

پیش‌بینی علاقه اجتماعی بر اساس خود ارزشیابی‌های مرکزی و تمایز یافتگی خود در سالمندان

ابوالفضل مرادی^۱، سیدمحسن حجت خواه^۲

۱. کارشناسی ارشد مشاوره خانواده، دانشگاه رازی، کرمانشاه، ایران (نویسنده مسئول).

۲. هیئت علمی گروه مشاوره، دانشکده علوم اجتماعی، دانشگاه رازی، کرمانشاه، ایران.

فصلنامه راهبردهای نو در روان‌شناسی و علوم تربیتی، دوره هفتم، شماره بیست و ششم، تابستان ۱۴۰۴، صفحات ۶۳-۵۷

چکیده

سالمندی یکی از مراحل مهم زندگی است که با پیشرفت علم و بهبود شرایط بهداشتی، آمار سالمندان در جوامع گوناگون رو به افزایش است؛ از این رو برای ارتقای سازگاری سالمندان، توجه به رضایت از زندگی آنان لازم است. پژوهش حاضر با هدف پیش‌بینی علاقه اجتماعی بر اساس خود ارزشیابی‌های مرکزی و تمایز یافتگی زندگی سالمندان انجام شد. روش پژوهش حاضر، توصیفی از نوع همبستگی بود. از بین سالمندان شهر ملایر در سال ۱۴۰۲ به روش نمونه‌گیری تصادفی خوشه‌ای، ۲۳۷ نفر انتخاب شدند. ابزار اندازه‌گیری شامل پرسشنامه تمایز یافتگی خود، پرسشنامه خود ارزشیابی مرکزی، پرسشنامه علاقه اجتماعی بود. داده‌ها با روش رگرسیون گام‌به‌گام تحلیل شد. نتایج رگرسیون نشان داد تمایز یافتگی خود، خود ارزشیابی مرکزی ۲۴ درصد تغییرات علاقه اجتماعی در سالمندان را پیش‌بینی می‌کنند؛ بنابراین، به منظور افزایش سطح علاقه اجتماعی سالمندان پیشنهاد می‌شود زمینه ارتقای سطح سلامت روان آنان فراهم شود.

واژه‌های کلیدی: تمایز یافتگی خود، خود ارزشیابی مرکزی، علاقه اجتماعی، سالمندان.

مقدمه

سالمندی دوران حساسی از زندگی است و توجه به مسائل و نیازهای این مرحله، ضرورتی اجتماعی به شمار می‌رود. در این دوره سیستم‌های مختلف بدن تحلیل می‌رود و در عمل، توانایی انسان کاهش می‌یابد. این روند افزایش ناتوانی و کاهش تصاعدی و پیش‌رونده در توانایی حرکتی و عملکرد حافظه، کاهش استقلال، افزایش وابستگی سالمندان به دیگران را موجب می‌شود (قاضی محسنی، سلیمانان و حیدرنیا، ۱۳۹۵). در سال ۲۰۱۹ جمعیت سالمندان (۶۰ سال و بیشتر) ۸۴۱ میلیون نفر تخمین زده شده است که این میزان ۱۱/۷ درصد کل جمعیت جهان را شامل می‌شوند. فرایند پیری بدون شک آغاز می‌شود. انسان‌ها طی فرایند زیستی، با مرحله‌ای به نام سالمندی روبه‌رو می‌شوند. از سویی کاهش نرخ رشد جمعیت و از سوی دیگر، بهبود مراقبت‌های پزشکی، به افزایش میانگین عمر در اکثر کشورهای جهان منجر شده است. سالمندی فرایندی است که درمانگران نمی‌توانند آن را نادیده بگیرند، زیرا بر اساس آمار تا سال ۲۰۲۵ جمعیت بالای ۶۰ سال در جهان به ۱/۲ میلیارد نفر خواهد رسید و این تعداد تا سال ۲۰۵۰ دو برابر خواهد شد (سازمان بهداشت جهانی، ۲۰۲۰) درصد افراد سالمند در کشورهای در حال توسعه زندگی می‌کنند.

سازمان جهانی بهداشت اعلام می‌کند در آینده‌ای نزدیک شاهد افزایش جمعیت افراد بالای ۶۵ سال نسبت به جمعیت کودکان زیر ۵ سال خواهیم بود. در کشور ایران نیز رشد جمعیت سالمندان کشور، بیش از رشد جمعیت کل کشور است؛ به‌طوری‌که متوسط عمر در برخی از کشورهای پیشرفته به بیش از ۸۵ سال و در ایران به ۶۷ سال رسیده است (حسن‌پور دهکردی و رستار، ۱۳۹۵). بر اساس سرشماری سال ۱۳۹۵، آمارها حاکی از افزایش سهم جمعیت سالمند با سن بیش از ۶۵ سال از ۵/۷ درصد در سال ۹۰ به ۶/۱ درصد در سال ۹۵ است. این افزایش جمعیت در گروه میانسالان (۳۰ تا ۶۴ سال) نیز مشهود است؛ به‌نحوی‌که سهم آن‌ها از کل جمعیت کشور به ۴۴/۸ درصد رسیده است و در مجموع نشان می‌دهد بیش از نیمی از جمعیت کنونی کشور (۵۱ درصد) را افراد میان‌سال و سالمند تشکیل می‌دهد (مرکز آمار ایران، ۱۳۹۵).

سالمندان بالای ۶۰ سال به‌طور فزاینده‌ای با کاهش و افت عملکرد جسمانی و بیماری‌های مزمن روبه‌رو می‌شوند که ارتباط نزدیکی با پیامدهای منفی سلامت روانی دارد. این افت سلامت روانی اگرچه اغلب پایین‌تر از آستانه تشخیص بالینی قرار دارد، اما به خطراتی جدی برای بهزیستی و کیفیت زندگی سالمندان منجر می‌شود. از سوی دیگر، مطالعات پیشین نشان داده‌اند که ویژگی‌های روانی مثبت (مانند عواطف مثبت، مثبت‌نگری، روابط مثبت و هدف‌مندی در زندگی) به‌طور معناداری با پیامدهای بهتر بهزیستی روان‌شناختی مرتبط هستند. برای مثال، در یک مطالعه طولی روی افراد سالمند در آمریکا، پس از کنترل عواملی چون بیماری‌های مزمن و عوامل روانی و اجتماعی جمعیتی، عامل مثبت‌نگری احتمال خطر پایین‌تر برای سکتته را پیش‌بینی می‌کرد. به‌طور کلی، پرداختن به نیازهای سلامت روانی جمعیت سالمند به موضوعی مهم در سرتاسر دنیا مبدل شده و بهبود سلامتی و بهزیستی سالمندان، کاهش مشکلات روانی، حفظ کیفیت زندگی این جمعیت و نیز بهینه‌سازی هزینه‌های مراقبت بهداشتی امری ضروری است.

هم‌راستا با توسعه روان‌شناسی مثبت در دهه اخیر، دیدگاه جدیدی در حوزه پیری‌شناسی مطرح شده که با دیدگاه‌های منفی که تاکنون رایج بوده در تعارض است. این دیدگاه جدید بر پایه مفاهیم جدیدی پیرامون سالمندی همچون بهزیستی روان‌شناختی،

شادی، رضایت از زندگی، حمایت اجتماعی، معنویت و سالمندی مثبت شکل گرفته است. توجه روان‌شناسی مثبت به فضیلت‌ها و ویژگی‌های مثبت بشری پیامدهای مفیدی از جمله بهبود حس خوش‌بینی، بهزیستی روان‌شناختی، کاهش هیجانات منفی و رضایت از زندگی را به دنبال داشته است. اخیراً تلاشی گسترده برای بررسی تأثیر طیف کامل ویژگی‌های مثبت شخصیتی بر سلامت و بهزیستی سالمندان صورت گرفته است.

در این میان، روان‌شناسی مثبت تلاش دارد به فرد کمک کند تا با سطح مطلوبی از رضایت و بهزیستی هیجانی به زندگی خود ادامه دهد. در بطن جنبش روان‌شناسی مثبت، بسیاری از پژوهشگران برجسته بر لزوم در نظر گرفتن جنبه‌های مثبت بشر و مفهوم بهزیستی در تعریف سلامت روان تأکید کرده‌اند.

تمایز یافتگی یکی از زمینه‌های لازم برای سازگاری ارتباطی و مفهوم تمایز یافتگی راهی برای فهم وضعیت وابستگی متقابل اجتماعی می‌باشد. اشخاص با سطح تمایز یافتگی پایین، بیشتر زندگیشان را صرف نگهداری سیستم روابط شان با دیگران نموده و تصمیمات اصلی خود را براساس اجتناب از تعارض و آنچه زندگی‌شان را دچار نوسان نکند، می‌گیرند (گیسون و دونیگان^۱، ۲۰۰۶). تمایز یافتگی را در دو سطح می‌توان بررسی کرد: یکی به‌عنوان فرایندی که درون فرد رخ می‌دهد که شامل عوامل جایگاه من و واکنش‌پذیری هیجانی است؛ و دیگری به‌عنوان فرایندی که در روابط بین افراد به وقوع می‌پیوندد که شامل شواهد تجربی به‌طور گسترده ۵ عوامل هم آمیختگی با دیگران و برش هیجانی است (میزر^۲، ۲۰۱۱). از تأثیر سطح تمایز خود بر ابعاد سلامت روان سخن به میان آورده و تمایز یافتگی خود را عامل مهمی در ارتقای سلامت روان دانسته‌اند (هوپر و دیپوی^۳، ۲۰۱۰). پژوهش‌هایی انجام‌شده در ایران در زمینه سالمندی، بسیار محدود بوده است و براساس آن، پیری در مفهوم تنگاتنگ از سلامت فیزیکی، بررسی و در چارچوب محدود پزشکی محبوس شده است. باوجود رشد جمعیت سالمندان و تغییرات هرم جمعیتی کشور، هنوز بر نیازهای سالمندان در همه ابعاد آن، به‌منزله گروه آسیب‌پذیر جامعه تمرکز نشده است (هروی کریموی، پوردهقان، جدید میلانی، فروتن، آیین، ۱۳۹۵). این پژوهش با هدف پیش‌بینی علاقه اجتماعی بر اساس خود ارزشیابی‌های مرکزی و تمایز یافتگی خود در سالمندان انجام‌شده است.

روش پژوهش

پژوهش حاضر از نوع توصیفی همبستگی بود. جامعه آماری این پژوهش، کلیه سالمندان شهر ملایر در سال ۱۳۹۶ بود که از مکان‌های عمومی همچون سرای محله، پارک‌ها و فرهنگسراها انتخاب شدند. برای برآورد حجم نمونه از فرمول پیشنهادی تاباکینک و فیدل (۲۰۰۷) در مطالعات همبستگی ($N \geq 50 + 8 M$) استفاده شد. روش نمونه‌گیری این پژوهش تصادفی خوشه‌ای بود.

¹ Gibson & Donigian

² Maser

³ Hooper & DePuy

ابزار تحقیق

پرسشنامه تمایزیافتگی از خود: این ابزار یک پرسشنامه ۴۳ ماده ای است که به منظور سنجش تمایزیافتگی افراد به کار می رود. گزینه های این ابزار در یک طیف لیکر تی ۶ درجه ای (۱ برای ابداً در مورد من درست و ۶ برای کاملاً در مورد من صحیح است) تنظیم شده است. نمره های بالا و پایین در این مقیاس، به ترتیب بیانگر سطح تمایزیافتگی بالا و پایین می باشند. اسکورن (۱۹۹۸) ضریب پایایی آلفای کرونباخ برای کل پرسشنامه ۰/۸۸ و برای خرده ۳ فرید لندر مقیاس های واکنش پذیری عاطفی، ۰/۸۸، موقعیت من، ۰/۸۵، گریز عاطفی، ۰/۷۹ و هم آمیختگی با دیگران ۰/۷۰ گزارش داده اند. در پژوهش حاضر نیز ضریب آلفای کرونباخ محاسبه و ۰/۸۰ به دست آمد.

پرسشنامه خود ارزشیابی مرکزی: جاج و همکاران در سال ۲۰۰۳ به ساخت ابزاری ۱۲ ماده ای تحت عنوان پرسشنامه خود ارزشیابی مرکزی (CSES) همت گماشتند. به منظور ساخت این مقیاس، آن ها ابتدا ۶۵ ماده تهیه کردند. این ماده ها به نحوی تولید شدند که کلیات صفات خود ارزشیابی های مرکزی را پوشش دهند و به نحوی نوشته شدند که ارزشیابی از خود ارزشمندی کنترل بر محیط، برخورداری از قابلیت و شایستگی برای کسب موفقیت و سازگاری هیجانی را در برمی گیرند. برای انتخاب ماده های مناسب براساس چهار ملاک شامل محتوای مناسب هر ماده؛ همبستگی بین ماده ها؛ همبستگی هر ماده با خشنودی شغلی، خشنودی از زندگی و عملکرد شغلی؛ و کوتاه بودن آزمون عمل شد. این مقیاس مقدماتی روی نمونه اول اجرا شد و بدین طریق ۱۲ ماده باقی مانده که در مقیاس نهایی برای اندازه گیری خود ارزشیابی های مرکزی استفاده شدند. برای تحلیل آماری داده های پژوهش از روش های آماری توصیفی و آزمون های ضریب همبستگی پیرسون و تحلیل رگرسیون چندمتغیری به روش گام به گام استفاده شد. تحلیل داده ها با استفاده از نرم افزار SPSS (ویرایش ۲۱) انجام شد.

یافته ها

۲۳۷ سالمند در این پژوهش شرکت داشتند که از این تعداد بیشتر افراد مطالعه شده (معادل ۵۴/۴ درصد) از جنسیت زن بودند. میانگین (انحراف استاندارد) سن شرکت کنندگان ۶۹/۶۸ (۶/۵۶) بود. همچنین، بیشتر افراد مطالعه شده معادل ۳۴/۲ درصد غیر شاغل بودند. علاوه بر این، ۶۲/۹ درصد سالمندان، شاغل و ۳ درصد دیگر، بازنشسته بودند. از نظر تعداد فرزندان، بیشتر سالمندان معادل ۴۴/۷ درصد دارای ۳ تا ۵ فرزند بودند. همچنین، ۳۵/۴ درصد افراد دارای ۱ یا ۲ فرزند، ۱۰-۱ درصد بدون فرزند و ۹/۷ درصد ۶ فرزند یا بیشتر داشتند. قبل از تحلیل رگرسیون، روابط بین خود ارزشیابی مرکزی و تمایزیافتگی و علاقه اجتماعی با آزمون همبستگی پیرسون بررسی شدند. نتایج حاصل از ماتریس همبستگی متغیرهای پژوهش نشان دادند بین خود ارزشیابی مرکزی و تمایزیافتگی سالمندان رابطه مثبت معناداری وجود دارد ($r = 0/251$; $p = 0/001$). علاوه بر این، بین تمایزیافتگی و علاقه اجتماعی رابطه مثبت معناداری وجود دارد ($r = 0/348$; $p = 0/001$). همچنین نتایج همبستگی بین خود ارزشیابی مرکزی و علاقه اجتماعی سالمندان نشان دادند بین خود ارزشیابی مرکزی و علاقه اجتماعی سالمندان رابطه مثبت معناداری وجود دارد ($r = 0/376$; $p = 0/001$).

برای پیش بینی علاقه اجتماعی سالمندان براساس خود ارزشیابی مرکزی و تمایز یافتگی خود، از آزمون تحلیل رگرسیون گام به گام استفاده شد.

جدول ۱. آزمون بررسی خطی بودن رابطه متغیرها و هم خطی یا چندگانگی خطی (تحمل و عامل تورم واریانس)

متغیر ملاک	متغیرهای پیش بین	F	Sig	تحمل	تورم واریانس	دوربین واتسون
علاقه اجتماعی	خود ارزشیابی مرکزی	۳٫۶۱۶	۰٫۰۰۰	۰٫۹۳۰	۱٫۰۷۵	۰٫۲۵۸
	تمایز یافتگی خود	۲٫۲۹۱	۰٫۰۰۱	۰٫۹۱۷	۱٫۰۹۷	

یکی از پیش فرض های تحلیل رگرسیون، خطی بودن رابطه متغیرهای پیش بین با متغیر ملاک است. طبق جدول فوق، با توجه به اینکه مقدار احتمال (P) خطی بودن متغیرهای پیش بین در آزمون F لاینریتی، پایین از مقدار آلفای تعیین شده ($\alpha=0/05$) است، می توان ادعا کرد رابطه متغیرهای پیش بین با متغیر ملاک خطی است.

پیش فرض دیگر تحلیل رگرسیون ناهمبستگی زیاد بین متغیرهای پیش بین است (چندگانگی خطی) که به منظور بررسی آن از دو آماره رواداری یا تحمل^۱ و عامل تورم واریانس^۲ استفاده شد. نتایج نشان می دهند پدیده چندگانگی خطی بین متغیرهای خود ارزشیابی مرکزی و تمایز یافتگی خود، متغیرهای پیش بین پژوهش حاضر وجود ندارد؛ زیرا چنانچه مقدار تحمل برای متغیر خاص ۰/۰۱ یا کمتر باشد و عامل تورم واریانس بزرگتر از عدد ۱۰ باشد، شرط عدم هم خطی چندگانه رعایت نشده است.

علاوه بر این، شاخص دوربین - واتسون^۳ برای بررسی استقلال مقادیر خطای متغیرهای پژوهش در پیش بینی علاقه اجتماعی، ۲/۲۵۸ محاسبه شد. اگر این مقدار این شاخص، بین ۱/۵ تا ۲/۵ باشد، بیان کننده نرمال بودن مقادیر استقلال خطا است؛ بنابراین با رعایت پیش فرض های آزمون پارامتری تحلیل رگرسیون گام به گام، استفاده از این آزمون ها مانعی ندارد.

جدول ۲. رگرسیون گام به گام متغیرهای پژوهش در پیش بینی کیفیت علاقه اجتماعی سالمندان

گام	متغیرهای پیش بین	B	β	R	R^2	F	Sig
—	خود ارزشیابی مرکزی	۰٫۳۹۷	۰٫۲۹۳	۰٫۲۹۲	۰٫۲۴۲	۲٫۲۷۵	۰٫۰۰۰
	تمایز یافتگی خود	۰٫۴۵۵	۰٫۲۴۴				

در تحلیل رگرسیون گام به گام معمولاً گام آخر مبنای تحلیل قرار می گیرد. میزان F به دست آمده نشان می دهد مدل رگرسیونی محاسبه شده در سطح اطمینان ۹۹ درصد معنادار است.

با توجه به ضریب تعیین می توان گفت ۰/۲۴ از تغییرات متغیر ملاک علاقه اجتماعی سالمندان با دو متغیر پیش بین خود ارزشیابی مرکزی ($\beta=0/293$)، تمایز یافتگی خود ($\beta=0/244$) تبیین می شود. مقدار Beta سهم نسبی هر متغیر را در پیش بینی متغیر ملاک

¹ tolerance

² VIF

³ Durbin - Watson

تعیین می‌کند و به عبارتی، می‌توان تعیین کرد کدام متغیرها بیشترین تأثیر را بر متغیر ملاک دارند. با توجه به نتایج جدول فوق، خود ارزشیابی اهمیت بیشتری نسبت به متغیر دیگر داراست و سهم بیشتری در تبیین تغییرات متغیر ملاک دارد. علاوه بر این، با توجه به اینکه در رگرسیون گام به گام نحوه ورود متغیرها به تحلیل براساس بیشترین ضریب همبستگی صورت می‌گیرد، همان‌طور که یافته‌های آزمون تحلیل رگرسیون نشان داد متغیرها با توجه به میزان ضریب همبستگی توانستند علاقه اجتماعی را پیش‌بینی و تبیین کنند. با توجه به این یافته، فرضیه‌های اول و دوم تأیید شدند.

بحث و نتیجه‌گیری

این پژوهش با هدف پیش‌بینی علاقه اجتماعی بر اساس خود ارزشیابی‌های مرکزی و تمایزیافتگی خود در سالمندان انجام شده است. نتایج پژوهش نشان دادند ارتباط مثبت و معناداری بین علاقه اجتماعی و تمایزیافتگی خود در سالمندان وجود دارد. جهت این رابطه مستقیم است. نتایج به دست آمده در نتیجه، باور فرد نسبت به اهمیت، ارزش و معنی‌داری فعالیت‌های زندگی کمتر می‌شود و سلامتی و کیفیت زندگی او در معرض خطر قرار می‌گیرد. علاوه بر این، نتایج نشان دادند ارتباط مثبت و معناداری بین دو متغیر وجود دارد و این ارتباط به صورت مستقیم است؛ در نتیجه، با افزایش خود ارزشیابی میزان علاقه اجتماعی در سالمندان افزایش می‌یابد و برعکس. وقتی فرد احساس آرامش عمیق حاصل از ذهن آگاهی را در عمق وجود خویش ادراک می‌کند، دیگر از خود نمی‌پرسد معنی و هدف زندگی چیست؛ به وضوح پی خواهد برد که آرامش، عشق و لذت همگی در درون خودش است و درخواهد یافت همه رنج‌ها و دردها و اندوه موجود در دنیا به دلیل آن است که بشر در ادراک و استفاده از این منبع درونی آرامش و عشق و شادی خود را محروم کرده است. وقتی به این نتیجه می‌رسد که تغییر در زندگی از منابع درون وجود خودش نشأت می‌گیرد، احساس کنترل بیشتری بر ابعاد گوناگون زندگی به دست می‌آورد و می‌تواند تصمیم بگیرد تغییر را در همه ابعاد زندگی تجربه کند. بررسی ارتباط علاقه اجتماعی بر اساس خود ارزشیابی‌های مرکزی و تمایزیافتگی خود در سالمندان با استفاده از آزمون ضریب همبستگی گشتاوری پیرسون نشان داد خود ارزشیابی‌های مرکزی در سالمندان ارتباط مثبت و معناداری با علاقه اجتماعی در سالمندان دارد. با توجه به مستقیم بودن جهت ارتباط بین متغیرها می‌توان این‌گونه استنباط کرد که با افزایش و تمایزیافتگی خود و خود ارزشیابی‌ها، علاقه اجتماعی نیز افزایش می‌یابد و برعکس. نتایج آزمون تحلیل رگرسیون گام به گام نیز نشان دادند از بین متغیرهای پیش‌بین، خود ارزشیابی اهمیت بیشتری نسبت به سایر متغیرها در پیش‌بینی و تبیین تغییرات علاقه اجتماعی سالمندان دارد. از این نتایج می‌توان برای تدوین پروتکل‌های مراقبتی استفاده کرد؛ به طوری که براساس یافته‌های این فرضیه در صورت تدوین پروتکل‌های مراقبتی می‌باید اهمیت بیشتری به خود ارزشیابی داد.

هر پژوهشی با محدودیت‌هایی مواجه است که در پژوهش حاضر در نظر نگرفتن بیماری جسمی و روانی سالمندان یکی از محدودیت‌هایی بود که می‌تواند بر نتایج این پژوهش تأثیرگذار باشد.

منابع

- حسن پور دهکری، ع؛ رستار، ع. (۱۳۹۵). بررسی تأثیر آرام سازی پیش رونده عضلانی بر عملکرد اجتماعی و ابعاد مختلف کیفیت زندگی سالمندان. *مجله سالمند*، ۱۱ (۲)، ۲۴۹-۲۴۴.
- قاضی محسنی، م؛ سلیمانیان، ع؛ حیدرنیا، ا. (۱۳۹۵). بررسی اثربخشی آموزش گروهی امیدمحور بر ارتقای کیفیت زندگی سالمندان. *مجله سالمند*، ۱۱ (۲)، ۳۰۹-۳۰۰.
- مرکز آمار ایران. (۱۳۹۵). *نتایج سرشماری عمومی نفوس و مسکن سال ۱۳۹۵*. تهران، ایران.
- هروی کریموی، م؛ پوردهقان، م؛ جدید میلانی، م؛ فروتن، ک؛ آیین، ف. (۱۳۸۵). بررسی تأثیر مشاوره گروهی بر کیفیت زندگی جنسی بیماران مبتلا به سرطان پستان تحت شیمی درمانی در بیمارستان امام خمینی تهران. *مجله دانشگاه علوم پزشکی مازندران*، ۱۶ (۵۴)، ۴۳-۵۱.
- Gibson, J. M., Donigian, J. (2006). Use of Bowen Theory. *Journal of addictions & Offender Counseling*, 4, 11-22.
- Hooper, L. M. & DePuy, V. (2010). Community Sample Mediating and Moderating Effects Of Differentiation of Self on Depression Symptomatology in a Rural Community Sample. *The Family Journal: Counseling and Therapy for Couples and Families*, 18(4), 358-368.
- Maser, M. J. (2011). A Constructive Validity of Differentiation of Self Measures & their Correlates. PhD Dissertation, Seton Hall University. Marina, L. M. & Halpern, D. F. (2011). *Pedagogy for developing cri*.