

## پیش بینی اضطراب اجتماعی بر اساس طرحواره های هیجانی و نظریه ذهن در نوجوانان دختر

زهرا دهنبی<sup>۱</sup>، فاطمه صفائی<sup>۱</sup>، آلاله عطاران خراسانی<sup>۱</sup>، شهربانو عالی<sup>۲</sup>

<sup>۱</sup> دانشجوی کارشناسی ارشد، گروه روان شناسی، دانشکده علوم تربیتی و روان شناسی، دانشگاه فردوسی، مشهد، ایران

<sup>۲</sup> استادیار گروه روانشناسی، دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی، دانشگاه فردوسی مشهد، مشهد، ایران.

نام نویسنده مسئول:

شهربانو عالی

تاریخ دریافت: ۱۴۰۰/۰۲/۰۴

تاریخ پذیرش: ۱۴۰۰/۰۴/۰۸

### چکیده

اختلالات اضطرابی از جمله شایعترین اختلالاتی هستند که در کودکان و نوجوانان دارای شیوع ۱/۹ تا ۷/۴ درصد در سراسر جهان می باشد. اختلال اضطراب اجتماعی دارای ترس شدید و پایدار از یک یا چند موقعیت اجتماعی یا عملکردی و اجتناب زیاد از این موقعیت هاست. تحقیقات نشان داده اند که هیجان ها و توانمندی های شناختی نقش مهمی در این اختلال دارند. مواد و روش ها: این پژوهش یک مطالعه دارای طرح توصیفی بود. جامعه آماری آن شامل کلیه دانش آموزان دختر شهر مشهد بود. برای انتخاب نمونه از روش نمونه گیری در دسترس استفاده شد. نمونه این مطالعه شامل ۲۵۴ دانش آموز دختر بین ۱۲ تا ۱۸ سال بود. برای این پژوهش از آزمون چشم ها، آزمون طرحواره هیجانی لیهی و آزمون اضطراب اجتماعی لاجرسا استفاده گردید. تحلیل نتایج با استفاده از نرم افزار SPSS و آزمون رگرسیون چندگانه صورت گرفت. یافته ها: نتایج حاصل از آزمون رگرسیون چندگانه نشان داد که تئوری ذهن و طرحواره های هیجانی می توانند تا ۶۶ درصد از واریانس اضطراب اجتماعی را پیش بینی کند. نتیجه گیری: با توجه به اهمیت تئوری ذهن و طرحواره های هیجانی در اختلال اضطراب اجتماعی، میتوان از این مولفه ها برای پیشگیری و درمان این اختلال کمک گرفت.

**واژگان کلیدی:** اضطراب اجتماعی، تئوری ذهن، طرحواره هیجانی لیهی، آزمون چشم ها.

## مقدمه

نوجوانی<sup>۱</sup> به دورانی از رشد گفته می شود که زمان گذار و انتقال از کودکی به بزرگسالی است. افراد در دوره نوجوانی دستخوش دگرگونی های عمده ای می شوند که اغلب با نوسانات پرشور عاطفی و هیجانی همراه است که ممکن است برای فرد مشکلات هیجانی را به همراه داشته باشد (۱). اختلال اضطراب اجتماعی (SAD)<sup>۲</sup> یکی از مشکلات هیجانی است که با ترس و اضطراب بارز و مستمر از یک یا چند موقعیت همراه است و در آن فرد نگران است به گونه ای رفتار کند که موجب شرمندگی او شده و یا مورد ارزیابی منفی قرار گیرد و به طور قابل توجهی کیفیت زندگی فرد را کاهش میدهد (۲).

پژوهش های همه گیر شناسی نشان می دهند شیوع اختلال اضطراب اجتماعی در طول عمر از ۲/۴ تا ۱۶ درصد متغیر است که در میان جمعیت نوجوانان شیوع بیشتری دارد (۳). این اختلال معمولاً از سنین پایین شروع می شود و ابتدا به این اختلال در نوجوانی باعث میشود امکان ابتلا فرد در آینده به اختلالات خلقی، سایر اختلالات اضطرابی یا سوء مصرف مواد بیشتر شود (۴). نوجوانانی که اضطراب اجتماعی دارند به طور کلی کمتر با دیگران رفت و آمد می کنند و به سختی می توانند با همسالان خود کنار بیایند و هنگام رویارویی با چالش های دوران بزرگسالی با مشکلات بیشتری مواجه می شوند (۵).

در سالهای اخیر پژوهشگران علاوه بر در نظر گرفتن جنبه های آسیب شناسی و نشانه شناسی این اختلال، به ارتباط متغیرهای دیگر با اضطراب اجتماعی توجه نشان داده اند که در میان این متغیرها، مؤلفه های هیجانی نقش برجسته ای دارند (۶). بسیاری از پژوهش ها نشان می دهند اختلال اضطراب اجتماعی با مشکلاتی در هیجان ها همراه است (۲).

یکی از مدل های برجسته در این زمینه، مدل طرحواره های هیجانی (۷) می باشد. طرحواره هیجانی به هرگونه تفسیر، ارزشیابی، تمایل به عمل کردن و الگوهای رفتاری فرد گفته می شود که افراد در رویارویی با هیجانها خود در پیش می گیرند. این مدل فرض می کند اختلالات هیجانی به نحوه ارزشیابی و تفسیر افراد از هیجانهاست که تجربه می کنند و راهبردهای مقابله ایشان وابسته است. لیهی ۱۴ بعد طرحواره هیجانی شامل تأیید دیگران، قابل درک بودن هیجان ها، احساس گناه، دید ساده انگاره به هیجان، ارزش های برتر، غیر قابل کنترل بودن هیجان ها، بی حسی هیجانی، خردگرایی، چرخه عواطف، هم رای، پذیرش هیجانها، نشخوار ذهنی، ابراز و سرزنش را مطرح کرده است (۸).

طرحواره های هیجانی به روشی که افراد هیجانها خود را تجربه می کنند و اینکه چگونه هیجانها خود را هنگام برانگیخته شدن هیجانها ناخوشایند تفسیر می کنند اشاره دارد (۹). ساختار روانی فرد بر اساس طرحواره های هیجانی بنا شده است که این طرحواره ها به نحوه برقراری ارتباط فرد با دیگران، نحوه تجربه کردن هیجان ها و تفسیر واکنش ما نسبت به هیجان هایمان تاثیر می گذارد؛ به بیان دیگر طرحواره های هیجانی ساختار شخصیت فرد را شکل می دهند. این طرحواره ها مانند طرحواره های شناختی یانگ، بر اساس اطلاعات و تجربیات گذشته فرد که ماهیت تکراری داشته اند شکل گرفته است و هر زمان که این طرحواره ها در روابط فرد با دیگران و دنیای بیرون اتفاق افتد، بر روشی که افراد به هیجانهای درونی خود را تفسیر میکنند تاثیر می گذارد (۱۰). طرحواره های هیجانی این موضوع را بیان می کنند که ممکن است افراد در چگونگی معنی دادن به هیجانهاشان با یکدیگر متفاوت باشند. وجود این طرحواره ها باعث می شود که هنگام رویارویی با هیجانها ناخوشایند بر اساس آنها اقدامی را انجام دهیم (۱۱).

بر این اساس نقش پردازش هیجانی در زمینه اختلالات اضطرابی مورد توجه بسیاری از مطالعات قرار گرفته است. پژوهش ها نشان می دهند هر یک از اختلالات اضطرابی با طرحواره هایی در ارتباط با احساسات، هیجانها و افکار فرد در ارتباط هستند (۷). نوجوانانی که مبتلا به اختلال های اضطرابی هستند نسبت به نوجوانان بهنجار، در مورد احساسات خود نسبت به اتفاق های ناخوشایند زندگی بیشتر تامل می کنند و بر جنبه های منفی هیجان هایی که تجربه می کنند بیشتر تمرکز می کنند (۱۲). لیهی در بررسی نقش طرحواره های هیجانی در اضطراب نشان داد افراد مضطرب در ابعاد از دست دادن کنترل، غیر قابل درک بودن، نشخوار ذهنی و ابراز نمره بالایی گرفتند (۹). همچنین در مطالعه ای دیگر ساده اندیشی، شرم و گناه، خودآگاهی هیجانی و قابل کنترل بودن رابطه معناداری با اضطراب اجتماعی داشت (۱۳).

<sup>1</sup> adolescence

<sup>2</sup> Social anxiety disorder

علاوه بر هیجان، برخی مطالعات نشان می دهند که توانمندی های شناختی نیز نقش بسزایی در ایجاد مشکلات میان فردی و اجتماعی افراد دارای اختلال اضطراب اجتماعی دارد. این افراد در برداشت و استنباط باورها، هیجانات و نیت دیگران و به دنبال آن پیش بینی افکار و رفتار دیگران به ویژه در موقعیت های اجتماعی دچار مشکل می شوند. این توانایی شناختی در تشخیص و تبیین حالات روانی دیگران، تحت عنوان نظریه ذهن مطرح می شود (۱۴) که به طور وسیعی به توانایی درک انگیزه ها، افکار، هیجانات و درک کردن رفتارهای دیگران اشاره دارد (۱۵). نظریه ذهن با مهارت های برقراری ارتباط اجتماعی و اطلاعات عمومی فرد ارتباط دارد (۱۶). نظریه ذهن به معنای توانایی نسبت دادن حالات ذهنی مانند امیال، عواطف، باورها و نیت ها به خود و دیگران و استفاده از این اطلاعات برای تفسیر و پیش بینی رفتارهاست (۱۷). اولین بار اصطلاح نظریه ذهن در سال ۱۹۷۸ توسط وودراف و پریماک در مطالعه ای بر روی شمپانزه ها مطرح شد. نظریه ذهن برای درک بهتر محیط اجتماعی و درگیر شدن در رفتارهای اجتماعی بسیار مهم است (۱۸). نظریه ذهن در کنش های اجتماعی و برای سازگاری، امری ضروری است. برای نظریه ذهن دو بخش اساسی مطرح شده است: ۱- شناسایی و رمز گشایی حالات روانی دیگران بر اساس اطلاعات مشاهده ای در دسترس و فوری ۲- استنباط و نتیجه گیری از حالات روانی به گونه ای که بتوان بر اساس آن اعمال دیگران را تبیین و پیش بینی کرد (۱۴).

در همین راستا مهارت های اجتماعی در اینکه فرد چگونه از کودکی به بزرگسالی انتقال می یابد نقش مهمی دارد و به عنوان توانایی کودک در ایجاد و گسترش تعامل مثبت با سایر کودکان و بزرگسالان در نظر گرفته می شود. بسیاری از کودکان که به دلایل مختلف نمی توانند مهارت های اجتماعی را کسب کنند، رفتارهایی سازش نایافته و متضاد با اجتماع و ناخوشایند، همراه با کناره گیری بروز می دهند. بنابراین کسب مهارت های اجتماعی و نظریه ذهن، حیطة ای مهم در روابط کودکان و نوجوانان به شمار می آید در حقیقت نظریه ذهن برای درک محیط اجتماعی فرد و درگیری در رفتارهای اجتماعی موفقیت آمیز اهمیت دارد (۱۹). برخی پژوهش ها نشان داده اند که اگر آموزش نظریه ذهن از دوران کودکی شروع شود، میتواند به رشد همدلی در فرد و بینش بیشتر نسبت به هیجان ها و باورهای افراد کمک کند (۲۰). نظریه ذهن منجر به پذیرش فرد از سوی همسالان، برتری و شایستگی اجتماعی و به طور کلی رفتار اجتماعی مطلوب می شود. بنابراین ارتقای نظریه ذهن سبب شناخت هیجانات، درک باورها و امیال دیگران و پیش بینی و تبیین رفتارهای آنها شده و تعاملات اجتماعی را بهبود می بخشد (۲۱).

بنابراین علی رغم اثر مستقیم راهبردهای ناسازگارانه هیجانی در اختلال اضطراب اجتماعی، برخی صاحب نظران معتقدند برای درک بهتر فرآیندهای مقابله ای در کودکان و نوجوانان، می توان عوامل و بافت های اثر گذار شناختی، رشدی و اجتماعی را مورد توجه قرار داد (۲۱). از این رو می توان به این نکته توجه کرد که بررسی ها در خصوص طرحواره های هیجانی و نظریه ذهن نشان می دهند هردوی این سازه ها در حوزه شناسایی هیجان و احساس و پردازش صحیح آن هستند. چنانچه آگاهی هیجانی فرد بیشتر شود، او بهتر میتواند بین هیجان های مختلف دیگران تفاوت قایل شود که در غیاب چنین تفاوتی، هیجان ها به صورت مشابه درک می شود و سبب ناتوانی فرد در تعامل و سازگاری می شود (۲۲).

تحقیقات نشان دادند که نوجوانان مبتلا به اختلال اضطراب اجتماعی مشکلاتی را در تنظیم هیجان گزارش می دهند و بیشتر از راهبردهای تنظیم هیجانی ناکارآمدی مانند نشخوار فکری و کناره گیری استفاده می کنند (۲۳) و اینکه بین مدل شناختی هیجان و ابعاد طرحواره های هیجانی و افسردگی و اضطراب ارتباط وجود دارد (۲۴)؛ بیشتر مطالعات انجام شده در این جوامع خارج از فرهنگ ایرانی صورت پذیرفته است. با مرور پژوهش های داخلی موردی یافت نشد که به طور اختصاصی به نقش تنظیم هیجان و طرحواره های هیجانی در دانش آموزان ایرانی پرداخته باشد. با توجه به اینکه اضطراب اجتماعی تحت تاثیر عوامل اجتماعی و فرهنگی است؛ بنابراین با توجه به گفته های فوق می توان فرض کرد طرحواره های هیجانی و نظریه ذهن می توانند نقش بسزایی در تبیین مشکلات ارتباطی و اجتماعی افراد و اضطراب اجتماعی داشته باشد.

در پژوهشی نشان داده شد که کودکان و نوجوانانی که مهارت های بیشتری نظم جویی هیجانی دارند، از لحاظ شایستگی اجتماعی در سطح بالاتری هستند و در مقایسه با کودکان و نوجوانانی که مهارت های تنظیم هیجانی ضعیف تری دارند، روابط بهتری با دیگر افراد برقرار میکنند (۲۵)

سامسون، لاکنر، ویس و پاپوسک<sup>۳</sup> در پژوهش خود نشان دادند که افراد مبتلا به اضطراب اجتماعی در مقایسه با افراد عادی، انیمیشن هایی را که مستلزم درک حالات روانی شخصیت کارتونی بود، نسبت به انیمیشن های دیگر، کمتر خنده دار ارزیابی کردند(۲۶).

در تحقیقی دیگر نشان داده شد افراد دارای اضطراب اجتماعی نسبت به افراد عادی مشکلات بیشتر در مقیاس رمزگشایی نظریه ذهن نشان می دهند (۲۷). بنابراین به نظر می رسد مطالعه طرحواره های هیجانی و نظریه ذهن، با توجه به نقش مشابه این دو سازه در ادراک و پردازش هیجانات و ارتباط این مؤلفه های هیجانی با اختلال اضطراب هیجانی، حائز اهمیت خواهد بود. با توجه به اینکه اختلال اضطراب اجتماعی معمولاً از نوجوانی شروع شده و با مشکلات مهمی در عملکرد افراد همراه است و طبیعتاً شناخت هرچه بیشتر عوامل دخیل در این اختلال، به طراحی پروتکل های درمانی تخصصی و ویژه گروه های سنی کمک می کند؛ همچنین به دلیل کم بودن پژوهشهای انجام شده در این زمینه، به ویژه در نظر گرفتن نقش همزمان طرحواره های هیجانی و نظریه ذهن در اضطراب اجتماعی نوجوانان، به منظور درک بهتر عوامل مؤثر در بروز و تداوم این اختلال در نوجوانان دختر و در فرهنگ ایران به انجام این مطالعه خواهیم پرداخت.

### مواد و روش ها

این پژوهش در زمره پژوهشات بنیادی قرار دارد. روش انجام پژوهش به صورت توصیفی است. جامعه آماری پژوهش حاضر را کلیه نوجوانان دختر شهر مشهد تشکیل دادند. نمونه گیری این مطالعه به شیوه نمونه گیری در دسترس انتخاب شد و شامل ۲۵۴ نوجوان دختر بود. ملاک های ورود به این پژوهش شامل دختران در دامنه سنی ۱۲ تا ۱۸ سال و ملاک های خروج شامل عقب ماندگی ذهنی، مصرف مواد و مشکلات یادگیری بود.

پس از انتخاب موضوع، پوستر این پژوهش در شبکه های اجتماعی چند مدرسه شهر مشهد پخش شد و از افرادی که تمایل به شرکت در این پژوهش داشتند درخواست شد که برای دریافت لینک پرسشنامه به محقق اطلاع دهند. سپس به آنها درباره اهمیت موضوع اطلاعاتی داده شد؛ همچنین به آنها اطمینان دادیم که اطلاعات آنها محفوظ خواهد ماند. در گام بعدی پرسشنامه های پژوهش برای آنها ارسال شد. از دانش آموزانی که مایل به اطلاع از نتایج پژوهش بودند درخواست شد که در ابتدای پرسشنامه شماره تلفن همراه یا ایمیل یا آیدی خود را وارد نمایند. بعد از بررسی نهایی تعداد ۲۵۴ نفر به عنوان نمونه انتخاب شد.

### پرسشنامه اضطراب اجتماعی برای نوجوانان (SAS-A)

این پرسشنامه شامل ۱۸ ماده است که توسط لاجرسا (۱۹۹۸) تدوین شده است. سه عامل را مورد بررسی قرار می دهد: ۱- ترس از ارزیابی منفی توسط همسالان (FNE)<sup>۴</sup> که شامل ۸ ماده است ۲- اندوه اجتماعی و اجتناب از قرار گیری در موقعیت های جدید (SAD-New)<sup>۵</sup> که شامل ۶ سوال است و ۳- اجتناب و اندوه عمومی (SAD-General)<sup>۶</sup> که شامل ۴ سوال می باشد. ساختار سه عاملی پرسشنامه اضطراب اجتماعی در پژوهش های گوناگونی مورد تأیید قرار گرفته است. پایایی این مقیاس نیز در تحقیقات مختلف به روش بازآزمایی در دامنه ای از ۰/۵۴ تا ۰/۷۵ بوده است. روایی سازه ای این مقیاس نیز در چندین مطالعه گوناگون مطلوب گزارش شده است. در ایران نیز این پرسشنامه توسط استوار و رضویه در سال ۱۳۹۱ مورد بررسی روانسنجی قرار گرفته است. سوال ۱ و ۶ از نسخه اصلی مقیاس اضطراب اجتماعی برای نوجوان، پس از ترجمه و اجرا در جامعه ی ایرانی به دلیل اینکه در خرده مقیاس های نامرتب قرار گرفتند، حذف گردید و به ۱۶ سوال کاهش پیدا کرد. بنابراین نسخه مورد استفاده در ایران ۱۶ آیتمی می باشد. که پایایی آن برای سه زیرمقیاس گفته شده به ترتیب ۰/۸۴، ۰/۷۶ و ۰/۷۷ گزارش شده و پایایی بازآزمایی برای کل مقیاس برابر با ۰/۸۸ بوده است (۲۸).

<sup>3</sup> Samson AC , Lackner HK, Weiss EM , Papousek I.

<sup>4</sup> Fear of Negative Evaluation

<sup>5</sup> Social Avoidance and Distress in New situations

<sup>6</sup> Social Avoidance and Distress- General

**پرسشنامه طرحواره های هیجانی لیهی (LESS)**

این پرسشنامه توسط لیهی (۲۰۰۲) و برای تعیین باورهای و راهبردهای افراد در برابر هیجانات و شناسایی طرحواره های هیجانی افراد تدوین شده است. این پرسشنامه دارای ۵۰ ماده است که در یک مقیاس ۶ درجه ای از کاملاً نادرست تا کاملاً درست باورهای افراد در خصوص هیجان‌اتشان را در ۱۴ بعد سرزنش، اعتباریابی، ابراز، قابل فهم بودن، نشخوار فکری، احساس گناه، پذیرش، دید ساده انگارانه به هیجان، کرختی، ارزش های والاتر، کنترل، خردگرایی، دوام، اتفاق نظر می‌سنجد. نتایج حاصل از بررسی این پرسشنامه در ایران در سال ۱۳۹۴ توسط تاشکه و بازانی نشان داد پایایی بازمیابی آن برای کل مقیاس ۰/۷۸ و ضریب همسانی درونی آن ۰/۸۲ می‌باشد (۱۳).

**آزمون ذهن خوانی از طریق تصاویر چشم (RMET)**

این آزمون از دسته آزمون های عصب روانشناسی است که توسط بارون و همکاران (۲۰۰۱) معرفی شده است. این آزمون از تصاویر چشمان باز افراد گوناگونی است که ۳۶ حالت مختلف از جمله آرام، دلسرد و وحشت زده را نشان می‌دهد. آزمودنی‌ها باید بهترین گزینه ای که حالت ذهنی شخص داخل تصویر را نشان می‌دهد انتخاب کند. پاسخ های این آزمون به صورت چهار گزینه ایست که نمره صفر برای پاسخ اشتباه و نمره یک برای پاسخ صحیح در نظر گرفته می‌شود. از این رو بالاترین نمره ای که فرد می‌تواند در این آزمون کسب کند ۳۶ و کمترین نمره ۰ می‌باشد. نمره کمتر از ۲۲ نشانگر ذهن خوانی پایین، نمره بین ۲۲ تا ۳۰ نشانگر ذهن خوانی متوسط و نمره بالاتر از ۳۰ نشانگر ذهن خوانی بالاست. در پژوهش بافنده (۱۳۹۰) از طریق روش آلفای کرونباخ ۰.۷۳ به دست آمد. همچنین در پژوهش بخشی پور، علیلو، خانجانی، رنجبر و بافنده قراملکی (۱۳۹۰) با روش کودر ریچاردسون ۰.۶۹ بدست آمد (۲۹).

**یافته ها**

این تحقیق بر روی ۲۵۴ دانش آموز دختر بین رده سنی ۱۲ تا ۱۸ سال انجام شد. میانگین سن افراد شرکت کننده در این تحقیق ۱۵/۳۶ با انحراف معیار ۱/۵۱ بود. در جدول ۲ میانگین و انحراف معیار متغیرهای پژوهش ذکر شده است. برای پیش بینی اضطراب اجتماعی از طریق طرحواره های هیجانی و تئوری ذهن از آزمون رگرسیون چندگانه استفاده شد. قبل از آن، برای بررسی فرض نرمال بودن توزیع داده ها از آزمون کولموگروف - اسمیرنف استفاده شد که سطوح معناداری بالای ۰.۰۵ برای هر تمام متغیرها، نرمال بودن توزیع داده ها را تایید کرد. با توجه به نتایج جدول ۲، می‌توانیم نتیجه بگیریم که طرحواره های هیجانی نامبرده همراه با تئوری ذهن می‌تواند تا ۶۶ درصد از واریانس اضطراب اجتماعی را پیش بینی کند.

**جدول ۱. میانگین و انحراف معیار متغیرهای پژوهش**

متغیرها	میانگین	انحراف معیار
اضطراب	۴۷.۵۵	۱۶.۱۰
تئوری ذهن	۱۹.۴	۳.۴
نشخوارفکری	۱۷.۴۵	۳.۸۱
احساس گناه	۱۳.۸۵	۴.۵۹
خردگرایی	۱۳.۴۵	۲.۹۳
ابراز	۷.۴۶	۲.۲۹
اعتباریابی	۹.۵۶	۳.۷۳
قابل فهم بودن	۱۳.۸۲	۴.۱۸
سرزنش	۷.۳۱	۲.۷۸
دید ساده انگارانه به هیجان	۱۷.۷۲	۳.۹۸

۴.۵۳	۱۱.۷۲	کنترل
۲.۲۴	۵.۶۷	کرختی
۳.۹۲	۱۱.۸۶	اتفاق نظر
۲.۴	۶.۸۴	دوام
۳.۱۳	۱۳.۹۵	ارزش برتر
۵.۲۷	۲۳.۷۲	پذیرش

جدول ۲. نتایج آزمون تحلیل رگرسیون چندگانه به شیوه همزمان برای پیش بینی متغیر اضطراب اجتماعی

خلاصه مدل

Std. Error of the Estimate	Adjusted R Square	R Square	R	مدل
۹.۶۸	۰.۶۳	۰.۶۶	۰.۸۱	۱

با توجه به نتایج به دست آمده از ضریب تبیین ( $R^2$ ) می توان بیان کرد که متغیرهای وارد شده مدل رگرسیونی می توانند ۶۶ درصد از تغییرات متغیر اضطراب اجتماعی را تبیین و پیش بینی کنند.

جدول آنوا

sig	F	میانگین مجزورات	df	مجموع مجزورات	مدل
۰.۰۰۰	۳۰.۸	۲۸۸۸.۷	۱۵	۴۳۳۳۰.۵۷	رگرسیون
		۹۳.۷۸	۲۳۸	۲۲۳۲۰.۱۵	باقیه ای
			۲۵۳	۶۵۶۵۰.۷۲	مجموع

نتایج به دست آمده از جدول آنوا نشان می دهد که با توجه به سطح معناداری (0.000) به دست آمد مدل رگرسیونی ما معنادار است و مولفه های وارد شده به مدل می توانند پیش بینی کننده ی متغیر اضطراب اجتماعی باشند.

جدول ضریب اعتبار رگرسیون

Sig	t	Beta	خطای استاندارد	B	مدل
0.000	6.75		11.56	۷۸.۱۳۱	ثابت
0.05	1.9	0.09	0.17	۰.۳۲	احساس گناه
0.000	3.6	0.21	0.24	۰.۸۹	نشخوار فکری
0.625	0.49	0.02	0.23	۰.۱۱	خردگرایی
0.012	-2.53	-0.12	0.22	-۰.۵۷	آزمون چشم ها
0.7	0.38	0.01	0.27	۰.۱	ابراز
0.34	-0.95	-0.05	0.23	-۰.۲۲	اعتباریابی
0.68	-0.41	-0.02	0.21	-۰.۰۸	قابل فهم بودن
0.001	3.36	0.21	0.36	۱.۲۲	سرزنش
0.006	-2.79	-0.14	0.2	-۰.۵۶	دید ساده انگارانه به هیجان
0.66	0.43	0.02	0.17	۰.۰۷	کنترل

0.71	-0.36	-0.01	0.33	-۰.۱۲	کرختی
0.001	-3.28	-0.18	0.23	-۰.۷۶	اتفاق نظر
0.225	-1.21	-0.05	0.29	-۰.۳۶	دوام
0.001	-3.43	-0.15	0.23	-۰.۸۱	ارزش برتر
0.000	-3.82	-0.2	0.16	-۰.۶۲	پذیرش

نتایج به دست آمده از جدول رگرسیونی نشان می دهد که متغیر تئوری ذهن و مولفه های نشخوار فکری، اتفاق نظر، سرزنش، پذیرش احساسات پیش بینی کننده های معناداری برای متغیر اضطراب اجتماعی می باشد (  $p > 0.05$  ).

### بحث

پژوهش حاضر به منظور پیش بینی اضطراب اجتماعی بر اساس طرحواره های هیجانی و نظریه ذهن در نوجوانان دختر و پسر انجام شد. برای سنجش این فرضیه از آزمون رگرسیون چندگانه استفاده شد. نتایج آزمون تحلیل رگرسیون چندگانه به شیوه همزمان نشان داد که تئوری ذهن و طرحواره های هیجانی لیهی قدرت پیش بینی معنی داری برای اختلال اضطراب اجتماعی دارند. نتایج این تحلیل نشان داد که این ۱۵ متغیر در مجموع ۶۶ درصد از واریانس اضطراب اجتماعی را پیش بینی می کند. این یافته ها با نتایج تحقیقات قبلی در این زمینه همسوس می باشد که نشان می دهند طرحواره های هیجانی (۳۰-۳۳) و تئوری ذهن در اختلال اضطراب اجتماعی نقش موثری دارد (۳۴-۳۵).

تحقیقات بسیاری نشان داده اند که اختلال اضطراب اجتماعی با مشکلاتی در تنظیم هیجان و یا به عبارتی دیگر بدتنظیمی هیجان همراه است؛ به همین دلیل هیجان و نظم جویی هیجانی در اختلال اضطراب اجتماعی و راهکارهای درمانی برای بهبود مهارتهای نظم جویی هیجانی از اهمیت بالایی برخوردار است (۲). مشکلات تنظیم هیجانی در اختلال اضطراب اجتماعی هم در رابطه فرد با خود و هم رابطه او با دیگران وجود دارد. افراد مبتلا به اختلال اضطراب اجتماعی راهبردهای تنظیم هیجانی محدودی دارند (۲۴)؛ بنابراین کسانی که در مهارتهای شناختی و هیجانی مشکل دارند در مورد تهدید ناشی از موقعیتهای میان فردی فاجعه سازی کرده و به اضطراب اجتماعی دچار می شوند (۹). از طرفی درک پایین از حالت هیجانی افراد، پاسخ های منفی به هیجانها و روش های ناکارآمد در بیماران مبتلا به اختلال اضطراب اجتماعی، باعث تشدید سردرگمی و نگرانی این بیماران می گردد. چون افراد مبتلا به اختلال اضطراب اجتماعی از واکنش اجتنابی استفاده می کنند، نمیتوانند به طور موثری مهارت های برقراری ارتباط با دیگران را بیاموزند به همین دلیل در ارتباط با همسالان از رفتارهای نامناسب استفاده می کنند. استفاده نامناسب از رفتارها در ارتباطات منجر به کاهش تمایل همسالان جهت برقراری ارتباط با فرد می گردد، درنهایت چرخه معیوبی شکل خواهد گرفت و اضطراب اجتماعی کودکان را افزایش خواهد داد. افراد با نقص در تواناییهای نظریه ذهن در ارزیابی افکار دیگران مشکل دارند و همین امر باعث مشکلات اجتماعی و اختلال در کارکردهایشان می شود (36).

### نتیجه گیری

نتایج پژوهش نشان داد که طرحواره های هیجانی و تئوری ذهن در اختلال اضطراب اجتماعی نقش مهمی را ایفا می کنند.

### تشکر و قدردانی

در پایان لازم است از همه افرادی که ما را در انجام این پژوهش یاری نمودند تشکر لازم را به عمل می آوریم.

### تعارض منافع

این مقاله هیچگونه تعارض منافی ندارد.

## منابع و مراجع

- [1] Jahan Faeze, Merafzoon Dariush, Hosseini Sharareh. Exploring the effect of eye movement desensitization and reprocessing (EMDR) on emotion regulation, defense mechanisms, and quality of life of female students with social anxiety. *J Psychol Models And Methods*. 2018 ؛ 9 ( 33 ) : 51-70[Persian]
- [2] Dixon ML, Moodie CA, Goldin PR, Farb N, Heimberg RG, Gross JJ. Emotion regulation in social anxiety disorder: Reappraisal and acceptance of negative self-beliefs. *Biological Psychiatry: Cognitive Neuroscience and Neuroimaging*. 2020 ؛5(1):119-29.
- [3] Hassanvand Amouzadeh M , Aghili MM. The cognitive predictors of obsessive- compulsive symptoms in students. *J Health and Care*. 2016؛ 17( 4): 281-90[Persian]
- [4] Leichenring F, Leweke F. Social anxiety disorder. *New England J of Med*. 2017 8;376(23):2255-64.
- [5] McAleavey AA, Castonguay LG, Goldfried MR. Clinical experiences in conducting cognitive-behavioral therapy for social phobia. *Behavior Therapy*. 2014؛ 45(1): 21-35.
- [6] Leigh E, Clark DM. Understanding social anxiety disorder in adolescents and improving treatment outcomes: Applying the cognitive model of Clark and Wells (1995). *Clinical child and family psychology review*. 2018;21(3):388-414.
- [7] Edwards, E. R., & Wupperman, P. Research on emotional schemas: A review of findings and challenges. *Clinical Psychol*,2019. 23(1), 3-14.
- [8] Moghtader L, Shamloo M. The correlation of perceived social support and emotional schemas with students' social anxiety. *J Holistic Nursing and Midwifery*. 2019;29(2):106-12.
- [9] Leahy RL. Emotional Schema Therapy: A Meta- Experiential Model. *Australian Psychologist*. 2016 ؛ 51(2): 82-8
- [10] Dashtban jami S, Bayazi M, Zaeimi H, Hojjat S. Assessment of relation between emotional schemas and meta cognitive beliefs and depression. *JNKUMS*. 2014; 6 (2) :297-305[Persian]
- [11] Leahy RL. Introduction: emotional schemas and emotional schema therapy. *International J Cog Therapy*. 2019;12(1):1-4.
- [12] Lennarz HK, Hollenstein T, Lichtwarck-Aschoff A, Kuntsche E, Granic I. Emotion regulation in action: Use, selection, and success of emotion regulation in adolescents' daily lives. *International J Behavioral Development*. 2019 ؛43(1):1-1.
- [13] Tashkeh M, Barani M. Prediction of social anxiety by cognitive emotional regulation and emotional schema in boys and girls students. *Zanko J Med Sci*.2016 ؛16(50): 72-83 [Persian]
- [14] Alizadehfard S, Rafezi Z. The effect of interpersonal therapy on social anxiety and theory of mind. *Knowledge & Research In Applied Psychology*.2018;19(2): 88- 96 [Persian]
- [15] Wellman HM. The development of theory of mind: Historical reflections. *Child Development Perspectives*. 2017 ؛11(3):207-14.
- [16] Barragan M, Laurens KR, Navarro Jb, Obiols JE. Theory of mind psychotic like experiences and psychometric schizotypy in adolescents from the general population. *Psychiatry Ressarch*.2011؛18: 225-31
- [17] Schneider D, Slaughter VP, Dux PE. Current evidence for automatic Theory of Mind processing in adults. *Cog*. 2017 ؛162:27-31.
- [18] Hayward EO, Homer BD. Reliability and validity of advanced theory-of-mind measures in middle childhood and adolescence. *British J Developmental Psychol*. 2017 ؛35(3):454-62.
- [19] Bakhshi Barzili M, Pourmohamadrezatajrishi M, Adibsereshkiil N, Mikaeili E. The effect of theory of mind training on social skills improvement in intellectually disabled students. *J Rehabilitation*.2013؛ 14 ( 2): 61 – 69 [Persian]
- [20] Bayrami M, Mohebbi M. Relationship between attachment to parents and perception of conflict between parents with social anxiety disorder in female students the mediating role of emotion oriented copying strategy. *Clinical Psychol*.2016؛ 8(1):71-82[Persian]



- [21] Farhadi A, Movahedi Y, Azizi A, Ghasemi Keli F, Kariminezade K. The effectiveness of social skills training on promoting the theory of mind in aggressive adolescents. *Social Cog*.2015; 3(2): 55-66[Persian]
- [22] Javanmard GH H, Mohammadi Garegozlu R. The study of relationship between theory of mind and alexithymia in a nonclinical group. *Social Cog*.2015; 4(1): 127-45 [Persian].
- [23] Sackl-Pammer P, Jahn R, Özlü-Erkilic Z, Pollak E, Ohmann S, Schwarzenberg J, Plener P, Akkaya-Kalayci T. Social anxiety disorder and emotion regulation problems in adolescents. *Child and adolescent psychiatry and mental health*. 2019 ;13(1):1-۱2.
- [24] Rusch S, Westermann S, Lincoln TM. Specificity of emotion regulation deficits in social anxiety: an internet study. *Psychology and Psychotherapy*.2012 ; 85 :268-77.
- [25] Jafari H, Sheikhan R, Aryankia, Mahmoodzade A. (2013).Adolescent's social anxiety:The role of attachment styles and cognitive emotion regulation strategies. *Developmental Psychology (Journal Of Iranian Psychologists)*.2013; 9(36):363-75[Persian]
- [26] Samson, A. C., Lackner, H. K., Weiss, E. M., & Papousek, I. (2012). Perception of other people's mental states affects humor in social anxiety. *J behavior therapy and experimental psychiatry*, 43(1), 625-631.
- [27] Colonnese C, Nikolić M, de Vente W, Bögels SM. Social anxiety symptoms in young children: Investigating the interplay of theory of mind and expressions of shyness. *J Abnormal Child Psychol*. 2017 ;45(5):997-1011.
- [28] Ostovar S, Razavieh A.The Study of psychometric properties of social anxiety scale for adolescents (SAS-A) for use in Iran. *J Psychological Models and Methods*. 2013(۱۲)۳ : 69-78[Persian]
- [29] Bakhshipour A, Aliloo M, Khanjani Z, Ranjbar F, Bafandeh H. Theory of mind deficit in schizophrenic patients with positive and negative symptoms: state or trait. *Med J Tabriz Uni of Med Sci* .2012 , 33(6).32 – 38 [Persian].
- [30] Ghadampour, E., Hosseini Ramaghani, N. A., & Moradiani Gizeh Rod, S. (2018). Effectiveness of emotional schema therapy on anxiety sensitivity and emotion regulation strategies in socially anxious students. *Armaghane danesh*, 23(5), 591-607 [Persian]
- [31] Morvaridi, M., Mashhadi, A., Shamloo, Z. S., & Leahy, R. L. (2019). The effectiveness of group emotional schema therapy on emotional regulation and social anxiety symptoms. *International J Cog Therapy*, 12(1), 16-24.
- [32] Morvaridi, M., Mashhadi, A., & Sepehri Shamloo, Z. The effectiveness of group therapy based on emotional schema therapy on decrease of anxiety sensitivity in woman with social anxiety disorder. *J Neyshabur Univ Med Sci*. ۲۰۱۹ . 7(1), 26-35 [Persian].
- [33] Mirzayi GM, Asgharnezhad AA, Fathalilavasani F, AhadianFard P. Comparison of Emotional Schemas and Study of the Relationship between anxiety, worry and Emotional Schema in Patients with Obsessive-compulsive Disorder, Social Anxiety Disorder and in Normal Group. *J Research in Psychological Health*.2014 ; 8: 21-30 [Persian].
- [34] Colonnese, C., Nikolić, M., de Vente, W., & Bögels, S. M. Social anxiety symptoms in young children: Investigating the interplay of theory of mind and expressions of shyness. *J Abnormal Child Psychol*,2017. 45(5), 997-1011.
- [35] Alvi, T., Kouros, C. D., Lee, J., Fulford, D., & Tabak, B. A. Social anxiety is negatively associated with theory of mind and empathic accuracy. *J abnormal psychol*. 2020. 129(1), 108.
- [36] Taklavi S, Sadeghi M. The role of theory of mind, brain-behavioral systems and social problem solving in predicting social anxiety of elementary school students, *School Psychol*. 2018. 7(3), 118-134[Persian]