

The effect of cognitive distortion on self-criticism mediated by personality traits in the students of Islamic Azad University of Tehran

تأثیر تحریف شناختی بر خودانتقادی با واسطه‌گری ویژگی‌های شخصیتی بر دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی تهران

**dariush mehrafzoon, PhD Student**

Educational Psychology, Department of Psychology, Semnan Branch, Semnan, Iran.

**nemat sotodeh asl, Ph.D.**

Associate Professor, Department of Psychology, Semnan Branch, Islamic Azad University, Semnan, Iran.

**Shahrokh Makound Hosseini, Ph.D.**

Associate Professor, Department of Psychology, Semnan University, Semnan, Iran.

**داریوش مهرفزون**

دانشجوی دکتری روانشناسی تربیتی گروه روانشناسی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد سمنان، سمنان، ایران.

**نعمت ستوده اصل\***

دانشیار گروه روانشناسی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد سمنان، سمنان، ایران.

**شاهرخ مکوند حسینی**

دانشیار گروه روانشناسی، دانشگاه سمنان، سمنان، ایران.

**Abstract**

The aim of this study was to investigate the effect of cognitive distortion on self-criticism mediated by personality traits in students of Islamic Azad University of Tehran. The method of this research is correlation and its statistical population is the students of Islamic Azad University of Tehran in 1399. The research sample was 350 people who were selected by multi-stage cluster sampling. Data collection tools were self-critical questionnaires, cognitive distortion and personality traits. The method of data analysis is structural equation modeling. The results showed that the model has an acceptable fit with the data. The results also showed that personality traits and cognitive distortion significantly predict self-criticism. Cognitive distortion has a significant direct effect on self-critical prediction. The indirect effect of cognitive distortion on self-criticism is mediated by positive and significant personality traits. Also, the subscales of extroversion, agreement, openness and conscientiousness have a significant negative effect on self-criticism and neuroticism has a significant positive effect on self-criticism. According to the results obtained in this study, it can be used to reduce self-criticism by reducing cognitive distortions.

**Keywords:** cognitive distortion, self-criticism, personality traits.

**چکیده**

هدف این پژوهش بررسی تأثیر تحریف شناختی بر خودانتقادی با واسطه‌گری ویژگی‌های شخصیتی بر دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی تهران است. طرح پژوهش، رابطه‌ای از نوع معادلات ساختاری است و جامعه آماری این پژوهش را کلیه دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی تهران در سال ۱۳۹۹ تشکیل داده، نمونه پژوهش ۳۵۰ نفرند که به روش نمونه‌گیری خوشه‌ای چند مرحله‌ای انتخاب شده‌اند. ابزار جمع‌آوری داده‌ها، پرسشنامه‌های خودانتقادی، تحریف شناختی و ویژگی‌های شخصیتی و روش تحلیل داده‌ها، مدل‌یابی معادلات ساختاری است. نتایج پژوهش نشان می‌دهد مدل یاد شده، برازش قابل قبولی با داده‌ها دارد؛ ویژگی‌های شخصیتی و تحریف شناختی به طور معناداری خودانتقادی را پیش‌بینی می‌کنند؛ تحریف شناختی اثر مستقیم معناداری در پیش‌بینی خودانتقادی دارد؛ اثر غیرمستقیم تحریف شناختی بر خودانتقادی با واسطه‌گری ویژگی‌های شخصیتی مثبت و معنادار است؛ همچنین خرده‌مقیاس‌های برون‌گرایی، توافق، گشودگی و وظیفه‌شناسی بر خودانتقادی، اثر معنادار منفی و روان‌رنجورخویی بر خودانتقادی اثر معنادار مثبتی دارد. با توجه به نتایج به دست آمده در این پژوهش، با کم کردن تحریفات شناختی می‌توان خودانتقادی را کاهش داد.

**کلمات کلیدی:** تحریف شناختی، خودانتقادی، ویژگی‌های شخصیتی.

\* نویسنده مسئول: sotodeh1@yahoo.com

مقدمه

یکی از ویژگی‌های شخصیتی که با ناسازگاری‌های بسیاری در ارتباط است، خودانتقادی است. خودانتقادی (Self-Criticism) به عنوان داشتن انتظارات بالا از خود و تلاش برای موفقیت (Sheikh Islami, 2017)، بی‌اعتنایی به توسعه روابط معنادار بین فردی (Catanzaro, 2007)، شکست در رعایت استانداردها، احساسات پستی و کاهش خودارزشی تعریف می‌شود (Azam et al., 2016). افراد خودانتقادگر توسط احساسات بی‌ارزشی، پستی، انتقاد و گناه از دیگران مشخص می‌شوند؛ این افراد درگیر یک خودارزیابی ناگوار می‌شوند و نسبت به تجارب شکست و انتقاد آسیب‌پذیرند (Campos, Mesquita, 2014)؛ اقدامات خود را مساوی با شکست قلمداد کرده و فقط انتظار استانداردهای بالا و غیر قابل حصول دارند و همین امر به کنار کشیدن آنها از شبکه‌های اجتماعی می‌انجامد (Bodner, Ben-Zion, 2014). افراد خود انتقادگر، باورهایی منفی در مورد خود دارند که در مراحل مختلف زندگی یا در طول زمان به گونه‌ای پایدار حفظ می‌شود. اگر چه خودانتقادی می‌تواند توسط عموم تجربه شود اما می‌تواند شامل تفاوتی در شکل، شدت و پیامدهای مختلفی برای هر فرد باشد (Kannan, Levitt, 2013).

با توجه به نظر Thompson, zurroff (2004) دو نوع ناکارآمد خودارزیابی منفی؛ انتقاد از خود مقایسه‌ای و انتقاد از خود درونی وجود دارد. انتقاد از خود مقایسه‌ای به عنوان یک دیدگاه منفی نسبت به خود در مقابل دیگران تعریف می‌شود. در این سطح تمرکز بر مقایسه نامطلوب خود با دیگران است که به صورت برتر دیدن دیگران صورت می‌گیرد و فرد دیدی خصمانه یا انتقادی نسبت به دیگران نشان می‌دهد و فرد در نتیجه این ارزیابی‌ها دچار ناراحتی و نارضایتی در برخورد با دیگران می‌شود. سطح دیگر خودانتقادی به نقد منفی از خود درونی در مقایسه با استانداردهای شخصی و خصوصی مربوط می‌شود. (2004) Gilbert, Clark, Hempel, Miles, Irons نشان داده‌اند که خودانتقادی باعث ایجاد ناامیدی، احساس حقارت و بی‌کفایتی و خودانتقادی درونی باعث ایجاد انزجار و نفرت از

خود می‌شود. هر دو شکل خودانتقادی به صورت مثبت با هم همبسته‌اند. این افراد به علت ترس زیاد از عدم پذیرش و ترس از مورد انتقاد قرار گرفتن از سوی دیگران، نسبت به دیگران استرس، اضطراب و افسردگی بیشتری دارند. (Duncley, Sanisl, 2004).

تحریفات شناختی (cognitive distortion) الگوهای تفکری‌اندکه ارزیابی فرد از موقعیت‌ها و فشارهای روانی را تحت تأثیر قرار می‌دهند و با تغییر دیدگاه این افراد نسبت به خود، دنیا، آینده، اعتقادات و نگرش‌هایی که دارند سبب افزایش آسیب‌پذیری آنها در برابر اختلالات هیجانی می‌شوند (Blair, Erfani and Safaei Rad, 2016). محققان شناختی جریان آگاهی لحظه به لحظه ایده‌ها، باورها یا تصاویر را «افکار خودآیند» نامیده‌اند. درمانگران رفتاردرمانی شناختی متوجه شده‌اند که معمولاً افراد به جای آنکه درستی افکار خودآیند را بسنجند، درستی آنها را بر اساس ارزش ظاهری قبول می‌کنند. به نظر می‌رسد که فرضها و معیارها جنبه‌های زمینه‌ای وسیع‌تری از جهان‌بینی فرد را در برمی‌گیرند و در مدل شناختی بک طرحواره به حساب می‌آیند (Moffitt, Brink, Worth, Novaks, and Mehr, 2012). افراد دارای اختلال هیجانی به افکار غلط و غیرعقلانی می‌پردازند و این علت اصلی مشکلات آنهاست. آنها در افکارشان دچار تحریف‌هایی چون تعمیم افراطی، نتیجه‌گیری شتابزده و شخصی‌سازی امورند؛ در این افکار منفی ردپای اسنادهای درونی پایدار و غیرقابل کنترل را می‌توان دید (Barra, Safranski, Garnat, Norton, 2015). با توجه به رویکرد شناختی-رفتاری، افکاری که به عنوان باورهای غیرمنطقی (irrational beliefs) یا تحریف‌های شناختی در نظر گرفته می‌شوند عوامل مهمی برای ظهور و تداوم رفتارهای ناکارآمد و اختلالات روانی به حساب می‌آیند (Ellis, 2004). عوامل شناختی (Cognitive factors) نیز در ایجاد خودانتقادی تأثیرگذارند، نتایج مطالعات نشان می‌دهد که میان تحریف‌های شناختی و خودانتقادی رابطه وجود دارد. (Idelman, Talbot, Maureen and Harvey, 2016). علاوه بر نقش بی‌بدیل متغیر تحریف شناختی، ویژگی‌های شخصیتی (NEO) نیز در چگونگی

فرد آسیب ببیند. همچنین جهت‌گیری مذهبی درونی‌تر باعث می‌شود افراد کمتر افسرده شوند. نتایج پژوهش (2015) Shafizad نشان داد بین روان‌رنجوری و تاب‌آوری، رابطه منفی قوی و بین برون‌گرایی و وجدان‌گرایی با تاب‌آوری رابطه مثبتی وجود دارد. نتایج پژوهش Farmani (2014) et al نشان داد بین نگرش‌های ناکارآمد و سبک‌های مقابله‌ای در اقدام به خودکشی رابطه وجود دارد. (2008) Haji Alizadeh et al در پژوهش خود نشان داد که نگرش‌های ناکارآمد به عنوان عاملی آسیب‌پذیر در گرایش به مصرف مواد است و احتمال مصرف مواد را نیز افزایش می‌دهد. نتایج در پژوهش (2010) Saed, Yaghoubi, Roshan and Soltani نشان داد که در ترکیب خطی متغیرهای وابسته از نظر باورهای فراشناختی مثبت، باورهای شناختی منفی، عدم اطمینان شناختی، نیاز به کنترل فکر و خود آگاهی شناختی تفاوت وجود دارد. همچنین در پژوهش (2010) Saed et al. نتایج نشان داد باورهای فراشناختی منفی در مورد نگرانی، افسردگی و سرکوب فکر، بیشترین توان پیش‌بینی اختلال وابستگی به مواد را دارند. نتایج پژوهش Creed and Newhurst (2009) نشان داد چهار متغیر شخصیتی می‌تواند به عنوان عوامل مؤثر در بروز رفتارهای نابهنجار کاری مطرح شو؛ این عوامل عبارتند از: متغیرهای مربوط به کنترل درونی، متغیرهای مربوط به میل و رغبت باطنی، متغیرهای مربوط به مفهوم موفقیت طلبی و در نهایت نوع ادراک از رفتارهای ناکارآمد شغلی. نتایج پژوهش (2016) Campbell et al. نشان داد تاب‌آوری به طور منفی با روان‌رنجوری و به طور مثبت با برون‌گرایی و وظیفه‌شناسی ارتباط معناداری دارد و سبک‌های مقابله‌ای هم پیش‌بینی‌کننده تاب‌آوری بودند. در پژوهش (2006) Gilbert and Procter نتایج نشان داد درمان مبتنی بر مهرورزی، اضطراب، افسردگی، خودانتقادی و احساس شرم و ناکامی را به طور معناداری کاهش و احساس گرمی و پذیرش را افزایش می‌دهد. (2010) Riz در پژوهش خود نشان داد که خودمهرورزی از طریق کاهش نگرانی و افکار خودآیند منفی، افسردگی را کاهش می‌دهد. نتایج پژوهش (2019) Gang et al. نشان داد که خودانتقادی پیش‌بین معنادار و قدرتمندی در جهت افزایش خودزنی

شکل‌گیری فرایندهای مرتبط با خودانتقادی نقش مهمی را ایفا می‌کند که در این پژوهش، متغیر واسطه‌گر به شمار می‌آید. ویژگی‌های شخصیتی را می‌توان به صورت ابعاد تفاوت‌های فردی در قالب الگوهای پایدار تفکر، احساس و رفتار تعریف کرد (John Wake et al., 2011). تحول نظریه‌های شخصیت و پیشرفت در روش‌های اندازه‌گیری و تحلیل‌های آماری به پیدایش یکی از نافذترین نظریه‌های شخصیتی معاصر منجر شد که به اصطلاح «الگوی پنج عامل بزرگ شخصیتی برون‌گرایی (Extraversion)، توافق‌پذیری (Agreeableness)، گشودگی (Openness)، روان‌نژندی (Conscientiousness)، روان‌نژندی (Neuroticism)» معروف شده است (Digman, 1990). طبق این دیدگاه، شخصیت افراد را می‌توان بر اساس پنج عامل قوی شامل برون‌گرایی، توافق‌پذیری، گشودگی، وظیفه‌شناسی و روان‌نژندی توضیح داد. برون‌گرایی با ویژگی‌هایی مانند حرّاف معاشرتی و بشاش بودن در مقابل خجالتی، منفعل و کم تحرک بودن تعریف شده است. گشودگی به تجربه با چهار مقیاس درک زیبایی‌شناختی، کنجکاوی، خلاقیت و غیر سنتی بودن مشخص می‌شود. توافق‌پذیری با ویژگی‌های شوخ‌طبعی، تحمل‌پذیری و دلدپذیری در مقابل تندمزاجی، تحریک‌پذیری و مداخله‌گری و انتقادگری تعریف شده است. وظیفه‌شناسی ویژگی‌هایی مانند سازماندهی، کار سخت، دقت و تمامیت را در بر می‌گیرد. روان‌نژندی با ویژگی‌هایی نظیر اضطراب، واکنش عاطفی در مقابل خاطرجمع (اعتماد به نفس) و شجاعت تعریف شده است (Ashton and Lee, 2004). با توجه به اینکه نقش ویژگی‌های شخصیتی بر رفتار و شناخت، گاه مستقیم و بی واسطه است و گاه با اثرگذاری بر عوامل واسطه‌ای، موجب بروز پیامدهای رفتاری و شناختی می‌شود، ویژگی‌های شخصیتی می‌تواند در بروز خودانتقادی نقش داشته باشد. (2016) Javier et al در پژوهش خود نشان داد خودانتقادی به طور مثبتی با عامل روان‌رنجوری در بین پنج عامل شخصیتی رابطه دارد. (2017) Rajabi et al در پژوهش خود نشان داد با وجود رابطه خطی و مستقیم بین خودانتقادی و افسردگی، خودخاموشی نقش مهمی بین این دو متغیر بر عهده دارد و باعث می‌شود عزت نفس و هویت

متغیر تحریف شناختی قرار می‌گیرد. این پژوهش به بررسی مدل علی خودانتقادی مبتنی بر تحریف شناختی با واسطه‌گری ویژگی‌های شخصیتی پرداخته است تا معلوم گردد آیا تحریف شناختی بر خودانتقادی اثر مستقیمی دارد و آیا تحریف شناختی بر خودانتقادی با واسطه‌گری ویژگی‌های شخصیتی اثر غیر مستقیمی دارد. (برون‌گرایی، موافق بودن، گشودگی، وظیفه‌شناسی، روان‌نژندی). اساس مدل مفهومی پژوهش به شرح شکل ۱ طراحی گردیده و همچنین فرضیه‌های پژوهش به شرح زیر تدوین شده‌اند:

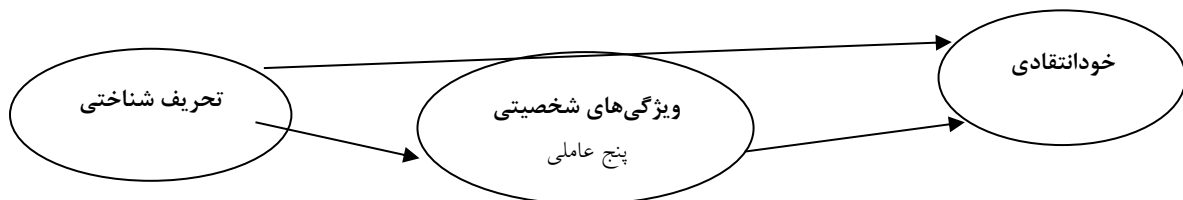
فرضیه اول: تحریف شناختی بر خودانتقادی دانشجویان تأثیر معناداری دارد.

فرضیه دوم: تحریف شناختی بر خودانتقادی دانشجویان با واسطه‌گری ویژگی‌های شخصیتی (برون‌گرایی، موافق بودن، گشودگی، وظیفه‌شناسی، روان‌نژندی) تأثیر معناداری دارد.

فرضیه سوم: ویژگی‌های شخصیتی (برون‌گرایی، موافق بودن، گشودگی، وظیفه‌شناسی، روان‌نژندی) بر خودانتقادی تأثیر معناداری دارد.

محسوب می‌شود. نتایج پژوهش Aharonovich et al. (2006) نشان داد که نارسایی‌های شناختی در مصرف‌کنندگان کوکائین و کانابیس با پاسخدهی ضعیف آنها به درمانهای رفتاری همراه است.

مرور مبانی نظری و پژوهش‌های صورت گرفته، نشان‌دهنده آن است که خودانتقادی به عنوان یکی از متغیرهای نامطلوب می‌تواند متأثر از متغیر تحریف‌شناختی و همچنین متغیر ویژگی‌های شخصیتی باشد بنابراین در پیشینه تحقیق نمی‌توان پژوهش‌هایی را یافت که به پیش‌بینی خودانتقادی در مدل متشکل از دو متغیر تحریف‌شناختی و ویژگی‌های شخصیتی پرداخته باشد. با توجه به اصل ایجاز مطلوب است که به تبیین خودانتقادی در قالب مدل‌های مختصر پرداخت و نقش مهم‌ترین متغیرها را بر آن مشخص کرد. علاوه بر این پیش‌بینی خودانتقادی در قالب مدل ساختاری می‌تواند ابعاد جدیدی از خودانتقادی را روشن سازد، بدین صورت که در این پژوهش متغیر ویژگی‌های شخصیتی به عنوان یک متغیر واسطه‌گر مطالعه می‌شود، یعنی در حالی که بر خودانتقادی اثرگذار است خود نیز تحت تأثیر



شکل ۱- مدل مفهومی

مقیاس به ترتیب از صفر تا ۸۸ در نوسان است. ضریب پایایی آلفای کرونباخ این مقیاس را ۰/۹۰ گزارش کرده‌اند (Gilbert, Hempel, Miles, Irons, 2004).

مقیاس تحریف‌های شناختی بین فردی: مقیاس دارای ۱۹ گویه است که شامل سه خرده مقیاس طرد در روابط بین فردی، انتظارات غیرواقع بینانه در روابط و سوء ادراک در روابط بین فردی می‌شود. مطالعات روان‌سنجی، کیفیت روان‌سنجی بالایی را برای این مقیاس گزارش کرده‌اند. پایایی آن از طریق همسانی درونی توسط آلفای کرونباخ و همچنین از طریق آزمون مجدد پس از دو هفته برای کل مقیاس به

## روش پژوهش

این پژوهش در حوزه علوم انسانی و همبستگی بر پایه مدل‌یابی و جامعه آماری آن دانشجویان دانشگاه‌های آزاد اسلامی تهران که ۳۵۰ نفر از دانشجویان به عنوان گروه نمونه در پژوهش شرکت کردند. روش نمونه‌گیری، خوشه‌ای چند مرحله‌ای و روش تحلیل داده‌ها، تحلیل مسیر است.

## ابزارهای پژوهش

مقیاس خودانتقادی: از مقیاس ۲۲ ماده‌ای خود انتقادی، حمله به خود، قوت قلب استفاده شد. نمره حداکثر و حداقل این

برابر با ۰/۸۹، توافق‌پذیری برابر با ۰/۹۵ و وظیفه‌شناسی برابر با ۰/۹۲. نسخ متعددی از این پرسشنامه در ایران ترجمه و آماده اجرا شده است (Grossi Farshi, 2001).

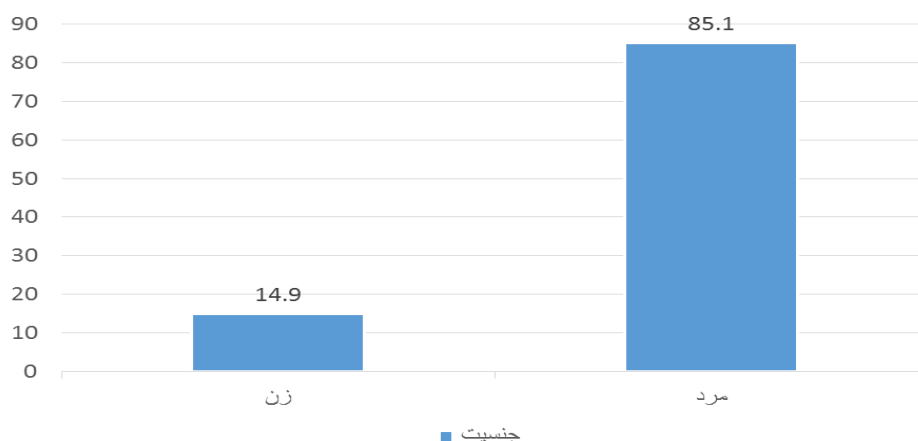
#### یافته‌ها

براساس شاخص‌های توصیفی، میانگین متغیر خودانتقادی در دانشجویان (۵۷/۵۷) است. میانگین مؤلفه‌های گشودگی (۳۴/۰۱)، توافق‌پذیری (۳۶/۶۴)، وظیفه‌شناسی (۴۶/۲۵)، روان رنجورخویی (۳۳/۵۰) و برون‌گرایی (۳۰/۸۲) است. میانگین متغیر تحریف شناختی (۴۶/۱۳) و میانگین مؤلفه‌های طرد در روابط بین فردی (۲۳/۶۱) انتظارات غیرواقع‌بینانه در روابط و سوء ادراک در روابط بین فردی (۹/۴۵) است.

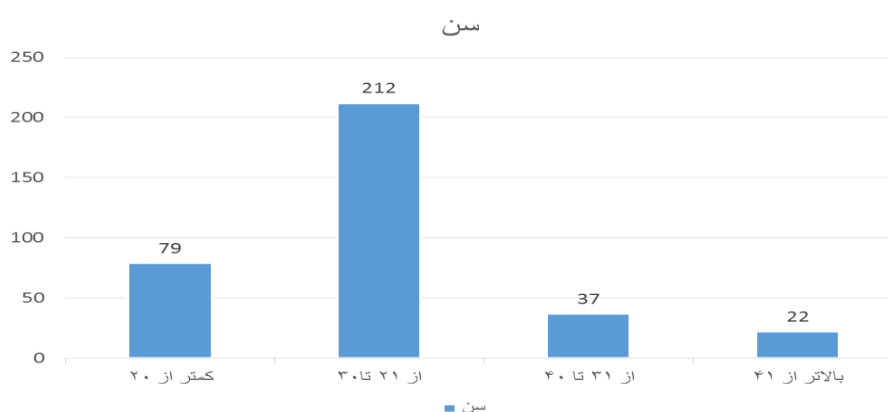
ترتیب (۰/۶۷، ۰/۷۴) و برای خرده مقیاس های طرد در روابط بین فردی (۰/۷۳، ۰/۷۰)، انتظارات غیر واقع بینانه در روابط (۰/۶۶، ۰/۷۶) و سوء ادراک در روابط بین فردی (۰/۴۳، ۰/۷۴) به دست آمده است. روایی آن از طریق همبستگی با مقیاس باورهای غیرمنطقی، مقیاس افکار خودکار و مقیاس گرایش به تعارض در روابط بین فردی به ترتیب ۰/۴۵، ۰/۵۳ و ۰/۵۳ به دست آمده که همگی در سطح ( $p < 0.01$ ) معنادار بوده‌اند (Hamam Chi and Buyuk, Ozturk, 2004).

مقیاس پنج عاملی نئو: دارای ۶۰ آیتم است که ابعاد پنج‌گانه شخصیت را می‌سنجد. آلفای کرونباخ مقیاس‌های این پرسشنامه را به این ترتیب گزارش داد: روان رنجورخویی برابر با ۰/۹۳، برون‌گرایی برابر با ۰/۹۰، تجربه‌پذیری

جدول ۱ فراوانی جنسیت



جدول ۲- فراوانی سن



جدول ۳- ماتریس همبستگی متغیرهای پژوهش

| متغیرها        | خودانتقادی | برون‌گرایی | توافق   | گشودگی  | وظیفه‌شناسی | روان‌نژندی | تحریف شناختی |
|----------------|------------|------------|---------|---------|-------------|------------|--------------|
| خود انتقادی    | ۱          |            |         |         |             |            |              |
| برون‌گرایی     | ۰/۳۶۹*     | ۱          |         |         |             |            |              |
| توافق          | ۰/۲۶۰**    | ۰/۳۲۷**    | ۱       |         |             |            |              |
| گشودگی         | ۰/۱۹۲**    | ۰/۵۰۵**    | ۰/۲۰۲** | ۱       |             |            |              |
| وظیفه‌شناسی    | ۰/۱۷۱*     | ۰/۵۶۵**    | ۰/۱۵۳** | ۰/۲۸۰** | ۱           |            |              |
| روان‌رنجورخویی | ۰/۵۳۷**    | ۰/۶۲۸**    | ۰/۴۰۵** | ۰/۳۹۲** | ۰/۴۷۶**     | ۱          |              |
| تحریف شناختی   | ۰/۳۶۴**    | ۰/۳۲۳**    | ۰/۵۳۱** | ۰/۲۵۸** | ۰/۲۴۸**     | ۰/۶۴۰**    | ۱            |

معنی دار در سطح  $P < 0/01$  \*\* --- معنادار در سطح  $P < 0/05$  \*

بر اساس جدول ۳ خرده‌مقیاس‌های برون‌گرایی، توافق، گشودگی و وظیفه‌شناسی بر خودانتقادی اثر معنادار منفی و روان‌رنجورخویی بر خودانتقادی در سطح معناداری  $0/01$  اثر معنادار مثبتی دارد ( $P < 0/01$ ). همچنین خرده‌مقیاس‌های برون‌گرایی، توافق، گشودگی، وظیفه‌شناسی و روان‌رنجورخویی بر تحریف شناختی اثر معنادار منفی‌ای دارد ( $P < 0/01$ ).

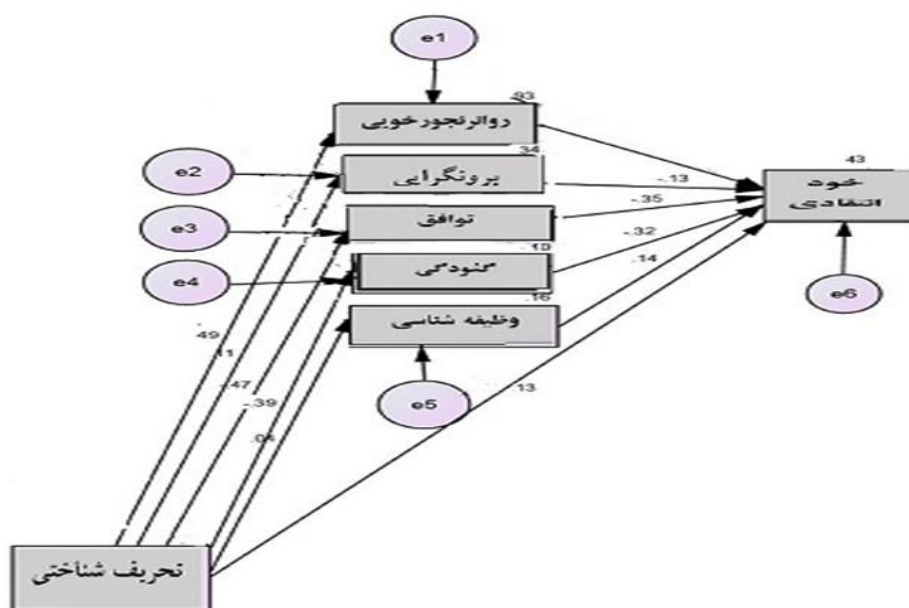
جدول ۴- شاخص‌های آماری برازش مدل

| RMSEA | AGFI | GFI  | CFI  | PNFI | NFI  | $\chi^2/df$ |
|-------|------|------|------|------|------|-------------|
| ۰/۰۹  | ۰/۹۰ | ۰/۹۲ | ۰/۹۴ | ۰/۴۶ | ۰/۹۱ | ۱/۱۵        |

همچنین شاخص برازش نرم شده (NFI)  $0/91$ ، شاخص برازش هنجار شده ایجازی (PNFI)  $0/46$ ، شاخص برازش مقایسه‌ای (CFI)  $0/94$ ، شاخص نیکویی برازش (GFI) با مقادیر  $0/92$  و همچنین شاخص نیکویی برازش اصلاح شده (AGFI)  $0/90$  است. به طور کلی، با توجه به شاخص‌های به دست آمده می‌توان گفت داده‌ها با مدل پیشنهادی برازش دارند.

جدول ۵ بررسی ضریب اثر تحریف شناختی بر خودانتقادی نشان می‌دهد که این ضریب مسیر به میزان  $0/39$  برآورد شده است. با توجه به اینکه مقدار عدد معناداری ( $t$ -value) برابر با  $14/67$  و بیشتر از  $1/96$  هستند بنابراین فرضیه پژوهش تأیید می‌شود یعنی تحریف شناختی اثر مستقیم معناداری بر پیش‌بینی خودانتقادی دارد ( $P < 0/05$ ).

بر اساس جدول ۴ مدل پیش‌بینی خودانتقادی بر اساس تحریف شناختی با واسطه‌گری ویژگی‌های شخصیتی از برازش کافی برخوردار است. نتایج آماره  $\chi^2$  نشان داد مقدار این آماره برابر با  $15/69$  است با درجات آزادی  $10$ ، مقدار سطح معناداری آن  $0/11$  به دست آمد که بیانگر برازش مدل با داده‌هاست. شاخص ریشه دوم میانگین مجذورات خطای تقریب (RMSEA) متوسط باقیمانده‌های بین همبستگی کواریانس مشاهده شده نمونه و مدل مورد انتظار برآورد شده از جامعه را نشان می‌دهد. لوهلین ( $2006$ ) مقادیر کمتر از  $0/08$  را نشان‌دهنده برازش خوب،  $0/08$  تا  $0/10$  را بیانگر برازش متوسط و بالاتر از  $0/10$  را نشان‌دهنده برازش ضعیف می‌داند. مقدار (RMSEA) برای پژوهش حاضر  $0/09$  به دست آمد که بیانگر برازش متوسط مدل با داده‌هاست.



شکل ۲- مدل پژوهش

جدول ۵- نتایج ضریب رگرسیونی و معناداری فرضیه اول

| فرضیه | مسیر مستقیم               | مقدار تی | ضریب مسیر | نتیجه |
|-------|---------------------------|----------|-----------|-------|
| اول   | تحریف شناختی ← خودانتقادی | ۱۴/۶۷    | ۰/۳۹      | تایید |

جدول ۶- ضرایب استاندارد شده اثرات مستقیم، غیر مستقیم و کل

| مسیرها (فرضیه دوم)         | اثرات مستقیم | اثرات غیر مستقیم | اثرات کل |
|----------------------------|--------------|------------------|----------|
| تحریف شناختی بر خودانتقادی |              |                  |          |
| از طریق                    |              |                  |          |
| روان رنجورخویی             | ۰/۴۱**       |                  | ۰/۴۱**   |
| برون‌گرایی                 | -۰/۱۳*       |                  | -۰/۱۳*   |
| توافق                      | -۰/۳۵**      |                  | -۰/۳۵**  |
| گشودگی                     | -۰/۳۲**      |                  | -۰/۳۲**  |
| وظیفه‌شناسی                | -۰/۱۴*       |                  | -۰/۱۴*   |
| تحریف شناختی               | ۰/۱۳*        | ۰/۲۵**           | ۰/۳۸**   |

معنادار در سطح  $P < 0.01$  \*\* --- معنادار در سطح  $P < 0.05$  \*

شناختی بر خودانتقادی از طریق ویژگی‌های شخصیتی در سطح  $0.01$  مثبت و معنادار است. در نهایت اینکه تحریف شناختی و ویژگی‌های شخصیتی ۱۷ درصد از واریانس خودانتقادی را تبیین کرد و در مجموع این فرضیه که

همان‌طور که در جدول ۶ مشاهده می‌شود اثرات مستقیم روان رنجورخویی، توافق و گشودگی بر خودانتقادی در سطح  $0.01$  و اثرات مستقیم برون‌گرایی، وظیفه‌شناسی و تحریف شناختی در سطح  $0.05$  و اثر غیرمستقیم تحریف

می‌گیرند و در مدل شناختی بک «طرحواره» به حساب می‌آیند (Ellis, 2005). نتایج مطالعات نشان می‌دهد که میان تحریف‌های شناختی و خودانتقادی رابطه وجود دارد (Eidelman et al., 2016).

نتیجه دیگر پژوهش آن است که اثر ساختاری غیر مستقیم کل متغیر تحریف شناختی بر خودانتقادی با اثر ویژگی‌های شخصیتی مثبت و معنادار است. از آنجا که متغیر تحریف شناختی منجر به اثرات غیر مستقیم و اثرات کل معناداری بر خودانتقادی شده است باید گفته این اثرات با پژوهش‌های مشابهی همچون Rib et al. (2016) که نشان می‌داد رابطه مثبت و معناداری بین افسردگی و خودانتقادی و حرمت خود و خودانتقادی وجود دارد نیز همسو بود.

نتیجه دیگر پژوهش نشان داد خرده‌مقیاس‌های برون‌گرایی، توافق، گشودگی و وظیفه‌شناسی بر خودانتقادی اثر معنادار منفی و روان رنجورخویی بر خودانتقادی اثر معنادار مثبتی دارد. این یافته‌ها با یافته Connery, Ken et al. (2015) که نشان می‌داد بین ویژگی‌های شخصیتی و مواد مصرفی رابطه معناداری هست، همسو و هماهنگ بود. یافته‌ها همچنین با یافته‌های پژوهش Shafizadeh (1394) که نشان از وجود رابطه منفی قوی بین روان‌رنجوری و تاب‌آوری و رابطه مثبت بین برون‌گرایی و وجدان‌گرایی با تاب‌آوری بود، همسو بود. در تبیین نتیجه به دست آمده مبنی بر رابطه معنادار ویژگی‌های شخصیتی بر خودانتقادی باید گفت ویژگی‌های شخصیتی را می‌توان به صورت ابعاد تفاوت‌های فردی در قالب الگوهای پایدار تفکر، احساس و رفتار تعریف کرد (John Wake et al., 2011) در حال حاضر الگوی پنج عاملی شخصیت با پشته‌های نظری، تجربی و پژوهشی از معتبرترین و مشهورترین مدل‌های صفات و ویژگی‌های شخصیتی محسوب می‌شود. (McCree and Costa 1998) پنج عامل نیرومند و بزرگ را در ارتباط با ساختار شخصیت یعنی روان‌رنجورخویی، برون‌گرایی، گشودگی، توافق‌پذیری و وظیفه‌شناسی را مطرح کردند. روان‌رنجورخویی رگه‌ای از شخصیت است که ثبات عاطفی بالا و اضطراب پایین در یک سوی پیوستار و در سوی دیگر آن، بی‌ثباتی و

تحریف شناختی بر خودانتقادی اثر مستقیمی دارد تأیید می‌شود. همچنین فرضیه تحریف شناختی بر خودانتقادی با واسطه‌گری ویژگی‌های شخصیتی (برون‌گرایی، موافق بودن، گشودگی، وظیفه‌شناسی، روان‌نژندی) اثر غیرمستقیمی دارد نیز تأیید می‌شود.

## بحث و نتیجه‌گیری

یافته‌های پژوهش نشان داد که داده‌ها با مدل برازش دارند، بنابراین خودانتقادی به عنوان یکی از متغیرهای نامطلوب می‌تواند از دو متغیر تحریف شناختی و ویژگی‌های شخصیتی متأثر باشد. یافته‌ها همچنین نشان داد تحریف شناختی بر خودانتقادی اثر معنادار مثبتی دارد به گونه‌ای که با کاهش تحریف شناختی، خودانتقادی کاهش می‌یابد و برعکس. این یافته‌ها با یافته‌های پژوهش (Eidelman et al. 2016) که نشان می‌داد میان تحریف‌های شناختی و خودانتقادی رابطه وجود دارد، همسو بود. یافته‌های این پژوهش با یافته‌های پژوهش (Jacobson 2010) که نشان می‌داد تحریف‌های شناختی به صورت معناداری قادر به پیش‌بینی خودانتقادی‌اند و همچنین با یافته‌های (Farmani et al. 2014) که نشان می‌داد بین نگرش‌های ناکارآمد و سبک‌های مقابله‌ای در اقدام به خودکشی رابطه وجود دارد نیز همسو بود.

تحریف شناختی اثر مستقیم معناداری بر پیش‌بینی خودانتقادی دارد و این نتیجه با یافته‌های (Farmani et al. 2014) که نشان می‌داد میان تحریف‌های شناختی و خودانتقادی رابطه وجود دارد، همسو بود. یافته‌ها همچنین با یافته‌های (Mendel, Dunkley and Stars 2018) که در مطالعه طولی ۴ ساله نشان دادند حساسیت‌های بین فردی، باعث خودانتقادی می‌شود نیز همسو بود.

در تبیین نتیجه‌های به دست آمده می‌توان اشاره نمود که محققان شناختی، جریان آگاهی لحظه به لحظه ایده‌ها، باورها یا تصاویر را «افکار خودآیند» نامیده‌اند؛ درمانگران شناختی- رفتاری متوجه شده‌اند که معمولاً افراد به جای آنکه درستی افکار خودآیند را بسنجند، درستی آنها را بر اساس ارزش ظاهری قبول می‌کنند. به نظر می‌رسد فرضها و معیارها، جنبه‌های زمینه‌ای وسیعتری از جهان‌بینی فرد را در بر



جبران خطاها و اشتباهات خود برای ایجاد روابط نزدیک و صمیمی با اطرافیان‌شان تلاش زیادی می‌کنند. همچنین اشخاص خودممتقد به تعریف درست و واقع‌گرایانه‌ای از خود نرسیده‌اند و اهداف و معیارهای زیادی را برای خود در زمینه‌های مختلف در نظر می‌گیرند و برای دستیابی به این اهداف تلاش‌های رقابت‌جویانه زیادی را بدون در نظر گرفتن محدودیت‌های شخصی خود متحمل می‌شوند (Zabihi Dan, 2010). این یافته‌ها با یافته‌های پژوهش Sarvagd et al. (2011) که نشان می‌داد برون‌گرایی در صورتی که با شیوه مقابله هیجان‌مدار همراه باشد، رابطه مثبت و معناداری با خودانتقادی دارد، همسو بود.

افرادی که ویژگی شخصیتی وظیفه‌شناسی دارند بسیار وظیفه‌شناسند؛ به جزئیات توجه بسیاری می‌کنند، برای دستیابی به اهداف، احتیاط و سازماندهی زیادی را به کار می‌برند و بر همین اساس بیشتر خود را مورد نقد قرار می‌دهند (Ashton and Lee, 2004).

در افرادی که ویژگی گشودگی به تجربه دارند عناصر انعطاف‌پذیری چون زیرکی و بینش، روشن‌فکری، تصور فعال، احساس زیباپسندی، توجه به احساسات درونی، تنوع‌طلبی، کنجکاوای ذهنی و استقلال در قضاوت به خوبی دیده می‌شود، این افراد به خاطر تنوع‌طلبی می‌توانند همزمان ایده‌های مختلفی را در رفتار خود ببینند (Rezvani and Sajjadian 2018) بنابراین به نظر می‌رسد خودانتقادی باعث کاهش انعطاف‌پذیری و ایده خلاق گردد. همچنین به نظر می‌رسد خودانتقادی باعث کاهش توافقی‌گرایی و همدردی و کمک به دیگران می‌شود.

در مجموع با توجه به اینکه نقش تحریف شناختی و ویژگی‌های شخصیتی بر رفتار و شناخت، گاه مستقیم و بی‌واسطه است و گاه با اثرگذاری بر عوامل واسطه‌ای موجب بروز پیامدهای رفتاری و شناختی می‌شود، این دو متغیر در بروز خودانتقادی نقش دارند. این پژوهش نیز با محدودیت‌هایی روبه‌رو بوده است که این نکته را باید در تعمیم نتایج آن در نظر گرفت. اینکه شیوه نمونه‌گیری و تعداد نمونه احتمالاً به میزان کمتری معرف جامعه گستره کلان استان تهران بود، همچنین استفاده از ابزارهای

اضطراب بالا قرار دارد. برون‌گرایی نیز یک رویکرد پر انرژی به اجتماع و دنیای مادی است و بر اساس علاقه به مردم، ترجیح گروه‌های بزرگ، جرأت، فعالیت و پرحرفی، برانگیختگی جنسی، خوشبینی، قاطعیت و هیجان‌خواهی متمایز می‌شود. اشخاص دارای نمره بالای رگه گشودگی، هم درباره جهان درونی و هم درباره دنیای بیرونی کنجکاو و زندگی آنها از لحاظ تجربه غنی است؛ آنها تنوع‌طلب، دارای کنجکاوای ذهنی و استقلال در قضاوتند. رگه توافقی‌پذیری یک جهت‌گیری ساده و اجتماعی نسبت به دیگران بدون خصومت و دشمنی است. فرد توافقی‌گرا به طور اساسی نوع‌دوست است، با دیگران همدردی می‌کند و تمایل دارد تا به آنها کمک کند. وظیفه‌شناسی شامل مهارت‌ها تحت نسخه‌های تجویز شده از سوی جامعه است که سبب تسهیل رفتارهای معطوف به هدف و وظایف فرد می‌شود.

افراد دارای ویژگی روان‌رنجورخو به خاطر گرایش تجربه هیجان‌های منفی (مانند احساس اضطراب، نگرانی، غم و تنش)، عملکردهای روانشناختی مثبت کمی دارند؛ این افراد در هنگام تجربه موقعیت‌های استرس‌زا به سرعت دچار واکنش‌های هیجانی منفی از جمله نگرانی و غم می‌شوند و این موضوع باعث ایجاد فکرهای تکراری و نشخوار فکری آنها می‌شود، بنابراین وارد یک دور باطل از احساسات منفی می‌شوند (Rezvani and Sajjadian, 1397). به نظر می‌رسد افراد روان‌رنجورخو سطح بالاتری از خودانتقادی را داشته باشند. کاهش برون‌گرایی با کمرویی، انفعال، کم تحرکی، عدم ابراز وجود، فردگرایی و نداشتن اطمینان خاطر در موقعیت‌های اجتماعی، تودار و ساکت بودن همراه است (Bashiri et al., 2010). افراد برون‌گرا با توجه به اهمیتی که برای روابط اجتماعی و فعال بودن در این روابط قائلند، به منظور بهبود کیفیت روابط خود به رفتارها، صحبت‌ها و عواطف خود با دیدی منتقدانه می‌نگرند بنابراین افرادی که خودنقدی خوبی دارند به برقراری ارتباط با دیگران تمایل دارند. این افراد تا حدی عدم ارتباط دیگران را با خود، ناشی از رفتار خودشان می‌دانند و برای جبران این وضعیت در برقراری ارتباط با دیگران سعی می‌کنند. آنها به

- Journal of Child & Adolescent Behavior, 2(4):34–56.
- Cantazaro, A. E. (2007). Adult attachment, dependence, self-criticism and depression: a test of a mediational model. A thesis for Master Degree of Psychology. Iowa State University.
- Dunkley, D. M., Blankstein, K. R., & Flett, G. L. (1997). Specific cognitive-personality vulnerability styles in depression and the five-factor model of personality. *Personality and Individual Differences*, 23, 1041–1053.
- Dunkley, D. M., & Blankstein, K. R. (2000). Self-critical perfectionism, coping, hassles, and current distress: a structural equation modelling approach. *Cognitive Therapy and Research*, 24, 713–730.
- Dunkley, D. M., Sanislow, C. A., Grilo, C. M., & McGlashan, T. H. (2006). Perfectionism and depressive symptoms three years later: Negative social interactions, avoidant coping, and perceived social support as mediators. *Comprehensive Psychiatry*, 47, 106–115.
- Eidelman, P.; Talbot, L.; Ivers, H.; Bélanger, L.; Morin, C. M. & Harvey, A. G. (2016). "Change in Dysfunctional Beliefs About Sleep in Behavior Therapy, Cognitive Therapy, and Cognitive-Behavioral Therapy for Insomnia". *Behavior Therapy*, 47(1), 102–115.
- Enns, M. W. & Cox, B. J. (1999). Perfectionism and depression symptom severity in major depressive disorder. *Behaviour Research and Therapy*, 37, 783–794.
- Enns, M. W., Cox, B. J., & Clara, I. P. (2005). Perfectionism and neuroticism: A longitudinal study of specific vulnerability and diathesis-stress models. *Cognitive Therapy and Research*, 29, 463–478.
- Ellis, A. (2003); The nature of disturbed marital interaction. *Journal Of Rational – Emotive & Cognitive Behavior Therapy*, 21, 147–153. Ellis, A. (2005); Rational emotive behavior therapy: a therapist's guide (2nd Edition), With Catharine Maclaren. Impact Publishers.
- خودگزارشی، مخصوصاً برای سازه‌های منفی همچون تحریف شناختی، احتمال سوگیری در پاسخگویی به پرسشنامه‌های پژوهش را بالا می‌برد و همچنین متغیر خودانتقادی و تحریف شناختی خود می‌تواند معلول علت‌های دیگری نیز (از جمله افسردگی، وسواس و اختلالات اضطرابی) باشد، که در این پژوهش بررسی نشد.
- پیشنهاد می‌شود در پژوهش‌های آتی مطالعات مشابهی بر روی جمعیت‌های متفاوت (در شهرهای مختلف) صورت گیرد تا نتایج قابلیت تعمیم‌پذیری بیشتری داشته باشند و با نتایج پژوهش حاضر مقایسه گردند. با توجه به نتایج به دست آمده در این پژوهش می‌توان از طریق آموزش‌های فردی، گروهی، کارگاهی و غیره و نیز با کاستن از تحریف شناختی برای کاهش خودانتقادی بهره برد. با بررسی‌های بیشتر درباره‌ی عوامل مرتبط با خودانتقادی می‌توان در جهت شناخت عوامل مؤثر بر کاهش آن برای ارتقای سطح روانشناختی جامعه بهره برد.

#### منابع

- Azam, M. A., Mongrain, M., Vora, K., Pirbaglou, M., Azargive, S., Changoor, T., Wayne, N., Guglietti, C., Macpherson, A., Irvine, J., Rotondi, M., Smith, O., Perez, D., & Ritvo, P. (2016). Mindfulness As an alternative for supporting university student mental health: cognitive-emotional and depressive self-criticism measures. *International Journal of Educational Psychology*, 5(2):140-163 (Persian)
- Anshel, M. H. & Mansouri, H. (2005). Influences of perfectionism on motor performance, affect, and causal attributions in response to critical information feedback. *Journal of Sport Behavior*, 28, 99–124.
- Blatt, S.J., Zuroff, D.C., Lance, L., Hawley, L.L., & Auerbach, J.S. (2010). Predictors of sustained therapeutic change. *Psychotherapy Research*, 20, 37–54.
- Campos, R. C., & Mesquita, C. (2014). Testing a model of suicidality in community adolescents: a brief report.

- Grossi Farshi et al. (2001) Application of New Personality Amo Neo and Study and Analysis of Its Characteristics and Factor Structure among Iranian University Students, Al-Zahra University Humanities Quarterly, 11th year, No. 39. (Persian)
- Gilbert, P. Clarke, M. Hempel, S. Miles, J. N. V. & Irons, C. (2004). Criticizing and reassuring oneself: an exploration of forms, styles and reasons in female students. *British Journal of Clinical Psychology*, 43, 31–50.
- Gilbert, P. Durrant, R. McEwan, K. (2006). Investigating relationships between perfectionism, forms and functions of self-criticism, and sensitivity to put-down. *Personality and Individual Differences*, 41, 1299-1308.
- Hosseini and Darvishi (2015) The Role of Personality Traits and Dimensions of Family Parenting in Adolescents' Self-Determination and Self-Criticism, *Cultural and Educational Quarterly of Women and Family*, Tenth Year, No. 32. (Persian)
- Hamamci, Z. & Büyüköztürk, Ş. (2004). The interpersonal cognitive distortions scale: development and psychometric characteristics.
- Hewitt, P. L. & Flett, G. L. (1991a). Dimensions of perfectionism in unipolar depression. *Journal of Abnormal Psychology*, 100, 98–101.
- Hewitt, P. L. & Flett, G. L. (1991b). Perfectionism in the self and social contexts: conceptualization, assessment, and association with psychopathology. *Journal of Personality and Social Psychology*, 60, 456–470.
- Hewitt, P. L. & Flett, G. L. (1993). Dimensions of perfectionism, daily stress, and depression: a test of the specific vulnerability hypothesis. *Journal of Abnormal Psychology*, 102, 58–65.
- Hewitt, P. L. Flett, G. L. (2002). Perfectionism and stress processes in psychopathology. In: Flett GL, Hewitt PL, editors. *Perfectionism: theory, research, and treatment*. Washington (DC): American Psychological Association. p. 255- 84.
- Iancu, I., Bodner, E., & Ben-Zion, I. Z. (2015). Self-esteem, dependency, self-efficacy and self-criticism in social anxiety. *Comprehensive Psychiatry*, 55: 165-171
- Janery H, Kan T.(2012). The heritability of avoidant and dependent personality disorder assessed by personal interview and questionnaire. *Acta Psychiatrica Scandinavica*;126:448-57
- Meyers, L.S. Gamst, G. Guarino, A. J. (2006). *Applied Multivariate Research: Design and interpretation*. Translated by: Pashasharifi, H. Farzad, V. RezaKhani, S. Hasanabadi, H. R. EiZanloo, B. Habibi, M. 1391. Tehran: Roshd Publication.
- McCrae, R. R.& Costa, P. T. Jr. (2003). *Personality In adulthood: A Five-Factor Theory Perspective (2nded)*.New York: Guilford Press.
- Moffitt, R.; Brinkworth, G.; Noakes, M. & Mohr, P. (2012a).“A comparison of cognitive restructuring and cognitive defusion as strategies for resisting a craved food”. *Psychology & Health*, 27Suppl 2,74-90.<http://doi.org/10>.
- McCrae, R. R., & Costa, P. T. (1998). Rotation to Maximize the Construct Validity of Factors in the NEO Personality Inventory. *Multivariate Behavioral Research*, 24(1), 107-24. McCrae, R. R., & John, O. P. (1992). An Introduction to the Five-Factor Model and Its Applications. *Journal of Personality*, 60(2), 175-215.
- Rezvani and Sajjadian (2016) The mediating role of self-compassion in the effect of personality traits on positive psychological performance in female students, *Journal of Positive Psychology*, Fourth Year, Fall 2016, No. 3 (15 consecutive). (Persian)
- Sheikh Eslami, Elham (2017) The role of maladaptive strategies, worry, rumination and self-criticism in predicting depression in students of Tabriz University. Master Thesis in Clinical Psychology. Tabriz University. (Persian)
- 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.
- Terry-Short, L. A. Glynn Owens, R. Slade, P. D. & Dewey, M. E. (1995). Positive and negative perfectionism. *Personality and Individual Differences*, 18, 663–668.

Tan, L. C., & Chun, K. Y. N. (2014). Perfectionism and academic emotions in gifted adolescent girls. *The Asia-Pacific Education Researcher*, 23(3), 389-401.

Zabihi Dan, Sahar (2010) The Relationship between Family Communication Patterns and Loneliness with Mediation of Self-Criticism and Self-Determination. Master Thesis. Shiraz. Shiraz university. (Persian)