

نقش پشیمانی، خود تردیدی و افسردگی در پیش بینی خود انتقادی The role of Regret, Self-Doubt and Depression in predicting Self-Criticism

Dr. Reza Abdi

Ph.D in Psychology, Associate Professor of Psychology, Azarbaijan Shahid Madani University

Dr. Gholamreza Chalabianloo

Ph.D in Neuroscience, Associate Professor of Psychology, Azarbaijan Shahid Madani University

Seyedeh Arezoo Kazemi *

Master of Psychology, Azarbaijan Shahid Madani University. aakazemi21@yahoo.com

دکتر رضا عبدی

دکتری تخصصی روانشناسی، دانشیار گروه روانشناسی، دانشگاه شهید مدنی آذربایجان، ایران

دکتر غلامرضا چلبیانلو

دکتری تخصصی علوم اعصاب شناختی، دانشیار گروه روانشناسی، دانشگاه شهید مدنی آذربایجان، ایران

سیده آرزو کاظمی (نویسنده مسئول)

کارشناسی ارشد روانشناسی، دانشگاه شهید مدنی آذربایجان، ایران

Abstract

This study aimed to determine the role of regret, self-doubt, and depression in predicting self-criticism. 457 students from statistical population of students of Iran University of Science and Technology in the academic year 2017-2018 were selected by multistage cluster sampling. They were assessed by the Levels of Self-Criticism Scale (Thompson & Zuroff, 2004) and Temperament and Affectivity Inventory (Watson et al, 2014). Besides they completed a demographic survey. Data were analyzed by descriptive Statistics and Simultaneous Regression. The results of correlation showed that there is a positive and significant relationship between dimensions of regret, self-doubt, and depression with self-criticism. Also, The research findings showed that regret, self-doubt, and depression are predicted of 35 percent changes in self-criticism. In general, It seems that affective temperaments dimensions such as regret, self-doubt, and depression play an essential role in self-criticism, and therefore, should be considered in interventions related to clinical disorders.

Key words: : Regret, Self-Doubt, Depression, Self-Criticism

چکیده

پژوهش حاضر با هدف تعیین نقش پشیمانی، خود تردیدی و افسردگی در پیش بینی خود انتقادی انجام شد. بدین منظور تعداد ۴۵۷ نفر از جامعه آماری دانشجویان دانشگاه علم و صنعت ایران در سال تحصیلی ۹۷-۹۶ به روش نمونه گیری خوشه ای چند مرحله ای انتخاب و علاوه بر اطلاعات دموگرافیک، به مقیاس سطوح خودانتقادی (تامپسون و زاروف، ۲۰۰۴) و مقیاس سرشت و هیجان پذیری (واتسون و همکاران، ۲۰۱۴) پاسخ دادند. داده ها با استفاده از روش های آمار توصیفی و تحلیل رگرسیون چندگانه به روش همزمان مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت. نتایج حاصل از همبستگی نشان داد که بین ابعاد پشیمانی، خود تردیدی و افسردگی با خود انتقادی رابطه مثبت و معنی دار وجود دارد. همچنین متغیرهای پشیمانی، خود تردیدی و افسردگی توانستند ۳۵ درصد از تغییرات خود انتقادی را به طور معناداری پیش بینی نمایند. در کل به نظر می رسد که ابعاد سرشت عاطفی منفی نظیر پشیمانی، خود تردیدی و افسردگی، نقش مهمی در خود انتقادی دارند و بنابراین بایستی در مداخلات بالینی آن ها را در نظر گرفت.

واژگان کلیدی: پشیمانی، خود تردیدی، افسردگی، خود انتقادی

ویرایش نهایی: اسفند ۹۸

پذیرش: اردیبهشت ۹۸

دریافت: فروردین ۹۸

نوع مقاله: پژوهشی

مقدمه

خود انتقادی^۱، به عنوان داشتن انتظارات بالا از خود و تلاش برای موفقیت (شیخ اسلامی، ۱۳۹۶)، بی اعتنایی به توسعه روابط معنی دار بین فردی (کانتازارو^۲، ۲۰۰۷)، شکست در رعایت استانداردها، احساسات پستی و کاهش خود ارزشی تعریف می شود (اعظم^۳ و همکاران، ۲۰۱۶). افراد خود انتقادگر، توسط احساسات بی ارزشی، پستی، انتقاد و گناه مشخص می شوند. این افراد، درگیر یک خودارزیابی ناگوار می شوند و نسبت به تجارب شکست و انتقاد، آسیب پذیر هستند (کامپوس و مسکوئیتا^۴، ۲۰۱۴). آن ها اقدامات خود را مساوی با شکست

^۱. Self-Criticism

^۲. Cantazaro

^۳. Azam

^۴. Campos, & Mesquita

قلمداد کرده، فقط انتظار استانداردهای بالا و غیر قابل حصول را دارند و همین امر، به کنار کشیدن آن‌ها از شبکه‌های اجتماعی می‌انجامد (ایانکو، بودنر، بن-زایون^۱، ۲۰۱۴). افراد خود انتقادگر، باورهایی منفی در مورد خود دارند که در مراحل مختلف زندگی یا در طول زمان، به گونه‌ای پایدار حفظ می‌شود. اگر چه خود انتقادی می‌تواند توسط عموم تجربه شود، اما می‌تواند شامل تفاوت‌هایی در شکل، شدت و پیامدهای مختلفی برای هر فرد باشد (کانان و لویت^۲، ۲۰۱۳). شخصیت‌های خود انتقادگر، نگرانی‌های خودارزیابانه خود را بیش از حد جلوه می‌دهند، استانداردها و نیازهای شخصی بالایی برای بازشناسی در هزینه تعاملات بین فردی نشان می‌دهند (مونگراین و زاروف^۳، ۱۹۹۵)، نگرانی‌هایی درباره حفظ شخصیت و نیز تمایلی قوی برای حفظ حس خودارزشمندی بالا دارند. افراد خود انتقادگر، تمایل دارند گزارش نمایند که آن‌ها مانع از استقلال و رشد حس شایستگی در خود می‌شوند. این افراد، والدین خود را به عنوان افرادی محدود کننده، کنترل‌گر و طرد کننده توصیف می‌کنند (کانتازارو، ۲۰۰۷).

خود انتقادی بر پایه میزان درون‌فکنی معیار عمل در یک پیوستار قرار می‌گیرد. در یک سر این پیوستار، نوعی از خود انتقادی قرار دارد که بر استانداردهای بیرونی متکی بوده و در انتهای دیگر آن، نوعی از خود انتقادی وجود دارد که مستلزم استانداردهای درونی است. خود انتقادی مقایسه‌ای، به عنوان دید منفی نسبت به خود به سبب مقایسه خود با دیگران تعریف شده است. در این سطح، تمرکز بر مقایسه نامناسب خود با دیگرانی است که برتر، متخاصم و منتقد به نظر می‌رسند و در نهایت به نارضایتی و ناراحتی از رویارویی و ارزیابی شدن توسط دیگران می‌انجامد. خود انتقادی درونی شده، به عنوان دید منفی نسبت به خود به سبب مقایسه خود با استانداردهای شخصی و درونی تعریف شده است. از آنجا که این استانداردها بسیار قوی هستند، تحقق آن‌ها غیرممکن است؛ ولی این عدم تحقق از دید فرد خود انتقادگر، ضعف و نقص به شمار می‌آید. مجازاتی که فرد به سبب نرسیدن به این استانداردها برای خود در نظر می‌گیرد، بسیار نامعقول است (شیخ اسلامی، ۱۳۹۶).

با در نظر گرفتن یافته‌های حاصل از پژوهش‌ها، می‌توان چنین استنباط نمود که خود انتقادی با ابعاد سرشت عاطفی^۴ خصوصاً با سطوح بالای عاطفه منفی در ارتباط است (مونگراین و زاروف، ۱۹۹۵؛ دی لئون، ۲۰۱۷؛ کامپوس و مسکوئیتا، ۲۰۱۴). سرشت عاطفی، توصیف کننده‌ی نگرش‌ها و رفتارهایی است که بر پایه‌های ساختاری، ژنتیکی و بیولوژیکی قرار دارند (کسبیر، گاندوگار، کاکوکسوباسی و یایلاسی^۵، ۲۰۱۳). تئوری معاصر سرشت‌های عاطفی، بر اساس نظریات ارسطو، کرچمر و کراپلین در مورد سرشت‌های اولیه است که به سرشت، به عنوان یک صفت رفتاری پایدار با ترکیبی شدیداً عاطفی اشاره دارند. اکثر مطالعات قبلی مرتبط با سرشت، به پیش‌بینی نابهنجاری یا بدکارکردی‌های روانشناختی پرداخته‌اند (جاردیک، هینیک، استانوچویک، زکویک و آیجاتویک-ریستیک^۶، ۲۰۱۷). این سرشت‌های مختلف شامل پنج سرشت افسرده، ادواری‌خو، هایپرتایمیک، تحریک‌پذیر و مضطرب هستند که تحت عنوان زیر مجموعه‌ی نشانگان آسیب‌شناسی روانی توصیف می‌شوند. این سرشت‌ها ممکن است در قالبی مفید و مؤثر در زمینه‌ای تکاملی سازگاری یافته باشند (جاراگز و همکاران^۷، ۲۰۱۷). سرشت عاطفی نشان‌دهنده‌ی توزیع جنیستی مشخصی می‌باشد. در بیشتر مطالعات ملی در سطحی گسترده، هر دو سرشت مضطرب و افسرده در زنان شایع‌تر است؛ در حالی که سرشت هایپرتایمیک در مردان بیشتر یافت می‌شود (وازکوئز، توندو، مازارینی و گوندا^۸، ۲۰۱۲). نتایج آنالیز ترکیبی وازکوئز و همکاران (۲۰۱۲) نشان داد که به نظر می‌رسد که سرشت هایپرتایمیک از چهار سرشت دیگر مستقل است. سرشت‌های افسرده، مضطرب، ادواری‌خو و تحریک‌پذیر با یکدیگر ارتباط بیشتری دارند و روابط بین آن‌ها، بعضی از خصوصیات جهانی همچون ویژگی‌های فرهنگی و ملی را نشان می‌دهد.

تا کنون نظریات متعددی در مورد سرشت عاطفی مطرح شده‌اند و در طول زمان، ابزارهای متفاوتی برای سنجش آن ایجاد گردیده‌اند. در این راستا، واتسون، استاسیک، شمیلسکی و ناراگون-جانی^۹ (۲۰۱۴) با در نظر گرفتن محدودیت‌های مقیاس‌های مرتبط با عواطف پیشین، بر اساس الگوی دو عاملی عاطفه مثبت و عاطفه منفی، مقیاس سرشت و هیجان‌پذیری (TAI) را ایجاد نمودند. عاطفه‌ی مثبت

^۱. Iancu, Bodner & Ben-Zion

^۲. Kannan, & Levitt

^۳. Mongrain, & Zuroff

^۴. Affective Temperament

^۵. Kesbir, Gundogar, Kucuksubasi & Yaylasi

^۶. Jaredic, Hinic, Stanojevic, Zecevic & Ignjatovic-Ristic

^۷. Jaracz & et al.

^۸. Vazquez, Tondo, Mazzarini & Gonda

^۹. Watson, Stasik, Chmielewski, & Naragon-Gainey

^{۱۰}: Temperament and Affectivity

به میزان تعامل لذت بخش فرد با محیط اشاره دارد. افراد با عاطفه‌ی مثبت بالا، دارای احساس هوشیاری، گوش‌به‌زنگی و شور و اشتیاق به زندگی هستند. در مقابل، عاطفه‌ی منفی به عنوان بعدی از پریشانی ذهنی و تعامل ناخوشایند با محیط تعریف می‌گردد. عاطفه‌ی منفی حالات خلقی مختلفی چون احساسات خشم، ترس، گناه و درماندگی را در بر می‌گیرد. بنابراین به شدت با مشکلات سلامت روان همبسته بوده و نقش مهمی در چندین اختلال از جمله افسردگی ایفا می‌نماید (میرزایی و شعیری، ۱۳۹۷). از جمله ابعاد عاطفه منفی موجود در این مقیاس، پشیمانی، خودتردیدی و افسردگی را می‌توان برشمرد. پشیمانی، هیجانی است که افراد زمانی که درک و تصور می‌کنند که اگر فقط به نحو متفاوتی تصمیم می‌گرفتند، وضعیت فعلی‌شان می‌توانست بهتر باشد، آن را تجربه می‌نمایند (زیلنبرگ و پیترز، ۲۰۰۷؛ چیوال و همکاران، ۲۰۱۸). ممکن است پشیمانی افراد را وا دارد که در هر مرحله از تصمیم‌گیری‌های زندگی خود، با دقت بیشتری به تفکر و تأمل بپردازند (ایانللو، پروکا، ریوا، آنتونیتی و پراوتونی، ۲۰۱۵) تا بتوانند تجارب استرس‌زای زندگی که غلبه بر آن‌ها دشوار یا غیرممکن است را حل نمایند (هریوت، راش و گوئین، ۲۰۱۸). خودتردیدی، عمل یا حالت شک به خود است که به صورت یک حس ذهنی تردید یا بی‌ثباتی در دیدگاه خود تعریف می‌شود (برزلو، گوئرتاز، آرکین و اولسون، ۲۰۱۲)؛ و افسردگی، یک حالت روانی ناخوش است که با دلزدگی، یأس و خستگی‌پذیری مشخص می‌شود و در بیشتر مواقع، با اضطرابی کم و بیش شدید همراه است (دادستان، ۱۳۹۱). نتایج پژوهش‌هایی چون کامپوس و مسکوئیتا (۲۰۱۴)، لویتن و همکاران (۲۰۰۷) و دینگر و همکاران (۲۰۱۵) نشان داد که افسردگی با خودانتقادی در ارتباط است. همچنین در پژوهش‌هایی نظیر دی‌لئون (۲۰۱۷) و گاوتریو، شری، ماشکواش و استوارت (۲۰۱۵) به ترتیب، از امکان ارتباط پشیمانی و خودتردیدی با خود انتقادی به صراحت، سخن به میان آمده است، اما به عنوان یافته‌ی پژوهشی در هیچ اثر تحقیقاتی، موردی در پژوهش‌های داخلی و خارجی یافت نشد. لذا با توجه به تحقیقات محدود صورت گرفته و خلأ پژوهشی که در پیشینه‌ی ارتباط ابعاد سرشت عاطفی بویژه عواطف منفی نظیر پشیمانی، خودتردیدی و افسردگی با صفات بالینی نظیر خود انتقادی، و نیز نقش مهمی که خودانتقادی در اختلالات بالینی ایفا می‌کند، انجام پژوهش حاضر با هدف تعیین نقش ابعاد پشیمانی، خودتردیدی و افسردگی در پیش‌بینی خودانتقادی ضرورت می‌یابد.

روش

الگوی پژوهش حاضر در طبقه مطالعات همبستگی قرار دارد. جامعه‌ی آماری پژوهش، شامل کلیه دانشجویان دانشگاه علم و صنعت ایران در نیمسال دوم سال تحصیلی ۹۷-۹۶ بود. از این جامعه، با استفاده از رهنمود تبانچیک و فیدل (۲۰۰۷)، برای اطمینان از اندازه کافی نمونه برای اجرای تحلیل رگرسیون با توجه به تعداد متغیرهای پیش‌بین، بایستی حداقل هشت مشارکت‌کننده برای هر متغیر پیش‌بین به علاوه ۵۰ وجود داشته باشد ($N \geq 8 + 50m$) که در این فرمول، m برابر تعداد متغیرهای پیش‌بین و N برابر تعداد نمونه است). از روش نمونه‌گیری تصادفی خوشه‌ای چندمرحله‌ای، حجم نمونه‌ای معادل ۵۰۰ نفر؛ بدین صورت که از بین دانشکده‌های برق، مکانیک، عمران، فیزیک، معارف و از هر دانشکده ۱۰۰ آزمودنی برای مطالعه تعیین و انتخاب شد. پرسشنامه‌ها به صورت خودگزارشی در کلاس‌های درس تکمیل شدند. در پایان با حذف پرسشنامه‌های مخدوش، تعداد ۴۵۷ پرسشنامه (۲۷۸ زن و ۱۷۹ مرد) وارد تحلیل آماری گردید. در این پژوهش، داده‌ها با استفاده از نرم‌افزار SPSS نسخه ۲۴ مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفتند. آزمودنی‌ها از نظر جمعیت شناختی ۶۰/۸ درصد زن و ۳۹/۲ درصد مرد، با میانگین سنی ۲۳/۱۵ سال و ۸۵/۳ درصد مجرد بودند. از نظر تحصیلات، ۶۸/۳ درصد دانشجوی کارشناسی، ۲۷/۸ درصد دانشجوی کارشناسی ارشد و ۳/۹ درصد دانشجوی دکتری بودند.

ابزار سنجش

^۱. Zeelenberg & Pieters

^۲. Cheval & et al.

^۳. Iannello, Perucca, Riva, Antonietti & Pravettoni

^۴. Herriot, Wrosch & Gouin

^۵. Braslow, Guerrettaz, Arkin & Oleson

^۶. Luyten

^۷. Dinger

^۸. De Leon

^۹. Gautreau, Sherry, Mushquash & Stewart

مقیاس سطوح خودانتقادی (LOSC)^۱: مقیاس سطوح خودانتقادی توسط تامپسون و زاروف (۲۰۰۴) ساخته شده است و روایی و پایایی آن محرز شده است. این مقیاس شامل ۲۲ گویه می‌باشد و دو مؤلفه‌ی خودانتقادی مقایسه‌ای (۱۲ گویه) و خودانتقادی درونی (۱۰ گویه) را می‌سنجد. پاسخ به هر ماده این مقیاس در یک طیف هفت درجه‌ای لیکرت از بسیار خوب توصیف کننده من است (۶) تا اصلاً توصیف کننده من نیست (۰) نمره‌گذاری می‌شود. همچنین نمره‌گذاری گویه‌های ۶، ۸، ۱۱، ۱۲، ۱۶، ۲۰ و ۲۱ به صورت معکوس انجام می‌شود. روایی و پایایی این مقیاس را تامپسون و زاروف (۲۰۰۴) بر روی نمونه‌ای شامل ۱۴۴ دانشجو ارزیابی کرده‌اند. به این منظور، تحلیل عوامل مقیاس گویای دو عامل خود انتقادی مقایسه‌ای و خود انتقادی درونی بود. همچنین، تامپسون و زاروف (۲۰۰۴) ضریب پایایی این پرسشنامه را به روش آلفای کرونباخ ۰/۸۱ گزارش کردند. در ایران روایی و پایایی این مقیاس در پژوهش موسوی و قربانی (۱۳۸۵) با روش آلفای کرونباخ برای خرده‌مقیاس خود انتقادی درونی ۰/۸۷ و مقایسه‌ای ۰/۵۵ به دست آمد. همچنین در پژوهشی بهادری خسروشاهی (۱۳۹۶) ضریب همسانی درونی مقیاس خودانتقادی را ۰/۸۹ گزارش کرد. در پژوهش حاضر بنا بر اهداف پژوهشگران نمره کل مقیاس مد نظر قرار گرفت و مقدار آلفای کرونباخ برای این مقیاس ۰/۸۳ بدست آمد.

مقیاس سرشت وهیجان‌پذیری (TAI)^۲: این پرسشنامه توسط واتسون و همکاران (۲۰۱۴) طراحی شده است و متشکل از ۹۳ گویه و ۱۲ خرده‌مقیاس خشم، بی‌اعتمادی، سستی، توجه، اضطراب، افسردگی، خودتردیدی، پشیمانی، توانایی، جستجوی تجربه، شوخ طبعی و کمرویی در یک مقیاس لیکرتی ۵ درجه‌ای می‌باشد. یافته‌های واتسون و همکاران (۲۰۱۴) در دو نمونه اصلی و چهار نمونه فرعی، نشان داد که مقیاس‌های مذکور در این پرسشنامه، ثبات درونی بالایی دارند و در شش نمونه مورد بررسی آن‌ها، در تمام موارد این سه خرده‌مقیاس ضرایب آلفا بالاتر از ۰/۸۰ بود و حداقل تمام مقادیر ۰/۷۵ بود. همچنین مقیاس‌های TAI اعتبار بازآزمایی بسیار بالایی نشان دادند و دارای میانگین ضریب پایایی ۰/۸۰ (از ۰/۷۴ تا ۰/۸۶) در داده‌های ۵ نمونه بودند. در پژوهش حاضر، خرده‌مقیاس‌های پشیمانی، خودتردیدی و افسردگی ملاک اندازه‌گیری قرار گرفت که این ابعاد به ترتیب شامل ۵، ۶ و ۷ گویه می‌باشند. در پژوهش کاظمی (۱۳۹۷) روایی سازه این مقیاس با روش تحلیل عاملی تأییدی مرتبه دوم مورد بررسی قرار گرفت که نتایج حاکی از مناسب بودن روایی سازه این ابزار بود و میزان آلفای کرونباخ نیز برای این خرده‌مقیاس‌ها به ترتیب برابر با ۰/۷۹، ۰/۸۲ و ۰/۸۵ بدست آمد.

یافته‌ها

جدول ۱ شاخص‌های مرکزی و پراکندگی و ماتریس همبستگی متغیرهای مورد مطالعه را نشان می‌دهد:

جدول ۱- ماتریس همبستگی و شاخص‌های مرکزی و پراکندگی متغیرها

متغیرها	میانگین	انحراف استاندارد	۱	۲	۳	۴
۱. پشیمانی	۱۲/۹۴	۳/۹۱	—			
۲. خودتردیدی	۱۱/۱۶	۴/۰۹	۰/۳۷**	—		
۳. افسردگی	۲۰/۱۵	۶/۲۹	۰/۴۲**	۰/۴۸**	—	
۴. خود انتقادی	۸۴/۳۰	۱۸/۹۱	۰/۴۳**	۰/۴۴**	۰/۵۱**	—

$N=457$, $P < .01$, **

بر اساس نتایج جدول ۱، بین سرشت عاطفی پشیمانی و خودانتقادی رابطه مثبت و معنی‌دار وجود دارد ($P < .01$). بین سرشت عاطفی خودتردیدی و خودانتقادی رابطه مثبت و معنی‌دار وجود دارد ($P < .01$). بین سرشت عاطفی افسردگی و خودانتقادی رابطه مثبت و معنی‌دار وجود دارد ($P < .01$).

در ادامه، از رعایت پیش‌فرض‌های اجرای رگرسیون یعنی نرمال بودن، بررسی داده‌های پرت، خطی بودن رابطه، خطاهای استقلال، تعداد کافی نمونه اطمینان حاصل شد. سپس، به منظور تعیین سهم هر یک از ابعاد پشیمانی، خودتردیدی و افسردگی سرشت عاطفی در

1. Levels of Self-Criticism Scale

2. Temperament and Affectivity Inventory

پیش بینی خود انتقادی از تحلیل رگرسیون چندگانه به روش همزمان استفاده گردید که نتایج مربوط به آن در جدول ۲ نشان داده شده است.

جدول ۲- خلاصه مدل تحلیل رگرسیون همزمان متغیرهای مورد مطالعه بر خود انتقادی

متغیر پیش‌بین	R	R ²	SE	F	Sig	β	T	Sig
ثابت	۰/۵۹	۰/۳۵	۱۵/۲۴	۸۲/۹۷	۰/۰۰۱	-	۱۳/۸۴	۰/۰۰۱
پشیمانی						۰/۲۲	۵/۲۰	۰/۰۰۱
خودتردیدی						۰/۱۹	۴/۵۰	۰/۰۰۱
افسردگی						۰/۳۲	۷/۲۰	۰/۰۰۱

بر اساس نتایج جدول ۲، در این بررسی مقدار ضریب همبستگی بین متغیرهای پیش‌بین و خود انتقادی ($R=0/59$) و میزان R^2 برابر با $0/35$ بدست آمد یعنی ۳۵ درصد از میزان خود انتقادی از طریق متغیرهای پیش‌بین قابل تبیین است. به منظور بررسی معناداری ضریب همبستگی بدست آمده، نتایج تحلیل واریانس نشان می‌دهد که میزان F مشاهده شده معنادار است ($F=82/97$ و $P<0/001$) بنابراین متغیرهای پیش‌بین به طور کلی قادر به پیش‌بینی خود انتقادی می‌باشند. همچنین آزمون معناداری ضرایب رگرسیون نشان می‌دهد که به ترتیب افسردگی ($\beta=0/32$ و $P<0/001$)، پشیمانی ($\beta=0/22$ و $P<0/001$) و خودتردیدی ($\beta=0/19$ و $P<0/001$) می‌توانند واریانس خود انتقادی را تبیین کنند.

بحث و نتیجه گیری

پژوهش حاضر با هدف تعیین نقش ابعاد پشیمانی، خودتردیدی و افسردگی در پیش‌بینی خود انتقادی انجام شد. نتایج همبستگی پژوهش نشان داد که بین ابعاد پشیمانی، خودتردیدی و افسردگی سرشت عاطفی با خود انتقادی رابطه مثبت و معنی‌دار وجود دارد. یافته‌های پژوهش حاضر با نتایج مطالعات نیتزل و هریس^۱ (۱۹۹۰)، لویتن و همکاران^۲ (۲۰۰۷)، مونگرین و زاروف^۳ (۱۹۹۵)، دینگر و همکاران^۴ (۲۰۱۵) و کامپوس و مسکوئیتا^۴ (۲۰۱۴) همسو است.

همچنین یافته‌های پژوهش حاضر نشان داد که پشیمانی پیش‌بین مثبت و معنی‌دار خود انتقادی است. در تبیین این یافته می‌توان چنین گفت که پشیمانی بعدی از عاطفه منفی است که با فکر کردن درباره‌ی انتخابی که فرد انجام داده یا در حال انجام آن می‌باشد، در ارتباط است. تمرکز آن، ممکن است بر خود انتخاب، پیامد انتخاب و یا فرایند منجر به انتخاب باشد (کانولی و رب^۳، ۲۰۰۵). طبق نظریه‌ی پیش‌بینی تصمیم (DJT) افراد در صورت مواجه شدن با نتیجه‌ی تصمیم ضعیف، تمایل دارند از خود بپرسند که آیا تصمیم یا فرایندی که منجر به آن شده، موجه است یا خیر. اگر بخشی یا تمام آن تصمیم غیر قابل توجیه بود، احساس پشیمانی می‌کنند و شدت پشیمانی آنها با شدت پیامدها افزایش خواهد یافت (کانولی و رب^۳، ۲۰۰۵). این روند می‌تواند به سرزنش خود و خود انتقادی بینجامد. علاوه بر این، پشیمانی ممکن است بر احساسات مرتبط با سلامت روان از جمله اضطراب و افسردگی تأثیر بگذارد. بنابراین پشیمانی ممکن است خصیصه‌ای باشد که به انتقاد از خود و عناصر آن مرتبط است (دی لئون، ۲۰۱۷).

یافته دیگر پژوهش نشان داد که خودتردیدی پیش‌بین مثبت و معنی‌دار خود انتقادی است. در تبیین این یافته می‌توان گفت که به نظر می‌رسد که افراد با خودتردیدی بالا، استانداردهای بالایی برای خود در نظر می‌گیرند که در صورت برآورده نشدن آنها، خود را سرزنش می‌نمایند. همچنین به نظر می‌رسد که افراد کمالگرای خود سرزنشگر، درگیر شک و تردید درباره‌ی اقدامات خود هستند، نسبت به شکست‌های ادراک شده واکنش منفی نشان می‌دهند و به شدت خود را ملامت می‌نمایند (گاوتریو و همکاران، ۲۰۱۵). لذا به نظر می‌رسد که بین خودتردیدی و خود انتقادی رابطه دوسویه برقرار است که هر یک به دیگری می‌انجامد.

^۱. Nietzel & Harris

^۲. Mongrain & Zuroff

^۳. Connolly & Reb

^۴. Decision Justification Theory

یافته‌های پژوهش نیز نشان داد که افسردگی پیش‌بین مثبت و معنی‌دار خود انتقادی است. در تبیین این یافته می‌توان چنین گفت که طبق نظر بلات (۲۰۰۸)، افراد خود انتقادگر به ویژه در مورد تجارب شکست و ناکامی‌های شخصی نگران هستند. آن‌ها در طول شکست‌های ادراک شده‌ی خود، تمایل به تجربه احساسات گناه و سرزنش خود دارند و بنابراین مستعد افسردگی می‌باشند (فالگارز و همکاران، ۲۰۱۷). همچنین، شواهد پژوهشی نشان می‌دهند که افسردگی با پردازش هیجانات متمرکز بر خود نظیر خودانتقادی در ارتباط است. از طرفی، افراد خود انتقادگر، هنگام رویارویی با موانع در راه رسیدن به اهدافشان، آسیب‌پذیر شده و مستعد تجربه افسردگی همراه با احساس‌های حقارت شدید، گناه، بی‌ارزشی و شکست در مطابقت با معیارهای مورد انتظار هستند (جوهری فرد و سبک‌خیز، ۱۳۹۶). از دیگر سو، افراد خودانتقادگر، به دلیل آرمان‌های درونی و بیرونی سطح بالایی که دارند، تلاش‌های خود را ناچیز و ناقص می‌شمارند و لذا دچار چرخه‌ی معیوب شکست-انتظار می‌شوند که آن نیز به افسردگی بیشتر می‌انجامد (شریعتی و همکاران، ۱۳۹۵). این یافته با نتایج پژوهش کامپوس و مسکوئیتا (۲۰۱۴)، نیتزل و هریس (۱۹۹۰)، دینگر و همکاران (۲۰۱۵)، لویتن و همکاران (۲۰۰۷) و مونگراین و زاروف (۱۹۹۵) همسو است.

در سال‌های اخیر، خود انتقادی توجه روزافزونی را به خود جلب نموده است. این سبک شخصیتی، با ترس از شکست و ارزیابی‌های دیگران در ارتباط است (یاماگوچی و کیم، ۲۰۱۳). بطور کلی نتایج پژوهش حاضر نشان داد که بین ابعاد پشیمانی، خودتردیدی و افسردگی سرشت عاطفی با خود انتقادی همبستگی وجود دارد. صفت بالینی خود انتقادی به عنوان یک نشانگر آسیب‌پذیری به افسردگی و سایر اختلالات روانشناختی در نوجوانان و بزرگسالان (یاماگوچی و کیم، ۲۰۱۳)، با ناسازگاری‌های متعددی در ارتباط است. بنا بر مدل نظری زاروف، سانتور و مونگراین (۲۰۰۵)، ویژگی‌های هیجانی، شناختی و بین فردی خود انتقادی به طور پویا در تعامل با عوامل محیطی است و سبب حفظ آسیب‌ها و مشکلات روانی می‌شود. بنابراین از آنجایی که به نظر می‌رسد که عواطف منفی افراد در ارتباط با خود انتقادی می‌باشند؛ شناسایی مؤلفه‌های عاطفی مؤثر در ارتباط با خود انتقادی می‌تواند در برنامه‌ریزی برای درمان بسیاری از مشکلات بالینی مرتبط که خود انتقادی در آنها مؤلفه‌ای مهم و کلیدی است نقش مؤثری ایفا نماید. این پژوهش، از نخستین پژوهش‌هایی بود که به مطالعه‌ی نقش ابعاد پشیمانی و خودتردیدی سرشت عاطفی در پیش‌بینی خود انتقادی پرداخت، فلذا تعمیم این نتایج مستلزم انجام تحقیقات بیشتری می‌باشد.

این پژوهش همچون سایر پژوهش‌ها با محدودیت‌هایی مواجه بوده است؛ با توجه به اینکه داده‌ها از طریق ابزار خود گزارشی جمع‌آوری شدند، لذا در تعمیم نتایج بایستی جانب احتیاط رعایت شود. همچنین، ماهیت طرح پژوهش حاضر که از نوع همبستگی است، محدودیت‌هایی را در زمینه اسنادهای علت‌شناختی متغیرهای مورد بررسی در پژوهش مطرح می‌نماید که باید در نظر گرفته شود. بعلاوه، اگر چه سرشت و شخصیت مفاهیم پایداری هستند، اما به نظر می‌رسد که ارزیابی این صفات، ممکن است به واسطه‌ی شرایط محیطی آزار دهنده‌ای، از قبیل طلاق، سوگ و درگیری، پیش از ارزیابی و به ویژه در ماه‌های اخیر، تحت تأثیر قرار بگیرند. پیشنهاد می‌شود که پژوهش‌های آتی روی جمعیت‌های بالینی و غیردانشجویی اجرا شود.

منابع

- بهادری خسروشاهی، جعفر. (۱۳۹۶). تأثیر آموزش پذیرش و تعهد بر خودانتقادی و شایستگی در دانش‌آموزان دارای تجربه خودآزاری. *پژوهش‌های تربیتی*، ۳۴، ۳۳-۱۸.
- جوهری فرد، رضا و سبک‌خیز، سجاد. (۱۳۹۶). تأثیر آموزش شناخت درمانی مبتنی بر ذهن آگاهی بر خودانتقادی و ترس از شکست در افراد دچار بیماری قلبی. *نشریه پرستاری قلب و عروق*، ۶، ۱، ۲۱-۱۴.
- دادستان، پریخ. (۱۳۹۱). *روانشناسی مرضی تحولی: از کودکی تا بزرگسالی*. جلد ۱. تهران: سمت.
- شریعتی، مریم، حمید، نجمه، هاشمی، سید اسماعیل، بشلیده، کیومرث و مرعشی، سید علی. (۱۳۹۵). اثربخشی درمان مبتنی بر مهرورزی بر افسردگی و خودانتقادی دانشجویان دختر. *دانش و پژوهش در روانشناسی کاربردی*، ۱۱(۱)، ۴۳-۵۰.
- شیخ اسلامی، الهام. (۱۳۹۶). *نقش راهبردهای ناسازگارانه، نگرانی، نشخوار فکری و خودانتقادی در پیش‌بینی افسردگی در دانشجویان دانشگاه تبریز*. پایان‌نامه کارشناسی ارشد روانشناسی بالینی. دانشگاه تبریز.

۱. Falgares & et al.

۲. Yamaguchi & Kim

۳. Zuroff, Santor & Mongrain

کاظمی، سیده آرزو. (۱۳۹۷). روابط ساختاری ابعاد سرشت عاطفی با صفات بالینی و ابعاد ناهنجار شخصیت، پایان نامه کارشناسی ارشد روانشناسی عمومی، دانشگاه شهید مدنی آذربایجان، تبریز.

موسوی، اشرف السادات و قربانی، نیما. (۱۳۸۵). خود شناسی، خود انتقادی و سلامت روان. *مطالعات روان شناختی*، ۲(۴-۳)، ۷۵-۹۱.
 میرزایی، الهام و شعیری، محمدرضا. (۱۳۹۷). بررسی اثربخشی الگوی درمانی کاهش استرس بر اساس ذهن آگاهی بر عواطف مثبت و منفی و نشانگان افسردگی. *مجله دانشکده پزشکی دانشگاه علوم پزشکی مشهد*، ۶۱(۱)، ۸۶۴-۸۷۶.

- Azam, M. A., Mongrain, M., Vora, K., Pirbaglou, M., Azargive, S., Changoor, T., Wayne, N., Guglietti, C., Macpherson, A., Irvine, J., Rotondi, M., Smith, O., Perez, D., & Ritvo, P. (2016). Mindfulness as an alternative for supporting university student mental health: cognitive-emotional and depressive self-criticism measures. *International Journal of Educational Psychology*, 5(2): 140-163.
- Braslow, M., Guerretaz, J., Arkin, R., & Oleson, K. (2012). Self-Doubt. *Social and Personality Psychology Compass*, 6/6: 470-482.
- Campos, R. C., & Mesquita, C. (2014). Testing a model of suicidality in community adolescents: a brief report. *Journal of Child & Adolescent Behavior*, 2(4): ۳۴-۵۶.
- Cantazaro, A. E. (2007). *Adult attachment, dependence, self-criticism and depression: a test of a meditational model*. A thesis for Master Degree of Psychology. Iowa State University.
- Cheval, B., Cullati, S., Pihl-Thingvad, J., Mongin, D., Von Arx, M., Chopard, P., & Courvoisier, D. S. (2018). Impact of Care-related Regret Upon Sleep (ICARUS) cohort study: protocol of a 3-year multicenter, international, prospective cohort study of novice health care professionals. *BMJ Open*, 8(3): 1-7.
- Connolly, T., & Reb, J. (2005). Regret in Cancer-Related Decisions. *Health Psychology*, 24(4): 29-34.
- De Leon, K. J. (2017). *Canadian adolescent perspectives on self-criticism and self-compassion: The role of parent-youth relationships and culture*. A Thesis for the degree of Master of Science In Family Relations and Applied Nutrition. University of Guelph.
- Dinger, U., Barrett, M. S., Zimmermann, J., Schauenburg, H., Wright, A. G., Renner, F., Zilcha-Mano, S., & Barber, J. P. (2015). Interpersonal problems, dependency, and self-criticism in major depressive disorder. *Journal of Clinical Psychology*, 71(1): 93-104.
- Falgaes, G., Marchetti, D., De Santis, S., Carrozzino, D., Kopala-Sibley, D. C., Fulcheri, M., & Verrocchio, M. C. (2017). Attachment Styles and Suicide-Related Behaviors in Adolescence: The Mediating Role of Self-Criticism and Dependency. *Front Psychiatry*, 8: 36.
- Gautreau, C. M., Sherry, S. B., Mushquash, A. R., & Stewart, S. H. (2015). Is self-critical perfectionism an antecedent of or a consequence of social anxiety, or both? A 12-month, three-wave longitudinal study. *Personality and Individual Differences*, 82: 125-130.
- Herriot, H., Wrosch, C., & Guoin, J. P. (2018). Self-Compassion, chronic Age-Related Stressors, and Diurnal Cortisol Secretion in older Adulthood. *Journal of Behavioral Medicine*, Accepted for publication, 29 May.
- Iancu, I., Bodner, E., & Ben-Zion, I. Z. (2015). Self-esteem, dependency, self-efficacy and self-criticism in social anxiety. *Comprehensive Psychiatry*, 55: 165-171.
- Iannello, P., & Perucca, V., Riva, S., Antonietti, A., & Pravettoni, G. (2015). What Do Physicians Believe About the Way Decisions Are Made? A Pilot Study on Metacognitive Knowledge in the Medical Context. *Europ's Journal of Psychology*, 11(4): 691-706.
- Jaracz, M., Rosiak, I., Bertrand-Bucinska, A., Jaskulski, M., Niezurawska, J., & Borkowska, A. (2017). Affective temperament, Job Stress and Professional burnout in nurses civil servants. *PLoS ONE*, 12(6): 1-11.
- Jaredic, B., Hinic, D., Stanojevic, D., Zecevic, S., & Ignjatovic-Ristic, D. (2017). Affective temperament, Social support and Stressor at work as the predictors of life and job satisfaction among doctors and psychologists. *VOJNOSANITETSKI PREGLED*, 74(3): 241-248.
- Kannan, D., & Levitt, H. (2013). A review of client self-criticism in psychotherapy. *Journal of Psychotherapy Integration*, 23(2): 166-178.
- Kesbir, S., Gundogar, D., Kucuksubasi, Y., & Yaylasi, E., T. (2013). The relation between affective temperament and resilience in depression: A controlled study. *Journal of Affective Disorders*, 148: 352-356.
- Luyten, P., Sabbe, B., Blatt, S. J., Meganck, S., Jansen, B., De Grave, C., Maes, F., & Corveleyn, J. (2007). Dependency and self-criticism: Relationship with Major depressive disorder, severity of depression, and clinical presentation. *Depression and Anxiety*, 24: 586-596.
- Mongrain, M., & Zuroff, D. (1995). Motivational and affective correlates of Dependency and self-criticism. *Personality and Individual Differences*, 18(3): 347-354.
- Nietzel, M. T. & Harris, M. J. (1990). Relationship of dependency and achievement/autonomy to depression. *Clinical Psychology Review*, 10(3): 279-297.
- Tabachnick, B., & Fidell, L. (2007). *Using multivariate statistics*. (15th ed). Boston: Pearson/ Allyn & Boston. 2007. p. ۱۲۳.
- Thompson, R., & Zuroff, D. C. (2004). The Levels of Self-Criticism Scale: Comparative self-criticism and internalized self-criticism. *Personality and Individual Differences*, 36(2): 419-430.

The role of Regret, Self-Doubt and Depression in predicting Self-Criticism

- Vazquez, G. H., Tondo, L., Mazzarini, L. & Gonda, X. (2012). Affective temperaments in general population: a review and combined analysis from national students. *Journal of affective Disorders*, 139(1): 18-22.
- Watson, D., Stasik, S. M., Chmielewski, M., & Naragon-Gainey, K (2014). Development and Validation of the Temperament and Affectivity Inventory (TAI), *Assessment*, 22(5):1-21.
- Yamaguchi, A., & Kim, M. S. (2013). Effects of Self-Criticism and Its Relationship with Depression across Cultures. *International Journal of Psychological Studis*, 5(1): 1-10.
- Zeelenberg, M., & Pieters, R. (2007). A Theory of Regret Regulation. *Journal of Consumer Psychology*, 17(1): 3-18.
- Zuroff, D. C., Santor, D. A., & Mongrain, M. (2005). *Dependency, selfcriticism, and maladjustment*. In J. S. Auerbach, K.J., Levy, and C.E. Schaffer (Eds.), *Relatedness, Self-definition and mental representation: Essays in honor of Sidney J. Blatt*. (pp 75-90). London: Brunner-Routledge.



شپوهشگاه علوم انسانی و مطالعات فرهنگی
 رتال جامع علوم انسانی