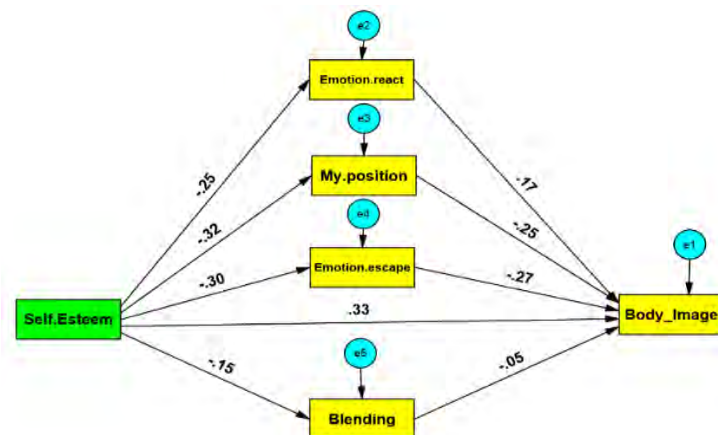
بخش‌ها	ملاک	پیش‌بین	ضریب استاندارد	ضریب غیراستاندارد	خطا	آماره t	سطح معنی‌داری	مسیر
۱	واکنش‌پذیری عاطفی	عزت نفس	-۰/۲۵	-۰/۴۸	۰/۱۳	-۳/۷۸	***	A1
		عزت نفس	۰/۳۲	۰/۵۸	۰/۱۲	۴/۸۸	***	A2
	گریز عاطفی	عزت نفس	-۰/۳۰	-۰/۴۸	۰/۱۱	-۴/۵۲	***	A3
		عزت نفس	-۰/۱۵	-۰/۲۴	۰/۱۱	-۲/۲۵	۰/۰۲۵	A4
۲	تصویر بدن	عزت نفس	۰/۳۳	۰/۴۰	۰/۰۸	۵/۱۸	***	C
		واکنش‌پذیری عاطفی	-۰/۱۷	-۰/۱۱	۰/۰۴	-۲/۹۴	۰/۰۰۳	B1
	تصویر بدن	جایگاه من	۰/۲۶	۰/۱۷	۰/۰۴	۴/۳۷	***	B2
		گریز عاطفی	-۰/۲۷	-۰/۲	۰/۰۴	-۴/۶۶	***	B3
تصور بدن	درهم آمیختگی	-۰/۰۵	-۰/۰۴	۰/۰۴	-۰/۸۲	۰/۴۱۱	B4	

نتایج جدول فوق در دو بخش به شرح ذیل قابل بررسی است:

الف. با توجه به نتایج جدول (۵) t محاسبه شده برای کلیه مسیرهای عزت نفس از ارزش بحرانی آن (در سطح معنی‌داری ۰/۰۱) بزرگتر است پس فرضیه صفر رد می‌شود و با ۹۹٪ اطمینان می‌توان نتیجه گرفت که متغیر مزبور (عزت نفس) در پیش‌بینی مؤلفه‌های خودتمایز یافتگی و تصویر بدن مؤثر است.

ب. با توجه به نتایج جدول (۵) t محاسبه شده برای کلیه مؤلفه‌های خودتمایز یافتگی به استثنای مؤلفه درهم آمیختگی عاطفی از ارزش بحرانی آن (در سطح معنی‌داری ۰/۰۱) بزرگتر است پس فرضیه صفر رد می‌شود و با ۹۹٪ اطمینان می‌توان نتیجه گرفت که کلیه مؤلفه‌های خودتمایز یافتگی به استثنای مؤلفه درهم آمیختگی عاطفی در پیش‌بینی تصویر بدن مؤثر هستند.

در نمودار ۳ ضرایب مسیر از عزت نفس به خودتمایز یافتگی و از خودتمایز یافتگی به تصویر بدن متغیر و آزاد است.



نمودار ۳. اثر میانجی خودتمایز یافتگی در رابطه بین عزت نفس با تصویر بدن

بحث، نتیجه گیری

هدف پژوهش حاضر، بررسی نقش واسطه‌ای خودتمایز یافتگی در رابطه بین عزت نفس و تصویر بدن در زنان بود. نتایج به دست آمده از تحلیل داده‌ها نشان داد که بین عزت نفس با تصویر بدن در نمونه مورد بررسی (زنان) به صورت صعودی، رابطه مثبت و معناداری وجود دارد. بدین معنی که هر چه میزان عزت نفس فرد بالاتر باشد به موازات درجه و میزان عزت نفس، فرد از تصویر بدنی مثبت‌تری برخوردار است و تصاویر ذهنی سالم، منطقی، واقع‌بینانه و پخته‌تری درباره بدن خود دارد و برعکس. این یافته همسو و هم‌جهت با نتایج پژوهش‌های ساروکا و همکاران (۲۰۲۱)، رامادهانی و حمید (۲۰۲۱)، مورین و همکاران (۲۰۱۱)، میلور و همکاران (۲۰۱۰) و ویلدهویس و همکاران (۲۰۱۸) است که نشان دادند تفاوت معناداری بین احساس ارزش‌مندی و عزت نفس افراد دارای تصویر بدنی منفی و مثبت وجود دارد. در خصوص تبیین این نتایج، می‌توان بدین صورت استدلال نمود، افرادی که اعتمادبه‌نفس و حرمت نفس کمتری دارند بر تصویر بدن خود به عنوان یک منبع خود-ارزش‌مندی، سرمایه‌گذاری بالاتری می‌کنند. در نتیجه، هنگامی که به افراد بازخوردهای منفی زیادی داده می‌شود، احساس ارزش-مندی و عزت نفس ایشان تهدید می‌شود و ایشان سعی می‌کنند تا با تأکید و تمرکز زیاد بر ظاهر جسمانی خود، احساس ارزش‌مندی و عزت نفس خود را حفظ کنند. از آنجایی که احتمال دارد شخص نقایص جسمانی را احساس کند و یا اینکه بنا به هر علتی از تصویر بدنی خود راضی و خرسند نباشد، منبع کلیدی اعتمادبه‌نفس و حرمت نفس او به صورت نابسند و نامکفی احساس می‌شود و چون اساس و منبع دیگری برای ارجاع و ذخیره‌سازی مجدد احساس ارزش‌مندی و عزت نفس وجود ندارد، عدم احساس ارزش‌مندی و فقدان عزت نفس در این اشخاص دیده می‌شود.

همچنین نتایج نشان داد که بین خودتمایز یافتگی با عزت نفس در نمونه مورد بررسی (زنان) به صورت صعودی، رابطه مثبت و معناداری وجود دارد. بدین معنی که هر چه میزان تمایز یافتگی فرد بالاتر باشد به موازات درجه و میزان تمایز یافتگی، فرد از عزت نفس بالاتری برخوردار است و در ابعاد مختلف



زندگی دیدگاه مثبتی در مورد ارزش‌مندی خود دارد و برعکس. این یافته همسو و هم‌جهت با نتایج پژوهش‌های بهجتی نجف‌آبادی (۲۰۲۰)، لی (۲۰۱۱)، کیم و جیون (۲۰۱۳) و دهقان و هنرپروران (۱۳۹۶) است که نشان دادند بین تمایز یافتگی و عزت نفس رابطه مثبت و معناداری وجود دارد و مؤلفه موقعیت من تمایز یافتگی به صورت معناداری قادر به پیش‌بینی عزت نفس می‌باشد. بنابراین می‌توان پیش‌بینی کرد زنانی که موقعیت من نیرومندی دارند از احساس ارزش‌مندی و عزت نفس بالایی برخوردار باشند و برعکس آنهایی که موقعیت من ضعیفی دارند از احساس ارزش‌مندی و عزت نفس پایین‌تری برخوردار باشند. در خصوص تعبیر و تفسیر این یافته، می‌توان بدین صورت استدلال نمود که تمایز یافتگی فرآیندی است که در طی مراحل مختلف رشد فرد حاصل می‌شود و اشخاص مختلف با توجه به شرایط متفاوت شخصی و خانوادگی خود می‌توانند به سطوح مختلف تمایز یافتگی از کم تا زیاد برسند و یا حتی هرگز نرسند. بر طبق یافته‌های پژوهش دهقان و هنرپروران (۱۳۹۶) مؤلفه موقعیت من تمایز یافتگی در پیش‌بینی عزت نفس پررنگ‌تر از سایر مؤلفه‌هاست. بدین معنا که مؤلفه موقعیت من در ایجاد احساس ارزش‌مندی و عزت نفس بالاتر، نقش بیشتری دارد. در این خصوص می‌توان گفت افرادی که از موقعیت من نیرومندی برخوردارند به میزان بالاتری از اسنادهای درونی استفاده می‌کنند و نقش خود در زندگی را کم رنگ جلوه نمی‌دهند، که این مهم با مسئولیت‌پذیری و تعهد فردی همراه است. این اشخاص همچنین به عواطف و احساسات درونی خود اهمیت زیادی می‌دهند و عبارات "عقیده من، دیدگاه من، احساس من، رفتار من، کار من و مواردی از این قبیل" جزئی جدایی‌ناپذیر از مکالمات و تعاملات میان‌فردی ایشان است. بنابراین مؤلفه موقعیت من تمایز یافتگی در کلیه ابعاد زندگی درون‌فردی و بین‌فردی ایشان در تعامل با اعضای خانواده و همچنین در تعاملات اجتماعی مانند کار، تحصیل، روابط اجتماعی و مواردی از این قبیل طنین‌انداز شده است.

همچنین نتایج نشان داد که بین خودتمایز یافتگی با تصویر بدن در نمونه مورد بررسی (زنان) به صورت صعودی، رابطه مثبت و معناداری وجود دارد. بدین معنی که هر چه میزان تمایز یافتگی فرد بالاتر باشد به موازات درجه و میزان تمایز یافتگی، فرد از تصویر بدنی مثبت‌تری برخوردار است و تصاویر ذهنی سالم، منطقی، واقع‌بینانه و پخته‌تری درباره بدن خود دارد و برعکس. این یافته همسو و هم‌جهت با نتایج پژوهش پاکویت و راینه (۲۰۰۴) است که در پژوهشی تحت عنوان زمینه فرهنگی-اجتماعی تصور بدنی زنان، نشان دادند که تصور بدنی یک ساختار ثابت و پایا نیست بلکه برعکس، پویا و دارای نوسان است. از سویی، تأثیر نیرومند و ناخودآگاه رسانه‌ها بر روی تصور ذهنی از بدن، می‌تواند به توسط زمینه‌های درونی فرد (میزان اعتماد به نفس، احساس ارزش‌مندی و عزت نفس، درجه تمایز یافتگی و خودانتقادی شخصی) و روابطش با سایرین مانند شرکا، خانواده و دیگر زنان، متعادل شود. در خصوص تبیین این یافته‌ها، می‌توان بدین صورت استدلال نمود، از آنجایی که زمینه‌های درونی افراد مانند تمایز یافتگی یا تفکیک خویش‌شن بیانگر توانایی شخص در تمایز قائل شدن بین فرآیندهای عقلانی و هیجانی و نشان دادن توانایی ابراز موقعیت من است، بنابراین افراد تمایز یافته از احساس ارزش‌مندی و عزت نفس بالایی برخوردارند، ایشان خودرهبند، از افکار و عواطف خویش آگاه هستند، به صورت صحیحی عواطف خود را ابراز کرده و خود را مجبور به انطباق دادن با خواسته‌ها و انتظارات نامعقول

رسانه‌های گروهی و دیگران در خصوص تصویر مطلوب بدنی نمی‌کنند. برعکس، افراد کمتر تمایز یافته در شرایط تبلیغات رسانه‌های گروهی در خصوص تصویر بدنی ایده‌آل و آموزش‌های فرهنگی-اجتماعی غلط، در وضعیت تنش‌زایی زندگی می‌کنند و به هر اندازه که استرس‌های ناشی از آموزش‌های غلط و تبلیغات رسانه‌ای بیشتر باشد، عواقب منفی روان‌شناختی بالاتری برای این افراد به همراه دارد. در چنین شرایطی، تمایز یافتگی به اشخاص یاری می‌کند تا پاسخ‌های مناسب‌تری به شرایط داده و بر امور کنترل بیشتری داشته باشند. نتایج پژوهش‌های صورت گرفته (لی، ۲۰۱۱) حاکی از آن است که افراد کمتر تمایز یافته، برای مقابله با استرس و اضطراب حاصل از آموزش‌های غلط و ایدئال‌های رسانه‌ای در مورد تصویر بدن، دچار مشکل می‌شوند و در نتیجه با مسائل و مشکلاتی مانند نقص در حل مسئله و آسیب‌های شدید روان‌شناختی نظیر استرس، اضطراب و افسردگی مواجه می‌شوند.

از سوی دیگر، آنچه که این پژوهش به صورت خاص در پی پاسخگویی به آن است، بررسی نقش واسطه‌ای خودتمایز یافتگی در ارتباط بین عزت‌نفس و تصویر بدن است. نتایج به دست آمده از تحلیل داده‌های پژوهش حاضر حاکی از معنادار بودن نقش واسطه‌ای خودتمایز یافتگی در ارتباط بین عزت‌نفس و تصویر بدن بود. با اینکه پژوهشی که به صورت دقیق به بررسی یافته فوق پرداخته باشد توسط محقق یافت نشد، اما پژوهش‌های انجام شده توسط لی (۲۰۱۱)، کیم و جیون (۲۰۱۳) و سهرابی و همکاران (۲۰۱۳) به نوعی تأیید کننده یافته فوق هستند.

با این که تصویر بدن به صورت مستقیم موجب تغییر در مقادیر عزت‌نفس می‌شود اما این ارتباط به واسطه میزان تمایز یافتگی افراد قابل تعدیل شدن است. به این معنی که مثلاً بالا رفتن میزان تمایز یافتگی در افراد به مقدار زیادی اثر تصویر بدنی منفی بر عزت‌نفس را کاهش می‌دهد. افراد تمایز یافته به واسطه توانایی‌ای که در زمینه برخورد منطقی و همراه با آرامش با امور و توجه و تمرکز بر توانایی‌ها و فردیت خود دارند، می‌توانند در موقعیت‌هایی که استرس‌زا هستند واکنش عقلانی و بالغانه‌ای داشته باشند و از کناره‌گیری عاطفی اجتناب کنند. افراد تمایز یافته به خصوص در زندگی زناشویی تصویر واقع‌بینانه‌ای از بدن خود و شریک زندگی را ادراک کرده و در جهت مهم انگاشتن رابطه زناشویی خود و تلاش برای رهایی از تبلیغات تصاویر قالبی بدن، قدم بر می‌دارند. در واقع، بالا رفتن میزان تمایز یافتگی به نوعی مقداری از اثر تصویر بدنی منفی را خنثی کرده و بر این اساس، موجب کاهش آسیب‌پذیری در برابر عزت‌نفس پایین می‌شود. در حالت عادی افراد با تصاویر بدنی منفی توانایی برخورد با این مسائل را ندارند و محققین بر این باور هستند که از طریق برنامه‌ریزی در جهت آموزش تمایز یافتگی می‌توان قدمی کاربردی در جهت افزایش عزت‌نفس در افرادی که تصاویر بدنی منفی دارند، برداشت. دلیل تمرکز بر تمایز یافتگی به جای تصویر بدن در جهت آموزش می‌تواند این باشد که تمایز یافتگی به مقدار بیشتری تحت تأثیر آموزش قرار گرفته و در بازه زمانی کوتاه‌تری ممکن است باعث افزایش عزت‌نفس در افراد شود. لذا بعد کاربردی پژوهش حاضر مربوط به تلاش در جهت آموزش تمایز یافتگی در سنین مختلف می‌باشد. مسئله آموزش تمایز یافتگی و همچنین جلوگیری از رشد تصویر بدنی منفی می‌تواند در سنین پایین مورد توجه قرار گرفته و در زمره برنامه‌های آموزش فرزندپروری قرار گیرد. همانند بسیاری از



پژوهش‌ها، پژوهش حاضر نیز دارای محدودیت‌هایی بود. مثلاً این که پرسش‌نامه‌های پژوهش حاضر بهتر بود به صورت حضوری و بر روی زوجین اجرا شود که به دلیل شرایط کرونا و عدم منابع زمانی و مالی کافی، امکان آن وجود نداشت و محقق ابزار سنجش این متغیرها را به صورت آنلاین و در مورد افراد متأهل مورد بررسی قرار داد. از طرفی، پیشنهاد می‌شود که محققین در پژوهش‌های بعدی خود به بررسی عوامل دخیل در عزت نفس پایین و تصویر بدنی منفی که از شایع‌ترین و مخرب‌ترین مشکلات فردی در کشور ایران است، بپردازند.

ملاحظات اخلاقی

ملاحظات اخلاقی پژوهش حاضر، بدین شرح بودند: (۱) کلیه افراد اطلاعاتی در مورد پژوهش دریافت کرده و در صورت تمایل در پژوهش شرکت کردند (اخذ رضایت آگاهانه). (۲) این اطمینان به افراد داده شد که تمام اطلاعات محرمانه بوده و صرفاً برای امور پژوهشی مورد استفاده قرار می‌گیرند. (۳) به منظور حفظ حریم خصوصی، نام و نام خانوادگی شرکت‌کنندگان ثبت نشد. (۴) افرادی که تمایل به اطلاع از نتیجه پژوهش داشتند، نتایج به همراه توضیحات ضروری، در یک فایل برایشان ارسال شد. رعایت اخلاق پژوهش: همه مشارکت‌کنندگان با رضایت در این مطالعه شرکت کردند و محققان به ایشان اطمینان دادند که نتایج پژوهش محرمانه است.

حمایت مالی: این مطالعه با هزینه شخصی محققان انجام شده است. سهم نویسندگان: نویسنده اول، نظارت بر اجرای پژوهش و بازبینی مقاله؛ نویسنده دوم، جمع‌آوری داده‌ها و نویسنده سوم، تجزیه و تحلیل آماری داده‌ها، نگارش و مسئولیت این مقاله را بر عهده داشتند. تضاد منافع: این پژوهش با منافع شخص یا سازمانی تعارض ندارد. تشکر و قدردانی: بدینوسیله از کلیه کسانی که در این پژوهش مشارکت نمودند، قدردانی می‌شود.

منابع

- چراغیان، حدیث؛ حسینیان، سمین؛ حیدری، ناصر؛ زارعی تویخانه، محمد. (۱۳۹۵). رابطه خود-دلسوزی و سلامت روان با نقش میانجی عزت نفس و تصویر بدنی در دانشجویان دختر. *مطالعات زن و خانواده*، ۴ (۲)، ۵۶-۳۳. [لینک]
- دهقان خلیلی، سمیرا؛ هنرپروران، نازنین. (۱۳۹۶). رابطه آگاهی فراشناختی و تمایز یافتگی با عزت نفس جنسی زنان. *فصلنامه زن و مطالعات خانواده*، ۱۰ (۳۵): ۴۸-۳۵. [لینک]
- زمانی، ساره؛ احدی، حسن؛ عسگری، پرویز. (۱۳۹۳). رابطه طلاق عاطفی با تصویر بدنی و کمال‌گرایی. *فصلنامه مطالعات روان‌شناختی*، ۱۰ (۴): ۱۱۹-۱۳۶. [لینک]
- عسگری، پرویز؛ پاشا، غلامرضا؛ امینیان، مریم. (۱۳۸۸). رابطه تنظیم هیجان، فشارزاهای روانی زندگی و تصویر از بدن با اختلالات خوردن در زنان. *فصلنامه اندیشه و رفتار در روان‌شناسی بالینی*، ۴ (۱۳): ۷۸-۶۵. [لینک]
- علیزاده، توران؛ فراهانی، محمد تقی؛ شهرآرای، مهرناز؛ علی‌زادگان، شهرزاد. (۱۳۸۴). بررسی رابطه بین عزت نفس و منبع کنترل (درونی-بیرونی) با استرس ناباروری زنان و مردان نابارور در شهر تهران. *فصلنامه باروری و ناباروری*، ۶ (۲): ۱۹۴-۲۰۴. [لینک]
- مصطفی، وفا؛ میرزاپور، هادی؛ فلاح‌زاده، هاجر؛ حمیدی، امید. (۱۴۰۰). نقش واسطه‌ای خود-متمایز سازی در ارتباط بین هم‌وابستگی و آزار عاطفی در دانشجویان زن متأهل. *مطالعات زن و خانواده*، ۹ (۱)، ۸۴-۵۹. [لینک]

یونسی، فاطمه. (۱۳۸۵). هنجاریایی و تعیین ویژگی‌های روانسنجی آزمون خود-متمایزسازی در بین افراد ۲۵-۳۰ ساله. پایان‌نامه کارشناسی ارشد مشاوره. دانشگاه علامه طباطبائی، تهران. [لینک]

References

- Alizadeh, T., Farahani, M. N., Shahraray, M., & Alizadegan, Sh. (2005). The relationship between self-esteem and locus of control with infertility related stress of no related infertile men and women. *Journal of Reproduction & Infertility*, 6 (2); 194-204. (Text in Persian). [Link]
- Askari, P., Pasha, Gh., & Aminian, M. (2009). The relationship between emotion regulation, life stress and body image with eating disorders in women. *Journal of Thought & Behavior in Clinical Psychology*, 4 (13); 65-78. (Text in Persian). [Link]
- Behjati Najafabadi, R. (2020). Effectiveness of Self-Differentiation Training on Attachment Styles and Self-Esteem in Married Women. *Journal of Practice in Clinical Psychology*, 8(3), 193-202. <https://doi.org/10.32598/jpcp.8.3.629.1> [Link]
- Burnett, S., & Wright, K. (2002). The relationship between connectedness with family and self-esteem in university students. *Department of Sociology, Furnam University*, 42. <https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2017.08.011> [Link]
- Cheraghian, H. (2016). The relationship between self-compassion and mental health with mediating role of self-esteem and body image in female students. *Woman and Family Studies*, 4(2), 33-56. (Text in Persian). <https://doi.org/10.22051/JWFS.2016.2562> [Link]
- Dehghan Khalili, S., & Honarmandan, N. (2017). The relationship between metacognitive awareness and self-differentiation with women's sexual self-esteem. *Journal of Woman & Study of Family*, 10 (35); 35-48. (Text in Persian). <https://doi.org/10.22051/JWFS.2016.2562> [Link]
- Hainlen, R. L., Jankowski, P. J., Paine, D. R., & Sandage, S. J. (2016). Adult attachment and well-being: Dimensions of differentiation of self as mediators. *Contemporary Family Therapy*, 38(2), 172-183. <https://doi.org/10.1007/s10591-015-9359-1> [Link]
- Kerr, M. E., & Bowen, M. (1988). *Family evaluation*. WW Norton & Company. [Link]
- Kim, S. O., & Jeon, Y. J. (2013). A study on relationships among university students' self-differentiation, self-esteem and mental health: Focused on depression and anxiety. *Korean Journal of Human Ecology*, 22(4), 539-558. <https://doi.org/10.5934/KJHE.2013.22.4.539> [Link]
- Krauss, S., Orth, U., & Robins, R. W. (2020). Family environment and self-esteem development: A longitudinal study from age 10 to 16. *Journal of Personality and Social Psychology*, 119(2), 457. <https://doi.org/10.1037/pspp0000263> [Link]
- Lee, H. S. (2011). Relation of the Self differentiation, Self-esteem and Mental Health in Adolescents. *Journal of Korean Academy of Psychiatric and Mental Health Nursing*, 20(2), 199-207. <https://doi.org/10.12934/jkpmhn.2011.20.2.199> [Link]
- Mellor, D., Fuller-Tyszkiewicz, M., McCabe, M. P., & Ricciardelli, L. A. (2010). Body image and self-esteem across age and gender: A short-term longitudinal study. *Sex roles*, 63(9-10), 672-681. <https://doi.org/10.1007/s11199-010-9813-3> [Link]
- Meltzer, A. L., & McNulty, J. K. (2010). Body image and marital satisfaction: Evidence for the mediating role of sexual frequency and sexual



- satisfaction. *Journal of Family Psychology*, 24(2), 156. <https://doi.org/10.1037/a0019063> [Link]
- Meteyard, J. D., Andersen, K. L., & Marx, E. (2012). Exploring the relationship between differentiation of self and religious questing in students from two faith-based colleges. *Pastoral Psychology*, 61(3), 333-342. <https://doi.org/10.1080/13674676.2016.1216530> [Link]
- Mikulincer, M., & Shaver, P. R. (2007). *Attachment in adulthood: Structure, dynamics, and change*. Guilford Press. [Link]
- Moon, W. H., & Kim, J. Y. (2021). Stress and depression in the Korean college students: Mediated effects of self-differentiation and self-efficacy. In *Bio-inspired Neurocomputing* (pp. 151-161). Springer, Singapore. <https://doi.org/10.1007/978-981-15-5495-7-8> [Link]
- Morin, A. J., Maïano, C., Marsh, H. W., Janosz, M., & Nagengast, B. (2011). The longitudinal interplay of adolescents' self-esteem and body image: A conditional autoregressive latent trajectory analysis. *Multivariate Behavioral Research*, 46(2), 157-201. <https://doi.org/10.1080/00273171.2010.546731> [Link]
- Mostafa, V., Mirzapour, H., Falahzade, H., & Hamidi, O. (2021). The Mediating Role of Self-Differentiation in the Relationship between Emotional Abuse and Co-Dependency in married female students. *Journal of Woman and Family Studies*, 9(1). (Text in Persian). <https://doi.org/10.22051/JWFS.2021.31455.2427> [Link]
- Murray, K. M., Byrne, D. G., & Rieger, E. (2011). Investigating adolescent stress and body image. *Journal of adolescence*, 34(2), 269-278. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2010.05.004> [Link]
- Paquette, M. C., & Raine, K. (2004). Sociocultural context of women's body image. *Social science & medicine*, 59(5), 1047-1058. <https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2003.12.016> [Link]
- Ramadhanty, R. P., & Hamid, A. Y. S. (2021). Body image perception is related to self-esteem of the adolescents with acne vulgaris. *Enfermería Clínica*, 31, S326-S329. <https://doi.org/10.1016/j.enfcli.2020.09.021> [Link]
- Robinson, K. J., & Cameron, J. J. (2012). Self-esteem is a shared relationship resource: Additive effects of dating partners' self-esteem levels predict relationship quality. *Journal of Research in Personality*, 46(2), 227-230. <https://doi.org/10.1016/j.jrp.2011.12.002> [Link]
- Rodríguez-González, M., Skowron, E. A., Cagigal de Gregorio, V., & Muñoz San Roque, I. (2016). Differentiation of Self, Mate Selection, and Marital Adjustment: Validity of Postulates of Bowen Theory in a Spanish Sample. *The American Journal of Family Therapy*, 44(1), 11-23. <https://doi.org/10.1080/01926187.2015.1099415> [Link]
- Rosenberg, M. (1965). Rosenberg self-esteem scale (RSE). *Acceptance and commitment therapy. Measures package*, 61, 52. [Link]
- Salsali, M., & Silverstone, P. H. (2003). Low self-esteem and psychiatric patients: Part II—The relationship between self-esteem and demographic factors and psychosocial stressors in psychiatric patients. *Annals of General Hospital Psychiatry*, 2(1), 3. <https://doi.org/10.1186/1475-2832-2-3> [Link]
- Sarroca, N., Valero, J., Deus, J., Casanova, J., Luesma, M. J., & Lahoz, M. (2021). Quality of life, body image and self-esteem in patients with unilateral transtibial amputations. *Scientific Reports*, 11(1), 1-8. <https://doi.org/10.1038/s41598-021-91954-1> [Link]

- Skowron, E. A., & Friedlander, M. L. (1998). The Differentiation of Self-Inventory: Development and initial validation. *Journal of counseling psychology, 45*(3), 235. <https://doi.org/10.1037/0022-0167.45.3.235> [Link]
- Skowron, E. A., & Schmitt, T. A. (2003). Assessing interpersonal fusion: Reliability and validity of a new DSI fusion with others subscale. *Journal of Marital and Family Therapy, 29*(2), 209-222. <https://doi.org/10.1111/j.1752-0606.2003.tb01201.x> [Link]
- Sohrabi, R., Asadi, M., Habibollahzade, H., & PanaAli, A. (2013). Relationship between self-differentiation in bowen's family therapy and psychological health. *Procedia-Social and Behavioral Sciences, 84*, 1773-1775. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2013.07.030> [Link]
- Srivastava, R., & Joshi, S. (2014). Relationship between self-concept and self-esteem in adolescents. *International Journal of Advanced Research, 2*(2), 36-43. <https://doi.org/10.4236/psych.2015.615200> [Link]
- Taghizadeh, M. E., & Kalhori, E. (2015). Relation between self-esteem with marital satisfaction of employed women in payam-e-Noor university. *Mediterranean Journal of Social Sciences, 6*(6 S6), 41-41. <https://doi.org/10.4236/psych.2015.61520010.5901/mjss.2015.v6n6s6p41> [Link]
- Veldhuis, J., Alleva, J. M., Bij de Vaate, A. J., Keijer, M., & Konijn, E. A. (2018). Me, my selfie, and I: The relations between selfie behaviors, body image, self-objectification, and self-esteem in young women. *Psychology of Popular Media Culture. https://doi.org/10.1037/ppm0000206* [Link]
- Wallerstein, J. (2019). *The good marriage: How and why love lasts*. Plunkett Lake Press. [Link]
- Yamamiya, Y., Cash, T. F., & Thompson, J. K. (2006). Sexual experiences among college women: The differential effects of general versus contextual body images on sexuality. *Sex Roles, 55*(5-6), 421-427. <https://doi.org/10.1007/s11199-006-9096-x> [Link]
- Younesi, F. (2006). *Standardization and determination of psychometric properties of self-differentiation test among people aged 25-30 years*. Master Thesis in Counseling. Allameh Tabatabai University, Tehran. (Text in Persian). [Link]
- Zamani, S., Ahadi, H., & Askari, P. (2014). The Relationship between Emotional Divorce with Body Image and Perfectionism. *Journal of Psychological Studies, 10* (4); 119-136. (Text in Persian). [Link]
- Zeigler-Hill, V., Fulton, J. J., & McLemore, C. (2011). The role of unstable self-esteem in the appraisal of romantic relationships. *Personality and Individual Differences, 51*(1), 51-56. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2011.03.009> [Link]

