Pajouhan Scientific Journal Volume 18, Issue 4, Summer 2020, Pages: 54-60

Original Article

doi: 10.52547/psj.18.4.54

The Role of Self-criticism and Shyness in Predicting Social Appearance Anxiety of Female Students

Matin Yousefi Moridani (MSc)[1], Hossein Fallahian (MSc)[2,*], Niloofar Mikaeili (PhD)[3]

[1] *MSc, Department of Psychology, Faculty of Educational Sciences and Psychology, Mohaghegh Ardabili University*
[2] *Instructor, Department of Psychology, Faculty of Humanities, Islamic Azad University, Marand Branch, Tabriz, Iran*
[3] *Professor, Department of Psychology, Faculty of Educational Sciences and Psychology, Mohaghegh Ardabili University*

**** Corresponding Author:*** *Hossein Fallahian, Instructor, Department of Psychology, Faculty of Humanities, Islamic Azad University, Marand Branch, Tabriz, Iran. Email: h.fallahian.iau@gmail.com*

Received: 04/04/2020
Accepted: 23/05/2020

How to Cite this Article:
Yousefi Moridani M, Hossein Fallahian H, Mikaeili N. The Role of Self-criticism and Shyness in Predicting Social Appearance Anxiety of Female Students. *Pajouhan Scientific Journal*. 2020; 18(4): 54-60. DOI: 10.52547/psj.18.4.54

Abstract

Background and Objectives: Social Appearance Anxiety refers to social anxiety, especially general appearance, including body shape and the fear of being evaluated by others. The purpose of this study was to investigate the role of self-criticism and shyness in predicting social appearance anxiety of female students in Rasht.

Materials and Methods: The research was descriptive-correlational and the statistical population included all female students in Rasht. A total of 120 subjects were selected using this method and then tested with Lewis Self-Critical Questionnaire, Social Appearance Anxiety Questionnaire and Chick-Briggs Shyness Questionnaire.

Results: The results showed that there was a significant difference between social appearance anxiety and internalized self-critical component ($r = 0.30 > P < 0.01$), and with social appearance and self-critical component anxiety ($r = 0.19 > P < 0.01$). There was a significant positive relationship with the whole self-criticism scale ($r = 0.32$; $P < 0.01$). Also, there was no significant relationship between shyness variables with any of social appearance anxiety variables. 15% of the total variance of social appearance anxiety is explained by self-criticism and its components. Also, 3% of the total variance of social appearance anxiety is explained by shyness components.

Conclusions: Given that social appearance anxiety variable has not been worked with any other variables in Iran so far, this study has little background. It is suggested in future research that this important construct of psychology be studied with other psychological components.

Keywords: Self-Criticism; Shyness; Social Appearance Anxiety

[Downloaded from psj.umsha.ac.ir on 2026-11-25]

[DOI: 10.52547/psj.18.4.54]

Copyright © 2020 Pajouhan Scientific Journal. This is an open-access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License (http://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/) which permits copy and redistribute the material just in noncommercial usages, provided the original work is properly cite.

مجله علمی پژوهان
دوره ۱۸، شماره ۴، تابستان ۱۳۹۹، صفحات ۵۴ تا ۶۰
مقاله پژوهشی
doi: 10.52547/psj.18.4.54

نقش خود انتقادی و کمرویی در پیش‌بینی اضطراب ظاهر اجتماعی دانش‌آموزان دختر

متین یوسفی مریدانی[۱]، حسین فلاحیان[۲*]، نیلوفر میکاییلی[۳]

[۱] کارشناس ارشد، گروه روان‌شناسی، دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناسی، دانشگاه محقق اردبیلی
[۲] مربی، گروه روان‌شناسی، دانشکده علوم انسانی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد مرند، تبریز، ایران
[۳] استاد، گروه روان‌شناسی، دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناسی، دانشگاه محقق اردبیلی

* **نویسنده مسئول:** حسین فلاحیان، مربی، گروه روان‌شناسی، دانشکده علوم انسانی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد مرند، تبریز، ایران. ایمیل: h.fallahian.iau@gmail.com

تاریخ دریافت مقاله: ۱۳۹۹/۰۱/۱۹
تاریخ پذیرش مقاله: ۱۳۹۹/۰۳/۰۳

تمامی حقوق نشر برای دانشگاه علوم پزشکی همدان محفوظ است.

چکیده

سابقه و هدف: اضطراب ظاهر اجتماعی اشاره به اضطراب اجتماعی به خصوص ظاهر کلی، از جمله شکل بدن و ترس از ارزیابی منفی شدن توسط دیگران است. هدف این پژوهش تعیین نقش خود انتقادی و کمرویی در پیش‌بینی اضطراب ظاهر اجتماعی دانش آموزان دختر شهر رشت بود.

مواد و روش‌ها: پژوهش از نوع توصیفی-همبستگی و جامعه آماری تحقیق شامل همه دانش‌آموزان دختر شهر رشت بود. تعداد ۱۲۰ نفر با استفاده از این روش انتخاب شدند و سپس با پرسشنامه خودانتقادی لویز، پرسشنامه اضطراب ظاهر اجتماعی و پرسشنامه کمرویی چیک-بریگز مورد آزمون قرار گرفتند.

یافته‌ها: نتایج نشان داد که بین اضطراب ظاهر اجتماعی و مولفه‌ی خودانتقادی درونی‌شده (P<۰/۰۱ ؛ r=۰/۳۰)، و با اضطراب ظاهر اجتماعی و مولفه‌ی خودانتقادی مقایسه‌ای (P<۰/۰۱ ؛ r=۰/۱۹) و با کل مقیاس خودانتقادی (P<۰/۰۱ ؛ r=۰/۳۲)، رابطه مثبت و معناداری وجود دارد. همچنین بین متغیرهای کمرویی با هیچ کدام از متغیرهای اضطراب ظاهر اجتماعی رابطه‌ای معنادار دیده نشد. ۱۵ درصد از کل واریانس اضطراب ظاهر اجتماعی به وسیله خودانتقادی و مولفه‌های آن تبیین می‌شود. همچنین ۳ درصد از کل واریانس اضطراب ظاهر اجتماعی به وسیله مولفه‌های کمرویی تبیین می‌شود.

نتیجه‌گیری: با توجه به اینکه متغیر اضطراب ظاهر اجتماعی تا کنون در ایران با هیچ متغیر دیگری کار نشده بود لذا پژوهش حاضر از پیشینه کمی برخوردار بود. پیشنهاد می‌شود در پژوهش‌های آتی این سازه مهم روانشناسی با دیگر مولفه‌های روانی مورد مطالعه قرار گیرد.

واژگان کلیدی: خود انتقادی؛ کمرویی؛ اضطراب ظاهر اجتماعی

مقدمه

یکی از عوامل مهم و تاثیرگذار در بروز اختلالات دوره نوجوانی به‌ویژه در دختران می‌تواند اضطراب ظاهر اجتماعی باشد. اضطراب ظاهر اجتماعی اشاره به اضطراب اجتماعی به خصوص ظاهر کلی، از جمله شکل بدن و ترس از ارزیابی منفی شدن توسط دیگران است [۱]. اضطراب ظاهر اجتماعی به طور کلی در مورد یک جنبه فیزیکی تنها، مانند بینی یا مو، متمرکز نیست، بلکه فشار اجتماعی در اطراف ظاهر کلی فیزیکی است [۲]. کمرویی زمانی آغاز می‌شود که مسئولیت بدنمان را برعهده می‌گیریم، بعضی از این مسئولیت‌ها اضطراب‌زا هستند، گاهی این مسئله یعنی مراقبت بیش از حد از سلامتی می‌تواند زندگی و حتی روابطی که به عنوان نوجوان با دیگران دارند را تحت تأثیر قرار دهد و کنترل کند و آن را به سمت رفتارهایی سوق می‌دهد که در بعضی موارد می‌تواند به کمرویی دختران تسری بخشد. افرادی که اضطراب ظاهر اجتماعی دارند اصولاً خجالتی هستند و به‌طور افراطی درباره ظاهر خود نگرانند و در حالی‌که اطرافیانشان هیچ چیز نامطلوبی را در آنها نمی‌بینند و سعی می‌کنند به آنها اعتماد و اطمینان دهند اما به هر حال حرف آنها را باور ندارند. در پژوهشی توسط لمیره، گوادر و بلانگر (۲۰۱۸) با عنوان کمرویی، اضطراب ظاهر اجتماعی و استفاده از مواد در میان جمعیتی از نوجوانان، نتایج حاکی از آن است که کمرویی با اضطراب ظاهر اجتماعی رابطه مثبت و معناداری دارد.

یکی از عوامل تأثیرگذار و ویژگی شخصیتی که با ناسازگاری‌های متعددی در ارتباط است، خودانتقادی می‌باشد که در اضطراب ظاهر اجتماعی دختران نوجوان می‌تواند حایز اهمیت باشد. مدل نظری و تجربی پیشنهاد شده توسط

[Downloaded from psj.umsha.ac.ir on 2026-11-25]
[DOI: 10.52547/psj.18.4.54]

Zuroff, Santor & Mongrain (۲۰۰۵) ادعا می‌کند که ویژگی‌های انگیزشی، شناختی و بین‌فردی خودانتقادی به‌صورت پویا با عوامل محیطی تعامل دارد و باعث افزایش و حفظ آسیب‌ها و ناراحتی‌های روانی می‌شود. خودانتقادی به‌عنوان گرایش فرد برای داشتن انتظارات بالا از خود و زیر سوال بردن عملکرد خویش تعریف شده است [۳]. خودانتقادی موجب می‌شود که فرد عملکرد خود را ناقص بداند و معیارهای غیرقابل دستیابی برای خود تعریف کند، به‌گونه‌ای که در نهایت به دوری کردن از شبکه‌های اجتماعی منجر می‌شود [۴]. خودانتقادی به‌عنوان یک عامل منحصر به فرد پیش‌بینی اختلالات و احساسات منفی شناخته شده است [۵]. بلات و زاروف (۱۹۹۸) معتقدند افراد خودانتقاد افرادی هستند که بر دستیابی به اهداف و درگیرشدن سختیگرانه بر قضاوت از خود بسیار تأکید دارند و در لذت بردن از دستیابی به اهداف خود ناتوانند. افراد خودانتقاد دارای مشخصه‌های احساس بی ارزشی، احساس گناه و شکست شناسایی شده‌اند [۶]. کاکس و همکاران (۲۰۱۵) معتقدند که دو نوع خودانتقادی در افراد وجود دارد؛ خودانتقادی مقایسه‌ای به‌عنوان یک دیدگاه منفی نسبت به خود در مقابل دیگران تعریف می‌شود. در این سطح تمرکز بر روی مقایسه نامطلوب خود با دیگران است که به‌صورت برتر دیدن دیگران صورت می‌گیرد و فرد دیدی خصمانه یا انتقادی نسبت به دیگران نشان می‌دهد. در نتیجه این ارزیابی‌ها فرد دچار ناراحتی و نارضایتی در برخورد با دیگران می‌شود. سطح دیگر خودانتقادی، مربوط می‌شود به نقد منفی از خود در مقایسه با استانداردهای شخصی و خصوصی. وجه مشترک هر دو نوع خودانتقادی آن است که فرد عملکرد خود را نادرست می‌داند و در نتیجه دستیابی به استانداردهای شخصی، مشکلی بزرگ برایش محسوب می‌شود. در پژوهشی توسط Guadagni, Burles, Ferrara & Laria (۲۰۱۶) با عنوان دو شکل از انتقاد از خود با یکدیگر تفاوت‌های متفاوتی با علایم شرم‌آور و روانی دارند، نتایج حاکی از آن است که خودانتقادی با کمرویی رابطه مثبت و معناداری دارد. در پژوهشی دیگر توسط اسدزاده، مکوندی، عسگری، پاشا و نادری (۱۳۹۸) به عنوان اثربخشی واقعیت درمانی بر سازگاری اجتماعی، بهزیستی روان‌شناختی و خودانتقادی افراد مبتلا به اضطراب فراگیر، نتایج حاکی از آن است که خودانتقادی با مسایل روانی از جمله شرم و کمرویی رابطه مثبت و معناداری دارد.

احساس کمرویی یکی از مشکلاتی است که اغلب کودکان و نوجوانان آن را تجربه کرده‌اند. کمرویی در اغلب موارد رفتاری طبیعی و زودگذر است، اما برای کودکی که در روابط خود با سایر مردم، شرایط اجتماعی و دیگر جنبه‌های مهم زندگی تداخل ایجاد می‌کند، یک مشکل است [۷]. کمرویی اصطلاحی روان‌شناسی اجتماعی برای توصیف دلهره، عدم آسایش و نارحتی از حضور در کنار دیگران به‌خصوص در شرایط جدید و با افراد ناآشناست [۸]. این مشکل فردی که ناشی از شرم شدید، عزت نفس پایین و ترس از طرد شدن در محیط‌های اجتماعی ناآشناست، سبب اضطراب و ناراحتی در موقعیت‌های اجتماعی به‌خصوص هنگام ارزیابی از سوی اشخاص مهم، ترس از ارزیابی منفی از سوی دیگران و بازداری اجتماعی شده و مانع از ارتباطات موثر در محیط‌های اجتماعی می‌شود [۹]. مفهوم کمرویی اغلب به عنوان اضطراب اجتماعی همراه با پاسخ‌های رفتاری مانند مهار و عقب نشینی در پاسخ به موقعیت‌های اجتماعی و جدید است [۱۰]. کمرویی ممکن است از صفات ژنتیکی، محیطی و تجربیات شخصی نشأت گرفته باشد [۱۱]. اظهارات کافی و محکمی در مورد علل کمرویی بیان نشده است، با این حال روان‌شناسان علل احتمالی را عوامل ژنی و عواملی مانند وابستگی کمتر بین فرزند و والدین، استفاده ضعیف از مهارت‌های اجتماعی، مورد انتقاد و اذیت قرار گرفتن کودک از سوی خانواده و دیگران می‌دانند [۱۲].

طبق پژوهش‌های به‌عمل آمده در زمینه‌های مختلف اضطراب ظاهر اجتماعی این متغیر با متغیرهای کمرویی و خودانتقادی به هیچ‌وجه کار نشده است. در پژوهش مدنظر در نظر داشتیم که اضطراب ظاهر اجتماعی را با دو متغیر کمرویی و خودانتقادی بررسی کنیم. عوامل فردی زیادی با اضطراب ظاهر اجتماعی مرتبط می‌باشند، از قبیل: به‌وجود آمدن تغییراتی در شرایط زندگی، شروع نوجوانی، فروپاشی ارتباطات، مرگ عزیزان، کمال‌طلبی و حتی روابط اعضای خانواده و تمام این مسائل می‌تواند تاثیرات مخرب در فرد و زندگی اجتماعی آن بگذارد امید است از پژوهش حاضر جهت ارتقای آگاهی در مورد خودانتقادی، کمرویی، اضطراب و نگرانی از ظاهر مناسب از اضطراب ظاهر اجتماعی در دختران نوجوان کاسته شود.

مواد و روش‌ها

این پژوهش توصیفی از نوع همبستگی بود. متغیر مستقل در این پژوهش اضطراب ظاهر اجتماعی است. متغیرهای وابسته نیز شامل خود انتقادی و کمرویی است. جامعه آماری تحقیق شامل همه دانش‌آموزان دختر شهر رشت بود. برای انتخاب نمونه‌ها از روش نمونه‌گیری تصادفی خوشه‌ای استفاده شد. تعداد ۱۲۰ نفر با استفاده از این روش انتخاب شدند و سپس با پرسشنامه خودانتقادی لویز، پرسشنامه اضطراب ظاهر اجتماعی و پرسشنامه کمرویی چیک-بریگز مورد آزمون قرار گرفتند. معیارهای ورود به مطالعه عبارت بودند از دارا بودن سن متناسب با پایه‌های تحصیلی، نداشتن ناهنجاری جسمی و روان‌پزشکی ناتوان کننده، تمایل و رضایت برای شرکت کردن در مطالعه. معیارهای خروج از مطالعه نیز شامل وجود مشکلات جسمی از جمله بینایی، شنوایی و کاستی توجه که مانع از تکمیل پرسشنامه‌ها می‌شد، غیبت از

[Downloaded from psj.umsha.ac.ir on 2026-11-25]

[DOI: 10.52547/psj.18.4.54]

مدرسه و عدم تمایل به شرکت در مطالعه بودند.

۱) پرسشنامه خودانتقادی لویز (LOSC): پرسشنامه خودانتقادی LOSC توسط لویز (۲۰۰۴) تهیه و تنظیم شده است. این پرسشنامه در دو سطح خودانتقادی را در فرد می‌سنجد. اول خودانتقادی درونی شده و دوم خودانتقادی مقایسه‌ای. پرسشنامه خودانتقادی مشتمل بر ۲۲ سوال است و نمره‌گذاری ۷ درجه‌ای از صفر(به شدت مخالفم) تا ۶ (به شدت موافقم) در مقیاس لیکرت می‌باشد. نمرات بالاتر در این مقیاس نشان‌دهنده سطح بالاتر خودانتقادی در فرد می‌باشد. روایی پرسشنامه توسط یاماگوچی و کیم (۲۰۱۳) در مطالعه خود، همسانی درونی مناسبی را برای مقیاس گزارش کردند با ضریب آلفای ۹۰ درصد. پایایی پرسشنامه نیز با میزان آلفای ۰/۸۱ محاسبه گردید. آیتم های ۶-۸-۱۱-۱۲-۱۶-۲۰-۲۱ دارای نمره معکوس می‌باشند.

۲) پرسشنامه اضطراب ظاهر اجتماعی (social Appearance Anxiety Questionnaire) : پرسشنامه اضطراب ظاهر اجتماعی در سال ۲۰۰۸ توسط Hart TA, Flora DB, Palyo SA, Fresco DM, Holle C, Heimberg RG ساخته شده است. این پرسشنامه شامل ۱۶ سوال می‌باشد. پاسخ‌های فرد در مقیاس لیکرت ۵ نقطه‌ای از ۱ (نه اصلاً) تا ۵ (خیلی زیاد) نمره‌گذاری می‌شود. سوال شماره یک پرسشنامه دارای نمره معکوس می‌باشد. ضریب پایایی آن در سه نمونه مورد مطالعه ۹۵، ۹۵ و ۹۴ درصد می‌باشد. ضریب آلفای کرونباخ این آزمون بر روی آزمودنی‌های مطالعه حاضر ۹۰ ٪ بدست آمد. مقیاس اضطراب ظاهر اجتماعی SAAS یک معیار معتبر روان‌سنجی که برای پیش‌بینی اضطراب ظاهر اجتماعی و ارزیابی از تصویر بدن می‌باشد.

۳) پرسشنامه کمرویی چیک-بریگز: مقیاس کمرویی توسط چیک – بریگز در سال ۱۹۹۰ ساخته شده است که از ۱۴ گویه و ۳ خرده مقیاس کمبود قاطعیت و نداشتن اعتماد به نفس (۴ سوال)، پریشانی و دوری گزینی اجتماعی (۷ سوال) و گستره کمرویی در ارتباط با افراد ناآشنا (۳ سوال) تشکیل شده است که به منظور سنجش میزان کمرویی بکار می‌رود. نمره گذاری پرسشنامه بصورت طیف لیکرت ۵ نقطه‌ای می‌باشد که برای گزینه‌های «کاملاً مخالفم»، «مخالفم»، «نظری ندارم»، «موافقم» و «کاملاً موافقم» به ترتیب امتیازات ۱، ۲، ۳، ۴ و ۵ در نظر گرفته می‌شود. در پژوهش رجبی و عباسی (۱۳۸۹)، دامنه ضرایب همبستگی هر یک از ماده‌های مقیاس کمرویی با نمره کل مقیاس، به جز برای ماده ۱۲؛ از ۰/۱۰ تا ۰/۶۰ متغیر و در سطح p<۰/۰۰۰۱ معنادار بود. این یافته نشان می‌دهد که ماده‌های مقیاس از همبستگی درونی مناسبی برخوردار هستند و یک سازه را بیان می-کنند. در این پژوهش برای بررسی ضریب پایایی مقیاس کمرویی از ضریب آلفای کرونباخ استفاده شده که در کل نمونه ۰/۷۱، و در عامل های اول ۰/۶۷، دوم ۰/۶۷ و سوم ۰/۱۸ به دست آمده است که در کل ماده‌ها و در عامل‌های اول و دوم رضایت بخش است و نشان از همگونی ماده‌های مقیاس دارد. همچنین ضرایب روایی افتراقی بین مقیاس کمرویی و عزت نفس روزنبرگ در کل نمونه در سطح آماری p<۰/۰۰۲ (r= -۰/۲۳) معنادار بود. همین رابطه در عامل‌های اول (r = ۰/۲۲، p<۰/۰۰۲) و دوم (r= - ۰/۳۰، p<۰/۰۰۱)، معنی دار بود ولی در عامل سوم (r = - ۰/۰۷، p = ۰/۳۰۴) معنی دار نبود. این یافته‌ها نشان می‌دهند که این دو سازه در جهت عکس یکدیگر گام بر می‌دارند و مقیاس کمرویی از روایی سازه افتراقی یا واگرایی مناسب برخوردار است.

معمولاً ارزیابی هر دانش‌آموز با ابزارهای بالا، ۳۰ دقیقه زمان می‌برد و پس از ورود به خوشه‌های کلاسی به‌طور کلی به دانش‌آموزان در مورد هدف از اجرای این پژوهش توضیحاتی ارائه شد؛ همچنین با رعایت ملاحظات اخلاقی نسبت به حفظ گمنامی و محرمانه بودن اطلاعات آزمون‌ها به دانش‌آموزان اطمینان داده شد. در پژوهش حاضر از شاخص‌های آمار توصیفی نظیر میانگین، انحراف معیار، دامنه تغییرات، درصد و فراوانی برای توصیف داده‌ها استفاده شد. در بخش آمار استنباطی از ضریب همبستگی پیرسون و رگرسیون چندگانه برای توصیف رابطه میان متغیرهای وابسته استفاده شد.

یافته‌ها

جداول ۱ تا ۳ نشان می‌دهند، از بین آزمودنی‌های پژوهش، ۲۳ نفر (۲۶/۱ درصد) دارای سن ۱۶ سال پایه دهم، ۵۰ نفر (۳۷/۶ درصد) دارای سن ۱۷ سال پایه یازدهم، ۴۷ نفر (۳۶/۳ درصد) دارای سن ۱۸ سال پایه دوازدهم بودند.

همچنین جدول ۴ میانگین نمرت ازمودنی ها را درباره کم رویی، اضطراب ظاهر اجتماعی و خود انتقادی نشان می دهد.

نتایج جدول ۵ نشان می‌دهد که بین اضطراب ظاهر اجتماعی و مولفه‌ی خودانتقادی درونی‌شده(P<۰/۰۱ ؛ r=۰/۳۰)، و با اضطراب ظاهر اجتماعی و مولفه‌ی خودانتقادی مقایسه‌ای(P<۰/۰۱ ؛ r=۰/۱۹) و با کل مقیاس خودانتقادی (P<۰/۰۱ ؛ r=۰/۳۲)، رابطه مثبت و معناداری وجود دارد. همچنین بین متغیرهای کمرویی با هیچ کدام از متغیرهای اضطراب ظاهر اجتماعی رابطه‌ای معنادار دیده نشد.

جدول ۱: توزیع فراوانی آزمودنی‌ها بر اساس سن

متغیر(سن)	فراوانی	درصد
۱۶	۲۳	۲۶/۱
۱۷	۵۰	۳۷/۶
۱۸	۴۷	۳۶/۳
کل	۱۲۰	۱۰۰

[Downloaded from psj.umsha.ac.ir on 2026-11-25]

[DOI: 10.52547/psj.18.4.54]

جدول ۲: توزیع فراوانی آزمودنی‌ها بر اساس پایه تحصیلی

متغیر(پایه تحصیلی)	فراوانی	درصد
دهم	۲۳	۲۶/۱
یازدهم	۵۰	۳۷/۶
دوازدهم	۴۷	۳۶/۳
کل	۱۲۰	۱۰۰

نتایج جدول ۶ نشان می‌دهد ۱۵ درصد از کل واریانس اضطراب ظاهر اجتماعی به وسیله خودانتقادی و مولفه‌های آن تبیین می‌شود. نتایج آزمون آنوا نشان‌گر معنی‌داری مدل رگرسیون می‌باشد (F=۱۵/۰۶ ؛ p<۰/۰۱) . نتایج ضریب رگرسیون نیز نشان می‌دهد خودانتقادی درونی (t=۴/۳۶ ؛ p<۰/۰۱) و خودانتقادی مقایسه‌ای (t=۱/۷۲؛ p<۰/۰۱)

جدول ۳: میانگین، انحراف معیار و واریانس سن آزمودنی‌ها

متغیر	حداقل	حداکثر	میانگین آماری	میانگین خطای استاندارد	واریانس
سن	۱۶	۱۸	۲/۴۴	۰/۰۴	۰/۴۲

جدول ۴: میانگین و انحراف معیارنمرات آزمودنی‌ها در کمرویی، اضطراب ظاهر اجتماعی، خودانتقادی

متغیر	مولفه‌ها	میانگین	انحراف معیار
کمرویی	کمبود واقعیت و نداشتن اعتماد به نفس	۱۲/۵۸	۵/۲۴
	پریشانی و دوری گزینی اجتماعی	۲۲/۵۳	۷/۶۹
	گستره کمرویی در ارتباط با افراد ناآشنا	۸/۴۰	۲/۴۷
	نمره کل مقیاس	۴۳/۵۲	۱۰/۷۶
اضطراب ظاهر اجتماعی		۳۷/۳۱	۱۴/۱۲
خودانتقادی	خودانتقادی درونی‌شده	۳۵/۵۱	۹/۲۸
	خودانتقادی مقایسه‌ای	۳۲/۴۲	۶/۷۳
	نمره کل مقیاس	۶۷/۷۳	۱۳

جدول ۵: ضرایب همبستگی اضطراب ظاهر اجتماعی با خودانتقادی و کمرویی و مولفه‌های آن

متغیر	اضطراب ظاهر اجتماعی	خودانتقادی درونی‌شده	خودانتقادی مقایسه‌ای	خودانتقادی	نداشتن اعتماد به نفس	دوری‌گزینی اجتماعی	کمرویی در ارتباط با ناآشنا	کمرویی
اضطراب ظاهر اجتماعی	۱							
خودانتقادی درونی‌شده	۰/۳۰**	۱						
خودانتقادی مقایسه‌ای	۰/۱۹**	۰/۳۲**	۱					
خودانتقادی	۰/۳۲**	۰/۸۷**	۰/۷۱**	۱				
نداشتن اعتماد به نفس	-۰/۰۵	۰/۰۸	۰/۰۹	۰/۰۹	۱			
دوری‌گزینی اجتماعی	-۰/۰۸	۰/۰۴	۰/۰۹	۰/۰۶	۰/۹۴**	۱		
کمرویی در ارتباط با ناآشنا	۰/۱۱	۰/۰۸	-۰/۰۰۵	۰/۰۷	-۰/۸۶**	-۰/۸۱**	۱	
کمرویی	-۰/۰۶	۰/۱۰	۰/۱۱	۰/۱۱	۰/۹۵**	۰/۹۸**	-۰/۷۹**	۱

جدول ۶: نتایج تحلیل ضرایب رگرسیون نداشتن اعتماد به نفس بر اساس اضطراب ظاهر اجتماعی و خودانتقادی

متغیرملاک	متغیرهای پیش‌بین	مولفه‌ها	R	R^2	F	B	SEB	β	t	sig	VIF
اضطراب ظاهر اجتماعی	خودانتقادی		۰/۳۳	۰/۱۱	۱۵/۰۶						
		خودانتقادی درونی				۰/۴۱	۰/۰۹	۰/۲۷	۴/۳۶	۰۰۰	۱/۱۱
		خودانتقادی مقایسه‌ای				۰/۲۲	۰/۱۳	۰/۱۰	۱/۷۲	۰/۰۸	۱/۱۱

[Downloaded from psj.umsha.ac.ir on 2026-11-25]

[DOI: 10.52547/psj.18.4.54]

جدول ۷: نتایج تحلیل ضرایب رگرسیون دوری گزینی اجتماعی بر اساس اضطراب ظاهر اجتماعی و خودانتقادی

متغیرملاک	متغیرهای پیش‌بین	مولفه‌ها	R	R^2	F	Sig	B	SEB	β	t	sig	VIF
اضطراب ظاهر اجتماعی	کمرویی		۰/۱۹	۰/۰۳	۳/۴۱	۰/۰۱						
		عدم اعتماد به‌نفس					۱/۴۴	۰/۵۷	۰/۵۳	۲/۵۱	۰/۰۱	۱۲/۳۳
		دوری‌گزینی اجتماعی					-۰/۶۶	۰/۳۴	-۰/۳۶	-۱/۹۳	۰/۰۵	۹/۴۲
		کمرویی در برابر ناآشنا					۱/۶۱	۰/۶۷	۰/۲۸	۲/۴۲	۰/۰۱	۳/۸۳

می توانند اضطراب ظاهر اجتماعی را پیش‌بینی کنند.

نتایج جدول ۷ نشان می‌دهد ۳ درصد از کل واریانس اضطراب ظاهر اجتماعی به وسیله مولفه‌های کمرویی تبیین می‌شود. نتایج آزمون آنوا نشان‌گر معنی‌داری مدل رگرسیون نمی‌باشد ($F=۳/۴۱$ ؛ $p<۰/۰۱$) . نتایج ضریب رگرسیون نیز نشان می‌دهد مولفه عدم اعتماد به نفس ($t=۲/۵۱$ ؛ $p<۰/۰۱$)، دوری‌گزینی اجتماعی ($t=-۱/۹۳$؛ $p<۰/۰۱$) و کمرویی در برابر نا آشنا ($t=۲/۴۲$؛ $p<۰/۰۱$) می‌باشند و نمی توانند اضطراب ظاهر اجتماعی را پیش‌بینی کنند.

بحث

هدف پژوهش حاضر، بررسی رابطه خود انتقادی و کمرویی با اضطراب ظاهر اجتماعی در دانش آموزان دختر دوره دبیرستان شهر رشت که در سال تحصیلی ۹۸-۹۷ مشغول به تحصیل بودند. نتایج پژوهش حاضر نشان داد که بین اضطراب ظاهر اجتماعی و مولفه‌ی خودانتقادی درونی‌شده و مولفه‌ی خودانتقادی مقایسه‌ای و با کل مقیاس خودانتقادی رابطه مثبت و معناداری وجود دارد؛ ولی بین متغیرهای کمرویی با هیچ کدام از متغیرهای اضطراب ظاهر اجتماعی رابطه معناداری دیده نشد. در تبیین این یافته‌ها می‌توان گفت تغذیه به‌عنوان نیاز اولیه و اساسی انسان از بدو تولد تا زمان مرگ، یکی از دغدغه‌های اصلی او محسوب می‌شود. مکیدن و شیرخوردن در زمره‌ی اولین رفتارهای نوزاد است و به تدریج که کودک رشد می‌کند رفتار خوردن گسترش پیدا می‌کند و اشکال مختلفی به خود می‌گیرد. این نتایج با نتایج پژوهش‌های کوشیکا و همکاران (۲۰۱۱)، بروسوف و لوینسون (۲۰۱۶)، لیما کارلوس (۲۰۱۷)[۱۳و۱۴و۱۵]، داکانالیس و همکاران (۲۰۱۶)، کلایس و همکاران (۲۰۱۲) و لوینسون و رودباق (۲۰۱۴)[۱۶و۱۷]، همخوان می‌باشد. مطالعه حاضر نشان داد اضطراب ظاهر اجتماعی پیشایند مناسب و نارضایتی بدنی میانجی مناسبی برای اختلالات خوردن در دختران نوجوان می‌باشد، همچنین افراد دارای اضطراب ظاهر اجتماعی بالا یک لاغری غیر واقع‌بینانه ایده‌آل را دنبال می‌کنند که خطر نارضایتی بدنی را افزایش می‌دهد. این نتایج با نتایج پژوهش‌های شهسواری و همکاران (۱۳۹۶)، امینی و همکاران (۱۳۹۶)، جوادی و همکاران (۱۳۹۳)، مظفری خسروی و همکاران (۱۳۹۰)، دوستان و همکاران (۱۳۹۲) [۱۸و۱۹و۲۰] همخوان می‌باشد. نوجوانی زمان پرتلاطم زندگی است و نوجوان می‌تواند در آن زمان زندگی اجتماعی فعال، پویا و سرگرم‌کننده‌ای داشته باشد هر چند در این مورد عوامل مزاحم کافی برای ممانعت از کشف سریع خود دارد. با این حال برای بعضی‌ها اتفاقات خوب و پویا رخ نمی‌دهد بلکه دائماً مشغول تصورات بد و غلط درباره بدنشان می‌شود، در واقع ذهن نوجوان درباره آنها حیله‌گری می‌کند و یک نگاه زمخت و بدقواره از بدنشان به آنها ارائه می‌دهد و یا تنها در آن احساس حقارت و نارضایتی از بدن را به‌وجود می‌آورد. این نتایج با نتایج پژوهش‌های مارتز و همکاران (۱۹۹۵)، مکاسکی و همکاران (۲۰۱۵)، ماساپ (۲۰۰۷)[۲۱و۲۲]، ناهمخوان می‌باشد. در تبیین نتایج به دست آمده می‌توان گفت که افراد خود انتقاد، افرادی هستند که بر دستیابی به اهداف و درگیر شدن سختگیرانه بر قضاوت از خود بسیار تأکید دارند و در لذت بردن از دستیابی به اهداف خود ناتوانند.

نتیجه‌گیری

افراد خودانتقاد دارای مشخصه‌های احساس بی‌ارزشی، احساس گناه و شکست ناشی شده‌اند. خود انتقادی به عنوان یک عامل منحصر به فرد پیش‌بینی افسردگی و احساسات منفی شناخته شده است. علاوه بر آن، افراد معمولاً برای حفظ احساسات مثبت درباره خود دچار تصوری اشتباه به نفع خود می‌شوند و این تصورات اشتباه، ناخودآگاه با قضاوت منفی دیگران و سطوحی از فریب خود همراه می‌شود؛ این تصورات اشتباه منفعت طلبانه، نه تنها به توانایی ما در دیدن دقیق خود و دیگران کمک نمی‌کند، بلکه در تحمل مواجه شدن با شواهد انکارناپذیر، نقاط ضعف ما به خود ما یاری نمی‌رساند درنتیجه به خودانتقادی و سرزنش منجر می‌شود.

تشکر و قدردانی

نویسندگان مقاله از تمامی عزیزان شاغل در آموزش و پرورش رشت که در این تحقیق صمیمانه یاری کردند، همچنین از داوران محترمی که با نظرات سازنده خود باعث افزایش

[Downloaded from psj.umsha.ac.ir on 2026-11-25]

[DOI: 10.52547/psj.18.4.54]

کیفیت مقاله شدند تشکر می‌کنند.

تضاد منافع

این مطالعه برای نویسندگان هیچگونه تضاد منافعی نداشته است.

ملاحظات اخلاقی

این پژوهش با رعایت موازین اخلاقی انجام شده است.

سهم نویسندگان

هر سه نویسنده در نوشتن و ارسال مقاله سهم داشته اند.

حمایت مالی

این تحقیق هیچ کمک مالی خاصی از سازمان‌های تأمین مالی در بخش‌های دولتی، تجاری یا غیرانتفاعی دریافت نکرده است.

REFERENCES

1. Barlow DH. Unraveling the mysteries of anxiety and its disorders from the perspective of emotion theory. American Psychologist. 2000; 55:1245-1263.
2. Barlow DH. Anxiety and its disorders: The nature and treatment of anxiety and panic (2 nd ed.). Journal Gulford press, New York , NY: Guilford. 2002.
3. Barlow DH, Craske MG. Mastery of your anxiety and panic (4 th ed.), journal Oxford academic, New York, NY: Oxford university Press. 2007.
4. Butt M, Moosa S, Ajmal M, Rahman F. Effects of shyness on the self steem of 9th grade famele students. International Journal of Business and Social Science. 2011; 2(12): 150-156.
5. Claes L, Hart TA, Smite D, Eynde VDF, Mueller A, Mitchell JE. Validation of the social appearance anxiety scale in female eating disorder patients, Eur Eat disord Rev, journal wiley online library. 2012; 20(5):406-409.
6. Craske MG, Rauch SL, Urasano R, Prenoveau J, Pine DS, Zinbarg RE. What is an anxiety disorder? Depression and Anexity. 2009;26: 1066-1085.
7. Dakanalis A, Carra G, Calogero R, Zanetti MA, Volpato C, Riva G, Cipresso P. The Social Appearance Anxiety Scale in Italian adolescent populations: Construct validation and group discrimination in community and clinical eating disorders samples. Child Psychiatry & Human Development, Journal JAMA pediatrics. 2016; 47(1): 133–150.
8. Barati M, Kazemi Kilehgolan F, Parsafar S, Jalilian F, Afshari M. Prediction of the Intention to Undergo Cosmetic Surgery Among Female Students Based on the Theory of Reasoned Action. The American Journal of Cosmetic Surgery. 2020;37(2):75-80.
9. Findlay LC, Coplan RJ. Come out and play: Shyness in childhood and the benefits of organized sports participation. Canadian Journal of Behavioural Science/Revue Canadiene des sciences du comportement. 2008; 40(3): 153-163.
10. Gocmen PO. Correlation between Shyness and Self-esteem of Art and Design student. Journal of Social and Behavioral Sciences. 2012; 47: 1558-1561.
11. Guadagni V, Burles F, Ferrara M, Laria G. The effects of sleep deprivation on emotional empathy. Us National Library of Medicine National Institutes of Heaith. 2016; 23(6): 657-663.
12. Hart TA, Flora DB, Palyo SA, Fresco DM, Holle C, Heimberg RG. Development and examination of the social appearance anxiety scale. Us National Library of Medicine National Institutes of Health ,Assesement. 2008; 15(1): 48-59.
13. Koskina A, Eynde VDF, Meisel S, Campbell IC, Schmidt U. Social appearance anxiety and bulimia nervosa. Journal Eating and Weight Disorders - Studies on Anorexia, Bulimia and Obesity. 2011; 16(2):142–145.
14. Koskina A, Eynde VDF, Meisel S, Campbell IC, Schmidt U. Social appearance anxiety and bulimia nervosa. Send to , Journal spring. 2011; 16(2): 142-145.
15. Leigh, C., Brosof, B.A., & Levinson, C.A. (2017). Ph.D.Author Social Appearance Anxiety and Dietary Restraint as Mediators between Perfectionism and Binge Eating: A Six Month Three Wave Longitudinal Study, Journal ELSEVIER, 108(1), 335-342.
16. Lemyr EA, Gauthier-Legara A, Belanger RE. Shyness, social anxiety, social anxiety disorder, and substance use among normative adolescent populations: A systematic review. Us National Library of Medicine National Institutes of Health. 2019; 45(3): 230-247.
17. Levinson CA, Rodebaugh TL. Social anxiety and eating disorder comorbidity: The role of negative social evaluation fears. Eating Behaviors. Journal HHS. 2012; 13(1): 27–35.
18. Levinson CA, Rodebaugh TL. Negative Social Evaluative Fears Produce Social Anxiety, Food Intake, and Body Dissatisfaction: Evidence of Similar Mechanisms through Different Pathways, Journal HHS. 2014; 3(5): 744-757.
19. Levinson CA, Rodebaugh TL, White EK, Menatti AR, Weeks JW, Iacovino JM, Warren CS. Social appearance anxiety, perfectionism, and fear of negative evaluation: distinct or shared risk factors for social anxiety and eating disorders? Journal HHS. 2013; 67:125-133.
20. Levinson CA, Rodebaugh TL, White EK, Menatti AR, Weeks JW, Iacovino JM, Warren CS. Social appearance anxiety, perfectionism, and fear of negative evaluation. Distinct or shared risk factors for social anxiety and eating disorders? Journal Elsevier. 2013; 67: 125–133.
21. Ko N. The Role of Body Shame, Social Appearance Anxiety, and Body Checking Behavior on Body Dissatisfaction and Disordered Eating Behaviors: A Cross Cultural Study in Germany and Korea. Universitätsbibliothek Freiburg. 2010.
22. Yuksel-Sahin F. Certain predictors of shyness among Turkish preservice teacher. Journal of Social and Behavioral Sciences. 2012; 47: 207-217.
23. Zammer-Gembeck, M.J., Webb, H.J., Farerll, L., & Waters, A. (2016). Young adolescentts' appearance anxiety and body dysmorphic symptoms : social problems, self-perceptions and Comorbidities, Journal of Obsessive-Compulsive and Related Disorders, Journal, 8, 50-55.

[Downloaded from psj.umsha.ac.ir on 2026-11-25]

[DOI: 10.52547/psj.18.4.54]