

ارائه مدل تأثیر خودمختاری (تأمین نیاز و عدم تأمین نیاز) بر خودارزشمندی زنان ایرانی با نقش میانجی روان‌شناسی مثبت‌گرا

تاریخ چاپ نهایی: ۱۴۰۵/۰۵/۰۱

تاریخ چاپ اولیه: ۱۴۰۵/۰۲/۱۲

تاریخ پذیرش: ۱۴۰۵/۰۱/۲۶

تاریخ بازنگری: ۱۴۰۵/۰۱/۲۲

تاریخ ارسال: ۱۴۰۴/۰۹/۱۷

چکیده

هدف پژوهش حاضر بررسی تأثیر خودمختاری (تأمین و عدم تأمین نیازهای بنیادین) بر خودارزشمندی زنان سالمند ایرانی با نقش میانجی روان‌شناسی مثبت‌گرا بود. این پژوهش از نظر هدف کاربردی و از نظر روش، کمی و توصیفی-پیمایشی بود که در آن ۱۰۸ زن بالای ۶۰ سال با روش نمونه‌گیری هدفمند انتخاب شدند و داده‌ها با استفاده از پرسشنامه‌های استاندارد تأمین نیازهای بنیادین، عدم تأمین نیازها، خودارزشمندی و روان‌شناسی مثبت‌گرا جمع‌آوری گردید؛ تحلیل داده‌ها با بهره‌گیری از مدل سازی معادلات ساختاری و آزمون سوپل در نرم‌افزار SmartPLS و SPSS انجام شد. نتایج نشان داد تأمین نیازهای بنیادین تأثیر مثبت و معناداری بر روان‌شناسی مثبت‌گرا و خودارزشمندی دارد ($p < 0.01$)، در حالی که عدم تأمین نیازها تنها بر روان‌شناسی مثبت‌گرا تأثیر معنادار داشت و اثر مستقیمی بر خودارزشمندی نشان نداد ($p > 0.05$)؛ همچنین روان‌شناسی مثبت‌گرا به طور معناداری خودارزشمندی را پیش‌بینی کرد ($p < 0.01$) و نتایج آزمون سوپل بیانگر نقش میانجی معنادار روان‌شناسی مثبت‌گرا در هر دو مسیر تأمین و عدم تأمین نیازها بر خودارزشمندی بود ($p < 0.01$). نتایج پژوهش نشان می‌دهد که تأمین نیازهای بنیادین روان‌شناختی از طریق تقویت سازه‌های روان‌شناسی مثبت‌گرا می‌تواند نقش کلیدی در ارتقای خودارزشمندی زنان سالمند ایفا کند و بهبود کیفیت زندگی روان‌شناختی آنان را تسهیل نماید.

کلیدواژه‌گان: تأمین نیاز، عدم تأمین نیاز، خودارزشمندی، روان‌شناسی مثبت‌گرا، زنان سالمند

HEALTH PSYCHOLOGY AND
BEHAVIORAL DISORDERS

روانشناسی سلامت و اختلالات رفتاری



ناهدی یوسف‌پور*

۱. استادیار، گروه علوم تربیتی و روانشناسی، دانشگاه پیام نور، تهران، ایران.

* ایمیل نویسنده مسئول:

nahidyousefpor97@pnu.ac.ir

شیوه استناددهی: یوسف‌پور، ناهید. (۱۴۰۵). ارائه مدل تأثیر خودمختاری (تأمین نیاز و عدم تأمین نیاز) بر خودارزشمندی زنان ایرانی با نقش میانجی روان‌شناسی مثبت‌گرا. *روانشناسی سلامت و اختلالات رفتاری*، ۴(۳)، ۱-۱۵.



Modeling the Effect of Autonomy (Need Satisfaction and Need Thwarting) on Self-Worth in Iranian Older Women with the Mediating Role of Positive Psychology

Submit Date:
2025-12-08

Revise Date:
2026-04-11

Accept Date:
2026-04-15

Initial Publish Date:
2026-05-02

Final Publish Date:
2026-07-23

Abstract

The present study aimed to examine the effect of autonomy (need satisfaction and need thwarting) on self-worth in Iranian older women with the mediating role of positive psychology. This applied, quantitative, and descriptive-survey study was conducted on 108 Iranian women aged over 60 years selected through purposive sampling; data were collected using standardized questionnaires of basic psychological need satisfaction, need thwarting, self-worth, and positive psychology, and analyzed using structural equation modeling and Sobel test in SmartPLS and SPSS software. The results indicated that need satisfaction had a significant positive effect on both positive psychology and self-worth ($p < 0.01$), whereas need thwarting significantly affected positive psychology but did not have a significant direct effect on self-worth ($p > 0.05$); furthermore, positive psychology significantly predicted self-worth ($p < 0.01$), and Sobel test results confirmed a significant mediating role of positive psychology in the relationships between both need satisfaction and need thwarting with self-worth ($p < 0.01$). The findings suggest that satisfying basic psychological needs, particularly when accompanied by enhanced positive psychological functioning, plays a crucial role in improving self-worth among older women and contributes to their psychological well-being.

Keywords: *Need satisfaction, Need thwarting, Self-worth, Positive psychology, Older women*

HEALTH PSYCHOLOGY AND
BEHAVIORAL DISORDERS

روانشناسی سلامت و اختلالات رفتاری

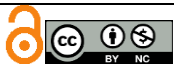


Nahid Yousefpour^{1*}

1. Assistant Professor, Department of Educational Sciences and Psychology, Payame Noor University, Tehran, Iran.

*Corresponding Author's Email:
nahidyousefpour97@pnu.ac.ir

How to cite: Yousefpour, N. (2026). Modeling the Effect of Autonomy (Need Satisfaction and Need Thwarting) on Self-Worth in Iranian Older Women with the Mediating Role of Positive Psychology. *Health Psychology and Behavioral Disorders*, 4(3), 1-15.



مقدمه

خودارزشمندی به عنوان یکی از بنیادی‌ترین سازه‌های روان‌شناختی، نقشی کلیدی در سازگاری فردی، اجتماعی و هیجانی انسان ایفا می‌کند و به‌ویژه در دوره سالمندی، اهمیت آن دوچندان می‌شود، زیرا این دوره از زندگی با تغییرات گسترده‌ای در ابعاد زیستی، اجتماعی و روانی همراه است که می‌تواند ادراک فرد از ارزشمندی خود را تحت تأثیر قرار دهد. از دیدگاه نظری، خودارزشمندی به معنای ارزیابی کلی فرد از ارزش و شایستگی خود است و به‌عنوان یک سازه مرکزی در بسیاری از مدل‌های شخصیت و سلامت روان مطرح می‌شود (Crocker & Nuer, 2003). پژوهش‌های جدید نشان داده‌اند که خودارزشمندی نه تنها با پیامدهای روان‌شناختی مثبت مانند رضایت از زندگی و سلامت روان مرتبط است، بلکه در حوزه‌های اجتماعی، سیاسی و حتی تصمیم‌گیری‌های فردی نیز نقش تعیین‌کننده‌ای دارد (Cichocka et al., 2024). در این میان، درک عوامل مؤثر بر شکل‌گیری و تقویت خودارزشمندی به‌ویژه در زنان سالمند، به‌عنوان یکی از گروه‌های آسیب‌پذیر جامعه، از اهمیت ویژه‌ای برخوردار است.

یکی از مهم‌ترین چارچوب‌های نظری که می‌تواند به تبیین خودارزشمندی بپردازد، نظریه خودمختاری یا خودتعیین‌گری است که توسط دسی و رایان مطرح شده است (Deci & Ryan, 2012). این نظریه بر سه نیاز بنیادین روان‌شناختی شامل نیاز به خودمختاری، شایستگی و ارتباط تأکید دارد و بر این باور است که ارضای این نیازها منجر به رشد، بهزیستی و عملکرد بهینه فرد می‌شود، در حالی که عدم تأمین آن‌ها می‌تواند پیامدهای منفی متعددی به همراه داشته باشد (Bartholomew et al., 2011). در واقع، بر اساس این نظریه، کیفیت تجربه‌های روان‌شناختی افراد بیش از هر چیز به میزان برآورده شدن این نیازهای اساسی بستگی دارد. مطالعات تجربی نیز نشان داده‌اند که تأمین این نیازها با افزایش انگیزش درونی، مشارکت فعال و احساس معنا در زندگی همراه است (Lonsdale et al., 2007؛ Samienia, 2019 #386619). در مقابل، ناکامی در ارضای این نیازها با کاهش انگیزش، افزایش فرسودگی و افت عملکرد روان‌شناختی مرتبط است (Samienia et al., 2022).

پژوهش‌های اخیر نشان داده‌اند که تأمین نیازهای بنیادین روان‌شناختی نه تنها بر انگیزش و عملکرد فرد تأثیرگذار است، بلکه نقش مهمی در شکل‌گیری احساس خودارزشمندی دارد. به‌عنوان مثال، یافته‌ها نشان می‌دهد افرادی که سطح بالاتری از خودمختاری و شایستگی را تجربه می‌کنند، درک مثبت‌تری از خود داشته و از عزت‌نفس بالاتری برخوردارند (Najafi Nalivan et al., 2024). همچنین مطالعاتی که بر روی گروه‌های مختلف انجام شده‌اند، نشان داده‌اند که ارضای نیازهای روان‌شناختی با افزایش خودارزشمندی و بهزیستی روانی همراه است (Sadafi et al., 2023). در مقابل، عدم تأمین این نیازها می‌تواند منجر به کاهش احساس ارزشمندی، افزایش اضطراب و افت سلامت روان شود (Aghili et al., 2024). با این حال، برخی یافته‌ها نشان می‌دهند که رابطه میان عدم تأمین نیازها و خودارزشمندی ممکن است پیچیده و وابسته به متغیرهای میانجی باشد.

در این راستا، روان‌شناسی مثبت‌گرا به‌عنوان یکی از رویکردهای نوین در روان‌شناسی، چارچوبی مناسب برای درک این روابط پیچیده فراهم می‌کند. این رویکرد که توسط سلیگمن و همکاران مطرح شده است، بر شناسایی و تقویت نقاط قوت، هیجانات مثبت و تجارب معنادار در زندگی تأکید دارد (Seligman et al., 2005). روان‌شناسی مثبت‌گرا به جای تمرکز صرف بر آسیب‌ها و اختلالات، به بررسی عواملی می‌پردازد که موجب شکوفایی انسان می‌شوند و می‌توانند کیفیت زندگی را ارتقاء دهند (Rashid et al., 2015). پژوهش‌ها نشان داده‌اند که مداخلات مبتنی بر روان‌شناسی مثبت‌گرا می‌توانند به‌طور معناداری سطح بهزیستی، امید، خوش‌بینی و خودارزشمندی را افزایش دهند (Lee, 2024 #386609؛ Sadeghi et al., 2023). همچنین این رویکرد با تأکید بر معنا، درگیرشدگی و هیجانات مثبت، نقش مهمی در ارتقای کیفیت زندگی افراد ایفا می‌کند (Alam, 2022).

از منظر نظری، می‌توان انتظار داشت که روان‌شناسی مثبت‌گرا به‌عنوان یک متغیر میانجی، رابطه میان تأمین نیازهای بنیادین و خودارزشمندی را تبیین کند. به بیان دیگر، زمانی که نیازهای روان‌شناختی افراد تأمین می‌شود، این امر از طریق افزایش هیجانات مثبت، احساس معنا و

رضایت از زندگی، به تقویت خودارزشمندی منجر می‌شود (DeYoung & Tiberius, 2023). در مقابل، در شرایطی که این نیازها برآورده نمی‌شوند، حضور عوامل مثبت روان‌شناختی می‌تواند اثرات منفی را تعدیل کرده و به حفظ سطحی از خودارزشمندی کمک کند. مطالعات تجربی نیز از این دیدگاه حمایت می‌کنند و نشان داده‌اند که متغیرهای روان‌شناسی مثبت مانند سرمایه روان‌شناختی، خوش‌بینی و تاب‌آوری می‌توانند نقش واسطه‌ای در روابط میان عوامل محیطی و پیامدهای روان‌شناختی ایفا کنند (Mirehie, Baghaeipour et al., 2022) #386611 (2020).

علاوه بر این، نقش عوامل اجتماعی و زمینه‌ای نیز در شکل‌گیری خودارزشمندی قابل توجه است. برای مثال، حمایت اجتماعی، تعاملات بین‌فردی و فرصت‌های مشارکت اجتماعی می‌توانند به تقویت احساس ارزشمندی در افراد کمک کنند (Monteiro et al., 2021). همچنین آموزش‌های مبتنی بر توانمندسازی و کارآفرینی می‌توانند از طریق افزایش احساس شایستگی و خودکارآمدی، به ارتقای خودارزشمندی منجر شوند (Rahnamaee Zonouz et al., 2023). در حوزه زنان نیز پژوهش‌ها نشان داده‌اند که مداخلات روان‌شناختی مانند مشاوره مبتنی بر نقاط قوت یا درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد می‌توانند به‌طور معناداری خودارزشمندی را افزایش دهند (Parsakia & Darbani, 2022) #249898 (Khatibi, 2025). همچنین عوامل مرتبط با سبک زندگی و فعالیت‌های بدنی نیز با سطح خودارزشمندی در زنان مرتبط گزارش شده‌اند (Kiliç & Yildirim, 2020). این یافته‌ها نشان می‌دهند که خودارزشمندی یک سازه چندبعدی است که تحت تأثیر عوامل فردی، اجتماعی و فرهنگی قرار دارد.

در کنار این موارد، پژوهش‌های جدید بر اهمیت زمینه‌های خاص جمعیتی نیز تأکید دارند. برای مثال، زنان سالمند به دلیل مواجهه با تغییرات نقش‌های اجتماعی، کاهش تعاملات اجتماعی و چالش‌های سلامت، ممکن است در معرض کاهش خودارزشمندی قرار گیرند (Fletcher et al., 2025). همچنین ساختار خانواده و حمایت‌های اجتماعی می‌تواند نقش مهمی در حفظ یا تضعیف خودارزشمندی در این گروه ایفا کند (Maurida & Basri, 2025). از این‌رو، بررسی هم‌زمان عوامل روان‌شناختی مانند خودمختاری و روان‌شناسی مثبت در این گروه، می‌تواند به درک عمیق‌تر سازوکارهای مؤثر بر خودارزشمندی کمک کند.

مرور پیشینه پژوهش نشان می‌دهد که اگرچه مطالعات متعددی به بررسی رابطه میان نیازهای روان‌شناختی، روان‌شناسی مثبت و خودارزشمندی پرداخته‌اند، اما اغلب این مطالعات به‌صورت مجزا این متغیرها را بررسی کرده‌اند و پژوهش‌های اندکی به بررسی مدل‌های یکپارچه و نقش میانجی متغیرها پرداخته‌اند (Sosin et al., 2024). علاوه بر این، بخش عمده‌ای از تحقیقات در گروه‌های سنی نوجوانان یا دانشجویان انجام شده و کمتر به گروه زنان سالمند توجه شده است (Akardoost Zanganeh et al., 2024). از این‌رو، وجود خلأ پژوهشی در زمینه بررسی هم‌زمان این متغیرها در قالب یک مدل ساختاری و در جامعه زنان سالمند ایرانی به‌وضوح احساس می‌شود.

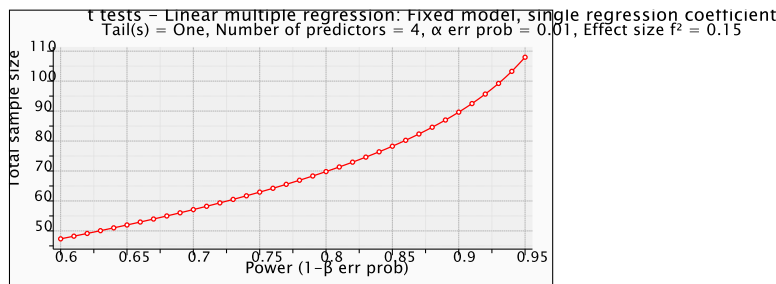
با توجه به اهمیت خودارزشمندی در سلامت روان و کیفیت زندگی، نقش بنیادین نیازهای روان‌شناختی در نظریه خودمختاری و ظرفیت‌تیبینی رویکرد روان‌شناسی مثبت‌گرا، پژوهش حاضر درصدد است با ارائه یک مدل ساختاری، به بررسی روابط میان این متغیرها بپردازد و نقش میانجی روان‌شناسی مثبت‌گرا را در این روابط مورد آزمون قرار دهد؛ بنابراین هدف پژوهش حاضر بررسی تأثیر خودمختاری (تأمین نیاز و عدم تأمین نیاز) بر خودارزشمندی زنان سالمند ایرانی با نقش میانجی روان‌شناسی مثبت‌گرا است.

روش‌شناسی

این تحقیق از نظر هدف از نوع کاربردی، از نظر نوع داده‌ها از نوع کمی و از نظر نحوه گردآوری داده‌ها از نوع تحقیقات توصیفی-پیمایشی می‌باشد. جامعه آماری این پژوهش زنان مسن بالای ۶۰ سال ایرانی بودند که تعداد نمونه مورد نیاز در این پژوهش با استفاده از نرم‌افزار جی‌پاور^۱ تعیین شد، به این طریق که بر اساس اطلاعات وارد شده به نرم‌افزار جی‌پاور اعم از میزان خطای ۰/۰۱، دقت ۰/۹۹، اندازه اثر متوسط

^۱. G*Power

(۰/۱۵) و تعداد متغیرها (۴)، تعداد نمونه مناسب برای پژوهش حاضر، ۱۰۸ نفر به دست آمد که در شکل ۱ نشان داده شده است. شایان ذکر است که روش انتخاب نمونه آماری نیز در دسترس و هدفمند بود.



شکل ۱. نتایج تعیین اندازه نمونه با نرم افزار جی پاور

در پژوهش حاضر ابزارهای اندازه‌گیری متغیرهای پژوهش، پرسشنامه‌ای بود که در بخش اول آن اطلاعات جمعیت‌شناختی شرکت‌کنندگان مورد پرسش قرار گرفت و در بخش دوم پرسشنامه‌های استاندارد مربوط به متغیرهای تحقیق که در ادامه به صورت جداگانه معرفی شده‌اند، قرار گرفت:

پرسشنامه خودمختاری (تأمین نیاز و عدم تأمین نیاز): در این بخش از دو پرسشنامه استفاده شده است. پرسشنامه تأمین نیازهای بنیادی که توسط لانسدال، هودج و جکسون (۲۰۰۷) تدوین شده است. پرسشنامه حاضر دارای ۲۰ گویه بوده و بر مبنای طیف لیکرتی ۵ امتیازی، نمره‌گذاری شده است و فاقد سوال با نمره معکوس می‌باشد. در پژوهش سمیع‌نیا، نیک‌بخش و صفانیا (۱۴۰۰) و سمیع‌نیا، نیک‌بخش و صفانیا (۱۳۹۷) پایایی این پرسشنامه با آلفای کرونباخ و به مقدار ۰/۹۰، مورد تایید قرار گرفته است و پرسشنامه عدم تأمین نیازهای بنیادی که توسط بارثولمو، انتومانیس، رایان و ثوگرسن-انتومانی (۲۰۱۱) تدوین شده است. پرسشنامه حاضر دارای ۱۲ گویه بوده و بر مبنای طیف لیکرتی ۵ امتیازی، نمره‌گذاری شده است و فاقد سوال با نمره معکوس می‌باشد. در پژوهش سمیع‌نیا، نیک‌بخش و صفانیا (۱۴۰۰) و سمیع‌نیا، نیک‌بخش و صفانیا (۱۳۹۷) پایایی این پرسشنامه با آلفای کرونباخ و به مقدار ۰/۸۰، مورد تایید قرار گرفته است.

پرسشنامه خود ارزشمندی: این پرسشنامه که توسط کروکر و نویر (۲۰۰۳) ساخته شده است، دارای ۲۹ سوال هفت گزینه‌ای است که طریقه نمره‌گذاری این پرسشنامه بر اساس طیف لیکرت پنج درجه‌ای است. روایی و پایایی این پرسشنامه با استفاده از روش تحلیل عاملی تائیدی و ضریب آلفای کرونباخ محاسبه شده است در تحقیق اکبردوست زنگنه، طهرانچی و ایجادی (۱۴۰۳) تأیید شده است.

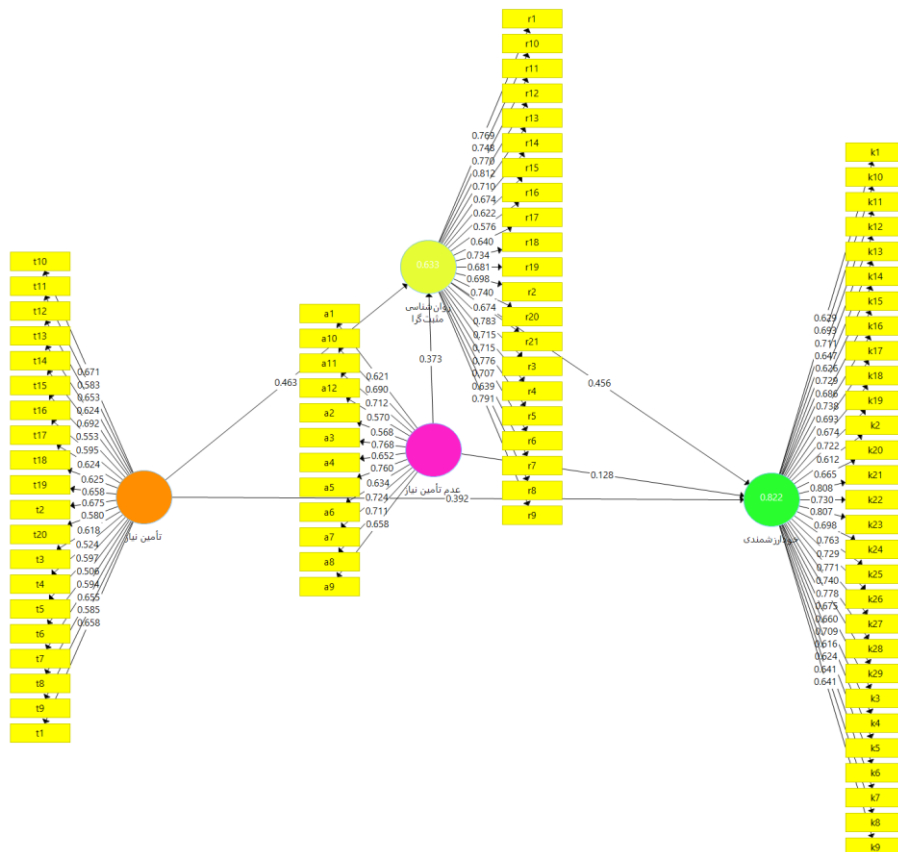
پرسشنامه روان‌شناسی مثبت: به منظور جمع‌آوری اطلاعات مربوط به متغیر روانشناسی مثبت‌گرا، از پرسشنامه‌ی رشید، سامرز و سلیگمن (۲۰۱۵) استفاده شد. این پرسشنامه دارای ۲۱ عبارت بوده و بر اساس نتایج حاصل از تحلیل اکتشافی سه زیر مقیاس زندگی خوشایند، متعهدانه و معنادار را مورد ارزیابی قرار می‌دهد و روایی و پایایی ورژن فارسی این پرسشنامه در پژوهش قربانی، بانی جمالی، عامری، خسروی و ده‌شیری (۱۳۹۴) تأیید شده است.

در مرحله تجزیه و تحلیل داده‌ها، برای بررسی و توصیف ویژگی‌های عمومی پاسخ‌دهندگان از روش‌های آمار توصیفی مانند جداول توزیع فراوانی و میانگین استفاده شد. همچنین از روش‌های آماری استنباطی مانند آزمون کولموگروف اسمیرنوف برای بررسی نرمال بودن توزیع

داده‌ها و آزمون مدل‌سازی معادلات ساختاری و آزمون سوبل تجزیه و تحلیل داده‌ها استفاده شد. تمامی تجزیه و تحلیل داده‌ها در تحقیق حاضر با استفاده از نرم‌افزارهای spss نسخه ۲۳ و smartpls نسخه ۳,۱,۱ و در سطح معنی‌داری ۰/۰۵ انجام شد.

یافته‌ها

در ابتدای بخش یافته‌ها ویژگی‌های جمعیت‌شناختی شرکت‌کنندگان در پژوهش حاضر بررسی شده است که نشان می‌دهد سن شرکت‌کنندگان ۲۴±۶۴ سال بود، اغلب (۶۳ درصد) بازنشسته بودند و میزان تحصیلات بیشتر آن‌ها (۵۹ درصد) کارشناسی بود. در ادامه پژوهش حاضر به منظور تجزیه و تحلیل داده‌ها از آزمون مدل‌سازی معادلات ساختاری (SEM) استفاده شد. به همین منظور ابتدا جهت بررسی برازش مدل پژوهش از شاخص‌های برازش مدل‌های اندازه‌گیری انعکاسی مرتبه اول و سازنده مرتبه دوم استفاده شد. جهت بررسی برازش مدل‌های اندازه‌گیری انعکاسی مرتبه اول از شاخص‌های پایایی ترکیبی، آلفای کرونباخ، بررسی بارهای عاملی، روایی همگرا (AVE) و شاخص فورنل لارکر (روایی واگرا) و جهت بررسی برازش سازنده مرتبه دوم از شاخص افزایش نرخ واریانس (VIF) استفاده شد. در ادامه در شکل ۲ نتایج مربوط به بررسی بارهای عاملی تمامی سؤالات پرسشنامه آورده شده است. شایان ذکر است که با توجه به بالا بودن تعداد گویه‌ها و جهت جلوگیری از نامنظم دیده شدن مدل‌های به دست آمده و همچنین با توجه به اینکه در ادامه جهت تجزیه و تحلیل نتایج به ضرایب مسیر، آماره t و معنی‌داری نیاز است، به غیر از مدل اول (شکل ۲) که به بررسی بارهای عاملی سؤالات تحقیق پرداخته است، در دو مدل بعدی (شکل ۳ و ۴)، گویه‌های مربوط به تمامی متغیرها به حالت پنهان درآمده است تا مدل‌ها شکل منظم‌تری داشته باشند.



شکل ۲. مدل با ضرایب بار عاملی

بر اساس شکل ۲ بررسی اولیه ضرایب بارهای عاملی هر یک از سوالات پرسشنامه نشان داد که بارهای عاملی تمامی سوالات بیشتر از ۰/۴ بودند. در ادامه نتایج مربوط به آلفای کرونباخ، پایایی ترکیبی، روایی همگرا (AVE) و شاخص افزایش نرخ واریانس (VIF) در جدول ۱ آورده شده است.

جدول ۱. نتایج آلفای کرونباخ، پایایی ترکیبی، روایی همگرا و شاخص افزایش نرخ واریانس

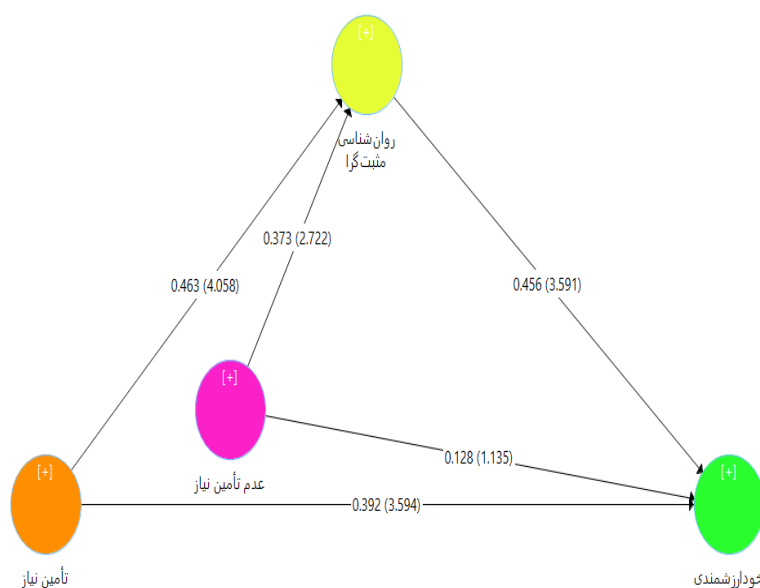
متغیرها	AVE	VIF	پایایی ترکیبی	آلفای کرونباخ
تأمین نیاز	۰/۶۱۵	۱/۰۳۷	۰/۹۲۱	۰/۸۸۳
عدم تأمین نیاز	۰/۶۹۴	۱/۸۴۲	۰/۹۳۳	۰/۸۸۹
روانشناسی مثبت‌گرا	۰/۷۲۳	۱/۹۱۱	۰/۹۰۵	۰/۸۶۹
خودارزشمندی	۰/۵۹۱	۱/۲۶۷	۰/۹۲۸	۰/۸۸۱

بر اساس نتایج جدول ۱، تمامی متغیرها مقادیر آلفای کرونباخ و پایایی ترکیبی بالاتر از ۰/۷، شاخص AVE بالاتر از ۰/۵ و شاخص VIF پایین‌تر از ۵ به دست آوردند، بنابراین ابزار مورد استفاده در این پژوهش از پایایی، روایی همگرا و افزایش نرخ واریانس و مدل پژوهش نیز از برازش مناسبی برخوردار است. در ادامه نتایج مربوط به ماتریس فورنل-لارکر جهت بررسی روایی واگرایی ابزار پژوهش در جدول ۲ آورده شده است.

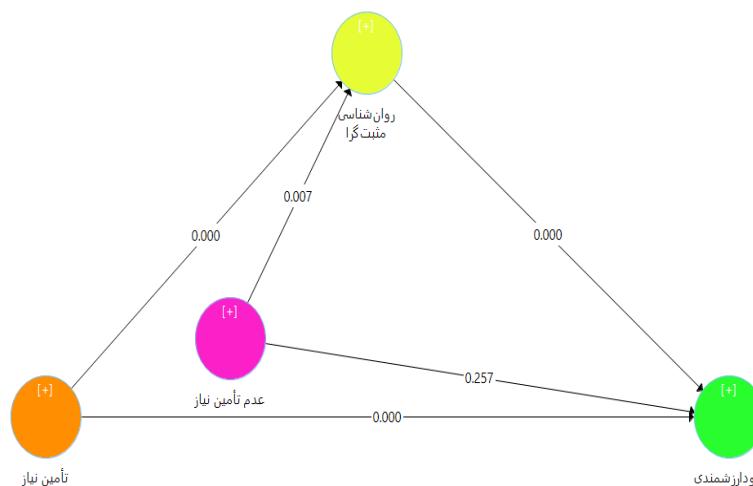
جدول ۲. نتایج ماتریس فورنل و لارکر

متغیر	تأمین نیاز	عدم تأمین نیاز	روانشناسی مثبت‌گرا	خودارزشمندی
تأمین نیاز	۰/۹۴۳			
عدم تأمین نیاز	۰/۶۳۵	۰/۹۲۷		
روانشناسی مثبت‌گرا	۰/۶۵۲	۰/۶۱۳	۰/۹۱۶	
خودارزشمندی	۰/۵۵۷	۰/۵۴۶	۰/۵۹۳	۰/۹۰۷

بر اساس نتایج جدول ۲، مقدار جذر AVE تمامی متغیرهای مرتبه اول از مقدار همبستگی میان آن‌ها بیشتر است که این امر روایی واگرایی ابزار تحقیق و برازش مناسب مدل پژوهش را نشان می‌دهد. در ادامه مدل‌ها با مقادیر ضریب مسیر و معناداری t -value در شکل ۳ و p -value در شکل ۴ نشان شده است. همچنین مقادیر ضریب مسیر، آماره t و معنی‌داری مرتبط با تمامی مسیرهای مدل پژوهش حاضر، در جدول ۳ آورده شده است.



شکل ۳. مدل با مقادیر ضریب مسیر و معناداری t -value



شکل ۴. مدل با معناداری p -value

جدول ۳. مقادیر ضریب مسیر، آماره t و معنی‌داری مرتبط با مسیرهای مدل

مسیر	ضریب مسیر	آماره t	معنی‌داری	نتیجه
تأمین نیاز ← روانشناسی مثبت‌گرا	۰/۴۶۳	۴/۰۵۸	۰/۰۰۱	تأیید
تأمین نیاز ← خودارزشمندی	۰/۳۹۲	۳/۵۹۴	۰/۰۰۱	تأیید
عدم تأمین نیاز ← روانشناسی مثبت‌گرا	۰/۳۷۳	۲/۷۲۲	۰/۰۰۷	تأیید
عدم تأمین نیاز ← خودارزشمندی	۰/۱۲۸	۱/۱۳۵	۰/۲۵۷	عدم تأیید
روانشناسی مثبت‌گرا ← خودارزشمندی	۰/۴۵۶	۳/۵۹۱	۰/۰۰۱	تأیید

با توجه به نتایج جدول ۳ و شکل‌های ۳ و ۴، نتایج نشان داد که تأمین نیازهای بنیادین بر روانشناسی مثبت‌گرا ($t=۴/۰۳۷$; $p=۰/۰۰۱$)، و خودارزشمندی ($t=۴/۰۳۷$; $p=۰/۰۰۱$) تأثیر معنی‌داری دارد، عدم تأمین نیازهای بنیادین بر روانشناسی مثبت‌گرا ($t=۲/۷۲۲$; $p=۰/۰۰۷$) تأثیر معنی‌داری دارد ولی بر خودارزشمندی ($t=۱/۱۳۵$; $p=۰/۲۵۷$) تأثیر معنی‌داری ندارد و روانشناسی مثبت‌گرا نیز بر خودارزشمندی زنان مسن ایرانی تأثیر معنی‌داری دارد ($t=۳/۵۹۱$; $p=۰/۰۰۱$). در ادامه به منظور بررسی نقش میانجی روان‌شناسی مثبت‌گرا در تأثیر تأمین نیاز و عدم تأمین نیاز بر خودارزشمندی زنان مسن ایرانی از آزمون سوبل استفاده شد که نتایج این آزمون در جدول ۴ گزارش شده است.

جدول ۴. نتایج آزمون سوبل

مسیر	آماره سوبل	خطای انحراف استاندارد	آماره p
تأمین نیاز*روانشناسی مثبت‌گرا ← خودارزشمندی	۶/۴۹۷	۰/۰۳۲	۰/۰۰۱
عدم تأمین نیاز*روانشناسی مثبت‌گرا ← خودارزشمندی	۵/۷۷۴	۰/۰۲۹	۰/۰۰۱

نتایج جدول ۴ نشان داد که روان‌شناسی مثبت‌گرا در تأثیر تأمین نیاز ($Z=۶/۴۹۷$; $p=۰/۰۰۱$) و همچنین عدم تأمین نیاز ($Z=۵/۷۷۴$; $p=۰/۰۰۱$) بر خودارزشمندی زنان مسن ایرانی نقش میانجی ایفا می‌کند.

بحث و نتیجه‌گیری

نتایج پژوهش حاضر نشان داد که تأمین نیازهای بنیادین روان‌شناختی تأثیر مثبت و معناداری بر روان‌شناسی مثبت‌گرا در زنان سالمند ایرانی دارد. این یافته با چارچوب نظری خودتعیین‌گری همسو است که بر نقش اساسی ارضای نیازهای خودمختاری، شایستگی و ارتباط در ارتقای

بهبودی روان‌شناختی تأکید دارد (Deci & Ryan, 2012). همچنین این نتیجه با یافته‌های مطالعات اخیر که نشان داده‌اند برآورده شدن نیازهای بنیادین با افزایش هیجانانگیزش درونی و رضایت از زندگی همراه است، همخوانی دارد (Sosin et al., 2024; Sadafi, 2023 #386617). در تبیین این یافته می‌توان بیان کرد که زنان سالمند در صورتی که احساس کنند در تصمیم‌گیری‌های زندگی خود نقش دارند، از توانمندی کافی برخوردارند و روابط اجتماعی معناداری را تجربه می‌کنند، به احتمال بیشتری هیجانانگیزش، امید و معنا را در زندگی تجربه خواهند کرد. این فرآیند به‌طور مستقیم با مؤلفه‌های اصلی روان‌شناسی مثبت‌گرا که بر شکوفایی و بهبودی تأکید دارد، همخوانی دارد (Alam, 2022 #386598; Rashid et al., 2015).

از دیگر یافته‌های مهم پژوهش حاضر، تأثیر مثبت و معنادار تأمین نیازهای بنیادین بر خودارزشمندی بود. این نتیجه با پژوهش‌هایی که نشان داده‌اند ارضای نیازهای روان‌شناختی با افزایش احساس ارزشمندی و عزت‌نفس همراه است، همسو می‌باشد (Najafi Nalivan et al., 2024 #386605; Fairlamb, 2022). همچنین نتایج این پژوهش با یافته‌های مربوط به نقش خودارزشمندی در سازگاری روان‌شناختی و اجتماعی هم‌راستا است (Cichocka et al., 2024). در تبیین این رابطه می‌توان گفت که تأمین نیازهای بنیادین موجب شکل‌گیری تجربه‌های موفقیت‌آمیز، احساس کنترل بر زندگی و افزایش تعاملات مثبت اجتماعی می‌شود و این عوامل به نوبه خود درک مثبت فرد از خود را تقویت می‌کنند. در واقع، زمانی که فرد احساس کند نیازهای اساسی او در محیط زندگی تأمین می‌شود، ارزیابی مثبتی از خود به‌عنوان فردی توانمند و ارزشمند خواهد داشت (Crocker & Nuer, 2003).

یافته دیگر پژوهش نشان داد که عدم تأمین نیازهای بنیادین تأثیر معناداری بر روان‌شناسی مثبت‌گرا دارد. این نتیجه با دیدگاه نظری بارثولومئو و همکاران که به پیامدهای منفی ناکامی در ارضای نیازهای روان‌شناختی اشاره می‌کنند، همخوانی دارد (Bartholomew et al., 2011). همچنین این یافته با نتایج پژوهش‌هایی که نشان داده‌اند عدم تأمین نیازها با کاهش هیجانانگیزش و افت بهبودی روانی همراه است، همسو می‌باشد (Aghili et al., 2024). در تبیین این یافته می‌توان گفت که ناکامی در برآورده شدن نیازهای بنیادین موجب ایجاد احساس ناکارآمدی، بی‌معنایی و کاهش انگیزش می‌شود که این عوامل به‌طور مستقیم با کاهش شاخص‌های روان‌شناسی مثبت‌گرا مرتبط هستند. در چنین شرایطی، افراد ممکن است کمتر احساس رضایت و خوش‌بینی نسبت به زندگی داشته باشند و این امر کیفیت تجربه‌های روان‌شناختی آن‌ها را کاهش می‌دهد (DeYoung & Tiberius, 2023).

با این حال، نتایج نشان داد که عدم تأمین نیازهای بنیادین تأثیر مستقیم معناداری بر خودارزشمندی ندارد. این یافته در مقایسه با برخی پژوهش‌ها که رابطه منفی بین ناکامی نیازها و خودارزشمندی را گزارش کرده‌اند، تا حدی متفاوت است (Aghili et al., 2024). اما با مطالعاتی که بر پیچیدگی این رابطه و نقش متغیرهای میانجی تأکید دارند، همخوانی دارد (Samienia et al., 2022). در تبیین این نتیجه می‌توان بیان کرد که در زنان سالمند، عوامل دیگری مانند تجربه‌های زندگی، حمایت اجتماعی و سازوکارهای مقابله‌ای ممکن است نقش مهم‌تری در تعیین سطح خودارزشمندی ایفا کنند و اثر مستقیم عدم تأمین نیازها را تعدیل نمایند. به عبارت دیگر، خودارزشمندی در این گروه سنی ممکن است ساختاری مقاوم‌تر داشته باشد که تحت تأثیر مجموعه‌ای از عوامل قرار می‌گیرد و صرفاً به یک متغیر وابسته نیست.

یافته دیگر پژوهش نشان داد که روان‌شناسی مثبت‌گرا تأثیر مثبت و معناداری بر خودارزشمندی دارد. این نتیجه با مطالعاتی که نقش مؤلفه‌های مثبت روان‌شناختی مانند خوش‌بینی، امید و معنا را در افزایش خودارزشمندی نشان داده‌اند، همسو است (Lee, Sadeghi et al., 2023 #386609). همچنین این یافته با پژوهش‌هایی که سرمایه روان‌شناختی مثبت را به‌عنوان پیش‌بینی‌کننده خودارزشمندی معرفی کرده‌اند، همخوانی دارد (Baghaeipour et al., 2022). در تبیین این رابطه می‌توان گفت که روان‌شناسی مثبت‌گرا با تقویت نگرش مثبت نسبت به خود و زندگی، افزایش هیجانانگیزش و ایجاد احساس معنا، زمینه‌ساز شکل‌گیری ارزیابی مثبت از خود می‌شود. این فرآیند موجب می‌شود افراد ارزش بیشتری برای خود قائل شوند و اعتماد به نفس بالاتری داشته باشند (Houge Mackenzie & Brymer, 2020 #386611; Mirehie, 2020).

از مهم‌ترین یافته‌های پژوهش حاضر، نقش میانجی روان‌شناسی مثبت‌گرا در رابطه بین تأمین نیازهای بنیادین و خودارزشمندی بود. این نتیجه با یافته‌های مطالعاتی که نقش واسطه‌ای متغیرهای مثبت روان‌شناختی را در روابط بین عوامل فردی و پیامدهای روان‌شناختی نشان داده‌اند، همسو است (Lee et al., 2024). در تبیین این یافته می‌توان گفت که تأمین نیازهای بنیادین به‌تنهایی موجب افزایش خودارزشمندی نمی‌شود، بلکه این تأثیر از طریق ارتقای شاخص‌های روان‌شناسی مثبت‌گرا مانند امید، خوش‌بینی و معنا در زندگی منتقل می‌شود. به عبارت دیگر، روان‌شناسی مثبت‌گرا به‌عنوان یک مکانیزم انتقالی عمل می‌کند که اثرات مثبت تأمین نیازها را به سطح خودارزشمندی منتقل می‌کند. همچنین نتایج نشان داد که روان‌شناسی مثبت‌گرا در رابطه بین عدم تأمین نیازها و خودارزشمندی نیز نقش میانجی ایفا می‌کند. این یافته نشان می‌دهد که حتی در شرایطی که نیازهای بنیادین به‌طور کامل تأمین نمی‌شوند، وجود ویژگی‌های مثبت روان‌شناختی می‌تواند از کاهش خودارزشمندی جلوگیری کند. این نتیجه با دیدگاه‌هایی که بر نقش تاب‌آوری و منابع روان‌شناختی مثبت در مقابله با شرایط نامطلوب تأکید دارند، همخوانی دارد (Rahnamaee Zonouz et al., 2023). به بیان دیگر، روان‌شناسی مثبت‌گرا می‌تواند به‌عنوان یک عامل محافظتی عمل کند و اثرات منفی ناشی از ناکامی در ارضای نیازها را تعدیل نماید.

در مجموع، یافته‌های پژوهش حاضر نشان می‌دهد که خودارزشمندی زنان سالمند ایرانی تحت تأثیر تعامل پیچیده‌ای از عوامل فردی و روان‌شناختی قرار دارد و نظریه خودمختاری و رویکرد روان‌شناسی مثبت‌گرا می‌تواند چارچوبی جامع برای تبیین این روابط فراهم کنند. این نتایج بر اهمیت توجه هم‌زمان به تأمین نیازهای بنیادین و تقویت مؤلفه‌های مثبت روان‌شناختی در برنامه‌های مداخله‌ای و سیاست‌گذاری‌های مرتبط با سلامت روان زنان سالمند تأکید دارد.

از جمله محدودیت‌های پژوهش حاضر می‌توان به استفاده از روش نمونه‌گیری هدفمند اشاره کرد که ممکن است تعمیم‌پذیری نتایج را محدود کند. همچنین استفاده از ابزارهای خودگزارشی می‌تواند با سوگیری پاسخ‌دهی همراه باشد. علاوه بر این، ماهیت مقطعی پژوهش امکان بررسی روابط علی را به‌طور کامل فراهم نمی‌کند. از سوی دیگر، تمرکز بر یک گروه خاص (زنان سالمند ایرانی) موجب می‌شود نتایج به سایر گروه‌های جمعیتی قابل تعمیم نباشد.

پیشنهاد می‌شود در پژوهش‌های آینده از روش‌های نمونه‌گیری تصادفی و حجم نمونه بزرگ‌تر استفاده شود تا تعمیم‌پذیری نتایج افزایش یابد. همچنین انجام مطالعات طولی می‌تواند به درک بهتر روابط علی میان متغیرها کمک کند. بررسی نقش سایر متغیرهای میانجی و تعدیل‌گر مانند حمایت اجتماعی، تاب‌آوری و سبک‌های مقابله‌ای نیز می‌تواند به غنای مدل‌های تبیینی بیفزاید. علاوه بر این، انجام مطالعات مقایسه‌ای در گروه‌های سنی و فرهنگی مختلف می‌تواند به شناسایی تفاوت‌های بین‌گروهی کمک کند.

در حوزه کاربردی، نتایج این پژوهش می‌تواند در طراحی برنامه‌های مداخله‌ای برای ارتقای سلامت روان زنان سالمند مورد استفاده قرار گیرد. تقویت مهارت‌های مرتبط با خودمختاری، افزایش فرصت‌های مشارکت اجتماعی و ایجاد محیط‌های حمایتی می‌تواند به تأمین نیازهای بنیادین این گروه کمک کند. همچنین استفاده از مداخلات مبتنی بر روان‌شناسی مثبت‌گرا می‌تواند در افزایش احساس معنا، امید و خودارزشمندی مؤثر باشد. پیشنهاد می‌شود سیاست‌گذاران و متخصصان حوزه سلامت روان با توجه به این یافته‌ها، برنامه‌هایی جامع و چندبعدی برای بهبود کیفیت زندگی زنان سالمند طراحی و اجرا کنند.

مشارکت نویسندگان

در نگارش این مقاله تمامی نویسندگان نقش یکسانی ایفا کردند.

موازین اخلاقی

در انجام این پژوهش تمامی موازین و اصول اخلاقی رعایت گردیده است.

تعارض منافع

در انجام مطالعه حاضر، هیچ‌گونه تضاد منافی وجود ندارد.

تشکر و قدردانی

پژوهشگران از تمامی شرکت‌کنندگان که در اجرای پژوهش حاضر کمک نمودند نهایت قدردانی و سپاس را دارند.

شفافیت داده‌ها

داده‌ها و مآخذ پژوهش حاضر در صورت درخواست از نویسنده مسئول و ضمن رعایت اصول کپی‌رایت ارسال خواهد شد.

حامی مالی

این پژوهش حامی مالی نداشته است.

چکیده گسترده

EXTENDED ABSTRACT

Introduction

Self-worth is widely recognized as a central construct in psychological functioning, reflecting individuals' global evaluation of their value and competence. It plays a crucial role in emotional adjustment, social functioning, and overall mental health across the lifespan. In later life, particularly among older women, self-worth becomes increasingly salient due to age-related transitions, including retirement, reduced social roles, health challenges, and shifting family dynamics. These changes can either undermine or strengthen individuals' perception of self-worth depending on the presence of protective psychological and environmental resources. Contemporary research suggests that self-worth is not merely an outcome variable but also a dynamic construct shaped by motivational, cognitive, and affective processes (Cichocka et al., 2024; Crocker & Nuer, 2003).

One of the most influential theoretical frameworks for understanding these processes is Self-Determination Theory (SDT), which posits that human well-being is contingent upon the satisfaction of three basic psychological needs: autonomy, competence, and relatedness (Deci & Ryan, 2012). When these needs are fulfilled, individuals are more likely to experience intrinsic motivation, psychological growth, and well-being. Conversely, when these needs are thwarted, individuals may experience diminished motivation, distress, and maladaptive outcomes (Bartholomew et al., 2011). Empirical studies have consistently demonstrated that need satisfaction is positively associated with engagement, well-being, and self-perception, whereas need thwarting is linked to burnout and psychological distress (Lonsdale et al., 2007; Samienia et al., 2019; Samienia et al., 2022). In addition, recent findings highlight that fluctuations in need fulfillment are directly related to variations in affective well-being and psychological functioning over time (Sosin et al., 2024).

Building on this framework, research has shown that satisfaction of basic psychological needs is closely linked to self-worth. Individuals who perceive themselves as autonomous, competent, and socially connected are

more likely to develop a positive sense of self and maintain higher levels of self-esteem (Fairlamb, 2022; Najafi Nalivan et al., 2024). Conversely, need thwarting has been associated with reduced psychological well-being and lower self-worth, although the nature of this relationship may be complex and mediated by other psychological factors (Aghili et al., 2024). Moreover, studies conducted across different populations suggest that self-worth is influenced not only by internal motivational states but also by contextual and interpersonal factors such as social support and life experiences (Monteiro et al., 2021).

Positive psychology provides a complementary perspective by focusing on strengths, positive emotions, and meaningful engagement in life. This approach emphasizes the role of optimism, hope, resilience, and life satisfaction in promoting psychological well-being and flourishing (Rashid et al., 2015; Seligman et al., 2005). Interventions grounded in positive psychology have been shown to significantly enhance well-being, professional competence, and self-worth across diverse populations (Lee et al., 2024; Sadeghi et al., 2023). Furthermore, positive psychological constructs have been found to mediate the relationship between environmental or motivational factors and psychological outcomes, suggesting that they function as key mechanisms through which well-being is achieved (Baghaeipour et al., 2022).

The integration of SDT and positive psychology perspectives suggests that the effects of need satisfaction on self-worth may be partially explained by increases in positive psychological functioning. In other words, fulfilling basic psychological needs may foster positive emotions and meaning in life, which in turn enhance self-worth (DeYoung & Tiberius, 2023). Conversely, even when needs are not fully satisfied, positive psychological resources may buffer negative effects and preserve individuals' sense of self-worth. This buffering role is particularly important in vulnerable populations such as older women, who may face cumulative life stressors. Prior research has also highlighted the importance of empowerment-based interventions and strength-oriented counseling in improving self-worth among women (Khatibi et al., 2025; Parsakia & Darbani, 2022).

Despite the growing body of research, several gaps remain. Most studies have examined these constructs independently rather than within an integrated structural model, and limited attention has been given to older women as a distinct population group (Akardoost Zanganeh et al., 2024). Additionally, the mediating role of positive psychology in the relationship between need satisfaction and self-worth has not been sufficiently explored in this demographic context. Given these gaps, the present study aimed to develop and test a structural model examining the effect of autonomy (need satisfaction and need thwarting) on self-worth in Iranian older women, with positive psychology as a mediating variable.

Methods and Materials

This study employed an applied, quantitative, and descriptive-survey design. The statistical population consisted of Iranian women aged 60 years and older. Based on power analysis and predetermined statistical parameters, a sample of 108 participants was selected using purposive sampling. Data were collected using a structured questionnaire comprising demographic information and standardized instruments measuring basic psychological need satisfaction, need thwarting, self-worth, and positive psychology.

The need satisfaction questionnaire included multiple items assessing autonomy, competence, and relatedness using a Likert-type scale. The need thwarting instrument assessed the extent to which these psychological needs were frustrated in daily experiences. Self-worth was measured using a multidimensional scale evaluating individuals' perceptions of their value and competence. Positive psychology was assessed through a scale measuring components such as pleasant life, engaged life, and meaningful life.

Data analysis was conducted using both descriptive and inferential statistical methods. Structural Equation Modeling (SEM) was employed to test the hypothesized relationships among variables. Measurement model evaluation included assessment of reliability, convergent validity, and discriminant validity using indices such as Cronbach's alpha, composite reliability, and average variance extracted (AVE). Model fit and

multicollinearity were also assessed. Additionally, the Sobel test was used to examine the mediating role of positive psychology in the relationships between need satisfaction, need thwarting, and self-worth. All analyses were performed using SPSS (version 23) and SmartPLS (version 3.1.1) software.

Findings

The results of the structural equation modeling indicated that need satisfaction had a significant positive effect on positive psychology ($t = 4.037, p < 0.001$) and self-worth ($t = 4.037, p < 0.001$). Need thwarting also had a significant effect on positive psychology ($t = 2.722, p = 0.007$), but its direct effect on self-worth was not statistically significant ($t = 1.135, p = 0.257$).

Furthermore, positive psychology demonstrated a significant positive effect on self-worth ($t = 3.591, p < 0.001$). These findings indicate that individuals who experience higher levels of positive psychological functioning are more likely to report greater self-worth.

The results of the Sobel test confirmed the mediating role of positive psychology in the relationship between need satisfaction and self-worth ($z = 6.497, p < 0.001$), as well as in the relationship between need thwarting and self-worth ($z = 5.774, p < 0.001$). These findings suggest that positive psychology serves as a significant mediator through which both need satisfaction and need thwarting influence self-worth.

Discussion and Conclusion

The findings of the present study highlight the critical role of basic psychological needs in shaping self-worth among older women. The positive association between need satisfaction and both positive psychology and self-worth underscores the importance of autonomy, competence, and relatedness in promoting psychological well-being. These results suggest that when individuals perceive their basic needs as fulfilled, they are more likely to experience positive emotions, meaningful engagement, and a stronger sense of self-worth.

The lack of a significant direct effect of need thwarting on self-worth, coupled with its indirect effect through positive psychology, indicates that the relationship between need frustration and self-worth is complex and mediated by psychological resources. This finding suggests that positive psychological functioning can act as a protective mechanism, buffering the negative impact of unmet needs.

The significant mediating role of positive psychology further emphasizes its importance as a key mechanism linking motivational processes to self-evaluative outcomes. By enhancing positive emotions, meaning, and engagement, positive psychology facilitates the translation of need satisfaction into improved self-worth. At the same time, it mitigates the adverse effects of need thwarting, highlighting its dual role as both a promotive and protective factor.

Overall, the study provides empirical support for an integrated model combining Self-Determination Theory and positive psychology in explaining self-worth. The findings have important implications for interventions aimed at improving psychological well-being among older women. Programs that focus on enhancing autonomy, competence, and social connectedness, alongside fostering positive psychological resources, may be particularly effective in promoting self-worth and overall quality of life.

فهرست منابع

References

- Aghili, S. F., Naami, A. Z., & Hashemi, S. E. (2024). Developing and Testing a Model of Organizational Dehumanization's Effect on Some Organizational Consequences with the Mediation of Lack of Organizational Fundamental Psychological Needs Thwarting. *Social Psychology Research, 14*(54), 85-98. <https://doi.org/10.22034/spr.2024.433828.1904>
- Akardoost Zanganeh, S., Tehranchi, A., & Ejadi, Z. (2024). The Mediating Role of Academic Engagement in the Relationship Between Personality Traits and Self-Worth with Academic Self-Efficacy in Male High School Students. *Educational Psychology, 20*(71), 201-224. <https://doi.org/10.22054/jep.2024.73189.3825>

- Alam, A. (2022). Positive Psychology Goes to School: Conceptualizing Students' Happiness in 21st Century Schools While 'Minding the Mind!' Are We There Yet? Evidence-Backed, School-Based Positive Psychology Interventions. *Ecs Transactions*, 107(1), 11199. <https://doi.org/10.1149/10701.11199ECST>
- Baghaeipour, L., Sajjadian, I., & Golparvar, M. (2022). Investigating the Self-Worth Correlations of Depressed Women: The Mediating Role of Acceptance, Body Appreciation, and Psychological Capital. *The Journal of Toloo-e-Behdasht*, 21(3), 12-29. <http://tbj.ssu.ac.ir/article-1-3332-fa.html>
- Bartholomew, K. J., Ntoumanis, N., Ryan, R. M., & Thøgersen-Ntoumani, C. (2011). Psychological Need Thwarting in the Sport Context: Assessing the Darker Side of Athletic Experience. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 33(1), 75-102. <https://doi.org/10.1123/jsep.33.1.75>
- Cichocka, A., Marchlewska, M., & Cislak, A. (2024). Self-Worth and Politics: The Distinctive Roles of Self-Esteem and Narcissism. *Political Psychology*, 45, 43-85. <https://doi.org/10.1111/pops.12897>
- Crocker, J., & Nuer, N. (2003). The Insatiable Quest for Self-Worth. *Psychological Inquiry*, 14(1), 31-34. <https://www.jstor.org/stable/1449035>
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2012). Self-Determination Theory. In *Handbook of theories of social psychology* (Vol. 1, pp. 416-436). <https://doi.org/10.4135/9781446249215.n21>
- DeYoung, C. G., & Tiberius, V. (2023). Value Fulfillment from a Cybernetic Perspective: A New Psychological Theory of Well-Being. *Personality and Social Psychology Review*, 27(1), 3-27. <https://doi.org/10.1177/10888683221083777>
- Fairlamb, S. (2022). We Need to Talk About Self-Esteem: The Effect of Contingent Self-Worth on Student Achievement and Well-Being. *Scholarship of Teaching and Learning in Psychology*, 8(1), 45. <https://psycnet.apa.org/buy/2020-49860-001>
- Fletcher, C., Hoon, E., Gialamas, A., Kalamkarian, A., Chittleborough, C., Dekker, G., & Smithers, L. (2025). Exploring how communicating risk can impact maternal self-worth and esteem for women who smoke in an antenatal service setting. *Health, Risk & Society*, 1-20. <https://doi.org/10.1080/13698575.2025.2524682>
- Houge Mackenzie, S., & Brymer, E. (2020). Conceptualizing Adventurous Nature Sport: A Positive Psychology Perspective. *Annals of Leisure Research*, 23(1), 79-91. <https://doi.org/10.1080/11745398.2018.1483733>
- Khatibi, F., Khanmohammadi Otaghsara, A., & Heydari, S. (2025). The Effectiveness of Group-Based Acceptance and Commitment Therapy on Self-Worth and Resilience in Obese Women. *Psychology of Woman Journal*, 6(3), 1-9. <https://doi.org/10.61838/>
- Kiliç, Y., & Yildirim, E. (2020). Investigation of the Physical Activity Self-Worth of Women Who Study in University. *World Journal of Education*, 10(1), 110-116. <https://doi.org/10.5430/wje.v10n1p110>
- Lee, A. S., Fung, W. K., Chan, D. K., & Chung, K. K. H. (2024). The Effectiveness of a Positive Psychological Intervention for Promoting Preschool Teachers' Well-Being and Professional Competence: EASP Intervention Program. *Applied Psychology: Health and Well-Being*, 16(4), 1626-1658. <https://doi.org/10.1111/aphw.12544>
- Lonsdale, C., Hodge, K., & Jackson, S. A. (2007). Athlete Engagement: II. Development and Initial Validation of the Athlete Engagement Questionnaire. *International Journal of Sport Psychology*, 38(4), 389-411. <https://psycnet.apa.org/record/2008-02698-008>
- Maurida, N., & Basri, A. A. (2025). The Strengthening Family on Marriage Planning Among Adolescent Women at Rural Area. *Jurnal Kesehatan Dr Soebandi*, 13(1). <https://doi.org/10.36858/jkds.v13i1.795>
- Monteiro, D., Rodrigues, F., & Lopes, V. P. (2021). Social Support Provided by the Best Friend and Vigorous-Intensity Physical Activity in the Relationship Between Perceived Benefits and Global Self-Worth of Adolescents. *Revista de Psicodidáctica (English ed.)*, 26(1), 70-77. <https://doi.org/10.1016/j.psicoe.2020.11.004>
- Najafi Nalivan, M., Sarlab, R., & Behnam, M. (2024). Relation of Self-Determination Theory with Participation and Perfectionism Athletes: Moderating Role of Creativity. *Human Resource Management in Sports*, 11(1), 71-85. <https://doi.org/10.22044/shm.2023.13341.2562>
- Parsakia, K., & Darbani, S. (2022). Effectiveness of Strength-Based Counseling on Self-Worth of Divorced Women. *Journal of Applied Family Therapy*, 3(1), 687-700. <https://doi.org/10.61838/kman.aftj.3.1.34>
- Rahnamaee Zonouz, F., Aalami, F., & Abolghasemi, M. (2023). The Effect of Technology-Based Entrepreneurship Education on Empowering the Entrepreneurial Spirit of Elementary Students (Case Study: Sixth Graders). *The Journal of New Thoughts on Education*, 19(3), 67-87. <https://doi.org/10.22051/jontoe.2022.39260.3512>
- Rashid, T., Summers, R. F., & Seligman, M. E. (2015). Positive Psychology. In *Psychiatry* (pp. 489-498). <https://doi.org/10.1002/9781118753378.ch30>
- Sadafi, A., Moradi, A., & Momeni, K. M. (2023). Lived Experience of Junior High School Students Regarding Satisfying Basic Psychological Needs in the Classroom: A Phenomenological Study. *The Journal of New Thoughts on Education*, 19(3), 237-254. <https://doi.org/10.22051/jontoe.2022.36254.3352>
- Sadeghi, M., Abbasian Shourab, T., Tarak, A., Moradi, A., & Faraji, R. (2023). The Effectiveness of Positive Psychology Factors Training on Sense of Self-Worth and Meta-Cognitive in Children of Veterans with PTSD Disorder. *Military Psychology*, 14(2), 139-155. <https://dor.isc.ac/dor/20.1001.1.25885162.1402.14.2.7.4>

- Samienia, M., Nikbakhsh, R., & Safania, A. M. (2019). Perfectionism, Burnout and Engagement Model in Athlete: The Mediating Role of the Self-Determination Theory. *Sport Psychology Studies*, 7(26), 121-132. <https://doi.org/10.22089/spsyj.2018.5560.1583>
- Samienia, M., Nikbakhsh, R., & Safania, A. M. (2022). Perfectionism, Burnout and Engagement Model in Physically Disabled Elite Athletes: The Mediating Role of the Self-Determination Theory. *Sport Management Journal*, 13(4), 1381-1399. <https://doi.org/10.22059/jsm.2020.307839.2551>
- Seligman, M. E., Steen, T. A., Park, N., & Peterson, C. (2005). Positive Psychology Progress: Empirical Validation of Interventions. *American psychologist*, 60(5), 410-421. <https://psycnet.apa.org/buy/2005-08033-003>
- Sosin, A., Kramer, A. C., & Neubauer, A. B. (2024). Week-to-Week Fluctuations in Autonomous Study Motivation: Links to Need Fulfillment and Affective Well-Being. *Journal of Educational Psychology*, 116(1), 36. <https://doi.org/10.1037/edu0000811>