

خوش‌بینی و عزت‌نفس در نوجوانان دختر: نقش سبک‌های هویت

فرهاد تنهای رشوانلو^{1*}، راضیه کرامتی² و ابوطالب سعادت‌ی شامیر³

دریافت مقاله: 90/11/28؛ دریافت نسخه نهایی: 91/5/21؛ پذیرش مقاله: 91/6/21

چکیده

هدف: این پژوهش با هدف تعیین روند تحول سبک‌های هویت در دختران 12 تا 18 ساله و رابطه آن با خوش‌بینی و عزت‌نفس انجام شد. روش: روش این پژوهش پس‌رویدادی بود و 138 نفر از مجموع 9438 نفر دانش‌آموز دختر پایه‌های اول راهنمایی تا چهارم متوسطه شهر بجنورد با روش نمونه‌برداری تصادفی چندمرحله‌ای انتخاب شدند و پرسشنامه‌های سبک‌های هویت برزونسکی (1992)، عزت‌نفس روزنبرگ (1967) و جهت‌گیری زندگی شی‌یر و همکاران (1994) را تکمیل کردند. داده‌ها با روش‌های آمار توصیفی و تحلیل واریانس یک‌راهه و دوراهه تحلیل شد. یافته‌ها: نتایج نشان داد میانگین خوش‌بینی و عزت‌نفس دختران دارای سبک هویت اطلاعاتی در سنین مختلف، بیشتر از سایرین است. میزان خوش‌بینی دختران در سنین مختلف با یکدیگر تفاوت نداشت اما براساس سبک هویتی، در میزان خوش‌بینی آن‌ها تفاوت مشاهده شد. تفاوت نمره عزت‌نفس دختران بر حسب سن، سبک هویتی و اثر تعاملی آن نیز معنادار بود. نتیجه‌گیری: نمره خوش‌بینی و عزت‌نفس دختران دارای سبک هویت اطلاعاتی، با افزایش سن، پس از یک روند نزولی در سنین پایانی راهنمایی، مجدداً روند صعودی به‌خود می‌گیرد. اما در دختران دارای سبک هویت هنجاری و سردرگم/اجتنابی، نمره خوش‌بینی و عزت‌نفس در سنین پایانی دبیرستان دچار افول می‌شود. بر این اساس اتخاذ تدابیر مشاوره‌ای ویژه این دختران در سنین پایانی راهنمایی و دبیرستان لازم و ضروری به‌نظر می‌رسد.

کلیدواژه‌ها: خوش‌بینی، سبک‌های هویت، عزت‌نفس، نوجوانان دختر

Email: tanha@alumni.ut.ac.ir

*1. نویسنده مسئول، کارشناس ارشد روان‌شناسی تربیتی

2. کارشناس ارشد مشاوره و راهنمایی

3. استادیار دانشگاه بجنورد

مقدمه

در فرایند پختگی هویت در نوجوانی، توجه به نظام ارزش‌ها، آرمان‌ها و شناسایی رجحان‌های زندگی اهمیت وافر می‌یابد (سراموا، بیانچی، لاستیکووا و هامرانووا، 2008). سبک هویت روشی است که فرد برای تصدیق و آزمایش اطلاعات مربوط به هویت به کار می‌برد (کرپلمان، پیتمن و آدلربیدر، 2008). برزونسکی، با رویکردی شناختی-اجتماعی به هویت، تفاوت فرایندهایی را که افراد در وضعیت‌های مختلف برای تصمیم‌گیری، حل مسئله و کشف اطلاعات از آن‌ها استفاده می‌کنند را مطالعه و سه سبک هویت اطلاعاتی¹، هنجاری² و سردرگم/اجتنابی³ را دسته‌بندی کرده است. به‌دین ترتیب که نوجوانان دارای سبک هویت اطلاعاتی، درگیر فرایند خودکاو‌شگری فعالند و به جستجو، پردازش و ارزیابی اطلاعات مربوط به خود می‌پردازند. نوجوانان دارای سبک هویت هنجاری همواره با تجارب و انتظارات افراد مهم زندگی‌شان هم‌نوایی و به‌شیوه جزئی و هنجاری عمل می‌کنند و تمایلی قوی به درون‌سازی ارزش‌های گروه مرجع دارند. درنهایت نوجوانان دارای سبک هویت سردرگم/اجتنابی تا جای ممکن از مواجهه با مسائل مربوط به هویت دوری، و رفتارشان را براساس عوامل موقعیتی و لحظه‌ای تنظیم و بیشتر از راهبردهای اسنادی و شناختی ضعیف استفاده می‌کنند (برزونسکی، 1990؛ برزونسکی و نی‌میر، 1994؛ برزونسکی و فراری، 1996).

پژوهش‌ها نشان می‌دهد که هویت اطلاعاتی با مقابله اثربخش با استرس رابطه مثبت (ولیوراس، 2005) و با افسردگی (عبدی‌زرین، آقاییوسفی، قائدامینی، محمدی و کهالی، 1388)، افکار خودکشی (محمدی، ایزدپناه، فاضلی مهرآبادی، پناغی و قدیری، 1390) و اثرات ناتوان‌کننده اضطراب (ولیوراس، 2005) رابطه منفی دارد. ازسوی دیگر سبک هویت سردرگم/اجتنابی با افسردگی (عبدی‌زرین و همکاران، 1388) رابطه مثبت و با روابط مطلوب با همسالان و پیشرفت تحصیلی (ولیوراس، 2005) رابطه منفی دارد.

پژوهش‌های اخیر با مطالعه نقش سبک‌های هویت در بهزیستی روان‌شناختی (لای، 2005) و سلامت روان (ولیوراس، 2005) نشان داده‌اند که هویت اطلاعاتی با بهزیستی روان‌شناختی (لای، 2005؛ ولیوراس، 2005؛ بیومونت، 2009؛ شگری، شهرآرای، دانش‌پور و دستجردی، 1386؛ عبدی‌زرین، سجادیان، شهیداد، بیان‌معمار و عظیمی، 1389) رابطه مثبت دارد و رابطه سبک هویت سردرگم/اجتنابی با ابعاد بهزیستی (لای، 2005؛ بیومونت، 2009؛ شگری و همکاران، 1386) منفی است.

1. informative identity style
2. normative identity style
3. diffuse/ avoidant identity style

یکی از سازه‌های شخصیتی مرتبط با سلامت و بهزیستی روانی، خوش‌بینی است (کجباف، عریضی و خدابخشی، 1385). شی‌پر، کارور و بریجز (1994) خوش‌بینی و بدبینی را به‌عنوان انتظار نتایج فراگیر مثبت و منفی تعریف می‌کنند و براین باورند که جهت‌گیری خوش‌بینانه به آینده، باعث می‌شود فرد موقعیت‌های استرس‌زا با دیدی مثبت ارزیابی کند و محاسبه خوبی از توانایی‌هایش برای حل مشکلات داشته باشد. خوش‌بینی با رضایت از زندگی (اکستریمر، دوراس و ری، 2007) رابطه مثبت و با نقصان در سلامت روان رابطه منفی دارد (حیدری، احتشام‌زاده و حلاجانی، 1388).

عزت‌نفس، متغیر شخصیتی دیگری است که با خوش‌بینی و هویت در ارتباط است (شی‌پر و همکاران، 1994). پژوهش‌ها نشان داده‌اند سبک هویت با عزت‌نفس ارتباط دارد (پاسمور، فوگارتی، بورک و بیکر اوانز، 2000؛ ولیوراس، 2005، کروسیتی، روبینی، برزونسکی و می‌یوس، 2009؛ نجارپوراستادی، 1387) و در سبک‌های هویت، میزان عزت‌نفس و خوش‌بینی دختران و پسران تفاوت وجود دارد (برزونسکی، 1993؛ بوید، 2001؛ لای، 2005؛ سراموا و همکاران، 2008؛ سلن و کاسدیل، 2009؛ حجازی و فرتاش، 1385؛ دانشورپور، غنایی، شگری و زین‌آبادی، 1386). برزونسکی بر این باور است که میزان هویت سردرگم در میان زنان و مردان تفاوت دارد و مردان بیشتر به سبک سردرگم/اجتنابی تمایل دارند. پژوهش‌های بعدی نیز این یافته را تأیید کردند (بوید، 2001؛ لای، 2005). علاوه‌براین زنان در سبک هویت اطلاعاتی نمره‌های بالاتری به‌دست می‌آورند (بوید، 2001؛ لای، 2005؛ سلن و کاسدیل، 2009؛ حجازی و فرتاش، 1385؛ آقاجانی، فرزاد و شهرآرای، 1387).

نتایج پژوهش‌ها در مورد هویت هنجاری تناقض دارد. به‌دین ترتیب که برخی از پژوهش‌ها نشان‌دهنده برتری دختران (آقاجانی و همکاران، 1387؛ محمدی و همکاران، 1390)، برخی گویای برتری پسران (دانشورپور و همکاران، 1386) و درنهایت برخی نیز نشان‌دهنده عدم تفاوت بین دو جنس (لای، 2005) در این سبک هویتی هستند. بررسی تفاوت‌های جنسی در خوش‌بینی و عزت‌نفس نیز نشان می‌دهد که دختران در خوش‌بینی (اسکایر و همکاران، 1994؛ کاپراره، فاگناتی، الساندری، استکا، جیگان‌تسکو و همکاران، 2009) و عزت‌نفس (سونز، ونس‌تین کیست، لنز، بیز و رایان، 2007؛ هادینگ، براون و کارور، 2007) نمره‌های کمتری نسبت به پسران کسب می‌کنند.

در برخی از پژوهش‌ها نیز تفاوت جنسی معناداری در خوش‌بینی (کجباف و همکاران، 1385) و عزت‌نفس (تنه‌های‌رشوانلو و حجازی، 1390) گزارش است. علاوه‌بر جنس، سبک‌های هویت از سن افراد نیز تأثیر می‌پذیرد (بوید، 2001؛ سراموا و همکاران، 2008؛ والکر اونیل، لوسیر کریر، رایت، کرپلمان، پیتمن و آدلر بیدر، 2010). طبق دیدگاه برزونسکی، در بزرگسالی افراد

مستعد داشتن هر سه نوع سبک هویت هستند و در خلال نوجوانی نیز به تناوب درجه‌هایی از هریک از سه نوع سبک را تجربه می‌کنند (کرپلمان و همکاران، 2008).

با توجه به پیشینه پژوهشی، هدف پژوهش حاضر بررسی روند تحولی سبک‌های هویت دختران از آغاز نوجوانی تا سال‌های پایانی آن و نیز تعیین رابطه سبک‌های هویت با متغیرهای خوش‌بینی و عزت‌نفس بود. نتایج چنین پژوهشی علاوه بر افزایش در دانش موجود در این زمینه، می‌تواند راهنمای افرادی باشد که به هر نحوی با این قشر از جامعه سروکار دارند. با توجه به نقش فرایند انتخاب سبک هویت، در میزان برخورداری از عزت‌نفس و خوش‌بینی و تأثیرات این انتخاب بر بسیاری از متغیرهای روان‌شناختی نوجوانان، تعیین میزان خوش‌بینی و عزت‌نفس دختران دارای سبک‌های هویتی در سنین مختلف، ضروری به نظر می‌رسد. از این رو پژوهش حاضر انجام شد تا فرضیه‌های زیر را بیازماید.

1. سبک‌های هویت دختران در سنین مختلف، تفاوت دارد.
2. میزان خوش‌بینی در دختران دارای سبک‌های هویت اطلاعاتی، هنجاری و سردرگم/اجتنابی در سنین مختلف تفاوت دارد.
3. میزان عزت‌نفس در دختران دارای سبک‌های هویت اطلاعاتی، هنجاری و سردرگم/اجتنابی در سنین مختلف تفاوت دارد.

روش

روش پژوهش حاضر پس‌رویدادی و جامعه آماری آن دانش‌آموزان دختر 12 تا 18 ساله شهر بجنورد (9438 نفر) در سال تحصیلی 90-91 در پایه‌های اول راهنمایی تا چهارم متوسطه مدارس عادی دولتی بود. نمونه‌برداری با روش خوشه‌ای چندمرحله‌ای صورت گرفت. به‌دین ترتیب که ابتدا از میان 16 آموزشگاه راهنمایی و 10 آموزشگاه متوسطه عادی دولتی که دارای پایه‌های مورد نظر بودند، 3 آموزشگاه راهنمایی و 4 آموزشگاه متوسطه انتخاب شد. سپس از هر آموزشگاه یک پایه تحصیلی به‌طور تصادفی ساده انتخاب و دانش‌آموزان این پایه‌ها که دارای شرط سنی حداقل یازده سال و شش ماه تا هجده سال و شش ماه بودند، در گروه نمونه جای گرفتند.

به‌دین ترتیب 7 کلاس (هر پایه یک کلاس) و 143 نفر در گروه نمونه قرار گرفتند. در نهایت پس از حذف پرسشنامه‌های ناقص، پرسشنامه 138 نفر از شرکت‌کنندگان مورد تحلیل قرار گرفت.

ابزار پژوهش

1. پرسشنامه سبک‌های هویت. این پرسشنامه توسط برزونسکی (1992) ساخته شده و با 40 عبارت، سه سبک هویت اطلاعاتی با 11 عبارت (2، 5، 6، 16، 18، 25، 26، 30، 33، 35 و 37)، هویت هنجاری با 9 عبارت (4، 10، 19، 21، 23، 28، 32، 34 و 40) و هویت سردرگم/اجتنابی با 10 عبارت (3، 8، 13، 17، 24، 27، 29، 31، 36 و 38) را می‌سنجد. 10 عبارت دیگر به تعهد هویت اختصاص دارد و از آن برای تحلیل ثانویه استفاده می‌شود و جزو سبک هویت محسوب نمی‌شود. از این‌رودر این پژوهش از آن استفاده نشد. این پرسشنامه برای افراد سنین نوجوانی و بالاتر مورد استفاده قرار گرفته است (کروسیتی و همکاران، 2009). پاسخ آزمودنی‌ها در طیف 5 درجه‌ای از کاملاً مخالف (1) تا کاملاً موافق (5) مرتب می‌شود.

ضرایب پایایی¹ این پرسشنامه با استفاده از آلفای کرونباخ در مطالعه برزونسکی و نی‌میر (1994) از 0/61 تا 0/78 گزارش شده است. در نمونه ایرانی، خدایی، شگری، کروسیتی و گراوند (1388) ضرایب آلفای کرونباخ 0/53 تا 0/71 را برای سبک‌های هویتی گزارش و روایی² پرسشنامه را از طریق تحلیل‌عاملی تأییدی و اکتشافی تأیید کردند. در پژوهش حاضر ضرایب آلفای کرونباخ برای هویت اطلاعاتی برابر با 0/62، هویت هنجاری 0/74 و برای هویت سردرگم/اجتنابی 0/66 و برای کل پرسشنامه برابر با 0/71 به‌دست آمد.

2. نسخه تجدیدنظر شده آزمون جهت‌گیری زندگی³. این آزمون توسط شی‌یر و همکاران در سال 1994 و برای افراد سنین نوجوانی و بالاتر تدوین شد و میزان خوش‌بینی سرشتی افراد را با 10 عبارت و در طیف 5 درجه‌ای از کاملاً موافقم (5) تا کاملاً مخالفم (1) می‌سنجد. عبارت‌های 2، 5، 6 و 8 در این پرسشنامه انحرافی است و نمره‌ای به آن تعلق نمی‌گیرد. از 6 عبارت باقی‌مانده، سه عبارت 3، 7 و 9 به‌صورت معکوس نمره‌گذاری می‌شود. در نهایت در این پرسشنامه پاسخگویان، نمره‌ای مابین صفر تا 24 کسب می‌کنند.

شی‌یر و همکاران (1994) روایی این پرسشنامه را از طریق تحلیل‌عاملی اکتشافی و تأییدی، تأیید کردند و پایایی پرسشنامه را نیز با محاسبه آلفای کرونباخ 0/78 و از طریق بازآزمایی بعد از چهار ماه 0/68، بعد از یک‌سال 0/60، بعد از دو سال 0/56 و پس از چهار سال 0/68 به‌دست آوردند. پایایی این پرسشنامه در مطالعه کجیاف و همکاران (1385) معادل با 0/74 به‌دست آمد و روایی همزمان آن از طریق همبستگی منفی با افسردگی (-0/65) و همبستگی مثبت با خود

1. reliability

2. validity

3. revised life orientation test (LOT-R)

تسلط‌یابی (0/73) تأیید شد. در پژوهش حاضر پایایی پرسشنامه از طریق محاسبه آلفای کرونباخ برابر با 0/61 به دست آمد.

3. مقیاس عزت‌نفس روزنبرگ¹. این مقیاس توسط روزنبرگ (1965) و در ابتدا برای نوجوانان ساخته شده و شامل 10 ماده است که در طیف چهاردرجه‌ای از کاملاً موافقم (4) تا کاملاً مخالفم (1) تنظیم شده است. گرینبرگر، چن، دمیتریو و فراگیا (2003) همسانی درونی این مقیاس را برابر با 0/84 و ضرایب بازآزمایی آن را در فاصله زمانی 2 هفته، 5 ماه و یک سال به ترتیب 0/84، 0/67 و 0/62 گزارش کرده‌اند. رجبی و بهلول (1386) نیز در بررسی ویژگی‌های روان‌سنجی این مقیاس، ضریب پایایی 0/84 را برای آن گزارش و روایی سازه پرسشنامه را از طریق تحلیل‌عاملی اکتشافی، تأیید کردند. در پژوهش حاضر پایایی مقیاس با محاسبه آلفای کرونباخ برابر با 0/75 به دست آمد.

شیوه اجرا. پرسشنامه‌ها به صورت گروهی و در یک جلسه اجرا شد. جهت کنترل اثرات تقدم و تأخر، نیمی از شرکت‌کنندگان ابتدا به پرسشنامه سبک‌های هویت و نیمی نیز به پرسشنامه خوش‌بینی پاسخ دادند. پرسشنامه عزت‌نفس در هر دو گروه در حد فاصل دو پرسشنامه دیگر به اجرا درآمد. طبقه‌بندی داده‌ها با شاخص‌های توصیفی و پاسخگویی به فرضیه‌های پژوهشی با آزمون‌های تحلیل‌واریانس یک‌راهه و دوره‌ه و آزمون تعقیبی توکی صورت گرفت.

یافته‌ها

دامنه سنی شرکت‌کنندگان 11/07 تا 18/06 و میانگین سنی آن‌ها 14/11 با انحراف‌استاندارد 1/95 بود. 18 درصد شرکت‌کنندگان حداقل یک بار سابقه تکرار درس داشتند، معدل سال قبل در کل نمونه 16/65 بود و نهایتاً 90 درصد پدران و 95 درصد از مادران شرکت‌کنندگان در سطح دیپلم و زیردیپلم قرار داشتند. دانش‌آموزان گروه نمونه در هفت گروه سنی از 11/5 تا 18/5 طبقه‌بندی شدند که برای رعایت اختصار با نقطه میانی طبقه‌ها شامل، 12، 13، 14، 15، 16، 17 و 18 سال نشان داده می‌شود.

1. Rosenberg self- esteem scale (RSES)

جدول 1. شاخص‌های توصیفی سبک‌های هویت در دختران 12 تا 18 سال

سبک‌های هویت	شاخص‌ها/سن	12	13	14	15	16	17	18	کل
هویت اطلاعاتی	میانگین	3/82	3/82	3/56	3/59	3/27	3/69	3/57	3/62
	انحراف معیار	0/69	0/53	0/45	0/58	0/59	0/55	0/44	0/57
هویت هنجاری	میانگین	4/02	3/78	3/69	3/54	3/47	3/83	3/54	3/70
	انحراف معیار	0/53	0/43	0/52	0/48	0/66	0/44	0/54	0/54
هویت سردرگم/اجتنابی	میانگین	3/00	2/71	2/90	3/14	3/19	2/93	2/99	2/98
	انحراف معیار	0/66	0/41	0/74	0/69	0/67	0/53	0/59	0/63

جدول 1 گویای آن است که بیشترین و کمترین میانگین به ترتیب به هویت هنجاری (3/70) و هویت سردرگم/اجتنابی (2/98) اختصاص دارد.

جدول 2. نتایج تحلیل واریانس یک‌راهه تفاوت سبک‌های هویت در دختران

متغیر	منبع تغییرات	مجموع مجذورات	درجات آزادی	میانگین مجذورات	F
هویت اطلاعاتی	بین گروهی	4/27	6	0/71	2/33 *
	درون گروهی	40/61	133	0/31	
	کل	44/87	139		
هویت هنجاری	بین گروهی	4/56	6	0/76	2/81 *
	درون گروهی	36/00	133	0/27	
	کل	40/56	139		
هویت سردرگم/اجتنابی	بین گروهی	3/15	6	0/52	1/35
	درون گروهی	51/55	133	0/39	
	کل	54/70	139		

* $P < 0/05$

جدول 2 نشان می‌دهد که تفاوت در هویت اطلاعاتی و هنجاری میان دختران سنین مختلف، معنادار و در هویت سردرگم/اجتنابی غیرمعنادار است. بررسی تفاوت گروه‌های مختلف با آزمون تعقیبی توکی نیز نشان داد که در هویت اطلاعاتی تنها تفاوت دو گروه دختران 12 و 13 ساله با دختران 16 ساله معنادار و نمره‌های این سبک در سن 16 سالگی کمتر است و هویت هنجاری نیز در 16 سالگی به حداقل خود می‌رسد.

جدول 3. شاخص‌های توصیفی نمره خوش‌بینی و عزت‌نفس دختران بر حسب سن و سبک هویت

عزت‌نفس		خوش‌بینی		عزت‌نفس		خوش‌بینی	
میانگین	معیار	میانگین	معیار	میانگین	معیار	میانگین	معیار
سن	سبک هویت	سن	سبک هویت	سن	سبک هویت	سن	سبک هویت
12	اطلاعاتی	16	اطلاعاتی	16	اطلاعاتی	12	اطلاعاتی
	هنجاری		هنجاری		هنجاری		هنجاری
	سردرگم		سردرگم		سردرگم		سردرگم
	کل		کل		کل		کل
13	اطلاعاتی	17	اطلاعاتی	17	اطلاعاتی	13	اطلاعاتی
	هنجاری		هنجاری		هنجاری		هنجاری
	سردرگم		سردرگم		سردرگم		سردرگم
	کل		کل		کل		کل
14	اطلاعاتی	18	اطلاعاتی	18	اطلاعاتی	14	اطلاعاتی
	هنجاری		هنجاری		هنجاری		هنجاری
	سردرگم		سردرگم		سردرگم		سردرگم
	کل		کل		کل		کل
15	اطلاعاتی	کل	اطلاعاتی	کل	اطلاعاتی	15	اطلاعاتی
	هنجاری		هنجاری		هنجاری		هنجاری
	سردرگم		سردرگم		سردرگم		سردرگم
	کل		کل		کل		کل

جدول 3 نشان می‌دهد که بیشترین و کمترین میزان خوش‌بینی و عزت‌نفس را به ترتیب دختران دارای هویت اطلاعاتی و هویت سردرگم/اجتنابی کسب کرده‌اند.

جدول 4. نتایج تحلیل واریانس دوره‌های نمره‌های خوش‌بینی براساس سن و سبک هویت دختران

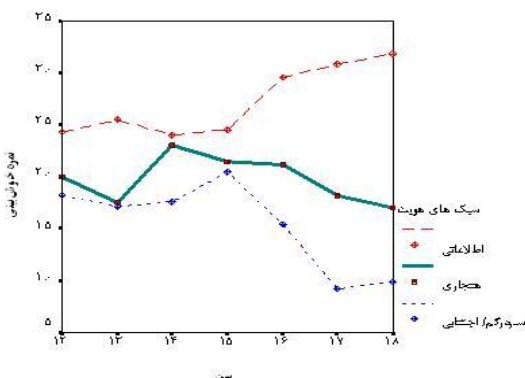
منبع تغییرات	مجموع مجذورات	درجات آزادی	میانگین مجذورات	F	مجذوراتی سهمی	توان آزمون
سن	1/23	6	0/20	1/14	0/05	0/44
سبک هویت	24/95	2	12/47	69/62 **	0/54	1
سن × سبک هویت	10/35	12	0/86	4/81 **	0/33	1

** P < 0/01

جدول 4 نشان می‌دهد تفاوت خوش‌بینی دختران در سنین مختلف معنادار نیست. اما براساس سبک هویتی، تفاوت معناداری در خوش‌بینی مشاهده می‌شود. اثر تعاملی سن و سبک هویت نیز به‌طور معناداری با خوش‌بینی آن‌ها مرتبط است. آزمون تعقیبی توکی برای مقایسه گروه‌ها نشان

خوش‌بینی و عزت‌نفس در نوجوانان دختر: نقش سبک‌های هویت

داد، دختران دارای هویت اطلاعاتی بیشترین خوش‌بینی را دارند و تفاوت‌های گروهی میان 3 سبک هویتی معنادار است.



شکل 1. ارتباط تعاملی سن و سبک هویت با خوش‌بینی دختران 12 تا 18 سال

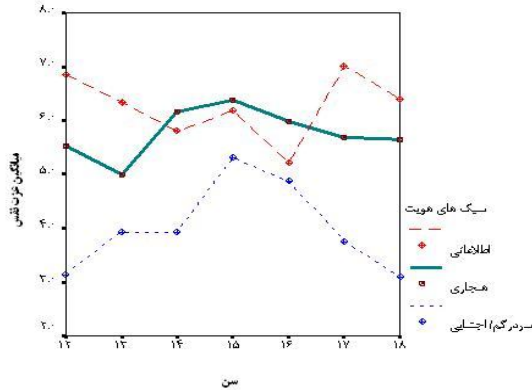
شکل 1 گویای آن است که نمره خوش‌بینی دختران دارای سبک هویت اطلاعاتی، با افزایش سن، روند صعودی پیدا می‌کند و کمترین میزان آن در 14 سالگی است. دختران با سبک هویت هنجاری نیز، در 14 سالگی به بالاترین حد خوش‌بینی می‌رسند، ولی با افزایش سن، خوش‌بینی روندی نزولی پیدا می‌کند. در دختران با هویت سردرگم/اجتنابی نیز پس از افزایشی در خوش‌بینی در سن 15 سالگی، این نمره روند نزولی پیدا می‌کند.

جدول 5. نتایج تحلیل واریانس دوره‌های عزت‌نفس براساس سن و سبک هویت دختران

توان آزمون	مجدوراتای سهمی	F	میانگین مجدورات	درجات آزادی	مجموع مجدورات	منبع تغییرات
0/87	0/12	2/78 **	1/61	6	9/66	سن
1	0/52	63/97 **	37	2	74	سبک هویت
1	0/32	4/67 **	2/70	12	32/43	سن × سبک هویت

** P < 0/01

نتایج جدول 5 نشان می‌دهد تفاوت عزت‌نفس برحسب سن، سبک هویتی و اثر تعاملی آن‌ها معنادار است. آزمون تعقیبی توکی نیز نشان داد که دختران دارای هویت اطلاعاتی بیشترین میزان عزت‌نفس را دارند و تفاوت‌های گروهی میان سبک‌های هویتی معنادار است.



شکل 2. ارتباط تعاملی سن و سبک هویت با عزت‌نفس در دختران 12 تا 18 سال

شکل 2 نشان می‌دهد نمره عزت‌نفس دختران دارای هویت اطلاعاتی در 12 سالگی در بالاترین سطح خود و در 15 سالگی به کمترین حد خود می‌رسد و پس از آن روند صعودی پیدا می‌کند. در هویت هنجاری نیز نمره عزت‌نفس پس از افول در 13 سالگی، سیر صعودی به خود می‌گیرد، اما در سنین پایانی دبیرستان مجدداً کاهش می‌یابد. نمره عزت‌نفس دختران دارای هویت سردرگم/اجتنابی نشان می‌دهد که عزت‌نفس تا 15 سالگی سیر صعودی دارد اما پس از آن کاهش می‌یابد.

بحث و نتیجه‌گیری

نتایج پژوهش حاضر نشان داد هویت اطلاعاتی و هنجاری در سنین مختلف با یکدیگر تفاوت دارند اما تفاوت در هویت سردرگم/اجتنابی بر حسب سن معنادار نیست. مقایسه سنین مختلف نیز گویای آن بود که در سن 16 سالگی، هویت اطلاعاتی و هنجاری در پایین‌ترین سطح خود قرار دارند حال آن‌که در این سن نمره هویت سردرگم/اجتنابی به بالاترین حد خود می‌رسد. این یافته‌ها با دیدگاه کلی موجود در نظریه برزونسکی مبنی بر تجربه متناوب سبک‌های هویت در سنین نوجوانی (نقل از کرپلمان و همکاران، 2008) هم‌خوانی دارد. علاوه بر آن نتایج پژوهش حاضر گویای آن بود که گرچه هر سه سبک هویت اطلاعاتی، هنجاری و سردرگم/اجتنابی در سنین پایانی نوجوانی نسبت به سال‌های نخستین آن کاهش می‌یابد اما در این سنین، هویت اطلاعاتی و هنجاری نسبت به هویت سردرگم/اجتنابی در سطح بالاتری قرار دارد. این یافته با نتایج پژوهش والکر اونیل و همکاران (2010) هم‌سویی دارد. آن‌ها بر این باورند که با افزایش سن، کاهشی در هویت سردرگم و افزایشی در هویت اطلاعاتی مشاهده می‌شود. می‌توان این تبیین را در خصوص این یافته‌ها ارائه نمود که نوجوانان دارای سبک هویت اطلاعاتی به دلیل آن‌که

خوش‌بینی و عزت‌نفس در نوجوانان دختر: نقش سبک‌های هویت

مرحله اکتشاف هویت را در سنین مختلف طی کرده و دستیابی آن‌ها به تعهد دیرتر صورت می‌گیرد، در سنین ابتدایی نوجوانی و اواخر آن نمره‌های متفاوتی کسب می‌کنند و با افزایش سن، نمره‌های این سبک در آن‌ها سیر صعودی دارد. نوجوانان دارای هویت هنجاری نیز به دلیل این‌که در سنین پایین الگوهای سطح پایینی انتخاب می‌کنند و با افزایش سن الگوهایشان را تغییر می‌دهند. از این‌رو نمره‌های آن‌ها در اوایل نوجوانی با سال‌های بعدی متفاوت است. اما نوجوانان دارای هویت سردرگم/اجتنابی چون از مواجهه با مسائل فردی، تعارض‌ها و تصمیم‌ها اجتناب می‌کنند، با افزایش سن تغییرات چندانی در هویت آن‌ها ایجاد نشده و از سوی دیگر جذب الگوهای فکری منطبق با سبک موجود، تمایل آن‌ها را به درگیری در مسائل مربوط به خود کاهش می‌دهد و باعث تحکیم سردرگمی آن‌ها می‌شود. این نوجوانان حتی در سنین بالاتر نیز به مرحله تعهد در مورد باورهایشان نمی‌رسند. لذا نسبت به هردو سبک دیگر در وضعیت پایین‌تری قرار دارند. نتایج پژوهش حاضر همچنین گویای آن بود که میان خوش‌بینی دختران با سبک‌های هویتی مختلف، تفاوت وجود دارد و اثر تعاملی سن و سبک هویتی نیز به‌طور معناداری با خوش‌بینی مرتبط است. اما سن در خوش‌بینی تفاوت معناداری ایجاد نمی‌کند. به این معنا که افزایش سن افراد را نمی‌توان مبنایی برای خوش‌بینی یا بدبینی در آن‌ها دانست، بلکه تغییراتی که در سبک پردازش اطلاعات مربوط به خود، به واسطه افزایش سن و دامنه تجربه‌ها در افراد ایجاد می‌شود، نوع نگرش آن‌ها را نسبت به آینده شکل می‌دهد. در ادبیات پژوهشی، یافته‌ای مبنی بر رابطه سبک‌های هویت با خوش‌بینی به دست نیامد. اما مفهومی که به خوش‌بینی نزدیک بود و رابطه معناداری را با سبک‌های هویت نشان می‌داد، بهزیستی روان‌شناختی بود. پژوهش‌های لای (2005)؛ ولیوراس (2005)؛ شکری و همکاران (1386) و عبدی‌زرین و همکاران (1389) نشان داده است که هویت اطلاعاتی بالاتر با تسلط بر محیط، روابط مثبت با دیگران، هدفمندی در زندگی، رشد شخصی و خودمختاری رابطه مثبت دارد و رابطه سبک هویت سردرگم/اجتنابی با این ابعاد منفی است. نتایج پژوهش حاضر نشان داد که توأم با افزایش سن و تغییر در سبک هویتی، دخترانی که سبک هویت اطلاعاتی را تجربه می‌کنند، خوش‌بینی بیشتری را نیز دارا هستند. دختران دارای هویت هنجاری نیز با سطحی کمتر از دسته اول، چنین روندی را طی می‌کنند. اما در دختران دارای هویت سردرگم/اجتنابی، خوش‌بینی در سطح پایینی قرار دارد. به نظر می‌رسد دخترانی که به جستجو، پردازش و ارزیابی اطلاعات مربوط به خود می‌پردازند، کمتر به دنبال تأیید و تصدیق دیگران هستند و در برخورد با موقعیت‌های مبهم و افراد جدید از پذیرش بالایی برخوردارند، دید مثبت‌تری نسبت به آینده دارند و نتایج مثبتی را برای فعالیت‌های خود متصور می‌شوند. در مقابل دخترانی که از مواجهه با مسایل مربوط به هویت دوری می‌کنند، رفتارشان براساس عوامل موقعیتی و لحظه‌ای تنظیم

می‌شود و بیشتر از راهبردهای اسنادی و شناختی ضعیف استفاده می‌کنند، نتایج منفی را برای فعالیت‌های آتی خود متصور می‌شوند. حجازی و فرتاش (1385) بر این باورند که حفظ برتری دختران در سبک هویت اطلاعاتی در سنین نوجوانی را می‌توان ناشی از تحولات اجتماعی اخیر در جهت افزایش تمایل زنان برای دستیابی به حق انتخاب آزاد در تصمیم‌گیری‌های زندگی دانست. علاوه بر آن زنان به واسطه برخورداری از شبکه اجتماعی وسیع‌تر، در هنگام مواجهه با مشکلات می‌توانند به همیاری دیگران دلگرم باشند و دیدگاه مثبت خود را نسبت به آینده حفظ کنند.

سایر نتایج پژوهش نشان داد که دختران دارای هویت اطلاعاتی، بالاترین میزان عزت‌نفس و دختران دارای هویت سردرگم/اجتنابی دارای کمترین نمره عزت‌نفس هستند. علاوه بر آن نمره عزت‌نفس دختران دارای سبک‌های هویتی مختلف با افزایش سن کاهش می‌یابد. این یافته‌ها با نتایج پژوهش‌های پاسمور و همکاران (2000) و کروسیتی و همکاران (2009) هم‌سویی دارد. اسلاوین (2006) نقل از نجاریوراستادی، (1387) بر این باور است که نوجوانان با به‌کارگیری مهارت‌های عقلانی خود به این کشف نائل می‌شوند که بین آنچه فکر و احساس می‌کنند و نحوه‌ای که رفتار می‌کنند، تفاوت وجود دارد. بر این اساس آن‌ها می‌توانند احتمالات مختلفی را که برای تفکر و رفتار وجود دارد، در نظر گرفته و مستعد نارضایتی از خودشان باشند. از سوی دیگر به نظر می‌رسد چون نوجوانان دارای هویت اطلاعاتی، معمولاً موفقیت بیشتری کسب نموده و بازخوردهای اجتماعی مثبتی دریافت می‌کنند، دارای تصور مثبتی از خود بوده و عزت‌نفس بالاتری دارند. اما نوجوانان دارای هویت سردرگم/اجتنابی به واسطه بسته‌بودن نسبت به اطلاعات و تجربیات جدید، فرصتی برای کسب موفقیت و بازخوردهای مثبت از محیط نداشته و عزت‌نفس پایینی دارند.

یافته‌های این پژوهش به‌ویژه می‌تواند یاری‌رسان مشاورانی باشد که در دوره‌های راهنمایی و متوسطه با دختران دانش‌آموز سروکار دارند. نقش مؤثر عزت‌نفس و انتظار نتایج مثبت، در عملکرد اثربخش آن‌ها در زندگی تحصیلی و اجتماعی، اهمیت این امر را دوچندان می‌سازد. بر این اساس مشاوران می‌توانند به نوجوانان در شناخت دلایل ممکن برای داشتن سبک هویتی خاص، یاری برسانند و به آموزش مهارت‌هایی بپردازند که نوجوانان را برای تصمیم‌گیری‌های سازگارانه‌تر آماده کند. علاوه بر آن آگاهی از روند تحول هویت و فراز و فرودهای شناختی که دختران برای هویت‌یابی در سنین مختلف دارند، می‌تواند راهنمای مشاوران در اتخاذ تدابیر منعطف‌تر برای دختران سنین مختلف باشد. حجم کم نمونه و انتخاب آن‌ها از یک بافت فرهنگی و اجتماعی محدود بود، تعمیم نتایج این پژوهش را با محدودیت مواجه می‌سازد. بر این اساس توصیه می‌شود پژوهش‌هایی که نمونه‌های بزرگ‌تری داشته و یا به بررسی توأم دختران و پسران بپردازد،

خوش‌بینی و عزت‌نفس در نوجوانان دختر: نقش سبک‌های هویت

طراحی شوند؛ از این رو تا حصول چنین نتایجی در تعمیم نتایج این پژوهش، باید احتیاط لازم صورت گیرد.

منابع

- آقاجانی حسین‌آبادی، محمدحسن، فرزاد، ولی‌الله، و شهرآرای، مهرناز. (1387). مقایسه سبک‌های هویت دانشجویان دانشگاه‌های دولتی شهر تهران براساس جنسیت، رشته تحصیلی و بومی و غیربومی بودن. *دانش و پژوهش در روان‌شناسی کاربردی*، 10(38): 164-135.
- تنهای رشوانلو، فرهاد، و حجازی، الهه. (1390). درگیری، حمایت از خودمختاری و گرمی پدر و مادر: پیش‌بینی‌کننده‌های عزت‌نفس نوجوانان. *علوم رفتاری*، 5(4): 352-345.
- حجازی، الهه، و فرتاش، سهیلا. (1385). تفاوت‌های جنسی در سبک‌های هویت، تعهد هویت و کیفیت دوستی. *پژوهش زنان*، 4(3): 76-61.
- حیدری، علیرضا، احتشام‌زاده، پروین، و حلاجانی، فاطمه. (1388). رابطه تنظیم هیجانی، فراشناخت و خوش‌بینی با اضطراب امتحان دانشجویان. *یافته‌های نو در روان‌شناسی*، 4(11): 89-74.
- خدایی، علی، شکری، امید، کروسیتی، الیزابتا، و گراوند، فریبرز. (1388). ساختار عاملی و ویژگی‌های روان‌سنجی نسخه فارسی پرسشنامه سبک‌های هویت. *تازه‌های علوم‌شناختی*، 11(1): 48-40.
- دانشورپور، زهره، غنایی، زیبا، شکری، امید، وزین‌آبادی، حسن‌رضا. (1386). پیش‌بینی صمیمیت اجتماعی براساس سبک‌های هویت، تعهد هویت و جنسیت. *فصلنامه روان‌شناسی دانشگاه تبریز*، 2(7): 85-55.
- رجبی، غلامرضا، و بهلول، نسرین. (1386). سنجش پایایی و روایی مقیاس عزت‌نفس روزنبرگ در دانشجویان سال اول دانشگاه شهید چمران. *پژوهش‌های تربیتی و روان‌شناختی*، 3(2): 48-33.
- شکری، امید، شهرآرای، مهرناز، دانشورپور، زهره، و دستجردی، زهرا. (1386). تفاوت‌های فردی در سبک‌های هویت و عملکرد تحصیلی: نقش تعهد هویت و بهزیستی روان‌شناختی. *فصلنامه پژوهش در سلامت روان‌شناختی*، 1(1): 29-16.
- عبدی‌زرین، سهراب، آقاییوسفی، علیرضا، قائدامینی، غلامرضا، محمدی، الهام، و کهالی، عباس. (1388). رابطه سبک‌های هویت، بهداشت روانی دوران بلوغ، افسردگی و موفقیت تحصیلی در دانش‌آموزان پسر دبیرستانی قم. *پژوهشنامه تربیتی*، 6(21): 134-121.
- عبدی‌زرین، سهراب، سجادیان، پریناز، شهیداد، شیما، بیان‌معمار، احمد، و عظیمی، حسین. (1389). رابطه بین سبک هویت و بهزیستی روان‌شناختی در دانش‌آموزان دختر مقطع راهنمایی شهر قم. *طلوع بهداشت*، 9(1): 64-56.
- کجباف، محمدباقر، عریضی، حمیدرضا، و خدابخشی، مهدی. (1385). هنجاریابی، پایایی و روایی مقیاس خوش‌بینی و بررسی رابطه بین خوش‌بینی، خود تسلط‌یابی و افسردگی در شهر اصفهان. *مطالعات روان‌شناختی*، 2(1 و 2): 68-51.

کشاورز، امیر، و وفاییان، محبوبه. (1386). بررسی عوامل تأثیرگذار بر میزان شادکامی. *مجله روان‌شناسی کاربردی*، 2(5): 51-62.

محمدی، سمیه، ایزدپناه، شهرزاد، فاضلی مهرآبادی، علیرضا، پناغی، لیلی، و قدیری، فاطمه. (1390). تأثیر سبک‌های هویتی بر افکار خودکشی در دانشجویان. *علوم رفتاری*، 5(1): 61-67.

نچارپوراستادی، سعید. (1387). رابطه جو عاطفی خانواده، خودپنداره، عزت‌نفس و پایگاه اقتصادی اجتماعی بر شکل‌گیری هویت جوانان. *فصلنامه اندیشه و رفتار*، 3(9): 62-75.

- Beaumont, S. I. (2009). Identity Processing and Personal Wisdom: An Information-Oriented Identity Style Predicts Self-Actualization and Self-Transcendence. *An International Journal of Theory and Research*, 9(2): 95-115.
- Berzonsky, M. (1990). Self-construction over life span: A process perspective on identity formation. *Advances in Personal Construct Psychology*, 1: 155-186.
- Berzonsky, M. D. (1993). Identity style, gender and social-cognitive reasoning. *Journal of Adolescent Research*, 8: 289-296.
- Berzonsky, M. D., & Ferrari, J. R. (1996). Identity orientation and decisional strategies. *Personality and Individual Differences*, 20: 597-606.
- Berzonsky, M. D., & Niemeyer, G. J. (1994). Ego identity status and identity processing Orientation: The moderating role of commitment. *Journal of Research in Personality*, 28: 425-435.
- Boyd, V. S., Hunt, P. F., Kandell, J. J., & Lucas, M. S. (2001). *Relationship between identity processing style and academic success in undergraduate students*. Unpublished project, University of Maryland.
- Caprara, G. V., Fagnani, C., Alessandri, G., Steca, P., Gigantesco, A., Cavalli Sforza, L. L., & Stazi, M. A. (2009). *Human Optimal Functioning: The Genetics of Positive Orientation towards Self, Life, and the Future*. *Behavioral and Genetics*, Published online, 10 April 2009.
- Çelen, H. N., & Kuşdil, M. E. (2009). Parental control mechanisms and their reflection on identity styles of Turkish adolescents. *Paddies*, 19(42): 7-16.
- Crocetti, E., Rubini, M., Berzonsky, M. D., & Meeus, W. (2009). Brief report: The Identity Style Inventory e Validation in Italian adolescents and college students. *Journal of Adolescence*, 32: 425-433.
- Extremera, N., Dura` S. A., & Rey, L. (2007). Perceived emotional intelligence and dispositional optimism-pessimism: Analyzing their role in predicting psychological adjustment among adolescents. *Personality and Individual Differences*, 42: 1069-1079.
- Greenberger, E., Chen, C., Dmitrieva, J., & Farruggia, S. P. (2003). Item- wording and dimensionality of the Rosenberg Self-esteem Scale: Do they matter? *Personality and Individual Differences*, 35(6), 1241- 1254.
- Hoding, H. S., Brown, A. B., & Carver, B. (2007). Autonomy and control Motivation and self esteem. *Self and Identity*. 6: 189-208.
- Kerpelman, J. L., Pittman, J. F., & Adler-Baeder, F. (2008). Identity as a Moderator of Intervention-Related Change: Identity Style and Adolescents'

- Responses to Relationships Education. *An International Journal of Theory and Research*, 8:151–171.
- Li, C. (2005). *Identity and Young adult well-being: a closer Look at Identity style and identity structure*. Unpublished Doctoral dissertation, Alabama, Auburn University.
- Passmore, N. L., Fogarty, G. J., Bourke, C. J., & Baker-Evans, S. F. (2000). *Parental Bonding and Identity Style as Correlates of Self-Esteem among Adult Adoptees and Non-Adoptees*. Unpublished project, University of Southern Queensland.
- Scheier, M. F., Carver, C. S., & Bridges, M. W. (1994). Distinguishing optimism from Neuroticism (and trait anxiety, Self mastery and self esteem): A reevaluation of the Life Orientation test. *Journal Of personality and social psychology*, 67(6):1063-1078.
- Soenens, B., Vansteenkiste, M., Lens, M., Beyers, w., & Ryan, R. (2007). Conceptualizing parental autonomy support: adolescence perceptions of independence versus promotion of volitional functioning. *Developmental Psychology*. 43(3): 533- 646.
- ramov?, B., Bianchi, G., L??ticov?, B. F., & Hamranov?, A. (2008). Analyses of Socio-Cognitive Identity Styles by Slovak Adolescents. *International Journal of Human and Social Sciences*, 3(8): 495-499.
- Vleioras, G. (2005). *Identity and Emotions: An Overlooked Link*. Groningen. The Netherlands: Stichting Kinderstudies.
- Walker-O'Neal, C., Lucier-Greer, M., Wright, D.W., Kerpelman, J., Pittman, J. F., & Adler-Baeder, F. (2010). *Identity Development and Sex Roles during Adolescence*. National Council on Family Relations Annual Conference, Minneapolis, Minnesota.

پرسشنامه جهت‌گیری زندگی

کاملاً مخالفم	مخالفم	نظری ندارم	موافقم	کاملاً موافقم	عبارات
					1. در موارد مختلفی که روی می‌دهد، معمولاً انتظار بهترین حالت را دارم.
					2. به راحتی می‌توانم آرامش خود را بدست آورم.
					3. هروقت فکر می‌کنم اتفاق بدی برایم رخ می‌دهد، همان اتفاق روی می‌دهد.
					4. من همیشه نسبت به آینده خوش‌بین هستم.
					5. من از بودن با دوستانم لذت می‌برم.
					6. برای من مشغول کاری بودن بسیار اهمیت دارد.
					7. به ندرت انتظار دارم اوضاع بر وفق مرادم باشد.
					8. من به آسانی غمگین نمی‌شوم.
					9. به ندرت امیدی به اتفاق افتادن چیزهای خوب دارم.
					10. روی‌هم رفته انتظار دارم که بیشتر چیزهای خوب برایم رخ دهند تا چیزهای بد.

پرسشنامه عزت‌نفس روزنبرگ

کاملاً موافق	تا حدی موافق	تا حدی مخالف	کاملاً مخالف	عبارات
				1. روی‌هم‌رفته از خودم راضی هستم.
				2. بعضی مواقع فکر می‌کنم که خیلی خوبم.
				3. احساس می‌کنم دارای برخی از صفات خوب هستم.
				4. قادرم کارها را به خوبی سایر افراد انجام بدهم.
				5. احساس می‌کنم توانمندی زیادی دارم که به آن افتخار می‌کنم.
				6. واقعا احساس می‌کنم که در برخی از مواقع سودمندم.
				7. احساس می‌کنم که یک انسان ارزشمندم یا حداقل از لحاظ ارزشمندی معادل با دیگرانم.
				8. فکر می‌کنم که برای خودم احترام قائلم.
				9. کاملاً مایلم احساس کنم که ناتوان نیستم.
				10. نگرش مثبتی نسبت به خودم دارم.

پرسشنامه سبک‌های هویت برزونسکی

کاملاً موافق	تا حدودی موافق	مطمئن نیستم	تا حدودی مخالف	کاملاً مخالف	عبارات
					1. نسبت به اعتقادات دینی خود علم و آگاهی دارم.
					2. درباره آنچه باید در زندگی‌ام انجام دهم، ساعت‌ها فکر کرده‌ام.
					3. به آن چه در زندگی انجام می‌دهم، مطمئن نیستم.
					4. بر اساس ارزش‌هایی که بقا آن‌ها تربیت شده‌ام عمل می‌کنم.
					5. ساعات زیادی را به مطالعه و بحث با افراد درباره اعتقادات دینی‌ام می‌گذرانم.
					6. وقتی با شخصی مسأله‌ای را مطرح می‌کنم، سعی می‌کنم نقطه نظارت او را درک کنم.
					7. می‌دانم در آینده چه کاری را می‌خواهم انجام دهم.
					8. درباره ارزش‌هایی که در پیش دارم، نگران نیستم.
					9. درباره اعتقادات دینی‌ام اطمینان واقعی ندارم.
					10. طوری بزرگ شده‌ام که می‌دانم چکار کنم.
					11. مطمئن نیستم که چه ارزش‌هایی را واقعاً حفظ می‌کنم.
					12. می‌دانم که دولت و کشور به چه سمتی باید پیش بروند.
					13. اگر نسبت به مشکلات خود نگران نباشم، معمولاً خود بخود حل می‌شوند.
					14. مطمئن نیستم که در آینده می‌خواهم چه کاری را انجام دهم.
					15. احساس می‌کنم کاری را که انجام داده‌ام یا انجام می‌دهم مناسب من است.
					16. زمان زیادی را صرف خواندن یا فهم در مسایل سیاسی کرده‌ام.
					17. هم‌اکنون درباره آینده فکر نمی‌کنم، تا آن موقع هنوز وقت بسیار است.
					18. زمان زیادی را صرف صحبت با مردم کرده‌ام تا اعتقاداتی را به‌دست آورم که به کارم می‌آید.
					19. هرگز شک جدی درباره اعتقادات دینی خود نداشته‌ام.
					20. مطمئن نیستم چه شغلی برای من مناسب است.
					21. از سال‌ها قبل می‌دانستم که می‌خواهم چه کاره شوم.
					22. مجموعه‌ای از اعتقادات قوی دارم که درموقع تصمیم‌گیری از آن‌ها استفاده می‌کنم.

کاملاً موافق	تا حدودی موافق	مطمئن نیستم	تا حدودی مخالف	کاملاً مخالف	عبارات
					23. بهتر است یک‌سری اعتقاد محکمی داشته باشیم تا این‌که به عقاید مختلفی رو آوریم.
					24. وقتی مجبور می‌شوم تصمیم بگیرم تا امکان دارم منتظر می‌شوم.
					25. وقتی مسأله دارم برای فهم آن بسیار فکر می‌کنم.
					26. بهتر است در مواقع مشکل از متخصصین (پزشک، وکیل، معلم و ...) نظر خواهی کنیم.
					27. زندگی را جدی نمی‌گیرم فقط سعی دارم از آن لذت ببرم.
					28. بهتر است مجموعه‌ای از ارزش‌ها را در اختیار داشته باشیم تا این‌که بخواهیم گزینه‌های ارزشی دیگر را مورد ملاحظه قرار دهیم.
					29. تا آنجا که ممکن است به مشکلات فکر نمی‌کنم.
					30. مشکلات می‌توانند مبارزات جالبی باشند.
					31. از مشکلاتی که مرا به فکر فرو می‌برد دوری می‌کنم.
					32. وقتی راه‌حل مشکل را می‌یابم دوست دارم همان را دنبال کنم.
					33. وقتی تصمیم می‌گیریم زمان زیادی را صرف تفکر درباره انتخاب خود می‌کنم.
					34. دوست دارم کارها را همان‌طور که والدین اصرار به انجام آن دارند، انجام دهم.
					35. دوست دارم به مشکلات خود فکر کنم و به روش خود آن‌ها را حل کنم.
					36. اگر از مشکل بالقوه‌ای چشم‌پوشی کنم، کارها معمولاً حل می‌شوند.
					37. وقتی مجبور شوم تصمیمی بگیرم تا آنجا که ممکن است اطلاعات کسب کنم.
					38. وقتی متوجه شوم مشکلی باعث نگرانی من می‌شود از آن دوری می‌کنم.
					39. مردم نیاز دارند جهت داشتن یک زندگی کامل، به یک سری ارزش‌ها پای‌بند باشند.
					40. بهتر است هنگام مشکل با دوستان و آشنایان مشورت کنیم.