Journal of Research in Behavioral Sciences

Year 2026, Volume 24, Issue 1

Modeling Suicidal Ideation Based on Social Anxiety with the Mediating Roles of Self-Disgust and Perceived Burdensomeness among Social Media Users

Sahar Abbaszadeh[1], Faezeh Ragheb Nafe[2], Elahe Dorkhish[3], Fatemehnoora Babaei[4], Shila Ghobadi[5], Maryam Aeinfar[6]

1. M.Sc. in Clinical Psychology, Department of Clinical Psychology, School of Medicine, Zanjan University of Medical Sciences, Zanjan, Iran.
2. M.Sc. in Child and Adolescent Clinical Psychology, Department of Clinical Psychology, Faculty of Behavioral Sciences, University of Social Welfare and Rehabilitation Sciences, Tehran, Iran.
3. M.Sc. in Educational Psychology, Department of Psychology, Faculty of Social Sciences, Razi University, Kermanshah, Iran.
4. M.Sc. in Clinical Psychology, Department of Clinical Psychology, School of Medicine, Kermanshah University of Medical Sciences, Kermanshah, Iran.
5. B.Sc. in Psychology, Department of Psychology, Kermanshah Branch, Islamic Azad University, Kermanshah, Iran.
6. (Corresponding author) * Psychiatrist; Fellowship in Psychosomatic Medicine, Department of Psychiatry, School of Medicine, Kermanshah University of Medical Sciences, Kermanshah, Iran.

Abstract

Aim and Background: Suicidal ideation is a major mental health concern among youth. This study examined social anxiety as a predictor of suicidal ideation, with self-disgust and perceived burdensomeness as mediators among social media users.

Methods and Materials: This was a basic research study with a descriptive-correlational design. The study included 230 social media users aged 20–24 years with over 4 hours of daily use, recruited through convenience sampling and assessed online. Data were collected using the Social Avoidance and Distress Scale (Watson & Friend, 1969), the Multidimensional Self-Disgust Scale (Carreras, 2017), the Interpersonal Needs Questionnaire (Van Orden et al., 2012), and the Scale for Suicide Ideation (Beck, Kovacs, & Weissman, 1979). Data were analyzed using correlation analysis, path analysis, and bootstrapping in SPSS and AMOS.

Findings: The results showed that social anxiety significantly and positively predicted self-disgust, perceived burdensomeness, and suicidal ideation, while self-disgust and perceived burdensomeness were also significant predictors of suicidal ideation. In addition, the indirect effect of social anxiety on suicidal ideation through both mediating variables was significant, and the fit indices confirmed the good fit of the proposed model.

Conclusions: Social anxiety was associated with suicidal ideation both directly and indirectly through self-disgust and perceived burdensomeness. Therefore, reducing these factors may help prevent suicidal ideation among young social media users.

Keywords: Suicidal Ideation, Social Anxiety, Self-Disgust, Perceived Burdensomeness, Social Media.

Citation: Abbaszadeh S, Faezeh Ragheb Nafe, Elahe Dorkhish, Fatemehnoora Babaei, Shila Ghobadi, Maryam Aeinfar. **Modeling Suicidal Ideation Based on Social Anxiety with the Mediating Roles of Self-Disgust and Perceived Burdensomeness among Social Media Users**. Res Behav Sci 2026; 24(1): 62-73.

* **Maryam Aeinfar,**
Email: Maeenfar@gmail.com

[Downloaded from rbs.mui.ac.ir on 2026-10-08]

مدل‌یابی افکار خودکشی بر اساس اضطراب اجتماعی با نقش میانجی خودانزجاری و سربار بودن ادراک‌شده در کاربران شبکه‌های اجتماعی

سحر عباس‌زاده[۱]، فائزه راغب‌نافع[۲]، الهه درخیش[۳]، فاطمه‌نورا بابائی[۴]، شیلا قبادی[۵]، مریم آیین‌فر[۶]

۱-کارشناسی ارشد روان‌شناسی بالینی، گروه روان‌شناسی بالینی، دانشکده پزشکی، دانشگاه علوم پزشکی زنجان، زنجان، ایران.

۲- کارشناسی ارشد روان‌شناسی بالینی کودک و نوجوان، گروه روان‌شناسی بالینی، دانشکده علوم رفتاری، دانشگاه علوم توانبخشی و سلامت اجتماعی، تهران، ایران.

۳- کارشناسی ارشد روان‌شناسی تربیتی، گروه روان‌شناسی، دانشکده علوم اجتماعی، دانشگاه رازی، کرمانشاه، ایران.

۴- کارشناسی ارشد روان‌شناسی بالینی، گروه روان‌شناسی بالینی، دانشکده پزشکی، دانشگاه علوم پزشکی کرمانشاه، کرمانشاه، ایران.

۵-کارشناسی روان‌شناسی، گروه روان‌شناسی، واحد کرمانشاه، دانشگاه آزاد اسلامی، کرمانشاه، ایران.

۶- (نویسنده مسئول)* متخصص روانپزشکی، فلوشیپ طب روان تنی، دپارتمان روانپزشکی، گروه روان‌پزشکی، دانشکده پزشکی، دانشگاه علوم پزشکی کرمانشاه، کرمانشاه، ایران.

چکیده

زمینه و هدف: افکار خودکشی یکی از نگرانی‌های مهم سلامت روان در جوانان است. پژوهش حاضر، اضطراب اجتماعی را به‌عنوان پیش‌بین افکار خودکشی با نقش میانجی خودانزجاری و سربار بودن ادراک‌شده در کاربران شبکه‌های اجتماعی بررسی کرد.

مواد و روش‌ها: هدف پژوهش حاضر بنیادی و روش تحقیق توصیفی از نوع همبستگی بود. جامعه پژوهش شامل کاربران ۲۰ تا ۲۴ ساله با بیش از ۴ ساعت استفاده روزانه از شبکه‌های اجتماعی بود که ۲۳۰ نفر به روش نمونه‌گیری در دسترس و به‌صورت آنلاین شرکت کردند. داده‌ها با استفاده از مقیاس اجتناب و پریشانی اجتماعی واتسون و فرند (۱۹۶۹)، مقیاس چندبعدی خودانزجاری کاریراس (۲۰۱۷)، پرسشنامه نیازهای بین‌فردی وناوردن و همکاران (۲۰۱۲) و مقیاس افکار خودکشی بک، کواکس و وایسمن (۱۹۷۹) گردآوری و با استفاده از همبستگی، تحلیل مسیر و بوت‌استرپ در SPSS و AMOS تحلیل شدند.

یافته‌ها: نتایج نشان داد اضطراب اجتماعی به‌طور مثبت و معناداری خودانزجاری، سربار بودن ادراک‌شده و افکار خودکشی را پیش‌بینی می‌کند و خودانزجاری و سربار بودن ادراک‌شده نیز پیش‌بین معنادار افکار خودکشی هستند. همچنین، اثر غیرمستقیم اضطراب اجتماعی بر افکار خودکشی از طریق هر دو متغیر میانجی معنادار بود و شاخص‌های برازش نیز برازش مطلوب مدل پیشنهادی را تأیید کردند.

نتیجه‌گیری: یافته‌ها نشان داد اضطراب اجتماعی به‌طور مستقیم و از طریق خودانزجاری و سربار بودن ادراک‌شده با افزایش افکار خودکشی مرتبط است؛ بنابراین، کاهش این عوامل می‌تواند در پیشگیری و مداخلات روان‌شناختی کاربران جوان شبکه‌های اجتماعی مؤثر باشد.

واژه‌های کلیدی: افکار خودکشی، اضطراب اجتماعی، خودانزجاری، سربار بودن ادراک‌شده، شبکه‌های اجتماعی.

ارجاع: عباس‌زاده سحر، راغب‌نافع فائزه، درخیش الهه، بابائی فاطمه‌نورا، قبادی شیلا، آیین‌فر مریم. **مدل‌یابی افکار خودکشی بر اساس اضطراب اجتماعی با نقش میانجی خودانزجاری و سربار بودن ادراک‌شده در کاربران شبکه‌های اجتماعی**. مجله تحقیقات علوم رفتاری ۱۴۰۵؛ ۲۴(۱): ۶۲-۷۳.

*- **مریم آیین فر،**
رایانامه: Maeenfar@gmail.com

[Downloaded from rbs.mui.ac.ir on 2026-10-08]

مقدمه

شبکه‌های اجتماعی در سال‌های اخیر به یکی از مهم‌ترین بسترهای تعاملات اجتماعی تبدیل شده‌اند و نحوه برقراری ارتباط، دریافت بازخورد اجتماعی و ارائه تصویر فرد از خود را تحت تأثیر قرار داده‌اند (۱). اما تجربه کاربران در این محیط‌ها همیشه پیامدهای مثبت به همراه ندارد و عواملی مانند مقایسه اجتماعی، تعاملات منفی آنلاین و استفاده مشکل‌زا از شبکه‌های اجتماعی می‌توانند بر سلامت روان افراد اثرگذار باشند (۱, ۲). پژوهش‌ها نشان داده‌اند برخی الگوهای استفاده از شبکه‌های اجتماعی و تلفن هوشمند، مانند استفاده مشکل‌زا، با افزایش افکار و رفتارهای مرتبط با خودکشی همراه هستند (۳).

پژوهش‌ها نشان داده‌اند که نوجوانی و جوانی از دوره‌های حساس برای شروع افکار و رفتارهای خودکشی محسوب می‌شوند و بروز این افکار در این دوره‌ها نیازمند شناسایی و مداخلات به‌هنگام است (۴). افکار خودکشی به افکاری درباره انجام رفتاری اشاره دارد که هدف آن پایان دادن به زندگی خود فرد است (۵). افرادی که افکار فعال خودکشی را تجربه می‌کنند در معرض خطر بیشتری برای اعمال این افکار قرار دارند (۶). تظاهرات بالینی آن می‌تواند از تمایل منفعلانه به مرگ تا داشتن برنامه‌های دقیق برای خودکشی متغیر باشد (۷). علت خودکشی چندعاملی است و حاصل تعامل عوامل خطر ژنتیکی، روان‌شناختی، اجتماعی و فرهنگی، همچنین تجربیات مربوط به تروما و فقدان است (۸) و افراد در هر سنی ممکن است به دلایل مختلفی از جمله شوک، خشم، احساس گناه، افسردگی و اضطراب دچار افکار خودکشی شوند (۹).

اضطراب اجتماعی با افکار خودکشی و خطر خودکشی در جوانان رابطه مثبت دارد؛ به‌گونه‌ای که سطوح بالاتر اضطراب اجتماعی با فراوانی بیشتر افکار خودکشی همراه است. اضطراب اجتماعی به ترس و اضطراب قابل‌توجه در موقعیت‌های اجتماعی یا عملکردی اشاره دارد که در آن فرد احتمال ارزیابی یا قضاوت دیگران را تجربه می‌کند و معمولاً با اجتناب از موقعیت‌های اجتماعی همراه است (۱۰). یکی از مؤلفه‌های شناختی اصلی اضطراب اجتماعی، ترس از ارزیابی منفی است که شامل نگرانی و پریشانی فرد درباره انتقاد، شرمندگی یا رد شدن توسط دیگران می‌شود (۱۱). افراد دارای اضطراب اجتماعی به دلیل نگرانی از قضاوت دیگران ممکن است از برخی تعاملات اجتماعی اجتناب کنند یا فرصت‌های برقراری روابط معنادار را محدود سازند (۱۰). افراد دارای اضطراب اجتماعی ممکن است به دلیل ترس از تعاملات حضوری، ارتباطات آنلاین را به‌عنوان جایگزینی برای تعامل چهره‌به‌چهره ترجیح دهند، اما در عین حال استفاده منفعلانه، مقایسه اجتماعی منفی و نگرانی درباره قضاوت دیگران در محیط‌های آنلاین می‌تواند با تجربه‌های نامطلوب روان‌شناختی همراه باشد (۱۲).

خودانزجاری از یک سو با خودکشی و از سوی دیگر با اضطراب اجتماعی رابطه دارد (۵, ۱۳). خودانزجاری یک طرحواره هیجانی منفی و خودآگاه است که از انزجار بنیادی سرچشمه می‌گیرد و به یکی از جنبه‌های جسمانی یا رفتاری فرد معطوف می‌شود (۱۴) به این معنا که فرد ویژگی‌های جسمی یا رفتاری خود را شرم‌آور یا ناپذیرفتنی تلقی می‌کند (۱۵). گسترش این واکنش اولیه خودانزجاری (برای مثال از طریق نشخوار ذهنی یا بازخوردهای منفی و مبتنی بر انزجار از سوی دیگران) می‌تواند به شکل‌گیری یک مفهوم از خود منجر شود که فرد بر اساس آن، خود را ادراک می‌کند و ادراک، توجه، حافظه و فرایندهای شناختی بعدی خود را مطابق با این طرحواره تنظیم می‌کند (۱۶). پژوهش‌ها نشان داده‌اند که خودانزجاری با مشکلات مختلف سلامت روان از جمله افسردگی، اضطراب اجتماعی و کاهش بهزیستی روان‌شناختی ارتباط دارد (۱۳).

احساس سربار بودن ادراک‌شده، از عوامل مرتبط با شکل‌گیری میل به خودکشی محسوب می‌شود (۱۷). علاوه بر این با اضطراب اجتماعی نیز رابطه دارد (۱۸). سربار بودن، باور به این است که فرد برای جهان ارزشی ندارد و دیگران بدون او وضعیت بهتری خواهند داشت؛ که با احساس نفرت از خود همراه است. هنگامی که با احساس ناامیدی نسبت به تغییر وضعیت همراه شود، به افکار خودکشی و به میل فعال برای پایان دادن به زندگی تبدیل می‌شود (۱۹). احساس سربار بودن مجموعه‌ای از باورها مبنی بر اینکه وجود فرد برای دیگران یا جامعه بار اضافی ایجاد می‌کند و مرگ او ممکن است راه‌حلی مفید برای کاهش این بار باشد (۲۰).

با وجود افزایش پژوهش‌ها درباره عوامل مرتبط با افکار خودکشی، هنوز سازوکارهای روان‌شناختی تبیین‌کننده رابطه میان اضطراب اجتماعی و افکار خودکشی به‌طور کامل مشخص نشده است. بیشتر مطالعات پیشین بر بررسی روابط مستقیم میان عوامل خطر روان‌شناختی و افکار خودکشی تمرکز داشته‌اند و نقش فرآیندهای شناختی و هیجانی که می‌توانند این ارتباط را توضیح دهند، کمتر مورد بررسی قرار گرفته است. از سوی دیگر،

[Downloaded from rbs.mui.ac.ir on 2026-10-08]

با توجه به اینکه کاربران شبکه‌های اجتماعی به‌طور مداوم در معرض ارزیابی اجتماعی، مقایسه با دیگران و بازخوردهای بین‌فردی قرار دارند، بررسی عوامل روان‌شناختی مرتبط با آسیب‌پذیری در برابر افکار خودکشی در این گروه اهمیت ویژه‌ای دارد. در این راستا، خودانزجاری به‌عنوان یک نگرش منفی و هیجانی نسبت به خود و سربار بودن ادراک‌شده به‌عنوان یکی از سازه‌های اصلی نظریه بین‌فردی خودکشی، می‌توانند به‌عنوان مسیرهای احتمالی تبیین‌کننده رابطه اضطراب اجتماعی و افکار خودکشی مورد توجه قرار گیرند. بنابراین، پژوهش حاضر با هدف مدل‌یابی افکار خودکشی بر اساس اضطراب اجتماعی با نقش میانجی خودانزجاری و سربار بودن ادراک‌شده در کاربران شبکه‌های اجتماعی انجام شد.

مواد و روش‌ها

هدف پژوهش حاضر بنیادی و روش تحقیق توصیفی از نوع همبستگی با استفاده از تحلیل مسیر بود. جامعه آماری پژوهش حاضر را کاربران شبکه‌های اجتماعی در دامنه سنی ۲۰ تا ۲۴ سال که روزانه بیش از ۴ ساعت از فضای مجازی استفاده می‌کردند، تشکیل دادند. نمونه پژوهش با روش نمونه‌گیری در دسترس از میان افراد واجد شرایط انتخاب شد؛ به این صورت که پس از انتشار فراخوان و معرفی اهداف پژوهش به‌صورت آنلاین در شبکه‌های اجتماعی، افراد داوطلب پس از مطالعه توضیحات مربوط به پژوهش و ارائه رضایت آگاهانه وارد مطالعه شدند. برای تعیین حجم نمونه، از معیارهای پیشنهادی کلاین (۲۱) استفاده شد. بر اساس نظر کلاین، در تحلیل‌های چندمتغیره و مدل‌های مسیر، حجم نمونه کمتر از ۱۰۰ نفر ناکافی، حجم نمونه بین ۱۰۰ تا ۲۰۰ نفر ضعیف تا متوسط و حجم نمونه ۲۰۰ نفر یا بیشتر برای برآورد مناسب پارامترهای مدل قابل قبول است. بنابراین، با توجه به مدل پیشنهادی پژوهش، حداقل حجم نمونه ۲۰۰ نفر در نظر گرفته شد. به منظور افزایش اطمینان از کفایت نمونه و جبران احتمال حذف داده‌های نامعتبر، تعداد ۲۵۰ پرسشنامه به‌صورت آنلاین توزیع شد که پس از بررسی اولیه، حذف پرسشنامه‌های ناقص، پاسخ‌های نامعتبر و داده‌های پرت، در نهایت ۲۳۰ پرسشنامه وارد مرحله تحلیل آماری شد. معیارهای ورود به پژوهش شامل قرار داشتن در دامنه سنی ۲۰ تا ۲۴ سال، استفاده روزانه بیش از ۴ ساعت از شبکه‌های اجتماعی، توانایی تکمیل پرسشنامه‌ها، تمایل به شرکت در پژوهش و ارائه رضایت آگاهانه برای مشارکت در مطالعه بود. معیارهای خروج شامل ناقص تکمیل کردن پرسشنامه‌ها، پاسخ‌دهی تصادفی یا غیرقابل اعتماد و انصراف از ادامه همکاری در پژوهش بود.

پس از آماده‌سازی ابزارهای پژوهش، پرسشنامه‌ها به‌صورت الکترونیکی طراحی و لینک آنها در اختیار کاربران واجد شرایط قرار گرفت. پیش از شروع پاسخ‌گویی، توضیحات لازم درباره هدف پژوهش، محرمانه‌بودن اطلاعات، ناشناس‌ماندن پاسخ‌ها و اختیاری‌بودن شرکت در مطالعه ارائه شد. شرکت‌کنندگان پس از اعلام رضایت آگاهانه، پرسشنامه‌ها را به‌صورت فردی تکمیل کردند. پس از جمع‌آوری داده‌ها، پرسشنامه‌ها بررسی شده و داده‌های ناقص یا مخدوش حذف شدند. در نهایت داده‌های نهایی با SPSS26 و AMOS24 مورد تجزیه‌وتحلیل قرار گرفتند.

پرسشنامه شدت افکار خودکشی بک[1] (BSSI):

این پرسشنامه توسط بک و همکاران (۲۲) با هدف سنجش شدت افکار و تمایلات خودکشی طراحی شده است. نسخه مورد استفاده این ابزار دارای ۱۹ گویه است و شدت افکار خودکشی فرد را در زمان ارزیابی بررسی می‌کند. هر گویه بر اساس یک مقیاس سه‌درجه‌ای از ۰ تا ۲ نمره‌گذاری می‌شود؛ به‌گونه‌ای که نمره بالاتر نشان‌دهنده شدت بیشتر افکار خودکشی است. دامنه نمرات کل این نسخه بین ۰ تا ۳۸ قرار دارد. گویه‌های این پرسشنامه ابعادی مانند تمایل به زندگی و مرگ، افکار خودکشی، بازدارنده‌های اقدام، میزان کنترل بر افکار خودکشی و ویژگی‌های مرتبط با برنامه‌ریزی برای اقدام را ارزیابی می‌کنند. در پژوهش اصلی، بک و همکاران همسانی درونی مطلوبی برای این مقیاس گزارش کردند و روایی آن از طریق ارتباط معنادار با شاخص‌های افسردگی و ناامیدی تأیید شد. در ایران، اصفهانی و همکاران (۲۳) ویژگی‌های روان‌سنجی نسخه فارسی این مقیاس را در جمعیت عمومی تهران بررسی کردند. نتایج نشان داد ضریب آلفای کرونباخ ابزار ۰/۸۳ است و تحلیل عاملی از ساختار تک‌عاملی مقیاس حمایت کرد. همچنین همبستگی معنادار نمرات این مقیاس با افسردگی، ناامیدی و شدت علائم روان‌شناختی، شواهدی از روایی همگرای آن فراهم کرد.

[1] Beck Scale for Suicide Ideation

[Downloaded from rbs.mui.ac.ir on 2026-10-08]

پرسشنامه اضطراب اجتماعی واتسون و فرند[1] (SAD): این پرسشنامه توسط واتسون و فرند (۲۴) با هدف سنجش اضطراب اجتماعی و ناراحتی ناشی از موقعیت‌های اجتماعی طراحی شد. این ابزار دارای ۲۸ گویه است که در دو مؤلفه اضطراب اجتماعی و ترس از ارزیابی منفی (۱۴ گویه) و اجتناب اجتماعی و ناراحتی در موقعیت‌های اجتماعی جدید یا کلی (۱۴ گویه) سازمان‌دهی شده است. پاسخ‌ها به‌صورت دوگزینه‌ای بله/خیر نمره‌گذاری می‌شوند و برخی گویه‌ها به‌صورت معکوس نمره‌گذاری می‌شوند. دامنه نمرات کل بین ۰ تا ۲۸ قرار دارد و نمره بالاتر نشان‌دهنده اضطراب اجتماعی بیشتر و ناراحتی بیشتر در تعاملات اجتماعی است. واتسون و فرند (۱۹۶۹) ضریب پایایی بازآزمایی مقیاس را ۰/۸۴ و همسانی درونی آن را مطلوب گزارش کردند؛ همچنین روایی سازه ابزار از طریق همبستگی با شاخص‌های اضطراب، ترس از ارزیابی منفی و اجتناب اجتماعی تأیید شد. در ایران، رضاییان و همکاران (۲۵) ویژگی‌های روان‌سنجی نسخه فارسی این مقیاس را بررسی کردند و نتایج نشان‌دهنده پایایی مطلوب ابزار و همبستگی معنادار آن با شاخص‌های اضطراب و مشکلات اجتماعی بود؛ بنابراین نسخه فارسی پرسشنامه از اعتبار لازم برای سنجش اضطراب اجتماعی برخوردار است.

مقیاس چندبعدی نفرت از خود[2] (MSDS): این مقیاس توسط کریراز و همکاران (۲۶) با هدف سنجش ابعاد مختلف نفرت از خود طراحی شده است. این ابزار شامل ۴۲ ماده است و چهار مؤلفه فعال‌سازی دفاعی، شناختی–عاطفی، اجتناب و حذف را ارزیابی می‌کند. مؤلفه فعال‌سازی دفاعی به واکنش‌های فیزیولوژیکی و بدنی مرتبط با نفرت از خود، مانند احساس انزجار و واکنش‌های جسمانی ناخوشایند، اشاره دارد؛ مؤلفه شناختی–عاطفی افکار، احساسات و ارزیابی‌های منفی فرد نسبت به خود را می‌سنجد؛ مؤلفه اجتناب شامل تمایل به دوری‌کردن یا پنهان‌سازی جنبه‌های ناخوشایند خود است و مؤلفه حذف به تلاش برای از بین بردن یا اصلاح ویژگی‌ها و جنبه‌های منفور خود مربوط می‌شود. گویه‌های این مقیاس بر اساس طیف پنج‌درجه‌ای لیکرت از ۰=هرگز تا ۴=همیشه نمره‌گذاری می‌شوند و نمره بالاتر نشان‌دهنده میزان بیشتر نفرت از خود است. در مطالعه کریراز و همکاران (۲۰۲۳)، ویژگی‌های روان‌سنجی این ابزار در نمونه‌ای شامل ۶۰۳ نفر بررسی شد. نتایج نشان داد ساختار چهارعاملی مقیاس از برازش مطلوبی برخوردار است و ضرایب آلفای کرونباخ برای خرده‌مقیاس‌های فعال‌سازی دفاعی، شناختی–عاطفی، اجتناب و حذف به‌ترتیب ۰/۹۳، ۰/۹۸، ۰/۹۳ و ۰/۸۸ گزارش شد که نشان‌دهنده پایایی مطلوب ابزار است. همچنین روایی سازه مقیاس از طریق ارتباط آن با متغیرهایی مانند خودانتقادی، افسردگی، اضطراب و اجتناب تجربی تأیید شد. در ایران، بشرپور و خوش‌سرور (۲۷) ویژگی‌های روان‌سنجی نسخه فارسی این مقیاس را در ۴۲۳ دانشجو بررسی کردند. نتایج تحلیل عاملی اکتشافی و تأییدی، ساختار چهارعاملی ابزار شامل فعال‌سازی دفاعی، شناختی–عاطفی، حذف و اجتناب را تأیید کرد. در این مطالعه، ضریب آلفای کرونباخ نمره کل مقیاس ۰/۹۲ و ضرایب آلفای کرونباخ خرده‌مقیاس‌ها در دامنه ۰/۶۶ تا ۰/۸۹ گزارش شد. همچنین روایی همگرا و واگرای ابزار از طریق ارتباط با متغیرهای روان‌شناختی مرتبط بررسی و تأیید شد.

پرسشنامه نیازهای بین‌فردی[3] (INQ): این پرسشنامه توسط ون اردن و همکاران (۲۸) بر اساس نظریه بین‌فردی خودکشی جوینر طراحی شده است و با هدف سنجش دو عامل اصلی مرتبط با خطر خودکشی، یعنی احساس سربار بودن برای دیگران و احساس تعلق‌نداشتن یا بیگانگی اجتماعی تدوین شده است. این ابزار در نسخه اصلی شامل ۱۵ گویه است که دو خرده‌مقیاس سربار بودن ادراک‌شده (۶ گویه) و تعلق‌نداشتن خنثی‌شده (۹ گویه) را ارزیابی می‌کند. گویه‌ها بر اساس طیف هفت‌درجه‌ای لیکرت از ۱=کاملاً مخالفم تا ۷=کاملاً موافقم نمره‌گذاری می‌شوند و برخی گویه‌ها به‌صورت معکوس نمره‌گذاری می‌شوند. دامنه نمرات کل بین ۱۵ تا ۱۰۵ قرار دارد و نمره بالاتر نشان‌دهنده شدت بیشتر نیازهای بین‌فردی ناکام‌شده و در نتیجه سطح بالاتر خطر مرتبط با افکار خودکشی است. ون اردن و همکاران (۲۸) در مطالعه اصلی، ساختار دو عاملی پرسشنامه را تأیید کردند و ضرایب همسانی درونی برای خرده‌مقیاس سربار بودن ادراک‌شده ۰/۹۱ و برای تعلق‌نداشتن ۰/۸۱ گزارش شد. همچنین روایی سازه ابزار از طریق ارتباط معنادار نمرات آن با افکار خودکشی و متغیرهای

[1] Social Anxiety and Distress Scale
[2] Multidimensional Self-Disgust Scale
[3] Interpersonal Needs Questionnaire

[Downloaded from rbs.mui.ac.ir on 2026-10-08]

مرتبط با نظریه بین‌فردی خودکشی تأیید شد. در ایران، امینی‌تهرانی و همکاران (۲۹) ویژگی‌های روان‌سنجی نسخه فارسی این پرسشنامه را در ۴۸۵ دانشجو بررسی کردند. نتایج تحلیل عاملی تأییدی، ساختار دو عاملی ابزار شامل سربار بودن ادراک‌شده و تعلق‌نداشتن خنثی‌شده را تأیید کرد. نسخه فارسی اصلاح‌شده شامل ۱۳ گویه بود و ضرایب آلفای کرونباخ برای مؤلفه سربار بودن ادراک‌شده ۰/۸۸ و برای مؤلفه تعلق‌نداشتن خنثی‌شده ۰/۸۵ گزارش شد. همچنین روایی همگرای ابزار از طریق ارتباط معنادار با افسردگی، ناامیدی و افکار خودکشی تأیید شد.

برای تحلیل داده‌ها ابتدا شاخص‌های آمار توصیفی شامل میانگین، انحراف معیار، فراوانی و درصد برای توصیف ویژگی‌های نمونه و متغیرهای پژوهش محاسبه شد. سپس پیش‌فرض‌های لازم برای تحلیل مسیر شامل بررسی نرمال‌بودن داده‌ها، داده‌های پرت و هم‌خطی چندگانه مورد بررسی قرار گرفت. در ادامه، به‌منظور بررسی روابط مستقیم و غیرمستقیم میان متغیرهای پژوهش، از روش تحلیل مسیر استفاده شد.

یافته‌ها

در این پژوهش، ۲۳۰ نفر شرکت داشتند که میانگین سنی آنان ۸۷/۲۱ سال با انحراف معیار ۴۱/۱ و دامنه سنی ۲۰ تا ۲۴ سال بود. از نظر جنسیت، ۱۳۲ نفر (۵۷/۴ درصد) زن و ۹۸ نفر (۴۲/۶ درصد) مرد بودند. از نظر وضعیت تأهل، ۲۰۸ نفر (۹۰/۵ درصد) مجرد و ۲۲ نفر (۹/۵ درصد) متأهل بودند. از نظر وضعیت تحصیلی، بیشترین فراوانی مربوط به مقطع کارشناسی با ۱۴۷ نفر (۶۳/۹ درصد) بود و پس از آن به‌ترتیب کارشناسی ارشد با ۴۱ نفر (۱۷/۸ درصد)، کاردانی با ۲۵ نفر (۱۰/۹ درصد)، دیپلم با ۱۵ نفر (۶/۵ درصد) و سایر مقاطع با ۲ نفر (۰/۹ درصد) قرار داشتند. از نظر میزان استفاده از شبکه‌های اجتماعی، میانگین زمان استفاده روزانه شرکت‌کنندگان ۲۵/۶ ساعت با انحراف معیار ۷۳/۱ ساعت بود. همچنین، ۸۶ نفر (۳۷/۴ درصد) روزانه بین ۴ تا ۶ ساعت، ۹۴ نفر (۴۰/۹ درصد) بین ۶ تا ۸ ساعت و ۵۰ نفر (۲۱/۷ درصد) بیش از ۸ ساعت از شبکه‌های اجتماعی استفاده می‌کردند. به‌منظور بررسی شاخص‌های توصیفی و روابط بین متغیرهای اصلی پژوهش، میانگین، انحراف معیار، شاخص‌های نرمال‌بودن و ضرایب همبستگی پیرسون محاسبه شد که نتایج آن در جدول ۱ ارائه شده است.

جدول ۱. میانگین، انحراف معیار و ضرایب همبستگی بین متغیرهای پژوهش

متغیر	M	SD	۱	۲	۳	۴
۱. اضطراب اجتماعی	۲۹/۱۴	۹/۶۸	۱			
۲. خودانزجاری	۴۸/۳۳۷	۱۰/۰۹	**۰/۳۷۰	۱		
۳. سربار بودن ادراک‌شده	۱۸/۲۱	۴/۷۳	**۰/۵۹۲	**۰/۲۹۳	۱	
۴. افکار خودکشی	۶/۴۰	۳/۵۲	**۰/۴۲۴	**۰/۴۰۸	**۰/۴۲۰	۱

یادداشت: $p < ۰/۰۱$

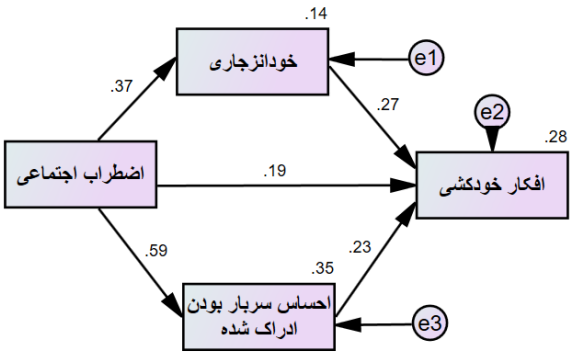
همان‌طور که در جدول ۱ مشاهده می‌شود، تمامی ضرایب همبستگی بین متغیرهای پژوهش مثبت و در سطح کمتر از ۰/۰۱ معنادار بودند. اضطراب اجتماعی بیشترین همبستگی را با سربار بودن ادراک‌شده (**r** = ۰/۵۹۲) و پس از آن با افکار خودکشی (r = ۰/۴۲۴) و خودانزجاری (r = ۰/۳۷۰) نشان داد. همچنین، خودانزجاری با افکار خودکشی (r = ۰/۴۰۸) و سربار بودن ادراک‌شده با افکار خودکشی (r = ۰/۴۲۰) همبستگی مثبت و معنادار داشتند. پیش از آزمون مدل ساختاری، پیش‌فرض‌های لازم برای تحلیل داده‌ها بررسی شد. نتایج نشان داد مقادیر چولگی متغیرهای پژوهش در دامنه ۰/۰۱۸ تا ۰/۲۶۵ و مقادیر کشیدگی در دامنه ۰/۰۴۲- تا ۰/۲۲۴- قرار داشت که نشان‌دهنده نبود انحراف شدید از نرمال‌بودن تک‌متغیری داده‌ها بود. همچنین، بررسی داده‌های پرت نشان داد داده پرت چندمتغیری قابل‌توجهی در مجموعه داده‌ها وجود ندارد. برای بررسی استقلال خطاها، مقدار آماره دوربین–واتسون برابر با ۱/۹۰۲ به دست آمد که قرار گرفتن آن در دامنه مطلوب ۱/۵ تا ۲/۵ نشان‌دهنده استقلال مناسب خطاها بود. علاوه بر این، شاخص تحمل برای متغیرهای پیش‌بین در دامنه ۰/۶۰۸ تا ۰/۸۵۵ و عامل تورم واریانس (VIF) در دامنه ۱/۱۷۰ تا ۱/۶۴۶ قرار داشت؛ بنابراین، شواهدی از هم‌خطی چندگانه شدید میان

[Downloaded from rbs.mui.ac.ir on 2026-10-08]

متغیرهای پژوهش مشاهده نشد و پیش‌فرض‌های لازم برای اجرای تحلیل مسیر برقرار بود.

پیش از آزمون مدل ساختاری، پیش‌فرض‌های لازم برای تحلیل داده‌ها بررسی شد. نتایج نشان داد داده پرت قابل‌توجهی در متغیرهای پژوهش وجود نداشت و مقادیر کجی در دامنه ۰/۱۷۲- تا ۰/۴۵۵ و کشیدگی در دامنه ۰/۵۹۰- تا ۰/۱۴۹- قرار داشت که بیانگر نبود انحراف شدید از نرمال بودن تک‌متغیری بود. همچنین، ضرایب همبستگی بین متغیرهای مدل مثبت و در سطح کمتر از ۰/۰۱ معنادار بودند و بررسی روابط بین متغیرهای برون‌زا، میانجی و درون‌زا از وجود روابط لازم برای آزمون مدل حمایت کرد. مقدار آماره دوربین—واتسون برابر با ۲/۰۲۹ بود که قرار گرفتن آن در دامنه مطلوب ۱/۵ تا ۲/۵، نشان‌دهنده استقلال قابل‌قبول خطاها بود. افزون بر این، مقادیر شاخص تحمل بین ۰/۵۹۷ تا ۰/۸۷۰ و عامل تورم واریانس بین ۱/۱۵۰ تا ۱/۶۷۴ قرار داشت؛ بنابراین، شواهدی از هم‌خطی چندگانه شدید میان متغیرهای پیش‌بین مشاهده نشد و پیش‌فرض‌های لازم برای اجرای تحلیل مسیر برقرار بود.

در ادامه، به‌منظور آزمون مدل پیشنهادی پژوهش، روابط مستقیم و غیرمستقیم بین اضطراب اجتماعی، خودانزجاری، سربار بودن ادراک‌شده و افکار خودکشی با استفاده از تحلیل مسیر بررسی شد. شکل ۱، مدل ساختاری پژوهش را همراه با ضرایب استاندارد مسیرها نشان می‌دهد.



شکل ۱. مدل ساختاری پژوهش همراه با ضرایب استاندارد مسیرها

ضرایب استاندارد مسیرهای مستقیم مدل در جدول ۲ ارائه شده است.

جدول ۲. ضرایب مسیرهای مستقیم مدل پژوهش

مسیر	برآورد غیر استاندارد (B)	ضریب استاندارد (β)	p	نتیجه
اضطراب اجتماعی ← خودانزجاری	۰/۳۸۵	۰/۳۷۰	کمتر از ۰/۰۰۱	معنادار
اضطراب اجتماعی ← سربار بودن ادراک‌شده	۰/۲۸۹	۰/۵۹۲	کمتر از ۰/۰۰۱	معنادار
اضطراب اجتماعی ← افکار خودکشی	۰/۰۶۸	۰/۱۸۹	۰/۰۱۰	معنادار
سربار بودن ادراک‌شده ← افکار خودکشی	۰/۱۷۰	۰/۲۳۰	کمتر از ۰/۰۰۱	معنادار
خودانزجاری ← افکار خودکشی	۰/۰۹۵	۰/۲۷۲	کمتر از ۰/۰۰۱	معنادار

بر اساس نتایج جدول ۲، اضطراب اجتماعی اثر مثبت و معناداری بر خودانزجاری (β = ۰/۳۷۰، کمتر از p = ۰/۰۰۱) و سربار بودن ادراک‌شده (β = ۰/۵۹۲، کمتر از p = ۰/۰۰۱) داشت. همچنین، اثر مستقیم اضطراب اجتماعی بر افکار خودکشی معنادار بود (β = ۰/۱۸۹، p= ۰/۰۱۰). علاوه بر این، خودانزجاری (β = ۰/۲۷۲، کمتر از p = ۰/۰۰۱) و سربار بودن ادراک‌شده (β = ۰/۲۳۰، کمتر از p = ۰/۰۰۱) نیز توانستند افکار خودکشی را به‌طور مثبت و معنادار پیش‌بینی کنند. برای بررسی نقش میانجی خودانزجاری و سربار بودن ادراک‌شده در رابطه بین اضطراب اجتماعی و افکار خودکشی، اثرهای غیرمستقیم با استفاده از روش بوت‌استرپ در تحلیل مسیر بررسی شد. نتایج اثرهای غیرمستقیم در جدول ۳ ارائه شده است.

جدول ۳. اثرهای غیرمستقیم اضطراب اجتماعی بر افکار خودکشی

مسیر غیرمستقیم	اثر غیرمستقیم غیراستاندارد	اثر غیرمستقیم استاندارد	کران پایین	کران بالا	p
اضطراب اجتماعی ← خودانزجاری ← افکار خودکشی	۰/۰۳۶	۰/۱۰۱	۰/۰۱۹	۰/۰۶۱	۰/۰۰۱
اضطراب اجتماعی ← سربار بودن ادراک‌شده ← افکار خودکشی	۰/۰۴۹	۰/۱۳۶	۰/۰۲۰	۰/۰۸۴	۰/۰۰۱

[Downloaded from rbs.mui.ac.ir on 2026-10-08]

همان‌طور که در جدول ۳ مشاهده می‌شود، اثر غیرمستقیم اضطراب اجتماعی بر افکار خودکشی از طریق خودانزجاری معنادار بود (β = ۰/۱۰۱، کمتر از p = ۰/۰۰۱). همچنین، اثر غیرمستقیم اضطراب اجتماعی بر افکار خودکشی از طریق سربار بودن ادراک‌شده نیز معنادار به دست آمد (β = ۰/۱۳۶، p= ۰/۰۰۱). در هر دو مسیر، فاصله اطمینان بوت‌استرپ شامل صفر نبود؛ بنابراین، نقش میانجی خودانزجاری و سربار بودن ادراک‌شده در رابطه بین اضطراب اجتماعی و افکار خودکشی تأیید شد. به‌منظور ارزیابی برازش مدل پیشنهادی پژوهش، شاخص‌های برازش مدل ساختاری بررسی شد که نتایج آن در جدول ۴ ارائه شده است.

جدول ٤. شاخص‌های برازش مدل ساختاری پژوهش

شاخص‌های برازش	RMSEA	CFI	GFI	IFI	X2/ df
مقادیر قابل‌قبول	کمتر از ۰/۰۸	بیشتر از ۰/۹۰	بیشتر از ۰/۹۰	بیشتر از ۰/۹۰	کمتر از ۳
مقادیر به‌دست‌آمده	۰/۰۷۴	۰/۹۹۴	۰/۹۹۵	۰/۹۹۴	۲/۲۵۸

نتایج جدول ۴ نشان داد نسبت کای‌دو به درجه آزادی برابر با ۲/۲۵۸، شاخص برازش تطبیقی (CFI) برابر با ۰/۹۹۴، شاخص نیکویی برازش (GFI) برابر با ۰/۹۹۵، شاخص برازش افزایشی (IFI) برابر با ۰/۹۹۴ و ریشه میانگین مجذور خطای برآورد (RMSEA) برابر با ۰/۰۷۴ بود. با توجه به اینکه مقدار نسبت کای‌دو به درجه آزادی کمتر از ۳، شاخص‌های CFI، GFI و IFI بالاتر از ۰/۹۰ و مقدار RMSEA کمتر از ۰/۰۸ به دست آمد، مدل پیشنهادی پژوهش از برازش مطلوبی با داده‌ها برخوردار بود.

بحث و نتیجه‌گیری

پژوهش حاضر با هدف مدل‌یابی افکار خودکشی بر اساس اضطراب اجتماعی با نقش میانجی خودانزجاری و سربار بودن ادراک‌شده در کاربران شبکه‌های اجتماعی انجام شد. نتایج نشان داد مدل پیشنهادی پژوهش از برازش مطلوبی برخوردار است و اضطراب اجتماعی، خودانزجاری و سربار بودن ادراک‌شده می‌توانند در تبیین افکار خودکشی نقش داشته باشند. نتایج پژوهش حاضر نشان داد اضطراب اجتماعی با خودانزجاری رابطه مثبت و معناداری دارد. در تبیین این یافته می‌توان گفت اضطراب اجتماعی با افزایش حساسیت فرد نسبت به ارزیابی دیگران، ترس از قضاوت منفی و تمرکز بیش از حد بر خود همراه است. افراد دارای اضطراب اجتماعی معمولاً در موقعیت‌های بین‌فردی توجه زیادی را به عملکرد، ظاهر و نحوه برداشت دیگران از خود اختصاص می‌دهند و پس از تعاملات اجتماعی ممکن است رفتارهای خود را به‌صورت منفی و انتقادگرانه ارزیابی کنند. این فرایند که در مدل‌های شناختی اضطراب اجتماعی با مفهوم خودتمرکزی منفی و پردازش پس از رویداد توضیح داده می‌شود، می‌تواند زمینه شکل‌گیری نگرش‌های منفی نسبت به خود را فراهم کند. خودانزجاری زمانی شکل می‌گیرد که ارزیابی‌های منفی فرد درباره خود، به جای یک تجربه موقت، به یک نگرش پایدار تبدیل شود و فرد برخی جنبه‌های وجودی خود را غیرقابل‌پذیرش یا نامطلوب ارزیابی کند. افراد دارای اضطراب اجتماعی به دلیل تجربه مکرر احساس شرم، شکست اجتماعی و نگرانی از طرد شدن، ممکن است به تدریج احساس بی‌ارزشی و بیگانگی از خود را تجربه کنند. در این شرایط، ترس از ارزیابی دیگران می‌تواند به ارزیابی منفی درونی‌شده تبدیل شود و احساس بیزاری از خود را افزایش دهد. این یافته با یافته‌های پژوهشگرانی چون گائو و همکاران (۱۶)، اکرم و همکاران (۱۳)، پیسایلانتی و همکاران (۳۰) همسو است.

یافته دیگر پژوهش حاضر نشان داد اضطراب اجتماعی با سربار بودن ادراک‌شده رابطه مثبت و معناداری دارد. در تبیین این مسیر می‌توان به ماهیت بین‌فردی اضطراب اجتماعی اشاره کرد. افراد دارای اضطراب اجتماعی معمولاً نگرانی شدیدی درباره پذیرش اجتماعی، ارزشمندی روابط و نحوه ارزیابی دیگران دارند. این نگرانی‌ها ممکن است باعث شود فرد تعاملات

[Downloaded from rbs.mui.ac.ir on 2026-10-08]

اجتماعی خود را با سوگیری منفی تفسیر کند و تصور کند که حضور او برای دیگران ناخوشایند، دشوار یا هزینه‌زا است. بر اساس نظریه بین‌فردی خودکشی، سربار بودن ادراک‌شده به باور فرد مبنی بر اینکه برای دیگران بار اضافی محسوب می‌شود اشاره دارد و یکی از عوامل مهم در شکل‌گیری میل به خودکشی است (۱۷). فردی که به دلیل اضطراب اجتماعی، تعاملات خود را همراه با شکست، طرد یا ناراحتی دیگران تجربه می‌کند، ممکن است به این نتیجه برسد که وجود او موجب مشکلات اطرافیان می‌شود. بنابراین، کاهش مشارکت اجتماعی، دریافت کمتر حمایت اجتماعی و افزایش خودانتقادی می‌تواند مسیر شکل‌گیری احساس سربار بودن را تقویت کند. این یافته با یافته‌های پژوهشگرانی چون ون‌اوردن و همکاران (۱۷) و امینی‌تهرانی و همکاران (۲۹) همسو است.

نتایج پژوهش حاضر نشان داد اضطراب اجتماعی به‌طور مستقیم افکار خودکشی را پیش‌بینی می‌کند. این یافته نشان می‌دهد که اضطراب اجتماعی می‌تواند از طریق مجموعه‌ای از فرایندهای شناختی، هیجانی و بین‌فردی، آسیب‌پذیری فرد نسبت به افکار خودکشی را افزایش دهد. افراد دارای اضطراب اجتماعی معمولاً با ترس مداوم از ارزیابی منفی، احساس ناکافی‌بودن، محدود شدن روابط اجتماعی و کاهش فرصت دریافت حمایت مواجه هستند. استمرار این شرایط می‌تواند احساس تنهایی، ناامیدی و کاهش تعلق اجتماعی را افزایش دهد. از دیدگاه نظریه بین‌فردی خودکشی، کاهش احساس تعلق و افزایش برداشت فرد از بی‌ارزشی خود می‌تواند زمینه شکل‌گیری افکار خودکشی را فراهم کند. همچنین، اضطراب اجتماعی ممکن است فرد را به سمت اجتناب از روابط و موقعیت‌های اجتماعی سوق دهد و این انزوای تدریجی، عوامل محافظتی مانند حمایت اجتماعی را کاهش دهد. این یافته با یافته‌های پژوهشگرانی چون باکنر و همکاران (۳۱) و نسی و همکاران (۱) همسو است.

یافته‌های پژوهش حاضر نشان داد که خودانزجاری به‌طور مستقیم افکار خودکشی را پیش‌بینی می‌کند. در تبیین این یافته می‌توان گفت خودانزجاری یکی از شدیدترین شکل‌های نگرش منفی نسبت به خویشتن است که با احساس تنفر، شرم، طرد خود و تجربه خود به‌عنوان فردی نامطلوب همراه است. هنگامی که فرد بخش‌هایی از وجود خود را غیرقابل‌پذیرش ارزیابی می‌کند، ممکن است رابطه فرد با خود به جای حمایت و مراقبت، به سمت انتقاد، تنبیه و طرد درونی سوق پیدا کند. خودانزجاری می‌تواند از طریق افزایش هیجان‌های خودآگاه منفی مانند شرم و گناه، زمینه آسیب‌پذیری نسبت به افکار خودکشی را فراهم کند. فردی که خود را ذاتاً مشکل‌دار، ناپاک یا غیرقابل‌ارزش می‌بیند، ممکن است به تدریج احساس کند شایسته ادامه زندگی نیست. این فرایند با دیدگاه‌های شناختی خودکشی هماهنگ است که بر نقش باورهای منفی پایدار درباره خود، ناامیدی و احساس بی‌ارزشی در شکل‌گیری افکار خودکشی تأکید دارند. این یافته با یافته‌های پژوهشگرانی چون امرائی و همکاران (۵) و بکتاش و همکاران (۱۵) همسو است.

نتایج پژوهش حاضر نشان داد که سربار بودن ادراک‌شده با افکار خودکشی رابطه مثبت و معناداری دارد. این یافته با چارچوب نظریه بین‌فردی خودکشی ون‌اوردن و همکاران (۱۷) همخوان است. بر اساس این نظریه، یکی از مؤلفه‌های اصلی شکل‌گیری افکار خودکشی، احساس سربار بودن ادراک‌شده است؛ به این معنا که فرد باور می‌کند برای اطرافیان خود یک بار، هزینه یا منبع رنج محسوب می‌شود. چنین ادراکی معمولاً با احساس گناه، شرم، بی‌ارزشی و این باور همراه است که نبود فرد ممکن است برای دیگران بهتر باشد. در تبیین این یافته می‌توان گفت زمانی که فرد به‌طور مداوم خود را عامل ایجاد مشکل برای دیگران ارزیابی می‌کند، ممکن است ارزشمندی وجودی خود را زیر سؤال ببرد و در نتیجه، افکار مربوط به مرگ یا خودکشی را به‌عنوان راهی برای کاهش رنج خود یا دیگران تصور کند. سربار بودن ادراک‌شده معمولاً در تعامل با احساس شکست ارتباطی و کاهش تعلق اجتماعی عمل می‌کند؛ زیرا فردی که احساس می‌کند برای دیگران سودمند نیست، احتمال بیشتری دارد که حمایت‌های اجتماعی موجود را نادیده بگیرد و خود را از شبکه‌های حمایتی جدا تصور کند. این یافته با یافته‌های پژوهشگرانی چون ون‌اوردن و همکاران (۱۷) و کولنوگوروا و همکاران (۱۹) همسو است.

نتایج پژوهش حاضر نشان داد که خودانزجاری در رابطه بین اضطراب اجتماعی و افکار خودکشی نقش میانجی ایفا می‌کند. این یافته بیانگر آن است که اضطراب اجتماعی احتمالاً به‌صورت مستقیم تنها عامل افزایش افکار خودکشی نیست، بلکه از طریق تغییر نحوه ادراک فرد از خود نیز بر این افکار اثر می‌گذارد. افراد دارای اضطراب اجتماعی معمولاً انتظار دارند در موقعیت‌های اجتماعی مورد قضاوت منفی قرار گیرند. این انتظار مداوم می‌تواند موجب افزایش خودنظارتی، تمرکز بر نقص‌های ادراک‌شده و پردازش منفی درباره عملکرد اجتماعی شود. در

[Downloaded from rbs.mui.ac.ir on 2026-10-08]

طول زمان، این ارزیابی‌های منفی ممکن است از سطح نگرانی درباره یک موقعیت خاص فراتر رفته و به نگرشی کلی درباره خود تبدیل شود. در چنین شرایطی، فرد نه‌تنها از قضاوت دیگران می‌ترسد، بلکه خود نیز به منتقد شدید خویشتن تبدیل می‌شود. این فرایند می‌تواند زمینه شکل‌گیری خودانزجاری را فراهم کند؛ زیرا فرد به جای ارزیابی رفتارهای خاص خود، کل وجود خویش را منفی و غیرقابل‌قبول ارزیابی می‌کند. خودانزجاری نیز با افزایش شرم، کاهش شفقت به خود و افزایش احساس بی‌ارزشی می‌تواند افکار خودکشی را تقویت کند. بنابراین، مسیر اضطراب اجتماعی به افکار خودکشی ممکن است از طریق ایجاد رابطه منفی فرد با خویشتن تشدید شود.

یافته‌های پژوهش حاضر نشان داد که سربار بودن ادراک‌شده در رابطه بین اضطراب اجتماعی و افکار خودکشی نقش میانجی دارد. این مسیر نشان می‌دهد که اضطراب اجتماعی ممکن است با تغییر ادراک فرد از جایگاه خود در روابط اجتماعی، زمینه افزایش افکار خودکشی را فراهم کند. افراد دارای اضطراب اجتماعی معمولاً نگران این هستند که حضورشان موجب ناراحتی، قضاوت یا رد شدن از سوی دیگران شود. این نگرانی‌ها ممکن است باعث شود فرد تعاملات اجتماعی را به‌صورت منفی تفسیر کند و تصور کند که دیگران تمایل یا علاقه‌ای به ارتباط با او ندارند. با کاهش احساس ارزشمندی در روابط اجتماعی، فرد ممکن است به این باور برسد که برای اطرافیان خود مفید نیست یا حتی موجب ایجاد مشکل برای آنها می‌شود. بر اساس نظریه بین‌فردی خودکشی، سربار بودن ادراک‌شده یکی از مسیرهای مهمی است که احساس شکست و بی‌ارزشی اجتماعی را به افکار خودکشی مرتبط می‌کند (۱۷). فردی که احساس می‌کند بار اضافی برای دیگران است، ممکن است مرگ را به‌عنوان راهی برای کاهش رنج اطرافیان تصور کند. بنابراین، اضطراب اجتماعی از طریق افزایش برداشت منفی فرد از نقش خود در روابط اجتماعی، می‌تواند خطر افکار خودکشی را افزایش دهد.

پژوهش حاضر با محدودیت‌هایی همراه بود؛ از جمله مقطعی و همبستگی بودن طرح پژوهش که امکان استنباط قطعی روابط علّی میان اضطراب اجتماعی، خودانزجاری، سربار بودن ادراک‌شده و افکار خودکشی را محدود می‌کند، استفاده از نمونه‌گیری در دسترس و تمرکز بر افراد ۲۰ تا ۲۴ ساله‌ای که روزانه بیش از ۴ ساعت از شبکه‌های اجتماعی استفاده می‌کردند که تعمیم‌پذیری یافته‌ها را به سایر گروه‌های سنی و کاربران با الگوهای متفاوت استفاده از فضای مجازی کاهش می‌دهد، و نیز گردآوری داده‌ها به‌صورت آنلاین و با ابزارهای خودگزارشی که می‌تواند تحت تأثیر مطلوبیت اجتماعی، خطای پاسخ‌دهی، خستگی و شرایط محیطی کنترل‌نشده قرار گیرد. بر این اساس، پیشنهاد می‌شود پژوهش‌های آینده از طرح‌های طولی، چندموجی و آزمایشی، روش‌های نمونه‌گیری تصادفی، نمونه‌های متنوع‌تر از نظر سن و الگوی استفاده از شبکه‌های اجتماعی و روش‌های ارزیابی چندگانه مانند مصاحبه‌های بالینی در کنار ابزارهای خودگزارشی استفاده کنند. از نظر کاربردی نیز یافته‌ها نشان می‌دهد در برنامه‌های پیشگیری و مداخله مرتبط با افکار خودکشی در کاربران جوان شبکه‌های اجتماعی، توجه همزمان به کاهش اضطراب اجتماعی، اصلاح ارزیابی‌های منفی و احساس بیزاری نسبت به خود، کاهش باورهای مرتبط با سربار بودن برای دیگران، تقویت احساس ارزشمندی و تعلق اجتماعی، افزایش مهارت‌های ارتباطی و تنظیم هیجان و آموزش استفاده آگاهانه‌تر از شبکه‌های اجتماعی می‌تواند مورد توجه قرار گیرد.

تعارض منافع

نویسندگان اعلام می‌کنند که در ارتباط با پژوهش حاضر هیچ‌گونه تعارض منافع مالی، سازمانی یا شخصی وجود ندارد که بتواند بر طراحی، اجرای پژوهش، تحلیل داده‌ها، تفسیر یافته‌ها یا گزارش نتایج تأثیرگذار باشد.

حمایت مالی

پژوهش حاضر بدون دریافت حمایت مالی از مؤسسات، سازمان‌ها یا نهادهای دولتی و غیردولتی انجام شده است و نویسندگان هیچ‌گونه حمایت مالی مستقیمی برای انجام این پژوهش یا تهیه مقاله دریافت نکرده‌اند.

ملاحظات اخلاقی

در اجرای پژوهش حاضر، اصول اخلاق پژوهش رعایت شد؛ به این صورت که پیش از شرکت در مطالعه، هدف کلی پژوهش و نحوه تکمیل پرسشنامه‌ها برای شرکت‌کنندگان توضیح داده شد و مشارکت آنان به‌صورت آگاهانه و داوطلبانه صورت گرفت. همچنین، به شرکت‌کنندگان اطمینان داده شد که اطلاعات آنان محرمانه باقی خواهد ماند، پاسخ‌ها صرفاً برای اهداف علمی و پژوهشی استفاده می‌شود و نتایج به‌صورت کلی گزارش خواهد

[Downloaded from rbs.mui.ac.ir on 2026-10-08]

شد؛ به‌گونه‌ای که امکان شناسایی افراد وجود نداشته باشد. شرکت‌کنندگان در هر مرحله از پژوهش حق انصراف از ادامه همکاری را داشتند و برای مشارکت در مطالعه هیچ‌گونه اجبار یا فشاری بر آنان اعمال نشد.

مشارکت نویسندگان

تمامی نویسندگان در طراحی و اجرای پژوهش، گردآوری داده‌ها، تحلیل و تفسیر یافته‌ها، نگارش اولیه مقاله، بازبینی علمی متن و تأیید نسخه نهایی مشارکت داشته‌اند.

تقدیر و تشکر

نویسندگان از تمامی افرادی که در فرایند اجرای پژوهش و انتشار پرسشنامه‌ها همکاری کردند و به‌ویژه از شرکت‌کنندگان که با صرف وقت و مشارکت داوطلبانه خود امکان انجام این مطالعه را فراهم ساختند، صمیمانه قدردانی می‌کنند.

References

1. Nesi J, Burke TA, Bettis AH, Kudinova AY, Thompson EC, MacPherson HA, et al. Social media use and self-injurious thoughts and behaviors: A systematic review and meta-analysis. Clinical Psychology Review. 2021;87:102038.
2. Seabrook EM, Kern ML, Rickard NS. Social networking sites, depression, and anxiety: A systematic review. JMIR Mental Health. 2016;3(4):e50.
3. Macrynikola N, Auad E, Menjivar J, Miranda R. Does social media use confer suicide risk? A systematic review of the evidence. Computers in Human Behavior Reports. 2021;3:100094.
4. Voss C, Ollmann TM, Miché M, Venz J, Hoyer J, Pieper L, et al. Prevalence, onset, and course of suicidal behavior among adolescents and young adults in Germany. JAMA Network Open. 2019;2(10):e1914386.
5. Amraei A, Mirzai F, Pooyanfard R, Fayazmanesh H, Babakhani D, Jaberghaderi N. The relationship between suicidal ideation and psychological distress in medical students: a descriptive-analytical study. Journal of Injury & Violence Research. 2025;17(2):195-203.
6. Choudhury A, Shahsavar Y, Ahmed I, Al-Mamun MA, Elkefi S. Exploring patient-centered perspectives on suicidal ideation: A mixed methods investigation in gastrointestinal cancer care. Cancers. 2025;17(15):2460.
7. Rizvi A, Harmer B, Saadabadi A. Suicidal ideation. Treasure Island (FL): StatPearls Publishing; 2024.
8. Alimoradi Z, Arabloo J, Jandaghian-Bidgoli M, Alizadeh S, Griffiths MD, Gorji HA, et al. The association between intimate partner violence and suicide ideation and attempts among women: A systematic review and meta-analysis. Journal of Affective Disorders. 2026;394(Part A):120511.
9. Aldhyani THH, Alsubari SN, Alshebami AS, Alkahtani H, Ahmed ZAT. Detecting and analyzing suicidal ideation on social media using deep learning and machine learning models. International Journal of Environmental Research and Public Health. 2022;19(19):12635.
10. Chen J, Short M, Kemps E. Interpretation bias in social anxiety: A systematic review and meta-analysis. Journal of Affective Disorders. 2020;276:1119-30.
11. Fredrick JW, Luebbe AM. Fear of positive evaluation and social anxiety: A systematic review of trait-based findings. Journal of Affective Disorders. 2020;265:157-68.
12. Vannucci A, Ohannessian CM. Social media use, social anxiety, and loneliness: A systematic review. Computers in Human Behavior Reports. 2021;3:100070.
13. Akram U, Ypsilanti A, Drabble J, Lazuras L. The role of physical and behavioral self-disgust in relation to insomnia and suicidal ideation. Journal of Clinical Sleep Medicine. 2019;15(3):525-7.
14. Mirzai F, Nikbakht N, Norouziani Z, Abdollahi-Chirani E, Fathy-Karkaragh F, Mazroei P. Reframing self-perception: Efficacy of intensive short-term dynamic psychotherapy on self-disgust, physical appearance perfectionism, and self-esteem in girls with anorexia nervosa. International Journal of Body, Mind and Culture. 2024;11(11):514-24.

[Downloaded from rbs.mui.ac.ir on 2026-10-08]

15. Bektas S, Keeler JL, Anderson LM, Mutwalli H, Himmerich H, Treasure J. Disgust and self-disgust in eating disorders: A systematic review and meta-analysis. Nutrients. 2022;14(9):1728.
16. Gao S, Zhang L, Yao X, Lin J, Meng X. Associations between self-disgust, depression, and anxiety: A three-level meta-analytic review. Acta Psychologica. 2022;228:103658.
17. Van Orden KA, Witte TK, Cukrowicz KC, Braithwaite SR, Selby EA, Joiner TE. The interpersonal needs questionnaire: Psychometric properties and implications for suicide risk assessment. Psychological Assessment. 2010;22(3):593-603.
18. Siegel DM, Burke TA, Hamilton JL, Piccirillo ML, Scharff A, Alloy LB. Social anxiety and interpersonal stress generation: The moderating role of interpersonal distress. Anxiety, Stress, & Coping. 2018;31(5):526-38.
19. Kolnogorova K, Allan NP, Moradi S, Stecker T. Perceived burdensomeness, but not thwarted belongingness, mediates the impact of PTSD symptom clusters on suicidal ideation modeled longitudinally. Journal of Affective Disorders. 2021;282:133-40.
20. Gill PR, Arena M, Rainbow C, Hosking W, Shearson KM, Ivey G, et al. Social connectedness and suicidal ideation: The roles of perceived burdensomeness and thwarted belongingness in the distress to suicidal ideation pathway. BMC Psychology. 2023;11(1):312.
21. Kline RB. Principles and practice of structural equation modeling: Guilford publications; 2023.
22. Beck AT, Kovacs M, Weissman A. Assessment of suicidal intention: The Scale for Suicide Ideation. Journal of Consulting and Clinical Psychology. 1979;47(2):343-52.
23. Esfahani M, Hashemi Y, Alavi K. Psychometric assessment of Beck Scale for Suicide Ideation (BSSI) in general population in Tehran. Medical Journal of the Islamic Republic of Iran. 2015;29:268.
24. Watson D, Friend R. Measurement of social-evaluative anxiety. Journal of Consulting and Clinical Psychology. 1969;33(4):448-57.
25. Razian S, Fathi Ashtiani A, Bozorgmehr A. Psychometric properties of the Persian version of Social Avoidance and Distress scale (SADS). International Journal of Behavioral Sciences. 2017;11(2):82-5.
26. Carreiras D, Castilho P, Pinto-Gouveia J. The toxicity of the self: Development and exploratory factor analysis of the Multidimensional Self-Disgust Scale (MSDS). Journal of Clinical Psychology. 2017;73(10):1172-87.
27. Basharpoor S, Khoshsorour S. Psychometric Properties of Persian Version of the Multidimensional Self-Disgust Scale (MSDS). Social Cognition. 2020;9(18):59-78.
28. Van Orden KA, Witte TK, Gordon KH, Bender TW, Joiner TE. Suicidal desire and the capability for suicide: Tests of the interpersonal-psychological theory of suicidal behavior among adults. Journal of Consulting and Clinical Psychology. 2008;76(1):72-83.
29. Amini-Tehrani M, Sadeghi R, Nasiri M, Jalali T, Zamanian H. Suicide-related interpersonal needs of young Iranian people: A preliminary validation of thwarted belongingness and perceived burdensomeness constructs. Clinical Psychology & Psychotherapy. 2021;28(2):422-37.
30. Ypsilanti A, Lazuras L, Powell P, Overton P. Self-disgust as a potential mechanism explaining the association between loneliness and depression. Journal of Affective Disorders. 2019;243:108-15.
31. Buckner JD, Lemke AW, Jeffries ER, Shah SM. Social anxiety and suicidal ideation: Test of the utility of the interpersonal-psychological theory of suicide. Journal of Anxiety Disorders. 2017;45:60-3.

© 2026 The Author(s). Published by Isfahan University of Medical Sciences. This is an open-access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution License (http://creativecommons.org/licenses/by/4.0), which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited

[Downloaded from rbs.mui.ac.ir on 2026-10-08]