

پیش بینی شرم درونی شده نوجوانان بر اساس اضطراب اجتماعی، رابطه با والدین،
عزت نفس و خودکارآمدی
Predicting adolescent's internalized shame based on social anxiety, relationship
with parent, self-esteem and self- efficacy

Zahra Asgariyan

M.Sc. Clinical Psychology, Department of Psychology, Faculty of Psychology and Educational Sciences, University of Isfahan, Isfahan, Iran.

Mehri Rezaei Kheirabadi *

M.Sc. Clinical Psychology, Department of Psychology, Faculty of Psychology and Educational Sciences, University of Isfahan, Isfahan, Iran.

rezaei257@gmail.com

زهرا عسگریان

کارشناسی ارشد روانشناسی بالینی، گروه روانشناسی، دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی، دانشگاه اصفهان، اصفهان، ایران.

مه‌ری رضایی خیرآبادی (نویسنده مسئول)

کارشناسی ارشد روانشناسی بالینی، گروه روانشناسی، دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی، دانشگاه اصفهان، اصفهان، ایران.

Abstract

Internalized shame is a very painful negative emotion that is accompanied by feelings of humiliation, inferiority, and worthlessness. The aim of this study was to predicting juvenile internalized shame based on social anxiety, relationship with parent, self-esteem, and self-efficacy. The research method was correlational. The statistical population included female students aged 15 to 19 years in Dehaghan city who were studying in the 2019-2020 academic year and the statistical sample included 270 people who were selected as available. Research tools included the Cook (1993) The internalized shame scale, Rosenberg (1979) The self-esteem scale, Sherer and Maddux (1982) The self-efficacy scale, Fain (1983) The Parent-Child Relationship survey, and Connor (2000) The social phobia Inventory. Data were analyzed using Pearson correlation and stepwise regression. The research findings showed that social anxiety and internalized shame at the level of 0.01 is a positive and significant relationship and self-esteem, relationship with a parent, and self-efficacy with internalized shame is a negative and significant relationship ($P < 0.01$). Also, the results of regression analysis showed that the predictor variables explain 33% of the variance of internalized shame. The results of this study help identify the factors influencing the internalized shame and show the need for more attention of parents and officials to these factors to reduce the suffering of juveniles.

چکیده

شرم درونی شده هیجان منفی بسیار رنج آوری است که با احساس خواری، حقارت و بی ارزشی همراه است. این پژوهش با هدف پیش بینی شرم درونی شده نوجوانان بر اساس اضطراب اجتماعی، ارتباط با والدین، عزت نفس و خودکارآمدی انجام شد. روش پژوهش از نوع همبستگی بود. جامعه آماری شامل دانش آموزان دختر ۱۵ تا ۱۹ سال با میانگین سنی ۱۶/۵۰، شهر دهقان که در سال تحصیلی ۹۹-۹۸ مشغول به تحصیل بودند و نمونه آماری شامل ۲۷۰ نفر بود که به صورت خوشه ای چند مرحله ای انتخاب شدند. ابزارهای پژوهش شامل مقیاس شرم درونی شده کوک (۱۹۹۳)، مقیاس عزت نفس روزنبرگ (۱۹۷۹)، مقیاس خودکارآمدی شرر و مادوکس (۱۹۸۲)، پرسشنامه روابط والد فرزندی فاین (۱۹۸۳) و سیاهه اضطراب اجتماعی کانر (۲۰۰۰) بود. داده ها با استفاده از آزمون آماری همبستگی پیرسون و رگرسیون گام به گام تحلیل شد. یافته های پژوهش نشان داد که بین اضطراب اجتماعی با شرم درونی شده رابطه مثبت و معنادار و بین عزت نفس، رابطه با والدین و خودکارآمدی با شرم درونی شده رابطه منفی و معنادار وجود دارد ($P < 0.01$). همچنین نتایج تحلیل رگرسیون نشان داد که متغیرهای پیش بین در مجموع ۳۳ درصد از تغییرات شرم درونی شده را تبیین می کنند. نتایج این پژوهش به شناسایی عوامل موثر بر شرم درونی شده کمک کرده و لزوم توجه بیشتر والدین و مسئولان را به این عوامل جهت کاهش رنج نوجوانان نشان می دهد.

Keywords: internalized shame, self-esteem, social anxiety, relationship with parent, self-efficacy.

واژه‌های کلیدی: شرم درونی شده، عزت نفس، اضطراب اجتماعی، رابطه با والدین، خودکارآمدی.

شرم درونی شده^۱ یکی از مهم ترین انواع تجارب هیجانی منفی و خودآگاه است که با میل به کناره گیری، احساس کنترل خود و ارزیابی انزجاری از خود (مثل احساس نفرت از خود) مرتبط است و می تواند شناخت و احساسات شخصی را در ارزیابی از خود و عملکردهایش تحت تاثیر قرار دهد (ماتوس، پینتو و گیلبرت^۲، ۲۰۱۳). این هیجان بسیار رنج آور بوده و در آن یک خصومت معطوف به درون وجود دارد و با احساس خواری، حقارت و بی ارزشی همراه است و بر اساس یکسری احساسات افسرده ساز هم چون ناامیدی، حماقت و میل به دوری از دیگران به دلیل ترس از طرد شدن تعریف شده است. اغلب برای این احساس دو مولفه در نظر می گیرند که در مولفه ی اول (شرم درونی شده)، تمرکز بر خود است و فرد خودش را به صورت منفی و معیوب احساس و ارزیابی می کند (گیلبرت^۳، ۲۰۰۷) و مولفه ی دوم شرم بیرونی، کانون توجه فرد در این است که در ذهن دیگران چگونه به نظر می رسد (روبینس^۴، ۲۰۰۷). این فرآیند ارزیابی از ابتدای دوران کودکی مشهود است و تا زمانی که کودک شکل پایدارتری از احساس نسبت به خود را ایجاد می کند به رشد خود ادامه می دهد (تامیسون، گودوین و میر^۵، ۲۰۰۶).

در روانشناسی بالینی نقش شرم در تمامی طبقات اصلی آسیب مرتبط با اختلال شناسایی شده است (بادن^۶، ۲۰۰۹) و با بسیاری از مشکلات روانی از جمله وسواس (وینگاردن و رنشاو^۷، ۲۰۱۵)، اختلالات اضطرابی (موریس، میسترز و ون آسلدونک^۸، ۲۰۱۷)، اختلال سوءمصرف مواد (ادلمن و استیون^۹، ۲۰۱۹)، اختلالات خوردن (بلیتین، نیکلسون، ماسینتایر، دیکسون، فاکس و تیلور^{۱۰}، ۲۰۱۸)، حساسیت بین فردی، عزت نفس پایین، پرخاشگری و خودانتقادی (دیدریخ، گرانت، هافمن، هایلر و همکاران، ۲۰۱۴) ارتباط دارد.

بر این اساس و با توجه به ویژگی های ذکر شده درباره ی شرم، عوامل مختلفی می تواند در ایجاد و افزایش این نوع هیجان خودآگاه اثر بگذارد. یکی از این عوامل اثر گذار، اضطراب و نشانه های اضطرابی است. شرم به احساس تنش و پریشانی از رفتارهای نامناسب یا تصورات قبل از وقوع رفتارهای نامناسب برمی گردد (سومانس، مایر و کای^{۱۱}، ۲۰۱۱) که با استفاده از یک دیدگاه نظری ارتباط بین این هیجان منفی خودآگاه (شرم) و اضطراب به دلیل ویژگی هایی شبیه خودارزیابی منفی، تهدید به فقدان موقعیت اجتماعی، احساس حقارت، کمبود عزت نفس و رفتارهای اجتنابی که در هر دوی این متغیرها به صورت مشترک وجود دارد، می توان شرم را با علائم اضطراب اجتماعی^{۱۲} به وضوح مرتبط ساخت (هدمان، استرونو و موربرگ^{۱۳}، ۲۰۱۳).

بر اساس پژوهش ها در بررسی هایی که بر روی کودکان بدون علائم بالینی انجام شده است، بین احساس شرم و علائم اضطرابی در کودکان رابطه ی مثبت و معناداری گزارش شد (پیتر، کرن، لینه و سایینه^{۱۴}، ۲۰۱۶) و علاوه بر این بین دو بعد شرم درونی و بیرونی، شرم درونی دارای رابطه قوی با علائم اضطرابی بیان شده (دایانا و آورو^{۱۵}، ۲۰۱۸) که به طور معناداری با اضطراب اجتماعی در ارتباط است (ماتوس، پینتو و پاول^{۱۶}، ۲۰۱۸) همچنین در مردان دارای اختلال اضطراب اجتماعی رابطه ی بین شرم و رفتارهای سلطه پذیر که از خصایص اضطراب اجتماعی است قوی تر و بزرگ تر است (زیممن، مورسیون، ریچارد و همبرگ^{۱۷}، ۲۰۱۵).

¹Internal Shame

²Matos, Pinto & Gilbert

³Gilbert

⁴Robins

⁵Thompson, Goodvin & Meyer

⁶Budden

⁷Weingarden, Renshaw

⁸Muris, Meesters, Van Asseldonk

⁹Edelman & Steven

¹⁰Blythin, Nicholson, Macintyre, Dicckson, Fox & Taylor

¹¹Sumanth, Mayer, & Kay

¹²Social Anxiety

¹³Hedman, Stro, Stunkel & Morberg

¹⁴Peter, Corn, Leanne & Sabine

¹⁵Diana & Aurora

¹⁶Matos, Pinto & Paul

¹⁷Zimmerman, Morrison & Heimberg

از سوی دیگر هیجان شرم در ارتباط با بازخورد دیگران راجع به اینکه آیا کودک مقبول و دوست داشتنی است، رشد می‌کند. در کودکان که بازخورد در درجه ی اول توسط مراقب ارائه می‌شود، گفته می‌شود که عواملی مانند والدگری منفی، بیمار بودن والدین و نارضایتی زناشویی می‌تواند در رشد سالم این هیجان تداخل ایجاد کند (موریس^۱، ۲۰۱۵). از جمله عوامل دیگری که ممکن است هیجان شرم را افزایش دهند، احساس نامقبول بودن کودک، نادیده گرفته شدن و برآورده نکردن انتظارات والدین است. والدین به طور اساسی با عملکرد اجتماعی-هیجانی کودکان در ارتباط اند (آنولا و نورمی^۲، ۲۰۰۵).

با این حال مطالعات کمی ارتباط خاص بین والدگری و اظهار شرم کودکان را بررسی کرده‌اند. مطالعات گذشته نگر از مراقبت در دوران کودکی، نشان می‌دهند که بزرگسالانی که در کودکی از مراقبت و توجه کمتری از جانب والدین برخوردار بودند و بی تفاوتی یا طرد بیشتری را تجربه کردند، مستعد احساس شرم بودند (کلیسون و سولبرگ^۳، ۲۰۰۲). مطالعات کودکان نوپا (کلی، براونل و کمپل^۴، ۲۰۰۰) و کودکان بزرگتر (هان و کیم^۵، ۲۰۱۲) نیز نشان می‌دهند که والدین منفی و طرد کننده که بازخورد مثبت کمی به کودکان می‌دهند، آنها را در معرض خطر بیشتری برای اظهار شرم قرار می‌دهند. در مطالعات آینده نگر نیز ارتباط بین والدگری و شرم در کودکان بررسی شده است. یک مطالعه که در مورد شرم در دختران جوان از سن ۳ تا ۵ سالگی انجام شد، نشان داد که والدگری مستبدانه (سخت‌گیری، خشونت و بی‌توجهی) پاسخ‌های شرم در دختران را پیش‌بینی می‌کند (میلز^۶، ۲۰۰۳). همچنین شرم در مادران، واکنش‌های شرم در کودکان را از دوره ی پیش دبستانی تا سن مدرسه به دنبال دارد (میلز، آربیو، لال و دی جاگر^۷، ۲۰۱۰). بنابراین به نظر می‌رسد رابطه ی والدین و فرزندان می‌تواند در ایجاد شرم عامل موثری باشد.

یکی دیگر از عوامل اثرگذار بر شرم، عزت نفس^۸ است. به اعتقاد براندن عزت نفس از دو بعد مربوط به هم تشکیل شده است و این دو بعد منجر به ایجاد اعتماد به نفس و حرمت خود می‌گردد که شامل احساس خود کارآمدی شخصی و ارزشمندی شخصی است (لوییس^۹، ۲۰۰۳). به اعتقاد جاکوبی^{۱۰} (۲۰۱۶) فردی که احساس تسلط بیشتری بر خود دارد و ابعاد عزت نفس او پررنگ‌تر است کمتر احساس شرم را به صورت منفی، تجربه می‌کند و کاهش عزت نفس منجر به احساس شرم می‌گردد، یعنی هر قدر عزت نفس کاهش یابد فرد شرم درونی بیشتری احساس می‌کند و آسیب‌پذیری او نسبت به تجربه ی شرم افزایش می‌یابد (ولوتی، گاروفالو، بوتازی و کارتی^{۱۱}، ۲۰۱۶؛ گرافالو^{۱۲}، ۲۰۱۵). بر این اساس تجارب شرم، ارتباط تنگاتنگی با نوسانات عزت نفس دارد (الیسون، گرافالو و ولوتی^{۱۳}، ۲۰۱۴).

شرم شامل خودسرزندی است و ارتباط نزدیکی با ادراک از خود دارد (بالدوین، بالدوین و والدا^{۱۴}، ۲۰۰۶). افراد شرمگین ادراک از خود و دیگران را بر اساس شرایط غیرواقعی ایجاد می‌کنند. در واقع ادراک از خود به همراه شرم و خودکارآمدی^{۱۵} ساختارهای اساسی روانشناسی شخصیت را شکل می‌دهند (هامپتون، پاسانیسی و جانسون^{۱۶}، ۲۰۱۱).

همانند شرم، خودکارآمدی (احساس فرد از توانایی کنترل عملکرد و پیامدهای آن) نیز تحت تاثیر بازخورد دیگران قرار دارد و بر نحوه ی ادراک و تعامل فرد با محیط اثر می‌گذارد. پژوهش‌ها نشان داده است که نمره ی پایین در خودکارآمدی میزان بالاتری از شرم را در افراد پیش‌بینی می‌کند (پاسانیسی، ساپینزا، بودلو و جیامیو^{۱۷}، ۲۰۱۵؛ بالدوین، بالدوین و والدا، ۲۰۰۶). اساساً شرم و خودکارآمدی

¹ Muris & Meesters

² Aunola & Nurmi

³ Claesson & Sohlberg

⁴ Kelley, Brownell & Campbell

⁵ Han & Kim

⁶ Mills

⁷ Mills, Arbeau, Lall & Dejaeger

⁸ Self esteem

⁹ Lewis

¹⁰ Jacoby

¹¹ Velotti, Garofalo, Bottazzi & Caretti

¹² Garofalo

¹³ Elison, Garofalo & Velotti

¹⁴ Baldwin, Baldwin & Ewald

¹⁵ Self efficacy

¹⁶ Hampton, Passanisi & Jonsson

¹⁷ Passanisia, Sapienzab, Budello, Giaim

پیش بینی شرم درونی شده نوجوانان بر اساس اضطراب اجتماعی، رابطه با والدین، عزت نفس و خودکارآمدی
 Predicting adolescent's internalized shame based on social anxiety, relationship with parent, self-esteem ...

واکنش های ما در تعامل با دیگران را تحت تاثیر قرار می دهند و به ادراک از خود وابسته اند و نیازمند داشتن احساس نسبت به خود هستند (لئانزا، پاسانیسی و لئانزا^۱، ۲۰۱۳). بنابراین خودکارآمدی نیز می تواند با ایجاد احساس شرم مرتبط باشد و آن را پیش بینی کند. باتوجه به مبانی نظری و پژوهشی ذکر شده و نظر به اینکه شرم درونی شده می تواند منجر به رنج نوجوانان و اثرات منفی بر زندگی آن ها شود، توجه به پیشایندها و عوامل موثر بر آن ضروری به نظر می رسد، بنابراین چنانچه بتوان عوامل پیش بین شرم درونی شده را شناسایی کرد می توان برای پیشگیری و کاهش آن برنامه هایی را طراحی نمود. در همین راستا هدف پژوهش پیش بینی شرم درونی شده بر اساس اضطراب اجتماعی، رابطه با والدین، عزت نفس و خودکارآمدی در بین نوجوانان می باشد.

روش

روش پژوهش حاضر از نوع توصیفی با طرح همبستگی بود. جامعه ی آماری شامل تمامی دانش آموزان دبیرستانی دختر شهر دهقان بودند. نمونه گیری با روش خوشه ای چند مرحله ای انجام شد؛ به این صورت که از بین نواحی شهر دهقان چند ناحیه و از هر ناحیه چند مدرسه به صورت تصادفی انتخاب شدند. سپس با مراجعه به مدارس انتخاب شده، ۲۷۰ نفر از دانش آموزان به تکمیل پرسشنامه ها اقدام کردند. ملاک های ورود عبارت بودند از مشغول به تحصیل بودن در بازه زمان اجرای پژوهش، برخورداری از سلامت جسمی و روانی بدون سابقه روانپزشکی (به شکل خوداظهاری) و تمایل برای شرکت داوطلبانه در پژوهش و ملاکهای خروج نداشتن هریک از ویژگی های یادشده بود. پس از حذف و کنارگذاشتن پرسشنامه های ناقص و تکمیل نشده از پژوهش، حجم نهایی نمونه پژوهش را ۲۱۸ نفر تشکیل دادند. برای تحلیل نتایج و بررسی داده ها از روش های آماری همبستگی و رگرسیون گام به گام بر روی نمونه ی مورد نظر، یعنی دانش آموزان دختر ۱۹-۱۵ ساله با میانگین سنی ۱۶/۵۰، در حال تحصیل در رشته های مختلف علوم نظری، استفاده شد.

ابزار سنجش

مقیاس شرم درونی شده کوک^۲: این مقیاس در سال ۱۹۹۳، توسط کوک تهیه شده و شامل ۳۰ ماده و دو خرده مقیاس کمروبی و عزت نفس است. پاسخ به هر ماده این مقیاس به صورت ۵ درجه ای از نوع لیکرتی است. نمره گذاری به صورت معکوس صورت می گیرد؛ به طوریکه نمره های بالا در این مقیاس نشان دهنده ی بی ارزشی، بی کفایتی، احساس حقارت، پوچی و تنهایی است و نمره پایین بیانگر اعتماد به نفس بالا است. کوک ضریب پایایی آلفای کرونباخ خرده مقیاس های کمروبی و عزت نفس را به ترتیب ۰/۹۴ و ۰/۹۰ گزارش کرده است. همچنین شریفی و اعتمادی (۱۳۹۱) ضرایب پایایی آلفای کرونباخ مقیاس شرم درونی شده در کل نمونه را ۰/۸۵، در نوجوانان دختر گزارش کرده اند. با توجه به اینکه این پرسشنامه بر روی مردان و زنان بزرگسال از سنین مختلف هنجاریابی شده است آن را میتوان برای دختران جوان و نوجوان با احتیاط مورد استفاده قرار داد.

مقیاس عزت نفس روزنبرگ^۳ (RSAS): این مقیاس در سال ۱۹۶۵ توسط روزنبرگ ساخته شد که عزت نفس کلی و آشکار را اندازه می گیرد و شامل ۱۰ عبارت کلی است که میزان رضایت از زندگی و داشتن احساس خوب درمورد خود را می سنجد. ۵ سوال از ۱۰ سوال به صورت مثبت و ۵ سوال دیگر به صورت منفی می باشد. در اصل این مقیاس به منظور ارائه ی یک تصویر کلی از نگرش های مثبت و منفی درباره خود به وجود آمده است (روزنبرگ، ۱۹۷۹). مقیاس عزت نفس روزنبرگ، ضرایب همبستگی قوی تری نسبت به پرسش نامه عزت نفس کوپراسمیت دارد و در سنجش سطوح عزت نفس دارای روایی بالاتری می باشد (رجبی و بهلول، ۱۳۸۶). در ایران بر اساس پژوهش (رجبی و بهلول ۱۳۸۶)، پایایی و اعتبار این مقیاس مورد بررسی قرار گرفت و همسانی درونی آن ۰/۸۱ بدست آمده است. نمره گذاری و تفسیر این پرسشنامه به این صورت می باشد که پاسخ موافق به عبارتهای ۱ تا ۵، نمره +۱ دریافت میکند و پاسخ مخالف به عبارت های ۱ تا ۵، نمره منفی دریافت می کند و از عبارت ۶ تا ۱۰، این نمره گذاری برعکس می باشد. نمرات بالا نشان دهنده عزت نفس آشکار بالا و نمرات پایین نشان دهنده عزت نفس آشکار پایین می باشد.

¹Leanza, Passanisi, & Leanza

² Cook Internalized Shame Scale

³ Rosenberg Self-esteem Scale

مقیاس خودکارآمدی شرر و مادوکس^۱: این مقیاس دارای ۱۷ گویه است. شرر و مادوکس (۱۹۸۲) معتقدند که این مقیاس از سه عامل میل به آغاز رفتار، میل به گسترش تلاش برای کامل کردن تکلیف و مقاومت در برابر موانع اشباع شده است. اعتبار سازه این مقیاس با روش تحلیل عاملی اکتشافی توسط وودروف و کاشمن (۱۹۹۳) مورد تایید قرار گرفته است. بوچر و اسمیت نیز وجود عامل خودکارآمدی عمومی را در این مقیاس تأیید کرده اند (به نقل از اصغرنژاد وهمکاران، ۱۳۸۵). اصغرنژاد وهمکاران (۱۳۸۵) در یک نمونه ایرانی خصوصیات روانسنجی این مقیاس را قابل قبول و آلفای کرونباخ آن را ۰/۸۳ گزارش کرده اند.

پرسشنامه ی روابط والد-فرزندی^۲(PCRS): نسخه اصلی این پرسشنامه توسط فاین، جی مورلند و اندرو شویل (۱۹۸۳) با هدف سنجیدن کیفیت روابط والد-فرزند ساخته شد. این مقیاس یک ابزار ۲۴ سوالی برای سنجیدن نظر جوانان (حتی خردسالان) درباره رابطه آنان با والدینشان است. "مقیاس رابطه ولی-فرزند" دو صورت دارد، یکی برای سنجیدن رابطه فرزند با مادر و یکی هم برای سنجیدن رابطه فرزند با پدر. این مقیاس با ضرایب آلفای ۰/۸۹ تا ۰/۹۴ برای خرده مقیاس های مربوط به پدر و نیز آلفای کلی ۰/۹۶ و ضرایب آلفای ۰/۶۱ (همانند سازی) تا ۰/۹۴ برای خرده مقیاس های مربوط به مادر و نیز آلفای کلی ۰/۹۶ از همسانی درونی عالی برخوردار است (ثنایی ذاکر، ۱۳۷۹). در پژوهش عطایی فر و امیری (۱۳۹۵)، نیز میزان ضریب قابلیت اعتماد این پرسشنامه با روش آلفای کرونباخ، برای عاطفه مثبت ۰/۹۲، آزردهگی/سردرگمی نقش ۰/۷۵، گفت و شنود ۰/۷۵، همانندسازی ۰/۷۸ و رابطه والد-فرزندی ۰/۸۸ به دست آمده است.

سیاهه اضطراب اجتماعی^۳(SPIN): این مقیاس اولین بار توسط کانور و همکاران به منظور ارزیابی اضطراب اجتماعی یا هراس اجتماعی تهیه شد (کانور، دیویدسون و چرچیل، ۲۰۰۰). این پرسشنامه یک مقیاس خود سنجی ۱۷ ماده ای است که دارای ۳ مقیاس اجتناب (۷ ماده)، ترس (۶ ماده) و ناراحتی فیزیولوژیکی (۴ ماده) می باشد و هر ماده بر اساس مقیاس ۵ درجه ای لیکرت (۰، به هیچ وجه؛ ۱، کم؛ ۲، تا اندازه ای؛ ۳، خیلی زیاد؛ ۴، بی نهایت) درجه بندی شده است. ویژگیهای روانسنجی این پرسشنامه به قرار زیر است: پایایی به روش باز آزمایی در گروه هایی با تشخیص اختلال اضطراب اجتماعی برابر با ضریب همبستگی ۰/۷۸ یا ۰/۸۹ می باشد. همسانی درونی یا ضریب آلفا در گروهی از افراد بهنجار برای کل مقیاس برابر ۰/۱۴ و برای مقیاس های فرعی ترس، ۰/۹۸ اجتناب، ۰/۹۲ و برای مقیاس فرعی ناراحتی فیزیولوژیکی ۰/۸۰ گزارش شده است (کانور و همکاران، ۲۰۰۰). حسنوند، عموزاده، شیر، باقری (۲۰۰۷) ضریب آلفای پرسشنامه را در نیمه ی اول آزمون برابر ۰/۸۲، برای نیمه ی دوم آزمون برابر ۰/۷۶ و همبستگی دونیمه ی آزمون را برابر ۰/۸۴ و شاخص اسپیرمن-براون را برابر ۰/۹۱ برآورد نموده اند. همچنین در پژوهش حسنوند، عموزاده و روشن چسلی (۱۳۹۲) آلفای کرونباخ خرده مقیاس های پرسشنامه اضطراب اجتماعی پس از اجرای نهایی روی تمامی نمونه ها (۲۳۰ نفر) ۰/۷۹-۰/۸۵ به دست آمد که نشان دهنده همسانی درونی خوب پرسشنامه ی مذکور می باشد.

یافته‌ها

پس از حذف و کنار گذاشتن پرسش نامه های ناقص و تکمیل نشده از پژوهش، حجم نهایی نمونه پژوهش را ۲۱۸ نفر تشکیل دادند. جدول ۱ شاخص های توصیفی متغیرهای پژوهش را نشان می دهد.

جدول ۱. شاخص های توصیفی متغیرهای پژوهش

مقیاس	میانگین	انحراف استاندارد
شرم	۱۰۲/۱۴	۱۴/۳۲
اضطراب اجتماعی	۶۱/۵۳	۱۳/۵۵
عاطفه مثبت نسبت به پدر	۱۳/۵۳	۳/۶۱
احترام/اعتماد پدران	۲۴/۷۸	۸/۰۱

1.Sherer & Maddux Self-efficacy Scale

2.Parent-Child Relationship Survey

3. Social Phobia Inventory

پیش بینی شرم درونی شده نوجوانان بر اساس اضطراب اجتماعی، رابطه با والدین، عزت نفس و خودکارآمدی

Predicting adolescent's internalized shame based on social anxiety, relationship with parent, self-esteem ...

۷/۹۱	۲۱/۳۸	ارتباطات با پدر
۱/۸۳	۴/۵۰	خشم
۲۲/۸۰	۸۷/۷۵	رابطه با پدر
۱۵/۵۵	۳۴/۷۸	عاطفه مثبت مادر
۴/۸۶	۲۳/۵۷	تنفر/ گم گشتگی نقش
۳/۹۷	۱۲/۸۱	تعیین هویت
۷/۵۷	۲۲/۰۸	ارتباطات مادر
۲۲/۰۲	۷۴/۵۰	رابطه با مادر
۷/۳۲	۴۶/۰۵	خودکارآمدی
۳/۸۲	۱۶/۳۱	عزت نفس

بر اساس نتایج جدول ۱ میانگین و انحراف استاندارد شرم درونی شده به ترتیب برابر است با ۱۰۲/۱۴ و ۱۴/۳۲. میانگین و انحراف استاندارد رابطه با پدر و رابطه با مادر به ترتیب برابر است با ۸۷/۷۵ و ۲۲/۸۰ و ۷۴/۵۰ و ۲۲/۰۲. میانگین و انحراف استاندارد اضطراب اجتماعی ۶۱/۵۳ و ۱۳/۵۵ و میانگین و انحراف استاندارد خودکارآمدی به ترتیب برابر است با ۴۶/۵۰ و ۷/۳۲. میانگین و انحراف استاندارد عزت نفس نیز برابر است با ۱۶/۳۱ و ۳/۸۲. جدول ۲ نتایج ضرایب همبستگی بین متغیرهای پژوهش را نشان می دهد.

جدول ۲. ضرایب همبستگی بین اضطراب اجتماعی، رابطه فرزند با پدر / مادر، خودکارآمدی و عزت نفس با شرم درونی شده

خرده مولفه متغیر پیش بین	۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸	۹	۱۰	۱۱	۱۲	۱۳
شرم	۱												
اضطراب اجتماعی	۰/۴۷۸**	۱											
عاطفه مثبت پدر	۰/۱۰۱	۰/۱۲۲	۱										
درگیری و آمیختگی پدر	۰/۲۲۲**	۰/۱۱۹	۰/۴۳۹**	۱									
ارتباطات	۰/۱۹۱**	۰/۱۱۹	۰/۳۹۱**	۰/۸۷۷**	۱								
خشم	۰/۲۶۰**	۰/۱۰۰	۰/۲۰۷**	۰/۲۶۱**	۰/۲۵۳**	۱							
رابطه با پدر	۰/۲۴۲**	۰/۱۴۵*	۰/۷۰۷**	۰/۸۴۲**	۰/۸۳۵**	۰/۲۳۹**	۱						
عاطفه مثبت مادر	۰/۲۲۷**	۰/۱۵۱*	۰/۱۶۵*	۰/۲۰۳**	۰/۲۴۸**	۰/۲۰۰**	۰/۲۹۹**	۱					
تنفر/ گم گشتگی نقش	۰/۰۲۹	۰/۰۲۳	۰/۱۳۲	۰/۰۴۵	۰/۱۰۴	۰/۱۵۵*	۰/۱۷۵*	۰/۲۶۸**	۱				
هماندسازی مادر	۰/۱۰۴	۰/۱۱۲	۰/۰۹۵	۰/۱۶۹*	۰/۱۰۸	۰/۲۷۲**	۰/۷۶۰**	۰/۳۵۲**	۰/۰	۱			

ارتباط/ گفت و شنود با مادر	۲۹۴**	۱۸۷**	۱۳۴	۲۳۷**	۲۹۰**	۱۷۲*	۳۳۴**	۸۵۷**	۳۶۵**	۶۶۸**	۱
رابطه با مادر	۲۱۹**	۱۴۷*	۲۱۷**	۲۱۴**	۲۶۷**	۱۶۵*	۳۴۱**	۹۵۵**	۴۹۳**	۸۰**	۹۰۷**
خودکارآمدی	۱۸۰*	۰	۰	۰	۰	۰	۰	۰	۰	۰	۰
عزت نفس	۲۰۱**	۱۱۳	۱۰۱۹	۰۶۳	۰۱۵	۰۴۷	۰۵۲	۰۲۲	۰۱۳۰	۰۵۰	۰۴۰

** Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

* Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

بر اساس نتایج جدول ۲ بین متغیرهای اضطراب اجتماعی، رابطه فرزند والد (فرزند/ پدر، فرزند/ مادر)، خودکارآمدی و عزت نفس با شرم درونی شده در آزمودنی ها رابطه معنادار وجود دارد. بین مولفه های اضطراب اجتماعی و شرم درونی شده همبستگی مثبت و مستقیم معناداری به میزان ۰/۴۷ وجود دارد. همچنین بین رابطه پدر/ فرزند با شرم درونی شده همبستگی منفی و معکوس به میزان ۰/۲۴ وجود دارد. همچنین بین مولفه های درگیری و آمیختگی با پدر، ارتباطات با پدر و خشم نسبت به پدر نیز با شرم درونی شده روابط معنادار وجود دارد. از میان مولفه های رابطه مادر/ فرزند نیز بین مولفه های عاطفه مثبت نسبت به مادر، ارتباط گفت و شنود با مادر با شرم درونی شده رابطه وجود دارد. بین میانگین کل رابطه مادر/ فرزند و شرم درونی نیز همبستگی معنادار منفی به میزان ۰/۲۱ وجود دارد. بین خودکارآمدی و شرم نیز همبستگی منفی و معناداری به میزان ۰/۱۸ وجود دارد. بین عزت نفس و شرم درونی نیز همبستگی معناداری به میزان ۰/۲۰ وجود دارد. سایر روابط و ضرایب همبستگی بین متغیرهای پژوهش در جدول قابل مشاهده می باشد. برای بررسی ارتباط بین متغیرهای اصلی پژوهش از رگرسیون گام به گام استفاده شده است. به این صورت که شرم درونی به عنوان متغیر ملاک در نظر گرفته شده که از متغیرهای اضطراب اجتماعی، رابطه والد/ فرزند، عزت نفس و خودکارآمدی رفتاری تاثیر می پذیرد. جدول ۳ نتایج تحلیل رگرسیون گام به گام شرم درونی بر اساس مولفه های مذکور را نشان می دهد.

جدول ۳. مدل برازش شده شرم درونی بر اساس هر چهار متغیر

مدل	همبستگی چندگانه	ضریب تعیین	ضریب تعیین تعدیل شده	ضریب f	سطح معناداری
گام اول	۰/۴۸۳	۰/۲۳۴	۰/۲۲۹	۵۱/۸۱۸	۰/۰۰۰
گام دوم	۰/۵۳۸	۰/۲۹۰	۰/۲۸۱	۳۴/۴۴۷	۰/۰۰۰
گام سوم	۰/۵۴۲	۰/۲۹۴	۰/۲۸۱	۲۳/۳۱۹	۰/۰۰۰
گام چهارم	۰/۵۶۱	۰/۳۱۵	۰/۲۹۸	۱۹/۱۸۹	۰/۰۰۰
گام پنجم	۰/۵۷۸	۰/۳۳۵	۰/۳۱۵	۱۶/۶۹۲	۰/۰۰۰

همان طور که در جدول ۳ ملاحظه می شود، در گام نخست مولفه اضطراب اجتماعی به عنوان مولفه ای که بیشترین میزان همبستگی را با شرم درونی شده دارد، به تنهایی ۲۳ درصد واریانس شرم درونی شده را در آزمودنی ها تبیین می کند، در گام دوم با ورود مولفه رابطه با پدر میزان واریانس تبیین شده به ۲۹ درصد، با ورود مولفه عزت نفس در گام سوم واریانس تبیین شده به ۳۱ درصد و با ورود مولفه خودکارآمدی در گام چهارم واریانس تبیین شده به ۳۳ درصد افزایش می یابد. بدین معنی که می توان گفت متغیرهای اضطراب اجتماعی، رابطه والد/ فرزند، عزت نفس و خودکارآمدی در مجموع ۳۳ درصد از تغییرات شرم درونی شده را پیش بینی می کنند. با توجه به اینکه ضرایب f مشاهده شده در سطح $p \leq 0/05$ معنادار بوده است بنابراین رگرسیون خطی برآورد شده از کفایت لازم برخوردار است و مورد قبول می باشد.

بحث و نتیجه گیری

پژوهش حاضر با هدف پیش بینی شرم درونی شده بر اساس متغیرهای ارتباط با والدین، خودکارآمدی، عزت نفس و اضطراب اجتماعی انجام شده است. نتایج این پژوهش بر اساس جدول ۳ نشان داد که نخست مولفه ی اضطراب اجتماعی به عنوان مولفه ای که بیشترین همبستگی را با شرم درونی شده دارد، می تواند به تنهایی به میزان زیادی شرم درونی شده را در آزمودنی ها پیش بینی کند. این نتیجه با یافته های گیلبرت و مایلز (۲۰۰۰)، هرمان و همکاران (۲۰۱۳)، ژونگ و همکاران (۲۰۰۸)، پیتر و همکاران (۲۰۱۶)، رایانا و آدورا (۲۰۱۸)، ماتوس و همکاران (۲۰۱۲) و زیمرمن و همکاران (۲۰۱۴) همسو بود. با توجه به اینکه شرم به احساس تنش از رفتارهای نامناسب یا به تصورات قبل از وقوع رفتار نامناسب برمی گردد (سومانس، مایر و کای، ۲۰۱۱) و نیز وجود ویژگی هایی شبیه خودارزیابی منفی، احساس حقارت و ... که در هر دو این ها اضطراب اجتماعی و شرم به صورت مشترک وجود دارد (هرمان و همکاران، ۲۰۱۳)، می توان این دو را با هم مرتبط دانست. به این صورت که فرد با قرار گرفتن در موقعیت های متفاوت اجتماعی شروع به خود ارزیابی های منفی کرده و این ارزیابی ها منجر به احساس حقارت و در نتیجه کاهش عزت نفس می گردد و همه ی این ویژگی ها به دلیل ایجاد شرم و احساس گناه در فرد منجر به اجتناب از موقعیت های مختلف اجتماعی می گردد و باعث می شود در موقعیتهای دیگر این ویژگی ها را تداعی کرده و مجددا این تنش و در نتیجه شرم را تجربه کند.

در گام دوم با ورود مولفه ی رابطه با پدر و در گام سوم با ورود مولفه ی رابطه ی با مادر میزان پیش بینی افزایش یافت که این نتیجه از پژوهش حاضر با پژوهش های آنولا و نورمی (۲۰۰۵)، کلاسون و سولبرگ (۲۰۰۵)، کلی و همکاران (۲۰۰۰)، هان و کیم (۲۰۱۲)، استویینگ و مک کلوسکی (۲۰۰۵)، میلس (۲۰۰۳) و میلس و همکاران (۲۰۱۰) همسو بود. در تبیین این نتیجه می توان گفت از جمله عواملی که ممکن است هیجان شرم را افزایش دهند، احساس نامقبول بودن کودک، نادیده گرفته شدن و برآورده نکردن انتظارات والدین است. والدینی که به طور اساسی با عملکرد اجتماعی-هیجانی کودکان در ارتباطند (آنولا و نورمی، ۲۰۰۵). درخواست والدین از کودک بدون توجه به ویژگی ها و توانایی های او، باعث می شود کودک در انجام تکالیف احساس ناتوانی کند و چون کودک در کنار والدین خود احساس امنیت می کند و آن ها را به عنوان الگوی خود می داند، این احساس ناتوانی در او نامقبول بودن نزد والدین را برمی انگیزد و احساس می کند که ممکن است از جانب والدین طرد شود و این احساسات، تنش و در نتیجه شرم را در او بوجود می آورد.

در گام بعدی با ورود عزت نفس، میزان پیش بینی افزایش پیدا کرد که این نتیجه با پژوهش های جاکوبی (۲۰۱۶)، ولوتی و همکاران (۲۰۱۶)، الیسون و همکاران (۲۰۱۶)، گرافولا (۲۰۱۵) و مارشال و همکاران (۲۰۰۹)، همسو بود. در تبیین این نتیجه می توان گفت شرم درونی با احساس بی ارزشی و خواری همراه است و ویژگی هایی همچون ناامیدی و میل به دوری از دیگران به دلیل ترس از طرد شدن را به همراه دارد (گیلبرت، ۲۰۰۷). درحالیکه یکی از ابعاد عزت نفس، احساس ارزشمندی شخصی بیان شده است، بنابراین این دو مولفه می توانند با هم مرتبط باشند. به این صورت که وقتی شخصی در اثر عوامل مختلف احساس بی ارزشی می کند، عزت نفس او کاهش می یابد و ترس از طرد شدن و قضاوت منفی دیگران در مورد خودش افزایش می یابد و احساس شرم در او برانگیخته می شود و این چرخه در او تقویت می گردد چرخه ای که شامل احساس بی ارزشی، فقدان یا کاهش عزت نفس، ترس از طرد و قضاوت شدن و احساس شرم می باشد.

در گام آخر نیز با ورود مولفه‌ی خودکارآمدی، میزان پیش‌بینی، افزایش یافت. و این نتیجه با پژوهش‌های پاسانیسی و همکاران (۲۰۱۳) و بالدوین و همکاران (۲۰۰۶) همسو بود. در تبیین این نتیجه نیز می‌توان گفت با توجه با اینکه خودکارآمدی احساس فرد از توانایی کنترل عملکرد و پیامدهای آن است و نیز افراد شرمگین، خودسرزنی زیادی را تجربه می‌کنند، با ایجاد شدن هر شرایط و موقعیتی اگر فرد نتواند ارزیابی مثبت و واقع‌بینانه‌ای از توانایی‌های خود در انجام عملکردها و پیامدهای آن‌ها داشته باشد، احتمال دارد عوامل افسرده‌ساز مثل احساس بی‌ارزشی، ناتوانی و حقارت در او فعال گردد و احساس شرم در او برانگیخته شود و این عوامل می‌تواند مانع انجام فعالیت‌ها در موقعیت‌های دیگر و مراتب بعدی شود.

در مجموع می‌توان گفت کاهش عوامل منفی از جمله اضطراب اجتماعی در نوجوانان و از طرفی بهبود عوامل مثبت از جمله روابط والدین و فرزندان، عزت‌نفس و خودکارآمدی می‌تواند از موارد تأثیرگذار در کاهش شرم درونی شده در آن‌ها باشد. استفاده از نتایج پژوهش در طراحی برنامه‌هایی به جهت کاهش شرم درونی شده در نوجوانان می‌تواند از کاربردهای مهم این پژوهش باشد. پیشنهاد می‌شود که دوره‌هایی برای تقویت عوامل مثبت ذکر شده برای دانش‌آموزان در مدارس برگزار شود. پژوهش حاضر با محدودیت‌هایی نیز روبرو بود. انجام پژوهش به روش همبستگی که دستیابی به روابط علت و معلولی بین متغیرها را دشوار می‌سازد، از محدودیت‌های این پژوهش است؛ بنابراین به پژوهشگران پیشنهاد می‌شود، جهت دستیابی به روابط علت و معلولی، پژوهش‌هایی را در قالب مداخله و به روش آزمایشی انجام دهند. از دیگر محدودیت‌های پژوهش حاضر آنکا به داده‌های حاصل از پرسشنامه خودگزارش دهی بود که در این سبک جمع‌آوری اطلاعات، شرکت‌کننده احتمالاً در پاسخ‌های خود سوگیری خواهد داشت. بنابراین پیشنهاد میشود از روش‌های دیگر جمع‌آوری داده‌ها همچون مصاحبه (فردی، خانوادگی) و مشاهده استفاده شود تا اطلاعات کامل‌تر و دقیق‌تری به دست آید.

منابع

- اصغرنژاد، ط؛ احمدی ده قطب‌الدینی، م؛ ولی‌اله، ف؛ و خداپناهی، م. (۱۳۸۵). مطالعه ویژگی‌های روانسنجی مقیاس خودکارآمدی عمومی شرم. *مجله روان‌شناسی*، ۱۰(۳)، ۲۷۴-۲۶۲.
- ثنایی‌ذاکر، ب. (۱۳۷۹). مقیاس‌های سنجش خانواده و ازدواج. تهران: انتشارات بعثت.
- حسنوند، م؛ عموزاده، ر؛ و روشن‌چسلی، م. (۱۳۹۲). رابطه‌ی بین سیستم‌های مغزی-رفتاری و جنس با اضطراب اجتماعی. *نشریه پژوهنده*، ۱۸(۳)، ۱۱۴-۱۲۱.
- رجبی، غ؛ و بهلول، ن. (۱۳۸۶). سنجش پایایی و روایی مقیاس عزت‌نفس روزنبرگ در دانشجویان سال اول دانشگاه شهید چمران اهواز. *پژوهش‌های تربیتی و روانشناختی*، ۲(۳)، ۳۳-۴۸.
- شریفی، م؛ و اعتمادی، ع. (۱۳۹۱). تأثیر طرحواره‌درمانی گروهی بر باورهای اختلال خوردن و احساس شرم در دختران نوجوان مبتلا به بی‌اشتهایی عصبی در شهر اصفهان. *فصلنامه پژوهش‌های نوین روانشناختی*، ۲۷(۷)، ۹۸-۸۱.
- عطایی‌فر، ر؛ و امیری، ش. (۱۳۹۵). آموزش مدل علی رابطه ارتباط موثر همسران و رابطه والد-فرزند برای آموزش والدین دانش‌آموزان دوره ابتدایی. *فصلنامه خانواده و پژوهش*، ۳۰، ۳۷-۷.
- Aunola, K., & Nurmi, J. E. (2005). The role of parenting styles in children's problem behavior. *Child development*, 76(6), 1144-1159.
- Baldwin, K. M., Baldwin, J. R., & Ewald, T. (2006). The relationship among shame, guilt, and self-efficacy. *American Journal of Psychotherapy*, 60(1), 1-21.
- Blythin, S. P., Nicholson, H. L., Macintyre, V. G., Dickson, J. M., Fox, J. R., & Taylor, P. J. (2020). Experiences of shame and guilt in anorexia and bulimia nervosa: A systematic review. *Psychology and Psychotherapy: Theory, Research and Practice*, 93(1), 134-159.
- Budden, A. (2009). The role of shame in posttraumatic stress disorder: A proposal for a socio-emotional model for DSM-V. *Social Science & Medicine*, 69(7), 1032-1039.
- Cândeia, D.-M., & Szentagotai-Tătar, A. (2018). Shame-proneness, guilt-proneness and anxiety symptoms: A meta-analysis. *Journal of anxiety disorders*, 58, 78-106.
- Claesson, K., & Sohlberg, S. (2002). Internalized shame and early interactions characterized by indifference, abandonment and rejection: Replicated findings. *Clinical Psychology & Psychotherapy: An International Journal of Theory & Practice*, 9(4), 277-284.
- Connor, K. M., Davidson, J. R., Churchill, L. E., Sherwood, A., Weisler, R. H., & Foa, E. (2000). Psychometric properties of the Social Phobia Inventory (SPIN): New self-rating scale. *The British Journal of Psychiatry*, 176(4), 379-386.

Predicting adolescent's internalized shame based on social anxiety, relationship with parent, self-esteem ...

- Diedrich, A., Grant, M., Hofmann, S. G., Hiller, W., & Berking, M. (2014). Self-compassion as an emotion regulation strategy in major depressive disorder. *Behaviour research and therapy*, 58, 43-51.
- Edelman, S. (2019). Attachment, Shame, the Expressive Therapies and Substance Use Disorders.
- Elison, J., Garofalo, C., & Velotti, P. (2014). Shame and aggression: Theoretical considerations. *Aggression and violent behavior*, 19(4), 447-453.
- Fine, M. A., Moreland, J. R., & Schwebel, A. I. (1983). Long-term effects of divorce on parent-child relationships. *Developmental psychology*, 19(5), 703.
- Garofalo, C. (2015). Emozionalità negativa ed autostima in un campione di offender detenuti: Uno studio preliminare. *Giornale italiano di psicologia*, 42(1-2), 363-360.
- Gilbert, P. (2007). The evolution of shame as a marker for relationship security: A biopsychosocial approach.
- Gilbert, P., & Miles, J. N. (2000). Sensitivity to Social Put-Down: it's relationship to perceptions of social rank, shame, social anxiety, depression, anger and self-other blame. *Personality and Individual differences*, 29(4), 757-774.
- Hampton, J. A., Passanisi, A., & Jönsson, M. L. (2011). The modifier effect and property mutability. *Journal of Memory and Language*, 64(3), 233-248.
- Han, S.-Y., & Kim, Y.-H. (2012). Interpersonal rejection experiences and shame as predictors of susceptibility to peer pressure among Korean children. *Social Behavior and Personality: an international journal*, 40(7), 1213-1231.
- Hassanvand Amouzadeh, M., Shairi, M. R., & Asghari Moghadam, M. A. (2013). Social anxiety prediction pattern with regard to cognitive behavioral factors. *Journal of Research and Health*, 3(2), 379-387.
- Hedman, E., Ström, P., Stümel, A., & Mörtberg, E. (2013). Shame and guilt in social anxiety disorder: Effects of cognitive behavior therapy and association with social anxiety and depressive symptoms. *PLoS ONE*, 8(4), e61713.
- Jacoby, M. (2016). *Shame and the origins of self-esteem: A Jungian approach*: Taylor & Francis.
- Kelley, S. A., Brownell, C. A., & Campbell, S. B. (2000). Mastery motivation and self-evaluative affect in toddlers: Longitudinal relations with maternal behavior. *Child development*, 71(4), 1061-1071.
- Leanza, V., Passanisi, A., & Leanza, G. (2013). Urinary incontinence: quality of life and psychological aspects. *Urogynaecologia*, 27(1).
- Lewis, M. (2003). The role of the self in shame. *Social Research: An International Quarterly*, 70(4), 1181-1204.
- Matos, M., Pinto-Gouveia, J., & Gilbert, P. (2013). The effect of shame and shame memories on paranoid ideation and social anxiety. *Clinical psychology & psychotherapy*, 20(4), 334-349.
- Mills, R. S. (2003). Possible antecedents and developmental implications of shame in young girls. *Infant and Child Development: An International Journal of Research and Practice*, 12(4), 329-349.
- Mills, R. S. (2005). Taking stock of the developmental literature on shame. *Developmental review*, 25(1), 26-63.
- Mills, R. S., Arbeau, K. A., Lall, D. I., & De Jaeger, A. E. (2010). Parenting and child characteristics in the prediction of shame in early and middle childhood. *Merrill-Palmer Quarterly (1982-)*, 500-528.
- Muris, P. (2015). Guilt, shame, and psychopathology in children and adolescents. *Child Psychiatry & Human Development*, 46(2), 177-179.
- Muris, P., Meesters, C., Bouwman, L., & Notermans, S. (2015). Relations among behavioral inhibition, shame-and guilt-proneness, and anxiety disorders symptoms in non-clinical children. *Child Psychiatry & Human Development*, 46(2), 209-216.
- Muris, P., Meesters, C., & van Asseldonk, M. (2018). Shame on me! Self-conscious emotions and big five personality traits and their relations to anxiety disorders symptoms in young, non-clinical adolescents. *Child Psychiatry & Human Development*, 49(2), 268-278.
- Passanisi, A., Sapienza, I., Budello, S., & Giaimo, F. (2015). The relationship between guilt, shame and self-efficacy beliefs in middle school students. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 197, 1013-1017.
- Rajabi, G., & Bohlul, N. (2007). Assessment of validity and reliability of Rosenberg's self-esteem scale in students of grad one in Chamran university. *Educ Psychol Res*, 1(2), 33-48.
- Stuewig, J., & McCloskey, L. A. (2005). The relation of child maltreatment to shame and guilt among adolescents: Psychological routes to depression and delinquency. *Child maltreatment*, 10(4), 324-336.
- Sumanth, J. J., Mayer, D. M., & Kay, V. S. (2011). Organizational Psychology Review.
- Tangney, J. P., Stuewig, J., & Mashek, D. J. (2007). What's moral about the self-conscious emotions. *The self-conscious emotions: Theory and research*, 21-37.
- Tangney, J. P. E., & Tracy, J. L. (2012). Self-conscious emotions.
- Thompson, R. A., Goodvin, R., & Meyer, S. (2006). Social Development: Psychological Understanding, Self-Understanding, and Relationships.
- Velotti, P., Garofalo, C., Bottazzi, F., & Caretti, V. (2017). Faces of shame: Implications for self-esteem, emotion regulation, aggression, and well-being. *The Journal of Psychology*, 151(2), 171-184.
- Weingarden, H., & Renshaw, K. D. (2015). Shame in the obsessive compulsive related disorders: A conceptual review. *Journal of affective disorders*, 171, 74-84.
- Zhong, J., Wang, A., Qian, M., Zhang, L., Gao, J., Yang, J., . . . Chen, P. (2008). Shame, personality, and social anxiety symptoms in Chinese and American nonclinical samples: a cross-cultural study. *Depression and anxiety*, 25(5), 449-460.