

افزایش و کاهش عزت‌نفس ناآشکار از طریق ارائه محرک‌های زیر آستانه‌ای و ایجاد

شرطی‌سازی پاسخگر در دانشجویان دانشگاه

تاریخ دریافت مقاله: ۱۳۹۸/۷/۲۴ تاریخ پذیرش مقاله: ۱۳۹۹/۶/۲۳

بهرام ملکی^{۱*}

سید عدنان حسینی^۲

مقاله پژوهشی

چکیده

مقدمه: پژوهش حاضر با هدف همبستگی تعدادی محرک مثبت و منفی به روش زیر آستانه‌ای با مفهوم خویشتن دانشجویان انجام شد، تا تأثیر این همبستگی‌ها بر عزت‌نفس ناآشکار افراد بررسی شود.

روش: روش مطالعه از نوع تجربی با طرح آزمایشی پیش‌آزمون پس‌آزمون با گروه کنترل بود. جامعه آماری شامل تمام دانشجویان کارشناسی پیوسته دانشگاه فرهنگیان کردستان در سال تحصیلی ۹۷-۹۸ به تعداد ۹۵۶ نفر بود. از میان آن‌ها به روش نمونه‌گیری تصادفی منظم ۹۰ نفر (۴۵ مرد و ۴۵ زن) از فهرست کل دانشجویان دانشگاه که دارای ملاک‌های ورود به پژوهش بودند به روش تصادفی و به نسبت یکسان در دو گروه آزمایش دستکاری مثبت و دستکاری منفی و یک گروه کنترل گمارده شدند. پس از سنجش عزت‌نفس ناآشکار توسط آزمون ترجیح حروف الفبای نام، به‌عنوان پیش‌آزمون، از نرم‌افزار رایانه‌ای ساخته شده برای دستکاری مثبت و منفی عزت‌نفس ناآشکار استفاده شد. پس از اجرای مداخله بر روی گروه‌های آزمایش، مجدداً از شرکت‌کنندگان سنجش عزت‌نفس ناآشکار به‌عنوان پس‌آزمون به عمل آمد.

یافته‌ها: یافته‌های حاصل تحلیل کوواریانس داده‌ها نشان داد که با کنترل اثر پیش‌آزمون، دستکاری مثبت باعث افزایش معنادار ($P=0/001$) عزت‌نفس ناآشکار و دستکاری منفی باعث کاهش معنادار ($P=0/001$) عزت‌نفس ناآشکار شد.

نتیجه‌گیری: یافته‌های پژوهش نشان داد که گرچه احساسات مربوط به عزت‌نفس ناآشکار از تجارب دوران کودکی ناشی می‌شود، بعدها می‌تواند از طریق به‌کارگیری اصول یادگیری اولیه شرطی‌سازی پاسخگر افزایش و یا کاهش یابد.

کلمات کلیدی: شرطی‌سازی پاسخگر، عزت‌نفس آشکار، عزت‌نفس ناآشکار، محرک زیر آستانه‌ای

۱. استادیار گروه علوم تربیتی دانشگاه فرهنگیان، کردستان، ایران

* نویسنده مسئول: b.maleki@cfu.ac.ir

۲. استادیار گروه علوم تربیتی دانشگاه فرهنگیان، کردستان، ایران

Increasing and decreasing implicit self-esteem using subliminal stimuli presentation and classical conditioning in college students

Bahram Maleki^{*1}

Seyed Adnan Hosseini²

Original Article

Abstract

Introduction: The purpose of this study was to accompany several positive and negative stimuli with students' self, by a subliminal method to investigate the effectiveness of these stimuli on implicit self-esteem.

Method: The research method was an empirical study with an experimental pretest-posttest design and control group. The statistical population included 956 undergraduate students at the Farhangian University of Kurdistan in the academic year 2018-2019 with a quantity of 956 people. Among them, using systematic random sampling, 90 subjects (45 males and 45 females) from the list of university students who had criteria for entering the study, were randomly selected and assigned to two groups of positive and negative manipulation and one control group. After measuring the implicit self-esteem by using the Name Initial Preferences Task as a pretest, a computerized software of implicit self-esteem manipulation was developed to manipulate the positive and negative implicit self-esteem. After performing the intervention on the experimental groups, the implicit self-esteem of subjects was measured as a posttest.

Results: The findings of covariance analysis by controlling the effect of pretest showed that positive manipulation caused a significant increase ($P=0/001$) in implicit self-esteem and negative manipulation caused a significant decrease ($P=0/001$) in implicit self-esteem.

Conclusion: Findings of the research showed that although self-esteem feelings can be derived from childhood experiences, thereafter can increase or decrease with the use of the basic learning principles of classical conditioning.

Keywords: classical conditioning, explicit self-esteem, implicit self-esteem, subliminal stimulus

1. Assistant Professor, Department of Educational Sciences, Farhangian University, Kurdistan, Iran

* Corresponding Author: b.maleki@cfu.ac.ir

2. Assistant Professor, Department of Educational Sciences, Farhangian University, Kurdistan, Iran

مقدمه

در سالیان اخیر مطالعات عزت‌نفس به‌عنوان یک ویژگی مفید در روان‌شناسی اجتماعی پژوهش‌های زیادی را به خود جلب کرده است (زیگلر هیل^۱، ۲۰۱۳). عزت‌نفس به احساس کلی شخص در مورد ارزش، اعتبار و شایستگی خویش مربوط می‌شود؛ به عبارت دیگر به ادراکی اطلاق می‌گردد که فرد نسبت به ارزشمند بودن خود دارد. این ادراک از تجاربی ناشی می‌شود که شخص در طی دوران زندگی خود کسب کرده است که هم می‌تواند به عنوان یک صفت پایدار و هم به عنوان یک متغیر حالتی در نظر گرفته شود (کراکر و نایت^۲، ۲۰۰۵). منظور از عزت‌نفس به عنوان یک متغیر حالتی این است که سطح آن می‌تواند بسته به تجارب مثبت و منفی، افزایش یا کاهش پیدا کند (سوان، اشنايدر و مک کلارتي^۳، ۲۰۰۷). عزت‌نفس یک سازه روان‌شناختی مهم و تعیین‌کننده، با جلوه‌ها و معانی ضمنی متعددی است که از خشونت و تعارض گرفته تا شادکامی و سلامت روان را شامل می‌شود؛ به عبارت دیگر عزت‌نفس، بعد ارزیابانه خود است که در آن فرد به صورت پدیدارشناسانه توانایی‌ها، صفات و قابلیت‌های خود را ارزیابی می‌کند و نگرشی مبنی بر تأیید یا عدم تأیید خویش شکل می‌دهد (مارتینز، گرینبرگ، آلین، هیز، شیمل و جونز^۴، ۲۰۱۰).

روان‌شناسان معتقدند که موضوع خود^۵ (خویشتن) قلب روان‌شناسی اجتماعی است. اینکه فرد در باره خود چگونه می‌اندیشد، نه تنها بر انتخاب‌ها و رفتارهای وی اثر دارد، بلکه به عنوان نقطه مرجعی در خدمت درک او از دیگران و تعامل با آنها قرار می‌گیرد (بارون، بیرن و برنسکامب^۶، ۱۳۹۰). اینکه فرد چگونه خود، دیگران و جهان اطراف را درک می‌کند یکی از موضوع‌های بسیار مهم دانش شناخت اجتماعی است. از دیدگاه شناخت اجتماعی، عزت‌نفس ساختار باثباتی است که کاربردهای گسترده‌ای در بازنمایی دانش خویشتن، راهبردهای شناختی مورد استفاده افراد هنگام پردازش اطلاعات و واکنش‌های آنها به چنین اطلاعاتی دارد. داشتن عزت‌نفس یکی از نیازهای اساسی انسان و نمودی از سلامت روان اوست. این باور گسترده وجود دارد که افزایش عزت‌نفس اشخاص، هم برای فرد و هم جامعه به‌طور کلی مفید بوده و از جوانب مهم سازگاری اجتماعی، روانشناختی و فرهنگی می‌باشد (رمضانپور، شرقی و صالح صدق‌پور، ۱۳۹۷). بر اساس نظریه بامیستر (۱۹۹۸) افرادی که عزت‌نفس بالایی دارند معمولاً در باره کیستی و چیستی خود احساس روشن‌تری دارند و با اطمینان و سرعت بیشتری ویژگی‌های شخصیتی خود را ارزیابی می‌کنند. پردازش اطلاعات اجتماعی این افراد به گونه‌ای است که در اطلاعات اجتماعی نوعی چرخش مثبت به نفع ارتقای خود پدید می‌آورد. به تعبیر دیگر در برابر موفقیت‌ها و بیشتر شکست‌های

1. Zeigler-Hill

2. Crocker and Knight

3. Swann, Schneider, & McClarty

4. Martens, Greenberg, Allen, Hayes, Schimel & Johns

5. Self

6. baron, birn & branscombe

خود مسئولیت می‌پذیرند و ترجیحاً اطلاعاتی را به خاطر می‌آورند که آنها را برتر نشان دهد (کاندا^۱، ۱۳۸۸). عزت نفس بالا در دانش آموزان مانند یک سرمایه و ارزش حیاتی برای آنان بوده و از جمله عوامل عمده شکوفایی استعداد و خلاقیت در آنها است (ساری، بلیک و سیلیک^۲، ۲۰۱۸؛ به نقل از بشرپور و صمدی فر، ۱۳۹۷). تا همین اواخر روان‌شناسان اجتماعی دانش اندکی در مورد شهودهای اکتشافی^۳ تشکیل‌دهنده احساسات و عواطف افراد نسبت به خود (خویشتن) داشتند. این موضوع احتمالاً به دلیل دشوار بودن مطالعه نظام‌مند شهودهای اکتشافی و اتخاذ شیوه‌های علمی و دقیق در مطالعه آنها بوده است. علاوه بر این ممکن است برخی شهودهای اکتشافی در مورد خود آن قدر عمیق باشند که به طور کامل از حیطه تجربه هشیار خارج شوند. خوشبختانه روانشناسان اجتماعی به تازگی شروع به گسترش روش‌هایی برای سنجش مفاهیم مهمی در روانشناسی اجتماعی از جمله نگرش‌ها، تصورات قالبی و عزت نفس کرده‌اند که متکی به گزارش‌های هشیار افراد از خود نیست. این نوع روش‌های سنجش، اختصاصاً برای انجام خود ارزیابی‌هایی طراحی شده‌اند که از راه درون‌نگری‌های هشیار به دست آورده نمی‌شوند (ژنگ^۴، ۲۰۱۴؛ هواجیان و لو^۵، ۲۰۱۷).

مطالعات حوزه شناخت اجتماعی در سال‌های اخیر، در نتیجه گسترش «مدل فرایند دوگانه^۶» که هم بر اهمیت فرایندهای خودکار و هم بر فرایندهای تأملی تأکید می‌کند، توجه خود را معطوف معرفی دو نوع از مفاهیم فوق نموده است. به تعبیر دیگر امروزه در روانشناسی اجتماعی از نگرش-ها، تصورات قالبی و عزت نفس آشکار^۷ و ناآشکار^۸ (ضمنی) صحبت به میان می‌آید. به عنوان مثال منظور از نگرش‌های ناآشکار ارزیابی‌هایی است که بدون آگاهی هشیار نسبت به یک شی نگرشی خاص یا خویشتن اتفاق می‌افتد. این ارزیابی‌ها معمولاً یا مطلوب هستند یا نامطلوب. نگرشهای ناآشکار از تأثیرات تجارب مختلف فردی ناشی می‌شوند (سرنکو و تورل^۹، ۲۰۱۹). این مدل میان فرایندهای خودکار - شهودی^{۱۰} در مقابل فرایندهای کنترل‌شده - تأملی^{۱۱} تفاوت قائل می‌شود. از یک طرف، عزت نفس آشکار به خود ارزیابی‌های انعکاسی^{۱۲} و تحلیل‌های آگاهانه اطلاعات مربوط به خود برمی‌گردد و به نظر می‌رسد فرایندهای کنترل‌شده و تأملی در آن مهم‌تر

1. kunda

2. Sari, Bilek & Çelik.

3. Intuitions

4. Zheng

5. Huajian & Luo

6. Dual process model

7. Explicit

8. Implicit

9. Serenko & Turel

10. Automatic-intuitive processes

11. Controlled-deliberative processes

12. Reflective

است (زیگلر و جردن^۱، ۲۰۱۰). از طرف دیگر عزت‌نفس ناآشکار به‌عنوان بخشی خودارزیابی‌کننده به‌صورت غیرارادی و اغلب خارج از حیطه آگاهی پنداشته می‌شود که به ارزیابی‌های غیر انعکاسی^۲ و اغلب خودبه‌خودی از خویش برمی‌گردد و به نظر می‌رسد که در آن فرایندهای خودکار - شهودی مهم‌ترند (هیلر، استفنس، ریتز و استنگیر^۳، ۲۰۱۷؛ وگنر، گیسر، آلفتر، میرک، ایمبیرویچ^۴ و همکاران، ۲۰۱۵؛ کریمرز، اسکولت، انجلز، پرینستین و وایرز^۵، ۲۰۱۲).

پژوهش‌های جدید مشخص ساخته‌اند که سطح پایین عزت‌نفس ناآشکار، بهتر از عزت‌نفس آشکار می‌تواند پیش‌بینی‌کننده اضطراب غیرکلامی ارزیابی‌شده توسط ناظران و اضطراب اجتماعی و احساس تنهایی (هیلر، استفنس، ریتز و استنگیر، ۲۰۱۷)، افسردگی و خلق منفی در پاسخ به بازخوردهای تهدید (تویگل، ورورد و جونگ^۶، ۲۰۱۸)، نشانگان افسردگی (کیم و مور^۷، ۲۰۱۹؛ ملکی، ۱۳۹۷)، ضعف در شاخص‌های مهم سلامت از قبیل عملکرد ضعیف قلبی عروقی (ملکی، علی‌پور، زارع و شقاقی، ۱۳۹۵؛ ملکی و خواجه، ۱۳۹۵؛ مارتینز، و همکاران، ۲۰۱۰) و نیز آسیب‌پذیری بیشتر (شوردفگر و شیل^۸، ۲۰۱۲) باشد.

در سالیان اخیر توجه تعداد اندکی از محققان علاقه‌مند به مطالعه عزت‌نفس ناآشکار به این موضوع جلب شده است که آیا عزت‌نفس ناآشکار در کوتاه‌مدت قابل دستکاری است یا خیر. تاکنون در چندین پژوهش نشان داده شده است که عزت‌نفس ناآشکار را می‌توان با استفاده از روش‌های مبتنی بر شرطی‌سازی پاسخگر تغییر داد. یکی از روش‌های جالبی که متخصصان حوزه شناخت اجتماعی از آن استفاده کرده‌اند روشی است که از طریق آن می‌توان بخش ناهشیار عزت‌نفس را مورد دستکاری قرار داد. از طریق این روش که به ادراک زیرآستانه‌ای^۹ موسوم است، تصاویر یا کلماتی را آن‌چنان به سرعت پیش چشمان آزمودنی به نمایش گذاشته می‌شود که از آنچه نشان داده شده آگاه نیست و نمی‌تواند بگوید چه دیده است، اما به رغم فقدان تجربه آگاه، این محرک‌ها بر واکنش‌های متعاقب آن در آزمودنی‌ها اثر می‌گذارد. بسیاری از پژوهشگران برای نشان دادن اثر محرک‌های نیمه هشیار و ناهشیار بر عزت‌نفس به ادراک زیرآستانه‌ای متوسل شده‌اند (کاندا، ۱۳۸۸). وگنر و همکاران (۲۰۱۵) در طول ۸ هفته درمان شناختی - رفتاری برای بیماران افسرده تغییرات عزت‌نفس آشکار و ناآشکار آن‌ها را مورد پایش قرار دادند. آن‌ها در پژوهش خود به این نتیجه رسیدند که عزت‌نفس آشکار در طول مدت درمان به طور معناداری افزایش یافت، در مقابل، سطح عزت‌نفس ناآشکار شرکت‌کنندگان در سطح معناداری کاهش یافت.

1. Zeigler & Jordan

2. Non Reflective

3. Hiller, Steffens, Ritter & Stangier

4. Wegener, Geiser, Alfter, Mierke, Imbierowicz & et al

5. Creemers, Scholte, Engels, Prinstein & Wiers

6. Tuijl, Verwoerd & Jong

7. Kim & Moore

8. Schwerdtfeger & Scheel

9. subliminal perception

تویگل، ورود و جونگ (۲۰۱۸) در پژوهشی دیگر، تأثیر ایجاد خلق‌وخوی منفی و غمگین بر عزت نفس ناآشکار را بررسی کردند. این محققان به این نتیجه دست یافتند که ایجاد خلق‌وخوی منفی در افراد، باعث کاهش در عزت نفس ناآشکار افراد می‌شود؛ با این وجود مشخص شد افرادی که دارای نشانگان افسردگی و اضطراب بیشتری هستند، در خلال دورهٔ ایجاد خلق‌وخوی غمگین، کاهش بیشتری در عزت نفس ناآشکار از خود نشان می‌دهند. اسوالدی، زیمرمن و نومان^۱ (۲۰۱۲) در پژوهشی آزمایشی تأثیر دستکاری عزت نفس ناآشکار بر رضایت از بدن خود را در زنان بررسی کردند. نتایج نشان داد دستکاری مثبت عزت نفس ناآشکار باعث افزایش معنادار رضایت و دستکاری منفی باعث افزایش معنادار نارضایتی از بدن شد. در پژوهشی دیگر نومان، تاسچن کافیر، ترنتوسکا، کافیر و اسوالدی^۲ (۲۰۱۵) عزت نفس ناآشکار را با استفاده از روش زیرآستانه‌ای شرکت‌کنندگان دستکاری کردند. نتایج در این پژوهش آزمایشی نیز نشان داد در گروهی که دستکاری مثبت در عزت نفس ناآشکار ایجاد شد، افزایش معنادار، و در گروه دستکاری منفی، کاهش معناداری در رضایت از بدن خود نسبت به قبل از مداخله در شرکت‌کنندگان ایجاد شد؛ اما از لحاظ خودارزایی عاطفی تغییرات معناداری در هیچ گروه دستکاری مثبت و منفی نسبت به قبل از مداخله ایجاد نشد. هانک و بالتز-گوتز^۳ (۲۰۱۹) در پژوهش خود، قبل از انجام آزمایش، عزت نفس آشکار و ناآشکار شرکت‌کنندگان را اندازه‌گیری کردند. سپس به شرکت‌کنندگان یک بازی رایانه‌ای دادند که در آن تصاویری از چهره با یک سری کلمات مرتبط با خویشتن همراه با یک سری کلمات نامرتب با خویشتن افراد همراه می‌شد. در شرایط آزمایشی، کلمات مرتبط با خویشتن، همیشه با تصاویر چهره‌ای خندان همراه شد. در شرایط کنترل، کلمات مرتبط با خویشتن به طور تصادفی با تصاویری از لبخند، اخم و یا چهره‌های خنثی همراه می‌شد. بعد از این مداخله، به شرکت‌کنندگان مقیاس‌های عزت نفس آشکار و عزت نفس ناآشکار ارائه شد. نتایج نشان داد که شرطی‌سازی ارزیابی مثبت، منجر به افزایش عزت نفس ناآشکار در افراد شد، درحالی که عزت نفس آشکار تحت تأثیر این نوع شرطی‌سازی قرار نگرفت. دستکاری عزت نفس ناآشکار در حوزهٔ سلامت نیز مورد پژوهش قرار گرفته است. به عنوان مثال الفرینگ و گرنبِر^۴ (۲۰۱۲) با استفاده از اندازه‌گیری عزت نفس ناآشکار ۱۹ دانشجوی دانشگاه تلاش کردند سرعت انطباق قلبی عروقی آن‌ها را در طول مواجهه با عامل استرس‌زای دفاع از پایان‌نامه و سرعت خوگیری به اولین، دومین و سومین ارائهٔ دفاع پایان‌نامه پیش‌بینی کنند. محققان این پژوهش در تحلیل و بحث بر روی نتایج، این طور اظهار کردند که عزت نفس ناآشکار یکی از منابع فردی بسیار مهمی است که به انطباق و مقابلهٔ مؤثر افراد با موقعیت‌های تهدیدآمیز برگشت شونده کمک می‌کند. در پژوهشی دیگر،

1. Svaldi, Zimmermann & Naumann

2. Naumann, Tuschen-Caffier, Trentowska, Caffier & Svaldi

3. Hank & Baltes-Götz

4. Elfering & Grebner

اسپینوزا، والینته، وارس و بنتال^۱ (۲۰۱۸) از طریق شرطی‌سازی پاسخگر توانستند عزت‌نفس ناآشکار را در شرکت‌کنندگان دارای نشانگان روان‌پریشی بهبود بخشند. در این پژوهش عزت‌نفس ناآشکار شرکت‌کنندگانی که دارای نشانگان شدید پارانوئیا بودند پس از چند روز قرارگرفتن در معرض محرک‌های مثبت مرتبط با خویشتن و دیدن تصاویر چهره‌های با هیجان‌های مثبت، افزایش یافت و در مقایسه با گروه کنترل بهبود معناداری در نشانگان پارانوئیا از خود نشان دادند. همچنین مشخص شده است که عزت‌نفس ناآشکار پایین با گرایشهای مادی‌گرایانه در ارتباط است و به ویژه ناهمخوانی زیاد بین عزت‌نفس آشکار و ناآشکار پیش‌بینی‌کننده معنی‌داری برای مادی‌گرایی است (جیانگ، زنگ، کی، هاوک و کیو^۲، ۲۰۱۵ به نقل از فرح بیجاری، قمری و فعلی، ۱۳۹۷). در ایران نیز، ملکی و خواجه (۱۳۹۵) در مطالعه خود به بررسی تأثیر افزایش کاهش عزت‌نفس آشکار و ناآشکار افراد با استفاده از برنامه ارائه پس‌خوراندهای مثبت و منفی شخصیتی به شرکت‌کنندگان و تأثیر آن بر فعالیت عصب واگ قلبی پرداختند. این محققان نیز به این نتیجه رسیدند که دستکاری مثبت یا افزایش عزت‌نفس باعث افزایش فعالیت عصب واگ قلبی و متعاقب آن کاهش ضربان قلب و فشارخون و برعکس، دستکاری منفی یا کاهش عزت‌نفس باعث کاهش فعالیت عصب واگ قلبی و متعاقب آن افزایش ضربان قلب و فشارخون شرکت‌کنندگان در سطح معنادار شد. شواهد دیگری که نشان دهند شرطی‌سازی ارزیابی می‌تواند عزت‌نفس ناآشکار را تغییر دهد از پژوهش‌های فرار، استویا و ترنر^۳ (۲۰۱۵) لوئیس^۴ (۲۰۱۹) به دست آمده است. روی هم رفته یافته‌های این پژوهش‌ها نشان می‌دهند که عزت‌نفس ناآشکار می‌تواند در سطوح زیرآستانه‌ای شرطی شود و دستکاری آن می‌تواند نقش مهمی در تسهیل تنظیم هیجانی، سطوح انگیزش، خلق‌وخو، تصور از خود، میزان رضایت و سلامت داشته باشد.

با توجه به اهمیت نقش مهم عزت‌نفس ناآشکار در این حالات مختلف روانی، و با توجه به اینکه پژوهش‌های اخیر نشان داده‌اند که امکان دستکاری عزت‌نفس ناآشکار وجود دارد، در پژوهش حاضر فرض شد که عزت‌نفس ناآشکار از پیوندهای تداعی بین خود پنداره و اطلاعات اجتماعی مثبت یا منفی تبعیت می‌کند. به عبارت دیگر، ارائه مکرر واژه‌های صفتی مثبت و منفی به شرکت‌کنندگان به صورت زیرآستانه‌ای به ترتیب باعث افزایش و کاهش عزت‌نفس ناآشکار در آنان می‌شود. برای ارزیابی این فرضیه تلاش کنترل‌شده‌ای در جهت تغییر تداعی‌های اساسی انجام شد. مطابق با اصول ابتدایی شرطی‌سازی پاسخگر، دو محرک آن‌قدر باهم همانند می‌شوند که حضور یکی باعث فراخوانی دیگری شود. در این پژوهش تعدادی محرک مثبت و منفی با مفهوم خویشتن افراد همانند شدند تا تأثیر این همانندی‌ها بر عزت‌نفس ناآشکار آن‌ها بررسی شود.

1. Espinosa, Valiente, Varese & Bental

2. Jiang, Zhang, Ke, Hawk, & Qiu

3. Farrar, Stopa & Turner

4. Lewis

روش

پژوهش حاضر یک پژوهش تجربی بود که از طرح آزمایشی پیش‌آزمون پس‌آزمون با گروه کنترل استفاده شد. اجرای آزمایش بر روی هر شرکت‌کننده به صورت فردی انجام شد. جامعه آماری شامل تمامی دانشجویان کارشناسی پیوسته دانشگاه فرهنگیان کردستان در سال تحصیلی ۹۷-۹۸ به تعداد ۹۵۶ نفر در رشته‌های آموزش ابتدایی، آموزش ریاضی، آموزش زبان و ادبیات فارسی، آموزش زبان عربی و آموزش تربیت بدنی بود. پس از کسب اجازه از مسئولین دانشگاه، از فهرست کل دانشجویان، ۹۰ نفر شرکت‌کننده زن و مرد به طور مساوی از روی لیست کل دانشجویان با استفاده از روش تصادفی منظم به عنوان نمونه پژوهش انتخاب و به طور تصادفی و مساوی در سه گروه جایگزین شدند. پس از اطلاع‌رسانی و جمع‌آوری افراد انتخاب شده در یک جلسه مشترک، به طور خلاصه اهداف پژوهش و ملاک‌های ورود و خروج توضیح داده شد. ملاک‌های ورود، رضایت آگاهانه برای شرکت در مطالعه و رضایت به پاسخگویی به پرسش‌نامه‌ها و ملاک‌های خروج، ابتلا به اختلال‌های روان‌پزشکی، استفاده از داروهای روان‌پزشکی و انصراف از شرکت در پژوهش بود.

ابزارهای پژوهش

الف) مقیاس ترجیح حروف الفبای نام^۱: از این مقیاس برای سنجش عزت نفس ناآشکار استفاده شد (نوتین^۲، ۱۹۸۷). منطق این مقیاس بر اساس اثر نام-حروف الفبا استوار شده است. بر اساس این اثر، افراد به طور ناهشیار حروف نام خود را بر حروف غیر نام خود ترجیح می‌دهند. هرچه نمره در این تکلیف بیشتر باشد نشان‌دهنده عزت نفس ناآشکار بالاتر است. اسمیچرز، وریجنس، اوستروم، ایزاک، اسپیکنز^۳ و همکاران (۲۰۱۷) پایایی بازآزمایی آن را برابر با ۰/۸۱ و نیز همسانی درونی به روش دومینه کردن را معادل ۰/۸۵ به دست آوردند. در ایران ملکی و همکاران (۱۳۹۳) در یک مطالعه دومرحله‌ای در مرحله اول پایایی آن را به روش آلفای کرونباخ و دومینه کردن به ترتیب، ۰/۸۷ و ۰/۸۹ و بازآزمایی به فاصله ۱۴ روز برابر با ۰/۸۴ و در مرحله دوم روایی همگرا و واگرایی قابل قبولی از طریق همبستگی معنادار با مقیاس‌های سلامت عمومی (۰/۵۶)، عواطف مثبت (۰/۴۴)، عزت نفس روزنبرگ (۰/۳۰) و عواطف منفی (۰/۳۶-) به دست آوردند. در پژوهش حاضر ضریب آلفای کرونباخ معادل ۰/۸۵ به دست آمد.

ب) نرم‌افزار دستکاری عزت نفس ناآشکار^۴: این نرم‌افزار یک برنامه رایانه‌ای معرفی شده توسط ریکتا و دان هیمر (۲۰۰۳) است که برای دستکاری عزت نفس ناآشکار استفاده

1. Name Initial Preferences Task (IPT)

2. Nuttin

3. Smeijers, Vrijnsen, Oostrom, Isaac, Speckens, Becker, Rinck & et al

4. Implicit self-esteem manipulation (ISEM)

شد. در این پژوهش بر اساس الگوی معرفی شده توسط سازندگان برنامه و همچنین نمونه نرم‌افزار زبان اصلی، برنامه‌ای با زبان فارسی با همان ویژگی‌ها توسط برنامه‌ریزان طراحی شد و پس از بارها آزمایش نواقص آن رفع شده و نسخه نهایی تحت ویندوز آن تهیه شد. نحوه تأثیرگذاری این نرم‌افزار، بر پایه شرطی شدن پاسخگر است که در آن همبندی یک محرک با محرک دیگر باعث انتقال تأثیر آن در دیگری می‌شود. در این نرم‌افزار به شرکت‌کننده آموزش داده می‌شود تا به علامت ستاره‌ای که به صورت چشمک‌زن قبل از ارائه هرگونه محرک در وسط نمایشگر رایانه ظاهر می‌شود در سراسر آزمایش خیره شود. در فاصله سه سانتی‌متری این علامت ستاره، دو محرک نوشتاری که یکی شامل چند واژه صفت شخصی و دیگری شامل ضمیر «تو» است ارائه می‌شود. تمامی واژه‌ها به رنگ سفید و با اندازه درشت در زمینه سیاه صفحه نمایشگر ظاهر می‌شوند. واژه‌های صفتی دو نوع هستند. صفات مثبت و صفات منفی. صفات مثبت شامل واژه‌هایی از قبیل «خوب»، «بازارزش» و «مهم» برای دستکاری مثبت عزت‌نفس و صفات منفی شامل واژه‌هایی از قبیل «بد»، «پست» و «بی‌ارزش» برای دستکاری منفی عزت‌نفس مورد استفاده قرار می‌گیرد. در ابتدا محرک نوشتاری ضمیر «تو» به مدت ۸۰ میلی‌ثانیه ارائه شده و بلافاصله با سه علامت ضربدر (xxx) روی آن به مدت یک ثانیه پوشانده می‌شود. به دنبال آن محرک‌های صفتی هر یک به مدت ۴۰ میلی‌ثانیه ظاهر می‌شوند. با این روش واژه‌های صفتی به صورت زیرآستانه‌ای و خارج از هشیاری، به شرکت‌کننده ارائه می‌شوند؛ به گونه‌ای که هیچ شرکت‌کننده‌ای قادر به خواندن کلمات نیست.

برای هر شرکت‌کننده هر صفت ۲۵ بار به نمایش درمی‌آید که در مجموع ۱۲۵ بار صفت مثبت یا منفی یا خنثی، بسته به نوع گروه آزمایش و کنترل، به شرکت‌کننده ارائه می‌شود. از راه شرطی سازی پاسخگر، همبندی ضمیر «تو» و به دنبال آن صفات مثبت یا منفی نوشته شده بر روی صفحه نمایشگر به صورت زیرآستانه‌ای باعث تغییر در عزت‌نفس ناآشکار خواهد شد.

در راستای افزایش روایی این برنامه و تطبیق آن با فرهنگ بومی و زبان فارسی، بعد از ترجمه واژه‌های موجود در برنامه اصلی به زبان فارسی، به منظور بررسی و انتخاب واژه‌هایی که بیشترین تأثیر در افزایش و کاهش عزت‌نفس ناآشکار دارند در یک مطالعه مقدماتی، واژه‌های برگردانده شده به زبان فارسی همراه با ۲۰ واژه مثبت و ۲۰ واژه منفی دیگر به ۵۰ شرکت‌کننده داده شد و از آن‌ها خواسته شد میزان دارا بودن بار مثبت و منفی واژه‌ها را بر اساس یک مقیاس لیکرت ۱ تا ۱۰ رتبه‌بندی کنند. بعد از گردآوری اطلاعات و تحلیل داده‌ها، ۱۰ واژه که دارای بیشترین بار مثبت و منفی (هر کدام ۵ واژه) بودند، به ترتیب برای دستکاری مثبت و منفی عزت‌نفس ناآشکار و ۵ واژه که دارای کمترین بار مثبت یا منفی بودند به عنوان واژه‌های بی‌اثر برای گروه کنترل انتخاب شدند و در نرم‌افزار برنامه‌نویسی شده مورد استفاده قرار گرفت. در جدول ۱ واژه‌های استفاده شده در نرم‌افزار به صورت دسته‌بندی شده در سه گروه ارائه شده است.

جدول ۱. کلمات ارائه شده در نرم افزار دستکاری عزت نفس ناآشکار

نام گروه	کلمات
گروه افزایش عزت نفس ناآشکار (کلمات مثبت)	خوب، بالارزش، مهم، زیبا، لایق
گروه کاهش عزت نفس ناآشکار (کلمات منفی)	بد، پست، بی ارزش، زشت، نالایق
گروه کنترل (کلمات خنثی)	رنگ، اندازه، بو، مزه، دما

روند اجرای پژوهش: پس از سنجش عزت نفس ناآشکار توسط آزمون ترجیح حروف الفبا به عنوان پیش آزمون، از نرم افزار رایانه‌ای ساخته شده برای دستکاری مثبت و منفی عزت نفس ناآشکار استفاده شد. پس از دستکاری، مجدداً از شرکت کنندگان سنجش عزت نفس ناآشکار به عنوان پس آزمون به عمل آمد.

جدول ۲. برنامه مداخله‌ای دستکاری عزت نفس ناآشکار

مرحله	نوع فعالیت
اول	سنجش عزت نفس ناآشکار توسط آزمون ترجیح حروف الفبا به عنوان پیش آزمون
دوم	اجرای نرم افزار دستکاری عزت نفس ناآشکار بعد از ۱۰ دقیقه در قالب گروه‌های سه گانه: ۱- در گروه آزمایشی افزایش عزت نفس ناآشکار، کلمات مثبت ارائه شد ۲- در گروه آزمایشی کاهش عزت نفس ناآشکار، کلمات منفی ارائه شد ۳- در گروه کنترل کلمات خنثی ارائه شد
سوم	سنجش عزت نفس ناآشکار توسط آزمون ترجیح حروف الفبا بعد از ۱۵ دقیقه به عنوان پس آزمون

برنامه مداخله‌ای دستکاری عزت نفس ناآشکار در جدول ۲ ارائه شده است. در جریان اجرای جلسات، ۲ نفر از گروه آزمایشی دستکاری منفی و ۱ نفر از گروه آزمایشی دستکاری مثبت ریزش ایجاد شد. در این پژوهش از میانگین و انحراف معیار برای توصیف داده‌ها و از تحلیل کوواریانس برای تحلیل داده‌ها استفاده شد.

یافته‌ها

نمونه آماری شامل ۵۰ درصد مرد و ۵۰ درصد زن بود. میانگین و انحراف معیار سن نمونه آماری در دانشجویان مرد ۲۰/۶ و ۱/۸۲ و در دانشجویان زن ۲۲/۳ و ۱/۶۴ بود. ۶۵ نفر در رشته آموزش ابتدایی (۷۲ درصد)، ۶ نفر در رشته آموزش ریاضی (۶ درصد)، ۷ نفر در رشته آموزش زبان و ادبیات فارسی (۸ درصد)، ۴ نفر در رشته آموزش زبان عربی (۵ درصد) و ۸ نفر در رشته آموزش تربیت بدنی (۹ درصد) بود. ۱۴ درصد دانشجویان مرد متأهل و ۸۶ درصد مجرد و ۲۴ درصد دانشجویان زن متأهل و ۷۶ درصد مجرد بودند.

جدول ۳: خلاصه نتایج آماره‌های توصیفی عزت‌نفس ناآشکار در گروه‌ها

نوع مداخله	مرحله	میانگین	میانه	انحراف معیار	دامنه نمره
دستکاری مثبت	پیش‌آزمون	۱/۸۹	۱/۹۷	۱/۴۴	۱/۲۰ - ۴/۲۳
	پس‌آزمون	۲/۶۳	۲/۵۶	۰/۹	-۴/۱۲ - ۱/۰۷
دستکاری منفی	پیش‌آزمون	۱/۵۴	۱/۸۸	۱/۴۵	۱/۳۴ - ۳/۹۷
	پس‌آزمون	۱/۴۳	۱/۵۵	۱/۳۹	۲/۴۹ - ۳/۷۸
گروه کنترل	پیش‌آزمون	۱/۴۶	۲/۱	۲/۴۳	-۶/۰۲ - ۴/۱۰
	پس‌آزمون	۱/۸۳	۲/۲۱	۱/۸۸	-۴/۹۸ - ۳/۶۷

برای نشان دادن تفاوت گروه‌ها ابتدا میانگین و انحراف معیار گروه‌های آزمایش و کنترل و سپس تحلیل کوواریانس ارائه شده است. جدول ۳ نشان می‌دهد بر اثر مداخله، میانگین، میانه و دامنه اندازه‌گیری عزت‌نفس ناآشکار در مداخله‌های مثبت افزایش یافته و در مداخله‌های منفی کاهش پیدا کرده است.

جدول ۴: پیش‌فرض‌های آزمون کوواریانس در نمرات پس‌آزمون گروه‌ها

همگنی واریانس‌ها		همگنی شیب‌ها	
لوین	سطح معناداری	F	سطح معناداری
۱/۶۴	۰/۱۵۹	۱/۲۰۶	۰/۳۱۴

جدول ۴ مفروضه‌های اجرای تحلیل کوواریانس را برای رعایت پیش‌فرض‌های این تحلیل نشان می‌دهد. بر اساس نتایج این جدول، مقدار آزمون لوین در سطح $P < 0/01$ و آزمون F همگنی شیب‌های رگرسیون در سطح $P < 0/01$ معنادار نیستند؛ بنابراین پیش‌فرض‌های همگنی واریانس‌ها و همگنی شیب‌های رگرسیون تأیید می‌گردند.

جدول ۵: خلاصه نتایج آزمون کوواریانس تفاوت گروه‌های آزمایش و کنترل

منابع	مجموع مربعات	df	میانگین مربعات	F	سطح معناداری	مجذور اتا	توان
پیش‌آزمون	۱۳۰/۳۷	۱	۱۳۰/۳۷	۲۱۴/۶۵	۰/۰۰۱	۰/۷۲۱	۱
گروه	۱۳/۹	۲	۶/۹۵	۱۱/۴۴	۰/۰۰۱	۰/۲۱۶	۰/۹۹۲
جنسیت	۱/۲۳	۱	۱/۲۳	۲/۱۹	۰/۱۴۲	۰/۰۲۶	۰/۳۱۱
گروه × جنسیت	۰/۸۲۷	۲	۰/۴۱۴	۰/۶۸۱	۰/۵۰۹	۰/۰۱۶	۰/۱۶۱
خطا	۵۰/۴۲	۸۳	۰/۶۰۷	-	-	-	-

بر اساس نتایج جدول ۵ بین گروه‌های آزمایش (دستکاری مثبت و دستکاری منفی عزت‌نفس) و گروه کنترل تفاوت معناداری $P < 0/01$ وجود دارد؛ به عبارت دیگر پس از تعدیل نمرات پیش‌آزمون، دستکاری عزت‌نفس ناآشکار، در سطح معناداری باعث تفاوت در گروه‌های آزمایش در

مقایسه با گروه کنترل شده است. با در نظر گرفتن مجذور اتا می‌توان گفت که ۲۱ درصد تغییرات عزت نفس ناآشکار ($P=0/001$ و $F=11/44$) ناشی از ارائه محرک‌های زیرآستانه‌ای بوده است. میانگین نمرات تعدیل شده عزت نفس ناآشکار نشان می‌دهد که ارائه محرک‌های زیرآستانه‌ای مثبت در گروه دستکاری مثبت ($M=2/46$ و $Sd=0/14$) در مقایسه با گروه کنترل ($M=1/95$ و $Sd=0/14$) به طور معناداری در سطح بالاتر و از طرف دیگر ارائه محرک‌های زیرآستانه‌ای منفی در گروه دستکاری منفی ($M=1/49$ و $Sd=0/14$) در مقایسه با گروه کنترل به طور معناداری در سطح پایین‌تری است. همچنین نتایج جدول فوق نشان می‌دهد که تنها در اثر اصلی گروه، تفاوت‌های معنادار به دست آمد و در اثر اصلی جنسیت و اثر تعاملی (گروه $\times$ جنس) اثرات معناداری دیده نشد. به عبارت دیگر، بین گروه‌های جنسی مرد و زن در هیچ کدام از مداخله‌های عزت نفس ناآشکار ($P=0/142$ و $F=2/19$) تفاوت معناداری وجود نداشت. همین عامل باعث شد که تعامل گروه و جنسیت نیز نتواند میان گروه‌های آزمایش و کنترل تفاوت معناداری ایجاد کند.

بحث و نتیجه‌گیری

در این پژوهش تلاش شد تأثیر ارائه محرک‌های نوشتاری زیرآستانه‌ای بر دستکاری عزت نفس ناآشکار آزمایش شود. برای این هدف، عزت نفس ناآشکار ۹۰ شرکت‌کننده مرد و زن به هنگام ورود به آزمایشگاه روان‌شناسی دانشگاه به صورت انفرادی اندازه‌گیری شد و سپس با استفاده از نرم‌افزار رایانه‌ای دستکاری عزت نفس ناآشکار مورد دستکاری مثبت و منفی قرار گرفت. نتایج نشان داد دستکاری مثبت عزت نفس ناآشکار در گروه آزمایش دستکاری مثبت، در سطح معناداری باعث افزایش عزت نفس ناآشکار شده و از طرف دیگر دستکاری منفی عزت نفس ناآشکار در گروه دستکاری منفی، در سطح معناداری باعث کاهش عزت نفس ناآشکار شد. نتایج پژوهش حاضر در راستای تأیید نتایج پژوهش‌های وگنر و همکاران (۲۰۱۵)، توپگل، ورورد و جونگ (۲۰۱۸)، اسوالدی، زیمرمن و نومان (۲۰۱۲)، نومان، تاسچن کافیر، ترنتوسکا، کافیر و اسوالدی (۲۰۱۵)، هانک و بالتز-گوتز (۲۰۱۹) و اسپینوزا، والینته، وارس و بنتال (۲۰۱۸) بود. این پژوهش‌ها نشان دادند که دستکاری مثبت عزت نفس موجب افزایش آن و دستکاری منفی آن باعث کاهش عزت نفس ناآشکار می‌شود. این نتایج نشان داد که یک برنامه شرطی‌سازی ساده که در اصل توسط نظریه‌های یادگیری رفتاری گسترش داده شده است و اغلب برای افزایش و کاهش رفتارهای قابل مشاهده به کار گرفته شده است، می‌تواند برای تغییر دادن پاسخ‌های ناهشیار افراد نسبت به خودشان مؤثر واقع شود. همچنین یافته‌های این پژوهش همسو با نظریه‌هایی است که بیان می‌کنند ریشه‌های پذیرش خود^۱ مربوط به بازخوردهای مثبت و گرم از سوی افراد دیگر است. به عبارت دیگر می‌توان گفت نتایج این پژوهش بینشی برای زیربناهای شناختی مفهوم

عزت‌نفس فراهم می‌آورد؛ به این معنا که عزت‌نفس ناآشکار می‌تواند واکنشی ناهشیار که ریشه در تداعی‌های بنیادین شرطی شده میان بازنمایی خود^۱ و انتظارات تعاملات اجتماعی مثبت و منفی دارد دانست. به اعتقاد نظریه‌پردازان حوزه خود، عزت‌نفس آدمی به‌عنوان سیستمی عمل می‌کند که دائم به طور خودکار احتمال پذیرش در مقابل طرد را از سوی افراد دیگر ارزیابی می‌کند (زیگلر هیل، ۲۰۱۳). مطالعات جدید نشان داده است که این ارزیابی اغلب به‌صورت خودکار و به‌عبارت دیگر به‌صورت ناهشیار انجام می‌گیرد. یافته‌های پژوهش حاضر نشان می‌دهد که این سیستم، اطلاعات دریافت شده از تداعی‌های مثبت و منفی یا خوشایند و ناخوشایند از خود را ثبت و ذخیره کرده و سپس این تداعی‌ها می‌توانند از طریق شرطی‌سازی پذیرش یا عدم پذیرش خود باعث تغییر در عزت‌نفس ناآشکار شوند. همین‌طور نتایج این پژوهش نشان داد که گرچه احساسات مربوط به عزت‌نفس پایین می‌تواند از تجارب نامناسب دوران کودکی ناشی شود، بعدها می‌تواند از طریق به‌کارگیری اصول یادگیری اولیه افزایش یابد.

از طرف دیگر نتایج مربوط به عدم تفاوت جنسیتی در تأثیر دستکاری عزت‌نفس ناآشکار را می‌توان در روان‌شناسی شناختی جستجو کرد. براین اساس، ماهیت دستکاری عزت‌نفس، چه از نوع آشکار و چه از نوع ناآشکار، مداخله‌ای از نوع شناختی است و به شیوه پردازش و سطوح پردازش شرکت‌کنندگان برمی‌گردد. بر اساس مطالعات روان‌شناسی شناختی و سبک‌های یادگیری، شیوه‌های پردازش و انواع پردازش‌ها در افراد ارتباطی با جنسیت ندارد (ژنگ، ۲۰۱۴). از این‌رو تأثیری که حاصل از دستکاری عزت‌نفس در شرکت‌کنندگان ایجاد شده است از لحاظ جنسیت یکسان است.

به‌طور کلی پژوهش بر روی سازه عزت‌نفس ناآشکار موضوع تازه‌ای است و این حوزه از مطالعات عزت‌نفس به‌تازگی در روان‌شناسی مطرح شده است و اکثر پژوهش‌های انجام‌شده در مورد آن عمدتاً بر روی مشخص کردن ماهیت آن و ارتباط آن با عزت‌نفس آشکار و نیز روش‌های سنجش و اندازه‌گیری آن بوده است. اکثر پژوهش‌های حوزه عزت‌نفس ناآشکار از این اعتقاد اساسی برخاسته‌اند که گزارش‌های شخصی و اندازه‌گیری‌های هشیارانه از عزت‌نفس آشکار می‌تواند در تضاد با واقعیت باشد و نشان‌دهنده بازنمایی‌های صحیحی از خویشتن واقعی افراد نباشد. از این‌رو همان‌طور که در مقدمه مقاله نیز ذکر شد، با روش‌های ارزیابی ناآشکار که عمدتاً بر پایه ارزیابی ناهشیار یا زیرآستانه‌ای قرار دارند امید است بتوان بر محدودیت‌ها و مشکلات روش‌های سنجش آشکار غلبه کرد و با این روش‌ها امید تازه‌ای ایجاد شده است تا از طریق آن‌ها کیفیت سنجش ویژگی‌های شخصیتی افزایش یابد.

محدودیت‌هایی که در مطالعه حاضر وجود داشت شامل: ۱- عدم اجرای مطالعه پیگیری بعد از پس‌آزمون‌ها و به همین سبب، عدم امکان بررسی میزان ماندگاری دست‌کاری‌های مثبت و

منفی عزت نفس ناآشکار و ۲- جدید و در آغاز راه بودن کاربرد نرم‌افزار دستکاری عزت نفس ناآشکار بود. از این رو به پژوهشگران پیشنهاد می‌شود در پژوهش‌های آتی ویژگی‌های روان‌سنجی نرم‌افزار مورد بررسی قرار گیرد و در مطالعات بعدی دستکاری عزت نفس ناآشکار از مرحله پیگیری نیز جهت بررسی میزان ماندگاری دستکاری عزت نفس ناآشکار بر روی گروه‌های مختلف افراد استفاده شود.

سیاس‌گذاری: از کلیه مسئولان و کارکنان دانشگاه و از تمامی دانشجویان دانشگاه فرهنگیان کردستان که در این پژوهش شرکت کردند و پژوهشگر را یاری نمودند قدردانی می‌شود. این پژوهش با حمایت مالی دانشگاه فرهنگیان به شماره ۵۲۱۰۱/۵۰۲/۱۳۴ انجام شده است.

منابع

- بارون، رابرت، بیرن، دان و برنسکامب، نایلا. (۲۰۰۶). *روان‌شناسی اجتماعی*، ترجمه یوسف کریمی، نشر دوران، ۱۳۹۰.
- کاند، زیوا. (۲۰۰۲). *شناخت اجتماعی*. ترجمه حسین کاویانی، نشر مهر کاویان، ۱۳۸۸.
- بشرپور، سجاد، صمدی فرد، حمیدرضا. (۱۳۹۷). افکار خودکشی در دانش‌آموزان پسر: نقش خودپنداره، عزت نفس و سلامت اجتماعی، *فصلنامه پژوهش‌های روانشناسی اجتماعی*، ۳۱(۵): ۱۶-۱.
- رمضانپور، مهرناز، شرقی، علی، صالح صدق پور، بهرام. (۱۳۹۷). رابطه ادراک کیفیت مسکن و محیط مسکونی با عزت نفس ساکنین محله‌های ناهمگن، *فصلنامه پژوهش‌های روانشناسی اجتماعی*، ۳۴(۵): ۲۳-۴۸.
- فرح بیجاری، اعظم، قمری، راضیه، و فعلی، سمانه. (۱۳۹۷). نقش عدم اطمینان، عزت نفس، حس قدرت شخصی و محرومیت نسبی شخصی در مادی‌گرایی دانشجویان، *فصلنامه پژوهش‌های روانشناسی اجتماعی*، ۳۰(۵): ۹۳-۱۱۰.
- ملکی، بهرام. (۱۳۹۷). نقش عزت نفس آشکار و ناآشکار در پیش‌بینی نشانگان افسردگی، افکار خودکشی و احساس تنهایی، *فصلنامه مطالعات روان‌شناختی*، ۱۴(۴): ۱۰۶-۹۱.
- ملکی، بهرام و خواجه، هاید. (۱۳۹۵). دستکاری عزت نفس و تغییرپذیری عملکرد قلبی عروقی، *فصلنامه مطالعات روان‌شناختی*، ۱۲(۱): ۱۵۷-۱۴۱.
- ملکی، بهرام، علی‌پور، احمد، زارع، حسین و شقاقی، فرهاد. (۱۳۹۵). عزت نفس آشکار و ناآشکار پیش‌بینی کننده عملکرد قلبی عروقی، *فصلنامه روان‌شناسی سلامت*، ۵(۱۸): ۲۰-۵.
- ملکی، بهرام، علی‌پور، احمد، زارع، حسین و شقاقی، فرهاد. (۱۳۹۳). بررسی مقدماتی ویژگی‌های روان‌سنجی مقیاس ترجیح حروف الفبای نام برای سنجش عزت نفس ناآشکار، *فصلنامه اندازه‌گیری تربیتی*، ۵(۱۷): ۱۲۳-۱۰۱.

- Creemers, D., Scholte, R. Engels, R., Prinstein, M., Wiers, R. (2012). Implicit and explicit self-esteem as concurrent predictors of suicidal ideation, depressive symptoms, and loneliness. *Journal of Behavior Therapy & Experimental Psychiatry*, 43(1): 638-646.
- Crocker, J., Knight, K.M., (2005). Contingencies of self-worth. *Curr. Dir. Psychol. Sci.* 14(1): 200-203.
- Elfering, A., & Grebner, S. (2012). Getting used to academic public speaking: global self-esteem predicts habituation in blood pressure response to repeated thesis presentations, *Applied Psychophysiology and Biofeedback*, 37(2):109-20.
- Espinosa, R., Valiente, C., Varese, F., & Bentall, R. (2018). Can We Ameliorate Psychotic Symptoms by Improving Implicit Self-Esteem? A Proof-of-Concept Experience Sampling Study of an Evaluative Classical Conditioning Intervention, *Journal of Nervous and Mental Disease*. 206(9): 699-704.
- Farrar, S., Stopa, L., & Turner, H. (2015). Self-imagery in individuals with high body dissatisfaction: The effect of positive and negative self-imagery on aspects of the self-concept. *Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry*, 46(1): 8-13.
- Hank, P., & Baltes-Götz, B. (2019). The Stability of Self-Esteem Variability: A Real-Time Assessment, *Journal of Research in Personality*, 79(2): 143-150.
- Hiller, T.S., Steffens, M.C., Ritter, V., & Stangier, U. (2017). On the context dependency of implicit self-esteem in social anxiety disorder, *Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry*. 57(5): 118-125.
- Huajian, C., & Luo, Y. L.L. (2017). The heritability of implicit self-esteem: A twin study, *Personality and Individual Differences*, 119(4): 249-251.
- Kim, H. S., & Moore, M. T. (2019). Symptoms of depression and the discrepancy between implicit and explicit self-esteem. *Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry*, 63(2): 1-5.
- Lewis, N. (2019). Experiences of upward social comparison in entertainment contexts: Emotions, state self-esteem, and enjoyment, *The Social Science Journal*, In Press.
- Martens, A., Greenberg, J., Allen, J., Hayes, J., Schimel, J., & Johns, M. (2010). Self-esteem and autonomic physiology: Self-esteem levels predict cardiac vagal tone. *Journal of Research in Personality*, 44(5): 573-584.
- Naumann, E., Tuschen-Caffier, B., Trentowska, M., Caffier, D., & Svaldi, J. (2015). The effects of a self-esteem manipulation on body dissatisfaction in binge eating disorder, *Journal of Experimental Psychopathology*, 6(1): 28-39.
- Nuttin, J. M. Jr. (1987). Narcissism beyond Gestalt and awareness: The name letter effect. *European Journal of Social Psychology*, 15(3): 353-361.
- Riketta, M., & Dauenheimer, D. (2003). Manipulating self-esteem with subliminally presented words. *European Journal of Social Psychology*, 33(5): 679-699.

- Sari, S. A., Bilek, G. & Çelik, E. (2018). Test anxiety and self-esteem in senior high school students: a cross-sectional study. *Nordic Journal of Psychiatry*, 72(2): 84-88.
- Schwerdtfeger, A., Scheel, S. (2012). Self-esteem fluctuations and cardiac vagal control in everyday life. *International Journal of Psychophysiology*, 83(3): 328-335.
- Serenko, A.; Turel, O. (2019). A dual-attitude model of system use: The effect of explicit and implicit attitudes. *Information & Management*, 56 (5): 657–668.
- Smeijers, D., Vrijzen, J., Oostrom, I., Isaac, L., Speckens, A., Becker, B., & Rinck, M. (2017). Implicit and explicit self-esteem in remitted depressed patients. *Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry*, 54(1): 301-306.
- Svaldi, J., Zimmermann, S., & Naumann, E. (2012). The impact of an implicit manipulation of self-esteem on body dissatisfaction, *Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry*, 43(1): 581-586.
- Swann, W. B., Jr., Schneider, C., & McClarty, K. (2007). Do our self-views matter? Self-concept and self-esteem in everyday life. *American Psychologist*, 62(2): 84-94.
- Tuijl, L., Verwoerd, J., & Jong, P. (2018). Influence of sad mood induction on implicit self-esteem and its relationship with symptoms of depression and anxiety. *Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry*, 60(1): 104-110.
- Wegener, I., Geiser, F., Alfter, S., Mierke, J., Imbierowicz, K., Kleiman, A., Koch, A., & Conrad, R. (2015). Changes of explicitly and implicitly measured self-esteem in the treatment of major depression: Evidence for implicit self-esteem compensation, *Comprehensive Psychiatry*, 58(1): 57-67.
- Zeigler-Hill, V. (2013). *Self-Esteem*. New York: Psychology Press.
- Zeigler-Hill, V., & Jordan, C. (2010). Two faces of self-esteem: Implicit and explicit forms of self-esteem. In B. Gawronski & K. Payne, Eds. *Handbook of implicit social cognition: Measurement, theory, and applications*, New York, NY: Guilford Press, (pp. 392-407).
- Zheng, J. (2014). *Exploring Implicit Cognition: Learning, Memory, and Social Cognitive Processes*, Pennsylvania: Hershey Press.