

**Original Research**

***The Relationship between Self-Criticism and  
Sensitivity to Rejection with Psychological Distress  
in Female Students: Mediating Role of Self-  
Silencing***

Marziyeh Sadeghzadeh<sup>1</sup>

Zahra Askari<sup>2</sup>

Farhad Khormaei<sup>3</sup>

***Abstract***

The present study aimed to investigate the mediating role of self-silencing components in the relationship between self-criticism and rejection sensitivity with the psychological distress in female students. This study is correlational in terms of method; the research sample also was 381 female students from the Salman Farsi University of Kazerun who participated in this study virtually by responding to the questionnaire link. This link is a set of items related to the four questionnaires: Levels of self-criticism (Thompson & Zuroff, 2004), Sensitivity to Rejection Questionnaire (Downey & Feldman, 1996), Silencing the Self Scale (Jack & Dill, 1992), and the Depression, Anxiety, Stress Scale (Lovibond & Lovibond, 1995). The results of the analysis performed using the structural equation modeling in AMOS-22 software showed that the levels of self-criticism and sensitivity to rejection, in addition to direct effects on various aspects of students' psychological distress, also affected the extent of their psychological distresses indirectly by mediating to two components of self-silencing: externalized self-perception and divided-self. The findings of this study especially emphasize the importance of the mediating role of two components of self-silencing (externalized self-

---

1. Assistant Professor of Educational Psychology, Salman Farsi University of Kazerun, Kazerun. sadeghzadeh.mr@gmail.com. **(Corresponding Author)**

2. Master student of Psychology, Salman Farsi University of Kazerun, Kazerun, Iran. raahaaa00004@gmail.com

3. Associate Professor of Educational Psychology, Shiraz University, Shiraz, Iran. khormaei@shirazu.ac.ir

Submit Date: 2022/23/3

Accept Date: 2022/26/6



perception and divided-self) in the effect of sensitivity to rejection and self-criticism of young girls on their psychological distress. The component of externalized self-perception refers to women's tendency to negatively self-evaluation according to external standards. Divided-self also refers to women's desire to display an external-self, which is usually coordinated by the requirements of their female norms but also is different from their internal-self which is full of anger and resentment.

### ***Keywords***

Psychological distress, Self-criticism, Self-silencing, Sensitivity to rejection.

### **Introduction**

It seems that the research literature collected in recent decades has led to a clearer understanding of women's experience of psychological distress. Because this research literature, on the one hand, has reached a theoretical consensus that relates all types of women's psychological distress to their relational self-structure (Emran et al. 2020) and; on the other hand, Jack's theory of self-silencing (1991) introduced a central structure in explaining women's depression. At first glance, self-silencing is a relational strategy adapted to maintain interpersonal relationships. Still, with a closer look, it can be said that self-silencing is designed and implemented in women under the same relational self-structure. This means that in the constant struggle to maintain the approval and attention of others or to avoid judgment and rejection by them, the individual silent a part of her inner thoughts, emotions, and experiences unspoken and prevents them from being expressed in their interpersonal relationships. But this process of self-silencing involves four sub-processes silencing the self to avoid conflict, caring for others at the cost of self-sacrifice, external self-perception, and divided self, which ultimately not only fails to maintain true intimacy with others. Instead, it sets the stage for various psychological distress, especially depression. Numerous studies in different cultures confirmed this matter (Swim et al., 2010); but some studies (such as Maji, 2018; Besser et al., 2003; and Harper et al., 2006) also emphasize the relationship between self-silencing and variables related to relational self-structure in young girls (such as self-criticism and rejection sensitivity). Unfortunately, Iranian research on the concept of self-silencing has not paid attention to its core theoretical position about the relational self-structure and psychological distress in women. Therefore, the present study aimed to investigate the mediating role of self-silencing components in the relationship between self-criticism and sensitivity to female students' rejection of their psychological distress.

It seems that the research literature collected in recent decades has led to a clearer understanding of women's experience of psychological distress. Because this research literature, on the one hand, has reached a theoretical consensus that



relates all types of women's psychological distress to their relational self-structure (Emran et al. 2020) and; on the other hand, Jack's theory of self-silencing (1991) introduced a central structure in explaining women's depression. At first glance, self-silencing is a relational strategy adapted to maintain interpersonal relationships. Still, with a closer look, it can be said that self-silencing is designed and implemented in women under the same relational self-structure. This means that in the constant struggle to maintain the approval and attention of others or to avoid judgment and rejection by them, the individual silent a part of her inner thoughts, emotions, and experiences unspoken and prevents them from being expressed in their interpersonal relationships. But this process of self-silencing involves four sub-processes silencing the self to avoid conflict, caring for others at the cost of self-sacrifice, external self-perception, and divided self, which ultimately not only fails to maintain true intimacy with others. Instead, it sets the stage for various psychological distress, especially depression. Numerous studies in different cultures confirmed this matter (Swim et al., 2010); but some studies (such as Maji, 2018; Besser et al., 2003; and Harper et al., 2006) also emphasize the relationship between self-silencing and variables related to relational self-structure in young girls (such as self-criticism and rejection sensitivity). Unfortunately, Iranian research on the concept of self-silencing has not paid attention to its core theoretical position about the relational self-structure and psychological distress in women. Therefore, the present study aimed to investigate the mediating role of self-silencing components in the relationship between self-criticism and sensitivity to female students' rejection of their psychological distress.

### **Methodology**

The present study is correlational in terms of method, which uses structural equation modelling to investigate the relationships between variables. The statistical population of this study was all female students who studied at the Salman Farsi University of Kazerun in the academic year 2020-2021. The research sample included all 381 people who participated in the study by responding to the questionnaire links. They had not been under professional psychiatric or psychological care in the six months before this research. In this study, four instruments have been used to collect information: The Depression, Anxiety and Stress Scale (Lovibond and Lovibond, 1995), The Silencing the Self Scale (Jack and Dale, 1992), The Levels of Self-Criticism Scale (Thompson and Zuroff, 2004) and the Rejection Sensitivity Questionnaire (Downey and Feldman, 1996). Structural equation modelling has been used for statistical analysis.

### **Findings**



In this structural equation modelling, the rejection sensitivity and self-criticism components are considered exogenous variables. Four elements of self-silencing are considered mediating variables, and three components of psychological distress are considered endogenous variables. Research findings showed that rejection sensitivity and internalized self-criticism, in addition to direct and significant effects, also affect the components of psychological distress (anxiety, depression, and stress) by mediating two components of self-silencing (externalized perception and divided self). However, the final model of the research showed that comparative self-criticism affects the components of psychological distress only through the mediation of self-silencing components and has no significant direct path to psychological distresses. In addition, this final model shows that only two components, externalized perception of self and divided self, act as mediating variables, and the other two components of self-silencing, i.e., silencing the self to avoid conflict and caring for others at the cost of self-sacrifice, do not participate in this mediation. Research findings have also shown the desirability of different fit indices.

### Result

Based on the present research findings, it can be concluded that the increase in self-critical processes and sensitivity to rejection, which both indicate the extreme reliance of women on external standards, prevent the emergence and concealment of most of the inner thoughts and emotions to maintain and maintain relationships with others. But in the end, leaving a large volume of unpleasant thoughts and feelings, especially the part that results from experiencing anger concerning others, will lead to various psychological problems. However, it should be noted that understanding the different aspects of Iranian women's self-silencing and the positive and negative effects of this experience regarding psychological distress is not possible with the only usage of The Silencing the Self Scale. This matter makes it necessary for future research to pay attention to qualitative methods or a combination of quantitative and qualitative methods.

### References

- Abrams, J. A., Hill, A. & Maxwell, M. (2019). Underneath the mask of the strong black woman schema: Disentangling influences of strength and self-silencing on depressive symptoms among U.S. Black women. *Sex Roles*, 80(9), 517-526.
- Adams, G. (2005). The Cultural Grounding of Personal Relationship: Enemyship in North American and West African Worlds. *Journal of Personality and Social Psychology*, 88(6), 948-968.



- Adams, G. & Plaut, V. C. (2003). The cultural grounding of personal relationship: Friendship in North American and West African worlds. *Personal Relationships*, 10(3), 333-347.
- Ali, A. & Toner, B. B. (2001). Symptoms of depression among Caribbean women and Caribbean-Canadian women. *Psychology of Women Quarterly*, 25(3), 175-180.
- Ayduk, O., Downey, G. & Kim, M. (2001). Rejection sensitivity and depressive symptoms in women. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 27(7), 868-877.
- Blatt, S. J. & Zuroff, D. C. (1992). Interpersonal relatedness and self-definition: Two prototypes for depression. *Clinical Psychology Review*, 12(5), 527-562.
- Bentler, P. M. (2006). *EQS 6 Structural Equations Program Manual*. Encino, CA: Multivariate Software Inc.
- Bessera, A., Flett, G. B. & Davis, R. A. (2003). Self-criticism, dependency, silencing the self, and loneliness: A test of a mediational model. *Personality and Individual Differences*, 34(8), 1735-1752.
- Downey, G. & Feldman, S. I. (1996). Implications of rejection sensitivity for intimate relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 70(6), 1327-1343.
- Emran, A., Iqbal, N. & AhmadDar, I. (2020). Silencing the self<sup>o</sup> and women's mental health problems: A narrative review. *Asian Journal of Psychiatry*, 53, 2-10.
- Habibi, M., Mokhtar, S. M., Ghanbari, N., Nooripour, R. & Motabi, E. (2016). Marital maladjustment and depression in women: Mediating role of self-repression. *Romanian Journal of Experimental Applied Psychology*, 7(2), 10-27.
- Harper, M. S., Dickson, J. W. & Welsh, D. P. (2006). Self-silencing and rejection sensitivity in adolescent romantic relationships. *Journal of Youth and Adolescence*, 35, 435-443.
- Hooper, D., Coughlan, J. & Mullen, M. (2008). Structural equation modelling: Guidelines for determining model fit. *Electronic Journal of Business Research Methods*, 6(1), 53-60.
- Hosseini, F. S. & Darvishi, K. (2015). The role of personality traits and dimensions of family parenting in adolescents' self-esteem and self-criticism. *The Women and Families Cultural-Educational*, 10(32), 73-98. (In Persian)



- Hosseini, R. & Afshari Nia, K. (2018). Prediction levels based on predicted body image and early maladaptive Schema. *Journal of Motor and Behavioral Sciences*, 1(2), 87-96. (In Persian)
- Kline, R. B. (2011). *Principles and Practice of Structural Equation Modeling*. New York: Guilford Press.
- Khoshkam, S., Bahrami, F. & Rahmatollahi, F. (2014). Psychometric properties of rejection sensitivity questionnaire in university students in Iran. *Psychological Research*, 17(1), 22-44. (In Persian)
- Kurtis, T. (2010). *Self-silencing and Well-being among Turkish Women*. Unpublished Master Thesis. University of Kansas, Lawrence, KS. Available online at: <https://kuscholarworks.ku.edu/handle/1808/6443>
- Jack, D. C. (2001). Understanding women's anger: A description of relational patterns. *Health Care for Women International*, 22(4), 385-400.
- Jack, D. C. (2011). Reflections on the silencing the self scale and its origins. *Psychology of Women Quarterly*, 35(3), 523-529.
- Jack, D. C., Ali, A. & Dias, S. (2014). Depression in multicultural populations. In F. T. L. Leong, L. Comas-Díaz, G. C. Nagayama Hall, V. C. McLoyd, & J. E. Trimble (Eds.), *APA handbooks in psychology. APA handbook of multicultural psychology, Vol. 2. Applications and training (267–287)*. American Psychological Association.
- Jack, D. C. & Dill, D. (1992). The silencing the self scale; schemas of intimacy associated with depression in women. *Psychology of Women Quarterly*, 16, 97-106.
- Maji, S. & Dixit, S. (2019). Self-silencing and women's health: A review. *International Journal of Social Psychiatry*, 65(1), 3-13.
- Malekpour, F., Mehrabizadeh, M. & Rahimi, M. (2017). The causal relationship of types of self-absorption and maladaptive perfectionism with depression through the mediating role of self-criticism in university students. *Journal of Psychological Studies*, 13(3), 25-42. (In Persian)
- Meyers, L. S., Gamst, G. & Guarino, A. J. (2016). *Applied multivariate research: Design and interpretation*. Sage publications.
- Mongrain, M. & Leather, F. (2006). Immature dependence and self-criticism predict the recurrence of major depression. *Journal of Clinical Psychology*, 62(6), 705-713.



- Moosavi, A. S. & Ghorbani, N. (2006). Self-awareness, self-criticism and mental health. *Journal of Psychological Studies*, 2(3), 75-91. (In Persian)
- Paprocki, C. M. & Baucom, D. H. (2017). Worried about us: Evaluating an intervention for relationship-based anxiety. *Family Process*, 56(1), 45-58.
- Rajabi, G., Malik Mohammadi, F., Amanallahifar, A. & Sudani, M. (2015). Self-criticism, internal religious orientation, depression, and feeling of loneliness with mediation of silencing the self among students involved in romantic relationships: A path analysis model. *Journal of Fundamentals of Mental Health*, 17(6), 284-291. (In Persian)
- Rosenfield, S., Lennon, M. C. & White, H. R. (2005). The self and mental health: Self-salience and the emergence of internalizing and externalizing problems. *Journal of Health and Social Behavior*, 46(4), 323-340.
- Shariati, M., Hamid, N., Hashemi ShaykhShabani, E., Beshlideh, K. & Marashi, A. (2017). The effectiveness of compassion focused therapy on depression and self criticism of female university students. *Knowledge & Research in Applied Psychology*, 17(1), 43-50. (In Persian)
- Shulman, S., Norona, J., Scharf, M., Zif, I. & Welsh, D. P. (2018). Changes in self-silencing from adolescence to emerging adulthood and associations with relationship quality and coping with relationship stressors. *Journal of Relationships Research*, 9(21), 1-8.
- Swim, J. K., Eysell, K. M., Murdoch, E. Q. & Ferguson, M. J. (2010). Self-silencing to sexism. *Journal of Social Issues*, 66(3), 493-507.
- 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.
- World Health Organization (WHO). (2000). Women's Mental Health: An Evidence Based Review. Geneva: WHO. Available at [https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/66539/WHO\\_MSD\\_MDP\\_00.1.pdf](https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/66539/WHO_MSD_MDP_00.1.pdf)
- Yamaguchi, A., Kim, M. S. & Akutsuc, S. (2014). The effects of self-construals, self-criticism, and self-compassion on depressive symptoms. *Personality and Individual Differences*, 68, 65-70.
- Zabihidan, S. (2010). *The relationship between family communication patterns and feelings of loneliness with the mediation of self-criticism and self-deprecation*. Master Thesis in Educational Psychology, Shiraz University. (In Persian)

## رابطه خودانتقادی و حساسیت به طرد با آشفتگی روان‌شناختی دانشجویان دختر: نقش واسطه‌ای

### خودخاموشی

مرضیه صادق‌زاده<sup>۱</sup>

زهرا عسکری<sup>۲</sup>

فرهاد خرمایی<sup>۳</sup>

#### چکیده

پژوهش حاضر با هدف مطالعه نقش واسطه‌ای خودخاموشی در رابطه میان دو متغیر خودانتقادی و حساسیت به طرد با آشفتگی روان‌شناختی دانشجویان دختر انجام گرفته است. این مطالعه به لحاظ روش در زمره پژوهش‌های همبستگی قرار دارد و نمونه پژوهشی آن شامل ۳۸۱ دانشجوی دختر از دانشگاه سلمان فارسی کازرون بود که به صورت مجازی و از طریق پاسخگویی به لینک پرسشنامه‌ها در مطالعه شرکت نمودند. این لینک از مجموعه گویه‌های مربوط به چهار پرسشنامه سطوح خودانتقادی (تامپسون و زوروف، ۲۰۰۴)، حساسیت به طرد (داونی و فلدمن، ۱۹۹۶)، خودخاموشی (جک و دیل، ۱۹۹۲) و مقیاس افسردگی، اضطراب و فشارروانی (لاوبوند و لاوبوند، ۱۹۹۵) تشکیل شده است. نتایج تحلیل به کمک روش مدل‌یابی معادلات ساختاری در نرم‌افزار ایموس-۲۲ نشان داد سطوح خودانتقادی و حساسیت به طرد، علاوه بر تأثیر مستقیم بر جنبه‌های مختلف آشفتگی روان‌شناختی دانشجویان، به طور غیرمستقیم و به واسطه دو مؤلفه خودخاموشی یعنی ادراک بیرونی از خود و خویشتن تقسیم‌شده نیز بر میزان آشفتگی‌های روان‌شناختی آنها تأثیر داشته است. یافته‌های پژوهش به‌ویژه بر نقش واسطه دو مؤلفه از

۱. استادیار روان‌شناسی تربیتی، دانشگاه سلمان فارسی کازرون، کازرون، ایران. (نویسنده مسئول)  
sadeghzadeh.mr@gmail.com

۲. دانشجوی کارشناسی‌ارشد روانشناسی دانشگاه سلمان فارسی کازرون، کازرون، ایران.  
raaahaaa00004@gmail.com

۳. دانشیار روان‌شناسی تربیتی، دانشگاه شیراز، شیراز، ایران.  
khormaei@shirazu.ac.ir



خودخاموشی (ادراک بیرونی از خود و خویشتن تقسیم‌شده در تأثیر متغیرهای حساسیت به طرد و خودانتقادی بر آشفتگی روان‌شناختی دختران جوان تأکید می‌کند. مؤلفه ادراک بیرونی از خود به گرایش زنان برای ارزیابی منفی خود براساس استانداردهای بیرونی اشاره دارد و مؤلفه خویشتن تقسیم‌شده نیز به تمایل زنان برای نمایش یک خویشتن بیرونی بازمی‌گردد که به‌طور معمول با مقتضیات نقش زنانه هماهنگ، در عین حال با خویشتن درونی آنها که مملو از خشم و کینه است، تفاوت بسیار دارد.

### واژگان کلیدی

آشفتگی روان‌شناختی، حساسیت به طرد، خودانتقادی، خودخاموشی.

### مقدمه و بیان مسئله

گزارش‌های سازمان بهداشت جهانی در دهه‌های گذشته همواره بر شیوع آشفتگی روان‌شناختی، به‌ویژه افسردگی، در میان زنان تأکید نموده است؛ تا جایی که در گزارش ویژه این سازمان در ابتدای هزاره جدید میلادی، نیاز به ارتقاء سلامت روان و کاهش آشفتگی روان‌شناختی زنان به‌عنوان یک امر فوری و ضروری مورد توجه قرار گرفته (سازمان بهداشت جهانی، ۲۰۰۰: ۱۲) و بر شناخت و مطالعه عوامل زمینه‌ساز ناملایمات روانی زنان تأکید شده است. البته، پژوهش‌هایی که در چند دهه اخیر انجام گرفته، آشفتگی روان‌شناختی زنان را به‌طور خاص به ساختار خویشتن آنها مرتبط دانسته (عمران و همکاران، ۲۰۲۰) و بر این اجماع نظری که تعریف خویشتن<sup>۳</sup> و درجه وابستگی آن در دو جنس زن و مرد متفاوت است (ماجی و دیکسی، ۲۰۱۹) صحه گذارده‌اند. چنین اجماعی به‌طور عمده ماحصل اندیشه‌های سه نظریه خود-در-رابطه<sup>۵</sup> (جردن و همکاران، ۱۹۹۱)، نظریه خودتعبیری<sup>۷</sup> (کراس و مدسون، ۱۹۹۷) و

1. The World Health Organization

2. Emran et al

3. Self

4. Maji & Dixit

5. Theory of Self-in-Relation

6. Jordan et al

7. Self-Construal Theory

8. Cross & Madson



نظریه خود-برجستگی<sup>۱</sup> (روزنفیلد و همکاران<sup>۲</sup>، ۲۰۰۵) است که بر اهمیت روابط بین‌فردی در تعریف خویشتن‌زانه تأکید می‌ورزند.

نظریه خود-در-رابطه، خویشتن‌زنان را زائیده‌درگیری روزافزون آنها در روابط پیچیده بین‌فردی می‌داند و مدعی است چنین ساختار خاصی از خویشتن به تفاوتی عمده در مسیر دستیابی زنان به تحقق خود منجر می‌شود. طبق این نظریه، توضیح تحول روانی زنان تنها به مدد تکیه بر عبارت «رابطه-تمایز<sup>۳</sup>»، به‌جای عبارت آشنای «جدایی-فردیت<sup>۴</sup>»، امکان‌پذیر است. چرا که تنها با در نظر داشتن فرایند رابطه-تمایز است که می‌توان فرایند شکل‌گیری ساختار خویشتن‌زنان بر مبنای پیوندهای انسانی، مراقبت از پویایی رابطه و دلبستگی با دیگران را درک نمود.

در نظریه خودتعبیری نیز کراس و مدسون (۱۹۹۷) با گسترش مبنای مفهومی مارکوس و کیتایاما (۱۹۹۱) از انواع خودتعبیری در فرهنگ‌های مختلف، به تدوین این اندیشه می‌پردازند که فرهنگ جنسیتی رایج در نهایت به دو خودتعبیری متفاوت نزد زنان و مردان منجر شده است. به این ترتیب که خودتعبیری مردان بیشتر با یک خویشتن مستقل<sup>۵</sup> مطابقت دارد و زنان بیشتر از یک خودتعبیری به‌هم‌وابسته<sup>۶</sup> برخوردارند.

نظریه خود-برجستگی نیز در واقع به بعد جامعه‌شناختی خویشتن‌زنان می‌پردازد. به تفاوت زنان و مردان در طرح‌واره‌های مربوط به خود-برجستگی اشاره می‌کند. این طرح‌واره‌ها بنا بر تعریف ارائه شده از نظریه خود-برجستگی، به اهمیتی بازمی‌گردند که در روابط اجتماعی به خود داده می‌شود. برخورداری از سطوح بالای این طرح‌واره‌ها به اولویت دادن به خود منجر می‌شود و برخورداری از سطح پایین آن -چنان که در زنان نیز مشاهده می‌گردد- باعث مقدم دانستن دیگران بر خود می‌شود.

1. Self-Saliency

2. Rosenfield et al

3. Relationship-Differentiation

4. Separation-Individuation

5. Independent Self-Construal

6. Interdependent Self-Construal

در کنار اندیشه‌های مربوط به این سه نظریه که ظهور مشکلات درونی‌سازی و برونی‌سازی<sup>۱</sup> را به نظام‌های مختلف خویشتن مربوط می‌سازند، نظریه خودخاموشی<sup>۲</sup> جک<sup>۳</sup> (۱۹۹۱) نیز به سازوکار دیگری در ساختار خویشتن زنان اشاره می‌کند که به بروز آشفتگی‌های روان‌شناختی به‌ویژه افسردگی آنان منجر گردیده است. وی بر مبنای تجارب خود با زنان افسرده، خودخاموشی را به‌عنوان یک راهبرد رابطه‌ای معرفی می‌کند که از طریق آن زنان تلاش می‌کنند با خاموش ساختن احساسات، افکار و رفتارهای خود از رابطه‌های بین‌فردی خویش محافظت نمایند (به نقل از جک، ۲۰۱۱). بدین ترتیب که به‌منظور پرهیز از هرگونه برخورد جدی و حفظ صمیمیت و امنیت رابطه، بخشی از افکار و احساسات فرد ناگفته و پنهان باقی مانده و نیازهای شخصی نادیده گرفته شده یا لاقبل رفع آنها به تأخیر می‌افتد (عمران و همکاران، ۲۰۲۰).

البته، نظریه خودخاموشی جک (۱۹۹۱؛ به نقل از سویم و همکاران<sup>۴</sup>، ۲۰۱۰) چهار موضوع متفاوت را به‌عنوان علت انتخاب این راهبرد رابطه‌ای توسط زنان مطرح می‌سازد. این چهار دلیل که در قالب خرده‌مقیاس‌های پرسشنامه خودخاموشی<sup>۵</sup> نیز مطرح گردیده، شامل ادراک بیرونی از خود<sup>۶</sup>، خویشتنی که چندپاره شده<sup>۷</sup>، ساکت کردن خود برای اجتناب از تعارض<sup>۸</sup> و مراقبت از دیگران به قیمت فدا ساختن خویش<sup>۹</sup> است. دو علت نخست، منعکس‌کننده گرایشی است که مجال ساخته‌شدن یک خویشتن بیرونی را در زنان فراهم می‌سازد. به این معنا که بخشی از خویشتن، نه نیازها و علاقمندی‌های شخصی، بلکه استانداردهای بیرونی را به آنها دیکته می‌کند. این موضوع شامل دیدگاهی است که زنان را وامی‌دارد تا برای افکار و عواطف خود در مقایسه با افکار و احساسات دیگران ارزش کمتری قائل باشند. به‌عبارت بهتر، علتی که در مؤلفه اول

1. Internalizing and Externalizing Problems

2. Self-Silencing Theory

3. Jack

4. Swim et al

5. The Silencing The Self Scale

6. Externalized Self-Perception

7. Divided Self

8. Conflict Avoidant Self-Silencing

9. Care as Self-Sacrifice



(ادراک بیرونی از خود) برای خودخاموشی ذکر شده، این است که زنان خود را بیشتر براساس استانداردهای بیرونی مورد قضاوت قرار می‌دهند. مؤلفه دوم یعنی خویشتن چندپاره نیز به تمایل فرد برای پذیرش شکافی بازمی‌گردد که میان خویشتن ظاهری (یا بیرونی) و عواطف واقعی و درونی وجود دارد.

جک و دیل<sup>۱</sup> (۱۹۹۲) دو مؤلفه نخست را به‌عنوان «تجربه نمایش یک خویشتن بیرونی، اما سازگار با نقش‌های زنانه و در عین حال برخوردار از یک باطن پر از خشم و خصومت» توصیف می‌نمایند. بدین ترتیب که جانب بیرونی خویشتن را ماحصل تلاشی می‌دانند که برای انطباق با هنجارهای اجتماعی مربوط به زن خوب، سازگار و راضی انجام گرفته، درحالی که خویشتن درونی فرد به‌دلیل نیازهای برآورده نشده آکنده از خشم و ناکامی است. به باور ماجی و دیکسی (۲۰۱۹) در نتیجه همین دوپاره شدن خویشتن است که یک زن علی‌رغم این که بر خودخاموشی به‌عنوان راهبردی جهت حفظ روابط بین‌فردی تکیه نموده، باز هم در نهایت علاوه بر تجربه عدم پیوند بنیادین<sup>۲</sup> با خویشتن، خود را در تجربه یک صمیمیت واقعی نیز شکست خورده احساس می‌کند.

بنابر توصیف سویم و همکاران (۲۰۱۰) دو علت دیگر خودخاموشی، درواقع، دغدغه‌های زنان پیرامون روابط بین‌فردی را منعکس ساخته و با نقش‌ها و کلیشه‌های جنسیتی که به زنان توصیه می‌کند اجتماعی و حمایت‌گر باشند، همخوانی دارند. بدین ترتیب مؤلفه سوم (یعنی ساکت کردن خود برای اجتناب از تعارض) به تمایل فرد برای محدود ساختن افکار و احساساتی باز می‌گردد که ممکن است باعث تعارض و اختلاف در رابطه شوند و مؤلفه چهارم (یعنی مراقبت از دیگران به قیمت فدا ساختن خویش) نیز به تمایل زنان برای در اولویت قرار دادن نیازها و نظرات دیگران بازمی‌گردد. درواقع، خودخاموشی گرچه در ابتدای امر، به‌عنوان راهبردی برای نگهداری از احساس پیوند و پیشگیری از ترک شدن مورد استفاده قرار می‌گیرد؛ اما دراصل فرایندی است که فرد به بی‌اعتبارسازی و بازسازی احساسات شخصی خود می‌پردازد. صد البته که تداوم چنین فرایندی به احساس «از دست دادن خویشتن<sup>۳</sup>» و کاهش عزت‌نفس منجر می‌گردد

1. Jack & Dill

2. A Fundamental Disconnection

3. Loss of Self

و در نهایت زنان را مستعد انواع آشفتگی‌های روان‌شناختی به‌ویژه افسردگی می‌سازد (جک و دیل، ۱۹۹۲). پژوهش‌هایی که در سال‌های اخیر پیرامون خودخاموشی صورت گرفته (به‌عنوان مثال آبرامز و همکاران<sup>۱</sup>، ۲۰۱۹؛ پاپروکی و باوکم<sup>۲</sup>، ۲۰۱۷؛ جک و همکاران<sup>۳</sup>، ۲۰۱۴ و شولمن همکاران<sup>۴</sup>، ۲۰۱۸) نیز با تأیید این موضع نظری، آشفتگی روان‌شناختی را به‌عنوان پیامد خودخاموشی زنان مورد توجه قرار داده‌اند.

البته در مورد پیشایندهای خودخاموشی نیز پژوهش‌ها باز هم با رجوع به اجماع نظری پیش گفته، بر متغیرهایی (چون خودانتقادی<sup>۵</sup> و حساسیت به طرد<sup>۶</sup>) تأکید می‌کنند که به نوعی تحت تأثیر ساختار رابطه‌ای خویشتن در زنان قرار گرفته و از همان اصل تقدم روابط بین‌فردی نشأت می‌گیرند (ماجی، ۲۰۱۸). جالب این‌که از این مجموعه متغیرها، لاقلاً خودانتقادی و حساسیت به طرد ضمن برخورداری از یک رابطه قدرتمند با افسردگی زنان (آیدوک و همکاران<sup>۷</sup>، ۲۰۰۱؛ بلات و زوروف<sup>۸</sup>، ۱۹۹۲؛ ماجی، ۲۰۱۸ و منگارین و لدر<sup>۹</sup>، ۲۰۰۶)، به‌واسطه سازوکار خودخاموشی بر جنبه‌های مختلفی از مشکلات روان‌شناختی آنها همچون احساس تنهایی تأثیر می‌گذارند (بسر و همکاران<sup>۱۰</sup>، ۲۰۰۳ و هارپر و همکاران<sup>۱۱</sup>، ۲۰۰۶).

خودانتقادی در واقع وابستگی فرد به ارزیابی منتقدانه خود براساس مجموعه‌ای از معیارهای سخت‌گیرانه شخصی را منعکس می‌سازد (بسر و همکاران، ۲۰۰۳ و یاماگوچی و همکاران<sup>۱۲</sup>، ۲۰۱۴) و مطابق تعریف بلات و زوروف (۱۹۹۲)، بعدی خودتعریف از شخصیت است که جهت‌گیری درون‌فکنانه دارد و در عین حال با تمامیت‌خواهی در دستیابی به اهداف شخصی و

1. Abrams et al

2. Paprocki & Baucom

3. Jack et al

4. Shulman

5. Self-Criticism

6. Sensitivity to Rejection

7. Ayduk et al

8. Blatt & Zuroff

9. Mongrain & Leather

10. Besser et al

11. Harper et al

12. Yamaguchi et al



رقابتی بودن شدید نیز همراه است. در بنیان این جهت‌گیری خاص، درواقع، ترس مزمنی از عدم تأیید یا از دست دادن تأیید دیگران جای گرفته که سعادتمندی فرد را به دیگران وابسته ساخته و بروز خشم یا ابراز فکر و احساس واقعی نسبت به آنها را دشوار می‌سازد (بلات و زوروف، ۱۹۹۲). جالب این‌که این عدم تمایل یا ناتوانی در بیان احساس حقیقی فرد یا بروز خشم همان چیزی است که هسته اصلی خودخاموشی را در نظریه جک (۲۰۱۱) فراهم می‌سازد (ماجی، ۲۰۱۸).

از سوی دیگر، حساسیت به طرد نیز با گوش به زنگی مدام برای نشانه‌های طرد، توصیف شده و از طرد والدین در طی تاریخچه تحولی فرد خبر می‌دهد (داونی و فلدمان<sup>۱</sup>، ۱۹۹۶). درواقع، این گوش به زنگی نه تنها تردید مداوم فرد نسبت به پذیرفته شدن از سوی دیگران و انتظار نادیده گرفته شدن یا حتی رد از سوی آنها را دربر می‌گیرد، بلکه دغدغه همیشگی برای ممانعت از طرد و به‌دست آوردن و نگهداری از پذیرش دیگران را هم شامل می‌شود (آیدوک و همکاران، ۲۰۰۱). بدین ترتیب طرد، خواه به صورت واقعی رخ داده باشد و خواه به صورت انتظار یا پیش‌بینی ذهنی در درون خود فرد باشد، امواج مداومی از اضطراب و خشم را برمی‌انگیزد. در چنین شرایطی، یکی از رویکردهای بسیار محتمل افراد، عقب‌نشستن از خود یا اجتناب از مواجهه مستقیم با اختلاف‌نظر یا تفاوت سلیقه‌ای است که در جریان روابط بین‌فردی روی می‌دهد (لاندن و همکاران<sup>۲</sup>، ۲۰۱۲). چنین رویکردی اصولاً در بطن فرایند خودخاموشی نهفته است (ماجی، ۲۰۱۸) و لاقلاً به‌وضوح در قالب مؤلفه ساکت نمودن خود برای اجتناب از تعارض تعبیه شده است.

از این‌رو است که در پژوهش‌هایی چون بسر و همکاران (۲۰۰۳) و هارپر و همکاران (۲۰۰۶) نقش دو متغیر خودانتقادی و حساسیت به طرد در تجربه ناملایمات روان‌شناختی نه تنها به صورت مستقیم بلکه به صورت غیرمستقیم با واسطه خودخاموشی مورد توجه قرار گرفته است. درواقع، شاید بتوان خودخاموشی را به‌عنوان یک سازوکار واسطه برای انواع متغیرهایی دانست که از یک سو با میزان وابستگی فرد نسبت به دیگران و قضاوت آنها در ارتباط بوده و در عین حال از پیوند غیرقابل انکاری با پیامدهای روان‌شناختی آزارنده‌ای چون اضطراب، افسردگی یا احساس

<sup>۱</sup>. Downey & Feldman

<sup>۲</sup>. London et al

تنهایی برخوردارند (بسر و همکاران، ۲۰۰۳). این موضوع از آنجا نتیجه می‌شود که با افزایش فرایندهای خودانتقادی مبتنی بر حساسیت مفرط نسبت به استانداردهای تدوین شده بیرونی، بخشی از افکار و عواطف درونی به‌منظور نگهداری و حفظ رابطه با دیگران ابراز نشده و از سر تعمد ناگفته باقی می‌ماند (هارپر و همکاران، ۲۰۰۶). انباشت قابل توجه افکار و عواطف ناخوشایند یا حاکی از خشم نیز به‌طور طبیعی مسائل روان‌شناختی متنوعی را ایجاد خواهد کرد (جک، ۲۰۰۱).

#### پیشینه تجربی

متأسفانه پژوهش‌هایی که در سال‌های گذشته پیرامون خودخاموشی در ایران انجام گرفته، به پیوند نظری قدرتمند میان این متغیرها-به‌ویژه در رابطه با آشفتگی‌های روان‌شناختی زنان- توجهی ننموده‌اند. چنان‌که در پژوهش ذبیحی‌دان (۱۳۸۹)، خودانتقادی نه به‌عنوان پیش‌بین خودخاموشی بلکه به‌عنوان واسطه‌ای هم‌ارز خودخاموشی در تبیین رابطه میان الگوهای ارتباطی و احساس تنهایی دانشجویان هر دو جنس به‌کار رفته است. در پژوهش حسینی و درویشی (۱۳۹۴) نیز تبیین دو متغیر خودانتقادی و خودخاموشی براساس ویژگی‌های شخصیتی و ابعاد فرزندپروری خانواده مورد توجه قرار گرفته است. در مطالعه رجیبی و همکاران (۱۳۹۴) نیز گرچه تأثیر خودانتقادی در خودخاموشی مورد ملاحظه قرار گرفته، اما تمرکز اصلی بر روی تبیین احساس تنهایی و افسردگی دانشجویان هر دو جنس براساس میزان خودانتقادی و جهت‌گیری مذهبی درونی آنها به‌واسطه خودخاموشی بوده است. پژوهش حبیبی و همکاران<sup>۱</sup> (۲۰۱۶) نیز که روی نمونه‌ای از زنان ایرانی متمرکز بوده، به مطالعه نقش واسطه‌گری در رابطه میان اختلافات زناشویی و افسردگی پرداخته است. به کلام روشن‌تر، در این پژوهش‌ها به خاستگاه نظری خودخاموشی و رابطه توأمان آن با ساختار خویشتن رابطه‌ای زنان و آشفتگی روان‌شناختی آنها توجه خاصی نشده است. این درحالی است که به باور جک (۲۰۱۱)، نظریه

<sup>۱</sup>. Habibi et al



خودخاموشی در واقع دیدگاهی را برای فهم این موضوع پدید آورده که چگونه جنسیت به‌عنوان یک فرهنگ عمل نموده و تعارض‌های بنیادینی را برای زنان به‌وجود آورده است. به‌علاوه برخی از پژوهش‌هایی که بر مبنای نظریه خودخاموشی انجام گرفته (همچون آدامز<sup>۱</sup>، ۲۰۰۵، آدامز و پلوت<sup>۲</sup>، ۲۰۰۳، علی و تونر<sup>۳</sup>، ۲۰۰۱ و کورتیس<sup>۴</sup>، ۲۰۱۰) بر پیچیدگی رفتار فرهنگ جنسیتی در بطن فرهنگ غالب جامعه و احتمال تفاوت رابطه خودخاموشی و افسردگی زنان در بافت‌های اجتماعی و فرهنگی مختلف تأکید می‌کنند. چنان که کورتیس (۲۰۱۰) به وضوح تأیید می‌نماید در فرهنگ‌هایی با روحیه به‌هم‌پیوستگی، برخلاف فرهنگ‌های مدافع استقلال، یک موضوع هنجاری به‌حساب آمده و از این رهگذر برای زنان، آشفتگی‌های روان‌شناختی چندانی به‌بار نمی‌آورد. شاید از این‌رو است که در مطالعات اخیر که به مرور پژوهش‌های مبتنی بر نظریه خودخاموشی پرداخته‌اند (همچون جک، ۲۰۱۱؛ عمران و همکاران، ۲۰۲۰؛ ماجی، ۲۰۱۸ و ماجی و دیکسی، ۲۰۱۹)، بررسی جزئی‌تر رفتار مؤلفه‌های خودخاموشی در رابطه با آشفتگی‌های روان‌شناختی زنان در فرهنگ‌های مختلف مورد توجه قرار گرفته است. همچنین بر مطالعه نقش واسطه‌گری این مؤلفه‌ها در رابطه آشفتگی‌های روان‌شناختی زنان با متغیرهایی که به‌نحوی ساختار خویش را منعکس می‌سازد، تأکید شده است.

### چارچوب نظری

چنان‌که پیش از این نیز بیان شد، پیوند عمیقی میان نظریه خودخاموشی جک (۱۹۹۱) با سه نظریه خود-در-رابطه (جردن و همکاران، ۱۹۹۱)، نظریه خودتعبیری (کراس و مدسون، ۱۹۹۷) و نظریه خود-برجستگی (روزنفیلد و همکاران، ۲۰۰۵) این ذهنیت را به‌وجود می‌آورد که تجربه خودخاموشی، لااقل در میان جماعت بانوان، محصول مستقیم نوع خاصی از ساختار خویش است که در خلال تاریخ بشری و به‌واسطه اهمیت محافظت و مراقبت از روابط بین‌فردی در آنها شکل گرفته است. شاهد اصلی چنین ذهنیتی به‌طور مشخص در چهار مؤلفه‌ای است که در نظریه خودخاموشی جک، برای این سازه روان‌شناختی ذکر شده است. به‌کلام دیگر، بنابر توصیف جک و دیل (۱۹۹۲) هر چهار مؤلفه ادراک بیرونی از خود، خویشنی که چندپاره شده،

1. Adams

2. Plaut

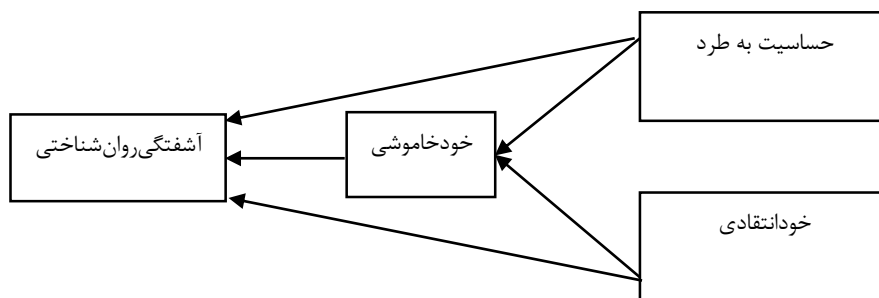
3. Ali & Toner

4. Kurtis



ساکت کردن خود برای اجتناب از تعارض و مراقبت از دیگران به قیمت فدا ساختن خویش، مخلوق یک ساختار خویشتن رابطه‌ای در درون زنان است که حفظ و صیانت از یک رابطه را بر عواطف، افکار و احساسات شخصی ارجحیت می‌بخشد. از سوی دیگر، همین چهار مؤلفه در بطن خویش به یک گسست درونی گریزناپذیر و شکاف میان خود واقعی با چهره بیرونی خویشتن منجر می‌گردند که به احتمال زیاد در قالب طیفی از رنج‌های روان‌شناختی بروز خواهد کرد. از این رو، خالق نظریه خودخاموشی در نوشته‌های اخیر خویش (همچون جک، ۲۰۱۱) از خودخاموشی به‌عنوان سازوکاری یاد می‌کند که از یک سو با میزان وابستگی فرد در ارتباط بوده و از سوی دیگر، با پیامدهای روان‌شناختی آزارنده‌ای همچون اضطراب، افسردگی یا احساس تنهایی مرتبط است.

در نتیجه همین ملاحظات است که بررسی نقش واسطه‌گری مؤلفه‌های خودخاموشی در رابطه میان خودانتقادی و حساسیت به طرد زنان با آشفتگی‌های روان‌شناختی آنها به‌عنوان هدف پژوهش حاضر تعیین گردیده است. به‌کلام روشن‌تر، پژوهش حاضر براساس چشم‌اندازی که در ادبیات پژوهشی وجود دارد و در سطرهای گذشته به اجمال به آن پرداخته شد، به دنبال بررسی الگوی مفهومی خاصی (شکل ۱) است که مطابق آن دو متغیر حساسیت به طرد و خودانتقادی با واسطه ابعاد مختلف خودخاموشی بر جنبه‌های مختلف آشفتگی روان‌شناختی دانشجویان دختر اثر می‌گذارند.



شکل ۱. مدل مفهومی پژوهش



### روش‌شناسی پژوهش

مطالعه حاضر به لحاظ روش در زمره پژوهش‌های همبستگی قرار دارد که برای بررسی روابط بین متغیرها از روش مدل‌یابی معادلات ساختاری<sup>۱</sup> استفاده نموده است. جامعه آماری پژوهش تمامی دانشجویان دختری بودند که در سال تحصیلی ۱۴۰۰-۱۳۹۹ در دانشگاه سلمان فارسی کازرون به تحصیل اشتغال داشتند. به دلیل محدودیت‌های ناشی از همه‌گیری کووید-۱۹ و تعطیلی کلاس‌های حضوری دانشگاه، انتخاب نمونه پژوهشی و فرایند جمع‌آوری اطلاعات به صورت مجازی انجام گرفت. بدین ترتیب که لینک پرسشنامه‌های پژوهش با همکاری معاونت پژوهشی دانشگاه برای تمامی دانشجویان دختر ارسال و از آنها معاودت گردید تا با پاسخ گفتن به سؤالات موجود در لینک در این مطالعه شرکت نمایند. در نهایت ۳۸۱ دانشجوی دختری که در پژوهش شرکت کردند و مشمول ملاک خروج نبودند، به‌عنوان نمونه پژوهش در نظر گرفته شدند. مطابق این ملاک خروج، دانشجویان دختری که طی شش ماه گذشته تحت مراقبت روان‌پزشکی یا روان‌شناسی بودند، از پژوهش کنار گذاشته شدند. گفتنی است که این موضوع در قالب یک پرسش در بخش ابتدایی پرسشنامه‌ها گنجانیده شده بود. به‌علاوه، بایستی اذعان شود که فرایند گردآوری اطلاعات بیشتر با آنچه به‌عنوان نمونه‌گیری دردسترس شناخته می‌شوند، مناسب است. هرچند مطابق راهنمایی کلاین<sup>۲</sup> (۲۰۱۱) برای آزمون یک مدل معادلات ساختاری، نمونه‌ای شامل ۱۰ تا ۲۰ برابر پارامترهای موجود در مدل کفایت می‌کند. همچنین قابل ذکر است که از بین دانشجویان شرکت‌کننده در پژوهش، ۱۲ درصد در دوره کاردانی، ۶۸ درصد در دوره کارشناسی، ۱۸ درصد در دوره کارشناسی ارشد و ۲ درصد در دوره دکتری به تحصیل اشتغال داشتند. میانگین و انحراف استاندارد سنی این دانشجویان نیز به ترتیب ۲۳/۱۴ و ۳/۷۸ بوده است.

### ابزارهای پژوهش

به منظور اندازه‌گیری متغیرهای پژوهش از ابزارهای زیر استفاده شده است:

۱. مقیاس افسردگی، اضطراب و فشار روانی<sup>۳</sup>: در پژوهش حاضر جهت اندازه‌گیری آشفتگی‌های روان‌شناختی از فرم کوتاه شده مقیاس افسردگی، اضطراب و فشار روانی لایبوند و لایبوند<sup>۴</sup> (۱۹۹۵) استفاده شده است. این فرم دارای ۲۱ گویه است و آشفتگی روان‌شناختی افراد را در سه خرده‌مقیاس

۱. Structural Equation Modeling (SEM)

۲. Kline

۳. Depression, Anxiety, Stress Scale

۴. Lovibond & Lovibond

افسردگی (۷ گویه)، اضطراب (۷ گویه) و فشار روانی (۷ گویه) مورد اندازه‌گیری قرار می‌دهد. این گویه‌ها بر روی یک لیکرت چهار درجه‌ای از ۰ (معادل «اصلاً در مورد من صدق نمی‌کند») تا ۳ (معادل «در مورد من خیلی زیاد صدق می‌کند») کدگذاری شده است. لذا نمرات حاصل از پرسشنامه بین ۰ تا ۶۳ متغیر می‌باشد. به‌علاوه، می‌توان گفت که روایی و پایایی این ابزار در پژوهش‌های بسیاری مطلوب گزارش شده و در ایران نیز نخستین بار توسط سامانی و جوکار (۱۳۸۶) مورد بررسی قرار گرفته است. این پژوهشگران جهت بررسی روایی همگرا و واگرایی نسخه فارسی این ابزار، پرسشنامه سلامت عمومی و پرسشنامه سلامت روانی را به‌کار گرفته و جهت مطالعه ساختار عاملی آن از تحلیل عاملی به روش مؤلفه‌های اصلی استفاده نموده‌اند. همچنین، در پژوهش ایشان ضرایب آلفای کرونباخ برای سه خرده‌مقیاس فشار روانی، افسردگی و اضطراب به‌ترتیب ۰/۸۷، ۰/۸۵ و ۰/۷۵ گزارش شده است. در پژوهش حاضر، ضرایب آلفا برای سه خرده‌مقیاس فوق به‌ترتیب ۰/۸۴، ۰/۸۴ و ۰/۷۲ به‌دست آمده است. ۲. مقیاس خودخاموشی<sup>۱</sup>: این مقیاس توسط جک و دیل (۱۹۹۲) به‌منظور اندازه‌گیری تجربه خودخاموشی افراد طراحی شده و دارای ۳۱ گویه است که روی یک طیف لیکرت پنج‌درجه‌ای از کاملاً مخالفم (معادل ۱) تا کاملاً موافقم (معادل ۵) نمره‌گذاری می‌شوند و چهار مؤلفه ادراک بیرونی از خود (با ۶ گویه)، مراقبت از دیگران به قیمت فداکردن خود (با ۹ گویه)، ساکت‌کردن خود (با ۹ گویه) و خویش‌تن تقسیم‌شده (با ۷ گویه) را شامل می‌گردند. جک و دیل (۱۹۹۲) جهت بررسی روایی سازه این مقیاس، ضرایب همبستگی خرده‌مقیاس‌های فوق را با سیاهه افسردگی بک محاسبه نموده و به‌منظور بررسی همسانی درونی آن محاسبه ضرایب آلفای کرونباخ را گزارش نموده‌اند. در پژوهش ایشان، ضرایب آلفای کرونباخ در نمونه دانشجویان دختر برای چهار خرده‌مقیاس بالا و همین‌طور کل مقیاس به‌ترتیب ۰/۷۵، ۰/۶۵، ۰/۷۸، ۰/۷۴ و ۰/۸۶ گزارش شده است. روایی و پایایی نسخه فارسی مقیاس خودخاموشی نیز پیش از این در پژوهش‌هایی همچون رجبی و همکاران (۱۳۹۴)، حسینی و درویشی (۱۳۹۴) و ذبیحی‌دان (۱۳۸۹) مورد بررسی قرار گرفته و شاخص‌های روان‌سنجی آن مطلوب گزارش شده است. در پژوهش حاضر نیز ضرایب آلفای کرونباخ برای چهار خرده‌مقیاس ادراک بیرونی از خود، مراقبت از دیگران به قیمت فداکردن خود، ساکت‌کردن خود و خویش‌تن تقسیم‌شده و همین‌طور کل مقیاس به‌ترتیب ۰/۷۴، ۰/۶۴، ۰/۶۲، ۰/۷۷ و ۰/۸۷ برآورد شده است.

۱. The Silencing The Self Scale



۳. مقیاس سطوح خودانتقادی<sup>۱</sup>: این مقیاس توسط تامپسون و زوروف<sup>۲</sup> (۲۰۰۴) طراحی شده و دو شکل ناکارآمد ارزیابی منفی از خود، یعنی خودانتقادی مقایسه‌ای<sup>۳</sup> و خودانتقادی درونی<sup>۴</sup> را اندازه‌گیری می‌نماید. این ابزار از ۲۲ گویه (۱۲ گویه در خرده‌مقیاس خودانتقادی مقایسه‌ای و ۱۰ گویه در خرده‌مقیاس خودانتقادی درونی‌شده) تشکیل شده که تمامی آنها روی طیف لیکرت هفت‌درجه‌ای از ۱ (معادل اصلاً) تا ۷ (معادل خیلی خوب) نمره‌گذاری می‌شوند. سازندگان ابزار ضرایب آلفای کرونباخ برای دو خرده‌مقیاس خودانتقادی مقایسه‌ای و خودانتقادی درونی‌شده به ترتیب ۰/۸۴ و ۰/۸۸ گزارش نموده‌اند. موسوی و قربانی (۱۳۸۵) برای نخستین بار روایی و پایایی نسخه فارسی این پرسشنامه را بررسی و ضرایب آلفای کرونباخ ۰/۸۷ و ۰/۵۵ را جهت دو خرده‌مقیاس خودانتقادی مقایسه‌ای و خودانتقادی درونی‌شده گزارش نموده‌اند. شاخص‌های روان‌سنجی این نسخه از مقیاس سطوح خود در پژوهش‌هایی چون حسینی و افشاری‌نیا (۱۳۹۷)، شریعتی و همکاران (۱۳۹۵) و ملک‌پور و همکاران (۱۳۹۶) نیز مطلوب گزارش شده است. در پژوهش حاضر نیز ضریب آلفای کرونباخ دو خرده‌مقیاس خودانتقادی مقایسه‌ای و خودانتقادی درونی‌شده به ترتیب ۰/۸۶ و ۰/۷۲ برآورد شده است.

۴. پرسشنامه حساسیت به طرد<sup>۵</sup>: این پرسشنامه توسط داوونی و فلدمن (۱۹۹۶) طراحی شده و دارای ۱۸ گویه در دو قسمت الف و ب است که به ترتیب میزان اضطراب فرد را هنگام درخواست یک تقاضا و احتمال دریافت پاسخ مثبت از سوی دیگران مطرح می‌سازد. در تمامی گویه‌ها قسمت الف روی یک طیف لیکرت شش‌درجه‌ای از ۱ (معادل بسیار بی‌تفاوت) تا ۶ (معادل بسیار نگران) و در قسمت ب روی لیکرت شش‌درجه‌ای از ۱ (معادل بسیار بعید است) تا ۶ (معادل به احتمال زیاد) نمره‌گذاری می‌شود. داوونی و فلدمن (۱۹۹۶) سه مرحله را برای محاسبه میزان حساسیت به طرد در این پرسشنامه ابداع نموده‌اند: (۱) محاسبه نمرات انتظار طرد در هر گویه با کم کردن انتظار پذیرش از ۷؛ (۲) ضرب نمره انتظار طرد هر گویه در درجه اضطراب آن و (۳) میانگین نمرات حاصل ضرب بالا برای تمامی گویه‌ها. سازندگان ابزار یک ساختار تک‌عاملی را برای پرسشنامه حساسیت به طرد تأیید نموده و مقدار ۰/۸۳ را جهت ضریب آلفای کرونباخ کل مقیاس گزارش کرده‌اند. روایی و پایایی نسخه فارسی پرسشنامه حساسیت به طرد در پژوهش خوشکام و همکاران (۱۳۹۳) مورد بررسی قرار گرفته است. نتایج مربوط به تحلیل عاملی اکتشافی و تحلیل عاملی تأییدی در این پژوهش، وجود یک ساختار دوعاملی متشکل از

1. The Levels of Self-Criticism Scale

2. Thompson & Zuroff

3. Comparative Self-Criticism

4. Internalized Self-Criticism

5. Rejection Sensitivity Questionnaire

مؤلفه‌های انتظار پاسخ و نگرانی از عدم پذیرش درخواست را شناسایی نموده است. خوشکام و همکاران (۱۳۹۳) همسانی درونی این دو مؤلفه را از طریق محاسبه ضریب آلفای کرونباخ به ترتیب ۰/۸۳ و ۰/۸۵ برآورده نموده‌اند. در پژوهش حاضر تنها از نمره کل پرسشنامه حساسیت به طرد استفاده شده و ضریب آلفای کرونباخ برای کل مقیاس ۰/۸۰ به دست آمده است.

### یافته‌های پژوهش

شاخص‌های توصیفی متغیرهای پژوهش به شرح جدول ۱ است. البته قابل ذکر است که مفروضه‌های آماری طی فرایند پالایش و غربال‌گری داده‌ها مورد بررسی قرار گرفته است. چنان‌که در جدول ۱ نیز مشاهده می‌شود، جهت بررسی وضعیت نرمال تک‌متغیری از شاخص‌های کجی<sup>۱</sup> و کشیدگی<sup>۲</sup> استفاده شده است که مطابق راهنمایی میرز و همکاران (۲۰۰۶) با قرار گرفتن در محدوده -۱ تا +۱ یک وضعیت مطلوب را به نمایش می‌گذارد. به‌منظور بررسی داده پرت چندمتغیری نیز از محاسبه فاصله مهالانویس استفاده شده است. جهت بررسی وضعیت نرمال چندمتغیری نیز از مقدار ضریب کشیدگی چندمتغیری<sup>۳</sup> استفاده شده که مطابق نظر بنتلر<sup>۴</sup> (۲۰۰۶) با مقادیر کوچکتر از ۵ بر برقراری مفروضه نرمال چندمتغیری دلالت می‌کند. چنان‌که در جدول ۱ نیز مشاهده می‌گردد ضرایب همبستگی گزارش شده بر رابطه مثبت و معنی‌دار بین کلیه متغیرهای پژوهش شامل حساسیت به طرد، مؤلفه‌های خودانتقادی (خودانتقادی درونی شده و خودانتقادی مقایسه‌ای)، مؤلفه‌های خودخاموشی (مراقبت/فدا کردن خود، ادراک بیرونی از خود، خودخاموشی و خویشتن تقسیم‌شده) و مؤلفه‌های آشفتگی روان‌شناختی (اضطراب، افسردگی و فشار روانی) دلالت می‌کند.

جدول ۱. شاخص‌های توصیفی متغیرهای پژوهش

متغیرها	۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸	۹	۱۰
حساسیت به طرد	۱									

۱. Skew

۲. Kurtosis

۳. Multivariate Kurtosis

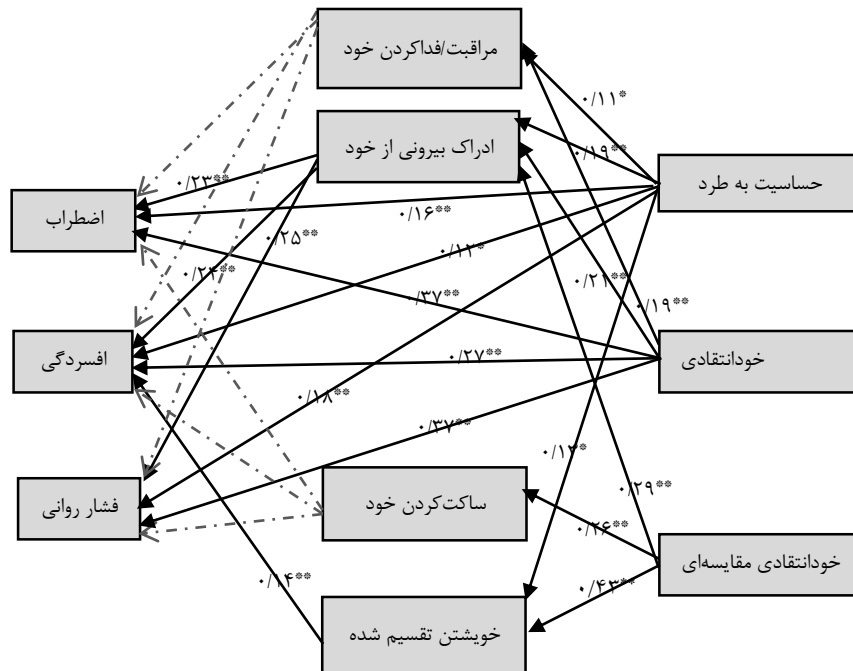
۴. Bentler



								۱	۰/۳۸ <sup>۰۰</sup>	خود انتقادی درونی شده
								۱	۰/۴۵ <sup>۰۰</sup>	خود انتقادی مقایسه‌ای
							۱	۰/۲۰ <sup>۰۰</sup>	۰/۲۱ <sup>۰۰</sup>	مراقبت/ فدا کردن خود
							۱	۰/۵۲ <sup>۰۰</sup>	۰/۴۸ <sup>۰۰</sup>	ادراک بیرونی از خود
							۱	۰/۴۳ <sup>۰۰</sup>	۰/۵۴ <sup>۰۰</sup>	ساکت کردن خود
							۱	۰/۵۳ <sup>۰۰</sup>	۰/۶۳ <sup>۰۰</sup>	خوبشستن تقسیم‌شده
							۱	۰/۳۵ <sup>۰۰</sup>	۰/۱۵ <sup>۰۰</sup>	اضطراب
							۱	۰/۷۱ <sup>۰۰</sup>	۰/۴۳ <sup>۰۰</sup>	افسردگی
							۱	۰/۷۰ <sup>۰۰</sup>	۰/۸۰ <sup>۰۰</sup>	فشار روانی
۹/۰۵	۷/۵۵	۶/۵۷	۱۸/۶۳	۲۹/۲۹	۱۶/۵۹	۲۸/۳۱	۲۹/۶۸	۳۲/۶۶	۸/۵۷	میانگین
۴/۷۶	۵/۲۳	۴/۲۱	۵/۰۴	۵/۳۰	۴/۳۸	۵/۱۶	۹/۷۰	۱۲/۵۵	۴/۳۹	انحراف استاندارد
۰/۴۰	۰/۸۸	۰/۸۲	۰/۳۴	-۰/۰۳	۰/۴۰	-۰/۰۲	۰/۱۷	-۰/۱۰	۱/۰۰	کجی
-۰/۶۴	۱/۰۰	۰/۰۴	-۰/۲۰	۰/۴۵	-۰/۰۷	۰/۳۴	۰/۴۴	-۰/۵۹	۱/۰۰	کشیدگی

منبع: یافته‌های پژوهش ( $*P < 0/01$ ,  $**P < 0/001$ )

در ادامه تحلیل نیز الگوی پیشنهادی پژوهش که طی آن حساسیت به طرد و مؤلفه‌های خودانتقادی به‌عنوان متغیر برون‌زاد، مؤلفه‌های خودخاموشی به‌عنوان متغیرهای واسطه و مؤلفه‌های آشفتگی روان‌شناختی به‌عنوان متغیرهای درون‌زاد در نظر گرفته شده و با استفاده از روش مدل‌یابی معادلات ساختاری مورد بررسی قرار گرفته است. الگوی نهایی پژوهش در شکل ۱ ارائه شده است.



شکل ۱. الگوی نهایی پژوهش

منبع: یافته‌های پژوهش

شاخص‌های برازش الگوی نهایی پژوهش نیز در جدول ۲ آورده شده است. چنان که در این جدول مشاهده می‌گردد مقادیر شاخص‌های نیکویی برازش<sup>۱</sup>، شاخص نیکویی برازش اصلاح‌شده<sup>۲</sup>، برازش

<sup>۱</sup>. Goodness-of-Fit Index

<sup>۲</sup>. Adjusted Goodness of Fit Index



تطبیقی<sup>۱</sup>، برازش افزایشی<sup>۲</sup>، برازش هنجار شده<sup>۳</sup> و شاخص توکر-لویس<sup>۴</sup> در رابطه با این الگو بزرگتر از ۰/۹۵ هستند که مطابق نظر هوپر و همکاران<sup>۵</sup> (۲۰۰۸) در بازه قابل قبول قرار می‌گیرند. مقادیر دو شاخص نسبت مجذور خی بر درجه آزادی<sup>۶</sup> و ریشه خطای میانگین مجذورات تقریب<sup>۷</sup> نیز به ترتیب ۱/۷۶ و ۰/۰۵ می‌باشد که هر دو مطابق راهنمایی هوپر و همکاران (۲۰۰۸) در بازه قابل قبول قرار می‌گیرند.

جدول ۲. شاخص‌های برازش الگوی نهایی پژوهش

شاخص	CMIN/DF	CFI	IFI	NFI	TLI	RMSEA	GFI	AGFI
مقدار	۱/۷۶	۰/۹۹	۰/۹۹	۰/۹۹	۰/۹۸	۰/۰۵	۰/۹۹	۰/۹۸
مقدار قابل قبول	<۳	>۰/۹۵	>۰/۹۵	>۰/۹۵	>۰/۹۵	<۰/۰۷	>۰/۹۵	>۰/۹۵

منبع: یافته‌های پژوهش

اثرهای مستقیم، غیرمستقیم و کل مطرح در الگوی نهایی پژوهش در جدول ۳ گزارش شده است. چنان‌که در این جدول مشاهده می‌گردد خودانتقادی درونی شده دانشجویان دختر دارای اثرهای مستقیم و معنی‌دار بر دو مؤلفه خودخاموشی (یعنی ادراک بیرونی از خود و مراقبت/فداکردن خود: به ترتیب  $\beta=0/21, P<0/001$  و  $\beta=0/19, P<0/001$ ) و هر سه مؤلفه آشفتگی روان‌شناختی (یعنی فشار روانی، اضطراب و افسردگی: به ترتیب  $\beta=0/37, P<0/001$ ،  $\beta=0/37, P<0/001$  و  $\beta=0/27, P<0/001$ ) است. خودانتقادی مقایسه‌ای نیز دارای اثرهای مستقیم و معنی‌داری بر سه مؤلفه خودخاموشی (یعنی خویشتن تقسیم‌شده، ادراک بیرونی از خود و ساکت‌نمودن خود: به ترتیب  $\beta=0/43, P<0/001$ ،  $\beta=0/29, P<0/001$  و  $\beta=0/26, P<0/001$ ) است. به علاوه، چنان‌که جدول ۳ نشان می‌دهد حساسیت به طرد دانشجویان دختر نیز دارای اثرهای مستقیم و معنی‌داری بر سه مؤلفه خودخاموشی (یعنی خویشتن تقسیم‌شده، ادراک بیرونی از خود و مراقبت/فداکردن خود: به ترتیب  $\beta=0/13, P<0/001$ ،  $\beta=0/19, P<0/001$  و  $P<0/001$ ).

1. Comparative Fit Index
2. Incremental Fit Index
3. Normed Fit Index
4. Tucker-Lewis Index
5. Hooper et al
6. Normed Chi-Square
7. Root Mean Squared Error of Approximation



و  $\beta=0/11$  و هر سه مؤلفه آشفتگی روان‌شناختی (به ترتیب  $P<0/001$ ،  $\beta=0/18$ ،  $P<0/001$ ،  $\beta=0/16$  و  $P<0/001$ ) است. از بین مؤلفه‌های خودخاموشی نیز خویشتن تقسیم‌شده دارای اثر مستقیم و معنی‌داری بر افسردگی ( $\beta=0/14$ ،  $P<0/001$ ) و ادراک بیرونی از خود دارای اثرهای مستقیم و معنی‌داری بر هر سه مؤلفه آشفتگی روان‌شناختی (به ترتیب  $P<0/001$ ،  $\beta=0/25$ ،  $P<0/001$ ،  $\beta=0/23$  و  $P<0/001$ ) هستند.

هم‌چنان که در جدول ۳ گزارش شده، خودانتقادی درونی‌شده، خودانتقادی مقایسه‌ای و حساسیت به طرد دارای اثرهای غیرمستقیم و معنی‌دار بر هر سه مؤلفه آشفتگی روان‌شناختی می‌باشند. آزمون بوت‌استرپ (با فاصله اطمینان ۹۵ درصدی) این اثرهای غیرمستقیم را مورد تأیید قرار داده و نقش واسطه‌گری دو مؤلفه خودخاموشی یعنی ادراک بیرونی از خود و خویشتن تقسیم‌شده را تأیید می‌نماید.

جدول ۳. اثرهای مستقیم، غیرمستقیم و کل در مدل ساختاری

مسیر	اثر مستقیم	اثر غیرمستقیم	اثر کل
خودانتقادی درونی‌شده ← ادراک بیرونی از خود	0/21**	---	0/21**
خودانتقادی درونی‌شده ← مراقبت/فداکردن خود	0/19**	---	0/19**
خودانتقادی درونی‌شده ← فشار روانی	0/37**	0/06*	0/43**
خودانتقادی درونی‌شده ← اضطراب	0/37**	0/05*	0/42**
خودانتقادی درونی‌شده ← افسردگی	0/27**	0/06*	0/33**
خودانتقادی مقایسه‌ای ← خویشتن تقسیم‌شده	0/43**	---	0/43**
خودانتقادی مقایسه‌ای ← ادراک بیرونی از خود	0/29**	---	0/29**
خودانتقادی مقایسه‌ای ← ساکت کردن خود	0/26**	---	0/26**
خودانتقادی مقایسه‌ای ← فشار روانی	---	0/07*	0/07*
خودانتقادی مقایسه‌ای ← اضطراب	---	0/07*	0/07*
خودانتقادی مقایسه‌ای ← افسردگی	---	0/13*	0/13*
حساسیت به طرد ← خویشتن تقسیم‌شده	0/13*	---	0/13*
حساسیت به طرد ← ادراک بیرونی از خود	0/19**	---	0/19**
حساسیت به طرد ← مراقبت/فداکردن خود	0/11*	---	0/11*
حساسیت به طرد ← فشار روانی	0/18**	0/05*	0/23**



۰/۲۱**	۰/۰۵*	۰/۱۶**	حساسیت به طرد ← اضطراب
۰/۱۹**	۰/۰۷*	۰/۱۲*	حساسیت به طرد ← افسردگی
۰/۱۴**	---	۰/۱۴**	خویشتن تقسیم‌شده ← افسردگی
۰/۲۵**	---	۰/۲۵**	ادراک بیرونی از خود ← فشار روانی
۰/۲۳**	---	۰/۲۳**	ادراک بیرونی از خود ← اضطراب
۰/۲۴**	---	۰/۲۴**	ادراک بیرونی از خود ← افسردگی

منبع: یافته‌های پژوهش ( $P < 0/01$ ،  $**P < 0/001$ )

### بحث و نتیجه‌گیری

چنان‌که پیش از این گفته شد، پژوهش حاضر با هدف بررسی نقش واسطه‌گری مؤلفه‌های خودخاموشی در رابطه میان خودانتقادی و حساسیت به طرد آشفتگی‌های روان‌شناختی در دانشجویان دختر انجام شده است. یافته‌های پژوهشی به‌طور کلی با این رویکرد نظری که تجربه آشفتگی روانی زنان را در ارتباط با ساختار خویشتن آنها می‌داند، همخوانی دارد. به‌عبارتی، یافته‌های پژوهش حاضر را می‌توان به مجموعه شواهدی افزود که در هماهنگی با سه نظریه خود-در-رابطه، خودتعبیری و خود-برجستگی، از تأثیر متغیرهای نشأت گرفته از ساختار رابطه‌ای خویشتن بر تجربه آشفتگی روان‌شناختی زنان حمایت می‌کنند. این موضوع در تأثیر مستقیم هر دو متغیر خودانتقادی و حساسیت به طرد بر جنبه‌های مختلف آشفتگی روان‌شناختی دانشجویان شرکت‌کننده در پژوهش حاضر انعکاس یافته است. این تأثیر نه‌تنها در رابطه با افسردگی که به دفعات از سوی پژوهش‌های گذشته (چون آیدوک و همکاران، ۲۰۰۱؛ بلات و زوروف، ۱۹۹۲ و منگارین و لدر، ۲۰۰۶) مورد تأکید قرار گرفته، بلکه در رابطه با اضطراب و استرس دانشجویان نیز مشاهده می‌گردد.

هرچند مطابق الگوی نهایی پژوهش حاضر، از بین سطوح خودانتقادی یعنی خودانتقادی درونی‌شده و خودانتقادی مقایسه‌ای، تنها مورد نخست به‌طور مستقیم بر آشفتگی روان‌شناختی دانشجویان دختر تأثیر گذاشته است. این موضوع گرچه در مرور پیشینه پژوهشی چندان مسبوق به سابقه به‌نظر نمی‌رسد، اما ممکن است با توجه به ماهیت سطوح متفاوت خودانتقادی قابل درک باشد. در واقع بنا بر توصیف تامپسون و زوروف (۲۰۰۴)، سطح خودانتقادی مقایسه‌ای،

چنان‌که از عنوان آن برمی‌آید، متمرکز بر مقایسه نامطلوب خود با دیگرانی است که برتر، خصمانه یا منتقد نگریسته می‌شوند. درحالی که سطح درونی‌شده به تلقی منفی از خود در مقایسه با استانداردهای درونی و شخصی بازمی‌گردد که فارغ از وضعیت دیگران یا حتی ارزیابی‌های آنها، کاستی‌ها و معایب فرد را در مقایسه با آنچه از خود انتظار داشته است، هشدار می‌دهد. از این‌رو مطابق استدلال یاماگوچی و همکاران (۲۰۱۴) می‌توان گفت سطح درونی‌شده خودانتقادی به واسطه امکان کمتری که برای شفقت فرد نسبت به خود باقی می‌گذارد، به تجربه وسیع‌تری از آشفتگی‌های روان‌شناختی منجر خواهد شد.

البته چنان‌که الگوی نهایی پژوهش نشان می‌دهد مشابه این تفاوت در تأثیر مستقیم سطوح خودانتقادی بر مولفه‌های خودخاموشی نیز ظاهر گردیده است. به کلام روشن‌تر، گرچه یافته‌های مطالعه حاضر مبنی بر تأثیر خودانتقادی بر خودخاموشی به‌طور کلی با نتایج پژوهش‌های بسر و همکاران (۲۰۰۳) یا رجبی و همکاران (۱۳۹۴) همسو می‌باشد؛ اما به هر ترتیب، خودانتقادی درونی‌شده بر دو مؤلفه مراقبت/فداکردن خود و ادراک بیرونی از خود تأثیر گذارده و خودانتقادی مقایسه‌ای دارای تأثیر مستقیمی بر مؤلفه‌های ادراک بیرونی از خود، ساکت‌کردن خود و خویشتن تقسیم‌شده است. متأسفانه براساس پژوهش‌های گذشته که تنها از نمره کل خودخاموشی و خودانتقادی استفاده نموده‌اند، نمی‌توان الگویی برای تبیین این تفاوت‌ها جستجو نمود. اما باز هم با رجوع به ماهیت دو سطح متفاوت خودانتقادی می‌توان چنین گمانه‌زنی کرد که وقتی شکل مقایسه‌ای خودانتقادی در کسی شدت می‌گیرد، وی بنیان عزت‌نفس خویش را بر ادراکی که از ارزیابی‌های دیگران دارد، بنا نموده و اغلب تمایل دارد دیگران را برتر از خود و منتقد نسبت به خویش قلمداد کند (یاماگوچی و همکاران، ۲۰۱۴). این موضوع به‌طور طبیعی او را مستعد وضع استانداردهای بیرونی برای خود خواهد ساخت که درواقع با مؤلفه ادراک بیرونی از خود در مفهوم خودخاموشی مطابقت دارد. به‌علاوه، چنین فردی به قصد بهبود ارزیابی‌های دیگران، ضمن پنهان نمودن بخشی از افکار و احساسات خود که به رابطه با دیگران آسیب می‌رساند، به سمت نمایش یک خویشتن متفاوت که در ظاهر بسیار راضی، مطلوب و سازگار است تمایل



پیدا می‌کند که به ترتیب انعکاسی از مؤلفه‌های ساکت کردن خود و خویش‌تن تقسیم‌شده در مفهوم خودخاموشی است.

این درحالی است که شدت گرفتن شکل درونی‌شده خودانتقادی، نوعی احساس کاستی و کمبود را در فرد دامن می‌زد که در نهایت حتی ممکن است موفقیت‌های وی را نیز همچون شکست با نکته‌بینی‌های نقادانه روبه‌رو سازد (یاماگوچی و همکاران، ۲۰۱۴). بالتبع در چنین شرایطی ممکن است فرد برای نجات از قاضی سخت‌گیر درونی خود به استانداردهایی که از سوی دیگران وضع شده پناه ببرد که انعکاس واضحی از مؤلفه ادراک بیرونی از خود در مفهوم خودخاموشی است. به‌علاوه غرق ساختن خود در رفع نیازهای دیگران و در اولویت قرار دادن آنها که وجه مشخص مؤلفه دیگر خودخاموشی یعنی مراقبت/فداکردن خود است می‌تواند راهکار دیگری برای فرار از سخت‌گیری‌های بی‌امان و خالی از شفقت قاضی درونی باشد.

از طرفی، چنان‌که الگوی نهایی پژوهش نشان می‌دهد حساسیت به طرد نیز علاوه بر تأثیر مستقیم بر هر سه جنبه آشفتگی روان‌شناختی، بر مؤلفه‌های مراقبت/فداکردن خود، ادراک بیرونی از خود و خویش‌تن تقسیم‌شده نیز اثر گذاشته است. البته این تأثیر گسترده حساسیت به طرد بر تجربه آشفتگی روان‌شناختی زنان موضوعی است که در پژوهش‌های پیشین (همچون آیدوک و همکاران، ۲۰۰۱) نیز مورد تأکید قرار گرفته و یافته‌های پژوهش حاضر را می‌توان به مجموعه شواهد موجود اضافه نمود. تأثیر حساسیت به طرد بر خودخاموشی نیز بنابر مفاهیمی که از هر دو متغیر استنباط می‌شود، کاملاً مورد انتظار است. در واقع زنان در رویارویی با اضطراب و گوش به زنگی مداوم نسبت به نشانه‌های طرد دو راهکار عمده را پیش روی خود تصور می‌کنند؛ نخست بروز مستقیم و آشکار خشم که چندان با کلیشه‌های سنتی از آرامش، متانت و لطافت جنس زن مطابقت ندارد و از این‌رو کمتر مورد انتخاب قرار می‌گیرد. دومین راهکار که با احتمال بیشتری مورد انتظار است، دوری گزیدن از هر چیزی است که امکان بروز اختلاف جدی و در نتیجه احتمال طرد را افزایش دهد (ماجی، ۲۰۱۸). بالتبع انجام عملی این راهکار به همان مواردی منجر خواهد شد که در قالب مؤلفه‌های خودخاموشی مفهوم‌سازی گردیده است.

البته چنان‌که الگوی نهایی پژوهش نشان می‌دهد در نهایت حساسیت به طرد و سطوح خودانتقادی تنها به‌واسطه دو مؤلفه ادراک بیرونی از خود و خویش‌تن تقسیم‌شده بر روی تجربه

آشفتگی روان‌شناختی دانشجویان دختر شرکت‌کننده در این مطالعه تأثیر گذاشته‌اند و دو مؤلفه دیگر خودخاموشی، یعنی مراقبت از دیگران به قیمت فداکردن خود و ساکت کردن خود به‌منظور اجتناب از تعارض بین‌فردی این نقش واسطه‌گری را ایفا نکرده‌اند. این موضوع اگرچه در پژوهش‌های پیشین که اغلب از نمره کلی پرسشنامه خودخاموشی استفاده نموده‌اند، مسبق به سابقه نیست؛ اما با توجه به مفهوم‌سازی جک (۲۰۱۱) از مؤلفه‌های چهارگانه خودخاموشی چندان بعید و غیرقابل انتظار به‌نظر نمی‌رسد. در واقع برای فهم این یافته، نخست بایستی به خاطر داشت که مؤلفه ادراک بیرونی از خود به گرایش زنان برای ارزیابی منفی خود براساس استانداردهای بیرونی اشاره دارد و مؤلفه خویشتن تقسیم‌شده نیز به تمایل زنان برای نمایش یک خویشتن بیرونی بازمی‌گردد که به‌طور معمول با مقتضیات نقش زنانه آنها هماهنگ، ولی در عین حال با خویشتن درونی آنها که مملو از خشم و کینه است، تفاوت بسیار دارد. شاید از این‌رو است که این دو مؤلفه به باور جک (۲۰۱۱)، سطح عمیق‌تری از خودخاموشی زنان را نشان می‌دهد که به‌طور واضح با پدیدارشناسی آشفتگی‌های روان‌شناختی به‌ویژه افسردگی مطابقت دارند. این درحالی است که دو مؤلفه دیگر یعنی مراقبت/فداکردن خود و ساکت کردن خود لااقل برای دانشجویان شرکت‌کننده در این پژوهش به معنای راهبردهایی برای نگاهداری از روابط قلمداد شده‌اند که به تجربه آشفتگی‌های روان‌شناختی نیز دامن زده‌اند. چنان‌که پژوهش کورتیس (۲۰۱۰) نیز نشان می‌دهد گاه بعضی از رفتارهای منتسب به خودخاموشی در یک بافت فرهنگی خاص، با بازداری نیازها و باورهای فردی به احتمال کاهش تنش‌های بین‌فردی کمک کرده و از این رهگذر تهدیدی برای بهزیستی افراد به‌حساب نمی‌آیند.

به هر ترتیب، آنچه از الگوی نهایی پژوهش به‌دست می‌آید را می‌توان تأییدی بر نقش واسطه‌گری مؤلفه‌های خودخاموشی در رابطه میان خودانتقادی و حساسیت به طرد دانشجویان دختر با آشفتگی روان‌شناختی آنها دانست. چنان‌که پیش از این گفته شد، افزایش فرایندهای خودانتقادی و حساسیت به طرد که هر دو بر تکیه افراطی زنان بر استانداردهای تدوین شده بیرونی دلالت می‌کند، باعث عدم بروز و پنهان ماندن بخش عمده‌ای از افکار و عواطف درونی، آن به‌منظور نگاهداری و حفظ رابطه با دیگران می‌شود. اما درنهایت باقی ماندن حجم بالایی از



افکار و عواطف ناخوشایند به‌ویژه بخشی که ناشی از تجربه خشم در رابطه با دیگران است، به طیف متنوعی از مسائل روان‌شناختی خواهد انجامید.

البته بایستی در کنار این تبیین‌ها به خاطر داشت که مطالعه حاضر همچون هر پژوهش دیگری با محدودیت‌های خاص خود روبه‌رو است. به‌ویژه، این‌که بر روی نمونه دانشجویان دختر انجام گرفته که بنابر مقتضیات زندگی دانشجویی، تجربه‌های متنوع‌تری از روابط بین‌فردی در اختیار دارند و ممکن است در تعیین اهمیت نیازهای شخصی و نگهداری روابط بین‌فردی به اولویت‌های متفاوتی دست یافته باشند. از این‌رو شاید یکی از ضروری‌ترین مسائل در مطالعات مربوط به خودخاموشی در جامعه زنان ایرانی، انجام پژوهش‌هایی است که تفاوت موضوعی خودخاموشی بین زنانی از اقشار متفاوت را فاش نموده و تأثیر جایگاه اجتماعی زنان را بر رفتارهای خودخاموشی آنها گزارش نماید. از سوی دیگر، مطالعه حاضر در چارچوب روش‌های کمی انجام گرفته و در ارائه تصویر روشنی از خودخاموشی زنان ایرانی که تأثیر باورها و سنت‌های فرهنگی را نیز با خود به همراه دارد، دارای محدودیت است. به‌کلام روشن‌تر، درک زوایای مختلف تجربه خودخاموشی زنان ایرانی و سویه‌های مثبت و منفی این تجربه درخصوص آشفتگی‌های روان‌شناختی به مدد کاربرد صرف پرسشنامه خودخاموشی میسر نبوده و توجه پژوهش‌های آتی به روش‌های کیفی یا ترکیبی از روش‌های کمی و کیفی ضروری است.

درنهایت باتوجه به نتایج پژوهش پیشنهاد می‌شود با برگزاری دوره‌های آموزشی، دختران جوان را با سازوکار روانی مشخصی که به واسطه تکیه افراطی بر استانداردهای بیرونی در درون آنها طی شده و درنهایت به ناملایماتی از قبیل اضطراب و افسردگی منجر می‌گردد، آشنا کرد. در این زمینه، برگزاری کارگاه‌های آموزشی متنوعی که دانشجویان دختر را با سازه‌های روان‌شناختی خاصی چون خویش‌نوازی و ابسته، خودانتقادی، حساسیت به طرد و خودخاموشی و فرایندهای درونی خویش آگاه نماید، می‌تواند راهگشا باشد.

## منابع

- حسینی، راضیه و افشاری‌نیا، کریم. (۱۳۹۷). پیش‌بینی تصویربدن و سطوح خودانتقادی بر مبنای طرحواره‌های ناسازگار اولیه. *مجله علوم حرکتی و رفتاری*، ۱(۲)، ۸۷-۹۶.
- حسینی، فریده‌سادات و درویشی، کبری. (۱۳۹۴). نقش ویژگی‌های شخصیتی و ابعاد فرزندپروری خانواده در خودخاموشی و خودنقدی نوجوانان. *فصلنامه فرهنگی- تربیتی زنان و خانواده*، ۱۰(۳۲)، ۷۳-۹۸.
- خوشکام، سمیرا، بهرامی، فاطمه، رحمت‌الهی، فرحناز و نجارپوریان، سمانه. (۱۳۹۳). خصوصیات روان‌سنجی پرسشنامه حساسیت به طرد در دانشجویان. *پژوهش‌های روان‌شناختی*، ۱۷(۱)، ۲۴-۴۴.
- ذبیحی‌دان، سحر. (۱۳۸۹). رابطه الگوهای ارتباطی خانواده و احساس تنهایی با واسطه‌گری خودنقدی و خودخاموشی. *پایان‌نامه کارشناسی ارشد روان‌شناسی تربیتی*، دانشگاه شیراز.
- رجبی، غلامرضا، ملک‌محمدی، فاطمه، امان‌الهی‌فر، عباس و سودانی، منصور. (۱۳۹۴). خودانتقادی، جهت‌گیری مذهبی درونی، افسردگی و احساس تنهایی با میانجی‌گری خودخاموشی در دانشجویان درگیر رابطه رمانتیک: یک مدل تحلیل مسیر. *مجله اصول بهداشت روانی*، ۱۷(۶)، ۲۸۴-۲۹۱.
- شریعتی، مریم، حمید، نجمه، هاشمی، اسماعیل، بشلیده، کیومرث و مرعشی، علی. (۱۳۹۵). اثربخشی درمان مبتنی بر مهرورزی بر افسردگی و خودانتقادی دانشجویان دختر. *دانش و پژوهش در روان‌شناسی کاربردی*، ۱۷(۱)، ۴۳-۵۰.
- ملک‌پور، فرزانه، مهربابی‌زاده هنرمند، مهناز و رحیمی، محمد. (۱۳۹۶). رابطه علی انواع خودمجدوبی و کمال‌گرایی ناسازگار با افسردگی از طریق میانجی‌گری خودانتقادی در دانشجویان. *مطالعات روان‌شناختی*، ۱۳(۳)، ۲۵-۴۴.



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

میرز، لاورنس، گامست، گلن و گارینو، ای. جی. (۲۰۰۶). پژوهش چندمتغیری کاربردی (طرح و تفسیر). ترجمه حسن پاشاشریفی و همکاران (۱۳۹۱). انتشارات رشد، تهران.

Abrams, J. A., Hill, A. & Maxwell, M. (2019). Underneath the mask of the strong black woman schema: Disentangling influences of strength and self-silencing on depressive symptoms among U.S. Black women. *Sex Roles*, 80(9), 517-526.

Adams, G. (2005). The Cultural Grounding of Personal Relationship: Enemyship in North American and West African Worlds. *Journal of Personality and Social Psychology*, 88(6), 948-968.

Adams, G. & Plaut, V. C. (2003). The cultural grounding of personal relationship: Friendship in North American and West African worlds. *Personal Relationships*, 10(3), 333-347.

Ali, A. & Toner, B. B. (2001). Symptoms of depression among Caribbean women and Caribbean-Canadian women. *Psychology of Women Quarterly*, 25(3), 175-180.

Ayduk, O., Downey, G. & Kim, M. (2001). Rejection sensitivity and depressive symptoms in women. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 27(7), 868-877.

Blatt, S. J. & Zuroff, D. C. (1992). Interpersonal relatedness and self-definition: Two prototypes for depression. *Clinical Psychology Review*, 12(5), 527-562.

Bentler, P. M. (2006). *EQS 6 Structural Equations Program Manual*. Encino, CA: Multivariate Software Inc.

Bessera, A., Flett, G. B. & Davis, R. A. (2003). Self-criticism, dependency, silencing the self, and loneliness: A test of a mediational model. *Personality and Individual Differences*, 34(8), 1735-1752.

Downey, G. & Feldman, S. I. (1996). Implications of rejection sensitivity for intimate relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 70(6), 1327-1343.



- Emran, A., Iqbal, N. & AhmadDar, I. (2020). Silencing the self<sup>۷</sup> and women's mental health problems: A narrative review. *Asian Journal of Psychiatry*, 53, 2-10.
- Habibi, M., Mokhtar, S. M., Ghanbari, N., Nooripour, R. & Motabi, E. (2016). Marital maladjustment and depression in women: Mediating role of self-repression. *Romanian Journal of Experimental Applied Psychology*, 7(2), 10-27.
- Harper, M. S., Dickson, J. W. & Welsh, D. P. (2006). Self-silencing and rejection sensitivity in adolescent romantic relationships. *Journal of Youth and Adolescence*, 35, 435-443.
- Hooper, D., Coughlan, J. & Mullen, M. (2008). Structural equation modelling: Guidelines for determining model fit. *Electronic Journal of Business Research Methods*, 6(1), 53-60.
- Hosseini, F. S. & Darvishi, K. (2015). The role of personality traits and dimensions of family parenting in adolescents' self-esteem and self-criticism. *The Women and Families Cultural-Educational*, 10(32), 73-98. (In Persian)
- Hosseini, R. & Afshari Nia, K. (2018). Prediction levels based on predicted body image and early maladaptive Schema. *Journal of Motor and Behavioral Sciences*, 1(2), 87-96. (In Persian)
- Kline, R. B. (2011). *Principles and Practice of Structural Equation Modeling*. New York: Guilford Press.
- Khoshkam, S., Bahrami, F. & Rahmatollahi, F. (2014). Psychometric properties of rejection sensitivity questionnaire in university students in Iran. *Psychological Research*, 17(1), 22-44. (In Persian)
- Kurtis, T. (2010). *Self-silencing and Well-being among Turkish Women*. Unpublished Master Thesis. University of Kansas, Lawrence, KS. Available online at: <https://kuscholarworks.ku.edu/handle/1808/6443>
- Jack, D. C. (2001). Understanding women's anger: A description of relational patterns. *Health Care for Women International*, 22(4), 385-400.
- Jack, D. C. (2011). Reflections on the silencing the self scale and its origins. *Psychology of Women Quarterly*, 35(3), 523-529.



- Jack, D. C., Ali, A. & Dias, S. (2014). Depression in multicultural populations. In F. T. L. Leong, L. Comas-Díaz, G. C. Nagayama Hall, V. C. McLoyd, & J. E. Trimble (Eds.), *APA handbooks in psychology. APA handbook of multicultural psychology, Vol. 2. Applications and training* (267–287). American Psychological Association.
- Jack, D. C. & Dill, D. (1992). The silencing the self scale; schemas of intimacy associated with depression in women. *Psychology of Women Quarterly*, 16, 97-106.
- Maji, S. & Dixit, S. (2019). Self-silencing and women's health: A review. *International Journal of Social Psychiatry*, 65(1), 3-13.
- Malekpour, F., Mehrabizadeh, M. & Rahimi, M. (2017). The causal relationship of types of self-absorption and maladaptive perfectionism with depression through the mediating role of self-criticism in university students. *Journal of Psychological Studies*, 13(3), 25-42. (In Persian)
- Meyers, L. S., Gamst, G. & Guarino, A. J. (2016). *Applied multivariate research: Design and interpretation*. Sage publications.
- Mongrain, M. & Leather, F. (2006). Immature dependence and self-criticism predict the recurrence of major depression. *Journal of Clinical Psychology*, 62(6), 705-713.
- Moosavi, A. S. & Ghorbani, N. (2006). Self-awareness, self-criticism and mental health. *Journal of Psychological Studies*, 2(3), 75-91. (In Persian)
- Paprocki, C. M. & Baucom, D. H. (2017). Worried about us: Evaluating an intervention for relationship-based anxiety. *Family Process*, 56(1), 45-58.
- Rajabi, G., Malik Mohammadi, F., Amanallahifar, A. & Sudani, M. (2015). Self-criticism, internal religious orientation, depression, and feeling of loneliness with mediation of silencing the self among students involved in romantic relationships: A path analysis model. *Journal of Fundamentals of Mental Health*, 17(6), 284-291. (In Persian)
- Rosenfield, S., Lennon, M. C. & White, H. R. (2005). The self and mental health: Self-salience and the emergence of internalizing and externalizing problems. *Journal of Health and Social Behavior*, 46(4), 323-340.
- Shariati, M., Hamid, N., Hashemi ShaykhShabani, E., Beshlideh, K. & Marashi, A. (2017). The effectiveness of compassion focused therapy on depression and self criticism of female university students. *Knowledge & Research in Applied Psychology*, 17(1), 43-50. (In Persian)

- Shulman, S., Norona, J., Scharf, M., Zif, I. & Welsh, D. P. (2018). Changes in self-silencing from adolescence to emerging adulthood and associations with relationship quality and coping with relationship stressors. *Journal of Relationships Research*, 9(21), 1-8.
- Swim, J. K., Eyssell, K. M., Murdoch, E. Q. & Ferguson, M. J. (2010). Self-silencing to sexism. *Journal of Social Issues*, 66(3), 493-507.
- 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.
- World Health Organization (WHO). (2000). Women's Mental Health: An Evidence Based Review. Geneva: WHO. Available at [https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/66539/WHO MSD MD P\\_00.1.pdf](https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/66539/WHO_MSD_MD_P_00.1.pdf)
- Yamaguchi, A., Kim, M. S. & Akutsuc, S. (2014). The effects of self-construals, self-criticism, and self-compassion on depressive symptoms. *Personality and Individual Differences*, 68, 65-70.
- Zabihidan, S. (2010). *The relationship between family communication patterns and feelings of loneliness with the mediation of self-criticism and self-deprecation*. Master Thesis in Educational Psychology, Shiraz University. (In Persian)





## نویسندگان

Sadeghzadeh.mr@gmail.com

مرضیه صادق‌زاده

استادیار گروه روان‌شناسی، دانشکده ادبیات و علوم انسانی، دانشگاه سلمان فارسی کازرون، کازرون، ایران.

raaahaaa00004@gmail.com

زهرا عسکری

دانش‌آموخته دوره کارشناسی ارشد از دانشگاه سلمان فارسی کازرون.

khormaei@shirazu.ac.ir

فرهاد خرمایی

دانشیار گروه روان‌شناسی تربیتی، دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناسی، دانشگاه شیراز، شیراز، ایران.