



## پیش‌بینی هراس کرونایی بر اساس استحکام روانی دختران: با نقش واسطه‌ای خودانتقادی

کارشناس ارشد مشاوره و راهنمایی، واحد رودهن، دانشگاه آزاد اسلامی، رودهن، ایران  
کارشناس ارشد مشاوره و راهنمایی، واحد رودهن، دانشگاه آزاد اسلامی، رودهن، ایران  
کارشناس ارشد روانشناسی، واحد تهران شمال، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران، ایران  
کارشناسی ارشد مشاوره توانبخشی، واحد تهران جنوب، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران، ایران

فاطمه محمودی

زهرا عبدیان

الهام معالی مهربانی\*

مرضیه ساریخانی

maaelham@gmail.com

ایمیل نویسنده مسئول:

پذیرش: ۱۴۰۰/۱۱/۲۶

دریافت: ۱۴۰۰/۰۹/۱۴

فصلنامه علمی پژوهشی  
خانواده‌درمانی کاربردی

شاپا (الکترونیکی) ۲۴۳۰-۲۷۱۷

<http://Aftj.ir>

دوره ۲ | شماره ۵ | پیاپی ۱۸۹-۱۷۶

زمستان ۱۴۰۰

(مجموعه مقالات کوید-۱۹)

نوع مقاله: پژوهشی

### چکیده

**هدف:** پژوهش حاضر با هدف پیش‌بینی هراس کرونایی بر اساس استحکام روانی بواسطه خودانتقادی در دانشجویان دختر انجام شد. روش پژوهش: پژوهش حاضر توصیفی از نوع همبستگی و جامعه آماری شامل کلیه دانشجویان دختر دانشگاه آزاد واحد تنکابن بود که از میان آنها، بر طبق فرمول کوکران تعداد ۲۰۰ نفر به روش نمونه‌گیری در دسترس انتخاب شدند. ابزار پژوهشی شامل مقیاس اضطراب بیماری کرونا علیپور و همکاران (۱۳۹۸)، پرسشنامه استحکام روانی کلا، ارله و سویل (۲۰۰۲) و مقیاس سطوح خودانتقادی تامسون و ظروف (۲۰۰۴) بود. داده‌ها با استفاده از آزمون ضریب همبستگی و رگرسیون سلسله‌مراتبی همزمان بوسیله نرم‌افزار SPSS<sup>23</sup> مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت. یافته‌ها: نتایج نشان داد استحکام روانی پیش‌بینی‌کننده معنادار اضطراب کرونا است، همچنین خودانتقادی پیش‌بینی‌کننده معنادار اضطراب کرونا است و وقتی در رابطه بین استحکام روانی و اضطراب کرونا، خودانتقادی به عنوان متغیر واسطه‌ای وارد شود، این رابطه کاهش می‌یابد ( $P=0/01$ ). نتیجه‌گیری: براساس نتایج حاصله، توجه به استحکام روانی بواسطه خودانتقادی در میزان تجربه هراس کرونایی در دانشجویان دختر نقش بسزایی دارد.

کلیدواژه‌ها: هراس کرونایی، استحکام روانی، خودانتقادی

به این مقاله به شکل زیر استناد کنید:

درون متن:

(محمودی، عبدیان، معالی مهربانی و

ساریخانی، ۱۴۰۰)

در فهرست منابع:

محمودی، فاطمه، عبدیان، زهرا، معالی مهربانی، الهام، و ساریخانی، مرضیه. (۱۴۰۰). پیش‌بینی هراس کرونایی بر اساس استحکام روانی دختران: با نقش واسطه‌ای خودانتقادی. فصلنامه خانواده‌درمانی کاربردی، ۲(۵) پیاپی ۱۸۹-۱۷۶.

## مقدمه

کروناویروس<sup>۱</sup> خانواده بزرگی از ویروس‌ها هستند که باعث عفونت‌های تنفسی از سرماخوردگی تا بیماری‌های شدیدتر مانند مرس و سارس می‌شوند. سرانجام این ویروس جدید به نام کووید-۱۹ نام‌گذاری شد (سازمان بهداشت جهانی<sup>۲</sup>، ۲۰۲۰). این ویروس در شهر ووهان چین گزارش شد (اباچی‌زاده، ۲۰۲۰). کووید-۱۹ در مناطق جغرافیایی مختلف به راحتی گسترش می‌یابد تا جایی که برخی افراد مطمئن نیستند که چگونه یا کجا آلوده شده‌اند (جرنیگان لو و همکاران، ۲۰۲۰). بهترین اقدامات برای جلوگیری از انتشار آن، فاصله‌گذاری اجتماعی و قرنطینه معرفی شده است، لذا مردم بسیاری از کشورها مجبور به قرنطینه در خانه و یا در یک مرکز هستند. عدم قطعیت میزان پیشرفت اپیدمی و مدت زمان آن، باعث افزایش فشار روانی بر عموم مردم و دلیل بسیاری از مشکلات روانی شده است (هوانگ و ژو، ۲۰۲۰). اضطراب در مورد کرونا شایع است و به نظر می‌رسد بیشتر به دلیل ناشناخته بودن و ایجاد ابهام‌شناختی افراد درباره این ویروس باشد. ترس از ناشناخته‌ها، ادراک ایمنی را در انسان کاهش می‌دهد و همواره برای بشر اضطراب‌زا بوده است. درباره کرونا نیز اطلاعات کم علمی این اضطراب را تشدید می‌کند (بجاما، ۲۰۲۰). استرس و اضطراب می‌تواند سیستم ایمنی بدن را تضعیف و آن‌ها را در برابر بیماری‌ها از جمله کرونا آسیب‌پذیرتر کند (لینگ، ۲۰۲۰). فام و همکاران (۲۰۱۹) گسترش بیماری واگیردار مثل کرونا، باعث اثرات روانشناختی منفی می‌شود و معمولا در پاندمی‌ها برای جلوگیری از سرایت بیشتر بیماری رهبران جوامع از قرنطینه محدود یا گسترده استفاده می‌کنند.

باتوجه به همه‌گیری بیماری کرونا، ترس از بیماری و ترس از مرگ در کنار آشفتگی فعالیت‌های روزمره، توجه به متغیرهای روانشناسی مثبت‌نگر در برخورد با اضطراب کرونا می‌تواند حائز اهمیت باشد، یکی از سازه‌هایی که در این راستا مورد توجه قرار گرفته است توانایی فرد در برابر ناملایمات زندگی یا در واقع استحکام روانی<sup>۳</sup> است. منظور از استحکام روانی در نظر گرفتن انسان به عنوان موجودی مختار، ارزشمند، کارآمد و توانا است که می‌تواند حتی در بحرانی‌ترین شرایط و فشارزاترین موقعیت‌ها، از روش‌های مقابله‌ای منطقی و معقولانه برای حل مسائل و رویارویی با مشکلات استفاده کند (بخشیان، ۱۳۹۶). در واقع استحکام روانی یک ویژگی شخصیتی است که به عنوان عاملی برای ارتقای سلامت بوده و ترکیبی از باورها درباره خود و جهان است که فرد را در برابر فشارهای درونی و بیرونی مقاوم ساخته و باعث می‌شود که فرد شرایط سخت و تهدیدآمیز را با موفقیت پشت سر بگذارد (رحمتی و نعیمی‌کیا، ۱۳۹۴). افراد با استحکام روانی بالا می‌توانند محیط را برای داشتن یک رفتار یا عمل معنادار و مناسب درک و کنترل نماید (لیندبالد، ساندلین و همکاران، ۲۰۱۶). پژوهش‌ها نشان داده است که استحکام روانی می‌تواند در کاهش اضطراب مؤثر باشد (هاچنسون، سوارت و پوتوریوس، ۲۰۱۱) و از سلامت فرد در مقابل شرایط استرس‌زای زندگی حفاظت کند (گرونشتاین و بلومکا، ۲۰۱۷).

همانطور که پیشتر به آن اشاره شد، شیوع ویروس کووید ۱۹، موجی از نگرانی و اضطراب بالا را در بین مردم به وجود آورده است که علاوه بر بعد جسمانی، پیامدهای مستقیمی بر جنبه‌های روانی افراد به همراه داشته

1. Coronaviruses
2. World Health Organization (WHO)
3. Mental toughness

است (شانافلت، ریپ و تروکل، ۲۰۲۰). در دوران قرنطینه خانگی، به علت تغییر در سبک زندگی و شرایط سخت ناشی از رعایت دستورالعمل‌های بهداشتی احتمال بروز مشکلاتی از قبیل ناراحتی‌های بین‌فردی، خشونت خانوادگی، نادیده گرفتن فرزندان، پرخاشگری بین اعضای خانواده و خودانتقادی<sup>۱</sup> وجود دارد (کمبل، ۲۰۲۰). خودانتقادی به عنوان شکلی از آزار و اذیت درونی است که استرس‌زا و تضعیف‌کننده خود می‌باشد که در تجربه اضطراب همه‌گیری بیماری کرونا نقش دارد (کارواهلو، ۲۰۲۱). خودانتقادی به عنوان گرایش فرد برای داشتن انتظارات بالا از خود و زیر سؤال بردن عملکرد خویش تعریف شده است (یانکوآ، بودنرب و بن زیونک، ۲۰۱۵). خودانتقادی موجب می‌شود که فرد عملکرد خود را ناقص بداند و معیارهای غیرقابل دستیابی برای خود تعریف کند؛ به گونه‌ای که در نهایت به دوری کردن او از شبکه‌های اجتماعی منجر می‌شود (جیمز، ورپلانکن و ریمر، ۲۰۱۵). در حال حاضر با توجه به پاندمی بیماری کووید ۱۹ در جهان و تأثیرپذیر بودن فعالیت‌های دانشجویان، نگرانی‌هایی در این خصوص، و اهمیت تجربه اضطراب کرونایی، پژوهش حاضر با هدف پیش‌بینی هراس کرونایی براساس استحکام روانی به واسطه خودانتقادی در دختران انجام شد؛ از این رو به فرضیه‌های زیر پاسخ داده شد:

۱. بین هراس کرونا و خودانتقادی با استحکام روانی رابطه معناداری وجود دارد.
۲. استحکام روانی با نقش واسطه‌ای خودانتقادی قادر به پیش‌بینی هراس کرونا می‌باشد.

### روش پژوهش

پژوهش حاضر با هدف پیش‌بینی هراس کرونایی براساس استحکام روانی بواسطه خودانتقادی در دانشجویان دختر انجام شد. جامعه آماری شامل کلیه دانشجویان دختر دانشگاه آزاد واحد تنکابن بود که از میان آن‌ها، بر طبق فرمول کوکران تعداد ۲۰۰ نفر به روش نمونه‌گیری در دسترس انتخاب شدند. ابزار پژوهشی شامل مقیاس اضطراب بیماری کرونا علی‌پور و همکاران (۱۳۹۸)، پرسشنامه استحکام روانی کلا، ارله و سویل (۲۰۰۲) و مقیاس سطوح خودانتقادی تامسون و ظروف (۲۰۰۴) بود. داده‌ها با استفاده از آزمون ضریب همبستگی و رگرسیون چندگانه به روش همزمان بوسیله نرم‌افزار SPSS<sup>23</sup> مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت.

### ابزار پژوهش

۱. **مقیاس اضطراب بیماری کرونا (CDAS)**<sup>۲</sup>. این ابزار جهت سنجش اضطراب ناشی از شیوع ویروس کرونا توسط علی‌پور و همکاران در سال (۱۳۹۸) در کشور ایران تهیه و اعتباریابی شده است. نسخه نهایی این ابزار دارای ۱۸ گویه و ۲ مؤلفه (عامل) است. این ابزار در طیف ۴ درجه‌ای لیکرت نمره‌گذاری می‌شود؛ پایایی این ابزار با استفاده از روش آلفای کرونباخ برای عامل اول ( $\alpha=0/879$ )، عامل دوم ( $\alpha=0/861$ ) و برای کل پرسش‌نامه ( $\alpha=0/919$ ) به دست آمد. جهت بررسی روایی وابسته همبستگی به ملاک این پرسش‌نامه از همبسته کردن این ابزار با پرسش‌نامه GHQ-28 استفاده شد که نتایج نشان داد پرسش‌نامه اضطراب کرونا با نمره کل پرسش‌نامه GHQ-28 و مؤلفه اضطراب، نشانه‌های جسمانی، اختلال در کارکرد اجتماعی و

1. self-criticism

2. Corona Disease Anxiety Scale

افسردگی به ترتیب برابر با ۰/۴۸۳، ۰/۵۰۷، ۰/۴۱۸، ۰/۳۳۳ و ۰/۲۶۹ است و کلیه این ضرایب در سطح ۰/۰۱ معنادار بود (علی‌پور و همکاران، ۱۳۹۸).

**۲. پرسشنامه استحکام روانی<sup>۱</sup>**: توسط که کلا، ارله و سویل<sup>۲</sup> در سال (۲۰۰۲) ساخته شد. این مقیاس دارای ۴۸ سؤال و ۶ خرده مقیاس است. ابعاد این پرسشنامه عبارتند از: چالش (۸ سؤال)، بعد کنترل که شامل؛ کنترل هیجانی (۷ سؤال)، کنترل زندگی (۷ سؤال)، تعهد (۱۱ سؤال) و بعد اعتماد که شامل؛ اعتماد به توانایی‌های خود (۹ سؤال) و اعتماد بین‌فردی (۶ سؤال). مطالعات بسیاری برای بررسی ویژگی‌های روانسنجی این پرسشنامه انجام گرفته است. پری و همکاران (۲۰۱۲) مطالعه‌ای را بر روی ۸۲۰۷ نفر انجام دادند و روایی و پایایی این پرسشنامه را مناسب گزارش دادند. در مطالعه‌ای دیگر آلفای کرونباخ کل مقیاس ۸۷/۰ و پایایی باز آزمون آن ۰/۹۰ بدست آمد (شرد و همکاران، ۲۰۰۹). در یک مطالعه دیگر نیز در سال ۲۰۱۲ لوی و همکاران دریافتند که پنج زیرمقیاس این پرسشنامه دارای آلفای کرونباخ قابل قبول از ۰/۶۰ تا ۰/۸۰ هستند اما مولفه کنترل هیجانی دارای آلفای کرونباخ ۰/۵۱ و غیرقابل قبول بود. روایی و پایایی این پرسشنامه در ایران نیز مورد تأیید قرار گرفته‌اند. در مطالعه افسانه‌پورک، و واعظ‌حسینی (۱۳۹۳) پایایی این پرسشنامه با آلفای کرونباخ کل ۰/۹۳ گزارش شد.

**۳. مقیاس سطوح خودانتقادی<sup>۳</sup>**: توسط تامسون و ظروف<sup>۴</sup> در سال (۲۰۰۴) طراحی شد که این مقیاس ۲۲ گویه دارد و دو مؤلفه خودانتقادی مقایسه‌ای (۱۲ گویه) و خودانتقادی درونی (۱۰ گویه) را مورد سنجش قرار می‌دهد. این مقیاس در طیف لیکرت ۷ درجه‌ای نمره‌گذاری می‌شود از دامنه ۰ (به شدت مخالفم) تا ۶ (به شدت موافقم) اندازه‌گیری می‌شود. دامنه نمرات از ۲۲ تا ۱۳۲ می‌باشد. نمرات بالاتر در این مقیاس نشان دهنده سطح بالاتر خودانتقادی در فرد می‌باشد و گویه‌های ۶، ۸، ۱۱، ۱۲، ۱۶، ۲۰ و ۲۱ به صورت معکوس نمره‌گذاری می‌شوند. روایی پایایی مقیاس سطوح خودانتقادی را تامسون و ظروف (۲۰۰۴) بر روی نمونه‌ای شامل ۱۴۴ دانشجوی ارزیابی کرده‌اند. به این منظور تحلیل عوامل مقیاس گویای دو عامل خودانتقادی مقایسه‌ای و خودانتقادی درونی بود. همچنین بین خرده مقیاس‌ها با خرده مقیاس روان‌نژندی پرسشنامه ویژگی‌های شخصیتی رابطه معنی‌داری وجود داشت. در ایران روایی و پایایی مقیاس سطوح خودانتقادی در پژوهش موسوی و قربانی (۱۳۸۵) با روش آلفای کرونباخ برای خرده مقیاس خودانتقادی درونی ۰/۸۷ و مقایسه‌ای ۰/۵۵ بدست آمد. همچنین رابطه بین مؤلفه‌های مقیاس خودانتقادی با خرده مقیاس‌های پرسشنامه مشکلات بین شخصی، مثبت و معنی‌دار بود (شریعتی و همکاران، ۱۳۹۵).

**روش اجرا**. پس از بررسی اطلاعات مربوط به جامعه آماری و انتخاب حجم نمونه، به علت محدودیت‌های ناشی از بیماری کرونا ویروس و رعایت پروتکل‌های بهداشتی، پرسشنامه‌های پژوهش به صورت اینترنتی طراحی و لینک پرسشنامه به صورت آنلاین در اختیار گروه مورد بررسی قرار گرفت. جهت رعایت ملاحظات اخلاقی هیچ‌گونه اطلاعاتی که منجر به شناخت شرکت‌کنندگان می‌شد، ارائه نگردید. جهت تحلیل داده‌های

1. Mental toughness Questionnaire (SMTQ)
2. Clough, Earle, Sewell
3. Levels of Self Criticism Scale (LOSC)
4. Thampson, Zuroff

پژوهش از آزمون تحلیل واریانس چندمتغیره و تک متغیره استفاده شد. سطح معناداری ۰/۰۵ در نظر گرفته شد. جهت تحلیل داده‌ها نیز از نرم‌افزار آماری SPSS نسخه ۲۶ استفاده شد.

### یافته‌ها

این مطالعه با مشارکت ۲۰۰ دانشجوی دختر دانشگاه آزاد واحد تنکابن انجام شد. میانگین و انحراف معیار سنی شرکت کنندگان ۳۱/۸۵ (۹/۰۳) بود. ۹ درصد دانشجوی کاردانی، ۳۰/۵ درصد دانشجوی کارشناسی، ۴۰/۵ درصد کارشناسی ارشد و ۲۰ درصد دانشجوی دکتری بودند. ۶۴/۵ درصد شرکت کنندگان مجرد و ۳۵/۵ درصد متأهل بودند.

جدول ۱. میانگین، انحراف معیار متغیرهای پژوهش

متغیر	میانگین	انحراف معیار	چولگی	کشیدگی	ضریب تحمل	عامل تورم واریانس	دوربین واتسون
اضطراب کرونا	۳۴/۵۸	۸/۴۴	۰/۴۱۱	-۰/۶۲۴	ملاک	ملاک	
استحکام روانی	۱۲۶/۳۰	۲۲/۶۴	-۰/۲۹۷	-۰/۰۹۸	۰/۹۱۵	۱/۰۹۳	۱/۶۳۳
خودانتقادی	۷۶/۹۵	۱۸/۴۳	۰/۴۴۹	-۰/۱۱۸	۰/۹۱۵	۱/۰۹۳	

به منظور بررسی مفروضه نرمال بودن توزیع تک متغیر مقادیر کشیدگی و چولگی و به منظور ارزیابی مفروضه همخطی بودن عامل تورم واریانس<sup>۱</sup> (VIF) و ضریب تحمل<sup>۲</sup> مورد بررسی قرار گرفت. بررسی داده‌های پژوهش حاضر نشان داد که ارزش‌های چولگی و کشیدگی آماری متغیرهای پژوهش حاضر بین  $\pm ۲$  قرار دارد، بنابراین از این نظر داده‌ها به صورت مطلوب توزیع شده‌اند. همچنین با توجه به ارزش عامل تورم واریانس که کمتر از ۱۰ و ضریب تحمل بالاتر از ۰/۱۰ است؛ همخطی در متغیرهای پژوهش رخ نداده است. به منظور بررسی استقلال مشاهدات (استقلال مقادیر باقی مانده یا خطاها) از یکدیگر از آزمون دوربین-واتسون (۱/۷۱۳) استفاده شد که حاکی از رعایت شدن مفروضه استقلال خطاهاست.

جدول ۲. همبستگی بین متغیرهای پژوهش

متغیر	۱	۲	۳
اضطراب کرونا	۱		
استحکام روانی	-۰/۵۷۴**	۱	
خودانتقادی	۰/۳۷۷**	-۰/۲۹۱**	۱

\* $p < 0.05$ , \*\* $p < 0.01$

1. variance inflation factor
2. tolerance

یافته‌ها نشان داد رابطه اضطراب کرونا با استحکام روانی ( $r = -0/574$ ) منفی و در سطح  $0/01$  درصد معنادار است. همبستگی اضطراب کرونا با خودانتقادی ( $r = 0/377$ ) مثبت و در سطح  $0/01$  درصد معنادار است. در ادامه برای بررسی نقش واسطه‌ای خودانتقادی در رابطه بین استحکام روانی و اضطراب کرونا به شیوه بارون و کنی<sup>۱</sup> (۱۹۸۶) از اجرای مرحله به مرحله تحلیل رگرسیون (رگرسیون سلسله مراتبی همزمان) استفاده شد که نتایج آن در جدول ۳ ارائه شده است.

یافته‌های پژوهش حاضر بر اساس روش چهار گامی توصیه شده توسط بارون و کنی (۱۹۸۶) به شرح زیر به‌دست آمد: در گام اول، استحکام روانی به‌عنوان پیش‌بینی‌کننده اضطراب کرونا وارد معادله رگرسیون شد که معنادار بودن ضریب بتای به‌دست‌آمده ( $\beta = -0/574$  و  $P < 0/001$ ) نشان‌گر این بود که استحکام روانی پیش‌بینی‌کننده معنادار اضطراب کرونا است. لذا شرط اولیه واسطه‌ای بودن برقرار است. در گام دوم، نقش استحکام روانی در پیش‌بینی خودانتقادی بررسی شد. با توجه به معنادار بودن ضریب بتای به‌دست‌آمده ( $\beta = -0/291$  و  $P < 0/001$ ) می‌توان نتیجه گرفت ملاک دوم واسطه‌ای بودن نیز برقرار است. شرط سوم این است که میانجی با ملاک همبستگی داشته باشد. نتایج بدست آمده نشان می‌دهد خودانتقادی پیش‌بینی‌کننده معنادار اضطراب کرونا است ( $\beta = 0/377$  و  $P < 0/001$ ). در گام چهارم، استحکام روانی و خودانتقادی به‌عنوان پیش‌بینی‌کننده‌های اضطراب کرونا، وارد معادله رگرسیون شدند. بر پایه پیشنهاد بارون و کنی (۱۹۸۶)، چنان‌چه با ورود متغیر واسطه‌ای به معادله، ضریب متغیر پیش‌بین اولیه به سمت صفر حرکت کند یا کاهش یابد واسطه‌گری احراز می‌شود، به عبارت دیگر کاهش بتا بیانگر نقش واسطه‌ای متغیر مرتبه جدید در ارتباط بین متغیر مرتبه قبل و متغیر ملاک است. نتایج نشان داد وقتی در رابطه بین استحکام روانی و اضطراب کرونا، خودانتقادی به عنوان متغیر واسطه‌ای وارد شود، این رابطه کاهش می‌یابد ( $P < 0/001$ ) و  $\beta = -0/507$ ، بر اساس نتایج جدول شماره ۳، نقش واسطه‌ای جزئی خودانتقادی در رابطه بین استحکام روانی و اضطراب کرونا تایید می‌شود.

جدول ۳. نتایج تحلیل رگرسیون واسطه‌ای خودانتقادی در رابطه بین استحکام روانی و اضطراب کرونا

گام	متغیر پیش بین	متغیر ملاک	R	R <sup>2</sup>	F	ضریب b	SE	ضریب $\beta$	T	سطح معناداری
۱	استحکام روانی	اضطراب کرونا	0/57	0/33	97/39	-0/21	0/02	-0/57	-9/86	0/001
۲	استحکام روانی	خودانتقادی	0/29	0/08	18/37	-0/23	0/05	-0/29	-4/28	0/001
۳	خودانتقادی	اضطراب کرونا	0/37	0/14	32/82	0/17	0/03	0/37	5/73	0/001
۴	استحکام روانی	اضطراب کرونا	0/61	0/37	59/81	-0/18	0/02	-0/50	-8/63	0/001
	خودانتقادی					0/10	0/02	0/22	3/90	0/001

1. Baron & Kenny

به علاوه، به منظور برآورد اندازه و معنی داری این اثر غیر مستقیم، از آزمون سوبل<sup>۱</sup> استفاده شد. نتایج آزمون سوبل نیز تایید کننده نقش واسطه‌ای خودانتقادی در رابطه بین استحکام روانی و اضطراب کرونا ( $t=3/432$  و  $P<0/001$ ) بود.

### بحث و نتیجه‌گیری

مشکلات روانشناختی دانشجویان، نیاز به توجه ویژه دارد، بنابراین پژوهش حاضر با هدف بررسی پیش‌بینی هراس کرونایی براساس استحکام روانی بواسطه خودانتقادی در دانشجویان دختر انجام شد. نتایج نشان داد استحکام روانی پیش‌بینی کننده معنادار اضطراب کرونا است، همچنین خودانتقادی پیش‌بینی کننده معنادار اضطراب کرونا است و وقتی در رابطه بین استحکام روانی و اضطراب کرونا، خودانتقادی به عنوان متغیر واسطه‌ای وارد شود، این رابطه کاهش می‌یابد. به نظر می‌رسد که کرونا و قرنطینه تاحدی روی کارکردهای فردی، اثرات منفی داشته که دور از انتظار نیست. نتایج پژوهش نشان داد بین هراس کرونایی با استحکام روانی و خودانتقادی در دانشجویان دختر از نظر آماری معنی‌دار وجود دارد. نتایج به دست آمده از این پژوهش با یافته‌های دیلمقانی‌زاده (۱۴۰۰)، آریاپوران و موسوی (۱۴۰۰)، کاروالهو (۲۰۲۱)، گومز (۲۰۲۱)، دورویلی و همکاران (۲۰۲۱)، واهیونی و همکاران (۲۰۲۰)، فورس و استاماتیس (۲۰۲۰)، همسویی داشت. در روزهایی که ذهن و فکر همه مردم به نوعی با کرونا پیوند خورده است، استحکام روانی چالشی است که افراد با آن روبه رو هستند. فرادی که از میزان بالای استحکام روانی روانشناختی برخوردار بودند، خطر اضطراب در آنها به‌طور قابل توجهی کاهش پیدا کرده بود (پودلتاندوکار و همکاران، ۲۰۱۹). از آنجا که استحکام روانی توانایی مقاومت در برابر تغییرات (پنپاکدی و لیمنیرانکول، ۲۰۱۸) و ظرفیت مثبت برای سازگاری با استرس (اخته و همکاران، ۲۰۱۴) است؛ از عوامل اساسی در کنار آمدن با بیماری است (سوالنو، دا-سیلوا و همکاران، ۲۰۱۶).

مکانیزم استحکام روانی مانند تاب‌آوری در کاهش اضطراب به این نحو عمل می‌کند که مؤلفه‌های اصلی آن مانند اعتماد به نفس، شایستگی شخصی، اعتماد به غرایز، پذیرش مثبت تغییر، کنترل و تأثیرات معنویات هنگام قرار گرفتن در شرایط استرس‌زا به مثابه یک حائل عمل کرده و اجازه بروز اضطراب را نمی‌دهد (وود، ۲۰۱۹). دانشجویانی که از ویژگی استحکام روانی بالایی برخوردار هستند؛ در زمان مواجهه با حادثه‌ترین و استرس‌زاترین شرایط از جمله شرایط مشابه پیش‌آمده در طی اپیدمی کرونا ویروس که ممکن است افراد در هر لحظه خود یا خانواده و دوستانش به این ویروس مبتلا شوند، به دلیل انعطاف‌پذیری بالایی که دارد در چنین شرایطی تاب آورد و دچار مشکلات روانشناختی از جمله اضطراب و افسردگی نشود.

از طرفی، خودانتقادی نشان‌دهنده رفتار خصمانه پرتوق و انتقادگر با خود است. هرکسی یکسری نقایصی در زندگی خود دارد و به جای احساس انزوای ناشی از نقایص یا چالش‌ها، دیده گسترده‌تر و کامل‌تری داشته باشند. افراد خود انتقادگر به بررسی مداوم و سخت خود و همچنین خودارزیابی‌های انتقادی بیش از حد از ناتوانی خود می‌پردازند. آنها دلوپسی‌های مداوم در مورد اشتباهات خود دارند و واکنش‌های منفی به شکست‌های ادراک شده نشان می‌دهند. آنها نگرش منفی به خود در مقایسه با دیگران (خود انتقادی

1. Sobel test

مقایسه‌ای) دارند همچنین نگرشی منفی به خود در مقایسه با استانداردهای درونی (خود انتقادی درونی شده) دارند، همین امر موجب می‌شود خود انتقادی نقش واسطه‌ای بین استحکام روانی و تجربه هراس کرونایی در دانشجویان داشته باشد؛ لذا با توجه به سطح بالای شیوع بیماری کرونا، هدف قراردادن عوامل روانشناختی موثر در کاهش اضطراب کرونا دانشجویان در دوران شیوع حائز اهمیت است. این پژوهش نیز مانند سایر پژوهش‌ها با محدودیت‌هایی مواجه بود از جمله اینکه با در نظر گرفتن این مورد که این مطالعه در دانشجویان انجام شد تعمیم نتایج آن به گروه‌های سنی دیگر باید با احتیاط صورت گیرد. استفاده از ابزار پرسشنامه نیز از محدودیت‌های دیگر این پژوهش بود، چرا که احتمال سوگیری در ابزارهای خود گزارشی وجود دارد. به تبع محدودیت‌های یاد شده و یافته‌های نهایی این مطالعه، پیشنهاد می‌شود در طرح‌های پژوهشی آینده، تحقیقات دیگری به منظور روشن شدن ارتباط بین این متغیرها در جوامع آماری و گروه‌های سنی دیگر انجام شود تا ارتباط متغیرهای مطالعه شده روشن‌تر شود.

### موازین اخلاقی

ملاحظات اخلاقی در پژوهش با جلب رضایت آگاهانه شرکت‌کنندگان رعایت شده است؛ همچنین به افراد درباره محرمانه بودن نتایج اطمینان داده شد.

### سپاسگزاری

بدین‌وسیله از همه افرادی که در اجرای این پژوهش همکاری داشتند، کمال تشکر و قدردانی می‌شود.

### تعارض منافع

بنا بر اظهار نویسندگان، این مقاله حامی مالی و تعارض منافع ندارد.

### منابع

- آریاپوران، سعید، و موسوی، سیدولی‌اله. (۱۴۰۰). اضطراب بیماری کرونا در ورزشکاران رشته بدنسازی: نقش ذهن‌آگاهی ورزشی و استحکام روانی. *مطالعات روانشناسی ورزشی*، ۱۱(۳): ۵۸-۶۷
- احمدراد، فرید. (۱۳۹۹). ابعاد روان‌شناختی بحران کرونا و شیوه‌های آموزشی کاهش آن. *فصلنامه روان‌شناسی تربیتی*، ۱۶(۵۵): ۲۷-۵۴.
- بخشیان، حمید. (۱۳۹۶). *رابطه اضطراب رقابتی، استحکام روانی و هوش هیجانی در دانشجویان ورزشکار و غیرورزشکار*. کارشناسی ارشد روانشناسی، دانشگاه تبریز.
- رحمتی، فروغ، و نعیمی‌کیا، ملیحه. (۱۳۹۴). ارتباط استحکام روانی با هوش هیجانی و مقایسه آن بین دانشجویان ورزشکار و غیرورزشکار. *مجله پژوهش در مدیریت ورزشی و رفتار حرکتی*، ۱۱(۲۲): ۱۴۸-۱۴۱.
- شریعتی، مریم، حمید، نجمه، هاشمی، اسماعیل، بشیلده، کیومرث، و مرعی، علی. (۱۳۹۵). اثربخشی درمان مبتنی بر مهرورزی بر افسردگی و خودانتقادی دانشجویان دختر. *دانش و پژوهش در روانشناسی کاربردی*، ۱۷(۱): ۴۳-۵۰.



علی پور، احمد، قدمی، ابوالفضل، علیپور، زهرا، و عبدالله زاده، حسن. (۱۳۹۸). اعتباریابی مقدماتی مقیاس اضطراب بیماری کرونا (CDAS) در نمونه ایرانی. *فصلنامه علمی-پژوهشی روانشناسی سلامت*. ۸(۳۲): ۱۶۳-۱۷۵

عینی، ساناز، عبادی، متینه، و ترابی، نغمه. (۱۳۹۹). تدوین مدل اضطراب کرونا در دانشجویان براساس حس انسجام و تاب آوری: نقش میانجی حمایت اجتماعی ادراک شده. *فرهنگ مشاوره و روان‌درمانی*، ۱۱(۴۳): ۳۲-۱.

موسوی، اشرف السادات، و قربانی، نیما. (۱۳۸۵). خودشناسی، خودانتقادی و سلامت روان. *مطالعات روانشناختی*، ۲(۳-۴): ۹۱-۷۵.

### References

- Abacizadeh, K. (2020). Banning Advertising Unhealthy Products and Services in Iran: A One- Decade Experience.” *Risk. Management and Healthcare Policy*, 13: 965-971
- Akhteh, M., Alipor, A., & Sarifi Saki, S (2014). Effectiveness of stress management training in reducing anxiety and Met worry of Women who had abortion several times. *Science Journal of Business and Management*, 3(11): 120-129.
- Bajema, K. L. (2020). “Persons evaluated for 2019 Novel coronavirus- United States, January 2020”. *Morbidity and mortality weekly report*, 69 (6): 166-172
- Campbell, A. M. (2020). An increasing risk of family violence during the Covid-19 pandemic: Strengthening community collaborations to save lives. *Forensic Science International: Reports*, 100089, 1-3.
- Carvalho, C. S. (2021). *The Traumatic Impact of the COVID-19 Pandemic on the Psychological Distress of University Students and Professors: The Mediating Role of Self-Criticism and Experiential Avoidance* (Doctoral dissertation, Universidade de Coimbra).
- Clough P, Earle K, Sewell D. (2002). Mental toughness: The concept and its measurement. *Solutions in sport psychology*, 32-43.
- Dorvily, M., Etchebaster, M., Forsse, J. S., Amasay, T., & Papadakis, Z. (2021). COVID-19 Adherence to Physical Activity Guidelines Moderates the Mental Health/Toughness Relationship on Black/Hispanic Females. In *International Journal of Exercise Science: Conference Proceedings*, 2(13): 3-12
- Gomes, M. C. F. (2021). *The traumatic impact of the Covid-19 pandemic on the psychological distress of Portuguese teachers: the mediating role of self-criticism and experiential avoidance* (Doctoral dissertation, Universidade de Coimbra).
- FORSSE, S., & STAMATIS, A. (2020). TACSM Abstract Enhancing Mental Toughness in Student-Athletes during the COVID-19 Pandemic via Educational-Based Psychological Skills Training: Preliminary Results of a Pilot Study.
- Grevenstein, D., & Bluemke, M (2015). Can the Big Five explain the criterion validity of Sense of Coherence for mental health, life satisfaction, and personal distress? *Personality and Individual Differences*. 77: 106–111.
- Hutchinson, A.M.K., Suart, A.D., Pretorius, H.G (2011). The relationships between temperament, character strengths, and resilience. In *The Human Pursuit of Well-Being: A Cultural Approach*; Brdar, I., Ed., Springer: Dordrecht, the Netherlands, 133–144.
- Huang, Y. and N. Zhao (2020). Generalized anxiety disorder, depressive symptoms and sleep quality COVID-19 outbreak in china: a web- based cross- sectional survey. *Psychiatry research*, 288: 112954.
- Iancua, L., Bodnerb, E., & Ben-Zionc, I.Z. (2015). Self-esteem, dependency, self-efficacy and self-criticism in social anxiety disorder. *Comprehensive Psychiatry*, 58: 165-171.

- James, K., Verplanken, B., & Rimes, K.A. (2015). Selfcriticism as a mediator in the relationship between unhealthy perfectionism and distress. *Personality and Individual Differences*, 79: 123-128.
- Jernigan, J. A., Low, D. E., & Helfand, R. F. (2020). Combining Clinical and Epidemiologic Features for Early Recognition of SARS. *Emerging Infectious Diseases*, 10(2): 327-333. <https://dx.doi.org/10.3201/eid1002.030741>.
- Lindblad, C., Sandelin, K., Petersson, L. M., Rohani, C., & Langius-Eklöf, A (2016). Stability of item sense of coherence (SOC) scale: a longitudinal prospective study in women for breast cancer. *Quality of Life Research*, 25(3): 753-760
- Ling, C. Q. (2020). Traditional Chinese medicine is a resource for drug discovery against 2019 novel coronavirus (SARS-CoV-2). *Journal of integrative medicine*, 18(2): 87.
- Panpakdee, C., & Limnirankul, B (2018). Indicators for assessing socialecological resilience: A case study of organic rice production in northern Thailand. *Kasetsart Journal of Social Sciences*, 39(3): 414- 421.
- Pham, H., Torres, H., & Sharma, P. (2019, February). Mental health implications in bladder cancer patients: a review. In *Urologic Oncology: Seminars and Original Investigations* (Vol. 37, No. 2, pp. 97-107). Elsevier.
- Poudel-Tandukar, K., Chandler, G.E., Jacelon, C.S., Gautam, B., BertoneJohnson, E.R., & Hollon, S.D (2019). Resilience and anxiety or depression among resettled Bhutanese adults in the United States. *International Journal of Social Psychiatry*, 65(6): 496-506.
- Shanafelt, T., Ripp, J., & Trockel, M. (2020). Understanding and addressing sources of anxiety among health care professionals during the COVID-19 pandemic. *Jama*, 323(21): 2133-2134.
- Solano, J. P. C., da Silva, A. G., Soares, I. A., Ashmawi, H. A., & Vieira, J. E (2016). Resilience and hope during advanced disease: a pilot study with metastatic colorectal cancer patients. *BMC Palliative Care*, 15(1): 70-78
- 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.
- Wahyuni, E., Fitri, S., & Cahyawulan, W. (2021). Emotion regulation difficulties and self-criticism among university students during covid 19 pandemic in indonesia. in proceeding: 2nd auckland international conference on social sciences, education, entrepreneurship and technology 2021 (p. 94).
- Wood, B (2019). Role of resilience in buffering the effect of work -school conflict on negative emotional responses and sleep health of college students. *Journal of Occupational Health Psychology*, 18(4): 384-394.
- World Health Organization. (2020). Coronavirus disease 2019 (COVID-19) situation report-34. Geneva, Switzerland: World Health Organization. [https://www.who.int/docs/default-source/coronaviruse/situation-reports/20200223-sitrep34-covid-19.pdf?sfvrsn=44ff8fd3\\_2pdf icon](https://www.who.int/docs/default-source/coronaviruse/situation-reports/20200223-sitrep34-covid-19.pdf?sfvrsn=44ff8fd3_2pdf icon)

\*\*\*

### پرسشنامه اضطراب کرونا

همیشه	بیشتر اوقات	گاهی اوقات	هرگز	گویه ها
۴	۳	۲	۱	۱ فکر کردن به کرونا مرا مضطرب می‌کند.
۴	۳	۲	۱	۲ وقتی درباره تهدید کرونا فکر می‌کنم احساس تنش دارم.
۴	۳	۲	۱	۳ درباره شیوع بیماری کرونا به شدت نگرانم.

۴	۳	۲	۱	می‌ترسم کرونا بگیرم.	۴
۴	۳	۲	۱	فکر می‌کنم هر لحظه ممکن است کرونا بگیرم.	۵
۴	۳	۲	۱	با کوچکترین علائم، فکر می‌کنم کرونا گرفته‌ام و خود را واری می‌کنم.	۶
۴	۳	۲	۱	من نگران سرایت کرونا به اطرافیانم هستم.	۷
۴	۳	۲	۱	اضطراب مربوط به کرونا فعالیت‌های مرا مختل کرده است	۸
۴	۳	۲	۱	توجه رسانه‌ها به کرونا مرا نگران می‌کند	۹
۴	۳	۲	۱	فکر کردن به کرونا خواب مرا مختل کرده است.	۱۰
۴	۳	۲	۱	فکر کردن به کرونا مرا بی‌اشتها کرده است.	۱۱
۴	۳	۲	۱	وقتی به کرونا فکر می‌کنم دچار سردرد می‌شوم.	۱۲
۴	۳	۲	۱	وقتی به کرونا فکر می‌کنم تنم می‌لرزد.	۱۳
۴	۳	۲	۱	وقتی به کرونا فکر می‌کنم موهای تنم سیخ می‌شود.	۱۴
۴	۳	۲	۱	کرونا برای من به یک کابوس تبدیل شده است.	۱۵
۴	۳	۲	۱	به خاطر ترس از کرونا فعالیت بدنی‌ام کم شده است.	۱۶
۴	۳	۲	۱	صحبت کردن درباره کرونا با دیگران برایم دشوار است.	۱۷
۴	۳	۲	۱	وقتی درباره کرونا فکر می‌کنم تپش قلب می‌گیرم.	۱۸

\*\*\*

## پرسشنامه استحکام روانی

کامل‌انجام	مواضع	نظری ندارم	مخالقم	کامل‌انجام	عبارت‌ها	رتبه
۱	۲	۳	۴	۵	معمولاً چیزی را پیدا می‌کنم که به من انگیزه دهد.	۱
۱	۲	۳	۴	۵	به طور کلی احساس می‌کنم که بر خودم کنترل دارم.	۲
۱	۲	۳	۴	۵	به طور کلی احساس می‌کنم که شخص با ارزشی هستم.	۳
۱	۲	۳	۴	۵	معمولاً چالش‌ها باعث می‌شود تا بهترین عملکرد را داشته باشم.	۴
۱	۲	۳	۴	۵	هنگام کار کردن با دیگران، شخص کاملاً موثری هستم.	۵
۱	۲	۳	۴	۵	تغییرات غیرمنتظره در برنامه کاریم، مرا سردرگم می‌کند.	۶
۱	۲	۳	۴	۵	معمولاً هنگامی که تحت فشار هستم، از ادامه فعالیت منصرف نمی‌شوم.	۷
۱	۲	۳	۴	۵	به طور کلی به توانایی‌های خودم اطمینان دارم.	۸
۱	۲	۳	۴	۵	معمولاً کاری را که باید انجام دهم، بدون اشتیاق و فکر کردن به آن به صورت خودکار انجام می‌دهم.	۹
۱	۲	۳	۴	۵	گاهی اوقات انتظار شکست و ناامیدی را دارم.	۱۰
۱	۲	۳	۴	۵	واقعاً احساس می‌کنم وقتی با چند موقعیت به طور هم زمان مواجه می‌شوم، نمی‌دانم از کجا باید شروع کنم.	۱۱
۱	۲	۳	۴	۵	به طور کلی احساس می‌کنم، بر آن چه در زندگی‌ام رخ می‌دهد کنترل دارم.	۱۲
۱	۲	۳	۴	۵	گرچه موقعیت‌های بدی وجود دارد، اما احساس می‌کنم به صورت مطلوب به پایان می‌رسند.	۱۳
۱	۲	۳	۴	۵		
۱	۲	۳	۴	۵	بیشتر اوقات آرزو می‌کنم کاش زندگی‌ام قابل پیش‌بینی‌تر بود.	۱۴
۱	۲	۳	۴	۵	هر وقت سعی می‌کنم برای چیزی برنامه‌ریزی کنم، به نظر می‌رسد عوامل غیرمنتظره آن را خراب می‌کنند.	۱۵
۱	۲	۳	۴	۵	معمولاً شخص خوشبینی هستم.	۱۶
۱	۲	۳	۴	۵	معمولاً اگر چیزی برای گفتن داشته باشم، آن‌را به وضوح بیان می‌کنم.	۱۷
۱	۲	۳	۴	۵	گاهی اوقات احساس می‌کنم شخص بی‌مصرفی هستم.	۱۸
۱	۲	۳	۴	۵	در انجام وظایفی که به من محول شده شخص قابل اطمینانی هستم.	۱۹

۱	۲	۳	۴	۵	۲۰	هرگاه موقعیتی ایجاد شود، مسئولیت آن را فعالانه قبول می‌کنم.
۱	۲	۳	۴	۵	۲۱	به‌طور کلی به این نتیجه رسیده‌ام که نمی‌توانم آرامش‌ام را حفظ کنم.
۱	۲	۳	۴	۵	۲۲	وقتی در حال انجام وظایفم هستم، عوامل مختلف به راحتی توجه‌ام را از آن منحرف می‌کنند.
۱	۲	۳	۴	۵	۲۳	به خوبی از عهده مشکلاتی که به وجود می‌آید بر می‌آیم.
۱	۲	۳	۴	۵	۲۴	حتی وقتی که همه چیز اشتباه است، خودم را سرزنش نمی‌کنم.
۱	۲	۳	۴	۵	۲۵	همیشه سعی می‌کنم صد در صد تلاشم را انجام دهم.
۱	۲	۳	۴	۵	۲۶	وقتی ناراحت و دلخور می‌شوم آن را بروز می‌دهم تا دیگران هم بفهمند.
۱	۲	۳	۴	۵	۲۷	قبل از آن که اتفاقی بیفتد نگران آن می‌شوم.
۱	۲	۳	۴	۵	۲۸	معمولاً احساس می‌کنم از بودن در جمع هراس دارم.
۱	۲	۳	۴	۵	۲۹	در برابر مشکلات تسلیم می‌شوم.
۱	۲	۳	۴	۵	۳۰	اگر اتفاق غیرمنتظره‌ای بیفتد به سرعت عکس‌العمل نشان می‌دهم.
۱	۲	۳	۴	۵	۳۱	حتی وقتی که تحت فشار شدید هستم، آرامش‌م را حفظ می‌کنم.
۱	۲	۳	۴	۵	۳۲	اگر قرار باشد اشتباهی رخ دهد، آن رویداد در هر صورت اتفاق خواهد افتاد.
۱	۲	۳	۴	۵	۳۳	فقط برای من اتفاقات ناگوار روی می‌دهد.
۱	۲	۳	۴	۵	۳۴	به طور کلی احساس‌اتم را از دیگران پنهان می‌کنم.
۱	۲	۳	۴	۵	۳۵	معمولاً می‌دانم وقتی که خسته‌ام تلاش‌های ذهنی برایم مشکل است.
۱	۲	۳	۴	۵	۳۶	معمولاً وقتی کار اشتباهی می‌کنم، تا چند روز بعد نگران هستم.
۱	۲	۳	۴	۵	۳۷	وقتی احساس خستگی می‌کنم ادامه فعالیت برایم مشکل می‌شود.
۱	۲	۳	۴	۵	۳۸	به راحتی می‌توانم به دیگران بگویم که چه کار کنند.
۱	۲	۳	۴	۵	۳۹	معمولاً برای مدت طولانی می‌توانم به تلاش ذهنی در سطح بالا ادامه دهم.
۱	۲	۳	۴	۵	۴۰	معمولاً اگر تغییری در جریان زندگی‌ام ایجاد شود از آن استقبال می‌کنم.
۱	۲	۳	۴	۵	۴۱	احساس می‌کنم کارهایی بی‌ارزش است.
۱	۲	۳	۴	۵	۴۲	معمولاً اشتیاقی برای انجام کارهایی که باید انجام دهم را ندارم.
۱	۲	۳	۴	۵	۴۳	اگر احساس کنم افرادی دچار اشتباه شده‌اند، بدون هراس با آن‌ها در مورد اشتباه‌شان بحث می‌کنم.
۱	۲	۳	۴	۵	۴۴	همیشه از چالش لذت می‌برم.
۱	۲	۳	۴	۵	۴۵	معمولاً می‌توانم بر حالت عصبی خودم غلبه کنم.
۱	۲	۳	۴	۵	۴۶	اگر بحثی بوجود آید، حتی اگر بر این باور باشم که حق با من است تسلیم می‌شوم.
۱	۲	۳	۴	۵	۴۷	وقتی با مشکلات مواجه می‌شوم دیگر قادر نیستم هدفم را دنبال کنم.
۱	۲	۳	۴	۵	۴۸	معمولاً می‌توانم خودم را با چالش‌هایی که به وجود می‌آیند سازگار کنم.

\*\*\*

### پرسشنامه سطوح خودانتقادی

پاسخ‌دهنده گرامی لطفاً با انتخاب یکی از هفت گزینه زیر و علامت زدن آن در پاسخنامه، نشان دهید که چقدر هر یک از عبارات‌های زیر شما را توصیف می‌کند:

۰ ۱ ۲ ۳ ۴ ۵ ۶

بسیار خوب توصیف کننده من است      اصلاً توصیف کننده من نیست

۱. هنگامی که شکست می‌خورم، بسیار تندخو می‌شوم.
۲. دائماً یک احساس حقارت آزادهنده دارم.
۳. هنگامی که به معیارهایی که برای خودم تعیین کردم نمی‌رسم، خیلی از دست خودم ناراحت می‌شوم.
۴. معمولاً در موقعیت‌های اجتماعی‌ای که نمی‌دانم اوضاع از چه قرار است، راحت نیستم.
۵. اغلب وقتی که شکست می‌خورم، از دست خودم خیلی عصبانی می‌شوم.
۶. وقت زیادی را صرف نگرانی در مورد اینکه دیگران در مورد من چه فکر خواهند کرد، نمی‌کنم.
۷. وقتی شکست می‌خورم، خیلی دلخور می‌شوم.
۸. اگر در مورد ضعف‌هایتان با دیگران روراست باشید، آنها به احتمال زیاد احترام شما را حفظ خواهند کرد.

۹. شکست برای من تجربه بسیار دردناکی است.
۱۰. اغلب نگرانم که دیگران بفهمند من واقعا چه جور آدمی هستم و از دستم دلخور شوند.
۱۱. اغلب در خصوص احتمال شکست نگرانی ندارم.
۱۲. مطمئنم اکثر افرادی که با آنها صمیمی هستم، من را همان طور که هستم، قبول خواهند داشت.
۱۳. وقتی که موفق نمی‌شوم، در مورد ارزشمندی خودم شک می‌کنم.
۱۴. اگر به آدم‌ها اعتماد کنید، آنها احتمالا از شما سوء استفاده خواهند کرد.
۱۵. وقتی به آن خوبی که دوست دارم، عمل نمی‌کنم، احساس می‌کنم آدم شکست‌خورده‌ای هستم.
۱۶. معمولا با افرادی که از من درباره خودم سؤال می‌کنند، راحتم.
۱۷. شکست در یک زمینه از زندگی باعث می‌شود از خودم به عنوان یک شخص، ارزیابی منفی‌ای داشته باشم.
۱۸. می‌ترسم اگر دیگران من را خیلی خوب بشناسند، به من احترام نگذارند.
۱۹. اغلب خودم را با اهداف و ایده آل‌هایم مقایسه می‌کنم.
۲۰. به ندرت از خودم خجالت می‌کشم.
۲۱. روراست و صادق بودن بهترین راه به دست آوردن احترام دیگران است.
۲۲. برخی اوقات قدری عدم صداقت برای به دست آوردن آنچه که می‌خواهید، لازم است.



پروژه‌های علمی و مطالعات فرهنگی  
پرتال جامع علوم انسانی

## Prediction of Coronavirus anxiety based on the mental strength of girls: With the mediating role of self-criticism

Fatemeh. Mahmoodi<sup>1</sup>, Zahra. Abdian<sup>2</sup>, Elham. Maali Mehrabani\*<sup>3</sup> & Marzieh. Sarikhani<sup>4</sup>

### Abstract

**Aim:** This study aimed to predict Coronavirus anxiety based on the mental strength with the mediating role of self-criticism among girl university students. **Methods:** The present study was descriptive and correlational, and the statistical population included all female students of Tonekabon Azad University. And according to Cochran's formula, 200 people among this population were selected by the convenience sampling method. The research instruments included Alipour et al.'s Corona Anxiety Scale (2015), Kola, Erle, and Seville's (2002) Psychological Strength Questionnaire, and the Thompson and Zorof (2004) scale for self-critical levels. The data were analyzed using a correlation coefficient test and simultaneous hierarchical regression by SPSS23 software. **Results:** The results indicated that mental strength was a significant predictor of Coronavirus anxiety ( $P = 0.01$ ), and self-criticism was a significant predictor of Coronavirus anxiety. Also, when self-criticism is presented as a mediating variable in the relationship between psychological strength and Coronavirus anxiety, this relationship decreases ( $P = 0.01$ ). **Conclusion:** According to the results, paying attention to mental strength by using self-criticism plays a significant role in the level of experiencing Coronavirus anxiety among female students.

**Keywords:** Coronavirus Anxiety, Psychological Strength, Self-Criticism

1. Master of Counseling and Guidance, Roudehen Branch, Islamic Azad University, Roudehen, Iran

2. Master of Counseling and Guidance, Roudehen Branch, Islamic Azad University, Roudehen, Iran

3. \*Corresponding Author: Master of Psychology, North Tehran Branch, Islamic Azad University, Tehran, Iran

Email: [maalielham@gmail.com](mailto:maalielham@gmail.com)

4. M.A of Rehabilitation Counseling, South Tehran Branch, Islamic Azad University, Tehran, Iran