

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ



صورت جلسه دفاع از پایان نامه کارشناسی ارشد (M.A)

نام و نام خانوادگی دانشجو: محبوبه فرح بخش در تاریخ ۱۳۹۰/۶/۲۷ رشته: مشاوره  
از پایان نامه خود با عنوان:

رابطه ساختار قدرت در خانواده با خود پنداره و سلامت روانی زنان معلم مقطع ابتدایی شهر داراب

با درجه: عالی و نمره ۱۸۱۵ دفاع نموده است.

نام و نام خانوادگی اعضای هیات داورى سمت امضای اعضای هیات داورى

۱- دکتر لادن معین استاد راهنما

۲- دکتر سوسن سهامی استاد مشاور

۳- دکتر نازنین هنرپروران استاد داور

۴- دکتر سیده مریم حسینی استاد داور

مراتب فوق مورد تایید است.

مدیر / معاونت پژوهشی

مهر و امضاء



دانشگاه آزاد اسلامی

واحد مرودشت

دانشکده علوم تربیتی و روان شناسی

پایان نامه برای دریافت درجه کارشناسی ارشد (M.A)

گرایش: مشاوره

عنوان:

رابطه ساختار قدرت در خانواده با خودپنداره و سلامت روان زنان معلم مقطع ابتدائی

شهر داراب

استاد راهنما:

دکتر لادن معین

استاد مشاور:

دکتر سوسن سهامی

نگارش:

محبوبه فرح بخش

تابستان ۱۳۹۰

به پاس تعبیر عظیم و انسانی شان از کلمه ایثار و از خودگذشتگان

به پاس عاطفه سرشار و گرمای امیدبخش وجودشان که در این سردترین روزگاران بهترین

پشتیبان است

به پاس قلب های بزرگشان که فریاد رس است و سرگردانی و ترس در پناهشان به شجاعت

می گراید

و به پاس محبت های بی دریغشان که هرگز فروکش نمی کند

این مجموعه را به پدر و مادر و برادر عزیزم تقدیم می کنم

که به من آموختند فاصله پیروزی تا شکست یک قدم بیش نیست .

سپاس بیکران پروردگاری را سزاست که تمام موجودات عالم مقید اویند ، همه راه را می پویند ،  
وصل او را می جویند و حمد او را می گویند .

بر خود لازم می دانم که از استاد راهنمای عزیزم سرکار خانم دکتر لادن معین به پاس تمام زحماتی که در طی  
انجام پایان نامه برای بنده متحمل شده اند ، تشکر و قدردانی نموده و از استاد گرانقدر ، سرکار خانم دکتر سوسن  
سهامی ، مشاور پایان نامه که صبورانه مرا در انجام این کار یاری نموده اند سپاسگزاری نمایم .

همچنین از اساتید محترم سرکار خانم دکتر نازنین هنرپروران و دکتر سیده مریم حسینی که داوری پایان نامه  
اینجانب را تقبل نموده اند کمال تشکر و امتنان را دارم .

همچنین از جناب آقای غلامرضا کشاورز که زحمات کارهای آماری اینجانب را به عهده گرفت تشکر و قدردانی  
می نمایم .

## رابطه ساختار قدرت در خانواده با خود پنداره و سلامت روانی زنان معلم مقطع ابتدایی شهر داراب

### چکیده

هدف از این تحقیق، رابطه ساختار قدرت در خانواده با خود پنداره و سلامت روانی زنان معلم مقطع ابتدایی شهر داراب بود. روش پژوهش حاضر توصیفی واز نوع همبستگی بود، جامعه آماری در این پژوهش شامل کلیه معلمان متاهل زن مدارس دوره ابتدایی شهر داراب در سال تحصیلی ۱۳۹۰-۱۳۸۹ بوده و نمونه پژوهش شامل ۱۵۰ نفر از معلمان متاهل دوره ابتدایی شهر داراب است که به روش نمونه گیری خوشه‌ای تصادفی انتخاب شد. ابزار مورد استفاده در این پژوهش سه پرسش‌نامه است که عبارتند از: ۱- پرسش‌نامه ساختار قدرت در خانواده که شامل ۶۳ سوال است ۲- پرسش‌نامه خودپنداره کما ساراسوت (SCQ) که شامل ۴۸ سوال است ۳- پرسش‌نامه سلامت عمومی (GHQ) که شامل ۲۸ سوال است. تجزیه و تحلیل داده‌ها در این پژوهش در دو سطح آمار توصیفی و آمار استنباطی صورت گرفته است که نتایج نشان داد که بین ساختار قدرت در خانواده و خودپنداره رابطه مثبت و معناداری وجود دارد ولی بین ساختار قدرت در خانواده و سلامت روانی رابطه منفی و معناداری وجود داشت هم‌چنین سایر مولفه‌های ساختار قدرت در خانواده (حوزه قدرت زن و شوهر، روابط قدرت در خانواده) می‌تواند سلامت روانی و خودپنداره را پیش‌بینی نماید.

واژگان کلیدی: ساختار قدرت در خانواده، خودپنداره، سلامت روانی

## فهرست مطالب

صفحه	عنوان
۱	چکیده.....
۲	فصل اول: کلیات پژوهش.....
۳	مقدمه.....
۷	بیان مسئله.....
۱۱	اهمیت و ضرورت تحقیق.....
۱۵	اهداف پژوهش.....
۱۵	اهداف کلی.....
۱۵	اهداف فرعی.....
۱۵	فرضیات تحقیق.....
۱۵	فرضیه های کلی.....
۱۵	فرضیه های فرعی.....
۱۶	تعریف واژه‌ها و اصطلاحات.....
۱۶	تعاریف نظری.....
۱۷	تعاریف عملیاتی.....
۱۹	فصل دوم : مبانی نظری تحقیق.....
۲۰	مقدمه.....
۲۰	خودپنداره.....
۲۱	تعریف خودپنداره.....
۲۳	تاثیر خانواده بر شکل‌گیری خودپنداره.....

۲۵	.....عوامل موثر بر رشد و شکل‌گیری خودپنداره
۲۶	.....تاثیر خانواده بر رشد خودپنداره
۲۸	.....خودپنداره و کنش‌های خانواده
۲۹	.....خودپنداره و جنسیت
۳۰	.....سلامت روانی
۳۳	.....ویژگی افراد دارای سلامت روانی
۳۵	.....مفهوم سلامت از دیدگاه مختلف
۴۵	.....ساختار قدرت در خانواده
۴۵	.....تعریف خانواده
۴۵	.....تعریف قدرت
۴۶	.....تعریف قدرت در حوزه خانواده
۵۰	.....ابعاد قدرت در خانواده
۵۰	.....قلمرو و حوزه قدرت در خانواده
۵۱	.....روابط قدرت در خانواده
۵۴	.....شیوه اعمال قدرت در خانواده
۵۵	.....عوامل موثر بر توزیع قدرت در خانواده
۶۱	.....تئوری قدرت از دیدگاه‌های مختلف
۷۰	.....قدرت در خانواده درمانی سیستمی
۷۷	.....تحقیقات انجام شده
۷۷	.....تحقیقات خارج از کشور
۸۶	.....تحقیقات داخل کشور
۹۱	.....جمع بندی و نتیجه گیری



۹۲	..... فصل سوم: روش تحقیق
۹۳	..... مقدمه
۹۳	..... روش پژوهش
۹۳	..... جامعه آماری
۹۳	..... روش نمونه‌گیری
۹۴	..... ابزار اندازه‌گیری و بیان ویژگیها
۹۴	..... پرسش‌نامه ساختار قدرت در خانواده
۹۴	..... مقیاس قلمرو و حوزه قلمرو زن و شوهر
۹۵	..... مقیاس روابط قدرت در خانواده
۹۵	..... روایی و اعتبار ساختار قدرت
۹۵	..... روش نمره‌گذاری ساختار قدرت
۹۶	..... پرسش‌نامه خودپنداره راج کما ساراسوت
۹۶	..... اعتبار پرسش‌نامه خودپنداره
۹۷	..... پایایی آزمون خودپنداره
۹۷	..... روش نمره‌گذاری
۹۸	..... پرسش‌نامه سلامت عمومی
۹۹	..... روایی پرسش‌نامه سلامت عمومی
۹۹	..... پایایی پرسش‌نامه سلامت عمومی
۱۰۰	..... روش نمره‌گذاری پرسش‌نامه سلامت عمومی
۱۰۱	..... روش اجرا

۱۰۱	روش تجزیه و تحلیل داده‌ها.....
۱۰۲	فصل چهارم: تجزیه و تحلیل داده‌ها.....
۱۰۳	مقدمه.....
۱۰۳	تجزیه و تحلیل توصیفی داده‌ها.....
۱۰۴	تجزیه و تحلیل استنباطی داده‌ها.....
۱۰۴	فرضیه اول.....
۱۰۴	فرضیه دوم.....
۱۰۵	فرضیه سوم.....
۱۰۸	فرضیه چهارم.....
۱۱۱	فصل پنجم: نتیجه‌گیری و پیشنهادات.....
۱۱۲	مقدمه.....
۱۱۲	خلاصه طرح تحقیق و نتایج.....
۱۱۲	نتایج حاصل از فرضیه اول.....
۱۱۳	نتایج حاصل از فرضیه دوم.....
۱۱۴	نتایج حاصل از فرضیه سوم.....
۱۱۵	نتایج حاصل از فرضیه چهارم.....
۱۱۶	محدودیتها.....
۱۱۶	پیشنهاد مبنی بر نتایج تحقیق.....
۱۱۶	پیشنهادات کاربردی.....
۱۱۷	پیشنهادات پژوهش.....

۱۱۸	..... منابع وماخذ.....
۱۱۹	..... منابع فارسی.....
۱۲۸	..... منابع لاتین.....
۱۳۴	..... پیوست الف) پرسش نامه ها.....
۱۳۵	..... پرسش نامه ساختار قدرت در خانواده.....
۱۴۰	..... پرسش نامه خود پنداره.....
۱۴۴	..... پرسش نامه سلامت عمومی.....
۱۴۷	..... پیوست ب) فهرست جداول.....
۱۴۸	..... جداول آزمون فرضیه اول.....
۱۴۹	..... جداول آزمون فرضیه دوم.....
۱۵۲	..... جداول آزمون فرضیه سوم.....
۱۵۴	..... جداول آزمون فرضیه چهارم.....
۱۵۶	..... چکیده لاتین.....

## فهرست جداول

- جدول (۱-۴) خلاصه شاخص‌های آمار توصیفی داده‌ها ..... ۱۰۳
- جدول (۲-۴) ماتریس همبستگی بین ساختار قدرت در خانواده و خود پنداره ..... ۱۰۴
- جدول (۳-۴) ماتریس همبستگی بین ساختار قدرت در خانواده و سلامت روان ..... ۱۰۴
- جدول (۴-۴) ماتریس همبستگی بین مولفه‌های ساختار قدرت در خانواده و خود پنداره ..... ۱۰۵
- جدول (۵-۴) خلاصه مدل مورد استفاده مولفه‌های ساختار قدرت در خانواده و خود پنداره ..... ۱۰۶
- جدول (۶-۴) نتایج پیش بینی خود پنداره بر اساس مولفه ساختار قدرت در خانواده ..... ۱۰۷
- جدول (۷-۴) ماتریس همبستگی بین مولفه‌های ساختار قدرت در خانواده با سلامت روان ..... ۱۰۸
- جدول (۸-۴) نتایج تحلیل رگرسیون (مولفه ساختار قدرت با سلامت روان) ..... ۱۰۹
- جدول (۹-۴) نتایج پیش بینی سلامت روان بر اساس مولفه ساختار قدرت در خانواده ..... ۱۱۰

## فهرست شکل‌ها

- شکل (۱-۲) مدل نظری مرحله‌ای بلسکای و همکاران ..... ۲۳
- شکل (۲-۲) مفهوم قدرت و سنجش آن در خانواده ..... ۴۹
- شکل (۳-۲) ابعاد قدرت در خانواده ..... ۵۰
- شکل (۴-۲) الگوی تصمیم‌گیری ..... ۵۲
- شکل (۵-۲) الگوی ساختار قدرت در خانواده ..... ۵۳

فصل اول

کلیات پژوهش

## مقدمه

در چند دهه اخیر، دیدگاه روان‌شناسان درباره ماهیت خودپنداره<sup>۱</sup> زنان متحول گردیده است. صاحب نظران اولیه، ماهیت خودپنداره را تک بعدی، واحد و ثابت فرض می‌کردند. در حالی که صاحب نظران معاصر بر این باورند که خودپنداره را یک سازه پویا و چند بعدی است (کامپبل<sup>۲</sup> و همکاران، ۱۹۹۶). برخی از محققان خودپنداره را شامل دو بخش خودپنداره علمی و خودپنداره غیرعلمی می‌دانند (مارش<sup>۳</sup>، ۱۹۹۷). امروزه یکی از مشکلات ارتباطی، نگرش خودکم‌بینی و فقدان کنترل افراد به خصوص نوجوانان و خانواده است، شاید یکی از دلایل آن این باشد که بیشتر جوامع موفقیت‌مدار هستند و برای توفیق و برتری ارزش قائلند و از همان نخستین سال‌های زندگی، کودکان را از لحاظ ویژگی‌های متفاوت (جسمی و روانی) با یکدیگر مقایسه می‌کنند و مزیت هر یک را برمی‌شمارند. به علاوه هر یک از ما در جریان مبارزه برای دست یافتن به ایده‌آل‌هایمان پیوسته خود واقعی<sup>۴</sup> را با خود ایده‌آل مقایسه می‌کنیم. نتایج تحقیقات متفاوت نشان داده‌اند که نحوه نگرش فرد نسبت به خود در ایجاد شکست، موفقیت و سلامت روانی وی نقش مهمی دارد. عملکرد و نحوه تلاش و پیگیری افرادی که توانا و کارآمد و با استعداد می‌دانند، بسیار متفاوت از کسانی است که خود را ضعیف و بی‌استعداد می‌دانند. (تاکن<sup>۵</sup>، سکستون<sup>۶</sup>، ۱۹۹۱، به نقل از جمالی فر، ۱۳۸۸) یکی از ریشه‌های آسیب‌پذیر بودن افراد طرز نگرش منفی و بی‌هدفی آنهاست، هدف چیزی است که رسیدن به آن سبب کمال و شکوفایی شخصیت آدمی می‌شود تا انسان با فشار روانی کمتر و نیز آسایش و آرامش بیشتری در کنار همکار کنند.

---

<sup>۱</sup>Self-concept

<sup>۲</sup>Campbell.etal

<sup>۳</sup>Marsh

<sup>۴</sup>real self

<sup>۵</sup>.Tackman

<sup>۶</sup>.Sexton

(شرفی، ۱۳۸۲) مبدأ تشکیل خانواده به دوران ما قبل تاریخ یعنی اعصاری که نیاکان آدم‌سان ما اولین خانواده‌ها را تشکیل دادند، باز می‌گردد. گر چه خانواده در طول تاریخ رشد و تکامل یافته است. لیکن بسیاری از وظایف و عملکردهای اولیه خود را همچنان حفظ کرده است (بهاری، ۱۳۸۲). خانواده، چیزی بیش از مجموعه افرادی است که در یک فضای مادی و روانی خاص به سر می‌برند. خانواده یک نظام اجتماعی و طبیعی است که ویژگی‌های خاص خود را دارد. این نظام اجتماعی مجموعه‌ای از قواعد و اصول را ابداع و برای اعضای خود نقش‌هایی متنوعی تعیین می‌کند علاوه بر این خانواده از یک ساخت نظامدار قدرت<sup>۳</sup> برخوردار است. رابطه اعضای این خرده فرهنگ، رابطه‌ای عمیق و چند لایه است. به نظر کی<sup>۴</sup> (۱۹۸۵)، قدرت خانواده به حدی است که به رغم فرسنگ‌ها فاصله میان اعضا و حتی مرگ برخی از آنان، باز هم تأثیر آن پا برجا خواهد ماند. (به نقل از حسین شاهی‌براوتی و همکاران، ۱۳۸۲).

نمایش‌نامه خانواده حاوی سنت‌ها و انتظارات مشخصی برای اعضای خانواده است که از نسلی به نسل بعد منتقل می‌شود. خانواده دارای اسطوره‌ها، اسرار و قواعد خاص خودش برای پردازش اطلاعات است؛ قواعدی که نوع ارتباطات و عادات اعضای آن را معین می‌کند (ثنایی، ۱۳۷۸). در اهمیت نهاد خانواده همین بس که، خداوند آن را به عنوان آیت خود بر شمرده و هدف از تشکیل آن رحمت و مودت بیان نموده است (قرآن کریم، روم، ۲۱). خانواده به عنوان واحد عاطفی-اجتماعی، کانون رشد و تکامل، التیام و شفا دهنده‌گی و تغییر و تحول آسیب‌ها و عوارضی است که هم بسترشکوفائی و هم فروپاشی روابط میان اعضایش می‌باشد. (آکرمن<sup>۵</sup>، ۱۹۸۴) در ایران نگرش مثبت نسبت به خانواده وجود دارد و آن را بهترین مکان برای افراد می‌دانند و تدابیری در جهت پایداری و تداوم آن می‌اندیشند، این نگرش مثبت امری عمومی و مطلوب است، اما اطلاعات درمورد واقعیات زندگی خانوادگی بسیار ناچیز است (اعزازی، ۱۳۸۲). خانواده یک نظام طبیعی و اجتماعی است که افراد خواسته یا ناخواسته به آن وابسته‌اند اولین کانونی است که فرد در آن احساس امنیت می‌کند و مورد پذیرش و حمایت قرار می‌گیرد. ساخت و

---

1. system

2. rules

3. power

4. Kaye

5. NathAcherman



فضای روانی خانواده ، که ترکیب کلی و مجموعه روابط بین آن می‌باشند ، هر کدام به‌گونه‌ای خاص عملکرد و رفتار فرد در جهت رویارویی با مسائل و موانع و فشارهای روانی ، اضطراب ، ترس‌ها و سایر محرک‌های ناخوشایند تحت تأثیر قرار می‌دهند . خانواده یک سیستم عاطفی است ، سیستمی از وفاداری‌های نامرئی که غالباً خود اعضای خانواده هم از کم و کیف آن‌ها بی‌خبرند (ثنائی، ۱۳۷۸) . خانواده سالم ، سیستمی باز است که اعضای آن در عین حالی که از روابط عاطفی‌گری با هم برخوردارند ، هویت فردی خود را حفظ می‌کنند . در این‌گونه خانواده‌ها ، عشق به صورت نامشروط می‌باشد و اعضا پذیرای یکدیگر هستند ، آستانه تحمل خانواده در برابر کشمکش و استرس بالا است و به هنگام نیاز داوطلبانه درصدد یاری و خواهان آن می‌باشند (والش<sup>۱</sup> ، ۱۹۸۲) . انسانهای سالم و رشد یافته در خانواده‌هایی سالم پرورش می‌یابند و آسیب‌های اجتماعی گوناگون از خانواده‌های ناسالم نشأت می‌گیرد (به‌پژوه، ۱۳۷۴) . سلامت هر جامعه در گرو سلامت خانواده است و سلامت خانواده در گرو مجموعه‌ای از روابط تعاملاتی است که در بین افراد یک خانواده وجود دارد . (نوابی نژاد، ۱۳۷۴) تأکید بر داشتن خانواده سالم و روابط خانوادگی سالم‌تر ، برای ساختن آینده‌ای بهتر و روشن‌تر برای فرزندان و به تبع آن برای جامعه ، نقطه عطف همه جوامع با فرهنگ‌های مختلف است (عباس دلویی، ۱۳۸۳) . اهمیت خانواده سالم در این است که هم زمان برای زنان و مردان موجبات تبادل اطلاعات و بحث و فعالیت آزاد را فراهم می‌کند در حقیقت خانواده‌ای سالم است که تنوع فکر و اندیشه در آن موج می‌زند و همه افراد خانواده با توجه به کارایی و توانمندی‌های خود درمورد مسائل زندگی مشترک تصمیم می‌گیرند (معظمی، ۱۳۸۲) . زن به عنوان یکی از عناصر خانواده با داشتن مسئولیتهای متعدد ، نقش حیاتی و سرنوشت‌سازی را در چارچوب خانه و روابط خانوادگی ایفا می‌کند . هم اداره امورخانه به‌عهده اوست و هم در تربیت و رشد فرزندانش باید تلاش کند . می‌توان گفت در دنیای پیچیده امروزی قدرت در خانواده ، ابعاد و معنای جدید و پیچیده‌ای پیدا کرده ، و روابط زن و مرد و نقشهای میان آنها دستخوش تغییرات بسیاری شده است و از

---

<sup>۱</sup> . Walsh

آنجا که خانواده نخستین گروه طبیعی و شالوده اصلی جامعه است (آرونس و رادجرز<sup>۱</sup>، ۱۹۸۷). لذا کارآیی خانواده در تحقق وظایفش، شاخص مناسبی برای سنجش و کارآیی افراد جامعه می‌باشد. در جامعه‌ای که در آن خانواده‌ها دچار اختلال در عملکرد، روبه‌تزايد گذارده شده‌اند، سلامت جامعه تهدید شده است. زیرا اختلال در کارآیی خانواده، مشکلاتی را در منظومه خانواده ایجاد می‌کند و در صورت تشدید مشکلات، خانواده را به سمت فروپاشی سوق می‌دهد (نوابی نژاد، ۱۳۷۸). اعضای خانواده هیچکدام به تنهایی قادر به رشد و تکامل نخواهند بود. تعامل با اعضای خانواده خواه در قید حیات باشد یا فوت کرده باشد بر زندگی فرد تأثیری می‌گذارد. (براون<sup>۲</sup>؛ ۲۰۰۱، اوکان<sup>۳</sup>، ۱۹۹۹؛ به نقل از گلادینگ، ۱۳۸۲) و نقش مهمی در افزایش کارآیی و سلامت روانی فرد دارد و فرد موقعی احساس ارزش و مقبولیت می‌کند که، دارای ویژگی‌هایی مانند کمال‌یافتگی، مسئولیت‌پذیری، اعتماد به نفس، محبت و احترام باشد. همه این موارد مستلزم وجود خانواده‌هایی کارآمد است. بی‌شناخت و استفاده صحیح از روش‌های دستیابی به برقراری رابطه سالم در خانواده می‌تواند نقش مهمی در سلامت خانواده به همراه داشته باشد، همچنین متعاقب آن اثرات مثبتی نیز در جامعه به دنبال خواهد داشت. (شهسواری، ۱۳۸۲) این پژوهش، در راستای این هدف متعالی که، همانا رهیافتی بر سلامت و بهداشت خانواده و خودپنداره و پیرو آن جامعه است؛ درصدد است که ارتباط بین متغیرهای ساختار قدرت در خانواده با خودپنداره و سلامت روان زنان معلم را جستجو کند.

---

<sup>۱</sup>. Ahrones&Rodgers

<sup>۲</sup>.Brown

<sup>۳</sup>.Okan

## بیان مسئله

از جمله دلیل عمده ایجاد خودپنداره را باید در رابطه فرد با جامعه‌اش به خصوص در دوران پراهمیت کودکی و نوجوانی، جستجو کرد. پدید آمدن خودپنداره، رفتار و واکنش دیگران نسبت به فرد، به خصوص کودک است که این را نظریه «آینه خود-شما» می‌نامند. نظریه مذکور معتقد است: اگر برای دیدن خود، به واکنش‌های دیگران توجه کنیم، تصویر خود را در آن واکنش‌های دیگران می‌بینیم. بسیاری از تحقیقات حاکی از این مطلب هستند که تصویر و پنداره هر فرد از خواسته‌های خود وابسته به تصویری است که دیگران از او داشته‌اند و حتی تصویر دیگران از یک فرد می‌تواند ارزیابی و تصویری را که او از خود دارد، تغییر دهد (گنجی، ۱۳۸۳). خانواده نخستین بذر تکوینی خودپنداره و تصور نسبت به خود، جهان، خدا و مردم را در ذهن و قلب افراد می‌کارد. به طور کلی خانواده به عنوان نخستین پایگاه آموزش و پرورش، از اساسی‌ترین عوامل در شکل‌گیری شخصیت است. بدون تردید، هر گونه نقص و نارسایی در ساخت خانواده می‌تواند از همان طفولیت در رشد و پرورش کودک، تاثیر نامطلوبی داشته است (گنجی، ۱۳۸۲). ویلیام جیمز (۱۹۵۰) اعتقاد دارد که خودپنداره از ارتباط خود ایده‌آل و خود ادراک‌شده ایجاد می‌شود و همچنین کولیز<sup>۱</sup> (۱۹۰۲)، به نقل از برک، (۲۰۰۱)، خودپنداره، عبارت است از تعمیم واکنش دیگران نسبت خودمان. گیچ و برلاینر<sup>۲</sup> (۱۹۷۵)، خودپنداره را به صورت مجموعه‌ای از ادراکات و نگرش‌هایی که نسبت به خود داریم و اینکه چگونه خود را توصیف می‌کنیم بیان می‌کند.

خودپنداره با دید جامع فرد درباره خودش است که با تجربه فرد و تفسیر دیگران از آن تجربه شکل می‌گیرد و متحول می‌شود (خرازی، ۱۳۷۵). خودپنداره محور نظریه راجرز است. راجرز معتقد بود وقتی با مردم اطراف خود مثل پدر و مادر و افراد خانواده و دوستان و معلمان در تعامل هستیم شروع به ایجاد خودپنداره می‌کنیم. خودپنداره بر پایه نظرات دیگران نسبت به ما شکل می‌گیرد ما خودمان را بر

---

<sup>1</sup>. Cooley's

<sup>2</sup>. Gage and Berliner

اساس آنچه دیگران درباره ما فکر می‌کنند ارزشیابی می‌کنیم ، نه براساس آنچه که احساس و درک می‌کنیم (کدیور، ۱۳۸۲). رشد خودپنداره کودکان و نوجوانان با تجارب و ادراکات آنها از خانواده به ویژه والدین وابسته است و در این میان پیوند عمیق و رابطه عاطفی میان والدین حائز اهمیت بوده و این پیوند باعث پرورش حس خودباوری و اعتماد به نفس در فرزندان می‌شود. در خانواده‌هایی که صمیمیت ، محبت ، عشق و مهربانی حاکم است ، کودک می‌تواند هم ثبات خودپنداره را حفظ کند و هم موجبات تغییرات مطلوب در شخصیت خویش را فراهم آورد . (اعزازی، ۱۳۸۲)

بیماری‌های روانی از بدو پیدایش بشر وجود داشته است و هیچ فردی در مقابل آن مصونیت ندارد و این خطری است که بشر را مرتباً تهدید می‌کند ، ولی در قرن بیست و یکم شیوه‌های زندگی ، روابط اجتماعی و مسائل مربوط به سلامتی دستخوش تغییر و دگرگونی شده و از سوی دیگر فرایند صنعتی شدن و گسترش سریع شهرنشینی و سبک زندگی افراد را به شدت متاثر ساخته و تاثیر زیادی بر سطح سلامت روانی و جسمانی افراد گذاشته است . مفهوم بهداشت روانی در واقع جنبه‌ای از مفهوم کلی سلامت است . فرهنگ بزرگ روانشناسی لازاروس بهداشت روانی را چنین تعریف می‌کند : « استعداد روان برای هماهنگ ، خوشایند و موثر کارکردن ؛ برای موقعیت‌های دشوار انعطاف پذیر بودن و برای بازیابی تعادل خود توانایی داشتن». برای رسیدن به این هدف‌ها طرح و بررسی و همچنین برنامه‌ریزی‌های اصولی برای تامین سلامت روانی از اوان کودکی در درون خانواده‌ها شکل گرفته تا مدرسه و دانشگاه و دوران بزرگسالی و پیری امری لازم می‌نماید و مسلماً از آن عواملی که به سلامتمان آسیب می‌رسانند اجتناب کنیم و به طور فعال سعی می‌کنیم شیوه زندگی‌مان را طوری تغییر دهیم تا ریسک‌هایی که سلامت‌مان را به خطر می‌اندازند ، کاهش دهیم (به نقل از ایروانی ، ۱۳۷۸). جی‌هی‌لی<sup>۱</sup> تحت تاثیر اریکسون بر ساختار سلسله مراتبی خانواده‌ها تأکید می‌کند . استراتژی وی در تحلیل و در زمان پرداختن به کشاکش خانواده برای قدرت است . به عقیده او تمام مخلوقات مستعد یادگیری مجبور به سازمان دهی اند . به نظر جی‌هی‌لی تمام موجودات در یک سلسله مراتب قرار دارند به شکلی که هر موجود نسبت به سطوح پایین‌ترین سلطه دارد . بنای زندگی انسانی نیز به همین

---

<sup>۱</sup>.Jay haley