

بررسی نقش تنظیم التزام راهبردی به عنوان یک راهبرد ارتقای خود در حافظه فعال^۱
**Investigation of the role of strategic engagement regulation as a self-enhancement
strategy in working memory**

Simin Zezeibi Ghannad

Ph.D. student of educational psychology, Shahid Chamran
University of Ahvaz, Iran
siminghannad1366@gmail.com

Sirous Allipour (Corresponding author)

sirousalipour1334@gmail.com
Associate Prof., Department of educational psychology,
Shahid Chamran University of Ahvaz, Iran

Manizheh Shahni Yeilagh

Assistant Prof., Department of educational psychology,
Shahid Chamran University of Ahvaz, Iran

Alireza Haji Yakhchali

Assistant Prof., Department of educational psychology,
Shahid Chamran University of Ahvaz, Iran

سیمین زغبی قناد

دانشجوی دکتری روانشناسی تربیتی دانشگاه شهید چمران اهواز، ایران
siminghannad1366@gmail.com

سیروس عالیپور (نویسنده مسئول)

دانشیار گروه روانشناسی تربیتی دانشگاه شهید چمران اهواز، ایران

منیجه شهنی ییلاق

استاد گروه روانشناسی تربیتی دانشگاه شهید چمران اهواز، ایران

علیرضا حاجی یخچالی

استادیار گروه روانشناسی تربیتی دانشگاه شهید چمران اهواز، ایران

چکیده

هدف: پژوهش حاضر به نقش تنظیم التزام راهبردی به عنوان یک راهبرد ارتقای خود در حافظه فعال می‌پردازد. **روش:** به منظور بررسی مدل پژوهش حاضر ۴۳۴ نفر از دانشجویان دختر دانشگاه شهید چمران اهواز به شیوه نمونه‌گیری تصادفی مرحله‌ای انتخاب شدند. سپس، مقیاس تنظیم التزام راهبردی، مقیاس افسردگی اضطراب استرس، نسخه کوتاه مقیاس حالتی پرسشنامه اضطراب حالتی-خصلتی اسپیلبرگر و پرسشنامه حافظه فعال را تکمیل نمودند. سپس، داده‌های گردآوری شده از نمونه با استفاده از نرم‌افزارهای SPSS و AMOS تحلیل شدند. **یافته‌ها:** یافته‌های پژوهش حاضر نشان داد که مدل از برازش خوبی برخوردار است و مسیرهای مستقیم و غیرمستقیم آن معنی‌دار هستند. **نتیجه‌گیری:** توانایی حفظ عزت نفس، افراد را در برابر عواملی که آن‌ها را دچار اضطراب و افسردگی کند، مقاوم می‌کند. آموزش این راهبرد و تقویت عزت نفس افراد و در نتیجه، بهبود اضطراب و افسردگی به حفظ ظرفیت حافظه فعال کمک می‌کند.

کلید واژه‌ها: تنظیم التزام راهبردی، حافظه فعال، اضطراب، افسردگی

Abstract

Aim: The present study addresses the role of strategic engagement regulation as an active promotion strategy in active memory. **Method:** In order to investigate the present research, 434 female students of Shahid Chamran University of Ahvaz were selected by multiplestage random sampling method. Then, they completed Strategic Engagement Regulation Scale, Stress Anxiety Depression Scale, The short-form of the state scale of the Spielberger State-Trait Anxiety Inventory and The Working Memory Questionnaire. Then, the collected data from this sample were analyzed using SPSS and AMOS softwares. **Results:** The findings of this study showed that the model has good fit and its direct and indirect paths are significant. **Conclusion:** The ability to maintain self-esteem resists people's against factors that make them anxious and depressed. This strategy training and enhancing people's self-esteem and consequently, improving anxiety and depression helps to maintain working memory capacity.

Keywords: strategic engagement regulation, anxiety, depression, working memory

مقدمه

عزت نفس و ارتقای خود^۱ لحظه به لحظه در تجارب آگاهانه افراد حضور داشته و تاثیرات عمیقی بر شناخت اجتماعی می‌گذارند (لیتزر، ۲۰۱۴). بزرگ‌ترین مشکل افراد دارای عزت نفس پایین این است که در ارتباط با تصمیم‌های هر روزه و مهم زندگی در حیطه‌های تحصیلی، شغل و غیره به شدت از محیط اثر می‌پذیرند (نواکوو، اوکچی و نوک، ۲۰۱۵). بر اساس پژوهش‌های لیتزر (۲۰۱۴)، عاملی که با مکانیزم‌های ارتقای خود رابطه دارد التزام^۲ است. التزام به میزانی که عزت نفس به بازخورد در یک حیطه خاص پیوند بخورد گفته می‌شود (کراکر، لاتانن، کوپر و بوورت، ۲۰۰۳). وقتی عزت نفس با یک حیطه پیوند خورده باشد، بازخورد بر احساس خودارزشمندی و بهزیستی اثر می‌گذارد. برای مثال، وقتی عزت نفس با حیطه تحصیلی پیوند بخورد، در پاسخ به بازخورد تحصیلی مثبت و منفی، به ترتیب افزایش و کاهش می‌یابد (کراکر، کارپینسکی، کوین و چاس، ۲۰۰۳). در نتیجه، پیوند عزت نفس در حیطه‌هایی که بازخورد مکرراً منفی است اثرات آسیب‌زایی بر خودارزشمندی دارد (لاتانن و کراکر، ۲۰۰۵). در فرایندی که لیتزر (۲۰۱۴) آن را تنظیم التزام راهبردی^۳ نامیده، افراد برای حفظ عزت نفس و ارتقای خود، التزام را به دنبال دریافت بازخورد مثبت افزایش داده و برای پیش‌گیری از اثرات بازخورد منفی کاهش می‌دهند. بر اساس این مفهوم، افراد تصویر خود را از طریق تنظیم بازخورد به عنوان فشارسنج عزت نفس ارتقا می‌دهند. تنظیم التزام راهبردی شکلی از خودتنظیمی است، چون شامل "اعمال کنترل بر خود به وسیله خود" می‌شود (موروان و بامیستر، ۲۰۰۰). تنظیم التزام راهبردی از بازیابی شکست‌های گذشته پیش‌گیری می‌کند و بازیابی موفقیت‌های گذشته را تسهیل می‌نماید. از این رو، در نتیجه‌ی تنظیم التزام راهبردی، سبک اسنادی خوشبینانه‌ای تشکیل می‌شود که منجر به کاهش افکار منفی و افسردگی خواهد شد (لیتزر، ۲۰۱۴). این که تنظیم التزام راهبردی، سوگیری‌های حافظه و توجه را در جهت اطلاعات مثبت‌تر برمی‌گرداند، پیامدهایی برای اضطراب هم دارد، از این رو که اضطراب با سوگیری‌های پردازشی در جهت اطلاعات تهدیدکننده و منفی که ممکن است ابتدا در جریان پردازش اطلاعات ظاهر شوند (لیتزر، ۲۰۱۴)، رابطه دارد. بنابراین، به میزانی که تنظیم التزام راهبردی توجه به اطلاعات منفی و تهدیدکننده را کاهش دهد، باید با کاهش اضطراب ارتباط داشته باشد (لیتزر، ۲۰۱۴). اضطراب احساس ترس یا نگرانی را شامل می‌شود که با تاثیراتی در بدن از جمله، تنگی نفس، تپش قلب، عرق، سردرد، بی‌قراری و گرایش به سرگردانی در محیط اطراف همراه است (تورکاپار، ۲۰۰۴). افسردگی نیز به وضعیتی اطلاق می‌شود که برجسته‌ترین نشانه آن خلق شدیداً پایین و کاهش قابل تشخیص در تجربه لذت است. این اختلال ترکیبی از احساس نگرانی، تنهایی، خشم، بی‌ارزشی، ناامیدی، و تقصیر به همراه نشانه‌های جسمانی است (شارپ و والیسی، ۲۰۰۲). برخی پژوهش‌ها (سویسلو و اورث، ۲۰۱۳؛ لانگورث، دیکینز، روز و گریسی، ۲۰۱۶) و مدل‌های روانشناختی (مدل آسیب‌پذیری^۴ و مدل شناختی-رفتاری عزت نفس پایین فنل^۵، ۱۹۹۷) به بررسی نقش عزت نفس بر اضطراب و افسردگی پرداخته‌اند. یافته‌های این پژوهش‌ها نشان می‌دهد که کاهش عزت نفس را می‌توان یکی از عوامل اضطراب و افسردگی به شمار آورد.

غالب مطالعات آزمایشگاهی در گذشته دریافته‌اند که القای خلق منجر به تغییراتی در عملکرد تکالیف شناختی می‌شود (گری، ۲۰۰۱؛ الیمان، گرین، راجرز و فینچ، ۱۹۹۷). برای مثال، خلق منفی (از جمله اضطراب و افسردگی) عملکرد در حافظه فعال را مشکل می‌کند (اسپایس، هس و هیومیچ، ۱۹۹۶). حافظه فعال، سیستمی با ظرفیت محدود است که متمرکز ساختن توجه و فعال‌سازی موقتی

1. self-enhancement

2. engagement

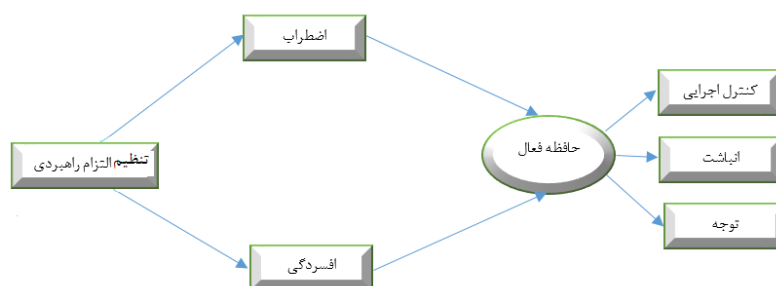
3. strategic engagement regulation

4. The vulnerability model

5. Fennell

بازنمایی‌هایی را که محتوای آگاهی را تشکیل می‌دهند، منعکس می‌سازد (بوردبلی-ایپکوویچ، جاناکسک، نیمت وو گوندا، ۲۰۱۴). به نظر می‌رسد که خلق منفی به علت افزایش افکار مزاحم و نگرانی‌هایی که انجام هر تکلیفی را با مشکل مواجه می‌سازند، بر حافظه فعال اثرگذار است (کنسینگر و کورکین، ۲۰۰۳). بنا به نظریه تداخل شناختی^۱ اضطراب ارزیابی از طریق افزایش استفاده از خودگویی‌های منفی خارج از تکلیف، به عملکرد شناختی صدمه می‌زند (باستون، استلزل و فیباچ، ۲۰۱۲). در واقع، سطوح بالای اضطراب با فعال‌سازی در دو ناحیه مغزی مرتبط با توجه هدف‌گرا همراه است که به عملکرد حافظه فعال ضعیف‌تر منجر می‌شوند (پترز، ۲۰۱۵).

بررسی پژوهش‌های موجود نشان می‌دهد که تنظیم التزام راهبردی با اضطراب، افسردگی و حافظه فعال می‌تواند در رابطه باشد. برای مثال، مطالعه هریس، هریس و میلز (۲۰۱۷)، نشان داده است که تأیید خود به بهبود عملکرد تکالیف مرتبط با کارکردهای اجرایی (از جمله حافظه فعال) کمک می‌کند. همچنین، مطالعه لیتتر (۲۰۱۴) اثرات تنظیم التزام راهبردی بر عزت نفس، اضطراب و عملکرد را آزموده است. نتایج پژوهش وی نشان می‌دهد که تنظیم التزام راهبردی با عزت نفس، رابطه مثبت و با اضطراب رابطه منفی دارد. سویسلو و اورث (۲۰۱۳) در یک فراتحلیل از مطالعات طولی دریافته‌اند که عزت نفس پایین، پیش‌بینی از اضطراب و افسردگی می‌باشد. در ضمن، لانگورث، دیکینز، روز و گریسی (۲۰۱۶)، پژوهشی با هدف شناسایی تأثیر عزت نفس به عنوان سازه‌ای چندبعدی در اضطراب و افسردگی بزرگسالان آسیب‌خورده مغزی صورت دادند. یافته‌های آنان نشان می‌دهد که خودارزشمندی^۲ و خودکارآمدی^۳ در تبیین اضطراب و خودملاحظه‌گری^۴ در تبیین افسردگی نقش موثری دارند. موران (۲۰۱۶) در فراتحلیلی از ۱۷۷ مطالعه، به ارزیابی شواهد موجود در زمینه ارتباط اثرات ناشی از اضطراب بر ظرفیت حافظه فعال پرداخت. یافته‌های وی نشان می‌دهد که اضطراب با عملکرد ضعیف در طیف وسیعی از تکالیف حافظه فعال رابطه دارد. پترز (۲۰۱۵) با پژوهش روی ۴۵ دانشجوی دانشگاه کالیفرنیا غربی نشان داده است که اضطراب و شخصیت نقش مهمی در عملکرد حافظه فعال ایفا می‌کنند. در مطالعه حاضر، بنابر پژوهش‌هایی که به روابط تنظیم التزام راهبردی، اضطراب و افسردگی و حافظه فعال پرداختند، مدلی ارائه شده است که در شکل ۱ قابل مشاهده است.



شکل ۱. مدل پیشنهادی پژوهش حاضر

روش

طرح پژوهش حاضر از نوع توصیفی/همبستگی می‌باشد (بشلیده، ۱۳۹۳). جامعه آماری این پژوهش شامل کلیه دانشجویان دختر کارشناسی دانشگاه شهیدچمران اهواز بودند. تنها ملاک ورود به پژوهش حاضر، عدم استفاده دانشجویان از داروهای افزایش حافظه برای مثال، ریتالین در نظر گرفته شد. در مرحله فرضیه‌آزمایی از نمونه‌گیری به شیوه تصادفی مرحله‌ای استفاده شد. در ارتباط با حجم

^۱. cognitive interference theory

^۲. self-worth

^۳. self-efficacy

^۴. self-regard

نمونه مورد نیاز، یک قاعده سرانگشتی، انتخاب ۱۰ آزمودنی به ازای هر پارامتر در مدل پیشنهاد می‌شود (بشلیده، ۱۳۹۳). در مجموع، در مدل پژوهش حاضر، ۴ پارامتر باید اندازه‌گیری شود. بنابراین، حداقل حجم نمونه قابل قبول برای آن $40 = 4 \times 10$ نفر باید باشد. در پژوهش حاضر تعداد کلی ۴۳۴ نفر به منظور آزمون مدل حاضر نمونه‌گیری شدند. در مرحله اول نمونه‌گیری، ۵ دانشکده (روانشناسی و علوم تربیتی، فنی و مهندسی، ادبیات و علوم انسانی، علوم پایه و علوم اجتماعی) از میان ۱۲ دانشکده دانشگاه شهیدچمران اهواز به شیوه تصادفی انتخاب شدند. سپس، از بین دانشجویان ۲۳ رشته‌ی مختلف، ۴۰۰ نفر بر اساس تعداد رشته‌ها و نسبت جمعیتی دانشجویان دختر در هر دانشکده (۷ درصد فنی و مهندسی، ۲۰ درصد روانشناسی و علوم تربیتی، ۴۱/۵۰ درصد علوم اجتماعی، ۱۸/۴۳ درصد علوم پایه و ۲۳ درصد ادبیات و علوم انسانی)، انتخاب شدند. بیشینه، کمینه، میانگین و انحراف معیار سنی این گروه از دانشجویان به ترتیب، ۴۷، ۱۸، ۲۱/۴۷ و ۲/۸۹ بود.

ابزار

مقیاس تنظیم التزام راهبردی^۱: این مقیاس توسط لیتنر (۲۰۱۴) به منظور سنجش گرایش‌های افراد به التزام و عدم التزام راهبردی ساخته شده است. این مقیاس دارای ۷ ماده در دو بعد التزام راهبردی (۳ ماده، برای مثال، هر اتفاق خوبی برای من می‌افتد، راهی پیدا می‌کنم تا احساس خوبی در مورد خود داشته باشم) و عدم التزام راهبردی (۴ ماده، برای مثال، می‌توانم با هر موقعیتی طوری سازگار شوم که عزت نفسم حفظ شود) می‌باشد. نمره‌گذاری این مقیاس به این صورت است که شرکت‌کنندگان، پاسخ خود به هر ماده را روی یک مقیاس ۷ نقطه‌ای از ۱ (کاملاً مخالف) تا ۷ (کاملاً موافق) مشخص می‌کنند. سپس، برای کسب نمره کلی تنظیم التزام راهبردی، ماده‌های عدم التزام راهبردی معکوس شده و سپس، مجموع نمرات دو بعد آن جمع می‌گردد. لیتنر (۱)، ضرایب آلفای کرونباخ برای گرایش به التزام راهبردی و گرایش به عدم التزام راهبردی را به ترتیب، ۰/۸۶ و ۰/۹۰ به دست آورده است. نتایج تحلیل عامل تأییدی در پژوهش لیتنر (۱) نشان می‌دهد که این مقیاس از ساختار دوعاملی مناسبی برخوردار می‌باشد: $RMSEA = 0/06$ ، $0/98$ ، $CFI = 0/97$ و $TLI = 0/97$. همچنین، تمام ماده‌ها بار عاملی مناسب و بالایی بر عوامل مربوط به خود باقی گذاشتند. در پژوهش حاضر، این مقیاس ترجمه شده و ویژگی‌های روانسنجی آن با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ و روش تحلیل عامل تأییدی بررسی شد. پایایی آن به روش محاسبه ضریب آلفای کرونباخ به میزان ۰/۸۲ تأیید شد. نتایج تحلیل عامل تأییدی نیز بارهای عاملی مناسب برای تمام ماده‌های مقیاس به دست داد (بالای ۰/۳۰).

نسخه کوتاه مقیاس حالتی پرسشنامه اضطراب حالتی-خصلتی اسپیلبرگر^۲: توسط مارتیو و بکر (۱۹۹۲) در قالب یک مقیاس شش ماده‌ای (برای مثال، من نگران هستم) تدوین شده است. نمره‌گذاری این مقیاس بر روی یک طیف پنج درجه‌ای لیکرت از ۱ برای اصلاً تا ۴ برای خیلی زیاد صورت می‌گیرد. پژوهش مارتیو و بکر (۱۹۹۲)، نشان می‌دهد که این مقیاس از پایایی مناسبی برخوردار است ($\alpha = 0/77$). آن‌ها روایی مقیاس را از طریق بررسی همبستگی فرم ۶ ماده‌ای با ۱۴ ماده‌ی باقی مانده ($r = 0/90$) و فرم ۲۰ ماده‌ای کلی ($r = 0/96$) بررسی و تأیید کردند. در پژوهش حاضر، پس از ترجمه‌ی این مقیاس، پایایی و روایی آن به روش‌های آلفای کرونباخ و تحلیل عامل تأییدی سنجش شد. در پژوهش حاضر، پایایی آن به روش محاسبه ضریب آلفای کرونباخ به میزان ۰/۷۶ و بارهای عاملی مناسب برای تمام ماده‌ها در تحلیل عامل تأییدی (بالای ۰/۳۰)، مورد تأیید قرار گرفتند.

^۱ Strategic Engagement Regulation Scale (SERS)

^۲ The short-form of the state scale of the Spielberger State-Trait Anxiety Inventory

مقیاس افسردگی اضطراب استرس^۱: لوی باند و لوی باند (۱۹۹۵)، به نقل از صاحبی، اصغری و سادات سالاری، (۱۳۸۴)، دارای ۲۱ ماده و سه خرده‌مقیاس افسردگی اضطراب و استرس، هر کدام شامل ۷ ماده می‌باشد. در پژوهش حاضر، از دو خرده‌مقیاس اضطراب (برای مثال، متوجه شده‌ام دهانم خشک می‌شود) و افسردگی (برای مثال، احساس دلمردگی و دلشکستگی دارم) این مقیاس استفاده می‌شود. در این مقیاس، از آزمودنی‌ها خواسته می‌شود تا با استفاده از یک مقیاس شدت/فراوانی ۴ نقطه‌ای، به درجه‌بندی میزانی که هر حالت را در هفته گذشته تجربه کرده‌اند، بپردازند. نمره‌های هریک از خرده‌مقیاس‌ها از جمع نمره‌های مواد مربوط به دست می‌آیند. برای ارزیابی ویژگی‌های روانسنجی این مقیاس، لوی باند و لوی باند، آن را در یک نمونه بزرگ غیربالینی اجرا کردند (n=۲۹۱۴) و نشان دادند که پایایی این مقیاس که با استفاده از آلفای کرونباخ محاسبه شد، برای هر سه خرده‌مقیاس قابل قبول است (برای افسردگی ۰/۸۴). لوی باند و لوی باند (۱۹۹۵)، به نقل از صاحبی و همکاران، (۱۳۸۴) تحلیل مؤلفه‌های اصلی را در یک نمونه با ۷۱۷ نفر از دانشجویان اجرا کردند و نشان دادند که سه عامل نسبت بالایی از واریانس را تبیین می‌کنند. بعد از آن، با استفاده از روش تحلیل عامل تأییدی برتری ساختار سه عاملی بر ساختار دوعاملی افسردگی / اضطراب و استرس نشان داده شد. صاحبی و همکاران (۲۲) به اعتباریابی این مقیاس در ۱۰۷۰ نفر از مردان و زنان جمعیت ایرانی پرداختند. ضرایب آلفای کرونباخ برای افسردگی ۰/۷۷ به دست آمد. پایایی این مقیاس به روش همسانی درونی و اعتبار آن با استفاده از روش تحلیل عاملی و اعتبار ملاک با اجرای همزمان آزمون‌های افسردگی بک و اضطراب زانک بررسی شد. در کل، ضرایب قابلیت اعتماد و اعتبار به دست آمده بسیار رضایت‌بخش و معنادار بود (خرده‌مقیاس افسردگی با پرسشنامه افسردگی بک^۲، ۰/۷۰). در پژوهش حاضر نیز، پایایی این خرده‌مقیاس با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ و روایی آن با استفاده از روش تحلیل عامل تأییدی بررسی شد. ضریب آلفای کرونباخ برای خرده‌مقیاس افسردگی ۰/۸۰ و بارهای عاملی آن در تحلیل عامل تأییدی همگی به میزان کافی (بالای ۰/۳۰) نشان داده شدند.

پرسشنامه حافظه فعال^۳: توسط والات-آزووی، پرادات-هیل و آزووی (۲۰۱۲) به عنوان مقیاسی برای سنجش مشکلات زندگی روزمره مرتبط با آسیب‌های حافظه فعال در بیماران آسیب مغزی طراحی شده است. این پرسشنامه دارای ۳۰ ماده می‌باشد. نمره‌گذاری این پرسشنامه با استفاده از طیف ۵ نقطه‌ای لیکرت از ۰ (اصلاً) تا ۴ (به شدت) صورت می‌گیرد. والات‌آزووی و همکاران (۲۰۱۲)، به منظور اعتباریابی این پرسشنامه در بین افراد نرمال، آن را روی ۳۱۳ نفر از شرکت‌کنندگان سالم اجرا کردند. نتایج نشان داد که پرسشنامه از همسانی درونی قابل قبولی برخوردار است (۰/۸۹). همچنین، سازندگان پرسشنامه روایی آن را به روش اعتبار ملاکی همزمان با پرسشنامه شکست شناختی^۴ و مقیاس رفتار توجهی^۵، آزمون کردند و به ترتیب، ضرایب همبستگی اسپیرمن‌رو^۶ ۰/۹۰ و ۰/۸۱ را به دست آوردند. نتایج تحلیل عاملی نیز بارهای عاملی مناسب برای تمام ماده‌های مقیاس به جز شش ماده‌ی ۳، ۴، ۵، ۱۱، ۱۴ و ۱۵ به دست داد (بالای ۰/۳۰).

یافته‌ها

یافته‌های توصیفی که شامل میانگین، انحراف معیار، کشیدگی و چولگی متغیرهای پژوهش حاضر است در جدول ۱ و ماتریس همبستگی متغیرهای پژوهش در جدول ۲ گزارش شده‌اند. یافته‌های جدول ۱ شامل مقادیر کشیدگی و چولگی نشان می‌دهد که متغیرهای پژوهش از لحاظ توزیع فراوانی نرمال هستند (مقادیر عددی متغیرها کمتر از ۲- و بالاتر از ۲ نمی‌باشد). همچنین، پیش-

^۱. Stress Anxiety Depression Scale

^۲. Beck Depression Inventory

^۳. The Working Memory Questionnaire

^۴. Cognitive Failure Questionnaire

^۵. Rating Scale of Attentional Behaviour

^۶. Spearman's Rho

فرض‌های دیگر انجام تحلیل مسیر از جمله آماره تحمل (نزدیک ۱) و شاخص وی‌ای اف (VIF) (بالتر از ۱) در محدوده مناسب آن قرار دارند.

جدول ۱- میانگین، انحراف معیار، کشیدگی و چولگی متغیرهای پژوهش

شاخص‌های توصیفی	میانگین	انحراف معیار	کشیدگی	چولگی
تنظیم التزام راهبردی	۳۴/۶۷	۸/۰۲	-۰/۷۰	۰/۲۴
اضطراب	۱۲/۲۲	۳/۱۷	۰/۰۲	-۰/۴۳
افسردگی	۱۱/۰۹	۳/۱۴	۰/۸۲	۰/۹۱
حافظه فعال	۸۲/۲۶	۱۶/۱۵	-۰/۲۲	۱/۲۳

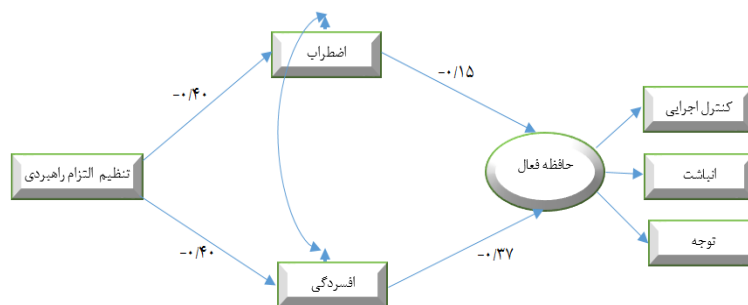
جدول ۲. ماتریس ضرایب همبستگی متغیرهای پژوهش

متغیرهای پژوهش	۱	۲	۳	۴	آماره تحمل	VIF
۱. تنظیم التزام راهبردی	-				-	-
۲. اضطراب	۰/۴۱**	-			۰/۷۸	۱/۲۹
۳. افسردگی	۰/۴۰**	۰/۴۴**	-		۰/۷۴	۱/۳۵
۴. حافظه فعال	۰/۲۰**	۰/۲۹**	۰/۴۱**	-	۰/۷۵	۱/۳۴

$P < ۰/۰۱^{**}$

همان‌طور که جدول ۱ نشان می‌دهد، میانگین و انحراف معیار متغیرها در تنظیم التزام راهبردی ۳۴/۶۷ و ۸/۰۲، اضطراب ۱۲/۲۲ و ۳/۱۷، افسردگی، ۱۱/۰۹ و ۳/۱۴ و حافظه فعال، ۸۲/۲۶ و ۱۶/۱۵ می‌باشد. تحلیل‌های همبستگی در جدول ۲، روابط دو متغیری بین متغیرهای اصلی پژوهش را نشان می‌دهد. همانگونه که ملاحظه می‌شود، تمام روابط بین این متغیرها در سطح $P < ۰/۰۱$ معنی‌دار می‌باشد.

همچنین، مدل‌یابی معادلات ساختاری با استفاده از نرم افزار AMOS (ویراست ۲۱) انجام شد. سپس، به منظور ارزیابی مدل پیشنهادی، ترکیبی از شاخص‌های برازندگی محاسبه شدند. با توجه به محتویات جدول ۳ شاخص‌های برازندگی تحلیل مدل پیشنهادی مناسب نبودند؛ بنابراین، به منظور ارتقای برازش مدل از یک اصلاح جزئی با اتصال دو خطای متغیرهای اضطراب و افسردگی که به لحاظ مفهومی شباهت داشته با هدف کسر واریانس‌های مشترک دو خطا استفاده شد. در نهایت، مقادیر شاخص‌های برازندگی برای χ^2/df ، GFI، AGFI، CFI، IFI و RMSEA به ترتیب ۰/۰۶، ۰/۹۹، ۰/۹۹، ۰/۹۹، ۰/۹۹ و ۰/۰۰ محاسبه شدند که همگی این شاخص‌ها نشان دهنده برازش عالی مدل اصلاح شده می‌باشند. نمودار ۲ مدل برازش شده را پس از اعمال اصلاح نشان می‌دهد. ضرایب روی مسیرهای مدل استاندارد شده هستند.



شکل ۲. مدل برازش شده پژوهش حاضر

مسیرهای مستقیم پژوهش حاضر مدل پیشنهادی در جدول ۴ گزارش شده‌اند. مندرجات جدول ۴ نشان می‌دهد که تمام مسیرهای مستقیم معنی‌دار هستند.

جدول ۳. شاخص‌های برازندگی مدل‌های پیشنهادی و اصلاح شده

شاخص برازندگی	df	χ^2/df	GFI	AGFI	CFI	IFI	RMSEA
مدل پیشنهادی	۸	۸/۷۷	۰/۹۵	۰/۸۷	۰/۹۳	۰/۹۳	۰/۱۳
مدل اصلاح شده	۷	۲/۶۴	۰/۹۹	۰/۹۶	۰/۹۹	۰/۹۹	۰/۰۶

جدول ۴. ضرایب استاندارد مسیرها در مدل پیشنهادی

مسیرها	مدل پیشنهادی		مدل اصلاح شده	
	p	β	p	β
تنظیم التزام راهبردی به اضطراب	۰/۰۰۰	-۰/۴۰	۰/۰۰۰	-۰/۴۰
تنظیم التزام راهبردی به افسردگی	۰/۰۰۰	-۰/۴۰	۰/۰۰۰	-۰/۴۰
اضطراب به حافظه فعال	۰/۰۰۴	-۰/۱۴	۰/۰۰۴	-۰/۱۵
افسردگی به حافظه فعال	۰/۰۰۰	۰/۳۸	۰/۰۰۰	۰/۳۷

همچنین، جدول ۵ نتایج تحلیل مسیرهای غیرمستقیم مدل پیشنهادی را نشان می‌دهد. مطابق مندرجات جدول ۵ صفر در فاصله اطمینان هر دو مسیر غیرمستقیم قرار نمی‌گیرد، از این رو هر دو مسیر غیرمستقیم معنی‌دار هستند.

جدول ۵. روابط غیرمستقیم متغیرهای پژوهش

متغیر	داده	بوت	سوگیری	انحراف معیار	
				سطح اطمینان ۹۵ درصد	حد پایین / حد بالا
رابطه تنظیم التزام راهبردی با حافظه فعال با میانجیگری اضطراب	۰/۱۱	۰/۱۱	۰/۰۰	۰/۰۵	۰/۰۲ / ۰/۲۱
رابطه تنظیم التزام راهبردی با حافظه فعال با میانجیگری افسردگی	۰/۲۸	۰/۲۸	۰/۰۰	۰/۰۶	۰/۱۷ / ۰/۴۰

بحث و نتیجه‌گیری

پژوهش حاضر با هدف بررسی نقش تنظیم التزام راهبردی در حافظه فعال با میانجیگری اضطراب و افسردگی انجام شد. بر این اساس، مدلی از روابط بین متغیرهای پژوهش، طراحی شد. نتایج تحلیل مدل با استفاده از تحلیل مسیر برازش مدل پیشنهادی با داده‌های گردآوری شده از نمونه را تأیید کرد و نشان داد که ساختاری از روابط واسطه‌ای در بین این متغیرها برقرار می‌باشد. یافته‌های دیگر تحلیل مدل نخست، معنی‌داری روابط مستقیم تنظیم التزام راهبردی با اضطراب و افسردگی و دو متغیر اخیر با حافظه فعال و دوم، معنی‌داری روابط غیرمستقیم تنظیم التزام راهبردی با حافظه فعال از طریق اضطراب و افسردگی را شامل می‌شود. یافته‌های این پژوهش با نتایج پژوهش‌های گذشته در این زمینه هماهنگ بود (لیتزر، ۲۰۱۴؛ لانگورث و همکاران، ۲۰۱۶؛ سویسلو و اورث، ۲۰۱۳؛ پترز، ۲۰۱۵؛ موران، ۲۰۱۶).

پژوهش حاضر نشان داد که سازه‌ی تنظیم التزام راهبردی که کارکرد آن حفظ و ارتقای عزت نفس می‌باشد، با اضطراب و افسردگی رابطه منفی دارد. ممکن است عدم تنظیم نوعی مکانیزم زیربنایی برای حالات ذهنی مزمن باشد. برای مثال، ناتوانی در رها ساختن عزت نفس از یک گذشته منفی نقش موثری در شکل‌گیری نشخوار دارد که آن هم با افسردگی مرتبط می‌شود (نولن-هاکسما، ۲۰۰۰). دو مدل فتل و آسب‌پذیری به تبیین رابطه عزت نفس با اضطراب و افسردگی پرداخته‌اند. مدل شناختی-رفتاری عزت نفس پایین فتل (فتل، ۱۹۹۷؛ ۱۹۹۸)، پیشنهاد می‌دهد که تجارب منفی از روابط بین فردی، به خصوص در زندگی روزمره، منجر به خودارزیابی کلی منفی و هنجارهای شخصی خیلی بالا برای خودارزشمندی خواهد شد. این مدل پیش‌بینی می‌کند که اگر شخص از

برآورده نشدن معیارهای شخصی ترس داشته باشد، در اثر عزت نفس پایین به اضطراب دچار می‌شود و اگر با معیارهایی رو به رو شود که نمی‌تواند آن‌ها را برآورد افسردگی را تجربه خواهد کرد (لانگورث و همکاران، ۲۰۱۶).

مدل آسیب‌پذیری در تبیین رابطه عزت نفس پایین و افسردگی، عزت نفس را عامل خطر علی برای افسردگی به شمار آورده است. بنا به نظریه شناختی بک^۱ (لانگورث و همکاران، ۲۰۱۶)، باورهای منفی درباره‌ی خود تنها نشانه‌ای از افسردگی نیستند بلکه نقشی حیاتی در شکل‌گیری افسردگی ایفا می‌کنند (متالیسکی، جوینر، هاردین و آبرامسون، ۱۹۹۳). در مدل آسیب‌پذیری عزت نفس پایین به عنوان یک عامل شخصیتی ثابت مفهوم‌سازی شده است که افراد را مستعد تجربه افسردگی می‌کند (کلین، کوتو و بوفارد، ۲۰۱۱). یافته‌ی دیگر پژوهش حاضر، ارتباط منفی و معنی‌دار اضطراب و افسردگی با حافظه فعال بود. همان‌طور که قبلاً نیز بحث شد، خلق منفی از جمله اضطراب به علت افزایش افکار مزاحم و نگرانی با کاهش در ظرفیت حافظه فعال همراه می‌شود. یک دلیل مهم برای نقش خلق منفی در حافظه فعال این است که محتوای عاطفی محرک‌های ذهنی، اطلاعاتی را که در حافظه حضور دارند تحت تأثیر قرار می‌دهد. محتوای عاطفی محرک بر توزیع توجه اثر دارد، به بیان دیگر محرک عاطفی در مقایسه با سایر محرک‌ها توجه را می‌قاپد (ریمان و مک‌نالی، ۱۹۹۵؛ ویلیامز، متیو و مک‌لود، ۱۹۹۶) و اولویت پردازش را به خود اختصاص می‌دهد (اندرسون و فلیس، ۲۰۰۱؛ دولان، ۲۰۰۰؛ تابرت و همکاران، ۲۰۰۱). در نتیجه، به هر میزانی که عملکرد در حافظه فعال نیازمند توجه به ابعاد محرکی غیرهیجانی باشد، محتوای هیجانی به عملکرد تکلیف صدمه می‌رساند.

در پژوهش حاضر اثرپذیری عزت نفس افراد از محیط در قالب مفهوم تنظیم التزام راهبردی مورد ملاحظه قرار گرفت. بررسی این مفهوم از چند جهت حائز اهمیت است. اول، از آنجایی که تنظیم التزام راهبردی در شرایط تهدید فعال می‌شود، به خصوص برای افرادی اهمیت پیدا می‌کند که مکرراً با تهدیدهای اجتماعی، برای مثال، بازخوردهای تحصیلی مثبت و منفی رویارو می‌شوند. دوم از آنجایی که تنظیم التزام راهبردی به گونه‌ای ناهشیار عمل می‌کند، به میزان زیادی از منابع شناختی نیاز ندارد و موجب گرانباری منابع اجرایی نمی‌شود (موراوون و بامیستر، ۲۰۰۰). سوم این که عزت نفس محور اصلی هر تجربه روانشناختی برای انسان است و تنظیم التزام راهبردی ممکن است اثرات روانشناختی و رای عزت نفس داشته باشد. بنابراین، این مفهوم باید در پژوهش‌های بعدی بیش‌تر مورد توجه قرار گیرد.

تعمیم یافته‌های این پژوهش با برخی محدودیت‌ها همراه است. از جمله این که تنها از ابزارهای نوشتاری و خودسنجی برای بررسی متغیرها استفاده شد، از این رو، تکمیل این سنجش‌ها با روش مشاهده و سنجش عینی، به افزایش اعتبار این سنجش‌ها کمک می‌کند. به علاوه، در جهت تعمیم‌پذیری بهتر نتایج پژوهش حاضر بهتر است این مدل را در نمونه‌های دیگر نیز مورد تحلیل قرار داد. بهتر است به منظور تبیین دقیق‌تر روابط بین متغیرها پژوهش‌های بعدی روابط متغیرها را به تفکیک جنیست بررسی کنند. یک بحثی که ممکن است در پی نتایج این پژوهش واقع شود، این است که روابط بین متغیرهای پژوهش از جمله نقش حافظه فعال بر اضطراب و افسردگی را نباید نادیده گرفت. روش این پژوهش از نوع همبستگی بود و در نتیجه، نمی‌توان بر استنباط علیتی یافته‌های آن کاملاً تکیه کرد. بلکه ممکن است پژوهش‌ها و مدل‌های نظری دیگری نیز وجود داشته باشد که عکس این یافته‌ها را اثبات کند. برای مثال، زمانی که افراد به تکالیف شناختی پربار می‌پردازند و حجم بالایی از ظرفیت حافظه فعال معطوف تکلیف شود، فرد از پرداختن و توجه به موضوعات دیگر و از جمله محتوای هیجانی باز مانده کمتر دچار اضطراب و افسردگی می‌شود.

۱. Beck's cognitive theory

پژوهش حاضر نشان داد که خلق افراد سهم تعیین کننده‌ای در بهره‌گیری از ظرفیت حافظه فعال آن‌ها دارد. یکی از فواید ارزشمند به کارگیری راهبردهای صحیح ارتقای خود کاهش خلق منفی است. از این رو می‌توان از طریق آموزش راهبرد تنظیم التزام راهبردی به حفظ ظرفیت حافظه فعال اقدام کرد.

منابع

- صاحبی، علی؛ اصغری، محمدجواد؛ سادات سالاری، راضیه (۱۳۸۴). اعتباریابی مقیاس اضطراب افسردگی تنیدگی برای جمعیت ایرانی. روانشناسی تحولی، ۴ (۱)، ۲۹۹-۳۱۲.
- بشلیده، کیومرث (۱۳۹۳). روش‌های پژوهش و تحلیل آماری مثال‌هایی پژوهشی با SPSS و AMOS. انتشارات دانشگاه شهیدچمران اهواز.
- Anderson, A. K., & Phelps, E. A. (2001). Lesions of the human amygdala impair enhanced perception of emotionally salient events. *Nature*, 411, 305-309.
- Basten, U., Stelzel, C., & Fiebach, C. J. Trait anxiety and the neural efficiency of manipulation in working memory. *Cognitive Affective & Behavioral Neuroscience* 2012; 12: 571-588.
- Borbely-Ipkovich, E., Janacsek, K., Nemeth, D., & Gonda, X. (2014). The effect of negative mood and major depressive episode on working memory and implicit learning *Neuropsychopharmacologia Hungarica*, 1: 29-42.
- Crocker, J., Karpinski, A., Quinn, D. M., & Chase, S. K. (2003). When grades determine self-worth: Consequences of contingent self-worth for male and female engineering and psychology majors. *Journal of Personality and Social Psychology*, 85, 507-516.
- Crocker, J., Luhtanen, R. K., Cooper, M. L., & Bouvrette, A. (2003). Contingencies of self-worth in college students: theory and measurement. *Journal of personality and social psychology*, 85 (5), 894.
- Dolan, R. J. (2000). Emotional processing in the human brain revealed through functional neuroimaging. In M. S. E. Gazzaniga (Ed.), *The new cognitive neurosciences* (pp. 1115-1132). Cambridge, MA: MIT Press.
- Elliman, N. A., Green, M. W., Rogers, P. J., & Finch, G. M. (1997). Processing efficiency theory and the working memory system: Impairments associated with subclinical anxiety. *Personality and Individual Differences*, 23, 31-35.
- Fennell, M. J. (1997). Low self-esteem: A cognitive perspective. *Behavioural and Cognitive Psychotherapy*, 25, 1-26.
- Gray, J. R. (2001). Emotional modulation of cognitive control: Approach-withdrawal states double-dissociate spatial from verbal two-back task performance. *Journal of Experimental Psychology. General*, 130, 436-452.
- Kensinger, E. A., & Corkin, S. (2003). Effect of negative emotional content on working memory and long term memory. *Emotion*, 3 (4), 378-398.
- Klein, D. N., Kotov, R., & Bufferd, S. J. (2011). Personality and depression: Explanatory models and review of the evidence. *Annual Review of Clinical Psychology*, 7, 269-295.
- Leitner, J. B. (2004). Strategic engagement regulation: an integration of self-enhancement and engagement. Doctoral Dissertation. University of Delaware.
- Longworth C, Deakins J, Rose D, & Gracey F. The nature of self-esteem and its relationship to anxiety and depression in adult acquired brain injury, *Neuropsychological Rehabilitation* 2016.
- Luhtanen, R. K., & Crocker, J. (2005). Alcohol use in college students: Effects of level of self-esteem, narcissism, and contingencies of self-worth. *Psychology of Addictive Behaviors* 2005, 19, 99-103.
- Marteau, T. M., & Bekker, H. (1992). The development of a six-item short-form of the state scale of the Spielberger State-Trait Anxiety Inventory (STAI). *British Journal of Clinical Psychology*, 31, 301-306.
- Metalsky, G. I., Joiner, T. E., Hardin, T. S., & Abramson, L. Y. (1993). Depressive reactions to failure in a naturalistic setting: A test of the hopelessness and self-esteem theories of depression. *Journal of Abnormal Psychology*, 102, 101-109.
- Moran, T. P. (2016). Anxiety and working memory capacity: A meta-analysis and narrative review. *Psychological Bulletin*, 2 (8), 831-864.
- Muraven, M., & Baumeister, R. F. (2000). Self-Regulation and Depletion of Limited Resources: Does Self-Control Resemble a Muscle? *Psychological Bulletin*, 126, 247-259.
- Nolen-Hoeksema, S. (2000). The role of rumination in depressive disorders and mixed anxiety/depressive symptoms. *Journal of Abnormal Psychology*, 109, 504-511.
- Nwankwo, C. B., Okechi, B. C., & Nweke, P. O. (2015). Relationship between Perceived Self-Esteem and Psychological Well-Being among Student Athletes. *Academic Research Journal of Psychology and Counselling*, 2(1), 8-16.

- Peters, W. J. (2015). The relationship between anxiety, personality characteristics, and working memory performance. Dissertation for Master of Arts in Psychology. Western Carolina University.
- Reimann, B., & McNally, R. (1995). Cognitive processing of personally relevant information. *Cognition and Emotion*, 9, 324-340.
- Sharp, L. K., & Ve Lipsky, M. S. (2002). Screening for depression across the lifespan: A review of measures for use in primary care settings. *American Academy of Family Physicians*, 66 (6), 1001-1008.
- Sowislo, J. F., & Orth, U. (2013). Does low self-esteem predict depression and anxiety? A meta-analysis of longitudinal studies. *Psychological Bulletin*, 139 (1), 213-240.
- Spies, K., Hesse, F. W., & Hummitzsch, C. (1996). Mood and capacity in Baddeley's model of human memory. *Zeitschrift fur Psychologie*, 204, 367-381.
- Tabert, M. H., Borod, J. C., Tang, C. Y., Lange, G., Wei, T. C., Johnson R, & et al. (2001). Differential amygdala activation during emotional decision and recognition memory tasks using unpleasant words: An fMRI study. *Neuropsychologia*, 39, 556-573.
- Turkcapar, H. (2004). Diagnosis of anxiety disorder and depression. *Clinical Psychiatry*, 4, 12-16.
- Vallat-Azouvi, C., Pradat-Diehl, P., & Azouvi, P. (2012). The Working Memory Questionnaire: A scale to assess everyday life problems related to deficits of working memory in brain injured patients. *Neuropsychological Rehabilitation*, 22 (4), 634-649.
- Williams, J. M., Mathews, A., & MacLeod, C. (1996). The emotional Stroop task and psychopathology. *Psychological Bulletin*, 120, 3-24.