Shenakht Journal of Psychology and Psychiatry
Vol. 8/ No. 2/ 2021
Page: 113-124

The mediating role of self-efficacy in the relationship between self- criticism and depression symptoms in University students

Salman Zarei[1], Ali Javan Esmaeili[2]

1-Assistant Professor, Department of Psychology, Lorestan University, Khorramabad, Iran (Corresponding Author). E-mail: Salman_zarei@yahoo.com
2- MA of Clinical Psychology, Department of Psychology,University of Social Welfare and Rehabilitation, Tehran, Iran.

Received: 29/01/2021 **Accepted:** 04/04/2021

Abstract

Introduction: The assessment of global mental health indicates a rise in mental disorders especially those related to depression.

Aim: Considering the high prevalence of depression symptoms and its serious implications, the aim of current study was to investigate the mediating role of self-efficacy in the relationship between self-criticism and depression.

Method: The research design was descriptive-correlational. Statitical population was dormitory male students at the University of Social Welfare and Rehabilitation Sciences, in Tehran, in the academic year of 2018-2019. A total of 270 students were selected via convenience sampling. Data was collected using General Self-efficacy Scale, Self- Criticising Scale, and Beck Depression Inventory-II. Hierarchical regression was used to analyze data via SPSS-21.

Results: Results showed that the relationship between self-criticism and depression ($r=0.70$, $p<0.01$) was significantly positive. On the other hand, self-efficacy and depression related to one another negatively ($r=-0.47$, $p<0.01$), as so did self-criticism and self-efficacy ($r=-0.59$, $p<0.01$). Results from hierarchical regression suggested self-efficacy not midiate the relationship between self-criticism and depression ($P=0.096$) although 49.6% of the depression variance was accounted by the two variables.

Conclusion: Overall, given the direct effect of self-criticism on depression, it is reasonable to expect that diminished self-criticism reduces depression among university students.

Keywords: Depression, Self- criticism, Self- efficacy

How to cite this article: Zarei S, Javan Esmaeili A. The mediating role of self-efficacy in the relationship between self- criticism and depression symptoms in University students. Shenakht Journal of Psychology and Psychiatry. 2021; 8 (2): 113-124 .URL: http://shenakht.muk.ac.ir/article-1-988-en.pdf

Copyright © 2018 the Author (s). Published by Kurdistan University of Medical Sciences. This is an open access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution-Non Commercial License 4.0 (CCBY-NC), where it is permissible to download, share, remix, transform, and buildup the work provided it is properly cited. The work cannot be used commercially without permission from the journal.

[Downloaded from shenakht.muk.ac.ir on 2026-10-07]

[DOR: 20.1001.1.25886657.1400.8.2.3.9]
[DOI: 10.32598/shenakht.8.2.113]

مجله روانشناسی و روانپزشکی شناخت
سال هشتم، شماره ۲، ۱۴۰۰
صفحات: ۱۲۴-۱۱۳

نقش واسطه‌ای خودبسندگی در رابطه بین خود انتقادگری با نشانگان افسردگی دانشجویان

سلمان زارعی[۱]، علی جوان اسمعیلی[۲]

۱.استادیار، گروه روانشناسی، دانشگاه لرستان، خرم آباد، ایران (مولف مسئول). ایمیل: Salman_zarei@yahoo.com
۲. کارشناس ارشد روانشناسی بالینی، گروه روانشناسی، دانشگاه علوم بهزیستی و توانبخشی، تهران ، ایران.

تاریخ دریافت مقاله: ۱۳۹۹/۱۱/۱۰ **تاریخ پذیرش مقاله:** ۱۴۰۰/۰۱/۱۵

چکیده

مقدمه: ارزیابی وضعیت سلامت روانی در سراسر جهان به افزایش اختلال‌های جدی روانشناختی بخصوص نشانگان افسردگی اشاره دارد.

هدف: با توجه به شیوع بالا و اهمیت افسردگی پژوهش حاضر با هدف بررسی نقش واسطه‌ای خودبسندگی در رابطه خود انتقادگری با نشانگان افسردگی انجام شد.

روش: پژوهش حاضر توصیفی و از نوع همبستگی بود. جامعه آماری دانشجویان ساکن خوابگاه‌های پسرانه دانشگاه علوم بهزیستی و توانبخشی تهران در سال تحصیلی ۹۸-۱۳۹۷ بود که با استفاده از نمونه‌گیری در دسترس تعداد ۲۷۰ نفر انتخاب شد و مقیاس خودبسندگی عمومی، مقیاس خود انتقادگری و سیاهه افسردگی بک را تکمیل نمودند. داده‌های گردآوری شده با آزمون رگرسیون سلسله مراتبی با استفاده از نرم‌افزار SPSS نسخه ۲۱ تحلیل شد.

یافته‌ها: یافته‌ها نشان داد که بین خود انتقادگری با افسردگی ($p<۰/۰۱$، $r=۰/۷۰$) رابطه مثبت معنی‌دار؛ بین خودبسندگی با نشانگان افسردگی ($p<۰/۰۱$، $r=-۰/۴۷$) و بین خود انتقادگری با خودبسندگی ($p<۰/۰۱$، $r=-۰/۵۹$) رابطه منفی معنی‌دار وجود دارد. همچنین، نتایج تحلیل رگرسیون سلسله مراتبی نشان داد با وجود اینکه خود انتقادگری و خودبسندگی با هم در مجموع ۴۹/۶ درصد از واریانس افسردگی دانشجویان را تبیین می‌کنند؛ اما خودبسندگی در رابطه بین خود انتقادگری با افسردگی نقش واسطه‌ای ندارد ($p=۰/۰۹۶$).

نتیجه‌گیری: در مجموع، با توجه به اثر مستقیم خود انتقادگری بر افسردگی می‌توان انتظار داشت که کاهش خود انتقادگری مسیر مهمی برای کاهش افسردگی دانشجویان باشد.

کلیدواژه‌ها: افسردگی، خود انتقادگری، خودبسندگی

تمامی حقوق نشر برای دانشگاه علوم پزشکی کردستان محفوظ است.

[Downloaded from shenakht.muk.ac.ir on 2026-10-07]
[DOR: 20.1001.1.25886657.1400.8.2.3.9]
[DOI: 10.32598/shenakht.8.2.113]

[Downloaded from shenakht.muk.ac.ir on 2026-10-07]

[DOR: 20.1001.1.25886657.1400.8.2.3.9]

[DOI: 10.32598/shenakht.8.2.113]

مقدمه

ارزیابی آمار بهداشت عمومی در سراسر جهان به افزایش شیوع در حوزه اختلالات جدی روانی به خصوص افسردگی اشاره دارد و انتظار می‌رود تا سال ۲۰۲۰ افسردگی به دومین بیماری جدی و شایع دنیا تبدیل شود (هلمس[۱]، ۲۰۱۸). افسردگی، جزو طبقه اختلالات خلقی است که با کاهش انرژی و علاقه، احساس گناه، اشکال در تمرکز، بی‌اشتهائی و افکار مرگ و خودکشی مشخص می‌شود و با تغییر در سطح فعالیت منجر به اختلال در عملکرد شغلی، روابط اجتماعی و بین فردی می‌شود (تاک، برنواسر، لیچوارک و انگلس[۲]، ۲۰۱۷). در میان اقشار مختلف جامعه، میزان شیوع افسردگی در بین جمعیت جوان بخصوص دانشجویان بیشتر از سایر گروه‌ها است (یو، تیان، سیو و وو[۳]، ۲۰۲۱). پژوهش‌ها در مورد شیوع افسردگی در بین دانشجویان نشان می‌دهد که نرخ شیوع افسردگی در بین دانشجویان در دامنه‌ای از ۱۰ تا ۸۵ درصد با میانگین شیوع ۳۰ درصد است و دانشجویان افسرده در امور درسی خود با مشکلات بیشتری در مقایسه با دانشجویان غیر افسرده مواجه هستند (ژنگ، وانگ، ژی، هو و رینهارت[۴]، ۲۰۱۹)؛ لذا با توجه به افزایش افسردگی و وجود نگرانی فزاینده در خصوص ایجاد ناراحتی هیجانی در دانشجویان شناسایی عوامل اثرگذار بر افسردگی دانشجویان اهمیت بالایی دارد. در همین راستا، یکی از مدل‌هایی که در تبیین اختلال افسردگی مدنظر پژوهشگران قرارگرفته و مبنای نظری پژوهش حاضر است، مدل آسیب‌پذیری شخصیتی بلات[۵] (۱۹۹۸) است (مک‌اینتایر، اسمیت و ریمس[۶]، ۲۰۱۸).

براساس مدل آسیب‌پذیری شخصیتی، سه ویژگی شخصیتی شامل وابستگی، خود انتقادگری و خودبسندگی، فرد را برای ابتلا به افسردگی آسیب‌پذیر می‌کند (کوترا، دوسدلووا، آندرزوسفسکی، کالوزویسیوت و ساکای[۷]، ۲۰۲۱). در میان این متغیرها، خود انتقادگری بیش از سایر متغیرها در افزایش افسردگی نقش دارد (پرتر، زلکویتز و کول[۸]، ۲۰۱۸). خود انتقادگری یک عامل آسیب‌پذیری شخصیتی است که منجر به ایجاد و حفظ مشکلات روانشناختی متعددی ازجمله افسردگی و خودکشی می‌شود (شاهار، راجرز، شالو و جوینر[۹]، ۲۰۲۰). افراد با سطوح بالای خود انتقادگری درگیر بررسی دقیق و ارزیابی خود به شیوه‌ای بی‌رحمانه و خشن می‌شوند، استانداردهای بالایی برای خود در نظر می‌گیرند و ترس شدید از تائید نشدن، انتقاد و طرد از سوی دیگران دارند (جیمز، ورپلانکن و ریمز[۱۰]، ۲۰۱۵). پژوهش‌ها نشان داده‌اند که شدت هیجانات منفی نسبت به خود و ناتوانی در مقابله مناسب با این هیجانات به ویژه در افراد با خود انتقادگری بالا، افراد را در معرض خطر ایجاد و حفظ دوره‌های افسردگی قرار می‌دهد (پو، هو و ما[۱۱]، ۲۰۱۷). افراد دارای خود انتقادگری بالا به دلیل خود ارزیابی افراطی از عملکردشان و اینکه تمرکز اصلی آن‌ها بر جنبه‌های منفی وقایعی است که برایشان اتفاق می‌افتد احتمال ابتلا به افسردگی بالایی دارند؛ این افراد به علت ترس بالا از عدم پذیرش و ترس از مورد انتقاد قرار

[1]- Helms
[2]- Tak, Brunwasser, Lichtwarck-Aschoff, & Engels
[3]- Yu, Tian, Cui, & Wu
[4]- Zeng, Wang, Xie, Hu, & Reinhardt

[5]- Blatt's Persoanlity Vulnerability Model
[6]- McIntyre, Smith, & Rimes
[7]- Kotera, Dosedlova, Andrzejewski, Kaluzeviciute, & Sakai,
[8]- Porter, Zelkowitz, & Cole
[9]- Shahar, Rogers, Shalev, & Joiner
[10]- James, Verplanken, & Rimes
[11]- Pu, Hou, & Ma

گرفتن از سوی دیگران افسردگی بیشتری را نسبت به افراد با خود انتقادگری پایین تجربه می‌کنند (ژانگ، واتسون، پولارد و پیتمن[1]، ۲۰۱۷).

ویژگی شخصیتی دیگر در مدل آسیب‌پذیری شخصیتی بلات (۱۹۹۸)، خودبسندگی است. نظریه خودبسندگی چهارچوبی مفید در تبیین افسردگی ایجاد نموده است (گوآ، جیانگ، سی، هوانگ و وانگ[2]، ۲۰۱۹). افراد با خودبسندگی ضعیف بر کاستی‌ها و ناتوانی‌های خود متمرکز شده و به دلیل احساس بی‌کفایتی خود، از شرکت در فعالیت‌های بالقوه پاداش‌دهنده اجتناب می‌ورزند که این اجتناب می‌تواند مقدار زیادی از بازخوردها و تقویت‌کننده‌های مثبتی را که فرد می‌تواند از محیط دریافت نماید، حذف کند (میلانوویچ، آیوکاروا و یوسواتونسکی[3]، ۲۰۱۸). در افراد افسرده، فقدان تقویت‌کننده‌های مثبت محیطی می‌تواند این باور غلط را ابقاء نماید که او برای موفقیت در موقعیت‌های مختلف توانمند نیست (مک‌کوسکر، لامبرت و کول[4]، ۲۰۱۶). افراد با خودبسندگی ضعیف به جای برخورد با موانع از آن‌ها اجتناب می‌کنند و به صورت غیر واقع بینانه‌ای معیارهای بالایی برای خود بر می‌گزینند و سعی دارند انتظارات فوق‌العاده‌ای را علی‌رغم توانایی‌های خود برآورده نمایند؛ در نتیجه با شکست‌های پیاپی مواجه شده که این شکست‌ها به احساس بی‌ارزشی و افسردگی منجر می‌شوند (چانگ، یوان و چن[5]، ۲۰۱۸). در کنار موارد مطرح شده پژوهش نیز نشان می‌دهند که خودبسندگی با نشانگان آسیب‌شناسی ازجمله افسردگی در بین دانشجویان رابطه معکوس دارد (گروتان، سوند و ببرکست[6]، ۲۰۱۹).

افسردگی در دوران دانشجویی می‌تواند بر آینده شغلی تأثیر منفی بگذارد و با موفقیت‌های دانشگاهی کمتر، عدم ثبات در ارتباطات، افکار و اعمال خودکشی و عملکرد کاری ضعیف‌تر در ارتباط باشد. همچنین، همانطور که در ابتدای مقدمه ذکر شد دوره تحصیلی دانشگاهی به واسطه حضور عوامل متعدد، دوره‌ای فشارزا است که می‌تواند موجب اعتیاد، اعتمادبه‌نفس پائین و افت تحصیلی شود و به طور مستقیم و غیرمستقیم هزینه‌های هنگفتی را به جامعه تحمیل نماید؛ لذا برنامه‌ریزی‌های اجتماعی برای آنان از اهمیت زیادی برخوردار است؛ زیرا به وجود آمدن هرگونه اختلال در زندگی آن‌ها، مانع رشد و بالندگی و عدم شکوفایی استعداد این گروه می‌گردد. از این رو، پژوهش حاضر در نظر دارد از دو جنبه خود انتقادگری و خودبسندگی به افسردگی دانشجویان بپردازد و به دنبال پاسخگویی به این سؤال است که آیا خودبسندگی در رابطه خود انتقادگری با افسردگی نقش واسطه‌ای دارد؟

روش

پژوهش حاضر توصیفی و از نوع همبستگی بود. جامعه آماری پژوهش دانشجویان پسر دانشگاه علوم بهزیستی و توانبخشی تهران بود که در نیمسال اول سال تحصیلی ۱۳۹۷ مشغول به تحصیل بودند و در خوابگاه‌های زیر نظر دانشگاه سکونت داشتند. جهت تعیین حجم نمونه براساس دیدگاه کلاین (۲۰۱۱) که عنوان می‌کند در تحلیل مسیر حداقل حجم نمونه قابل قبول ۲۰۰ نفر است، در پژوهش

[1]- Zhang, Watson, Pollard, & Pittman
[2]- Gouw, Jiang, Seah, Hong, & Wang
[3]- Milanovic, Ayukawa, & Usyatynsky
[4]- McCusker, Lambert, & Cole
[5]- Chang, Yuan, & Chen
[6]- Grotan, Sund, & Bjerkeset

[Downloaded from shenakht.muk.ac.ir on 2026-10-07]
[DOR: 20.1001.1.25886657.1400.8.2.3.9]
[DOI: 10.32598/shenakht.8.2.113]

حاضر با نگاه به دیدگاه مذکور و با بیش برآورد تعداد ۳۰۰ نفر با استفاده از روش نمونه‌گیری در دسترس و براساس ملاک‌های ورود به پژوهش انتخاب شدند. روش انتخاب به این صورت بود که با مراجعه به اتاق‌های دانشجویان و ذکر یک توضیح مقدماتی در خصوص پژوهش و در صورت تمایل پرسشنامه‌ها در اختیار دانشجویان قرار می‌گرفت. ملاک‌های ورود به پژوهش شامل: رضایت برای شرکت در پژوهش، سکونت در خوابگاه بود و تنها ملاک خروج از پژوهش داشتن سابقه مشکل روانشناختی خاص (بنا بر خود گزارشی دانشجویان) بود. لازم به ذکر است که پس از گردآوری داده‌ها تعداد ۲۷۰ پرسشنامه با استفاده آمار توصیفی (میانگین و انحراف استاندارد) و آمار استنباطی (ضریب همبستگی پیرسون و رگرسیون سلسله مراتبی) تحلیل شد. به منظور تحلیل داده‌های پژوهش از نرم‌افزار SPSS نسخه ۲۱ استفاده شد. همچنین ملاحظات اخلاقی اعم از مطلع بودن شرکت‌کنندگان از روند پژوهش، رضایت آگاهانه، مختار بودن شرکت‌کنندگان برای خروج از پژوهش و محرمانه ماندن اطلاعات شرکت‌کنندگان در پژوهش رعایت شده است.

ابزار

مقیاس خودبسندگی عمومی[1] (GSES): این آزمون توسط شوارتزر و جروسالم[2] در سال ۱۹۹۵ ساخته شده و شامل ده سؤال است که خودبسندگی را براساس گرایش آزمودنی می‌سنجد. آزمودنی‌ها، میزان توافقشان را با هرگویه در طیف لیکرت چهار درجه‌ای از «کاملاً مخالفم» با نمره ۱ تا «کاملاً موافقم» با نمره ۴ نشان می‌دهند. دامنه نمرات بین ۱۰ تا ۴۰ است که نمره بالا نشان‌دهنده خودبسندگی قوی در فرد است. روایی و پایایی مقیاس خودبسندگی عمومی در نمونه‌های مختلف مورد تائید قرار گرفته است در همین راستا مطالعه ریچی، سرونه و شارپ[3] (۲۰۲۱) پایایی مقیاس با استفاده از روش بازآزمایی را برابر گزارش کرده است. در پژوهش باپیری، کلانتری، نشاط دوست و عریضی (۱۳۹۹) روایی مقیاس با استفاده از تحلیل عاملی تأییدی مرتبه اول مطلوب گزارش شده است و پایایی مقیاس از طریق ضریب آلفای کرونباخ برابر با ۰/۸۵ محاسبه شده است. در پژوهش حاضر، پایایی پرسشنامه با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ برابر با ۰/۸۹۳ به دست آمد.

مقیاس خود انتقادگری[4] (SCS): این مقیاس توسط گیلبرت، همپل، مایلز و آیرونز[5] در سال ۲۰۰۴ تهیه شده است و دارای ۲۲ ماده است که تمایل فرد به داشتن انتظارت و توقعات بسیار بالا از خود را اندازه‌گیری می‌کند. پاسخ به هر سؤال این مقیاس در یک طیف ۵ درجه‌ای لیکرتی از کاملاً مخالفم (۰) تا کاملاً موافقم (۴) تنظیم شده و حداکثر و حداقل نمره آن به ترتیب از صفر تا ۸۸ در نوسان است. همسانی درونی نمره کلی مقیاس با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ در پژوهش کاستیلهو، پینتو-گوویا و دوارت[6] (۲۰۱۷) ۰/۸۶ گزارش شده است. در ایران سعادتی، مذبوحی و مرزی (۱۳۹۷) ضمن تأیید روایی مقیاس در بین نمونه‌ای از معلمان پایایی مقیاس را با استفاده از روش‌های ضریب آلفای کرونباخ و بازآزمایی به ترتیب برابر با ۰/۶۹ و ۰/۸۱ گزارش کردند. در

[1]- General Self-Efficacy Scale
[2]- Schwarzer & Jerusalem
[3]- Ritchie, Cervone, & Sharpe
[4]- Self Criticism Scale
[5]- Gilbert, Clarke, Hempel, Miles, & Irons
[6]- Castilho, Pinto-Gouveia, & Duarte

[Downloaded from shenakht.muk.ac.ir on 2026-10-07]
[DOR: 20.1001.1.25886657.1400.8.2.3.9]
[DOI: 10.32598/shenakht.8.2.113]

پژوهش حاضر، پایایی پرسشنامه با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ برابر با ۰/۸۶۷ به دست آمد.

سیاهه افسردگی بک، ویرایش دوم (BDI-II): این سیاهه نخستین بار در سال ۱۹۶۱ توسط بک، وارد، مندلسون، موک و ارباق معرفی شد و در سال ۱۹۷۱ تجدید نظر شد. این آزمون از ۲۱ گویه جهت بررسی نشانگان مختلف افسردگی تشکیل شده است و پاسخگویی به گویه‌ها براساس مقیاس لیکرت ۴ درجه‌ای از صفر تا ۳ انجام می‌شود. دامنه نمره کل بین صفرتا ۶۳ است. نمره ۹-۰ نشانه فقدان افسردگی، ۱۸-۱۰ افسردگی خفیف، ۲۸-۱۹ افسردگی متوسط و ۶۳-۳۰ نشانه افسردگی شدید است. الهای، واسکوز، لاستگارتن، لوین و هال (۲۰۱۸) پایایی این ابزار را با استفاده از روش دو نیمه سازی برابر با ۰/۷۹ گزارش کرده‌اند. در ایران، فتی، بیرشک، عاطف و دابسون (۲۰۰۵)، در یک فرا تحلیل برای تعیین همسانی درونی سیاهه، دامنه‌ی این ضریب را بین ۰/۷۳ تا ۰/۹۲ و همبستگی بین دو فرم بازنگری شده و اصلی را برابر با ۰/۸۹ گزارش کرده است (نقل از زارع، تقی‌لو و کاکاوند، ۱۳۹۵). در پژوهش حاضر مقدار ضریب آلفای کرونباخ، ۰/۹۲ به دست آمده است.

یافته‌ها

یافته‌های جمعیت شناختی نشان داد که ۲۷۰ نفر مورد مطالعه، ۱۲۷ نفر (۴۷ درصد) کارشناسی، ۱۲۶ نفر (۴۶/۷ درصد) کارشناسی ارشد و ۱۷ نفر (۶/۳ درصد) دانشجوی دکتری بودند. ۲۴۹ نفر (۹۲/۲ درصد) مجرد و ۲۱ نفر (۷/۸ درصد) متأهل بودند. میانگین و انحراف معیار سن دانشجویان به ترتیب برابر ۲۳/۸۸، ۴/۲۱± بود. همچنین، بیشتر افراد نمونه (۶۴/۱ درصد) در گروه سنی ۲۰ تا ۲۵ سال قرار داشته‌اند و گروه‌های سنی ۲۶ تا ۳۰ سال، کمتر از ۲۰ سال و بالای ۳۰ سال به ترتیب با ۲۳، ۷/۸ و ۵/۱ درصد در رتبه‌های بعدی قرار دارند. در ادامه یافته‌های توصیفی شامل میانگین و انحراف استاندارد، وضعیت نرمال بودن توزیع نمرات آزمودنی‌ها در متغیرهای پژوهش و ضرایب همبستگی بین متغیرهای پژوهش در جدول ۱ آورده شده است.

جدول ۱ شاخص‌های توصیفی متغیر خود انتقادگری در بین دانشجویان

متغیرها	میانگین	انحراف استاندارد	کجی	کشیدگی	ضرایب همبستگی پیرسون ۱	۲	۳
۱. خود انتقادگری	۳۵/۳۲	۱۱/۹۴	-۰/۳۳۸	-۰/۰۱۵	۱		
۲. خودبسندگی	۲۸/۱۰	۵/۶۵	-۰/۱۲۴	۰/۲۹۳	-۰/۵۹*	۱	
۳. افسردگی	۱۱/۹۵	۹/۶۵	۰/۱۰۰	۰/۵۵۵	۰/۷۰*	-۰/۴۷*	۱

*p<۰/۰۰۱

نتایج جدول ۱ نشان می‌دهد که میانگین و انحراف استاندارد نمرات پاسخگویان در این خود انتقادگری به ترتیب برابر با ۳۵/۳۲ و ۱۱/۹۴، در خودبسندگی به ترتیب برابر با ۲۸/۱۰ و ۵/۶۵ و در افسردگی به ترتیب برابر با ۱۱/۹۵ و ۹/۶۵ است. همچنین نتایج جدول ۱ نشان می‌دهد که کجی توزیع نمره‌ها در دامنه (۲ و -۲) و کشیدگی در دامنه (۳ و ۳-) قرار دارد که نشانگر نرمال بودن توزیع داده‌ها است. جدول ۲ به نتایج آزمون همبستگی پیرسون متغیرها می‌پردازد، نتایج نشان می‌دهد که بین خودبسندگی و افسردگی (P<۰/۰۰۱، ۰/۴۷-

[Downloaded from shenakht.muk.ac.ir on 2026-10-07]
[DOR: 20.1001.1.25886657.1400.8.2.3.9]
[DOI: 10.32598/shenakht.8.2.113]

r=)؛ بین خودبسندگی و خود انتقادگری (P<۰/۰۰۱، ۰/۵۹- =r) رابطه منفی معنادار و بین خود انتقادگری و افسردگی (P<۰/۰۰۱، ۰/۷۰ =r)؛ رابطه مثبت معناداری وجود داد. نتایج رگرسیون رابطه بین متغیر پیش‌بین (خود انتقادگری) با متغیر میانجی (خودبسندگی) به عنوان یکی از شروط بررسی مدل واسطه‌ای در جدول ۲ مطرح است.

جدول ۲ نتایج رگرسیون رابطه بین خود انتقادگری و خودبسندگی

متغیر	ضرایب غیراستاندارد		ضرایب استاندارد شده	ضرایب مدل رگرسیون			
	B	SE_B	β	T	R	R^2	F
خود انتقادگری	۰/۲۸۲ -	۰/۰۲۳	۰/۵۹۶-	۱۲/۱۶۶-	۰/۵۹۶	۰/۳۵۳	۱۴۸/۰۱

نتایج جدول ۲ نشان می‌دهد که خود انتقادگری بر خودبسندگی اثر منفی معنادار دارد (ß= ۰/۵۹- ، ۱۲/۱۶- =t و P<۰/۰۱) و قادر به پیش‌بینی ۳۵/۳ درصد از واریانس خودبسندگی است و مدل رگرسیون با میزان F= ۱۴۸/۰۱ معنادار است؛ لذا این شرط تأمین می‌شود. نتایج رگرسیون رابطه بین متغیر میانجی (خودبسندگی) با متغیر ملاک (افسردگی) به عنوان یکی از شروط بررسی مدل واسطه‌ای در جدول ۳ مطرح است.

جدول ۳ نتایج رگرسیون رابطه بین خودبسندگی و افسردگی

متغیر	ضرایب غیراستاندارد		ضرایب استانداردشده	ضرایب مدل رگرسیون			
	B	SE_B	β	T	R	R^2	F
خودبسندگی	۰/۸۱۵ -	۰/۰۹۲	۰/۴۷۷ -	۸/۸۹۵ -	۰/۴۷۷	۰/۲۲۸	۷۹/۱۲۴

نتایج جدول ۳ نشان می‌دهد که خودبسندگی بر افسردگی اثر منفی معنادار دارد (ß= ۰/۴۷- ، t= ۸/۸۹- و P<۰/۰۱) و قادر به پیش‌بینی ۲۲/۸ درصد از واریانس افسردگی است و مدل رگرسیون با میزان F= ۷۹/۱۲۴ معنادار است؛ لذا این شرط تأمین می‌شود. در ادامه به منظور آزمون نقش واسطه‌ای متغیر خودبسندگی در رابطه بین خود انتقادگری با افسردگی از رگرسیون سلسله مراتبی هم‌زمان استفاده شد که نتایج آن در جدول ۴ آورده شده است.

جدول ٤ نتایج رگرسیون سلسله مراتبی نقش واسطه‌ای خودبسندگی در رابطه بین خود انتقادگری با افسردگی

متغیر	ضرایب غیراستاندارد		ضرایب استانداردشده	ضرایب مدل رگرسیون			
	B	SE_B	β	T	R	R^2	F
گام ۱							
خود انتقادگری	۰/۵۶۸	۰/۰۳۵	۰/۷۰۳	۱۶/۱۸۰	۰/۷۰	۰/۴۹۲	۲۶۱/۷۹۵
گام ۲							

[Downloaded from shenakht.muk.ac.ir on 2026-10-07]
[DOR: 20.1001.1.25886657.1400.8.2.3.9]
[DOI: 10.32598/shenakht.8.2.113]

خود انتقادگری	۰/۵۲۴	۰/۰۴۴	۰/۶۴۹	۱۲/۰۳۲	۰/۷۰۷	۰/۴۹۶	۱۳۳/۱۷۵
خودبسندگی	- ۰/۱۵۴	۰/۰۹۲	- ۰/۰۹	- ۱/۶۷۳			

نتایج رگرسیون سلسله مراتبی هم‌زمان در جدول ۴ نشان می‌دهد که در مرحله اول خود انتقادگری وارد معادله رگرسیون شده است و ۴۹/۲ درصد از واریانس افسردگی را پیش‌بینی کرده است و در گام دوم با اضافه شدن خودبسندگی تنها ۰/۴ درصد به میزان واریانس افزوده می‌شود و این دو متغیر با هم ۴۹/۶ درصد از واریانس افسردگی را پیش‌بینی می‌کنند. در خصوص بررسی نقش واسطه‌ای خودبسندگی تغییرات ضرایب استاندارد رگرسیون نشان می‌دهد که با ورود خودبسندگی، مقدار ضریب رگرسیونی استاندارد خود انتقادگری بر افسردگی در گام دوم ß= ۰/۶۴۹ نسبت به اول ß= -/۷۰۳ کاهش پیدا کرده که همچنان معنادار است؛ اما با توجه به اینکه ضریب رگرسیون استاندارد خودبسندگی بر افسردگی (ß= -۰/۰۹ و p=۰/۰۹۶) معنادار نیست، می‌توان بیان کرد که خودبسندگی در رابطه بین خود انتقادگری و افسردگی نقش واسطه‌ای ندارد؛ به عبارتی خود انتقادگری تنها به صورت مستقیم (عدم واسطه‌گری خودبسندگی) بر افسردگی اثر دارد.

بحث

پژوهش حاضر با هدف بررسی نقش واسطه‌ای خودبسندگی در رابطه خود انتقادگری با افسردگی دانشجویان انجام شد. نتایج پژوهش نشان داد که خود انتقادگری با افسردگی رابطه مثبت معناداری دارد و قادر به پیش‌بینی افسردگی است. این نتیجه با یافته کوترا و همکاران (۲۰۲۱) همسو است. در تبیین این نتایج می‌توان بیان کرد که خود انتقادگری یکی از ویژگی‌های شخصیتی آسیب‌پذیری در برابر افسردگی است. این ویژگی شخصیتی نه تنها باعث به وجود آمدن افسردگی می‌شود بلکه به واسطه علائم افسردگی تحت تأثیر قرار می‌گیرد (پرتر و همکاران، ۲۰۱۸). به طور خاص افراد خود منتقد یک بافت اجتماعی زیان آوری برای خود می‌سازند که باعث تشدید و گسترش ناراحتی‌های عاطفی‌شان می‌شود. این افراد نیاز بیش از حدی به تائید و حفظ موقعیت و ارزش خود در نظر دیگران دارند؛ بنابراین زمانی که نیازهای این افراد برای دستیابی به موفقیت با تهدید و شکست روبرو می‌شود به واسطه احساس گناه، شکست و حقارت، مستعد افسردگی می‌شوند (پو و همکاران، ۲۰۱۷). همچنین، این افراد استانداردهای غیر واقع بینانه‌ای تنظیم می‌کنند و یک موضع خود تنبیهی خشن را اتخاذ می‌کنند، زمانی که این استانداردها عملی و قابل دستیابی نباشد این افراد دچار افسردگی می‌شوند (ژانگ و همکاران، ۲۰۱۷).

در بخش دیگر پژوهش، نتایج نشان داد که بین خودبسندگی با افسردگی رابطه منفی معناداری وجود دارد و قادر به پیش‌بینی افسردگی دانشجویان است. این نتیجه با یافته چانگ و همکاران (۲۰۱۸) و گوا و همکاران (۲۰۱۹) همخوان است. در تبیین این فرضیه می‌توان گفت، طبق مدل عاملیتی بندورا در خصوص افسردگی، یکی از مسیرهای مهم افسردگی عدم اثرمندی در تحقق آرزوها و عدم باور فرد به خودبسندگی در رسیدن به معیارهایی که برای فرد ارزشمند است. هنگامی‌که معیارهای شخصی در ارتباط با شایستگی و لیاقت بسیار بالاتر از اثرمندی فرد در رسیدن به آن‌ها باشد، حس عدم

[Downloaded from shenakht.muk.ac.ir on 2026-10-07]
[DOR: 20.1001.1.25886657.1400.8.2.3.9]
[DOI: 10.32598/shenakht.8.2.113]

[Downloaded from shenakht.muk.ac.ir on 2026-10-07]

[DOR: 20.1001.1.25886657.1400.8.2.3.9]

[DOI: 10.32598/shenakht.8.2.113]

اثرمندی برای تحقق معیارهای ارزشمند باعث خود بی‌ارزش سازی و افسردگی می‌گردد (میلانوویچ و همکاران، ۲۰۱۸). در کنار موارد مطرح شده، گروتان و همکاران (۲۰۱۹) در نتیجه مطالعات خود در خصوص نقش خودبسندگی بر افسردگی بیان می‌کنند که افراد دارای باورهای خودبسندگی ضعیف، به جای برخورد با موانع از آن‌ها اجتناب می‌کنند و به صورت غیر واقع بینانه‌ای معیارهای بالایی برای خود برمی‌گزینند و سعی دارند انتظارات فوق‌العاده‌ای را علی‌رغم توانایی‌های خود برآورده نمایند، در نتیجه با شکست‌های پیاپی مواجه شده که این شکست‌ها به احساس بی‌ارزشی و افسردگی منجر می‌شوند.

در بخش دیگر پژوهش، نتایج نشان داد که بین خود انتقادگری با خودبسندگی دانشجویان رابطه منفی معناداری وجود دارد. با مرور پژوهش‌های داخلی و خارجی در خصوص رابطه دو متغیر خود انتقادگری و خودبسندگی پژوهشی جهت بررسی همسویی و عدم همسویی با نتایج مطالعه حاضر یافت نشد و در پژوهش-های بررسی شده بیشتر نقش این دو متغیر به طور هم‌زمان بر روی سایر متغیرها سنجیده شده است؛ به طوری که در بیشتر مطالعات، خود انتقادگری و خودبسندگی را در جایگاه متغیر مستقل قرار داده و نقش آن را بر روی متغیرهای وابسته مثل اضطراب، افسردگی، پیشرفت تحصیلی و غیره بررسی کرده‌اند. در مدل آسیب‌پذیری شخصیتی بلات (۱۹۹۸) سه ویژگی شخصیتی شامل وابستگی، خود انتقادگری و خودبسندگی، فرد را برای ابتلا به افسردگی آسیب‌پذیر می‌کند؛ لذا براساس این مدل می‌توانیم در تبیین رابطه بین خود انتقادگری و خودبسندگی، به ویژگی‌های افراد خود انتقادگر و خودبسنده استناد کنیم؛ با توجه به مدل شخصیتی بلات (۱۹۹۸) ویژگی‌های هرکدام از دو متغیر خود انتقادگری و خودبسندگی می‌تواند متغیر دیگر را تحت تأثیر قرار دهد؛ به عبارتی اگر فردی دارای خود انتقادگری بالا باشد باعث کاهش خودبسندگی در آن فرد می‌شود و بالعکس. همچنین قابل ذکر است که طبق دیدگاه مک-اینتایر و همکاران (۲۰۱۸) افراد خود انتقادگر با تمرکز بر مقایسه نامناسب خود با دیگرانی که برتر به نظر می‌رسند با نارضایتی از مواجهه و ارزیابی شدن توسط دیگران روبرو می‌شوند که این عامل خودبسندگی فرد در موقعیت‌های مختلف را کاهش می‌دهد.

درنهایت نتایج پژوهش نشان داد که خودبسندگی در ارتباط بین خود انتقادگری و افسردگی دانشجویان به عنوان متغیر واسطه‌ای عمل نمی‌کند؛ به عبارتی دیگر خودبسندگی نقش واسطه‌ای ندارد و ارتباط بین دو متغیر را تغییر نمی‌دهد که این یافته در تضاد با مدل آسیب‌پذیری شخصیتی بلات (۱۹۹۸) است؛ اما با توجه به اینکه در پژوهش حاضر خود انتقادگری و خودبسندگی بیش از ۴۹ درصد تغییرات افسردگی را تبیین می‌کنند می‌توان نتیجه گرفت وجود مشکلات کمتر در افسردگی با خودبسندگی بهتر و خود انتقادگری کمتر همبستگی دارد. در تبیین عدم واسطه‌گری خودبسندگی در مطالعه حاضر می‌توان به مطالعه جیمز و همکاران (۲۰۱۵) استناد کرد که عنوان می‌کنند در میان متغیرها شخصیتی ارائه شده در مدل آسیب‌پذیری شخصیتی بلات (شامل: وابستگی، خود انتقادگری و خودبسندگی)، خود انتقادگری بیش از سایر متغیرها، نقش پیش‌بینی کنندگی در خصوص شدت افسردگی دارد؛ لذا، با توجه به قدرت بالای خود انتقادگری افراد دارای خود انتقادگری بالا به

دلیل خود ارزیابی افراطی از عملکردشان و این‌که تمرکز اصلی آن‌ها بر جنبه‌های منفی وقایعی است که برایشان اتفاق می‌افتد و همچنین، مطابق دیدگاه شاهار و همکاران (۲۰۲۰) به علت ترس بالا از عدم پذیرش و ترس از مورد انتقاد قرار گرفتن از سوی دیگران، ممکن است باور به خودبسندگی در برخورد با موقعیت‌ها نداشته باشند و به احتمال بیشتری نسبت به افراد با خود انتقادگری پایین افسردگی را تجربه کنند. در تصدیق این مورد، براساس چرخه شکست ناشی از خود انتقادگری، خود انتقادگری به عنوان یک فرایند شناختی باعث می‌شود فرد در قالب نشخوارهای ذهنی با مورد حمله قرار دادن خود در چرخه احساس بد داشتن- به بن بست رسیدن- کم‌کاری گرفتار شود و نتواند باورهای خودبسندگی مربوط به توانایی انجام کارها و مقابله با هیجانات را به منصه ظهور برساند در نتیجه فرد خود انتقادگر عملاً باعث به وجود آمدن مشکلات عدیده‌ای از جمله افسردگی برای خود می‌شود که خودبسندگی فرد در برابر خود انتقادگری بالایی او توانایی مقابله با آن‌ها را ندارد (کاستیلهو و همکاران، ۲۰۱۷).

نتیجه‌گیری

براساس یافته‌ها می‌توان نتیجه گرفت که خود انتقادگری باعث افزایش نشانگان افسردگی در بین دانشجویان ساکن در خوابگاه می‌شود؛ لذا، می‌توان با آموزش در خصوص نقش خود انتقادگری و روش‌های اصلاح آن به دانشجویان کمک کرد که با نشانگان افسردگی مقابله کنند. در خصوص محدودیت‌های این پژوهش می‌توان بیان داشت که تفاوت‌های فردی آزمودنی‌ها مانند تفاوت در انگیزه و علاقه به موضوع می‌تواند نتایج این پژوهش را با محدودیت روبرو کند. این پژوهش قلمرو مکانی دانشجویان ساکن خوابگاه‌های دانشگاه علوم بهزیستی و توانبخشی تهران انجام شده است که تعمیم نتایج به‌کل دانشجویان و دانشجویان دختر باید با احتیاط صورت گیرد. همچنین، این پژوهش یک طرح مقطعی بود؛ لذا پیشنهاد می‌شود که با استفاده از پژوهش‌ها طولی و همچنین رویکردهای کیفی در زمینه‌ی این متغیرها بررسی انجام شود که به درک کامل‌تر این متغیرها بیفزاید.

سپاسگزاری

مقاله حاضر برگرفته از پایان‌نامه کارشناسی ارشد رشته روانشناسی بالینی با کد مصوب ۱۴۱۲۰۷۰۱۹۶۲۰۰۵ در شورای پژوهشی دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی دانشگاه آزد اسلامی واحد تهران جنوب است. نویسندگان مقاله بر خود لازم می‌دانند که از مسئولین محترم امور خوابگاه‌های دانشگاه علوم بهزیستی و توانبخشی تهران و تمام دانشجویان گرانقدر ساکن در خوابگاه که در اجرای پژوهش صمیمانه همکاری کردند کمال تشکر و قدردانی را ابراز نمایند. همچنین تمامی معیارهای رعایت اخلاق در پژوهش که در مطالعه حاضر موضوعیت داشت همسو با بیانیه هلسینکی رعایت شده است.

References

Bapiri O, Kalantari M, Neshat Doost H, Oreyzi H. (2020). The relationship between general self-efficacy, belonging and love and meaning in life through the mediating of social values among secondary school girls. Knowledge and Research in Applied Psychology, 21(1), 20-30. (In Persian)

Beck AT, Ward CH, Mendelson M, Mock J, Erbaugh J. (1961). An inventory for measuring

[Downloaded from shenakht.muk.ac.ir on 2026-10-07]

[DOR: 20.1001.1.25886657.1400.8.2.3.9]

[DOI: 10.32598/shenakht.8.2.113]

Kotera Y, Dosedlova J, Andrzejewski D, Kaluzeviciute G, Sakai M. (2021). From stress to psychopathology: relationship with self-reassurance and self-criticism in Czech university students. International Journal of Mental Health Addiction, 19(1), 301-314.

Mc Cusker J, Lambert SD, Cole MG. (2016). Activation and self-efficacy in a randomized trial of a depression self-care intervention. Health Education and Behavior, 43, 716–25.

Mc Intyre R, Smith P, Rimes KA. (2018). The role of self-criticism in common mental health difficulties in students: A systematic review of prospective studies. Mental Health & Prevention, 10, 13–27.

Milanovic M, Ayukawa E, Usyatynsky A. (2018). Self-Efficacy in depression: bridging the gap between competence and real world functioning. Journal of Nervous Mental Disorder, 206, 350-355.

Porter AC, Zelkowitz RL, Cole DA. (2018). The unique associations of self-criticism and shame-proneness to symptoms of disordered eating and depression. Eating behaviors, 29, 64-67.

Pu J, Hou H, Ma R. (2017). Direct and indirect effects of self-efficacy on depression: The mediating role of dispositional optimism. Current Psychology, 36(3), 410-416.

Ritchie L, Cervone D, Sharpe BT. (2021). Goals and self-efficacy beliefs during the initial COVID-19 lockdown: A Mixed Methods Analysis. Frontiers in Psychology, 11:559114.

Saadati A, Mazboohi S, Marzi Sh. (2019). A confirmatory factor analysis and validation of the forms of self-criticism/reassurance scale among teachers. Quarterly of Educational Measurement, 9 (34), 133- 147. (In Persian)

Schwarzer R, Jerusalem M. (1995). Generalized Self-Efficacy scale. In J. Weinman, S. Wright, & M. Johnston, Measures in health psychology: A user's portfolio. Causal and control beliefs (pp. 35-37). Windsor, UK: Nefr-Nelson.

Shahar G, Rogers ML, Shalev H, Joiner TE. (2020). Self-criticism, interpersonal conditions, and bio systemic inflammation in suicidal thoughts depression. Archives of General Psychiatry, 4, 561–571.

Castilho P, Pinto-Gouveia J, Duarte J. (2017). Two forms of self-criticism mediate differently the shame–psychopathological symptoms link. Psychology and Psychotherapy: Theory, Research and Practice, 90(1), 44–54.

Chang CW, Yuan R, Chen JK. (2018). Social support and depression among Chinese adolescents: the mediating roles of self-esteem and self-efficacy. Children and Youth Services review, 88, 128-134.

Elhai JD, Vasquez JK, Lustgarten SD, Levine JC, Hall BJ. (2018). Proneness to boredom mediates relationships between problematic smartphone use with depression and anxiety severity. Social Science Computer Review, 36(6): 707–720.

Gilbert P, Clarke M., Hempel S, Miles JN, Irons C. (2004). Criticizing and reassuring oneself: An exploration of forms, styles and reasons in female students. British Journal of Clinical Psychology, 43(1), 31-50.

Gouw VXH, Jiang Y, Seah B, He H, Hong J, Wang W. (2019). Effectiveness of internal Qigong on quality of life, depressive symptoms and self-efficacy among community-dwelling older adults with chronic disease: A systematic review and meta-analysis. International journal of nursing studies, 99, 103378.

Grotan K, Sund ER, Bjerkeset O. (2019). Mental health, academic self-efficacy and study progress among college students – The Shot study, Norway. Frontiers in Psychology, 12(6), 1-11.

Helms R. (2018). Depression since prozac: An argument for authenticity. Journal Depress Anxiety, 7(1), 298-306.

James K, Verplanken B, Rimes KA. (2015). Self-criticism as a mediator in the relationship between unhealthy perfectionism and distress. Personality and Individual Differences, 79, 123-128.

Klein R. (2011). Principles and practices of structural equation modeling. (4rd Eds). New York: Guilford Press.

[Downloaded from shenakht.muk.ac.ir on 2026-10-07]
[DOR: 20.1001.1.25886657.1400.8.2.3.9]
[DOI: 10.32598/shenakht.8.2.113]

and behaviors within mood disorders: A bio-cognitive-interpersonal hypothesis. Journal of Personality, 88(1), 133–145.

Tak YR, Brunwasser SM, Lichtwarck-Aschoff A, Engels RMEC. (2017). The prospective associations between self-efficacy and depressive symptoms from early to middle adolescence: A cross-lagged model. Journal of Youth and Adolescence, 46(4), 744–756.

Yu M, Tian F, Cui Q, Wu H. (2021). Prevalence and its associated factors of depressive symptoms among Chinese college students during the COVID-19 pandemic. BMC Psychiatry, 21, 66, 22-30.

Zare M, Taghiloo S, Kakavand A. (2016). The relationship between the anxiety and depression with the mediation of referential thinking and perfectionism: Structural equation method. Journal of Fundamentals of Mental Health, 18 (Special Issue), 455-464. (In Persian)

Zeng Y, Wang G, Xie C, Hu X, Reinhardt JD. (2019). Prevalence and correlates of depression, anxiety and symptoms of stress in vocational college nursing students from Sichuan, China: A cross-sectional study. Psychology, Health and Medicine, 24, 798–811.

Zhang H, Watson NN, Pollard S, Pittman DM. (2017). Self-Criticism and Depressive Symptoms: Mediating Role of Self-Compassion. Journal of Death and Dying, 80(2), 1-23.

[Downloaded from shenakht.muk.ac.ir on 2026-10-07]

[DOR: 20.1001.1.25886657.1400.8.2.3.9]

[DOI: 10.32598/shenakht.8.2.113]