رویش روان شناسی، سال۱۰ ، شماره۸، شماره پیاپی ۶۵، آبان ۱۴۰۰
Rooyesh-e-Ravanshenasi Journal(RRJ),10(8), 2021

نقش میانجی شفقت به خود در رابطه بین سبکهای هویت و رفتارهای خودآسیب‌رسان نوجوانان

The mediating role of the self-compassion in the relationship between identity styles and adolescents self-harming behaviors

افسانه صفارپور
دانشجوی دکتری، گروه مشاوره، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد علوم و تحقیقات، تهران، ایران.
دکتر محمد قمری (نویسنده مسئول)
گروه مشاوره، دانشکدهٔ علوم انسانی، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد ابهر، ابهر، ایران.
دکتر سیمین حسینیان
استاد گروه مشاوره، دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی، دانشگاه الزهرا، تهران، ایران.

Afsane Safarpour
Ph.D Student, Department Of Counseling, Islamic Azad University, Science and Research Branch, Tehran, Iran.
Dr. Mohammad Ghamari *
Department Of Counseling, Faculty Of Humanities, Islamic Azad University, Abhar Branch, Abhar, Iran.
counselor_ghamari@yahoo.com
Dr. Simin Hosseinian
Professor, Department of Counseling, Faculty of Education & Psychology, Alzahra University, Tehran, Iran.

چکیده

هدف از پژوهش حاضر تعیین نقش میانجی شفقت به خود در رابطه بین سبک‌های هویت و رفتارهای خودآسیب‌رسان نوجوانان بود. پژوهش حاضر از لحاظ هدف جزء پژوهش‌های بنیادی و از لحاظ روش از نوع مطالعات همبستگی است. جامعه پژوهش را تمامی نوجوانان ۱۶-۱۴ سال که در سال تحصیلی ۱۴۰۰-۹۹ در مدارس دولتی دوره اول متوسطه شهر کرج مشغول به تحصیل بودند تشکیل دادند که از میان آنها ۲۴۷ نوجوان با استفاده از پرسشنامه سبک‌های هویت (ISI) (برزونسکی، ۱۹۸۹)، مقیاس شفقت به خود (SCS) (نف، ۲۰۰۳)، و رفتار خودآسیب‌رسان (ISAS) (کلونسکی و گلن، ۲۰۰۹) به صورت اینترنتی و از طریق شبکه‌های مجازی مورد ارزیابی قرار گرفتند. روش تحلیل این پژوهش، ضریب همبستگی پیرسون و رگرسیون سلسله مراتبی همزمان به روش بارون و کنی (۱۹۸۶) بود و از نرم‌افزار آماری SPSS-۲۵ بعنوان ابزار تحلیل استفاده شد. یافته‌ها نشان داد بین هویت هنجاری و اطلاعاتی با رفتارهای خودآسیب‌رسان رابطه منفی معنادار و با شفقت به خود رابطه مثبت معنادار وجود دارد (P<۰/۰۱). بین سبک هویت سردرگم با شفقت به خود و رفتارهای خودآسیب‌رسان رابطه منفی معنادار (P<۰/۰۱)، و بین شفقت به خود و رفتار خودآسیب‌رسان در نوجوانان رابطه منفی معناداری وجود دارد (P<۰/۰۱)، و شفقت به خود در رابطه بین سبکهای هویت (سردرگم، هنجاری، و هویت اطلاعاتی) با رفتارهای خود-آسیب‌رسان نقش میانجی دارد. با توجه به یافته‌های به دست آمده در این پژوهش، می‌توان نتیجه گرفت که سبکهای هویت و شفقت به خود به عنوان یکی از عوامل افزایش دهنده سلامت روان سبب کاهش رفتارهای خود-آسیب‌رسان در نوجوانان می‌شوند. بنابراین هدف قرار دادن متغیرهای مهمی همچون سبک‌های هویت و شفقت به خود در پیشگیری و کاهش رفتارهای خودآسیب‌رسان نوجوانان، می‌تواند مفید واقع شود.

واژه‌های کلیدی: شفقت به خود- سبک‌های هویت- رفتارهای خود آسیب‌رسان- نوجوانان

Abstract

The aim of the present study was to evaluate the mediating role of self-compassion in the relationship between identity styles and adolescent self-harming behaviors. The present study is considered as fundamental research in terms of aim and correlational in terms of research method. A total number of 247 adolescents aged 14-16 years old were selected among high school students in Karaj who were studying in public schools in the academic year of 2020-2021. They were evaluated using Identity Style Inventory (ISI) (Berzonsky, 1989), self-compassion scale (SCS) (Neff, 2003), and Inventory of Statements About Self-injury (ISAS) (Klonsky & Glenn, 2009) online and through virtual networks. Data were analyzed using Pearson correlation coefficient and simultaneous and hierarchical regression by Baron and Kenny (1986) and SPSS-25 software. Results revealed a negative relationship between normative identity, informational identity, with self-harming behaviors and a significant positive relationship between normative identity, informational identity, and self-compassion (P<0.01). the significant negative relationship between diffuse-avoidant identity, and self-harming behaviors and positive relationship with self-compassion (P <0.01), and significant negative relationship between self-harming behaviors and self-compassion (P <0.01), and it was also found that self-compassion mediates the relationship between identity styles (diffuse-avoidant, normative, and informational identity) and self-harming behaviors. According to the results of this study, it can be concluded that identity and compassion styles as one of the factors enhancing mental health reduce self-harming behaviors in adolescents. Thus, targeting important variables such as identity styles and self-compassion can be helpful in preventing and reducing adolescents' self-harming behaviors.

Keywords: *self-compassion, identity styles, self-harming behaviors, adolescents*

نوع مقاله : پژوهشی **دریافت : اردیبهشت ۱۴۰۰** **پذیرش: تیر ۱۴۰۰** **ویرایش نهایی : آبان ۱۴۰۰**

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-11-05]

[DOR: 20.1001.1.2383353.1400.10.8.4.8]

مقدمه

دوره نوجوانی[۱] مرحله‌ای از رشد که با دامنه وسیعی از تحولات همراه است، تحولاتی که عملکرد نوجوان را در ابعاد مختلف درون‌فردی و بین‌فردی تا حد زیادی تحت تأثیر قرار می‌دهد(فریرا و شولز،[۲] ۲۰۱۵؛ به نقل از کاظمی تیزرو طولی، موسی‌زاده، و کاظمی، ۱۳۹۹). از مشکلات جدی و رو به افزایش دوران نوجوانی و جوانی رفتارهای خودآسیبی است که خسارتهای روانی و اجتماعی فراوانی به دنبال دارد و می‌تواند در زندگی با نتایج منفی متعددی همراه باشد(کوپراسمیت، نادا-راجا و بیوترایس،[۳] ۲۰۱۷). خودآسیب‌رسانی فعالیتی که به طور مستقیم یا غیرمستقیم بدون هیچ گونه قصد خودکشی، روی فرد و توسط خودش اعمال می‌شود (بلاسکو-فونتسیلا، فرناندز-فرناندز، کولینو، فاجاردو، پرتگر-باریو و همکاران،[۴] ۲۰۱۶). چامبرلاین، ریدن و گرانت[۵](۲۰۱۷) اذعان می‌دارند که رفتارهای خودآسیب‌رسانی تنها به افرادی که اختلال‌های روانی دارند، محدود نمی‌شود و در جمعیت عمومی نیز رایج است و به صورت قابل توجهی در دوره نوجوانی شایع‌تر از دیگر دوره‌های زندگی است (خانی‌پور، برجعلی، گلزاری، فلسفی‌نژاد، و حکیم شوشتری، ۱۳۹۲). براساس نتایج پژوهش براون و کیمبال[۶](۲۰۱۳) افراد به منظور مقابله با هیجان‌های منفی خود ممکن است به راهکارهای ناسازگار مانند رفتارهای خود-آسیب‌رسان روی بیاورند. در همین راستا فرض بر این است که این رفتارها در دوره نوجوانی به منظور تلاش برای سازگاری با آشفتگی‌های روانشناختی بروز می‌کنند (جاکوبسن، موهلنکامپ، میلر، و ترنر[۷]، ۲۰۰۸).

مهمترین ویژگی مختص دوره نوجوانی که بر سازمان روانی نوجوان غالب بوده هویت و هویت‌یابی[۸] است (رایس،[۹] ترجمه فروغان، ۱۳۹۷) که به نظر می‌رسد بر رفتارهای خودآسیب مؤثر باشد. هویت‌یابی فرایندی است که در تمام طول زندگی ادامه دارد، اما به سبب زایندگی، خلاقیت و نیاز به استقلال در دوره نوجوانی، از اهمیت بسیار برخوردار است (نوابخش، خادم و آرام، ۱۳۹۲). برزونسکی[۱۰](۱۹۹۳) با بررسی سه جهت متمایز شناختی که در آن اطلاعات مرتبط با خود ارزیابی شده، ساختار یافته و تجدید نظر شده است، سه سبک هویت[۱۱] اطلاعاتی،[۱۲] هنجاری[۱۳] و سردرگم-اجتنابی[۱۴] را معرفی کرد. سبک هویت اطلاعاتی، مستلزم تمایل برای بررسی راه حل‌های متعدد به مشکل موجود و اکتشاف چندین گزینه، قبل از انتخاب هر یک از آنهاست. سبک هویت هنجاری رشد را به وسیله مطابقت با انتظارات اجتماعی و خانوادگی و درجه بالایی از تعهد به خودمختاری و تمرین برای قضاوت کردن در نظر می‌گیرد. و سبک هویت سردرگم-اجتنابی، با تمایل به گذراندن وقت به شکل بی هدف، تصمیم‌سازی براساس وضعیت‌های لحظه‌ای، مشخص می‌شود(کروگر،[۱۵] ۲۰۰۸). از نظر فورنهایم[۱۶](۲۰۱۲) بین سبک‌های هویت با سازگاری ارتباط معناداری وجود دارد. بویژه بین رفتارهای ضداجتماعی و هویت منسجم ارتباط معکوس وجود دارد. به این شکل که افراد با سطوح کمتر رفتار ضداجتماعی، سطح بالاتری از هویت منسجم را در مقایسه با افراد با رفتار ضداجتماعی بالا از خود، نشان می‌دهند. براساس نتایج پژوهش برادلی و ماتسوکیس[۱۷](۲۰۰۲)، جورجنسون[۱۸](۲۰۰۹)، بین سبکهای هویت و بی‌پروایی در نوجوانان رابطه معناداری وجود دارد. محمدی و همکاران (۱۳۹۰) در پژوهشی به این نتیجه دست یافتند که مؤلفه تعهد در سبکهای هویت پیش‌بینی کننده منفی افکار مربوط به خودکشی است. براساس نتایج پژوهش احمدی مرویلی، میرزاحسینی و

1 Adolescence
2 Ferreira, & Schulze
3 Coopersmith, Nada-Raja, & Beautrais
4 Blasco-Fontecilla, Fernández-Fernández, Colino, Fajardo, Perteguer-Barri
5 Chamberlain, Redden, & Grant
6 Brown, & Kimball
7 Jacobson, Muehlenkamp, Miller, & Turner
8 Identity
9 Rice
10 Berzonsky
11 Identity Styles
12 Informative
13 Normative
14 Diffuse-Avoidant
15 Krueger
16 Fornham
17 Bradley, & Matsukis
18 Jorgensen

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-11-05]
[DOR: 20.1001.1.2383353.1400.10.8.4.8]

منیرپور (۱۳۹۸) و فرجاد و همکاران (۲۰۱۳) از بین ابعاد سازمان شخصیت (دفاع‌های روان‌شناختی نخستین، سردرگمی هویت و آزمونگری واقعیت) دفاع‌های روانشناختی نخستین، سبک دفاعی رشد نایافته را پیش‌بینی می‌کند.

یکی از روش‌های مقابله‌ای با احساسات بد و خودقضاوتی، شفقت به خود[1]نام دارد (نف،[2] ۲۰۱۱). شفقت به خود به صورت تمایل به مراقبت، گرمی و پذیرش نسبت به خود هنگام مواجهه با نقص‌ها، بی‌کفایتی‌ها و شکست‌های شخصی تعریف می‌شود (موریس و پتروچی،[3] ۲۰۱۷). پژوهش‌ها نشان داده‌اند که فقدان شفقت به خود به طور معنی‌داری نشانه‌های افسردگی را پیش‌بینی می‌کند و بطور منفی با اضطراب، عاطفی منفی، نشخوار ذهنی و سرکوب فکر رابطه دارد؛ جنبه‌های مثبت شفقت به خود، با شادی، خوش‌بینی، ابتکار شخصی، خلاقیت، گشودگی به تجربه و بهزیستی ارتباط دارد؛ در حالی که قطب منفی و غیرمشفقانه با افسردگی و تنهایی مرتبط است (نف، ۲۰۰۳؛ نف، کرکپاتریک، رود،[4] ۲۰۰۷؛ هالیس-والکر و کلوسیمو،[5] ۲۰۱۱؛ شاپیرا، و مونگرین،[6] ۲۰۱۰؛ کورنر، کوروپا، کپلند، گمز-گاریبلو، آلبانی[7] و دیگران، ۲۰۱۵؛ کریگر، برگر، گروس، و هالتفورث،[8] ۲۰۱۶). از سویی نتایج پژوهش گریگوری، گراتز، و برنسون[9] (۲۰۱۷) نشان می‌دهد افراد با سابقه خودآسیب‌رسانی، نسبت به افراد بدون خود آسیب‌رسانی، شفقت به خود پایین‌تر از خود نشان می‌دهند، و افراد در وضعیت روشنی ارزش‌ها، شفقت به خود بیشتری از گروه کنترل نشان دادند (خانی‌پور، برجعلی و فلسفی نژاد، ۲۰۱۶). پژوهش‌ها اندکی (نف و مک‌گی،[10] ۲۰۱۰؛ گیلبرت و آیرونس،[11] ۲۰۰۹؛ احمدی مرویلی و همکاران، ۱۳۹۸) به نقش سازمان شخصیت، سبکهای هویت و شفقت به خود در دوره نوجوانی اشاره نموده‌اند. اما مطالعات مارش، چان و مک‌بث[12] (۲۰۱۸)، جیانگ، یو، رن، سان، لیائو[13] و همکاران (۲۰۱۷)، زسین، دیکهاوزر و گارباد[14] (۲۰۱۵)، حجت‌خواه، احمد بوکانی، عباسی و رستمی (۱۳۹۶)، مکبث و گاملی[15] (۲۰۱۲)، و لری، تات، آدامز، آلن و هنکاک[16] (۲۰۰۷) بین خودشفقتی و رفتارهای خودآسیب‌رسان و رفتارهای خودکشی رابطه معناداری وجود دارد و شفقت به خود یک عامل مهم حفاظتی یا انعطاف‌پذیر در برابر خود آسیب‌رسانی است (ایگنس،[17] ۲۰۱۶).

با عنایت به مطالب فوق می‌توان دریافت شناسایی مدل‌هایی برای درک مکانیسم‌ها و بافت‌های دخیل در پیدایش و تداوم رفتارهای خودآسیب‌رسان ضروری است (مارتین،[18] ۲۰۱۵)، چراکه با شناخت پیش‌بینی کننده‌های آن احتمال شناسایی افراد در معرض خطر و همچنین آگاهی از راهبردهای پیشگیرانه مربوط به رفتارهای خودآسیب افزایش می‌یابد. اگرچه فرایندها و مکانیسم‌های میانجی عوامل مهمی در درک رابطه پیچیده بین پیش‌بینی کننده‌ها و رفتارهای خودآسیب هستند، اما در پژوهش‌های پیشین توجه کم‌تری به آن‌ها شده است. ادبیات پژوهشی پیشین نشان می‌دهد که انگیزه‌ها و دلایل متفاوتی در سطح فردی و بین‌فردی برای اقدام به خودآسیب‌رسانی در افراد وجود دارد (لویس و سانتور،[19] ۲۰۱۰) از سویی در دو دهه اخیر حجم پژوهش‌هایی که در سطح بین‌المللی در حوزه خود آسیب‌رسانی انجام شده است، افزایش بسیار قابل توجهی داشته و اطلاعات بسیار گسترده‌ای درباره شیوع، انگیزه‌ها علت‌شناسی این رفتار به دست آمده است؛ اما در ایران پژوهش‌های موجود در زمینه خودآسیب‌رسانی بسیار اندک هستند. بنابراین درباره‌ی نوجوانان و جوانانی که خودآسیب‌رسانی می‌کنند و مسائلی مانند چگونگی و چرایی خودآسیب‌رسانی، عوامل علّی، زمینه‌ساز و مداخله‌گر در خودآسیب‌رسانی و پیامدهای این رفتار اطلاعات بسیار اندکی وجود دارد. همچنین درباره فرایندهایی که در شکل‌گیری و تداوم و تکرار این رفتار نقش دارند

1 self-compassion
2 Neff
3 Morris, & Petrocchi
4 Kirkpatrick, & Rude
5 Hollis-Walker, & Colosimo
6 Shapira, & Mongrain
7 Körner, Coroiu, Copeland, Gomez-Garibello, Albani
8 Krieger, Berger, Grosse, & Holtforth
9 Gregory, Glazer, & Berenson
10 McGehee
11 Gilbert, & Irons
12 Marsh, Chan, & MacBeth
13 Jiang, You, Ren, Sun, & Liao
14 Zessin, Dickhäuser, & Garbade
15 McBeth, & Gumley
16 Leary, Tate, Adams, Allen, & Hancock
17 Ignace
18 Martin
19 Lewis, & Santor

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-11-05]
[DOR: 20.1001.1.2383353.1400.10.8.4.8]

اطلاعات یکپارچه و کاملی وجود ندارد. بنابراین درک و شناخت عوامل مؤثر بر رفتارهای خودآسیبی و مکانیزم‌های روانی زیربنایی آن و همچنین پیشگیری و درمان آن یکی از ضروریات متخصصین سلامت روان است. بر این اساس پژوهش حاضر با در نظر گرفتن عوامل فردی سبک‌های هویت و شفقت به خود در صدد برآمد تا نقش میانجی شفقت به خود در رابطه بین سبکهای هویت و رفتارهای خودآسیب‌رسان بررسی نماید.

روش

پژوهش حاضر از نظر هدف بنیادی و از نظر روش از نوع همبستگی است. روش تحلیل این پژوهش همبستگی پیرسون و رگرسیون سلسله مراتبی همزمان به روش بارون و کنی (۱۹۸۶) بود. داده‌ها با استفاده از نرم‌افزار آماری SPSS-۲۵ تحلیل شد. جامعه آماری پژوهش را تمامی نوجوانان ۱۶-۱۴ سال شهر کرج که در سال تحصیلی ۹۹-۱۴۰۰ در مدارس دولتی مشغول به تحصیل بودند تشکیل دادند. حجم نمونه برمبنای تعیین حجم نمونه در مطالعات همبستگی، انتخاب ۱۵ آزمودنی در ازای هر پارامتر متغیر است (گال، بورگ و گال، ترجمه کیامنش و همکاران، ۱۳۹۸)، با توجه به زیرمقیاس‌های هر متغیر و با احتساب احتمال ۲۰ درصد افت آزمودنی، ۲۸۰ نفر در نظر گرفته شد. به منظور انتخاب گروه نمونه به دلیل شرایط پیش‌آمده ناشی از کرونا و عدم حضور دانش‌آموزان در مدرسه، پژوهش به صورت اینترنتی و از طریق شبکه‌های اجتماعی (واتساپ و تلگرام) با روش نمونه‌گیری در دسترس اجرا شد. به این صورت که ابتدا از بین مدارس دولتی دوره متوسطه اول شهر کرج، ۴ مدرسه (مدرسه دخترانه گلها و مهاجر و مدرسه پسرانه شهید مطهری و شهید فهمیده) که جهت همکاری اعلام آمادگی کردند، مشخص شدند. سپس اهداف و ملاحظات اخلاقی پژوهش، فرم رضایت آگاهانه نوجوان و یکی از والدین، فرم اطلاعات جمعیت‌شناختی، و پرسشنامه‌های مورد نظر در پژوهش در سایت اینترنتی پرسال به آدرس https://porsall.com ثبت و محدوده جغرافیایی شهر کرج مشخص شد، و آدرس اینترنتی پرسشنامه‌ها به مدت ۱/۵ ماه بواسطه مدیران و معاونین مدارس از طریق شبکه‌های اجتماعی در اختیار دانش‌آموزان قرار گرفت. ملاکهای ورود به پژوهش عبارت بود از: دامنه سنی ۱۶-۱۴ سال، در قید حیات بودن یکی یا هردو والد، وجود معلولیت جسمی، رضایت آگاهانه و کتبی جهت شرکت در پژوهش. و ملاکهای خروج شامل: نقص در تکمیل پرسشنامه‌ها و عدم پاسخگویی به بیش از ۱۰ درصد پرسشنامه‌ها بود. پس از جمع‌آوری داده‌ها، و بررسی ملاکهای ورود و خروج ثبت شده در فرم اطلاعات جمعیت شناختی، و همچنین شناسایی داده‌های پرت، حجم نمونه به ۲۴۷ دانش‌آموز نمونه تقلیل یافت.

ابزار سنجش

پرسشنامه سبک‌های هویت[1](ISI): اولین بار توسط برزونسکی (۱۹۸۹) برای اندازه‌گیری فرآیندهای شناختی-اجتماعی که نوجوانان در برخورد با مسائل مربوط به هویت از استفاده می‌کنند، طراحی شد. این پرسشنامه شامل ۴۰ سؤال و ۴ زیرمقیاس است که ۱۱ سؤال به سبک هویت اطلاعاتی، ۹ سؤال به سبک هویت هنجاری و ۱۰ سؤال به سبک هویت سردرگم/ اجتنابی و ۱۰ سؤال دیگر نیز به مقیاس تعهد اختصاص داده شده است؛ از آن برای تحلیل ثانویه استفاده می‌شود و جزو سبک هویت محسوب نمی‌شود(و در پژوهش حاضر مورد بررسی قرار نگرفت). پاسخگویی به سؤالات براساس مقیاس لیکرتی و به صورت ۵ گزینه‌ای (کاملاً مخالف= ۱؛ مخالف= ۲؛ تا حدودی موافق= ۳؛ موافق= ۴؛ کاملاً موافق= ۵) تنظیم شده است. این پرسشنامه نمره کل ندارد و از جمع نمرات هر سؤال در هر مقیاس نمره زیر مقیاس مورد نظر به دست می‌آید. پژوهش برزونسکی (۱۹۹۲) نشان داد که در طول مدت ۲ هفته، پایایی بازآزمایی برای خرده مقیاس سردرگم-اجتنابی ۰/۸۳ ، آگاهانه ۰/۸۷ ، هنجاری ۰/۸۷ ، و تعهد ۰/۸۹ است. ضرایب آلفای کرونباخ (N=۱۶۸) برای هر یک از خرده مقیاس‌های سبک اطلاعاتی، هنجاری، سردرگم/ اجتنابی و تعهد هویت به ترتیب ۰/۷۰، ۰/۶۴ و ۰/۷۶، ۰/۷۱ گزارش کرده است (برزونسکی، ۱۹۸۸). وایت ، وامپلر، و وین[2](۱۹۹۸) برای بررسی روایی همزمان همبستگی‌های بین نسخه اصلی را با نسخه تجدیدنظر شده محاسبه کردند و همبستگی سبک هویت اطلاعاتی ۰/۸۱، سبک هویت هنجاری ۰/۸۵، سبک هویت سردرگم ۰/۸۵ و تعهد هویت را ۰/۸۶ گزارش نمودند (حکمی، ثابت و صیرفی، ۱۳۹۱). در ایران خدایی، شکری، کروسیتی و گراوند (۱۳۸۸) همبستگی هر یک از سبک‌های هویت اطلاعاتی، هنجاری، سردرگم را با ابعاد بهزیستی روان‌شناختی(استقلال، تسلط محیطی، رشد فردی، روابط مثبت با دیگران، هدف زندگی، پذیرش خود) بررسی کردند. همبستگی سبک هویت اطلاعاتی با ابعاد بهزیستی روان‌شناختی به ترتیب ۰/۱۳ ، ۰/۳۲ ، ۰/۳۵، ۰/۲۵، ۰/۳۱، ۰/۲۶)، سبک هویت هنجاری را با ابعاد بهزیستی روان‌شناختی (۰/۰۰۲، ۰/۲۱، ۰/۱۸ ، ۰/۷، ۰/۲۳، ۰/۲۰) و سبک هویت سردرگم با ابعاد بهزیستی

1 Identity Style Inventory (ISI)
2 White, Wampler, & Winn

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-11-05]
[DOR: 20.1001.1.2383353.1400.10.8.4.8]

روان‌شناختی(۰/۱۸-، ۰/۱۵-، ۰/۱۴-، ۰/۰۱۰-، ۰/۲۳-، ۰/۰۶-) گزارش کردند که همبستگی سبک هنجاری با خرده مقیاس استقلال و سبک سردرگم با خرده مقیاس روابط مثبت با دیگران و پذیرش خود معنادار نیست. همچنین آنها ضرایب آلفای کرونباخ را برای سبکهای هویت اطلاعاتی، هنجاری، سردرگم، و تعهد هویت به ترتیب ۰/۷۱، ۰/۵۳، ۰/۶۵، و ۰/۷۲ گزارش کردند. در پژوهش حاضر نیز آلفای کرونباخ پرسشنامه محاسبه و ۰/۸۸ به دست آمد.

مقیاس شفقت به خود[1](SCS): این پرسشنامه توسط نف (۲۰۰۳)، ساخته شده است. شامل ۲۶ گویه است و شش عامل دو وجهی شامل مهربانی با خود در مقابل قضاوت خود، مشترکات انسانی در مقابل انزوا و ذهن آگاهی در مقابل بیش همانندسازی است. پاسخ دهندگان می‌بایست در طیف پنج درجه‌ای لیکرت (تقریباً هرگز=۱ تا تقریباً همیشه=۵) به عبارات پاسخ دهند. نف (۲۰۰۳) همسانی درونی مقیاس با روش آلفای کرونباخ، ضریب پایایی ۰/۸۶، وی در سال (۲۰۰۹) همبستگی این مقیاس را با اعتماد به نفس ۰/۶۲ گزارش نموده است. میر و لیپما[2](۲۰۱۹) ضریب همسانی درونی این پرسشنامه را عالی (α =۰/۹۶) گزارش کردند. در ایران نیز، مؤمنی، شهیدی، موتابی و حیدری (۱۳۹۲) پایایی نسخه فارسی مقیاس شفقت به خود، از طریق روش‌های همسانی درونی[3]با روش آلفای کرونباخ ۰/۷۰، بازآزمایی (۰/۸۹)، و روایی واگرا[4]با مقیاس‌های افسردگی و اضطراب بک به ترتیب ۰/۳۴- و ۰/۴۱-، روایی همگرا[5]با مقیاس حرمت خود روزنبرگ[6]۰/۵۹گزارش شده است. در پژوهشی دیگر آلفای کرونباخ را برای زیر مقیاس مهربانی با خود ۰/۸۱ ، قضاوت نسبت به خود ۰/۷۹، اشتراکات انسانی، ۰/۸۴، انزوا ۰/۸۵، بهشیاری، ۰/۸۰، همانندسازی افراطی ۰/۸۳ و کل مقیاس ۰/۷۶ محاسبه شده است (خسروی، صادقی و یابنده، ۱۳۹۲). تحلیل عاملی این ابزار با استفاده از روش تحلیل مؤلفه‌های اصلی و چرخش واریماکس در مجموع ۷۵/۱۱ درصد واریانس کل مقیاس را تبیین می‌کند (کرد و شریفی، ۱۳۹۳). در پژوهش حاضر نیز آلفای کرونباخ پرسشنامه محاسبه و ۰/۷۳ به دست آمد.

سیاهه خودگزارشی رفتارهای خودآسیب‌رسان (ISAS)[7]توسط کلونسکی و گلن[8](۲۰۰۹) تهیه شده است. یک ابزار خودگزارشی است که ۱۳ کارکرد رفتارهای خودآسیب‌رسان را به وسیله ۳۹ سؤال مورد ارزیابی قرار می‌دهد. این ۱۳ کارکرد زیر دو عامل کلی طبقه‌بندی شده‌اند: کارکردهای درون فردی (تنظیم عاطفی، ضد گسستگی، ضد خودکشی، نشان پریشانی و خود تنبیهی) و کارکردهای بین فردی (استقلال، حریم‌های بین‌فردی، تأثیر بین‌فردی، وابستگی به همسالان، انتقام، مراقبت از خود، هیجان‌خواهی و سرسختی). نمرات به‌صورت لیکرت سه‌گزینه‌ای (صفر=کاملاً غیرمرتبط، ۱=تاحدی مرتبط ، و ۲= کاملاً مرتبط) درجه‌بندی شده است. بنابراین هر یک از خرده مقیاس‌ها از صفر تا ۶ نمره‌گذاری می‌شوند. همچنین میانگین کلی رفتارهای خودآسیب‌رسان از جمع نمرات خرده مقیاس‌ها (کارکردهای درون فردی و بین فردی) به دست می‌آید. سیاهه از اعتبار سازه بالایی برخوردار است و در مطالعات پیگیری همسانی درونی بالایی را نشان می‌دهد (برای بخش درون فردی آلفای کرونباخ ۰/۶۹ و برای بخش بین فردی آلفای ۰/۷۵ به دست آمده، و پایایی ابزار به روش بازآزمایی در دوره زمانی ۱ تا ۴ هفته‌ای r=۰/۸۵ گزارش شده است. آن‌ها روایی همگرا این سیاهه را با مقیاس‌های افسردگی اضطراب[9]هنری و کرافورد،[10]۰/۸۲، و با ابزار غربالگری اختلال شخصیت مرزی مک‌لین[11]۰/۷۳، گزارش کردند (کلونسکی و گلن، ۲۰۰۹). در ایران اولین بار صفاری‌نیا، نیکوگفتار و نهاوندیان (۱۳۹۳) این سیاهه را ترجمه و استفاده نمودند. آنها پایایی مقیاس را با روش آلفای کرونباخ ۰/۷۶ گزارش کردند و روایی صوری و محتوایی آن مورد تأیید قرار دادند. شاخص عددی روایی این سیاهه تاکنون در پژوهش صفار نیا و همکارن(۱۳۹۳) و در مطالعات داخلی دیگر گزارش نشده است. در پژوهش پیمان‌نیا، حمید، و محمودعلیلو (۱۳۹۷) نیز پایایی سیاهه با روش آلفای کرونباخ ۰/۷۱ گزارش شده ، و روایی سیاهه گزارش نشده است. در پژوهش حاضر نیز آلفای کرونباخ پرسشنامه محاسبه و ۰/۸۲ به دست آمد.

یافته ها

1 self-compassion scale (SCS)
2 Meyer, & Leppma
3 Internal consistency
4 Divergent validity
5 Convergent validity
6 Rosenberg
7 Inventory of Statements About Self-injury (ISAS)
8 Klonsky, & Glenn
9 Depression Anxiety Stress Scales (DASS-21)
10 Henry, & Crawford
11 McLean Screening Instrument for Borderline Personality Disorder (MSI-BPD)

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-11-05]
[DOR: 20.1001.1.2383353.1400.10.8.4.8]

در این پژوهش از مجموع ۲۴۷ نفر نوجوانان شرکت کننده، ۱۴۳ نفر (٪۵۸) دختر و ۱۰۴ نفر (٪۴۲) پسر بودند. دامنه سنی شرکت کنندگان با میانگین و انحراف معیار (۲/۴۷) ۱۴/۸۷بود. ۹۷ نفر (٪۳۹)، در پایه اول، ۸۵ نفر (٪۳۵) در پایه دوم، ۶۵ نفر (٪۲۶) در پایه سوم مشغول به تحصیل بودند. شاخص‌های توصیفی متغیرهای پژوهش نشان داد میانگین و انحراف معیار در متغیر سبک‌های هویت هنجاری، اطلاعاتی، و سردرگم برابر با ۲۸/۰۲(۷/۸۰)، ۳۲/۷۰(۹/۸۳)، و ۲۵/۱۲(۷/۰۲)، در متغیر شفقت به خود ۴۲/۳۲(۸/۸۳)، و در رفتارهای خودآسیب رسان ۱۳۵/۷۹(۳۰/۷۲) است.

جدول ۱ ماتریس همبستگی متغیرهای مشاهده شده در نوجوانان گروه نمونه را نشان می‌دهد.

جدول ۱. ماتریس همبستگی متغیرهای مشاهده شده در نوجوانان

متغیرها	۱	۲	۳	۴
۱. هویت هنجاری	۱			
۲. هویت سردرگم	-۰/۳۰۵ **	۱		
۳. هویت اطلاعاتی	۰/۷۲۶ **	-۰/۳۴۹**	۱	
۴. شفقت به خود	۰/۳۲۲ **	-۰/۳۹۸ **	۰/۳۱۶ **	۱
۵. رفتارهای خودآسیب رسان	-۰/۳۱۴ **	۰/۳۳۲ **	-۰/۳۴۶ **	-۰/۲۸۲ **

یافته‌های جدول ۱ نشان می‌دهد بین رفتارهای خود آسیب‌رسان با هویت سردرگم رابطه مثبت و با هویت هنجاری، هویت اطلاعاتی، شفقت به خود رابطه منفی معناداری وجود دارد($P<۰/۰۱$). (شرط اول و دوم پیشنهادی بارون و کنی)

نقش واسطه‌گری شفقت به خود برای سبک‌های هویتی و رفتارهای خودآسیب‌رسان به روش رگرسیون سلسله مراتبی همزمان، در مرحله اول مقدار بتای هویت هنجاری (β=-۰/۳۱۴) به (P=۰/۰۰۰۱)، هویت سردرگم (β=۰/۳۳۲) به (P=۰/۰۰۰۱)، هویت اطلاعاتی (β=۰/۳۱۶) به (P = ۰/۰۰۰۱) بر رفتارهای خود آسیب محاسبه گردید که ضرایب به دست آمده معنادار است نتایج مرحله اول تأیید می‌کند که بین متغیر مستقل و وابسته رابطه مستقیم معنادار وجود دارد (شرط سوم پیشنهادی بارون و کنی)

جدول ۲. بررسی نقش میانجی شفقت به خود با استفاده از روش بارون و کنی

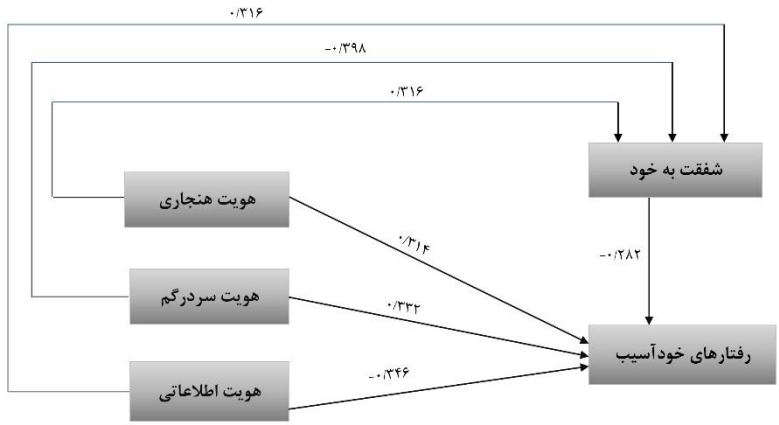
مرحله	متغیرهای پیش‌بین	متغیرهای ملاک	R	R2	F	B	Sig
اول	هویت هنجاری (بدون حضور شفقت به خود)	رفتارهای خود آسیب	۰/۳۱۴	۰/۰۹۹	۲۶/۸۸۵	-۰/۳۱۴	۰/۰۰۰۱
دوم	هویت هنجاری	شفقت به خود	۰/۳۲۲	۰/۱۰۰	۲۷/۲۵۵	۰/۳۱۶	۰/۰۰۰۱
سوم	شفقت به خود	رفتارهای خود آسیب	۰/۲۸۲	۰/۰۷۹	۲۱/۰۸۸	-۰/۲۸۲	۰/۰۰۰۱
چهارم	هویت هنجاری (با حضور شفقت به خود)	رفتارهای خود آسیب	۰/۳۶۸	۰/۱۳۵	۱۹/۰۶۳	-۰/۲۵۰	۰/۰۰۰۱
اول	هویت سردرگم (بدون حضور شفقت به خود)	رفتارهای خود آسیب	۰/۳۳۲	۰/۱۱۰	۳۰/۲۸۸	۰/۳۳۲	۰/۰۰۰۱
دوم	هویت سردرگم	شفقت به خود	۰/۳۹۸	۰/۱۵۹	۴۶/۱۵۷	-۰/۳۹۸	۰/۰۰۰۱
سوم	شفقت به خود	رفتارهای خود آسیب	۰/۲۸۲	۰/۰۷۹	۲۱/۰۸۸	-۰/۲۸۲	۰/۰۰۰۱
چهارم	هویت سردرگم (با حضور شفقت به خود)	رفتارهای خود آسیب	۰/۳۷۰	۰/۱۳۷	۱۹/۲۹۶	۰/۲۶۱	۰/۰۰۰۱
اول	هویت اطلاعاتی(بدون حضور شفقت به خود)	رفتارهای خود آسیب	۰/۳۴۰	۰/۱۲۰	۳۳/۴۰۵	-۰/۳۴۶	۰/۰۰۰۱
دوم	هویت اطلاعاتی	شفقت به خود	۰/۳۱۶	۰/۱۰۰	۲۷/۲۵۵	۰/۳۱۶	۰/۰۰۰۱
سوم	شفقت به خود	رفتارهای خود آسیب	۰/۲۸۲	۰/۰۷۹	۲۱/۰۸۸	-۰/۲۸۲	۰/۰۰۰۱
چهارم	هویت اطلاعاتی (با حضور شفقت به خود)	رفتارهای خود آسیب	۰/۳۹۱	۰/۱۵۳	۲۲/۰۰۹	-۰/۲۸۶	۰/۰۰۰۱

یافته‌های فوق نشان می‌دهد، با مقایسه ضریب بتا در هر یک از مراحل فوق می‌توان نقش واسطه‌ای شفقت به خود را تأیید کرد. لذا از کاهش ضریب بتای هویت هنجاری در مرحله اول (با حضور شفقت به خود) از (β= -۰/۳۱۴) به (β = -۰/۲۵۰۱) در مرحله چهارم نقش میانجی شفقت به خود قابل اثبات است. همچنین در مورد نقش میانجی شفقت به خود بین هویت سردرگم با رفتارهای خودآسیب‌رسان در مرحله اول از کاهش بتا (β=۰/۳۳۲) به (β=۰/۲۶۱) در مرحله چهارم نقش میانجی شفقت به خود قابل اثبات است. و نقش میانجی

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-11-05]
[DOR: 20.1001.1.2383353.1400.10.8.4.8]

شفقت به خود بین هویت اطلاعاتی با رفتارهای خودآسیب‌رسان در مرحله اول از کاهش بتا از (β= -۰/۳۴۶) به (β= -۰/۲۸۶) در مرحله چهارم نقش میانجی شفقت به خود قابل اثبات است.

یافته‌های فوق در مدل ذیل (شکل ۲) ارائه شده است.



شکل ۲. مدل سبکهای هویت بر رفتارهای خودآسیب با میانجیگری شفقت به خود

بحث و نتیجه‌گیری

هدف از پژوهش حاضر تعیین نقش میانجی شفقت به خود در رابطه بین سبکهای هویت با رفتارهای خودآسیب‌رسان نوجوانان ۱۶-۱۴ سال بود. یافته اول نشان داد بین سبکهای هویت با رفتارهای خودآسیب‌رسان رابطه معناداری وجود دارد. این یافته با نتایج پژوهش برادلی و ماتسوکیس (۲۰۰۲)، جورجنسون (۲۰۰۹)، و احمدی مرویلی و همکاران (۱۳۹۸) همسو و مغایر با نتایج پژوهش محمدی و همکاران (۱۳۹۰) است. در تبیین یافته به دست آمده مبنی بر رابطه مثبت سبک‌های هویت سردرگم و رابطه منفی هویت هنجاری، هویت اطلاعاتی با رفتارهای خودآسیب‌رسان می‌توان گفت: طبق نظر اریکسون (۱۹۶۸)، هویت نشانه نشاط روانی است، و هویت در مقابل سردرگمی، نشانه شخصیت سالم فرد است. مارسیا[1](۱۹۶۶) بیان کرد که بین هویت و سلامت روانی ارتباط وجود دارد. وی مطرح کرد که پایگاه هویت موفق، سالم‌ترین پایگاه هویتی است، چون توانایی شخصی خوبی برای سازگاری با محیط دارد. بررسی‌های طولی بیانگر ارتباط بیشتر پایگاه‌های هویت موفق با سلامت روان‌شناختی است. مطالعات نشان می‌دهد که افراد دارای پایگاه‌های هویت از نظر سلامت روانی با یکدیگر تفاوت‌هایی دارند، یعنی افراد دارای هویت تعلیق و هویت سردرگم دارای پایین‌ترین سطح سلامت روانی هستند و افراد دارای هویت هنجاری بالاترین سطح سلامت روانی را نشان می‌دهند (مئوس[2] ۱۹۹۶). تعهدات هویتی به عنوان راهنما و استانداردهایی برای تصمیم‌گیری و حل مسأله به کار می‌رود (برزونسکی، نورمی و ماسک[3] ۲۰۰۳). سبک‌های هویت در چگونگی شکل دادن، حفظ کردن و اصلاح تعهدات هویتی نقش دارند (برزونسکی، ۲۰۰۴). براساس یافته‌های برزونسکی و کوک[4](۲۰۰۰) تعهد در افراد با هویت هنجاری و اطلاعاتی بالاتر است و یافته‌های بعدی نشان می‌دهد که افراد با سبک هویت موفق بیشتر از سبک هویتی اطلاعاتی استفاده می‌کنند و افراد با هویت زودرس از سبک هویتی هنجاری بهره می‌گیرند. بنابراین تعهد در این دو سبک بالاتر است. با توجه به رابطه تعهد با این دو سبک هویتی می‌توان اثر تعهد بر رفتارهای خودآسیب را بر اساس این سبک‌ها تفسیر نمود. نوجوانان با سبک هویت هنجاری با استانداردهای مرجع قدرت هماهنگ می‌شوند و نسبت به داده‌های تهدید کننده باورهای خود انعطاف‌ناپذیری داشته و به شدت در حفظ ارزش‌های درونی شده خود تلاش می‌کنند (برزونسکی، سیکوج، دوریس و سوینینز[5] ۲۰۱۱). افراد با این سبک هویت در ارتباط با دیگران همنوایی بیشتری نشان می‌دهند و در شرایط تصمیم‌گیری از تجویزها و رهنمودها و انتظارات افراد مهم و گروه‌های مرجع بهره می‌گیرند و بر اساس

1 Marcia
2 Meeus
3 Berzonsky, Nurmi, & Macek
4 Kuk
5 Cieciuch, Duriez, & Soenens

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-11-05]
[DOR: 20.1001.1.2383353.1400.10.8.4.8]

آن عمل می‌کنند (برزونسکی، ۲۰۰۴). بنابراین افراد با این سبک هویتی به احتمال کمتری برخلاف انتظارات جمعی حرکت می‌کنند و به اقداماتی مانند خودآسیبی که مورد تأیید جامعه نیست دست می‌زنند. به صورت فعال و تعمدی پیش از حل و فصل تعارض‌های هویتی و ساخت الزام و تعهد نسبت به آن، اطلاعات مرتبط با خود را جستجو، پردازش و ارزیابی می‌کنند. آنها درباره‌ی دیدگاه‌های خود مردد[1] هستند و علاقه‌مند به یادگیری چیزهای جدید درباره خودشان می‌باشند و حاضر به ارزیابی و اصلاح ساختار هویتی‌شان در بازخورد ناهمساز[2]هستند. پژوهش‌ها نشان می‌دهند سبک هویتی اطلاعاتی با تنش درباره خود،[3] فکر باز،[4] راهبرد مقابله‌ای متمرکز بر مشکل،[5] تصمیم‌گیری هوشیار و حساس، پیچیدگی شناختی،[6] استقلال عاطفی،[7] همدلی، خودتنظیمی انطباقی،[8] سطوح بالای تعهد و پایگاه هویت کسب شده ارتباط دارد (برزونسکی و همکاران، ۲۰۱۱). بر مبنای مدل برزونسکی، هویت سردرگم بیشتر خود چندپاره یا گم‌گشته است و با تعهد ضعیف، مکان کنترل بیرونی،[9] تکانشگری، خود ناتوان[10] و پراکندگی هویت رابطه دارد (برزونسکی و همکاران، ۲۰۱۱؛ برزونسکی و فراری، ۲۰۰۹). پژوهش‌های پیشین بیانگر آن است که افراد با سبک هویتی سردرگم، صمیمیت، اعتماد، تحمل و گشودگی کمتری را در روابط نشان می‌دهند، از این‌رو احتمال اینکه با مشکلات بیشتری مواجه شوند و در شکل بخشیدن به روابط دوستانه و حفظ شبکه حمایت اجتماعی مشکل داشته باشند، بیشتر است (خدادادی سنگده، رضایی آهوانویی، رسولی طاهر، ۱۳۹۹). این افراد از راهکارهای مقابله‌ای ناسازگارانه بیشتری استفاده می‌کنند (برزونسکی، ۱۹۹۴). سبک هویت سردرگم از یک ساختار هویتی نامنسجم به وجود می‌آید. ویژگی اصلی این سبک، سطوح پایین پردازش فعالانه اطلاعات و مهارت‌های حل مسأله محدود است. در واقع افراد با این سبک به میزان کمتری از روش‌های منطقی در فرایند پردازش اطلاعات استفاده می‌کنند (سوننس و همکاران، ۲۰۰۵). بنابراین می‌توان انتظار داشت نوجوانانی که خود را به سبک هویت خاصی متعهد نکرده‌اند یا در جریان کسب هویت سردرگم‌اند، به احتمال بیشتری در معرض رفتارهای خودآسیبی قرار بگیرند. بر این اساس، نوجوانان صاحب سبک هویت سردرگم از درگیری با مباحث مربوط به هویت طفره می‌روند یا اینکه آن را به تعویق می‌اندازند و از آن اجتناب می‌کنند. در واقع آنها برای مقابله با مسایل و تعارضات شخصی بی‌انگیزه‌اند. نوجوانان دارای سبک هویت سردرگم برای زندگی خود برنامه‌ای ندارند، و به صورت هیجان‌مدار با مسایل برخورد می‌کنند و در صورت عدم موفقیت به افکاری چون خودآسیبی و یا پایان دادن به زندگی روی می‌آورند.

یافته دوم پژوهش نشان داد بین سبک‌های هویت (هنجاری و اطلاعاتی) با شفقت به خود رابطه معناداری مثبت و بین سبک‌های هویت (سردرگم) با شفقت به خود در نوجوانان رابطه منفی معناداری وجود دارد. این یافته با نتایج پژوهش نف و مک‌گی (۲۰۱۰)، گیلبرت و آیرونس (۲۰۰۹) همسو است. بر مبنای نظریه‌ی خودشناسی هدف ارگانیزم، رسیدن به وحدت درونی و تعیین مرزهای خودی و غیرخودی است. اگر چه این نظریه بر تعیین هویت خود و مرزهای خودی و غیرخودی تأکید کرده است، وحدت و انسجام خود در اثر نوعی خودشناسی انسجام دهنده تسهیل (قربانی، واتسون، چن و نوربالا،[11] ۲۰۱۲) و در اثر خود انتقادی و نداشتن شفقت خود تخریب می‌شود (تامسون و زاروف،[12] ۲۰۰۴)، از مؤلفه‌های اصلی تعیین هویت است. سبکهای هویت هنجاری و اطلاعاتی می‌تواند به نوجوانان و جوانان کمک کند تا در برابر استرس و بحران‌های پیش رو، روش‌های مسأله محور را به کار گیرند و در هنگام روبه‌رویی با مشکلات، مقاوم‌تر از سایرین عمل کنند (تامسون و زاروف، ۲۰۰۴). این نوجوانان بیشتر به سمت رشد و سلامت و خودشکوفایی پیش می‌روند و زمانی که بیشتر احساس شایستگی و خودمختاری می‌کنند بیشتر تحریک می‌شوند و اقدام می‌کنند. با توجه به نظریه خود تعیین‌گری رفتارهای خودمختاری، تجربه رفتارهای ابتکاری را به دنبال دارد، در حالی که شایستگی ادراک شده احساس مربوط به دستیابی به نتایج را به دنبال دارد (رستمی، قزلسفلو، محمدلو، و قربانیان، ۱۳۹۴). از این روی می‌توان گفت که خودمختاری و خودابتکاری در این افراد باعث افزایش گرمی و پذیرش خود هنگام مواجهه با نقص‌ها، بی‌کفایتی‌ها و شکست‌های شخصی شده و به عبارت دیگر بر شفقت به خود در نوجوان مؤثر واقع می‌شود.

1 skeptical
2 light of dissonant
3 self-insight
4 open-mindedness
5 problem-focused coping strategies
6 cognitive complexity
7 emotional autonomy
8 adaptive self-regulation
9 externallocus of control
1 self-handicapping 0
1 Ghorbani, Watson, Chen, & Norballa 1
1 Thompso, & Zuroff 2

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-11-05]
[DOR: 20.1001.1.2383353.1400.10.8.4.8]

سومین یافته پژوهش حاکی از آن شد که بین شفقت به خود و رفتار خودآسیبی در نوجوانان رابطه منفی معناداری وجود دارد. یافته به دست آمده با نتایج پژوهش مارش و همکاران (۲۰۱۸)، جیانگ، و همکاران (۲۰۱۷)، (ایگنس، ۲۰۱۶)، حجت‌خواه و همکاران (۱۳۹۶) همسو است. در تبیین یافته به دست آمده می‌توان به نظریه‌ی ذهنیت اجتماعی گیلبرت[1](گیلبرت، ۱۹۸۹، ۲۰۰۵) اشاره کرد. گیلبرت ذهنیت اجتماعی را به عنوان الگوهای شرطی ارتباط با دیگران و خود می‌داند که از طریق فعالیت نوروبیولوژیکی سیستم‌های تنظیم عاطفی مغز ایجاد شده‌اند؛ این سیستم ها ممکن است از طریق دریافت علامت‌هایی خارج از فرد و یا از طریق محرک‌های درونی فعال شوند. حمایت‌ها از نظریه گیلبرت در زمینه وابسته‌های نوروبیولوژیکی سیستم رضایت/ ملایمت انسانی از تحقیقاتی ناشی می‌شود که پیشنهاد می‌کنند بین عملکرد اوپیوئیدی و پیوند وابستگی، رابطه وجود دارد (گیلبرت و کیربی،[2] ۲۰۱۹)؛ همچنین مطالعات تصویربرداری تشدید مغناطیسی[3](MRI) نشان می‌دهند که شفقت و تسکین خود، آن نواحی از مغز که مسئول کاهش استرس و ایجاد عواطف مثبت است را فعال می‌کند (دپو و مورون-استروپینسکی[4]، ۲۰۰۵؛ لانگ[5] و همکاران، ۲۰۱۰؛ لوتز، برفچینسکی-لوئیس، جانستون و دیویدسون[6]، ۲۰۰۸). مطالعات دیگر نشان داده‌اند که عدم وجود شفقت به خود با خود انتقادی، افسردگی، علائم اضطراب و استرس، مشکل در توانایی‌های ذهن‌آگاهی، احساس امنیت و خود اطمینان بخشی، رابطه دارد (گیلبرت و همکاران، ۲۰۱۰؛ گیلبرت و همکاران، ۲۰۱۱) و ممکن است تحول تجارب یا رفتارهای مشفقانه و سیستم احترام اجتماعی زیربنای شفقت را با مشکل مواجه سازند (گیلبرت، ۲۰۱۰) و بدین ترتیب بر رفتارهای خودآسیب رسان در نوجوانان تأثیرگذار باشند.

یافته پایانی پژوهش نشان داد شفقت به خود در رابطه سبکهای هویت با رفتارهای خودآسیب‌رسان نقش میانجی دارد. همچنین بین شفقت به خود با رفتارهای خودآسیب‌رسان رابطه معناداری وجود دارد. این یافته با نتایج پژوهش گریگوری و همکاران (۲۰۱۷)، زسین و همکاران (۲۰۱۵)، مارش و همکاران(۲۰۱۸)، مک‌بث و گاملی (۲۰۱۲)، حجت‌خواه و همکاران (۱۳۹۶)؛ همسو است. هویت‌یابی و شفقت به خود دو فرایند روان‌شناختی در تسهیل هم‌رسانی درونی سیستم روان‌شناختی هستند. نتایج فراتحلیل مارش، و همکاران (۲۰۱۸) نشان می‌دهد که شفقت به خود با کاهش آسیب‌شناسی روانی و افزایش بهزیستی روانشناختی در نوجوانان و بزرگسالان همراه است. در فراتحلیلی دیگر، موریس و پاتروچی[7](۲۰۱۷) به این نتایج دست یافتند که شاخص‌های مثبت شفقت به خود (خودمهربانی، تجربه مشترک بشری و ذهن‌آگاهی) به طور منفی با آسیب‌شناسی روانی ارتباط دارند، این یافته از نقش محافظتی شفقت به خود حکایت می‌کند. درحالی که جنبه‌های منفی شفقت به خود (خوسرزنش‌گری، انزوا و همانندسازی بیش از حد) رابطه مثبتی با آسیب‌شناسی روانی دارند و موجب آسیب‌پذیری فرد به مشکلات سلامت روان می‌شوند. پژوهش‌های مختلف نشان دادند که شفقت نقش محافظتی در برابر افکار خودکشی و رفتارهای خودجرحی دارد (خاویر، پینتو-گوویا، گونا،[8]۲۰۱۶؛ بشرپور، خانجانی و فروغی، ۲۰۱۷؛ جیانگ، و همکاران، ۲۰۱۷؛ کلیر، گوملی، اوکونور،[9] ۲۰۱۹؛ هاسکینگ، بویس، فینلی-جونز، مک اووی و ریس؛[10]۲۰۱۹). شواهد روزافزونی نشان می‌دهد که شفقت به خود با بهزیستی روانشناختی رابطه دارد و به عنوان عامل محافظتی مهمی در نظر گرفته می‌شود که تاب‌آوری هیجانی را ارتقاء می‌دهد. یافته‌های قوی نشان می‌دهد که شفقت به خود بالا با اضطراب و افسردگی کمتری همراه است (ریس،[11]۲۰۱۰). از سویی هویت‌یابی فرایندی خودنظم دهنده است که به واسطه خودشفقتی موجب کاهش خودانتقادی و خود سرزنش‌گری شده و آسیب‌های روان‌شناختی را کاهش می‌دهد و پیش‌بینی مناسبی برای سلامت روان است. لذا نوجوانانی که به هویت‌یابی هنجاری و اطلاعاتی دست یافته‌اند به واسطه خودشفقتی سخت‌گیری کمتری نسبت به خود دارند، ظرفیت بیشتری نیز برای مواجهه با مسایل چالش‌زا داشته که این ویژگی منجر به کاهش تنش و افزایش سلامت روان‌شناختی بیشتر و در نتیجه کاهش رفتارهای خودآسیب‌رسان می‌شود.

1 Gilbert
2 Kirby
3 magnetic resonance imaging(MRI)
4 Depue, & Morrone-Strupinsky
5 Longe
6 Lutz, Brefczynski-Lewis, Johnstone, & Davidson
7 Muris, & Petrocchi
8 Xavier, Pinto-Gouveia, & Cunha
9 Cleare, Gumley, & O'Connor
1 Hasking, Boyes, Finlay-Jones, McEvoy, & Rees 0
1 Raes 1

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-11-05]
[DOR: 20.1001.1.2383353.1400.10.8.4.8]

به طور کلی نتایج پژوهش نشان داد که مدل پژوهش حاضر از نظر آماری دارای شاخص‌های برازش قابل قبولی است. در نتیجه داده‌های بدست آمده از مدل پژوهش حاضر حمایت کردند. روابط حاکم بین متغیرها نشان داد که سبکهای هویت به عنوان یکی از مهمترین عوامل مؤثر در رفتارهای خودآسیب‌رسان نوجوانان نقش دارند. همچنین نتایج نشان داد که چگونه متغیر شفقت به خود در نقش متغیر واسطه تأثیر دارد. نتایج این مطالعه گویای این است که، دوره نوجوانی می‌توانند موجب به وجود آمدن بحران هویت و مشکلات خاص روانی شود. هنگامی که نوجوان و جوان از گذر موفقیت‌آمیز از بحران‌ها و غلبه بر چالش‌های تحولی عاجز شود و عوامل نامساعد شخصی و رفتاری، توان چیرگی بر بحران‌ها را از او سلب کند، آنگاه وی غلبه بر پریشانی‌های روانشناختی را تجربه خواهد کرد و اختلال قابل ملاحظه‌ای در جریان بهنجار زندگی روزمره و جنبه‌های عاطفی، اجتماعی و شناختی بروز خواهد کرد که به دنبال آن شخصیت نوجوان و جوان دچار اغتشاش خواهد شد.

از محدودیت‌های پژوهش حاضر محدود بودن جامعه و نمونه و استفاده از شیوه نمونه‌گیری در دسترس و روش جمع‌آوری داده‌ها (پرسشنامه) بود که تعمیم‌پذیری نتایج را با محدودیت مواجه می‌سازد. براین اساس پیشنهاد می‌شود در تعمیم نتایج به جوامع آماری دیگر جانب احتیاط حفظ شود، استنباط علّی از نتایج پژوهش باید با احتیاط صورت گیرد و در پژوهش‌های آتی از از دامنه سنی نوجوانان افزایش یابد، و روش‌های نمونه‌گیری دیگر و روش‌هایی به غیر از پرسشنامه استفاده گردد. همچنین با توجه به یافته‌های پژوهش حاضر، به نظر می‌رسد مربیان و مشاوران مدارس و مشاوران و درمانگران حوزه کودک و نوجوان می‌توانند با بهره‌گیری از نتایج پژوهش حاضر و پژوهش‌های مشابه، در جلسات درمانی خود برای نوجوانان- بویژه نوجوانان دارای رفتارهای خودآسیب- سبکهای هویت و خودشفقتی آن‌ها را مورد بررسی قرار داده و از آموزش‌های خودشفقتی در جهت بهبود بهداشت روان استفاده نمایند. در نهایت به مشاوران و روانشناسان توصیه می‌شود به منظور پیشگیری از بروز یا بازگشت رفتارهای خودآسیب‌رسان در بین نوجوانان آموزش شفقت به خود را به منظور مواجهه با عواطف و تجارب هیجانی منفی و افزایش هیجانات خوشایند توجه نمایند.

منابع

احمدی مرویلی، ن.، میرزاحسینی، ح.، و منیرپور، ن. (۱۳۹۸). نقش ازمان شخصیت و سبکهای دلبستگی در گرایش نوجوانان به رفتارهای خودآسیب‌رسان و خودکشی. *پژوهش توانبخشی در پرستاری*، ۵، ۳، ۲۲-۱۴.

پیمان‌نیا، ب.، حمید، ن.، و محمودعلیلو، م. (۱۳۹۷). اثربخشی ماتریکس درمان پذیرش و تعهد با شفقت بر رفتارهای خودآسیب رسان و کیفیت زندگی دانش آموزان دارای علائم اختلال شخصیت مرزی. *دست‌آوردهای روان‌شناختی*، ۲۵، ۱، ۴۴-۲۳.

تیزرو طولی، ف.، موسی‌زاده، ت.، کاظمی، ر. (۱۳۹۹). تأثیرآموزش هوش معنوی بر سازگاری و مسئولیت‌پذیری و قانون‌مندی دانش‌آموزان پسر ۱۴ تا ۱۶ ساله. *سلامت اجتماعی*، ۷ ، ۲، ۱۵۵-۱۴۶.

حجت خواه، م.، احمدبوکانی، س.، عباسی، س.، و رستمی، م. (۱۳۹۶). نقش شفقت به خود در رفتارهای پرخطر دانشجویان. *مطالعات راهبردی ورزش و جوانان*، ۳۷، ۷۲-۶۱.

حکمی، محمد ثابت، مهرداد. و صیرفی، محمدرضا.(۱۳۹۱). تبیین رابطه مؤلفه‌های هویت با سلامت روانی دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی کرج. *یافته‌های نو در روان‌شناسی*، ۲۵، ۲۶-۱۷.

خسروی، ص.، صادقی، م.، و یابنده، م. (۱۳۹۲). کفایت روانسنجی مقیاس شفقت خود (SCS). *روش‌ها و مدل‌های روان‌شناختی*، ۳، ۵۹-۴۷.

خدادادی سنگده، ج.. رضایی آهوانویی، م.، و رسولی طاهر، ن. (۱۳۹۹). پیش‌بینی خودناتوان سازی تحصیلی براساس تاب‌آوری و سبک‌های هویتی. *روان شناسی مدرسه*، ۹، ۳، ۸۲-۶۸

خدایی، ع.، شکری، ا.، کروسیتی، الیزابتا، و گراوند، فریبرز. (۱۳۸۸). ساختار عاملی و ویژگی‌های روان‌سنجی نسخه فارسی پرسشنامه سبک‌های هویت. *تازه‌های علوم شناختی*، ۱۱، ۱، ۴۸-۴۰.

صفاری‌نیا، م.، نیکوگفتار، م.، نهاوندیان، ا. (۱۳۹۳). اثربخشی رفتاردرمانی دیالکتیک بر کاهش رفتارهای خود-آسیب‌رسان نوجوانان بزهکار مقیم کانون اصلاح و تربیت تهران. *مطالعات روان‌شناسی بالینی*، ۱۵، ۴، ۱۵۸-۱۴۱

رایس، فلیپ. (۱۳۹۸). *رشد انسان: روان‌شناسی رشد از تولد تا مرگ*. ترجمه مهشید فروغان. تهران: ارجمند.

رستمی، م.، قزلسفلو، م.، محمدلو، هـ، و قربانیان، ا. (۱۳۹۴). پیش‌بینی سلامت روانی بر مبنای شفقت به خود، هویت و خودشناسی دانشجویان. *مشاوره و روان‌درمانی*، ۴(۱۵)، ۳۰-۴۴.

کرد، ب.، و شریفی، ح.پ. (۱۳۹۳). بررسی ویژگی‌های روان‌سنجی مقیاس خوددلسوزی در بین دانشجویان. *اندازه‌گیری تربیتی*، ۱۶(۴)، ۷۶-۹۲.

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-11-05]
[DOR: 20.1001.1.2383353.1400.10.8.4.8]

گال، ج.، بورگ، و.، و گال، م. (۱۳۹۸). روشهای تحقیق کمی و کیفی در علوم تربیتی و روانشناسی. ترجمه کیامنش، ع.، علامت ساز، م. عریضی، ح.، باقری، خ. نصر، ا . تهران: سمت.

نوابخش، ف.، خادم، ر.، آرام. هـ (۱۳۹۲). اینترنت و هویت اجتماعی. *مطالعات توسعه اجتماعی ایران*، ۵ ، ۲، ۵۴-۳۷.

محمدی، س.، ایزدپناه، ش.، فاضلی مهرآبادی، ع.، پناغی، ل.، و قدیری، ف. (۱۳۹۰). تأثیر سبکهای هویتی بر افکار خودکشی در دانشجویان. *مجله علوم رفتاری، ۵، ۶۷-۶۱.*

مرزبان، ع.، عابدی، محمدرضا، و نیلفروشان، پریسا. (۱۳۹۷). بررسی روایی و پایایی نسخه پنجم پرسش‌نامه سبک‌های هویت در گروهی از نوجوانان ایرانی. روان‌شناسی فرهنگی، ۲، ۱۱۸-۱۰۱.

Basharpoor, S., Khanjani, S., & Foroghi, A. (2017). Predict to self-injury behavior in men with borderline personality disorder based on their levels of distress tolerance and selfcompassion. *Journal of Shahrekord Uuniversity of Medical Sciences*, *18*(6), 102- 114.

Berzonsky, M.D. (1992). Identity Style Inventory (ISI-3): Revised version. Unpublished measure. Department of Psychology, State University of New York. Cortland, NY, 13045.

Berzonsky, M. D. (1994). Self-identity: The relationship between process and content. *Journal of Research in Personality*, 28, 453- 460.

Berzonsky, M.D. (1988). Self-theorists, identity status, and social cognition. Self, Ego, and Identity: Integrative Approaches .(pp. 243-262). New York: Springer.

Berzonsky, M. D. (2004). Identity processing style, self-construction, and personal epistemic assumptions: A social- cognitive perspective. *European Journal Development Psychology*, 1, 303-315.

Berzonsky, M. D., Cieciuch, J., Duriez, B., & Soenens, B. (2011). The how and what of identity formation: Associations between identity styles and value orientations. *Personality and Individual Differences*, *50*(2), 295- 299.

Berzonsky, M.D., & Ferrari, J.R. (2009). A diffuse-avoidant identity processing style: Strategicavoidance or self-confusion?. *Identity: An International Journal of Theory and Research*, *9*(2), 145–158

Berzonsky, M. D., & Kuk, L. S. (2000). Identity status, identity processing style, and the transition to university. *Journal of Adolescent Research*, *15*(1), 81-98.

Berzonsky, M. D., Nurmi, J. E., & Macek, P. E. J. (2003). Interrelationships among identity process, content, and structure: A crosscultural investigation. *Journal of Adolescent Research*, *18*(2), 1-19.

Blasco-Fontecilla, H., Fernández-Fernández, R., Colino, L., Fajardo, L., Perteguer-Barrio, R., & De Leon, J. (2016). The addictive model of self-harming (non-suicidal and suicidal) behavior. *Frontiers in psychiatry*, *7*, https://doi.org/10.3389/fpsyt.2016.00008

Bradley, G., & Matsukis, P. (2002). Identity status and youth recklessness. *Youth Studies Australia*, *19*(4), 48-54.

Brown, T. B., & Kimball, T. (2013). Cutting to live: A phenomenology of self-harm. *Journal of Marital and Family Therapy*, *39*(2), 195-208.

Chamberlain, S. R., Redden, S. A., & Grant, J. E. (2017). Associations between self-harm and distinct types of impulsivity. *Psychiatry research*, 250, 10-16.

Cleare, S., Gumley, A., & O'Connor, R.C. (2019). Self-compassion, self-forgiveness, suicidal ideation, and self-harm: A systematic review. *Clinical psychology & psychotherapy*, 26(5), 511-530.

Coppersmith, D.D.L., Nada-Raja, S., & Beautrais, AL (2017). Non-suicidal self-injury and suicide attempts in a New Zealand birth cohort. *J Affect Disord*, 15(221), 89-96.

Erikson.E.H. (1968). *Identity:Youth and Crisis*. NewYork: Norton

Farjad, M., Mohammadi, N., Rahimi, C., & Hadianfard, H (2013). The Relationship between Personality Organization and Defense Mechanisms. *Journal of psychology*, 17, 18-32.

Furnham, A (2012). *Personality and Social Behaviour*. London: Arnol.

Ghorbani, N., Watson, P. J., Chen, Z., & Norballa, F. (2012). Self-compassion in Iranian Muslims: Relationships with integrative self-knowledge, mental health, and religious orientation. *International Journal for the Psychology of Religion*, 22, 106-118.

Gilbert, P., & Irons, C. (2009). Shame, self-criticism, and self-compassion in adolescence. *Adolescent emotional development and the emergence of depressive disorders*, 1, 195-214.

Gregory, E., Glazer, J.V., & Berenson K. R (2017). Self-Compassion, Self-Injury, and Pain. *Journal of Cognitive therapy and research*, 5(41), 777-78.

Hasking, P., Boyes, M.E., Finlay-Jones, A., McEvoy, P.M., & Rees, C.S. (2019). -Common pathways to NSSI and suicide ideation: the roles of rumination and self-compassion. *Archives of Suicide Research*, 23(2), 247-260.

Hollis-Walker, L., & Colosimo, K. (2011). Mindfulness, self-compassion, and happiness in non-meditators: A theoretical and empirical examination. *Pers Individ Differ*, 50, 222-227.

Ignace, M (2016). *Self-Compassion and Self-Criticism in Non-Suicidal Self-Injury (NSSI).* Of Master of Clinical Psychology. University of Adelaide.

Jacobson, C. M., Muehlenkamp, J. J., Miller, A. L., & Turner, J. B. (2008). Psychiatric impairment among adolescents engaging in different types of deliberate self-harm. *Journal of clinical child and adolescent psychology*, 37(2), 363-375.

Jiang, Y., You, J., Zheng, X., & Lin, M.P. (2017). The qualities of attachment with significant others and self-compassion protect adolescents from non suicidal self-injury. *School psychology quarterly*, 32(2), 143.

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-11-05]
[DOR: 20.1001.1.2383353.1400.10.8.4.8]

Jorgensen, C. (2009). Identity style in patients with borderline personality disorder and normal controls. *Journal of Personality Disorders*, *23*, 101-112.

Khanipour, H., Barajali, A. & Phalsafinejhad, M.R (2016). Non-suicidal Self-injury in delinquent adolescents and adolescents with history of childhood abuse: motivation and suicide probability. *Psychology of Exceptional Individuals*, 15(21), 59-80.

Klonsky, E.D. & Glenn, C.G (2009). Assessing the functions of non-suicidal self-injury: Psychometric properties of the Inventory of Statements About Self-injury (ISAS). *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 31, 215-219.

Körner, A., Coroiu, A., Copeland, L., Gomez-Garibello, C., Albani ,C., Zenger, M., et al (2015). The role of self-compassion in buffering symptoms of depression in the general population. *PloS One*, 10(10), e0136598.

Krieger, T., Berger, T., Grosse, Holtforth, M. (2016). The relationship of self-compassion and depression: Cross-lagged panel analyses in depressed patients after outpatient therapy. *Journal of Affective Disorders*, 202, 39-45.

Krueger, J. I. (2008). *Rationality & Social responsibility*. New York: Psychology Press.

Leary, M. R., Tate, E. B., Adams, C. E., Batts Allen, A., & Hancock, J. (2007). Self-compassion and reactions to unpleasant self-relevant events: the implications of treating oneself kindly. *Journal of personality and social psychology*, 92(5), 887.

Lewis, S. P., & Santor, D. A. (2010). Self-harm reasons, goal achievement, and prediction of future self-harm intent. *The Journal of nervous and mental disease*, *198*(5), 362-369.

MacBeth A, & Gumley A. (2012). Exploring compassion: A meta-analysis of the association between self-compassion and psychopathology. *Clinical psychology review*, *32*(6), 545-552.

Marcia, J.E. (1966). Development and validation of ego identity status. *Journal of personality and social psychology*, 3, 551-558

Marsh, I.C., Chan, S.W., & MacBeth, A. (2018). Selfcompassion and psychological distress in adolescents—a meta-analysis. *Mindfulness*, 9(4), 1011-1027.

Martin, M.L. (2015). *Anxiety, uncertainty, distress tolerance, and eating disorder symptoms as related to non-suicidal self-injury in young adults*. Honors College Capstone Experience/Thesis Projects. Paper 593.

Meeus W. (1996). Studies on identity development in adolescence. An overview ofresearchb and some new data. *Journal of youth and adolescence*, 25, 569- 598.

Meyer, L. P., & Leppma, M. (2019). The Role of Mindfulness, Self-Compassion, and Emotion Regulation in Eating Disorder Symptoms among College Students. *Journal of College Counseling*, 22(3), 211-224.

Muris, P., & Petrocchi, N. (2017). Protection or vulnerability? A meta-anal ysis of the relations between the positive and negative compo nents of self-compassion and psychopathology. *Clinical Psychology & Psychotherapy*, 24(2), 373-83.

Neff, K.D. (2003). Self-compassion: An alternative conceptualization of a healthy attitude toward oneself. *Self Identity*, 2, 85-10.

Neff, K. (2011) Self-compassion, Self-esteem and well being. Social and Personality Psychology Compass, 5(1), 1-12.

Neff, K. D., Kirkpatrick, K. L., & Rude, S. S. (2007). Self-compassion and adaptive psychological functioning. *Journal of research in personality*, *41*(1), 139-154.

Neff, K. D., & McGehee, P. (2010). Self-compassion and psychological resilience among adolescents and young adults. *Self and identity*, *9*(3), 225-240.

Raes F. (2010). Rumination and worry as mediators of the relationship between self-compassion and depression and anxiety. *Personality and Individual Differences*, 48(6), 757-761.

Shapira, L.B., & Mongrain, M. (2010). The benefits of self-compassion and optimism exercises for individuals vulnerable to depression. *The Journal of Positive Psychology*, 5(5), 377-89.

Soenens, B., Duriez, B., & Goossens, L. (2005). Social psychological profiles of identity styles: Attitudinal and social-cognitive correlates in late adolescence. *Journal of Adolescent Research*, *28*, 107-125.

Thompso, R. & Zuroff, D.C. (2004). he Levels of Self-Criticism Scale: comparative selfcriticism and internalized self-criticism. *Personality and Individual Differences*, 36, 419–430.

Xavier, A., Pinto-Gouveia, J., & Cunha, M. (2016). The protective role of self-compassion on risk factors for non-suicidal self-injury in adolescence. *School Mental Health*, 8(4), 476- 485.

Zessin, U., Dickhäuser, O., & Garbade, S. (2015). The relationship between self-compassion and well-being: A meta-analysis. *Applied Psychology: Health and Well-Being*, *7*(3), 340-364.

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-11-05]
[DOR: 20.1001.1.2383353.1400.10.8.4.8]