

دانش و پژوهش در روان‌شناسی

دانشگاه آزاد اسلامی واحد خوراسگان (اصفهان)

شماره بیست و یکم و بیست و دوم - پاییز و زمستان ۱۳۸۳

صص ۱۳۴ - ۱۰۳

رابطه سبک اسناد با افسردگی، اضطراب و احساس تنهایی در دانشجویان

دانشگاه‌های آزاد اسلامی شهر تهران در سال تحصیلی ۸۳-۸۲*

غلامرضا منشی^۱ - علی دلاور^۲ - حسن احدی^۳

سعید شاملو^۴ - حسین آزاد^۵

چکیده

پژوهش حاضر به بررسی رابطه ابعاد اسنادی مکان، کلیت، پایداری و کنترل‌پذیری با افسردگی، اضطراب و احساس تنهایی می‌پردازد. هدف اصلی این پژوهش تعیین ابعاد اسنادی پیش‌بینی‌کننده افسردگی، اضطراب و احساس تنهایی در رویدادهای مربوط به موفقیت و شکست است. بدین منظور ۳۰۳ دانشجوی دوره لیسانس روان‌شناسی دانشگاه آزاد اسلامی واحد تهران، آزمون سنجش سبک اسنادی، آزمون افسردگی بک، آزمون اضطراب کتل و

*- این مقاله برگرفته از پایان‌نامه دکترای تخصصی است.

- ۱- دکترای روان‌شناسی دانشگاه آزاد اسلامی واحد علوم و تحقیقات تهران
- ۲- استاد دانشگاه علامه طباطبایی، دانشکده روان‌شناسی و علوم تربیتی
- ۳- استاد دانشگاه علامه طباطبایی، دانشکده روان‌شناسی و علوم تربیتی
- ۴- استاد دانشگاه علوم بهزیستی و توانبخشی، گروه روان‌شناسی بالینی
- ۵- استاد دانشگاه علامه طباطبایی، دانشکده روان‌شناسی و علوم تربیتی

مقیاس احساس تنهایی (نسخهٔ تجدید نظر شدهٔ سوم) را تکمیل نمودند. اطلاعات به دست آمده با استفاده از نرم افزار SPSS و روشهای آماری ضریب همبستگی پیرسون، آزمون معنادار بودن تفاوت دو ضریب همبستگی (آزمون ۲ همبسته) و رگرسیون چند متغیره با روش قدم به قدم تحلیل شدند. در بررسی فرضیه‌های پژوهش مبنی بر اینکه میزان تغییراتی که سبک اسناد شکست به عوامل درونی، کلی، پایدار و کنترل‌ناپذیر برای افسردگی، اضطراب و احساس تنهایی تبیین می‌کند بیشتر از میزان تغییراتی است که سبک اسناد موفقیت به عوامل بیرونی، اختصاصی، ناپایدار و کنترل‌ناپذیر تبیین می‌کند. فقط فرضیهٔ دوم مبنی بر اینکه میزان تغییراتی که سبک اسناد شکست به عوامل کلی برای افسردگی تبیین می‌کند بیشتر از میزان تغییراتی است که سبک اسناد موفقیت به عوامل اختصاصی تبیین می‌کند مورد تأیید قرار گرفت ($P \leq 0/05$). همچنین نتایج تحلیل رگرسیون چند متغیره با روش قدم به قدم نشان داد که بُعد اسنادی کنترل‌پذیری در رویدادهای مربوط به موفقیت، بُعد اسنادی مکان در رویدادهای مربوط به شکست و بُعد اسنادی کلیت در رویدادهای مربوط به موفقیت و شکست از جمله پیش‌بینی‌کننده‌های مهم افسردگی می‌باشند ($P < 0/0001$). همچنین بُعد اسنادی پایداری در رویدادهای مربوط به موفقیت از ابعاد اسنادی پیش‌بینی‌کنندهٔ اضطراب و احساس تنهایی می‌باشند ($P < 0/0001$). بنابراین براساس نتایج این پژوهش می‌توان پیشنهاد کرد بُعد کنترل‌پذیری را به مدل اسنادی افسردگی اضافه نمود. همچنین بُعد اسنادی پایداری از اهمیت بیشتری در اضطراب و احساس تنهایی برخوردار است.

کلید واژه‌ها: سبک اسناد، افسردگی، اضطراب، احساس تنهایی.

مقدمه

اسناد فرایندی است که از طریق آن می‌توان در مورد علل درونی یا بیرونی رفتار خود و دیگران قضاوت کرد (گراس، ۲۰۰۲). روان‌شناسان اجتماعی از دیدگاههای مختلف فرایند اسناد را مورد بررسی قرار داده‌اند. قدیمی‌ترین فرمول‌بندی نظریهٔ اسناد در کارهای هایدلر (۱۹۸۵) مشاهده می‌شود. به اعتقاد وی مردم می‌کوشند رفتار دیگران را

مانند روان‌شناسان درک کنند و بر این اساس رفتارهای آنها را به عوامل موقعیتی (اسناد موقعیتی) و یا عوامل درونی (اسناد‌گرایی) نسبت دهند (کریمی، ۱۳۷۹). نظریه اسناد استنباط متناظر جونز و دیویس (۱۹۶۵)، نظریه اسناد هارولد کلی (۱۹۶۷) و نظریه اسناد شیور (۱۹۷۵) از دیگر نظریه‌های اسنادی در روان‌شناسی اجتماعی هستند.

از سوی دیگر یکی از پیشرفت‌هایی که در زمینه سبب‌شناسی و درمان اختلالات روانی صورت گرفته است مورد توجه قرار گرفتن فرایندهای شناختی است. به عنوان نمونه یکی از الگوهای شناختی در تبیین افسردگی «الگوی درماندگی آموخته شده» است. برای نخستین بار مارتین سلینگمن (۱۹۷۵)، پدیده درماندگی آموخته شده را منتشر کرد. وی که تأثیر شوک برقی کنترل‌ناپذیر را بر یادگیری گریز - اجتناب مورد بررسی قرار می‌داد، متوجه شد سگ‌هایی که نمی‌توانستند از شوکهای برقی که به آنها وارد می‌شد، بگریزند در آزمایشهای بعدی در مواجهه با این شوکها اجتناب از آنها را، حتی اگر ممکن باشد، هیچ‌گاه نیاموخته‌اند. این پدیده درماندگی آموخته شده نامیده شد. سلینگمن (۱۹۷۵) درماندگی را حالتی روانی تعریف می‌کند که هرگاه رویدادها کنترل‌ناپذیر باشند، رخ می‌دهد. به اعتقاد وی درماندگی آموخته شده در انسانها می‌تواند به صورت افسردگی تجربه شود.

سپس، نظریه درماندگی آموخته شده را آبرامسون، سلینگمن و تیزدال (۱۹۷۸) مورد تجدید نظر قرار دادند. نظریه تجدید نظر شده درماندگی آموخته شده بر چیزی که «سبک اسناد» نامیده می‌شود، تأکید می‌کند. سبک اسناد عبارت است از شیوه خاصی که افراد رویدادهای زندگی خود را تبیین می‌کنند (سلینگمن، آبرامسون، سیمل، ون‌بایر، ۱۹۷۹). به بیان دیگر سبک اسناد شیوه‌ای است که افراد پیامدهای مثبت و منفی یا موفقیت‌ها و شکست‌های زندگی خود را تبیین می‌کنند (اندرسون، آرنولت، ۱۹۸۵).

شکل تجدید نظر شده درماندگی آموخته شده (آبرامسون، سلینگمن و تیزدال، ۱۹۷۸) به نقش اسنادهایی که افراد در تبیین یک موقعیت به کار می‌برند، در ایجاد افسردگی تأکید دارد. وقتی انسانها خود را درمانده می‌بینند و پی می‌برند که پاسخ‌دهی آنها بی‌نتیجه است، سؤال مهمی را می‌پرسند: علت درماندگی کنونی من چیست؟ پاسخ یا تفسیری که از رویداد می‌شود بر نحوه واکنش به حوادث، انتظار از آینده و میزان درماندگی و افسردگی تأثیر می‌گذارد. آبرامسون، سلینگمن و تیزدال (۱۹۷۸) سه بُعد اسنادی را مورد توجه قرار داده‌اند.

نخستین بُعد اسنادی، مکان (درونی - بیرونی) است. افرادی که برای درماندگی خود اسناد درونی می‌دهند علت درماندگی را به خود، یعنی به عواملی نظیر هوش یا استعداد نسبت می‌دهند. در حالی که کسانی که برای درماندگی اسناد بیرونی می‌دهند، علت درماندگی خود را به ماهیت آن موقعیت، یعنی عوامل محیطی مثل افراد دیگر یا شرایط اجتماعی نسبت می‌دهند. برای مثال در تبیین پیشرفت تحصیلی اسناد به هوش عامل درونی و اسناد به کیفیت خود مدرسه عامل بیرونی است.

دومین بُعد اسنادی، کلیت (کلی - اختصاصی) است. علل کلی به بسیاری از موقعیت‌های زندگی فرد تعمیم می‌یابند، اما علت اختصاصی تنها به یک موقعیت یا موقعیت‌های کمی مربوط می‌شود. در این حالت فرد از خود سؤال می‌کند، آیا علت شکست او کلی است و عاملی است که در موقعیت‌های مختلف موجب شکست می‌شود، یا اختصاصی است و عاملی است که فقط در موقعیت‌های مشابه موجب شکست می‌شود. برای نمونه فرد ممکن است شکست خود در حل مسائل را به هوش کم خود (کلی) و یا به دشواری این مسائل به خصوص (اختصاصی) نسبت دهد.

سومین بُعد اسنادی، پایداری (پایدار - ناپایدار) است. علل پایدار در طی زمان ثابت هستند، در حالی که علل ناپایدار در گذر زمان تغییر می‌کنند. فردی که شکست خورده، ممکن است تصور کند علت شکست او پایدار است و در آینده نیز ادامه خواهد یافت. مواردی از این نوع عوامل پایدار، کودن بودن (درونی، پایدار) و دشواری تکلیف (بیرونی، پایدار) است. همچنین ممکن است تصور کند که علت شکست او ناپایدار است. فردی که در یک امتحان رد شده است، ممکن است معتقد باشد که علت آن خواب آشفته شب قبل بوده است (درونی، ناپایدار) یا ممکن است فکر کند چون روز امتحان روز بدشانسی بوده شکست خورده است، که در این صورت علت بیرونی و ناپایدار است. طبق الگوی تجدید نظر شده درماندگی آموخته شده داشتن یک سبک اسنادی ناسازگارانه، یعنی نسبت دادن شکست به عوامل درونی، کلی و پایدار و نسبت دادن موفقیت به عوامل بیرونی، اختصاصی و ناپایدار فرد را مستعد افسردگی می‌کند (آبرامسون، سلیگمن و تیزدال، ۱۹۷۸).

نکته دیگری که در الگوی تجدید نظر شده درماندگی آموخته شده بر آن تأکید می‌شود، این است که رویدادهای مربوط به موفقیت نقش کمی در پدیده درماندگی و

افسردگی دارند، در حالی که رویدادهای مربوط به شکست نقش علی مهمتری در سبب‌شناسی افسردگی دارند (پترسون، سلیگمن، ۱۹۸۴). لذا، سبک‌های اسنادی مربوط به رویدادهای منفی یا شکست بیشتر از سبک‌های اسنادی مربوط به رویدادهای مثبت یا موفقیت با افسردگی همبستگی دارند و میزان تغییرات آن را تبیین می‌کنند (سلیگمن، آبرامسون، سیمل، ون بایر، ۱۹۷۹).

از طرف دیگر کنترل‌پذیری (کنترل‌پذیر - کنترل‌ناپذیر) بُعد اسنادی دیگری است که از سوی واینر^۱ (۱۹۸۵) مطرح شده است. این بُعد بیانگر انتظار فرد از میزان کنترلی است که در آینده می‌تواند روی یک علت داشته باشد. از نظر واینر (۱۹۸۵) ساختار علیت با بُعد مکان (درونی - بیرونی) آغاز می‌شود. در میان علل درونی و بیرونی برخی ناپایدارند در حالی که برخی دیگر در طول زمان نسبتاً پایدارند (بُعد پایداری). همچنین به اعتقاد وی برخی از علل مانند خستگی و کوشش، درونی و ناپایدارند اما قابل تمایز هستند. یعنی فرد می‌تواند با کنترل ارادی میزان کوشش خود را کم یا زیاد کند ولی خستگی قابل کنترل نیست. بدین ترتیب در نظریه اسنادی واینر بُعد دیگری به نام کنترل‌پذیری وارد میدان می‌شود. به نظر او یک علت ممکن است درونی اما غیرقابل کنترل باشد، مانند استعداد ریاضی.

بُعد کنترل‌پذیری از جمله ابعاد اسنادی است که پس از طرح آن (همراه با بُعد مکان و پایداری) در حیطه انگیزش پیشرفت توسط واینر (۱۹۸۵) به عنوان یک بُعد اسنادی مهم مورد توجه پژوهشگران اسنادی در حوزه آسیب‌شناسی روانی و روان‌شناسی بالینی قرار گرفته است (مثلاً، اندرسون و دیوسر، ۱۹۹۱؛ دیوسر و اندرسون، ۱۹۹۵؛ اندرسون و ریگر، ۱۹۹۱؛ اندرسون و آرنولت، ۱۹۸۵). با این حال الگوی تجدیدنظر شده در ماندگی آموخته شده بُعد اسنادی کنترل‌پذیری را مورد توجه قرار نداده است. بررسی نشان می‌دهد که از ۱۳۲ پژوهشی که بین سالهای ۱۹۷۸ تا ۱۹۹۰ در مورد ابعاد اسنادی انجام شده است، تنها ۹ مطالعه آزمایشی و ۷ مطالعه همبستگی درباره بُعد کنترل‌پذیری صورت گرفته است. در حالی که ۵۰ درصد این پژوهش‌ها ابعاد اسنادی مورد توجه الگوی تجدیدنظر شده در ماندگی آموخته شده (یعنی مکان، کلیت و پایداری) را مورد بررسی قرار داده‌اند.

مفهوم سبک اسناد طی بیش از ۲۵ سال، پژوهش‌های بنیادی و کاربردی بسیاری را باعث شده است. در این پژوهش‌ها رابطه میان ابعاد اسنادی مورد تأکید الگوی اصلاح شده درماندگی آموخته شده و متغیرهایی مانند افسردگی، بیش از همه مورد توجه بوده است. این پژوهش‌ها در عین حال که به بررسی همبستگی سبک‌های اسنادی ناسازگارانه، یعنی اسناد شکست به عوامل درونی، کلی، پایدار و اسناد موفقیت به عوامل بیرونی، اختصاصی و ناپایدار با افسردگی پرداخته‌اند، نشان داده‌اند که سبک‌های اسنادی مربوط به شکست بیش از سبک‌های اسنادی مربوط به موفقیت با افسردگی همبستگی داشته و میزان تغییرات آن را تبیین می‌کنند (سلیگمن، آبرامسون، سیمل، ون بایر، ۱۹۷۹، پترسون، سیمل، ون بایر، آبرامسون، متالسکی، سلیگمن ۱۹۸۲، پترسون، سلیگمن، ۱۹۸۴، براون، سیگل، ۱۹۸۸، استینس میر - پلیسر، ۱۹۸۹، هال، مندولیا، ۱۹۹۱، آیدین، آیدین، ۱۹۹۲، دابیا، مک موری، ۱۹۸۵، بوگیانو، بارت، ۱۹۹۷، اندرسون، ریگر، ۱۹۹۱، ولپه، لوین، ۱۹۹۸، لوتن، رالف، مینکا، ۱۹۹۷، اندرسون، دیوسر، ۱۹۹۱).

علی‌رغم پژوهش‌های زیادی که در مورد ابعاد اسنادی مورد توجه الگوی تجدید نظر شده درماندگی آموخته و افسردگی صورت گرفته است، متون پژوهشی درباره بُعد اسنادی کنترل‌پذیری و سبک اسنادی اضطراب و احساس تنهایی از غنای لازم برخوردار نیست. برخی پژوهشگران (اندرسون، آرنولت، ۱۹۸۵؛ اندرسون، هویتز، فرنچ، ۱۹۸۳؛ اندرسون، میلر، ریگر، دیل، سدیکیدز، ۱۹۹۴؛ اندرسون، ریگر، ۱۹۹۱)، معتقدند بُعد کنترل‌پذیری نیز ممکن است با افسردگی، اضطراب و احساس تنهایی همبستگی داشته باشد و قدرت پیش‌بینی این‌گونه مشکلات روان‌شناختی را داشته باشد.

لذا پژوهش حاضر از یک سو به بررسی رابطه سبک‌های اسنادی مربوط به موفقیت و شکست با افسردگی، اضطراب و احساس تنهایی می‌پردازد تا مشخص شود آیا سبک‌های اسنادی مربوط به شکست (یعنی اسناد شکست به عوامل درونی، کلی، پایدار و کنترل‌ناپذیر) بیشتر از سبک‌های اسنادی مربوط به موفقیت (یعنی اسناد موفقیت به عوامل بیرونی، اختصاصی، ناپایدار و کنترل‌ناپذیر) میزان تغییرات افسردگی، اضطراب و احساس تنهایی را تبیین می‌کند؟ و از سوی دیگر با توجه به اهمیت بُعد

اسنادی کنترل‌پذیری و با عنایت به اینکه پژوهش‌های زیادی در مورد ابعاد اسنادی پیش‌بینی‌کننده افسردگی، اضطراب و احساس تنهایی صورت نگرفته است، هدف پژوهش حاضر بررسی و تعیین ابعاد اسنادی پیش‌بینی‌کننده افسردگی، اضطراب و احساس تنهایی در رویدادهای مربوط به موفقیت می‌باشد. به این ترتیب در این پژوهش فرضیه‌های زیر مورد آزمون قرار گرفته است:

- ۱- میزان تغییراتی که سبک اسناد شکست به عوامل درونی برای افسردگی تبیین می‌کند، بیشتر از میزان تغییراتی است که سبک اسناد موفقیت به عوامل بیرونی تبیین می‌کند.
- ۲- میزان تغییراتی که سبک اسناد شکست به عوامل کلی برای افسردگی تبیین می‌کند، بیشتر از میزان تغییراتی است که سبک اسناد موفقیت به عوامل اختصاصی تبیین می‌کند.
- ۳- میزان تغییراتی که سبک اسناد شکست به عوامل پایدار برای افسردگی تبیین می‌کند، بیشتر از میزان تغییراتی است که سبک اسناد موفقیت به عوامل ناپایدار تبیین می‌کند.
- ۴- میزان تغییراتی که سبک اسناد شکست به عوامل کنترل‌ناپذیر برای افسردگی تبیین می‌کند، بیشتر از میزان تغییراتی است که سبک اسناد موفقیت به عوامل کنترل‌ناپذیر تبیین می‌کند.
- ۵- میزان تغییراتی که سبک اسناد شکست به عوامل درونی برای اضطراب تبیین می‌کند، بیشتر از میزان تغییراتی است که سبک اسناد موفقیت به عوامل بیرونی تبیین می‌کند.
- ۶- میزان تغییراتی که سبک اسناد شکست به عوامل کلی برای اضطراب تبیین می‌کند، بیشتر از میزان تغییراتی است که سبک اسناد موفقیت به عوامل اختصاصی تبیین می‌کند.
- ۷- میزان تغییراتی که سبک اسناد شکست به عوامل پایدار برای اضطراب تبیین می‌کند، بیشتر از میزان تغییراتی است که سبک اسناد موفقیت به عوامل ناپایدار تبیین می‌کند.
- ۸- میزان تغییراتی که سبک اسناد شکست به عوامل کنترل‌ناپذیر برای اضطراب تبیین می‌کند، بیشتر از میزان تغییراتی است که سبک اسناد موفقیت به عوامل کنترل‌ناپذیر تبیین می‌کند.
- ۹- میزان تغییراتی که سبک اسناد شکست به عوامل درونی برای احساس تنهایی تبیین می‌کند، بیشتر از میزان تغییراتی است که سبک اسناد موفقیت به عوامل بیرونی تبیین می‌کند.
- ۱۰- میزان تغییراتی که سبک اسناد شکست به عوامل کلی برای احساس تنهایی تبیین می‌کند، بیشتر از میزان تغییراتی است که سبک اسناد موفقیت به عوامل اختصاصی تبیین می‌کند.

۱۱- میزان تغییراتی که سبک اسناد شکست به عوامل پایدار برای احساس تنهایی تبیین می‌کند، بیشتر از میزان تغییراتی است که سبک اسناد موفقیت به عوامل ناپایدار تبیین می‌کند.
 ۱۲- میزان تغییراتی که سبک اسناد شکست به عوامل کنترل‌ناپذیر برای احساس تنهایی تبیین می‌کند، بیشتر از میزان تغییراتی است که سبک اسناد موفقیت به عوامل کنترل‌ناپذیر تبیین می‌کند.

روش

پژوهش حاضر از نوع همبستگی است. در این پژوهش متغیرهای پیش‌بینی‌کننده عبارت‌اند از: بُعد اسنادی مکان، بعد اسنادی کلیت، بُعد اسنادی پایداری و بُعد اسنادی کنترل‌پذیری، همچنین متغیرهای ملاک یا پیش‌بینی‌شونده شامل افسردگی، اضطراب و احساس تنهایی می‌باشند.

جامعه آماری پژوهش حاضر را کلیه دانشجویان دوره کارشناسی روان‌شناسی دانشگاه‌های آزاد اسلامی شهر تهران در نیمسال اول سال تحصیلی ۸۳-۱۳۸۲ تشکیل می‌دادند. تعداد این دانشجویان که در دانشگاه آزاد اسلامی تهران مرکز در سه گرایش روان‌شناسی بالینی، روان‌شناسی کودکان استثنایی و روان‌شناسی صنعتی - سازمانی مشغول به تحصیل بودند، براساس آمار اداره آموزش این دانشگاه ۱۴۰۰ نفر برآورد شد.

نمونه و روش نمونه‌گیری

حجم نمونه با استفاده از جدول برآورد حجم نمونه (مورگان، ۱۹۷۰، نقل از نادری و سیف نراقی، ۱۳۸۱) ۳۰۳ نفر تعیین شد. نمونه مورد بررسی شامل ۲۸۸ دانشجوی دختر و ۱۵ دانشجوی پسر با دامنه سنی ۱۸ تا ۴۰ سال بودند که در ترمهای یک تا هشت مشغول به تحصیل بودند.

برای رسیدن به تعداد نمونه مورد نظر از روش نمونه‌گیری خوشه‌ای چندمرحله‌ای استفاده شد. به این ترتیب که از مجموع کلاسهای سه گرایش روان‌شناسی بالینی، روان‌شناسی کودکان استثنایی و روان‌شناسی صنعتی - سازمانی به‌طور تصادفی کلاسهای گزینش و سپس از بین دانشجویان هر کلاس تعدادی به روش تصادفی ساده انتخاب شدند تا در نهایت حجم نمونه به تعداد مورد نظر رسید.

ابزارهای اندازه‌گیری

ابزارهای مورد استفاده در پژوهش عبارت بودند از:

- آزمون سنجش سبک اسناد (ASAT)^۱
- آزمون افسردگی بک (BDI)^۲
- آزمون اضطراب کتل^۳
- مقیاس احساس تنهایی UCLA^۴ (سومین نسخه تجدید نظر شده)

۱- آزمون سنجش سبک اسناد

آزمون سنجش سبک اسناد که اندرسون و آرنولت (۱۹۸۵) تهیه کرده‌اند، یک پرسشنامه خودسنجی است که می‌تواند به شکل گروهی یا انفرادی اجرا شود. این پرسشنامه علاوه بر ابعاد اسنادی مکان، کلیت و پایداری، بُعد اسنادی کنترل‌پذیری را نیز مورد سنجش قرار می‌دهد. این آزمون دارای ۲۰ پرسش است که نیمی از آنها رویدادهای مربوط به شکست (تصور کنید مقاله‌ای تهیه نموده‌اید، اما هیچ مجله‌ای آن را چاپ نکرده است) و نیمی دیگر رویدادهای مربوط به موفقیت (تصور کنید در امتحانات میان‌ترم نمرات خوبی کسب نموده‌اید) می‌باشد.

دستورالعمل پرسشنامه به این ترتیب است که از آزمودنی خواسته می‌شود پس از خواندن هر پرسش خود را در آن موقعیت تصور کند و برای آن یک علت اصلی بنویسد و سپس آن علت را در هر یک از چهار بُعد اسنادی زیر در یک مقیاس ۹ قسمتی درجه‌بندی کند:

- بُعد مکان (درونی - بیرونی): یعنی آیا علت ذکر شده را به خودتان نسبت می‌دهید یا به عوامل بیرونی.
- بُعد کلیت (کلی - اختصاصی): یعنی آیا علت ذکر شده در موقعیت‌های زیادی از زندگی شما صادق است یا فقط به چند موقعیت مربوط می‌شود.
- بُعد پایداری (پایدار - ناپایدار): یعنی اگر در آینده این موقعیت دوباره اتفاق بیفتد علت ذکر شده همواره وجود خواهد داشت.

1_ Attributional Style Assessment Test

2- Beck Depression inventory

3- Catell Anxiety Test

4- University of California Los Angeles Loneliness Scale

● بُعد کنترل‌پذیری (کنترل‌ناپذیر - کنترل‌ناپذیر): یعنی تا چه اندازه علت ذکر شده را عاملی می‌دانید که بر آن کنترل دارید.

در این آزمون برای مشخص کردن سبک اسناد مربوط به موفقیت باید مجموع درجه‌بندی‌های آزمودنی در هر یک از چهار بُعد اسنادی را در ۱۰ سؤال مربوط به موفقیت محاسبه کرد. همچنین برای معلوم کردن سبک اسناد مربوط به شکست باید مجموع درجه‌بندی‌های آزمودنی در هر یک از چهار بُعد اسنادی را در ۱۰ سؤال مربوط به شکست محاسبه کرد. درجه‌بندی‌ها یک مقیاس ۹ قسمتی است که امتیازهای بالا نشان می‌دهد که علت درونی، کلی، پایدار و کنترل‌پذیر است و امتیازهای پایین نشان‌دهنده آن است که علت بیرونی، اختصاصی، ناپایدار و کنترل‌ناپذیر می‌باشد.

هسلینگ، اندرسون، راسل (۲۰۰۲)، پایایی درونی هر یک از ابعاد اسنادی ASAT را از ۰/۵ تا ۰/۶ گزارش داده‌اند. همچنین اعتبار پیش‌بین این آزمون برای افسردگی، احساس تنهایی و کمرویی (اضطراب اجتماعی) تأیید شده است (اندرسون، جینگز، آرنولت، ۱۹۸۸).

از آنجا که در این پژوهش آزمون سنجش سبک اسناد (ASAT) برای اولین بار در ایران اجرا می‌شد، لازم بود قبل از اجرای اصلی، اعتبار و پایایی آن مورد سنجش قرار گیرد. مطالعه مقدماتی با هدف بررسی اعتبار و پایایی آزمون ASAT روی ۶۰ دانشجوی دختر و پسر دانشگاه آزاد اسلامی تهران مرکز در رشته روان‌شناسی با گرایش‌های بالینی، استثنایی و صنعتی - سازمانی انجام گرفت.

برای بررسی اعتبار از دو روش اعتبار محتوایی و اعتبار همزمان استفاده شد. برای بررسی اعتبار محتوایی نسخه‌هایی از پرسشنامه در اختیار استادان روان‌شناسی قرار گرفت و نظرات کارشناسانه آنها اعمال شد و در نهایت طبق نظر آنها پرسشنامه از اعتبار محتوایی برخوردار بود. همچنین، برای محاسبه اعتبار همزمان، آزمون ASAT و آزمون کنترل درونی - بیرونی نویکی استریکلند^۱ به‌طور همزمان بر روی ۶۰ نفر از دانشجویان روان‌شناسی دانشگاه آزاد اسلامی واحد تهران مرکز با گرایش‌های بالینی، استثنایی و صنعتی - سازمان اجرا شد و همبستگی بین بُعد مکان (درونی - بیرونی)

1- Nowiki-Stricland internal-external Control Scale

این آزمون را عسکری (۱۳۷۵) هنجاریابی کرده است. در این مطالعه پایایی این آزمون با روش بازآزمایی ۰/۵۶ و اعتبار همزمان آن ۰/۶۲ گزارش شده است.

آزمون ASAT و آزمون کنترل درونی - بیرونی نوویکی استریکلند محاسبه شد. نتایج مربوط به اعتبار همزمان در جدول ۱ آمده است:

جدول ۱- همبستگی بین بُعد مکان (درونی - بیرونی) آزمون سنجش سبک اسناد و آزمون کنترل درونی - بیرونی نوویکی استریکلند

سؤالات مربوط به موفقیت	سؤالات مربوط به شکست	کل
$r = 0/35$	$r = 0/30$	$r = 0/36$
$P = 0/05$	$P = 0/04$	$P = 0/05$

نتایج جدول ۱ نشان می دهد که همبستگی محاسبه شده مستقیم و معنادار است که حاکی از اعتبار همزمان پرستنامه است.

پایایی آزمون ASAT نیز از طریق محاسبه آلفای کرونباخ مورد بررسی قرار گرفت. جدول ۲ نتیجه این بررسی را نشان می دهد.

جدول ۲- محاسبه پایایی ابعاد مختلف آزمون ASAT از طریق آلفای کرونباخ

ابعاد اسنادی	سؤالات مربوط به موفقیت	سؤالات مربوط به شکست	کل
مکان	$0/74$	$0/70$	$0/81$
کلیت	$0/62$	$0/70$	$0/76$
پایداری	$0/70$	$0/72$	$0/83$
کنترل پذیری	$0/72$	$0/63$	$0/75$

چنانکه در جدول ۲ ملاحظه می شود، آلفای کرونباخ برای هر یک از ابعاد آزمون ASAT در سطح مناسبی است. برای محاسبه اعتبار سؤالات نیز رابطه بین نمرات هر سؤال با نمره کل هر یک از ابعاد اسنادی آزمون ASAT به دست آمد. نتیجه نشان داد که هر یک از سؤالات ارتباط معناداری با نمره کل بُعد مکان، کلیت، پایداری و کنترل پذیری در سطح $P \leq 0/05$ دارد.

۲- آزمون افسردگی بک (BDI)

از بین آزمون‌هایی که برای سنجش میزان افسردگی تهیه شده است، BDI به‌عنوان مناسب‌ترین معیار ارزشیابی حالات افسردگی در افراد در نظر گرفته شده است. شکل اختصاری این آزمون این مزیت را دارد که در مدتی نزدیک به ۵ دقیقه اجرا می‌شود و شامل ۱۳ ماده به شرح زیر است:

غمگینی، بدبینی، احساس شکست‌خوردگی، نارضایتی، احساس گناه، از خود بی‌زاری، خودآزارسانی، کناره‌گیری، تغییر تصویر بدنی، دشواری در کار، خستگی‌پذیری و بی‌اشتهایی (یوسف نظری، ۱۳۷۸).

در آزمون افسردگی بک هر ماده دارای ۴ گزینه است (الف - ب - ج - د) که به ترتیب به‌صورت سه، دو، یک و صفر نمره‌گذاری می‌شود. از آنجا که در این آزمون ۱۳ ماده وجود دارد و بالاترین نمره سه می‌باشد، بنابراین حداکثر نمره آزمون ۳۹ خواهد بود. اگر آزمودنی در هر گروه از سوالات، بیش از یک گزینه را علامت زده باشد، تنها یکی از آنها و آن هم گزینه‌ای که بالاترین نمره را دارد در نظر گرفته می‌شود.

آزمون افسردگی بک را افراد زیادی طی سالها مورد استفاده قرار داده‌اند و به‌عنوان بهترین مقیاس در تعیین افسردگی شناخته شده است (بک و همکاران، ۱۹۶۷-۸۷، شواب، ۱۹۶۷؛ متکاف و گلدمن، ۱۹۶۱؛ نقل از یوسف نظری، ۱۳۷۸).

مطالعه وهاب‌زاده (۱۳۵۲) در ایران نشان می‌دهد که BDI دارای ارزش تشخیصی است و قادر به تمیز افراد افسرده و غیرافسرده است. پرتو (۱۳۵۳) در یک پژوهش تجربی در مورد پراکندگی افسردگی در دانشجویان نشان داد که BDI از اعتبار و پایایی کافی برخوردار است (فتحی، ۱۳۷۴). همچنین موسی‌پور (۱۳۴۹) پرسشنامه افسردگی بک را روی جمعیت ایرانی مورد مطالعه قرار داد و آن را دارای اعتبار کافی به‌منظور تشخیص و پیش‌بینی افسردگی برشمرد (نقل از پودات، ۱۳۵۷).

۳- آزمون اضطراب کتل

آزمون اضطراب کتل به‌صورت یک پرسشنامه کوتاه در ۴۰ ماده تدوین شده است که آزمودنی می‌تواند طی مدت حدود ۱۰ دقیقه به آن پاسخ دهد. این آزمون را می‌توان در هر دو جنس (زن و مرد)، در همه سنین بعد از ۱۴ تا ۱۵ سالگی و در بیشتر فرهنگ‌ها به کار برد (گراز، ترجمه منصور دادستان، ۱۳۸۱).

آزمون اضطراب کتل به منظور اندازه‌گیری اضطراب در سطح پنج عامل شخصیت تهیه شده است. پنج عامل مقیاس اضطراب عبارت‌اند از:

(O) گرایش به گنهکاری، (Q_۴) تنش ارگی، (Q_۳) فقدان توحید یافتگی، (C) ضعف من، (L) نایمنی پارانویایی. افزون بر این مواد مقیاس به شیوه‌ای تنظیم شده است که تمایز بین اضطراب پنهان (مواد ۱ تا ۲۰) و اضطراب آشکار یا نشانه‌ای (مواد ۲۱ تا ۴۰) را ممکن می‌سازد (گراز، ترجمه منصور و دادستان، ۱۳۸۱).

روش نمره‌گذاری این آزمون به این صورت است که پاسخها با مراجعه به فهرست نمره‌گذاری یا براساس پنجره تصحیح نمره‌گذاری می‌شوند. ابتدا مجموع ۲۰ پرسش نخست (۱ تا ۲۰) و ۲۰ پرسش بعدی (۲۱ تا ۴۰) را به‌طور جداگانه مشخص نموده سپس جمع کل نمره‌ها به دست می‌آید. در مرحله بعد نمره‌های خام ۲۰ پرسش نخست، ۲۰ پرسش بعدی و جمع کل با مراجعه به جدول هنجارگزی، به ترتیب به نمره‌های تراز شده اضطراب پنهان، اضطراب آشکار و اضطراب عمومی تبدیل می‌شود و بدین ترتیب موضع آزمودنی در هر یک از عوامل گفته شده در یک مقیاس ۱۱ قسمتی مشخص می‌شود. همچنین می‌توان با مراجعه به جدول‌های نمره‌گذاری در خصوص پنج عامل (Q_۳)، (C)، (L)، (O)، Q_۴ بر حسب تعداد و مواد در هر عامل، نمره‌های خام محاسبه شده و براساس جدول‌های هنجاری نمره‌های خام مؤلفه‌های پنجگانه شخصیت را به نمره‌های تراز شده تبدیل کرد. به این ترتیب با در دست داشتن یک نمره کتل (اضطراب عمومی) که از جمع ۴۰ ماده آزمون به دست می‌آید و تمایز بین پنج نمره‌ای که با ساخت‌های شخصیتی که در اضطراب مداخله دارند، مطابقت می‌نماید و همچنین تمایز بین دو نمره اضطراب پنهان و آشکار، امکان تفسیرهای کیفی فراهم می‌شود.

این آزمون در سال ۱۳۶۷ بر روی ۹۷۷ دانشجوی رشته روان‌شناسی دانشگاه تهران در گروه سنی ۱۸ تا ۳۰ سال هنجاریابی شد. در این مرحله نمره‌های تراز شده عوامل اضطرابی در دو جنس زن و مرد و همچنین میانگین و انحراف معیار نمرات گزارش شد (گراز، ترجمه منصور و دادستان، ۱۳۸۱). منابع دیگر نیز گزارش داده‌اند که این آزمون دارای اعتبار و پایایی مناسبی است (گنجی، ۱۳۸۰).

۴- مقیاس احساس تنهایی

مقیاس احساس تنهایی، از سومین نسخه تجدید نظر شده مقیاس احساس تنهایی UCLA اقتباس شده است. این مقیاس از ۲۰ ماده تشکیل شده است که ۱۱ ماده دارای محتوای منفی و ۹ ماده دارای محتوای مثبت است. سؤالات بسته پاسخ بوده و پاسخ‌ها روی طیف چهار درجه‌ای «هرگز، به ندرت، گاهی، اغلب» تنظیم شده‌اند. طبق دستور آزمودنی تک تک سؤالات را مطالعه نموده و مناسب‌ترین گزینه‌ای که با شرایط وی مطابقت دارد را انتخاب می‌نماید.

نحوه نمره‌گذاری سؤالات به این صورت است که سؤالات با محتوای مثبت «هرگز ۴، به ندرت ۳، گاهی ۲ و اغلب ۱» و برای سؤالات با محتوای منفی نمره‌گذاری معکوس شده «هرگز ۱، به ندرت ۲، گاهی ۳ و اغلب ۴» می‌گیرد. جمع نمره هر یک از سؤالات، نمره کل را مشخص می‌کند. دامنه نمرات نیز حداقل ۲۰ و حداکثر ۸۰ می‌باشد. نمره بالاتر نشان‌دهنده احساس تنهایی بیشتر و نمره پایین حاکی از احساس تنهایی کمتر است. این پرسشنامه در سال ۱۳۷۸ بر روی ۴۲۰ نفر از دانشجویان دانشگاه‌های علامه طباطبایی، دانشگاه تهران، دانشگاه آزاد اسلامی واحد تهران، دانشگاه شهید رجایی، دانشگاه جامع علمی-کاربردی و دانشگاه صنعتی شریف هنجاریابی شده است (بحیرایی، ۱۳۷۸).

برای سنجش اعتبار سؤالات، ضرایب همبستگی بین هر یک از مواد پرسشنامه با نمره کل محاسبه شد و محاسبات در سطح $P < 0/001$ معنادار به دست آمد. بنابراین اعتبار سؤالات قابل قبول است. ضریب آلفای کرونباخ، برای تعیین پایایی، $0/88$ و ضریب همبستگی بین نمرات افسردگی و احساس تنهایی نیز $0/67$ محاسبه شد. بنابراین اعتبار همزمان پرسشنامه نیز تأیید گردید. نتایج تحلیل عاملی نیز وجود ۴ عامل را با عنوان «انزوا»، «داشتن فرد صمیمی»، «اشتراک با دیگران» و «اجتماعی بودن» را در بین ماده‌های پرسشنامه مشخص کرد (بحیرایی، ۱۳۷۸).

روش اجرای پژوهش

برای اجرای پرسشنامه‌های پژوهش، پس از جلب همکاری آزمودنی‌ها برای شرکت در پژوهش، پاکتی شامل چهار پرسشنامه در اختیار آنها قرار گرفت. پرسشنامه‌ها که به صورت مقیاس ۱، ۲، ۳ و ۴ نامگذاری شده بودند، به ترتیب شامل آزمون سنجش

سبک اسناد، مقیاس احساس تنهایی، آزمون اضطراب کتیل و آزمون افسردگی بک بودند. به علاوه در پاسخنامه سؤالاتی درباره اطلاعات فردی مانند گرایش تحصیلی، سن، جنس و ترم نیز در نظر گرفته شد. همراه هر پرسشنامه دستورالعملی برای تکمیل آن وجود داشت. ابتدا دستورالعمل هر پرسشنامه برای آزمودنی‌ها توضیح داده می‌شد و از آنها می‌خواستند، ضمن مطالعه مجدد دستورالعمل‌ها، با دقت و صداقت به پرسشنامه‌ها پاسخ گویند و از نوشتن نام خودداری نمایند. در آخر به سؤالات آزمودنی‌ها پاسخ می‌دادند و به آنها می‌گفتند که در صورت تمایل می‌توانند در پایان جلسه در مورد پرسشنامه‌ها و هدف پژوهش اطلاعاتی دریافت کنند.

روش تحلیل داده‌ها

پس از اجرای پرسشنامه‌ها، داده‌های به دست آمده با نرم‌افزار SPSS مورد تحلیل قرار گرفتند. برای بررسی فرضیه‌های پژوهش از ضریب همبستگی پیرسون و آزمون معنادار تفاوت دو ضریب همبستگی (آزمون t همبسته) استفاده شد. همچنین برای تعیین ابعاد اسنادی پیش‌بینی‌کننده افسردگی، اضطراب و احساس تنهایی تحلیل رگرسیون چند متغیره با روش قدم به قدم مورد استفاده قرار گرفت.

یافته‌ها

فرضیه ۱- میزان تغییراتی که سبک اسناد شکست به عوامل درونی برای افسردگی تبیین می‌کند، بیشتر از میزان تغییراتی است که سبک اسناد موفقیت به عوامل بیرونی تبیین می‌کند.

جدول ۳- آزمون معنادار بودن تفاوت ضریب همبستگی سبک اسناد شکست به عوامل درونی و سبک اسناد موفقیت به عوامل بیرونی با افسردگی

سبک اسناد	ضریب همبستگی	سطح معناداری	آزمون t همبسته
اسناد شکست به عوامل درونی	۰/۰۸	۰/۱۹	۱/۰۵
اسناد موافقت به عوامل بیرونی	۰/۱۸	۰/۴۱	$P > ۰/۰۵$

همان‌طور که در جدول ۳ مشاهده می‌شود، بین سبک اسناد شکست به عوامل درونی و سبک اسناد موفقیت به عوامل بیرونی با افسردگی همبستگی معناداری وجود ندارد. به علاوه نتایج آزمون t نشان می‌دهد که بین ضریب‌های همبستگی مورد مقایسه تفاوت معناداری وجود ندارد. بنابراین فرضیه ۱ تأیید نمی‌شود.

فرضیه ۲- میزان تغییراتی که سبک اسناد شکست به عوامل کلی برای افسردگی تبیین می‌کند، بیشتر از میزان تغییراتی است که سبک اسناد موفقیت به عوامل اختصاصی تبیین می‌کند.

جدول ۴- آزمون معنادار بودن تفاوت ضریب همبستگی سبک اسناد شکست به عوامل کلی و سبک اسناد موفقیت به عوامل اختصاصی با افسردگی

سبک اسناد	ضریب همبستگی	سطح معناداری	آزمون t همبسته
اسناد شکست به عوامل کلی	۰/۱۴	۰/۱۶	۱/۹۳
اسناد موفقیت به عوامل اختصاصی	-۰/۰۷	۰/۵۲	$P > ۰/۰۵$

همان‌طور که در جدول ۴ مشاهده می‌شود، بین سبک اسناد شکست به عوامل کلی و سبک اسناد موفقیت به عوامل اختصاصی با افسردگی ارتباط معناداری وجود ندارد. به علاوه نتایج آزمون t نشان می‌دهد که بین ضریب‌های همبستگی تفاوت معناداری وجود دارد. مقایسه ضریب‌های همبستگی نشان می‌دهد که میزان تغییراتی که سبک اسناد شکست به عوامل کلی برای افسردگی تبیین می‌کند، بیشتر از میزان تغییراتی است که سبک اسناد موفقیت به عوامل اختصاصی تبیین می‌کند. بنابراین فرضیه ۲ تأیید می‌گردد.

فرضیه ۳- میزان تغییراتی که سبک اسناد شکست به عوامل پایدار برای افسردگی تبیین می‌کند، بیشتر از میزان تغییراتی است که سبک اسناد موفقیت به عوامل ناپایدار تبیین می‌کند.

جدول ۵- آزمون معنادار بودن تفاوت ضریب همبستگی سبک اسناد شکست به عوامل پایدار و سبک اسناد موفقیت به عوامل ناپایدار با افسردگی

سبک اسناد	ضریب همبستگی	سطح معناداری	آزمون t همبسته
اسناد شکست به عوامل پایدار	۰/۰۵	۰/۶۱	۰/۶۹
اسناد موفقیت به عوامل ناپایدار	۰/۱۳	۰/۳۶	$P > ۰/۰۵$

چنانکه در جدول ۵ مشخص است بین سبک اسناد شکست به عوامل پایدار و سبک اسناد موفقیت به عوامل ناپایدار با افسردگی رابطه معناداری وجود ندارد. همچنین نتایج آزمون t نشان می‌دهد که بین ضریب‌های همبستگی تفاوت معناداری وجود ندارد. لذا فرضیه ۳ تأیید نمی‌شود.

فرضیه ۴- میزان تغییراتی که سبک اسناد شکست به عوامل کنترل‌ناپذیر برای افسردگی تبیین می‌کند، بیشتر از میزان تغییراتی است که سبک اسناد موفقیت به عوامل کنترل‌ناپذیر تبیین می‌کند.

جدول ۶- آزمون معنادار بودن تفاوت ضریب همبستگی سبک اسناد شکست به عوامل کنترل‌ناپذیر و سبک اسناد موفقیت به عوامل کنترل‌ناپذیر با افسردگی

سبک اسناد	ضریب همبستگی	سطح معناداری	آزمون t همبسته
اسناد شکست به عوامل کنترل‌ناپذیر	۰/۰۴	۰/۷۱	۰/۷۴
اسناد موفقیت به عوامل کنترل‌ناپذیر	۰/۱۲	۰/۴۴	$P > ۰/۰۵$

چنانکه در جدول ۶ مشاهده می‌شود بین سبک اسناد شکست به عوامل کنترل‌ناپذیر و سبک اسناد موفقیت به عوامل کنترل‌ناپذیر با افسردگی ارتباط معناداری وجود ندارد. نتایج آزمون t نشان می‌دهد که بین ضریب‌های همبستگی تفاوت معناداری وجود ندارد. لذا فرضیه ۴ تأیید نمی‌شود.

فرضیه ۵- میزان تغییراتی که سبک اسناد شکست به عوامل درونی برای اضطراب تبیین می‌کند، بیشتر از میزان تغییراتی است که سبک اسناد موفقیت به عوامل بیرونی تبیین می‌کند.

جدول ۷- آزمون معنادار بودن تفاوت ضریب همبستگی سبک اسناد شکست به عوامل درونی و سبک اسناد موفقیت به عوامل بیرونی با اضطراب

سبک اسناد	ضریب همبستگی	سطح معناداری	آزمون t همبسته
اسناد شکست به عوامل درونی	۰/۰۰۶	۰/۹۳	۴/۳۹
اسناد موفقیت به عوامل بیرونی	-۰/۴۶	۰/۰۳	$P \leq ۰/۰۵$

همان‌طور که در جدول ۷ مشاهده می‌شود، بین سبک اسناد شکست به عوامل درونی و اضطراب ارتباط معناداری وجود ندارد، اما بین سبک موفقیت به عوامل بیرونی و اضطراب رابطه معناداری وجود دارد. به علاوه نتایج آزمون t نشان می‌دهد که بین ضریب‌های همبستگی تفاوت معناداری وجود دارد ($P \leq ۰/۰۵$). با مقایسه ضریب‌های همبستگی مشخص می‌شود که میزان تغییراتی که سبک اسناد موفقیت به عوامل بیرونی برای اضطراب تبیین می‌کند، بیشتر از میزان تغییراتی است که سبک اسناد شکست به عوامل درونی تبیین می‌کند. بنابراین فرضیه ۵ تأیید نمی‌شود.

فرضیه ۶- میزان تغییراتی که سبک اسناد شکست به عوامل کلی برای اضطراب تبیین می‌کند، بیشتر از میزان تغییراتی است که سبک اسناد موفقیت به عوامل اختصاصی تبیین می‌کند.

جدول ۸- آزمون معنادار بودن تفاوت ضریب همبستگی سبک اسناد شکست به عوامل کلی و سبک اسناد موفقیت به عوامل اختصاصی با اضطراب

سبک اسناد	ضریب همبستگی	سطح معناداری	آزمون t همبسته
اسناد شکست به عوامل کلی	۰/۰۴	۰/۶۷	۲/۳۶
اسناد موفقیت به عوامل اختصاصی	-۰/۲۱	۰/۰۶	$P \leq ۰/۰۵$

همان‌طور که در جدول ۸ مشخص است بین سبک اسناد شکست به عوامل کلی و سبک اسناد موفقیت به عوامل اختصاصی با اضطراب ارتباط معناداری وجود ندارد. به علاوه نتایج آزمون t نشان می‌دهد که بین ضریب‌های همبستگی مورد مقایسه تفاوت

معناداری وجود دارد ($P \leq 0/05$). مقایسه این ضریب‌ها نشان می‌دهد که میزان تغییراتی که سبک اسناد موفقیت به عوامل اختصاصی برای اضطراب تبیین می‌کند، بیشتر از میزان تغییراتی است که سبک اسناد شکست به عوامل کلی تبیین می‌کند. بنابراین فرضیه ۶ تأیید نمی‌شود.

فرضیه ۷- میزان تغییراتی که سبک اسناد شکست به عوامل پایدار برای اضطراب تبیین می‌کند، بیشتر از میزان تغییراتی است که سبک اسناد موفقیت به عوامل ناپایدار تبیین می‌کند.

جدول ۹- آزمون معنادار بودن تفاوت ضریب همبستگی سبک اسناد شکست به عوامل پایدار و سبک اسناد موفقیت به عوامل ناپایدار با اضطراب

سبک اسناد	ضریب همبستگی	سطح معناداری	آزمون t همبسته
اسناد شکست به عوامل پایدار	۰/۰۴	۰/۶۴	۰/۷۱
اسناد موفقیت به عوامل ناپایدار	-۰/۰۳	۰/۸۱	$P > 0/05$

همان‌طور که در جدول ۹ مشخص است بین سبک شکست به عوامل پایدار و سبک اسناد موفقیت به عوامل ناپایدار با اضطراب همبستگی معناداری وجود ندارد. همچنین نتایج آزمون t نشان می‌دهد که بین ضریب همبستگی مورد مقایسه تفاوت معناداری وجود ندارد. بنابراین فرضیه ۷ تأیید نمی‌شود.

فرضیه ۸- میزان تغییراتی که سبک اسناد شکست به عوامل کنترل‌ناپذیر برای اضطراب تبیین می‌کند، بیشتر از میزان تغییراتی است که سبک اسناد موفقیت به عوامل کنترل‌ناپذیر تبیین می‌کند.

جدول ۱۰- آزمون معنادار بودن تفاوت ضریب همبستگی سبک اسناد شکست به عوامل کنترل‌ناپذیر و سبک اسناد موفقیت به عوامل کنترل‌ناپذیر با اضطراب

سبک اسناد	ضریب همبستگی	سطح معناداری	آزمون t همبسته
اسناد شکست به عوامل کنترل‌ناپذیر	۰/۰۸	۰/۴۱	۱/۴۳
اسناد موفقیت به عوامل کنترل‌ناپذیر	۰/۲۳	۰/۱۳	$P > 0/05$

همان‌طور که در جدول ۱۰ ملاحظه می‌شود، بین سبک اسناد شکست به عوامل کنترل‌ناپذیر و سبک اسناد موفقیت به عوامل کنترل‌ناپذیر با اضطراب رابطه معناداری وجود ندارد. همچنین نتایج آزمون t نشان می‌دهد که بین ضریب‌های همبستگی مورد مقایسه تفاوت معناداری وجود ندارد. لذا فرضیه ۸ تأیید نمی‌شود.

فرضیه ۹- میزان تغییراتی که سبک اسناد شکست به عوامل درونی برای احساس تنهایی تبیین می‌کند، بیشتر از میزان تغییراتی است که سبک اسناد موفقیت به عوامل بیرونی تبیین می‌کند.

جدول ۱۱- آزمون معنادار بودن تفاوت ضریب همبستگی سبک اسناد شکست به عوامل درونی و سبک اسناد موفقیت به عوامل بیرونی با احساس تنهایی

سبک اسناد	ضریب همبستگی	سطح معناداری	آزمون t همبسته
اسناد شکست به عوامل درونی	-۰/۰۱	۰/۸۱	۰/۶۱
اسناد موفقیت به عوامل بیرونی	-۰/۰۷	۰/۷۵	$P > ۰/۰۵$

همان‌طور که در جدول ۱۱ مشاهده می‌شود، بین سبک اسناد شکست به عوامل درونی و سبک اسناد موفقیت به عوامل بیرونی با احساس تنهایی رابطه معناداری وجود ندارد. به علاوه نتایج آزمون t نشان می‌دهد که بین ضریب‌های همبستگی مورد مقایسه تفاوت معناداری وجود ندارد. بنابراین فرضیه ۹ تأیید نمی‌شود.

فرضیه ۱۰- میزان تغییراتی که سبک اسناد شکست به عوامل کلی برای احساس تنهایی تبیین می‌کند، بیشتر از میزان تغییراتی است که سبک اسناد موفقیت به عوامل اختصاصی تبیین می‌کند.

جدول ۱۲- آزمون معنادار بودن تفاوت ضریب همبستگی سبک اسناد شکست به عوامل کلی و سبک اسناد موفقیت به عوامل اختصاصی با احساس تنهایی

سبک اسناد	ضریب همبستگی	سطح معناداری	آزمون t همبسته
اسناد شکست به عوامل کلی	-۰/۰۸	۰/۴۳	۱/۱
اسناد موفقیت به عوامل اختصاصی	۰/۰۴	۰/۷۱	$P > ۰/۰۵$

جدول ۱۲ نشان می‌دهد که بین سبک اسناد شکست به عوامل کلی و سبک اسناد موفقیت به عوامل اختصاصی با احساس تنهایی رابطه معناداری وجود ندارد. همچنین نتایج آزمون t نشان می‌دهد که بین ضریب‌های همبستگی مورد مقایسه تفاوت معناداری وجود ندارد. لذا فرضیه ۱۰ تأیید نمی‌شود.

فرضیه ۱۱- میزان تغییراتی که سبک اسناد شکست به عوامل پایدار برای احساس تنهایی تبیین می‌کند، بیشتر از میزان تغییراتی است که سبک اسناد موفقیت به عوامل ناپایدار تبیین می‌کند.

جدول ۱۳- آزمون معنادار بودن تفاوت ضریب همبستگی سبک اسناد شکست به عوامل پایدار و سبک اسناد موفقیت به عوامل ناپایدار با احساس تنهایی

سبک اسناد	ضریب همبستگی	سطح معناداری	آزمون t همبسته
اسناد شکست به عوامل پایدار	-۰/۰۷	۰/۴۴	۰/۸۱
اسناد موفقیت به عوامل ناپایدار	۰/۰۱	۰/۸۹	$P > ۰/۰۵$

جدول ۱۳ نشان می‌دهد که بین سبک اسناد شکست به عوامل پایدار و سبک اسناد موفقیت به عوامل ناپایدار با احساس تنهایی همبستگی معناداری وجود ندارد. به علاوه نتایج آزمون t نشان می‌دهد که بین ضریب‌های همبستگی مورد مقایسه تفاوت معنادار وجود ندارد. لذا فرضیه ۱۱ تأیید نمی‌شود.

فرضیه ۱۲- میزان تغییراتی که سبک اسناد شکست به عوامل کنترل‌ناپذیر برای احساس تنهایی تبیین می‌کند، بیشتر از میزان تغییراتی است که سبک اسناد موفقیت به عوامل کنترل‌ناپذیر تبیین می‌کند.

جدول ۱۴- آزمون معنادار بودن تفاوت ضریب همبستگی سبک اسناد شکست به عوامل کنترل‌ناپذیر و سبک اسناد موفقیت به عوامل کنترل‌ناپذیر با احساس تنهایی

سبک اسناد	ضریب همبستگی	سطح معناداری	آزمون t همبسته
اسناد شکست به عوامل کنترل‌ناپذیر	۰/۲۵	۰/۰۱	۰/۲۵
اسناد موفقیت به عوامل کنترل‌ناپذیر	۰/۲۸	۰/۰۷	$P > ۰/۰۵$

همان‌طور که در جدول ۱۴ مشاهده می‌شود بین سبک اسناد شکست به عوامل کنترل‌ناپذیر و احساس تنهایی همبستگی معناداری وجود دارد، اما بین سبک اسناد موفقیت به عوامل کنترل‌ناپذیر و احساس تنهایی رابطه معناداری وجود ندارد. به علاوه نتایج آزمون ۱ نشان می‌دهد که بین ضریب‌های همبستگی مورد مقایسه تفاوت معناداری وجود ندارد. لذا فرضیه ۱۲ تأیید نمی‌شود.

در پاسخ به این سؤال که کدام یک از ابعاد اسنادی افسردگی، اضطراب و احساس تنهایی را پیش‌بینی می‌کنند، از روش تحلیل رگرسیون چند متغیره با روش قدم به قدم استفاده شد. در این قسمت سعی شده است با استفاده از این روش تغییراتی را که هر یک از عوامل زیر برای افسردگی، اضطراب و احساس تنهایی تبیین می‌کنند، تعیین شود و سرانجام مدل پیش‌بینی برای هر یک از متغیرهای ملاک صورت‌بندی گردد.

$Y_1 =$ بُعد اسنادی مکانی در رویدادهای مربوط به موفقیت

$Y_2 =$ بُعد اسنادی مکانی در رویدادهای مربوط به شکست

$Y_3 =$ بُعد اسنادی کلیت در رویدادهای مربوط به موفقیت

$Y_4 =$ بُعد اسنادی کلیت در رویدادهای مربوط به شکست

$Y_5 =$ بُعد اسنادی پایداری در رویدادهای مربوط به موفقیت

$Y_6 =$ بُعد اسنادی پایداری در رویدادهای مربوط به شکست

$Y_7 =$ بُعد اسنادی کنترل‌پذیری در رویدادهای مربوط به موفقیت

$Y_8 =$ بُعد اسنادی کنترل‌پذیری در رویدادهای مربوط به شکست

مراحل تحلیل رگرسیون چند متغیره برای تعیین ابعاد اسنادی پیش‌بینی‌کننده افسردگی تحلیل رگرسیون درباره ابعاد اسنادی پیش‌بینی‌کننده افسردگی در مرحله اول نشان داد که از بین این متغیرهای پیش‌بینی‌کننده بُعد اسنادی کنترل‌پذیری در رویدادهای مربوط به موفقیت (Y_7) بیشترین همبستگی را با افسردگی (Y) داشته است. میزان این همبستگی $RYY_7 = 0/227$ می‌باشد. این متغیر $4/8$ درصد تغییرات افسردگی را تبیین می‌کند.

در مرحله دوم از میان عوامل باقی مانده، بُعد اسنادی مکان در رویدادهای مربوط به شکست (Y_2) بیشترین همبستگی را با افسردگی داشته است. در این مرحله همبستگی چند متغیره Y_7 و Y_2 و Y به $0/271$ رسید و این دو عامل به‌طور مشترک

۶/۷ درصد تغییرات افسردگی را تبیین می‌کنند. در ضمن این متغیر ۱/۹ درصد به تغییراتی که Y_7 تبیین کرده اضافه می‌کند.

در مرحله سوم، بُعد اسنادی کلیت در رویدادهای مربوط به موفقیت (Y_3) بیشترین همبستگی را با افسردگی داشت. همبستگی چند متغیره Y_7, Y_2, Y_4 و Y به $0/309$ رسید و درصد تغییراتی که متغیرهای مورد اشاره به طور مشترک برای افسردگی تبیین می‌کند، $8/6$ درصد است. در ضمن مقدار تغییراتی که این متغیر به تغییرات تبیین شده اضافه کرده است، $1/9$ درصد است.

بالاخره در مرحله چهارم از بین متغیرهای باقیمانده، بُعد اسنادی کلیت در رویدادهای مربوط به شکست (Y_4) بیشترین همبستگی را با افسردگی داشت. در این مرحله همبستگی چند متغیره Y_7, Y_2, Y_3, Y_4 و Y به $0/344$ رسید. درصد تغییراتی که متغیرهای مورد اشاره به طور مشترک برای افسردگی تبیین می‌کند، $10/6$ درصد است و میزان تغییراتی که این متغیر به تغییرات تبیین شده اضافه کرده است، 2 درصد است. تحلیل واریانس به منظور تعیین معنادار بودن همبستگی‌های محاسبه شده در مراحل مختلف به شرح زیر است:

جدول ۱۵- خلاصه نتایج تحلیل واریانس برای تعیین معنادار بودن همبستگی ابعاد اسنادی پیش‌بینی‌کننده افسردگی در مراحل مختلف

مرحله	منابع تغییر	SS	df	MS	F	P
۱	RYY_7	۵۳۰/۹۵	۱	۵۳۰/۹۵	۱۵/۹۵	$P < 0/0001$
	خطا	۹۷۵۲/۴۸	۲۹۳	۳۳/۲۸		
۲	RYY_7Y_2	۷۵۲/۴۶	۲	۳۷۶/۲	۱۱/۵۲	$P < 0/0001$
	خطا	۹۵۳۰/۹۷	۲۹۲	۳۲/۶		
۳	$RYY_7Y_2Y_3$	۹۷۹/۲	۳	۳۲۶/۴	۱۰/۲۰	$P < 0/0001$
	خطا	۹۳۰۴/۱	۲۹۱	۳۱/۹		
۴	$RYY_7Y_2Y_3Y_4$	۱۲۱۸/۷	۴	۳۰۴/۶	۹/۷	$P < 0/0001$
	خطا	۹۰۶۴/۷	۲۹۰	۳۱/۲		

با توجه به نتایج جدول ۱۵ می‌توان نتیجه گرفت که نسبت‌های محاسبه شده با احتمال $P < 0/0001$ خطا معنادار است. همچنین، جدول زیر خلاصه مراحل تحلیل رگرسیون و مدل پیش‌بینی افسردگی را نشان می‌دهد.

جدول ۱۶- خلاصه مراحل تحلیل رگرسیون و مدل پیش‌بینی افسردگی

ردیف	همبستگی	تغییرات تبیین‌شده	سطح معناداری	معادله پیش‌بینی
۱	$R_{YY_V} = 0/227$	۴/۸٪	$P < 0/0001$	$Y = 11/4 - 0/08Y_V$
۲	$R_{YY_V Y_2} = 0/271$	۶/۶٪	$P < 0/0001$	$Y = 8/21 - 0/09Y_V + 0/06Y_2$
۳	$R_{YY_V Y_2 Y_3} = 0/309$	۸/۶٪	$P < 0/0001$	$Y = 9/744 - 0/07Y_V + 0/06Y_2 - 0/05Y_3$
۴	$R_{YY_V Y_2 Y_3 Y_4} = 0/344$	۱۰/۶٪	$P < 0/0001$	$Y = 8/655 - 0/05Y_V + 0/04Y_2 - 0/07Y_3 + 0/05Y_4$

همان‌گونه که در جدول ۱۶ مشخص است، در مرحله آخر معادله پیش‌بینی عبارت است از:

$$Y = 8/655 - 0/05Y_V + 0/04Y_2 - 0/07Y_3 + 0/05Y_4$$

در این معادله Y افسردگی، Y_V بُعد اسنادی کنترل‌پذیری در رویدادهای مربوط به موفقیت، Y_2 بُعد اسنادی مکان در رویدادهای مربوط به شکست، Y_3 بُعد اسنادی کلیت در رویدادهای مربوط به موفقیت و Y_4 بُعد اسنادی کلیت در رویدادهای مربوط به شکست است. این ابعاد اسنادی روی هم ۱۰/۶ درصد تغییرات افسردگی را تبیین می‌کنند.

مراحل تحلیل رگرسیون چند متغیره برای تعیین ابعاد اسنادی پیش‌بینی‌کننده اضطراب تحلیل رگرسیون برای تعیین ابعاد اسنادی پیش‌بینی‌کننده اضطراب نشان داد که بُعد اسنادی پایداری در رویدادهای مربوط به موفقیت (Y_5) بیشترین همبستگی را با اضطراب (Y') دارد. میزان این همبستگی $R_{Y'Y_5} = 0/261$ است. این متغیر ۶/۵ درصد تغییرات اضطراب را تعیین می‌کند. به منظور تعیین معنادار بودن همبستگی محاسبه شده، تحلیل واریانس به شرح زیر است:

جدول ۱۷- خلاصه نتایج تحلیل واریانس برای تعیین معنادار بودن همبستگی

اسناد پیش‌بینی‌کننده با اضطراب در مرحله اول

منابع تغییر	SS	df	MS	F	P
$RY'Y_5$	۲۰۵۰/۶	۱	۲۰۵۰/۶	۲۱/۴	$P < ۰/۰۰۰۱$
خطا	۲۸۰۵۴/۲	۲۹۳	۹۵/۷		
جمع		۲۹۴			

با توجه به نتایج جدول ۱۷ می‌توان نتیجه گرفت که نسبت محاسبه شده با احتمال $P < ۰/۰۰۰۱$ خطا معنادار است. معادله پیش‌بینی در این مرحله عبارت است از:

$$Y' = ۴۷/۹۷ - ۰/۱۶۹Y_5$$

در این معادله Y' اضطراب و Y_5 بعد اسنادی پایداری در رویدادهای مربوط به موفقیت است. لازم به ذکر است که سایر ابعاد اسنادی همبستگی معناداری با اضطراب ندارد و توان معناداری برای پیش‌بینی آن را نداشتند. همچنین جدول ۱۸ خلاصه مراحل تحلیل رگرسیون و مدل پیش‌بینی اضطراب را نشان می‌دهد.

جدول ۱۸- خلاصه مراحل تحلیل رگرسیون و مدل پیش‌بینی اضطراب

مرحله	همبستگی	میزان تغییرات سطح معناداری	معادله پیش‌بینی
۱	$RY'Y_5 = ۰/۲۶۱$	٪۶/۵	$R' = ۴۷/۹۷ - ۰/۱۶۹Y_5$ $P < ۰/۰۰۰۱$

مراحل تحلیل رگرسیون چند متغیره برای تعیین ابعاد اسنادی پیش‌بینی‌کننده احساس تنهایی تحلیل رگرسیون برای تعیین ابعاد اسنادی پیش‌بینی‌کننده احساس تنهایی نشان داد که بعد اسنادی پایداری در رویدادهای مربوط به موفقیت (Y_5) بیشترین همبستگی را با احساس تنهایی (Y') دارد. میزان این همبستگی $RY'Y_5 = ۰/۲۸۰$ است. این متغیر ۷/۵ درصد تغییرات احساس تنهایی را تبیین می‌کند. به منظور تعیین معنادار بودن همبستگی محاسبه شده، تجزیه و تحلیل واریانس به شرح زیر است:

جدول ۱۹- تحلیل واریانس برای تعیین معنادار بودن همبستگی ابعاد اسنادی پیش‌بینی‌کننده با احساس تنهایی در مرحله اول

منابع تغییر	SS	df	MS	F	P
RY'Y _۵	۲۹۶۲	۱	۲۹۶۲	۲۴/۹	P < ۰/۰۰۰۱
خطا	۳۴۷۲۱/۷	۲۹۳	۱۱۸/۵		
جمع		۲۹۴			

با توجه به نتایج جدول ۱۹ می‌توان نتیجه گرفت که نسبت محاسبه شده با احتمال $P < ۰/۰۰۰۱$ خطا معنادار است. معادله پیش‌بینی در این مرحله عبارت است از:

$$Y'' = ۴۵/۷۶۷ - ۰/۲۰۳Y_۵$$

در این معادله Y'' احساس تنهایی و $Y_۵$ بعد اسنادی پایداری در رویدادهای مربوط به موفقیت است. لازم به ذکر است که سایر ابعاد اسنادی با احساس تنهایی همبستگی معناداری نداشته و توان معناداری برای پیش‌بینی آن را نداشتند. همچنین جدول زیر خلاصه مراحل تحلیل رگرسیون و مدل پیش‌بینی احساس تنهایی را نشان می‌دهد:

جدول ۲۰- خلاصه مراحل تحلیل رگرسیون و مدل پیش‌بینی احساس تنهایی

مرحله	همبستگی	میزان تغییرات	سطح معناداری	معادله پیش‌بینی
۱	$RY'' Y_۵ = ۰/۲۸۰$	۷/۵٪	$P < ۰/۰۰۰۱$	$Y'' = ۴۵/۷۶۷ - ۰/۱۶۹Y_۵$

بحث درباره یافته

تجزیه و تحلیل داده‌ها برای بررسی فرضیه‌های پژوهش نشان داد که در مورد افسردگی فرضیه ۲ مبنی بر اینکه میزان تغییراتی که سبک استاد شکست به عوامل کلی برای افسردگی تبیین می‌کند، بیشتر از میزان تغییراتی است که سبک استاد موفقیت به عوامل اختصاصی تبیین می‌کند. این یافته با نتایج پژوهش پترسون، ویلانوا، رایس (۱۹۸۵)، سلیگمن، آبرامسون، سیمل، ون بایر (۱۹۷۹)، پترسون، سیمل، ون بایر، آبرامسون،

متالسکی، سلیگمن (۱۹۸۲)، پترسون، سلیگمن (۱۹۸۴)، براون، سیگل (۱۹۸۸)، استینس میر-پلستر (۱۹۸۹)، هال مندولیا (۱۹۹۱)، آیدین و آیدین (۱۹۹۲)، دایبا، مک موری (۱۹۸۵)، بوگیانو، بارت (۱۹۹۷)، اندرسون، ریگر (۱۹۹۱) همخوان است. فرضیه‌های ۱، ۳ و ۴ پژوهش مبنی بر اینکه میزان تغییراتی که سبک اسناد شکست به عوامل درونی، پایدار و کنترل‌ناپذیر برای افسردگی تبیین می‌کند، بیشتر از میزان تغییراتی است که سبک اسناد موفقیت به عوامل بیرونی، ناپایدار و کنترل‌ناپذیر می‌کند، تأیید نشد. این یافته با نتایج پژوهش ولپه، لوین (۱۹۹۸)، لوتن، رالف، مینکا (۱۹۹۷)، اندرسون (۱۹۹۱)، اندرسون، ریگر (۱۹۹۱)، بوگیانو، بارت (۱۹۹۱)، دایبا، مک موری (۱۹۸۵)، پترسون، ویلانوا، راپس (۱۹۸۵)، سلیگمن، آبرامسون، سیمل، ون‌بایر (۱۹۷۹)، پترسون، سیمل، ون‌بایر، آبرامسون، متالسکی، سلیگمن (۱۹۸۲)، پترسون، سلیگمن (۱۹۸۴)، براون، سیگل (۱۹۸۸)، استینس میر-پلستر (۱۹۸۹)، هال، مندولیا (۱۹۹۱)، آیدین، آیدین (۱۹۹۲) ناهمخوان است.

همچنین بررسی فرضیه‌های ۵، ۶، ۷ و ۸ مبنی بر اینکه میزان تغییراتی که سبک اسناد شکست به عوامل درونی، کلی، پایدار و کنترل‌ناپذیر برای اضطراب تبیین می‌کند، بیشتر از میزان تغییراتی است که سبک اسناد موفقیت به عوامل بیرونی، اختصاصی، ناپایدار و کنترل‌ناپذیر تبیین می‌کند، تأیید نشدند. این یافته با نتایج پژوهش آهرنز، هاگا (۱۹۹۳)، فرسکو، آلوی، ریلی - هرینگتون، آرمیلی (۲۰۰۱)، لوتن، رالف، مینکا (۱۹۹۷) ناهمخوان است. از سوی دیگر این یافته با نتایج پژوهش کوری و گریک‌هد (۱۹۹۰) باس، پترسون (۱۹۹۷)، اینگرام، کندال، اسمیت، دونل، رونان (۱۹۸۷) همخوانی دارد. و بالاخره فرضیه‌های ۹، ۱۰، ۱۱ و ۱۲ پژوهش مبنی بر اینکه میزان تغییراتی که سبک اسناد شکست به عوامل درونی، کلی، پایدار و کنترل‌ناپذیر برای احساس تنهایی تبیین می‌کند، بیشتر از میزان تغییراتی است که سبک اسناد موفقیت به عوامل بیرونی، اختصاصی، ناپایدار و کنترل‌ناپذیر تبیین می‌کند، تأیید نشد. این یافته با نتایج پژوهش اندرسون، ریگر (۱۹۹۱)، اندرسون (۱۹۹۹)، اندرسون، آرنولت (۱۹۸۵) ناهمخوان است. چنانکه قبلاً گفته شد، الگوی تجدید نظر شده درماندگی آموخته شده بر این نکته تأکید دارد که رویدادهای مربوط به شکست نقش علی مهمتری در سبب‌شناسی افسردگی دارد (پترسون، سلیگمن، ۱۹۸۴). لذا سبک‌های اسنادی مربوط به شکست از اهمیت بیشتری در افسردگی برخوردارند و بیش از سبک‌های اسنادی مربوط به

موفقیت با آن همبستگی داشته و میزان تغییرات آن را تبیین می‌کند (سلیگمن، آبرامسون، سیمل، ون‌بایر، ۱۹۷۹). با این حال بررسی فرضیه‌های پژوهش حاضر نشان داد که تنها سبک اسنادی شکست در بُعد کلیت میزان بیشتری از تغییرات افسردگی را تبیین می‌کند، ولی این موضوع در مورد سبک‌های اسنادی مربوط به شکست در سایر ابعاد به اثبات رسیده نرسید. علاوه بر این اهمیت بیشتر سبک‌های اسنادی مربوط به شکست در مورد اضطراب و احساس تنهایی نیز به اثبات نرسید.

همچنین بررسی نتایج مربوط به تحلیل رگرسیون برای تعیین ابعاد اسنادی پیش‌بینی‌کننده افسردگی نشان داد که از بین ابعاد اسنادی پیش‌بینی‌کننده، بُعد اسنادی کنترل‌پذیری در رویدادهای مربوط به موفقیت بیش از سایر ابعاد اسنادی افسردگی را پیش‌بینی می‌کند. پس از آن بُعد اسنادی مکان در رویدادهای مربوط به شکست، بُعد اسنادی کلیت در رویداد مربوط به موفقیت و بُعد اسنادی کلیت در رویدادهای مربوط به شکست به ترتیب پیش‌بینی‌کننده‌های معناداری برای افسردگی بودند. این نتایج در درمان و پیشگیری از افسردگی تلویحات مهمی دارد. بدین معنی که با تغییر در ابعاد اسنادی مذکور می‌توان در جهت کاهش علائم افسردگی اقدام نمود. به علاوه می‌توان افراد آسیب‌پذیر به افسردگی را از طریق شناسایی ابعاد اسنادی آنها مشخص کرد.

لذا نتایج پژوهش حاضر نشان می‌دهد که بُعد اسنادی کنترل‌پذیری را باید از ابعاد مهم در پیش‌بینی افسردگی به حساب آورد و می‌توان پیشنهاد نمود که این بُعد به مدل اسنادی افسردگی اضافه شود. با این حال این نتیجه‌گیری به پژوهش بیشتری نیاز دارد. به علاوه یافته‌های این پژوهش نشان می‌دهد که همان‌گونه که نظریه تجدید نظر شده درماندگی آموخته شده (آبرامسون، سلیگمن، تیزدال، ۱۹۷۸) بیان داشته است، مکان و کلیت از ابعاد مهم اسنادی در افسردگی هستند.

نتایج مربوط به تحلیل رگرسیون برای تعیین ابعاد اسنادی پیش‌بینی‌کننده اضطراب و احساس تنهایی نیز نشان داد که از بین ابعاد اسنادی، بُعد پایداری در رویدادهای مربوط به موفقیت بیش از سایر ابعاد اسنادی پیش‌بینی‌کننده اضطراب و احساس تنهایی است. طبق نظریه تجدید نظر شده درماندگی آموخته شده (آبرامسون، سلیگمن، تیزدال، ۱۹۷۸) مکان، کلیت و پایداری از ابعاد مهم اسنادی در افسردگی هستند. با این حال این مطالعه نشان می‌دهد که از بین ابعاد، بُعد اسنادی پایداری نقش مهمتری در الگوی اسنادی اضطراب و احساس تنهایی دارد و مهمترین پیش‌بینی‌کننده آنها به

حساب می‌آید. این یافته نیز می‌تواند تلویحاتی در زمینه درمان و پیشگیری از اضطراب و احساس تنهایی داشته باشد. بدین معنی که با تغییر در بُعد اسنادی مذکور می‌توان در جهت کاهش علائم اضطراب و احساس تنهایی اقدام نمود. همچنین می‌توان افراد آسیب‌پذیر به اضطراب و احساس تنهایی را از طریق شناسایی بُعد اسنادی آنها مشخص کرد.

لذا براساس نتایج پژوهش حاضر، این بُعد اسنادی منحصر به افسردگی نیست بلکه با اضطراب و احساس تنهایی نیز در ارتباط است. همچنین مشخص شد بُعد اسنادی کنترل‌پذیری که برخی پژوهشگران آن را از ابعاد اسنادی مهم به شمار می‌آورند (مثلاً اندرسون، دیوسر، ۱۹۹۱؛ دیوسر، اندرسون، ۱۹۹۵؛ اندرسون، ریگر، ۱۹۹۱) و اهمیت آن در مطالعه فعلی نیز در پیش‌بینی افسردگی تأیید شده است توان معناداری برای پیش‌بینی اضطراب و احساس تنهایی ندارد.

منابع

- بحیرایی، هادی. (۱۳۷۸)، «بهنجار کردن مقیاس تنهایی UCLA (نسخه سوم) در دانشجویان مقیم تهران»، رساله دکتری چاپ نشده، دانشگاه آزاد اسلامی واحد علوم و تحقیقات.
- پودات، نسرین. (۱۳۵۷) «رابطه افسردگی و کنترل درونی - بیرونی»، پایان‌نامه کارشناسی ارشد چاپ نشده، دانشگاه تهران، دانشکده ادبیات و علوم انسانی.
- عسکری، محمد. (۱۳۷۵)، «هنجاریابی مقیاس منبع کنترل درونی - بیرونی نوویکی - استریکلند در دانش‌آموزان دبیرستانی شهر تهران»، پایان‌نامه کارشناسی ارشد چاپ نشده، دانشگاه علامه طباطبایی، دانشکده روان‌شناسی و علوم تربیتی.
- گراز، ژاک. *بیماریهای روانی*، ترجمه محمود منصور، پریخ دادستان، (۱۳۸۱)، تهران، انتشارات رشد.
- کریمی، یوسف. (۱۳۷۹)، *روان‌شناسی اجتماعی*، نظریه‌ها، مفاهیم و کاربردها، (ویرایش سوم) تهران، نشر ارسباران.
- گنجی، حمزه. (۱۳۸۰)، *ارزشیابی شخصیت*، تهران، نشر ساوالان.
- نادری، عزت‌الله. مریم سیف‌نراقی، (۱۳۸۱)، *روشهای تحقیق و چگونگی ارزشیابی آن در علوم انسانی*، تهران، دفتر تحقیقات و انتشارات بدر.
- یوسف نظری، فریبا. (۱۳۷۸)، «بررسی میزان شیوع افسردگی و رابطه آن با گرایش و رضایت تحصیلی در دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی»، گزارش طرح پژوهشی چاپ نشده، دفتر مطالعات و تحقیقات روان‌شناسی و علوم تربیتی دانشگاه آزاد اسلامی، واحد تهران جنوب.

- ABRAMSON, L.Y., SELIGMAN, M.E.P., TEASDALE, J.D (1978). Learned helplessness in Humans: Critique and Reformulation. *Journal of abnormal psychology*, 87, 49-74.
- AHRENZ, A.H., HAAGA, D.A.F. (1993). The Specificity of attributional Style and expectations to positive and negative affectivity, depression and anxiety. *cognitive therapy and Research*, 17,83-98.
- ANDERSON, C.A. (1999). Attributional style, Depression and loneliness: A Cross-Cultural. Comparison of American and Chinese students. *Journal of Personality and social psychology*, 25, 482-499.
- ANDERSON, C.A., ARNOULT, L.H. (1985). Attributional Style and everyday Problems in living: Depression, Loneliness and shyness. *Social cognition*, 3,16-35.
- ANDERSON, C.A. HOROWITZ, L.M., FRENCH, R.D. (1983). Attributional Style of lonely and depressed people. *Journal of personality and social psychology*, 45, 127-139.
- ANDERSON, C.A., RIGER, A.L. (1991). A Controlability attributional model of problems in living: Dimensional and situational interactions in the prediction of depression and loneliness. *Social cognition*, 9, 179-181.
- ANDERSON, C.A., MILLER, R.S., RIGER, A.L., DILL, J.C., SEDI KIDES, C. (1994). Behavioral and characterological Attributional styles as predictors of Depression and loneliness: Review, Refinement and test. *Journal of personality and social psychology*, 66(3) 549-558.
- ANDERSON, C.A., DEUSER, W.E. (1991). Science and the Reformulated learned-Helplessness model of Depression. *Psychological inquiry*, vol 2, 14-19.
- ANDERSON, C.A., JENNINGS, D.L., ARNOULT, L.H. (1988). Validity and utility of the attributional style construct at a moderate level of specificity. *Journal of personality and social psychology*, 55(6), 979-990.
- AYDIN, G., AYDING, O. (1992). Learned helplessness: An explanatory style in Turkish samples. *Journal of social psychology*, 132(1), 117-119.
- BOGGIANO, A., BARRETT, M. (1997). Gender Defferences in depression in college students. *Sex Roles: A Journal of Research*, 25(11), 595-605.
- BROWN, J.D., SIEGEL, J.M. (1988). Attributions for negative life events and

- depression: The role of perceived control. *Journal of personality and social psychology*, 54, 316-322.
- BUCE, S.C., PETERSON, C. (1997). Gender Differences in personality correlates of Explanatory style. *Journal of personality and individual Differences*, 23(4), 639-645.
- CURRY, J.F., CRAIGHEAD, W.E. (1990). Attributional Style in clinical depressed and conduct disordered adolescents. *Journal of counselling and clinical psychology*, 58, 109-115.
- DEUSER, W.E., ANDERSON, C.A. (1995). Controllability Attributions and learned Helplessness: Some Methodological and conceptual problems. *Basic and Applied Social Psychology*, 16(3), 297-318.
- DOBIA, B., MCMURRAY, N.E. (1985). Applicability of learned helplessness to depressed women undergoing training. *Australian Journal of psychology*, 37(1), 71-80.
- FRESCO, D.M., ALLOY, L.B., REILLY-HARRINGTON, N., ARMELIE, A. (2001, NOVEMBER). The Association of explanatory Style for positive and negative events and life stress to depression and anxiety. Poster presented at the annual meeting of the Association for Advancement of Behavior Therapy, Philadelphia.
- GROSS, R. (2002). *Psychology: The science of mind and Behavior*. (4th ed). London: Holder and Stoughton.
- HEIDER, F. (1958). *The Psychology of interpersonal relations*. New York: Wiley.
- HESSLING, R.M., ANDERSON, C.A., RUSSEL, D.W. (2002). Measures of attributional Style. In R.Fernandez-Ballesteros (Ed), *Encyclopedia of psychological Assessment* (pp.116-120), London: SAGE Publication, inc.
- HULL, J., MENDOLIA, M. (1991). The relations of attributional Style, expectancies, and depression. *Journal of personality and social psychology*, 61(1), 85-97.
- INGRAN, R.E., KENDALL, P.C., SMITH, T.W., DONNELL, C., RONAN, K. (1987). Cognitive specificity in emotional distress. *Journal of personality and social psychology*, 53, 734-742.
- JONES, E.E., DAVIS, K.E. (1965). From acts to dispositions: The Attribution process in person perception. In L. Berkowitz (Ed). *Advances in*

- experimental social psychology, vol. 11(pp. 219-260). New York: Academic press.
- KELLY, H.H. (1967). Attribution theory in Social Psychology. In D.Levine (Ed), Nebraska Symposium on Motivation (vol, 15). Lincoln, NE: university of Nebraska Press.
- LUTEN, A., RALPH, J.A., MICEKA, S. (1997). Pessimistic attributional Style: is it specific to depression versus anxiety versus negative affect? Journal of Behavior Research and therapy, 35(8), 703-719.
- PETERSON, C., SELIGMAN, M.E.P. (1984). Causal explanation as a risk Factor for depression: Theory and evidence. Psychological Review, 91(3), 347-374.
- PETERSON, C., SEMMEL, A., VON BAEYER, C., ABRAMSON, L.Y., METALSKY, G.I., SELIGMAN, M.E.P. (1982). The attributional Style questionnaire. Cognitive Therapy and Research, 6, 287-399.
- PETESON, C., VILLANOVA, P., RAPS, C.S. (1985). Depression and attributions: Factors responsible for inconsistent results in published literature. Journal of Abnormal Psychology, 94, 165-168.
- SELIGMAN, M.E.P. (1975). Helplessness: On depression, development, and death, San Francisco: Freeman.
- SELIGMAN, M.E.P., ABRAMSON, L.Y., SEMMEL, A., VONBAEYER, C. (1979). Depressive attributional style. Journal of abnormal psychology, 88, 242-247.
- SHAVER, K.G. (1975). An introduction to attribution process. Englewood cliffs, N,J: Prentice-Hall.
- STIENSMEIR-PELSTER, J. (1989). Attributional Style and depressive mood reaction. Journal of personality, 57(3), 581-599.
- VOLPE, N., LEVIN, R. (1998). Attributional Style, dreaming and depression. Journal of prsonality and individual differences, 25, 1051-1061.
- WIENER, B. (1985). An attributional theory of achievement motivation and emotion, Psychological Review, 92, 548-573.