

رابطه پنج صفت بزرگ شخصیت با افسردگی: نقش میانجی‌گر عزت نفس و خودکارآمدی

فرزانه حسینی^۱، محمود نجفی^۲، محمدعلی محمدی‌فر^۳

چکیده

تاریخ دریافت: ۱۳۹۷/۰۹/۰۸ - تاریخ پذیرش: ۱۳۹۸/۰۹/۰۴

هدف: هدف از پژوهش حاضر بررسی رابطه بین پنج صفت بزرگ شخصیت با نشانه‌های افسردگی و نقش میانجی‌گر عزت نفس و خودکارآمدی در دانشجویان بود. روش: روش پژوهش توصیفی از نوع همبستگی بود. به منظور انتخاب نمونه ۴۰۰ نفر از دانشجویان مشغول به تحصیل دانشگاه آزاد و دولتی شهرستان گنبدکاووس به روش تصادفی خوشه‌ای انتخاب شدند. ابزارهای مورد استفاده در این پژوهش شامل پرسشنامه‌های افسردگی، پنج عاملی شخصیت، عزت نفس و خودکارآمدی بود. برای تجزیه و تحلیل داده‌ها از آزمون همبستگی پیرسون و روش تحلیل مسیر استفاده شد. یافته‌ها: نتایج حاکی از آن بود که روان‌آزردگی به عنوان قوی‌ترین پیش‌بین افسردگی، اثر مثبت معناداری بر آن داشت. درحالی‌که برون‌گرایی، توافق‌گرایی، عزت نفس، خودکارآمدی اثر منفی معناداری بر افسردگی داشتند. هم‌چنین نتایج تحلیل مسیر حاکی از این بوده که متغیرهای عزت نفس و خودکارآمدی به طور همزمان در پیش‌بینی افسردگی براساس صفات شخصیت (برون‌گرایی، توافق‌گرایی و روان‌آزردگی) نقش واسطه‌ای را ایفا می‌کنند. نتیجه‌گیری: باتوجه به نتایج پژوهش و نقش واسطه‌ای عزت نفس و خودکارآمدی در ارتباط صفات شخصیت و افسردگی، برنامه‌ریزی جهت ارتقای سطح عزت نفس و خودکارآمدی می‌تواند نقش مهمی در کاهش افسردگی به واسطه تقویت صفات شخصیتی برون‌گرایی و توافق‌گرایی و

۱. کارشناس ارشد روان‌شناسی بالینی، دانشکده روان‌شناسی و علوم تربیتی، دانشگاه سمنان، سمنان، ایران.

۲. (نویسنده مسئول)، دکتری روان‌شناسی، دانشیار گروه روان‌شناسی بالینی، دانشکده روان‌شناسی و علوم تربیتی، دانشگاه سمنان، سمنان، ایران. m_najafi@semnan.ac.ir

۳. دکتری روان‌شناسی، استادیار گروه علوم تربیتی، دانشکده روان‌شناسی و علوم تربیتی، دانشگاه سمنان، سمنان، ایران.

این پژوهش برگرفته از پایان‌نامه کارشناسی ارشد است.

کاهش روان آزرده‌گی داشته باشد.

کلید واژه‌ها: صفات شخصیت، عزت نفس، خودکارآمدی، نشانگان افسردگی.

مقدمه

افسردگی در درجات مختلف شایع‌ترین مشکل بهداشت در دانشجویان است (غلامعلی لواسانی، خضری آذر، امانی و مال احمدی، ۱۳۸۹). به طوری که پژوهش‌های صورت گرفته در ایران به بیشتر بودن میزان افسردگی در جمعیت دانشجویی نسبت به جمعیت عمومی اشاره کرده است. ابتلا به افسردگی در دانشجویان نه تنها بر چگونگی رشد شخصیت آنها اثر می‌گذارد؛ بلکه عمدتاً موجب بروز و ظهور بسیاری از رفتارهای نامطلوب نظیر گوشه‌گیری، خیال‌پردازی، بی‌قراری، عصبانیت، پرخاشگری و ... در آنها می‌گردد. همچنین بیشترین اثر را بر عدم شکوفایی هوش و پیشرفت تحصیلی آنها خواهد داشت (ریواز، شکراللهی، قدکپور و زرشناس، ۱۳۹۲). بنابراین شناسایی علل و عوامل موثر بر افسردگی در میان دانشجویان ضروری به نظر می‌رسد. از جمله عوامل موثر و مرتبط با افسردگی می‌توان به شخصیت^۱ اشاره کرد که در تحقیقات پیشین رابطه این دو تایید شده است. یکی از شناخته شده‌ترین مدل‌های ارائه شده در زمینه شخصیت، مدل پنج عاملی شخصیت است، با توجه به این مدل صفات شخصیتی الگوهای نسبتاً پایداری از افکار، احساسات و رفتار است که در طول عمر نسبتاً پایدار هستند (مک کرا و کاستا^۲، ۱۹۹۲). در واقع در این مدل شخصیتی روشی پایا برای اندازه‌گیری تفاوت‌های فردی در ویژگی‌های شخصیت در نظر گرفته شده است (لئو، لی، لینچ^۳، ۲۰۱۶). این پنج بعد شامل بعد روان رنجورخویی^۴ یا ناپایداری هیجانی (به راحتی نگران شدن، نا آرامی و ناسازگاری)، برونگرایی^۵ (پرانرژی بودن، جراتمند و پرحرف)، وظیفه

1. personality.

2. McCrae, R., & Costa, P.

3. Leow, K., Lee, M., & Lynch, M. F.

4. neuroticism.

5. extroversion.

شناسی^۱ یا تلاش برای دست یابی (مسئول، قابل اعتماد، منظم)، تجربه گرایی^۲ (تخیلی بودن، مستقل و خردمند) و سازگاری^۳ در مقابل مخالفت ورزی (خوش خوب بودن، همکاری کننده و قابل اطمینان) است (مقدم، مهربانی زاده هنرمند، احدی، عسکری و حیدری، ۱۳۹۳؛ مک کرا و کاستا، ۱۹۹۲). روان رنجورخویی از مهم ترین مولفه های شخصیتی است که با افسردگی رابطه مثبت و معناداری دارد. در واقع این بعد شخصیتی مخالف با ثبات روانی است و با طیف وسیعی از خصوصیات مانند احساسات منفی چون استرس، عصبی بودن، غمگینی، تحریک پذیری و فشار و تنش عصبی همراه است (کلاسن و تزی^۴، ۲۰۱۴) و در تحقیقات بسیاری، روان رنجورخویی را مهم ترین عامل پیش بینی کننده افسردگی نشان داده اند (وانگ، یاو، لئو، یانگ، وو و همکاران^۵، ۲۰۱۴؛ شی، لیو، یانگ و وانگ^۶، ۲۰۱۵؛ گودوین و گاتلیب^۷، ۲۰۰۴؛ چیکوتا و استایلز^۸، ۲۰۰۴). در مقابل برونگرایی با سلامت هیجانی رابطه مثبتی دارد و این افراد توانایی بالایی در مقابله با شرایط استرس زای زندگی دارند (شولتز و شولتز^۹، ۲۰۰۰؛ ترجمه سید محمدی، ۱۳۸۸). ویژگی شخصیتی سازگاری که معرف جهت گیری اجتماعی به سمت دیگران است (وانگ، جکسون، ژانگ و سو^{۱۰}، ۲۰۱۲). رابطه این ویژگی شخصیتی بخاطر اینکه این افراد احساسات خود را در تعاملات شخصی بهتری می توانند کنترل کنند با نشانگان افسردگی منفی است (کیانی و آقاپور، ۱۳۸۹؛ مدرسی فرد و ماردپور، ۱۳۹۵). در مورد رابطه وظیفه شناسی با نشانگان افسردگی در تحقیقات گذشته نتایج متفاوتی به

1. conscientiousness.

2. openness.

3. agreeableness.

4. Klassen, R. M., & Tze, V. M.

5. Wang, Y., Yao, L., Liu, L., Yang, X., Wu, H., & etal.

6. Shi, M., Liu, L., Yang, Y. L., & Wang, L.

7. Goodwin, R. D., & Gotlib, I. H.

8. Chioqueta, A. P., & Stiles, T. C.

9. Sholtz, D., & Sholtz, S. E.

10. Wang, J. L., Jackson, L. A., Zhang, D. J., & Su, Z. Q.

دست آمده است. می‌یر، لیچترمان، مینگزو هیون^۱ (۱۹۹۲) در تحقیق خود اذعان داشتند که افزایش وظیفه شناسی موجب بیشتر شدن میزان اضطراب و افسردگی می‌شود. ولی یافته‌های مفسری (۱۳۸۹)، شی و همکاران (۲۰۱۵)، مصطفی، نصیر و یوسف^۲ (۲۰۱۰)، لثو و همکاران (۲۰۱۶) و گودوین و گاتلیب (۲۰۰۴) رابطه منفی میان وظیفه شناسی با افسردگی نشان داد. تجربه گرایی که معرف عمق و پیچیدگی ذهنی و تجربی زندگی فردی است نیز در تحقیقات مختلف نتایج متفاوتی در مورد رابطه آن با نشانگان افسردگی نشان دادند. برای مثال در بسیاری از پژوهش‌ها همچون شی و همکاران (۲۰۱۵)، وانگ و همکاران (۲۰۱۴)، احمدی، نجاتی و عبدی (۱۳۹۰) نشان دادند میان تجربه پذیری با نشانگان افسردگی رابطه منفی معناداری وجود دارد. در حالی که برخی مطالعات رابطه مثبت و معنادار میان این دو یافتند (به نقل از بیرامی، اقبالی و قلی زاده، ۱۳۹۰). اما در مقابل پژوهش‌های زیادی نیز روابط معناداری میان این دو مولفه نیافتند (احدی، ۱۳۸۶؛ کیانی و آقاپور، ۱۳۸۹). عزت نفس^۳ به عنوان یک سازه کلی نشان دهنده ارزشیابی فرد از خود به منزله موجود انسانی شایسته و با ارزش است و شامل جهت گیری مثبت یا منفی فرد نسبت به خودش می‌باشد (روزنبرگ^۴، ۱۹۷۹؛ به نقل از مفسری، ۱۳۸۸). عزت نفس تاثیرگذار بر این است که فرد در موقعیت‌های خاص چگونه عمل کند، چه اهدافی را در زندگی انتخاب نماید، چه احساسی در مورد رویدادهای مهم زندگی و ارتباطشان با دیگران داشته باشد و به چه نحوی به مقابله و سازگاری با محیط جدید بپردازد. افراد دارای عزت نفس بالا از نظر عاطفی پایدار، برون‌گرای با وجدان و تا حدودی سازگار و تجربه گرا هستند. این افراد تمایل به نسبت دادن صفات اجتماعی مطلوب به خود دارند و این گرایش رابطه پنج عامل شخصیت را با عزت نفس نشان

1. Maier, W., Lichtermann, D., Minges, J., & Heun, R.

2. Mustafa, M. B., Nasir, R., & Yusoooff, F.

3. self esteem.

4. Rosenberg, A.

می‌دهد (رابینز، تریسی، ترزینسکی، پاتروگاسلینگ^۱، ۲۰۰۱). ویدمن، لیدرمن و گراب^۲ (۲۰۱۶) معتقدند که باید عزت نفس و صفات شخصیتی را به عنوان پوسته و هسته که نشان دهنده مفهوم خودپنداره است در نظر بگیرند. مطالعات بسیار دیگری نیز رابطه عزت نفس با پنج عامل شخصیت را تایید کرده‌اند و در این تحقیقات اذعان شده که بسیاری از حوزه‌های شخصیت نقش محوری و مهمی را برای عزت نفس و خودارزیابی در نظر می‌گیرند و یکی از این حوزه‌های تحقیقی مربوط به خودارزیابی در حیطه افسردگی می‌باشد (راسارت، لوویکس، مونس و ویتز^۳، ۲۰۱۴؛ رابینز و همکاران، ۲۰۰۱). بطوریکه فرضیه با فرد مورد عزت نفس می‌گوید اشخاص با عزت نفس پایین در مواجهه با شرایط زندگی چالش‌زا مستعد ابتلا به افسردگی هستند؛ چرا که آنها فاقد منابع کافی مقابله هستند (اورث، رابینز و می‌یر^۴، ۲۰۰۹). طبق دیدگاه بک^۵، بسیاری از علایم افسردگی به علت افکار و گرایش‌های منفی که افراد نسبت به خود دارند به وجود می‌آید (هالیت^۶، ۲۰۱۴). در پژوهش استیگر، آلمند، رابینز و فند^۷ (۲۰۱۴) افرادی که در طول نوجوانی میزان عزت نفس آنها کاهش یافته بود، در دهه بعد در دوره بزرگسالی به احتمال زیاد علایم افسردگی را از خود نشان می‌دادند. پژوهش‌های مختلف ایرانی و خارجی رابطه عزت نفس با افسردگی را در چارچوب گسترده تری از یک مدل ارائه و علیرغم تفاوت‌های فرهنگی عزت نفس را به عنوان یکی از عوامل مهم در ایجاد افسردگی معرفی کرده‌اند (گانا، بایلی، سادا، بروک و آلفیلیپ^۸، ۲۰۱۵؛ لی، دلوکیو، ریسو و سالکونی^۹، ۲۰۱۵؛ استیگر و همکاران، ۲۰۱۴؛ اورث و همکاران، ۲۰۰۹؛ لطفی کاشانی، طاهری، میرزایی و

1. Robins, R. W., Tracy, J. L., Trzesniewski, K., potter, J., & Gosling, S. D.

2. Weidmann, R., Lederman, T., & Grob, A.

3. Rassart, J., Luyckx, K., Moons, P., & Weets, I.

4. Orth, U., Robins, R. W., & Meier, L. L.

5. Bek.

6. Halit, A. H.

7. Steiger, A. E., Allemand, M., Robins, R. W., & Fend, H. A.

8. Gana, K., Bailly, N., Saada, Y., Broc, G., & Alaphilippe, D.

9. Li, J. B., Delvecchio, E., Riso, D. D., & Salcuni, S.

مسعودی مقدم، ۱۳۹۱؛ آلبوکری، نوری، نیکوسیر جهرمی و زاهدیان، ۱۳۸۹). یکی از مولفه‌های شناختی مهم دیگر خودکارآمدی^۱ است که باورالقایی فرد در مورد توانایی‌هایش در روش و اجرای عمل مورد نیاز برای رسیدن به یک هدف خاص در زندگی می‌باشد. خودکارآمدی شخصیت و الگوی تفکر فرد برای انجام کاری را تحت تاثیر قرار می‌دهد (اسلام زاده، رشیدی و فکریان، ۱۳۹۵؛ مصطفی و همکاران، ۲۰۱۰). نائوتا^۲ (۲۰۰۴) در پژوهش خود که به بررسی رابطه پنج عامل شخصیت با خودکارآمدی پرداخت، نشان داد که برون‌گرایی، تجربه‌گرایی، سازگاری و وجدان‌گرایی رابطه مثبت و روان رنجورخویی رابطه منفی با خودکارآمدی دارد و طبق نظریه آیزنک^۳ (۱۹۸۵) به نقل از موریس (۲۰۱۲) می‌توان گفت که خودکارآمدی پایین نشان دهنده ویژگی شخصیتی روان رنجوری است (موریس^۴، ۲۰۰). براین اساس خودکارآمدی فرد را قادر به مواجهه با فشار، افسردگی و به دست آوردن موفقیت در چالش‌های محیطی می‌کند و سطح پایین آن معمولاً برخی مشکلات عاطفی و اجتماعی که بر سلامت روان اثرگذار است را افزایش می‌دهد. پیروآن مطالعات نشان داده است که میان خودکارآمدی و نشانگان افسردگی رابطه منفی و معناداری وجود دارد (آدام و فولدز^۵، ۲۰۱۴؛ مصطفی و همکاران، ۲۰۱۰؛ طهماسبیان و اناری، ۱۳۸۸؛ طهماسبیان و جلالی مقدم^۶، ۲۰۱۱). در تحقیق آدام و فولدز (۲۰۱۴) که به بررسی رابطه خودکارآمدی و افسردگی در دیابتی‌ها پرداختند نتایج نشان داد که رابطه میان این دو منفی است و به موازات افزایش نشانگان افسردگی، خودکارآمدی کاهش می‌یابد و در نتیجه خودکارآمدی یکی از عوامل محافظت کننده از نشانگان افسردگی است. با توجه به پژوهش‌های صورت گرفته و اثبات روابط میان پنج

1. self efficacy.

2. Nauta, M. M.

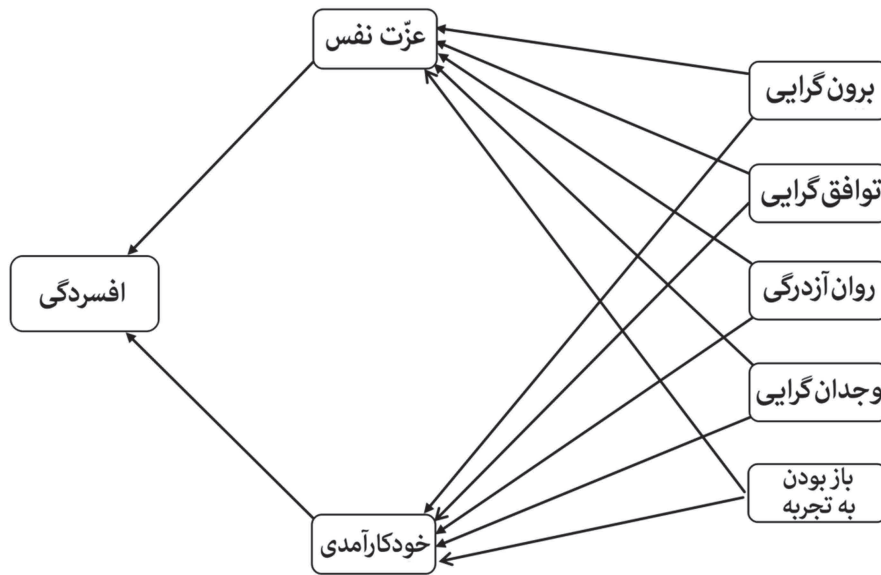
3. Aysenk, H.

4. Muris, P.

5. Adam, J., & Folds, L.

6. Tahmassian, K., & Jalali Moghadam, N.

عامل شخصیت، عزت نفس و خودکارآمدی، نشانگان افسردگی می‌توان به بررسی این موضوع پرداخت که عزت نفس و خودکارآمدی می‌توانند نقش میانجی‌گری در رابطه میان پنج عامل شخصیت و نشانگان افسردگی ایفا کنند. در واقع عزت نفس و خودکارآمدی سازه‌های بنیادینی هستند که پنج عامل شخصیت را می‌توانند تحت سیطره و کنترل خود قرار دهند و در رابطه با افسردگی نقش مهمی ایفا کنند. در این راستا تنها دو پژوهش خارجی که هر یک به بررسی جداگانه نقش میانجی‌گری عزت نفس و خودکارآمدی در رابطه پنج عامل شخصیت و افسردگی پرداخته‌اند، نشان دادند که این دو مولفه علاوه بر اثرگذاری مستقیم می‌توانند بطور غیرمستقیم نیز بر این دو متغیر اثر بگذارند (وانگ و همکاران، ۲۰۱۴؛ شی و همکاران، ۲۰۱۵). بنابراین هنوز پژوهشی که به بررسی نقش میانجی‌گری عزت نفس و خودکارآمدی بطور همزمان در رابطه میان شخصیت و نشانگان افسردگی بپردازد بخصوص در جامعه ایرانی و آن هم در میان قشر آسیب‌پذیری چون دانشجویان صورت نگرفته است که موجب افزایش دانش روان‌شناختی در زمینه عوامل پیش‌بینی‌کننده افسردگی شود و اطلاعات با ارزشی در زمینه اقدامات پیشگیرانه فراهم آورد. در نهایت پژوهش حاضر سعی در تایید مدل مفهومی اختصاصی دارد که آیا در رابطه میان افسردگی و عوامل شخصیتی متغیرهای درونی و ذهنی مثل عزت نفس و خودکارآمدی می‌توانند نقش واسطه‌ای ایفا کنند؟ برای این اساس مدل مفهومی مطالعه حاضر در شکل ۱ گزارش شده است:



شکل ۱. مدل فرضی رابطه بین پنج صفت شخصیت با نشانگان افسردگی با نقش میانجی گر عزت نفس و خودکارآمدی

روش پژوهش

روش پژوهش توصیفی از نوع همبستگی بود و جامعه آماری این پژوهش کلیه دانشجویان مشغول به تحصیل دانشگاه های آزاد ودولتی شهرستان گنبدکاووس در سال تحصیلی ۹۶-۹۵، بودند. برای انتخاب افراد نمونه ابتدا با روش نمونه گیری خوشه ای تصادفی از بین دانشگاه های گنبدکاووس دو دانشگاه آزاد و دولتی انتخاب، در مرحله بعد از میان دانشکده های این دو دانشگاه، دو دانشکده علوم انسانی و فنی مهندسی انتخاب شد و در مرحله آخراز بین کلاس های موجود در این دو دانشکده، ۱۰ کلاس از دانشکده علوم انسانی و ۸ کلاس از دانشکده فنی-مهندسی انتخاب شد و با استفاده از جدول کرجسی و مورگان و با در نظر گرفتن ریزش، تعداد ۴۱۵ نفر از دانشجویان به عنوان نمونه انتخاب شدند و سپس پرسشنامه ها بین دانشجویان توزیع، اجرا و جمع آوری شد

که در نهایت ۴۰۰ پرسشنامه برای تحلیل مود استفاده قرار گرفت. ابزار این پژوهش شامل:

۱- پرسشنامه افسردگی: رادلف^۱ (۱۹۷۷) پرسش نامه ی پرمصرفی را برای بررسی همه گیرشناسی نشانه‌های افسردگی در جمعیت عمومی ساخته است. این پرسشنامه ۲۰ آیتم دارد و مقیاس آن از نوع لیکرت بوده و در دامنه ۰ تا ۳ از به ندرت تا اکثر اوقات رتبه بندی می‌شود. به جز سوالات ۴-۸-۱۲-۱۶ باقی سوالات به صورت معکوس نمره گذاری می‌شوند. دامنه نمرات این پرسشنامه بین ۰ تا ۶۰ خواهد بود و نمره بالا در این پرسشنامه به تنهایی حاکی از تشخیص افسردگی بالینی یا بیماری روانی نیست، بلکه نشانگر لزوم توجه بالینی بیشتر به فرد است (امیری، محمدی و فرقانی، ۱۳۹۱). در پژوهشی که امیری و همکاران (۱۳۹۱) بر روی دانشجویان ایرانی انجام دادند، همسانی درونی این مقیاس را با استفاده از آلفای کرونباخ ۰/۹۲ و همبستگی بین دو نیمه را ۰/۸۵ به دست آوردند که ضریب آلفا برای نیمه اول و دوم مقیاس به ترتیب ۰/۸۳ و ۰/۸۶ محاسبه شد. امیری و همکاران (۱۳۹۱) برای بررسی روایی این مقیاس از روایی همگرا استفاده کردند که روایی همگرای این پرسشنامه با پرسشنامه افسردگی بک ۰/۶۵ به دست آمد که حکایت از روایی مطلوب این پرسشنامه داشت.

۲- پرسشنامه پنج عاملی شخصیت: این پرسشنامه در سال ۱۹۹۹ توسط جان و سربواستاوا^۲ به منظور ارزیابی پنج عامل شخصیت ساخته شد. این پرسشنامه ۴۴ آیتم دارد و ۵ بعد برون گرایی (۸ ماده)، سازش پذیری (۹ ماده)، وظیفه شناسی (۹ ماده)، روان رنجورخویی (۸ ماده)، گشودگی (۱۰ ماده) را می‌سنجد. مقیاس این پرسشنامه از نوع لیکرت بوده و از ۱ تا ۵ از کاملاً مخالفم تا کاملاً موافقم رتبه بندی می‌شود. هدف، ایجاد پرسشنامه‌ای کوتاه بود که امکان سنجش مطلوب پنج بعد اصلی را زمانی که نیاز به سنجش تک تک جنبه‌های سازنده ابعاد اصلی نیست، مهیا سازد. شواهد مربوط به روایی این پرسشنامه، نشانگر همگرایی و واگرایی قابل توجه آن با دیگر ابزارهای سنجش

1. Radloff, L. S.

2. John, O. P., & Srivastava, S.

پنج عاملی اصلی و همچنین ارزیابی همسالان می باشد (نصرت آبادی، جوشن لوی و جعفری، ۱۳۸۵). محمدی، باباپور و علی پور (۱۳۹۳) در پژوهش خود ضریب آلفای کرونباخ ۰/۸۲ را برای این پرسشنامه گزارش کرده اند. در مطالعه صورت گرفته توسط نصرت آبادی و همکاران (۱۳۸۵) بر روی ۲۴۰ دانشجوی ایرانی، نشان داد که همسانی درونی زیر مقیاسهای ۵ گانه از ۰/۶۱ تا ۰/۸ متغیر بود که این یافته ها نشان می دهد که پرسشنامه پنج عاملی شخصیت برای بررسی ابعاد ۵ گانه شخصیت در جمعیت دانشجویی کارایی مناسبی دارد. نصرت آبادی و همکاران (۱۳۸۵) در پژوهش خود روایی این مقیاس را نیز بررسی کردند و به این نتیجه رسیدند که روایی همگرای این پرسشنامه به وسیله همبستگی آن با ابزارهای دیگر سنجش ۵ عامل شخصیت ($r=0/68$) روایی مطلوبی را نشان داده است. برای بررسی روایی صوری پرسشنامه نیز از ۶ کارشناس نظرخواهی به عمل آمد که همگی توان سنجش ابعاد ۵ گانه شخصیت توسط این آزمون را تایید کردند و در نهایت تحلیل عاملی اکتشافی نیز برای بررسی روایی سازه انجام شد که حاکی از این بوده که این ۵ عامل مجموعاً ۴۰ درصد از واریانس کل را تبیین کردند.

۳- پرسشنامه خودکارآمدی: مقیاس خودکارآمدی عمومی در سال ۱۹۷۹ توسط شوارتزر و جروسلام^۱ ساخته شد. این مقیاس دارای ۲۰ آیتم با ۲ زیرمقیاس خودکارآمدی عمومی و خودکارآمدی اجتماعی بود که در سال ۱۹۸۱ به مقیاس ۱۰ گویه ای خودکارآمدی عمومی تبدیل شد. مقیاس این پرسشنامه از نوع لیکرت بوده و از ۱ تا ۴ رتبه بندی می شود که کمینه و بیشینه آن ۱۰ و ۴۰ می باشد. ضرایب به دست آمده ی آلفای کرونباخ این مقیاس در کشورهای گوناگون چنین گزارش شده است: در کانادا، ۰/۸۸، در کاستاریکا، ۰/۸۱، در آلمان، ۰/۸۱، در بریتانیای بزرگ، ۰/۸۸، در فرانسه، ۰/۸۲، در اسپانیا، ۰/۸۴، در ژاپن، ۰/۹۱، در کره جنوبی، ۰/۸۵، در اندونزی، ۰/۷۹، در هند، ۰/۷۵ و در ایران ۰/۸۴

است. نشان دهنده ی پایایی درونی گزینه‌های این مقیاس در میان مردم گوناگون جهان است. ابزار اندازه گیری در این پژوهش ویرایش ایرانی مقیاس باورهای خودکارآمدی عمومی بود. سازه ی خودکارآمدی ادراک شده نشان دهنده دید خوشبینانه فرد نسبت به خود است. ضریب آلفای کرونباخ این آزمون ۰/۸۲ و ضریب اعتبار همزمان آن با مقیاس عزت نفس روزنبرگ ۰/۳۰ گزارش شده است (نقل از رجبی، ۱۳۸۵). در پژوهش دهقان، آتش پور و شفقتی (۱۳۹۳) ضریب آلفای کرونباخ برای این مقیاس ۰/۸۵ گزارش شده است و در پژوهش رجبی (۱۳۸۵) برابر با ۰/۸۲ به دست آمده است. جلالی و احدی (۱۳۹۴) ضریب آلفای کرونباخ ۰/۶۷ را برای این پرسشنامه گزارش کرده‌اند. دلاور، نجفی، رضایی، دبیری و رضایی (۱۳۹۲) در پژوهش خود برای بررسی روایی این مقیاس از دو روش روایی همگرا و سازه استفاده کردند، روایی همگرای این پرسشنامه با مقیاس خودکارآمدی شرر ۰/۸۰ به دست آمد که در سطح مطلوبی بوده و نتایج تحلیل عاملی برای بررسی روایی سازه نیز حاکی از این بوده که بارهای عاملی سوال‌های این مقیاس در حد قابل قبولی بوده است، بنابراین ثابت شده که این مقیاس از روایی مطلوبی برخوردار است.

۴- پرسشنامه عزت نفس روزنبرگ: مقیاس عزت نفس روزنبرگ (۱۹۶۵) ابزاری برای سنجش عزت نفس کلی درک شده به عنوان ارزیابی عمومی فرد از ارزش‌هایش به عنوان یک انسان است (روزنبرگ، ۱۹۷۹؛ به نقل از آلایک و پالمن^۱، ۲۰۰۰). این پرسشنامه ۱۰ آیتم دارد و روش نمره گذاری آن به این صورت است که پاسخ‌های موافق به هریک از عبارات ۱ تا ۵، نمره (+۱) و پاسخ‌های مخالف با این عبارات نمره (-۱) دریافت می‌کنند، در حالی که برای عبارات ۶ تا ۱۰، پاسخ‌های موافق نمره (-۱) و پاسخ‌های مخالف نمره (+۱) به دست می‌آورند. برای تفسیر آن نیز جمع جبری کل نمرات را به دست می‌آوریم. نمره بالاتر از صفر نشان دهنده عزت نفس بالا و نمره کمتر از صفر نشان دهنده عزت نفس

1. Allik, J., & Pullmann, H.

پایین است (محمدی، ۱۳۸۴). محمدی (۱۳۸۴) در مطالعه‌ای که بر روی ۱۸۵ دانشجوی دانشگاه شیراز انجام داد نشان داد که فرم فارسی این مقیاس اعتبار مناسبی دارد. او در مطالعه خود مقادیر قابلیت اعتماد این مقیاس را براساس روش‌های بازآزمایی با فواصل زمانی متفاوت و دو نیمه کردن نشان داد که مقادیر ضریب بازآزمایی برای کل مقیاس با فاصله زمانی ۱ تا ۲ و ۳ هفته به ترتیب ۰/۷۷، ۰/۷۳ و ۰/۷۸ و مقدار قابلیت اعتماد مبتنی بر دو نیمه کردن، برای نیمه اول و دوم ۰/۵۷ و ۰/۵۳ بودند. افزون بر آن میزان همسانی درونی مقیاس با واسطه شاخص آلفای کرونباخ ۰/۶۹ بود که با توجه به مقادیر بازآزمایی و تعداد کم سوال‌های این مقیاس (۱۰ سوال) می‌توان گفت که بطور کلی این مقیاس از قابلیت اعتماد مناسبی برخوردار است. رجبی و بهلول (۱۳۸۶) در پژوهش خود برای بررسی روایی این مقیاس از روایی واگرا و سازه استفاده کردند و به همین منظور این مقیاس را برای ۱۲۹ نفر از دانشجویان ترم اول دانشگاه شهید چمران اجرا کردند. نتایج روایی واگرایی این مقیاس با مقیاس وسواس مرگ در حد متوسط بوده که می‌توان گفت، مقیاس عزت نفس روزنبرگ از روایی مناسبی برخوردار بود. نتایج تحلیل عاملی برای بررسی روایی سازه نیز حاکی از این بوده که بارهای عاملی سوال‌های این مقیاس در حد قابل قبولی بوده است، بنابراین ثابت شده که این مقیاس از روایی مطلوبی برخوردار است.

تجزیه تحلیل داده‌ها در دو سطح صورت گرفت، سطح آماری توصیفی و استنباطی که بعد از وارد کردن داده‌ها در رایانه با استفاده از نرم افزار SPSS.21 اطلاعات مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت. در سطح آمار توصیفی با استفاده از شاخص‌های آماری میانگین، انحراف معیار و همبستگی و در سطح آمار استنباطی با استفاده از روش آماری تحلیل مسیر فرضیه‌های پژوهش آزمون شدند.

یافته‌های پژوهش

از مجموع ۴۰۰ نفر افراد نمونه ۱۶۰ نفر (۶۵ زن و ۹۵ مرد) از دانشگاه دولتی و ۲۴۰ نفر (۱۳۵ زن و ۱۰۵ مرد) از دانشگاه آزاد انتخاب شدند. سن این افراد در دامنه ۱۸-۲۸ سال قرار داشت و میانگین سنی افراد نمونه ۲۳ سال بود. ابتدا به منظور داشتن تصویری کلی از روابط میان متغیرهای پژوهش و اعتبار بخشیدن به تحلیل‌های بعدی، دو به دو میان متغیرها محاسبه شد که نتایج آن در جدول شماره ۱ آورده شده است.

جدول ۱. ماتریس همبستگی متغیرهای پژوهش

متغیرها	۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸
۱. برون گرایی	-							
۲. توافق گرایی	۰/۱۰*	-						
۳. روان آزردهی	-۰/۲۱**	-۰/۴۵**	-					
۴. وجدان گرایی	۰/۲۴**	۰/۵۴**	-۰/۴۵**	-				
۵. بازبودن به تجربه	۰/۳۱**	۰/۳۰**	-۰/۲۲**	۰/۴۵**	-			
۶. عزت نفس	۰/۳۲**	۰/۳۹**	-۰/۳۸**	۰/۴۲**	۰/۳۰**	-		
۷. خودکارآمدی	۰/۲۴**	۰/۳۵**	-۰/۳۸**	۰/۴۶**	۰/۳۱**	۰/۴۳**	-	
۸. افسردگی	-۰/۲۹**	-۰/۴۱**	۰/۴۶**	-۰/۴۱**	-۰/۳۰**	-۰/۴۹**	-۰/۴۰**	-

۰/۰۵P<* ۰/۰۱P<**

همانگونه که در جدول فوق قابل مشاهده است بین برون گرایی، توافق گرایی، وجدان گرایی، تجربه گرایی، خودکارآمدی و عزت نفس با افسردگی رابطه منفی و معناداری وجود دارد. در حالی که بین روان آزردهی با افسردگی رابطه مثبت و معنی دار وجود دارد. قابل ذکر است که تمامی همبستگی‌های میان متغیرها در سطح $P < 0/01$ معنادار شده‌اند. افزون بر این، در بین متغیرهای برون‌زاد، قوی‌ترین همبستگی را ویژگی

منفی و معنادار است. در واقع، این نتایج مؤید آن است که با افزایش میزان روان‌آزردگی در افراد مشارکت‌کننده در پژوهش، میزان افسردگی نیز در آنان افزایش می‌یابد. در مقابل با افزایش توافق‌گرایی و همچنین برون‌گرایی، از میزان بروز افسردگی در افراد کاسته می‌شود. همچنین نتایج نشان داد که هر دو متغیر واسطه‌ای پیش‌بینی‌کننده بروز افسردگی هستند. در واقع، هم عزت‌نفس ($\beta = -0/25, P < 0/0001$) و هم خودکارآمدی ($\beta = -0/03, P < 0/0001$)، اثر منفی و معناداری بر افسردگی دارند. در واقع این دو مولفه می‌توانند در کاهش افسردگی نقش بسزایی داشته باشند. علاوه بر این بررسی اثر مستقیم متغیرهای برون‌زاد بر واسطه‌ای نشان می‌دهد که از بین عوامل پنج‌گانه شخصیت، صرفاً اثر صفت شخصیتی تجربه‌گرایی بر عزت‌نفس معنادار نیست و سایر عوامل برای متغیر اثر معناداری دارند. مطابق با این نتایج، از یک طرف سه ویژگی برون‌گرایی ($\beta = 0/20, P < 0/0001$)، توافق‌پذیری ($\beta = 0/18, P < 0/0001$) و وجدان‌گرایی ($\beta = 0/16, P < 0/0004$) اثر مثبت و معناداری بر عزت‌نفس دارند و از طرف دیگر، ویژگی شخصیتی روان‌آزردگی اثر منفی و معناداری بر عزت‌نفس دارد. به عبارت دیگر با بیشتر شدن سطح برون‌گرایی، توافق‌پذیری و وجدان‌گرایی افراد، میزان عزت‌نفس در آنان افزایش می‌یابد، در حالی که با افزایش سطح روان‌رنجوری افراد، از میزان عزت‌نفس آنان کاسته می‌شود و از بین عوامل پنج‌گانه شخصیت، سه عامل شخصیتی روان‌آزردگی، برون‌گرایی و وجدان‌گرایی قادر به پیش‌بینی متغیر خودکارآمدی هستند. ویژگی شخصیتی روان‌آزردگی اثر منفی و معناداری ($\beta = -0/18, P < 0/0001$) بر خودکارآمدی نشان داد. بدین معنا که افزایش سطح روان‌آزردگی می‌تواند میزان خودکارآمدی را کاهش دهد. در مقابل، به ترتیب دو ویژگی شخصیتی وجدان‌گرایی ($\beta = 0/26, P < 0/0001$) و برون‌گرایی ($\beta = 0/10, P < 0/02$) اثر مثبت و معنادار بر خودکارآمدی نشان دادند. در واقع، با افزایش نمره وجدان‌گرایی و برون‌گرایی افراد به میزان خودکارآمدی آنان افزوده شد و دو ویژگی شخصیتی توافق‌گرایی و تجربه‌گرایی نیز اثر معناداری بر خودکارآمدی نداشتند. سپس به منظور بررسی اثرات

غیرمستقیم مدل پژوهش با کمک روش بوت استراپ، سهم واسطه‌گری کلی و تفکیکی متغیرهای واسطه‌ای مورد بررسی قرار گرفت. براین اساس در جدول به منظور انجام مقایسه نتایج، علاوه بر اثرات غیرمستقیم، اثرات مستقیم و اثرات کل نیز ارائه شده است.

جدول ۲. اثرات غیرمستقیم، مستقیم و کلی مدل پژوهش

اثر کل		اثر غیرمستقیم		اثر مستقیم		مسیرها	
P	B	P	B	P	B		
۰/۰۱	-۰/۱۹	۰/۰۰۴	-۰/۰۰۷	۰/۰۰۵	-۰/۱۲	افسردگی عزت نفس خودکارآمدی	برون‌گرایی
۰/۰۳	-۰/۲۰	۰/۰۰۶	-۰/۰۴۲	۰/۰۰۰۱	-۰/۱۶	افسردگی عزت نفس خودکارآمدی	توافق‌گرایی
۰/۰۱	۰/۳۰	۰/۰۰۲	۰/۰۰۷	۰/۰۰۰۱	۰/۲۲	افسردگی عزت نفس خودکارآمدی	روان‌آزردگی
۰/۰۰۴	-۰/۰۹۲	۰/۰۰۴	-۰/۰۹۲	-	-	افسردگی عزت نفس خودکارآمدی	وجدان‌گرایی
۰/۰۰۹	-۰/۱۷	۰/۰۰۳	-۰/۰۰۵	۰/۰۰۵	-۰/۱۲	افسردگی عزت نفس	برون‌گرایی
۰/۰۳	-۰/۲۰	۰/۰۰۶	-۰/۰۴۲	۰/۰۰۰۱	-۰/۱۶	افسردگی عزت نفس	توافق‌گرایی
۰/۰۲	۰/۲۵۵	۰/۰۲	۰/۰۳۳	۰/۰۰۰۱	۰/۲۲	افسردگی عزت نفس	روان‌آزردگی
۰/۰۳	-۰/۰۳۲	۰/۰۳	-۰/۰۳۲	-	-	افسردگی عزت نفس	وجدان‌گرایی
۰/۰۱	-۰/۱۳	۰/۰۶	-۰/۰۰۸	۰/۰۰۵	-۰/۱۲	افسردگی عزت نفس خودکارآمدی	برون‌گرایی
۰/۰۰۰۱	-۰/۱۶	-	-	۰/۰۰۰۱	-۰/۱۶	افسردگی عزت نفس خودکارآمدی	توافق‌گرایی
۰/۰۱	۰/۲۴	۰/۰۰۷	۰/۰۲	۰/۰۰۰۱	۰/۲۲	افسردگی عزت نفس خودکارآمدی	روان‌آزردگی
۰/۰۰۹	-۰/۰۳۶	۰/۰۰۹	-۰/۰۳۶	-	-	افسردگی عزت نفس خودکارآمدی	وجدان‌گرایی

طبق نتایج به دست آمده در جدول شماره ۲، سه مولفه شخصیت برون‌گرایی، سازگاری و روان‌آزردگی هم بطور مستقیم و هم با واسطه‌گری همزمان دو متغیر عزت نفس و خودکارآمدی قادر به پیش‌بینی افسردگی هستند. البته در خصوص عامل وجدان‌گرایی، نتایج حاکی از آن است که علی‌رغم اینکه اثر مستقیم این متغیر بر افسردگی معنادار نیست، اما این متغیر با واسطه‌گری همزمان دو متغیر عزت نفس و

خودکارآمدی، می‌تواند افسردگی را پیش‌بینی کند. به نحوی که وجدان‌گرایی با افزایش عزت‌نفس و خودکارآمدی، منجر به کاهش افسردگی می‌شود. با توجه به معنادار نبودن اثر مستقیم، می‌توان نتیجه گرفت که اثر واسطه‌گری یاد شده کامل است. افزون بر این، لازم به ذکر است که عامل باز بودن به تجربه در مدل پژوهش، نه به طور مستقیم و نه غیرمستقیم، قادر به تأثیرگذاری بر افسردگی نبود. در مجموع این مدل ۲۷ درصد از واریانس افسردگی را می‌تواند تبیین کند و علاوه بر این متغیرهای برون زاد مدل ۲۹ درصد از واریانس متغیر عزت‌نفس و ۲۷ درصد از واریانس متغیر خودکارآمدی را می‌توانند تبیین کنند. در ادامه شاخص‌های برازش مدل پژوهش که بیانگر برازش بسیار مطلوب این مدل است در جدول ۳ ارائه شده است.

جدول ۳. شاخص‌های برازش مدل پژوهش

شاخص‌ها	χ^2	d.f	$\chi^2/d.f$	GFI	AGFI	CFI	IFI	RMSEA
مقادیر اولیه	۱۹/۸۵	۱	۱۹/۸۵	۰/۹۸	۰/۵۷	۰/۹۷	۰/۹۸	۰/۲۱
مقادیر پس از اصلاح	۵/۰۳۳	۲	۲/۵۲	۰/۹۹	۰/۹۵	۰/۹۹	۰/۹۸	۰/۰۶۲

بحث و نتیجه‌گیری

نتایج مطالعه نشان دهنده این است که از پنج صفت شخصیت، سه مولفه برونگرایی، روان‌آزردگی و سازگاری با نشانگان افسردگی رابطه دارند و در این میان روان‌آزردگی بیشترین ارتباط را با آن دارد. این صفت شخصیتی به واسطه مرتبط بودن با صفات شخصیتی منفی، الگوهای ناسالمی از ارتباط شخص با محیط فیزیکی و اجتماعی ایجاد می‌کند که در جهت تکانشگری، ضداجتماعی بودن و بی‌توجهی به دیگران می‌باشد، وجود چنین الگوی رفتاری عامل سوگیری در تفسیر و توجه به محرک‌های درونی و بیرونی است و با قضاوت‌های نادرست همراه می‌باشد که نهایتاً به آگاهی بازدارنده منجر می‌شود که این امر عامل اساسی در ایجاد افسردگی در آنها می‌گردد (عبدی، باباپور خیرالدین و صادری اسکویی، ۱۳۸۷). در مقابل افراد برون‌گرا به علت

دارا بودن عواطف مثبت، برقراری روابط گرم و انرژی بخش، علاقمند به حضور در موقعیت‌های اجتماعی، دارا بودن رفتارهای فعال، قاطع و جرأت‌مند و استفاده آنها از این سرمایه موجب ارتقا و بهبود هرچه بیشتر وضعیت روانی خود و مبارزه با اختلالات روان‌شناختی همچون افسردگی می‌شود (مرادی، علیزاده، بارانیان و زغیبی قناد، ۱۳۹۵). صفت سازگاری در افراد افسرده کمتر نمود پیدا می‌کند و از آنجا که دیگران بودن با افراد افسرده را ناخوشایند می‌بینند، آنها را طرد می‌کنند، این امر موجب ایجاد فقدان حمایت‌های اجتماعی در افراد افسرده می‌شود و به دنبال آن موجب تداوم افسردگی در آنها می‌گردد (کیانی و آقاپور، ۱۳۸۹). یافته‌های لئو و همکاران (۲۰۱۶)، شی و همکاران (۲۰۱۵)، وانگ و همکاران (۲۰۱۴)، استایلز و چیکوتا (۲۰۰۴)، گودوین و گاتلیب (۲۰۰۴)، مرادی و همکاران (۱۳۹۵) و کیانی و آقاپور (۱۳۸۹) با یافته‌های این پژوهش همخوانی دارد. در ادامه نتایج نشان داد که پنج عامل شخصیت نه تنها بطور مستقیم بلکه غیرمستقیم نیز با نشانگان افسردگی از طریق نقش میانجی گریز از نفس و خودکارآمدی رابطه دارد. نتایج به دست آمده بیانگر این است که نمرات بالای برون‌گرایی، سازگاری و وجدان‌گرایی همراه با عزت نفس و خودکارآمدی بالا منجر به کاهش سطوح نشانگان افسردگی در دانشجویان می‌گردد و در مقابل نمرات بالا در روان‌رنجورخویی با سطوح پایین عزت نفس و خودکارآمدی همراه است که با سطح بالای نشانگان افسردگی در ارتباط است. در مجموع نتایج به دست آمده با یافته‌های شی و همکاران (۲۰۱۵) و وانگ و همکاران (۲۰۱۴) همخوانی دارد. در تبیین هر یک از روابط به دست آمده می‌توان گفت که ویژگی شخصیتی مثبت برون‌گرایی باعث شده فرد از محیط پیرامون خود باز خورد مثبتی دریافت کند که بر نحوه ادراک او از خود موثر و اعتقاد فرد را در مورد در اختیار داشتن توانمندی‌هایش بارور می‌سازد که بدین وسیله باعث افزایش حس عزت نفس و خودکارآمدی و کاهش اختلالات روانی چون افسردگی در آنها می‌گردد. از آنجا که رابطه‌ای میان سازگاری با خودکارآمدی ترسیم نشد در نتیجه توافق‌گرایی تنها از طریق عزت نفس

با نشانگان افسردگی ارتباط غیرمستقیم دارد. در واقع عزت نفس در قالب خودارزیابی مثبت همچون سپردفاعی در مقابل ناسازگاری‌های روان‌شناختی عمل می‌کند و موجب ایجاد حس خودارزشمندی در افراد می‌شود. بنابراین کسی که عزت نفس بالایی دارد در برخورد با دیگران از قدرت ابراز وجود بیشتری و نگرش مثبتی برخوردار است (دبیری، دلاور، صرامی و فلسفی نژاد، ۱۳۹۱). به همین دلیل توافق‌گرایی با توجه به ویژگی‌هایی که دارد چون اعتمادورزی، نگرش مثبت، نوع دوستی، محبت ورزی، سازگاری با شرایط و موقعیت‌های دشوار نه تنها باعث کاهش عزت نفس نمی‌شود بلکه به دلیل روابط مثبتی که با آن دارد موجب افزایش عزت نفس و به دنبال آن کاهش نشانگان افسردگی می‌گردد. نکته قابل توجه در نتایج به دست آمده این است که وظیفه شناسی علی‌رغم نداشتن رابطه مستقیم با نشانگان افسردگی با واسطه‌گری همزمان خودکارآمدی و عزت نفس توانست نشانگان افسردگی را پیش‌بینی کند. علت نبود رابطه میان وجدان‌گرایی با نشانگان افسردگی داشتن فراخود سخت‌گیر و تنبیه‌کننده‌ای است که مدام فرد را تحت فشار قرار داده و در مواقع تنش‌زا موجب ایجاد خشم، اضطراب و گناه در این افراد می‌شود و از طرفی خودکارآمدی و عزت نفس به عنوان متغیرهای انگیزشی، ابتدا بر نوع تفکر و به دنبال آن بر احساس و انگیزش فرد اثر می‌گذارند که در انتها موجب ایجاد تغییراتی در عملکرد می‌شوند تا موفقیت را مدیریت و از آن یک تجربه پیروزمند بسازد (میرخانی، باقریان و شکری، ۱۳۹۳). در نتیجه می‌توان گفت خودکارآمدی و عزت نفس می‌تواند فراخود قوی افراد وظیفه‌شناس را تعدیل نماید و به این ترتیب باعث ایجاد روابط معنادار وظیفه‌شناسی با نشانگان افسردگی گردد. از طرفی دو عامل خودکارآمدی و عزت نفس با مسند مهارگری درونی سلامت و سازگاری روان‌شناختی ارتباط دارند. بنابراین با افزایش خودکارآمدی و عزت نفس باور فرد مبنی بر در اختیار داشتن مهار درونی سلامت بیشتر و به دنبال آن رفتارهای سازش‌یافته بروز و رفتارهای تنش‌زا کاهش می‌یابد (دبیری و همکاران، ۱۳۹۱). در نتیجه با افزایش میزان این دو مولفه میزان اثرگذاری روان

رنجورخویی در ابتلا به نشانگان افسردگی کاهش می‌یابد. عامل باز بودن به تجربه در این مدل پژوهشی نه بطور مستقیم و نه غیر مستقیم، قادر به تأثیرگذاری بر افسردگی نبود که با یافته‌های پژوهشی وانگ و همکاران (۲۰۱۴) و شی و همکاران (۲۰۱۵) ناهمسو است. به دست آمدن این یافته پژوهشی دور از انتظار نیست چرا که تجربه گرایی رابطه معناداری نه با متغیرهای واسطه‌ای و نه درون‌زاد داشت. در تبیین یافته به دست آمده می‌توان به نتایج پژوهش‌های مک کرا و کاستا (۱۹۹۷) اشاره نمود، آنها بیان می‌کنند که از میان پنج عامل شخصیت، صفت تجربه پذیری پیچیده ترین عامل است که درک و شناسایی آن مشکل و نسبت به ابعاد دیگر شخصیت کمتر مورد بررسی قرار گرفته است (فیروزی، آزموده و اصغری پور، ۲۰۱۶). بنابراین برای درک و شناخت هرچه بیشتر آن بایستی در پژوهش‌های آتی در زمینه شخصیت و ارتباط آن با اختلالات روان‌شناختی با بررسی رابطه تجربه گرایی و متغیرهای دیگر رفتاری تصویر و درک دقیق تری از اهمیت این بعد شخصیتی به دست آید (احدی، ۱۳۸۶). در نتیجه مبتنی بر یافته‌های این پژوهش و همسوبا پیشینه پژوهش توجه به رابطه میان پنج عامل شخصیت، خودکارآمدی و عزت نفس با نشانگان افسردگی در طراحی و تدوین برنامه‌های درمانی و مداخلات افسردگی در جمعیت انسانی بخصوص در سال‌های جوانی و نوجوانی اهمیت می‌یابد. در واقع برای انجام هر درمان و مداخله ای باید زیر ساخت‌های لازم آن در سطح کلان و کشوری تهیه شود و در این راستا باید مدیران در سطوح مختلف منابع انسانی و اداراتی که مرتبطند با خدمات اجتماعی مانند بهزیستی، تامین اجتماعی، علوم پزشکی و ... توجه خود را به توسعه آموزش و درمان‌های مبتنی بر این موضوع بکنند تا دیگرما شاهد وجود چنین اختلالات روانی شایع در میان جوانان خود نباشیم. این پژوهش دربرگیرنده برخی محدودیت‌ها بود که باید مورد توجه قرار گیرد نخست اینکه این مطالعه بصورت مقطعی ارائه شده و به این دلیل نتیجه‌گیری درباره علیت را دشوار می‌سازد.

ثانیاً وجود متغیرهای ناخواسته زیادی که خارج از کنترل محقق هستند و می‌تواند بر نتایج پژوهش اثرگذار باشند. بنابراین پیشنهاد می‌شود که تحقیقات مشابهی در مناطق دیگر با فرهنگ‌های گوناگون تکرار شود که علاوه بر افزایش قدرت تعمیم‌پذیری یافته‌ها بتوان آنها را نیز با هم مقایسه نمود. همچنین مطالعات دیگری با نمونه‌های متفاوت عادی و بالینی تکرار شود تا یافته‌های به دست آمده از آن نیز با هم مقایسه گردد و پژوهش‌های طولی در این زمینه در جمعیت‌های گوناگون مورد انجام قرار بگیرد.

منابع

- احدی، ب. (۱۳۸۶). رابطه صفات شخصیتی و سلامت روان. *مجله مطالعات علوم تربیتی*، ۱ (۲)، ۷-۱۸.
- احمدی، خ.، نجاتی، و.، عبدی، م. (۱۳۹۰). مقایسه سلامت عمومی و ارتباط آن با ویژگی‌های شخصیتی در جوانان. *مجله دانشگاه علوم پزشکی گیلان*، ۲۱ (۸۱)، ۲۹-۳۶.
- اسلام زاده، ب.، رشیدی، ه.، فکریان، س. (۱۳۹۵). تعیین نقش میانجی‌گری خودکارآمدی عمومی در رابطه تمایز یافتگی خود و هویت اجتماعی دانشجویان. *پژوهش‌های مشاوره*، ۱۵ (۵۷)، ۴۱-۵۷.
- امیری، م.، محمدی، ا.، فرقانی، آ. (۱۳۹۱). اعتباریابی مقیاس مرکز مطالعات همه‌گیر شناسی افسردگی به منظور غربالگری افسردگی در دانشجویان. *مجموعه مقالات چهارمین سمینار سراسری بهداشت روانی دانشجویان*، ۴۳-۴۵.
- آلبوکردی، س.، نوری، ر.، نیکوسیر جهرمی، م.، زاهدیان، ف. (۱۳۸۹). رابطه بین عزت نفس و حمایت اجتماعی یا افسردگی در مردان زندانی. *مجله دانشگاه علوم پزشکی مازندران*، ۲۰ (۷۷)، ۶۲-۶۸.
- بیرامی، م.، اقبالی، ع.، قلی‌زاده، ح. (۱۳۹۱). تعامل عامل‌های شخصیتی با علایم افسردگی، ناامیدی و افکار خودکشی در بین دانشجویان. *مجله پزشکی دانشگاه علوم پزشکی تبریز*، ۳۴ (۱)، ۲۸-۳۴.
- جلالی، ا.، احدی، ح. (۱۳۹۴). رابطه تنظیم‌شناختی هیجان، خودکارآمدی، برانگیختگی و مهارت‌های اجتماعی با سوء مصرف مواد در نوجوانان. *اعتیاد پژوهی*، ۹ (۳۶)، ۹۵-۱۰۹.
- دبیری، س.، دلاور، ع.، صرامی، غ.، فلسفی‌نژاد، م. (۱۳۹۲). تدوین مدل روابط سبک‌های فرزندپروری، شخصیت، عزت نفس و شادکامی. *فصلنامه خانواده‌پژوهی*، ۸ (۲)، ۱۴۱-۱۵۹.
- دلاور، ع.، نجفی، م.، رضایی، ع.، دبیری، س.، رضایی، ن. م. (۱۳۹۲). خصوصیات روان‌سنجی مقیاس خودکارآمدی عمومی در کارکنان دانشگاه. *فصلنامه اندازه‌گیری تربیتی*، ۱۲ (۴)، ۸۷-۱۰۳.
- دهقان، ف.، آتش‌پور، ح.، شفتی، ع. (۱۳۹۳). رابطه عوامل شخصیت و خودکارآمدی عمومی با امید عاملی و راهبردی به درمان در معتادان. *اعتیاد پژوهی*، ۸ (۳۱)، ۹۱-۱۰۸.

- رجیبی، غ. (۱۳۸۵). بررسی پایایی و روایی مقیاس باورهای خودکارآمدی عمومی (GSE-10). مجله اندیشه های نوین تربیتی، ۲ (۲۰۱)، ۱۱۱-۱۲۲.
- رجیبی، غ. ر.، بهلول، ن. (۱۳۸۶). سنجش پایایی و روایی مقیاس عزت نفس روزنبرگ در دانشجویان سال اول دانشگاه شهید چمران. پژوهش های تربیتی و روان شناختی، ۳ (۲)، ۳۳-۴۸.
- ریواز، م.، شکراللهی، پ.، قدکپور، ث.، زرناس، ل. (۱۳۹۲). افسردگی و عوامل مرتبط با آن در دانشجویان دختر دانشکده پرستاری مامایی. فصلنامه علمی - پژوهشی زن و جامعه، ۴ (۳)، ۶۳-۸۴.
- شولتز، د.، شولتز، س. ا. (۲۰۰۰). نظریه های شخصیت. ترجمه سیدمحمدی، یحیی (۱۳۸۸). تهران: انتشارات ویرایش.
- طهماسبیان، ک.، اناری، آ. (۱۳۸۸). رابطه بین ابعاد خودکارآمدی و افسردگی در نوجوانان. فصلنامه روان شناسی کاربردی، ۳ (۱)، ۸۳-۹۳.
- عبدی، س.، باباپور خیرالدین، ج.، صادری اسکویی، ا. (۱۳۸۷). رابطه ویژگی های شخصیت و سلامت روان شناختی با «توجه آگاهانه به حال» در دانشجویان. مجله علمی پژوهشی اصول بهداشت روانی، ۴۱ (۴)، ۲۸۱-۲۸۸.
- غلامعلی لواسانی، م.، خضری آذر، ه.، امانی، ج.، مال احمدی، ا. (۱۳۸۹). نقش خودکارآمدی تحصیلی و اهداف پیشرفت در تنیدگی، اضطراب و افسردگی دانشجویان. مجله روان شناسی، ۱۴ (۴)، ۴۱۷-۴۳۲.
- کیانی، ر.، آقاپور، م. (۱۳۸۱). بررسی عوامل شخصیتی، سبک های اسنادی و سبک های مقابله ای با سلامت روان دانشجویان دختر دانشگاه آزاد اسلامی واحد اهر. مجله زن و مطالعات خانواده، ۳ (۱۰)، ۱۳۱-۱۴۴.
- لطفی کاشانی، ف.، طاهری، ا.، میرزایی، ح.، مسعودی مقدم، ز. (۱۳۹۱). رابطه حمایت اجتماعی و عزت نفس با افسردگی و اضطراب بیماران مبتلا به سرطان. مجله یافته های نوین در روان شناسی، ۸ (۲۵)، ۱۰۱-۱۱۵.
- محمدی، ش.، باباپور، ت.، علی پور، ف. (۱۳۹۳). نقش پیش بین سبک های هویت و ۵ عامل شخصیت در تعارضات زناشویی زوجین ۲۰ تا ۴۰ ساله. پژوهش های مشاوره، ۱۳ (۴۹)، ۱۳۷-۱۴۵.
- محمدی، ن. ا. (۱۳۸۴). بررسی مقدماتی اعتبار و قابلیت اعتماد مقیاس حرمت خود روزنبرگ. فصلنامه روان شناسان ایرانی، ۱ (۴)، ۳۲۰-۳۱۳.
- مدرسی فرد، ف.، ماردپور، ع. (۱۳۹۵). رابطه ویژگی های شخصیتی و راهبردهای مقابله ای و خودآمدی پرهیزاز مواد در جوانان آلوده به اعتیاد. فصلنامه اعتیاد پژوهی سوء مصرف مواد، ۱۰ (۳۹)، ۲۱۳-۲۳۱.
- مرادی، م.، علیزاده، ح.، بارانیان، س.، زغبی قناد، س. (۱۳۹۵). پنج عامل بزرگ شخصیت و بهزیستی روان شناختی: نقش واسطه ای حرمت خود. مجله روان شناسی تحولی: روان شناسی ایران، ۱۳ (۴۹)، ۷۹-۹۴.
- مفسری، م. (۱۳۸۹). بررسی رابطه ویژگی های شخصیتی و کمال گرایی با افسردگی و اضطراب. پایان نامه کارشناسی ارشد، چاپ نشده، دانشگاه تبریز.
- مقدم، ز.، مهرابی زاده هنرمند، م.، احدی، ح.، عسکری، پ.، حیدری، ع. (۱۳۹۳). اثر سبک های دلبستگی و سبک های والدینی بر خودشکوفایی: نقش واسطه ای ویژگی های شخصیتی. پژوهش های مشاوره، ۱۳ (۵۱)،

- میرخانی، پ.، باقریان، ف.، شکری، ا. (۱۳۹۳). نقش میانجی‌گر باورهای خودکارآمدی در رابطه با صفات شخصیت و سبک اسنادی. فصلنامه روان‌شناسی کاربردی، ۳ (۳۱)، ۷۷-۵۷.
- نصرت آبادی، م.، جوشن لو، م.، جعفری کندوان، غ. (۱۳۸۵). بررسی پایایی و روایی پرسشنامه پنج عاملی شخصیت (BFI) در دانشجویان. فصلنامه روان‌شناسی و علوم تربیتی، ۲ (۵)، ۱۴۸-۱۲۳.
- Adam, J., & Folds, L. (2014). Depression, self efficacy and Adherence in patients with type 2 Diabetes. *journal of nurse practitioners (JNP)*, 10 (9), 659-646.
- Allik, J., & Pullmann, H. (2000). The Rosenberg Self Esteem Scale: It dimensionality, stability and personality correlates in Estonian. *Personality and Individual Differences*, 28, 701-715.
- Chioqueta, A. P., & Stiles, T. C. (2004). Personality traits and the development of depression, hopelessness, and suicide ideation. *Personality and Individual Differences*, 38, 1283-1291.
- Firoozi, M., Azmoude, E., & Asgharipour, N. (2016). The relationship between personality traits and sexual self-esteem and its component. *Iranian Journal of Nursing and Midwifery Research*, 21 (3), 225-231.
- Gana, K., Bailly, N., Saada, Y., Broc, G., & Alaphilippe, D. (2015). Relationship between self-esteem and depressive mood in old age: Results from a six-year longitudinal study. *Personality and Individual Differences*, 82, 169-174.
- Goodwin, R. D., & Gotlib, I. H. (2004). Gender differences in depression: the role of personality factors. *Psychiatry Research*, 126, 135-142.
- Halit, A. H. (2014). Self-esteem and its relation to depression among the Elderly. *International journal of Business and social science*, 5 (3), 266-274.
- Klassen, R. M., & Tze, V. M. (2014). Teachers' self-efficacy, personality, and teaching effectiveness: A meta-analysis. *Educational Research Review*, 12, 59-76.
- Leow, K., Lee, M., & Lynch, M. F. (2016). Big Five Personality and Depressive Symptoms: A Self-Determination Theory Perspective on Students' Positive Relationships With others. *Ideas and Research You Can Use: VISTAS*, 1-10.
- Li, J. B., Delvecchio, E., Riso, D. D., & Salcuni, S. (2015). Self-esteem and its association with depression among Chinese, Italian, and Costa: A cross-Ricaadolescents cultural study. *Personality and Individual Differences*, 82, 20-25.
- Maier, W., Lichtermann, D., Minges, J., & Heun, R. (1992). Personality traits in Subject at risk for unipolar major depression: a family study perspective. *Journal of Affective Disorders*, 24, 153-164.
- McCrae, R., & Costa, P. (1992). Discriminant validity of neo-pirfacet scales. *Educational and psychological measurement*, (52), 229-236.
- Muris, P. (2012). Relationships between self-efficacy and symptoms of anxiety disorders and depression in a normal adolescent sample. *Personality and*

- Individual Differences* 32, 337–348.
- Mustafa, M. B., Nasir, R., & Yusoooff, F. (2010). Parental Support, Personality, Self-Efficacy and Depression among Medical Students. *Procedia Social and Behavioral Sciences*, 7 (30), 419–424.
 - Nauta, M.M. (2004). Self-eficacy as a mediator of the relationship between personality factors and career interests. *Journal of Career Assessment*, 12 (4), 381-394.
 - Orth ,U., Robins, R. W., & Meier, L. L. (2009).Disentangling the Effects of Low Self- Esteem and Stressful Events on Depression: Findings From Three Longitudinal Studies. *Journal of Personality and Social Psychology*, 97 (2), 307–321.
 - Radloff, L. S. (1977). The CES-D Scale: A Self-Report Depression Scale for Research in the General Population. *Applied psychological measurement*, 1 (3), 385-401.
 - Rassart, J., Luyckx, K., Moons, P., & Weets, I. (2014). Personality and self-esteem in emerging adults with Type 1 diabetes. *Journal of Psychosomatic Research*, 76, 139-145.
 - Robins, R. W., Tracy, J. L., Trzesniewski, K., potter, J., & Gosling, S. D. (2001). Personality Correlates of Self-Esteem. *Journal of Research in Personality*, 35, 463–482.
 - Shi, M., Liu, L., Yang ,Y. L., & Wang, L. (2015).The mediating role of self-esteem in the relationship between big five personality traits and depressive symptoms among Chinese undergraduate medical students. *Personality and Individual Differences*, 83 ,55–59.
 - Steiger, A. E., Allemand, M., Robins, R. W., & Fend, H. A. (2014). Low and Decreasing Self-Esteem During Adolescence Predict Adult Depression Two Decades Later. *Journal of Personality and Social Psychology*, 106 (2), 325-338.
 - Tahmassian, K., & Jalali Moghadam, N. (2011). Relationship between self-efficacy and symptoms of anxiety, depression, worry and social avoidance in a normal sample of students. *Iranian Journal of Psychiatry and Behavioral Sciences*, 5 (2), 91-98.
 - Wang, J.L., Jackson, L. A., Zhang, D. J., & Su, Z. Q. (2012). The relationships among the Big Five Personality factors, self-esteem, narcissism, and sensation-seeking to Chinese University students’ uses of social networking sites (SNSs). *Computers in Human Behavior*, 28, 2313–2319.
 - Wang, Y., Yao, L., Liu, L., Yang, X., Wu, H., Wang, J., & Wang, L. (2014). The mediating role of self-efficacy in the relationship between Big five personality and depressive symptoms among Chinese unemployed population: a cross-sectional study. *BMC psychiatry*, 14 (61), 1-8.
 - Weidmann, R., Lederman, T., & Grob, A. (2016). Big Five traits and relationship satisfaction: The mediating role of self-esteem. *Journal of Research in Personality*, 1-8.