

تنظیم‌شناختی هیجان و ترس از ارزیابی در نوجوانان دختر دارای نشانه‌های اختلال اضطراب اجتماعی و بهنجار

عباس ابوالقاسمی، محمد بهرامی، و محمد نریمانی^۳

تاریخ دریافت مقاله: ۱۳۹۲/۷/۱۴ تاریخ پذیرش مقاله: ۱۳۹۲/۱۰/۳۰

چکیده

مقدمه: تنظیم هیجان نقش مهمی در ترس از ارزیابی در نوجوانان دارد. هدف پژوهش حاضر، مقایسه‌ی تنظیم‌شناختی هیجان و ترس از ارزیابی در نوجوانان دختر دارای نشانه‌های اختلال اضطراب اجتماعی و بهنجار می‌باشد.

روش: روش تحقیق، نوع علی-مقایسه‌ای بود. نمونه‌ی این پژوهش شامل ۱۰۰ دانش‌آموز دختر دارای نشانه‌های اختلال اضطراب اجتماعی و ۱۰۰ دانش‌آموز دختر بهنجار در شهر پاره بود که با روش نمونه‌گیری خوشه‌ای انتخاب شدند. برای جمع‌آوری داده‌ها، از مقیاس اضطراب اجتماعی کودکان و نوجوانان، پرسشنامه‌ی تنظیم‌شناختی هیجان، مقیاس ترس از ارزیابی منفی و مقیاس ترس از ارزیابی مثبت استفاده شد.

یافته‌ها: نتایج تحلیل واریانس چندمتغیری نشان داد که راهبردهای منفی تنظیم‌شناختی ترس از ارزیابی در دختران دارای نشانه‌های اختلال اضطراب اجتماعی بیشتر و راهبردهای مثبت تنظیم‌شناختی هیجان کمتر از گروه کنترل بوده است. بر اساس نتایج رگرسیون چندمتغیری، تنظیم‌شناختی هیجان و ترس از ارزیابی، ۴۳ درصد از واریانس نشانه‌های اختلال اضطراب اجتماعی را در دانش‌آموزان دختر دارای اختلال اضطراب اجتماعی تبیین می‌کند.

نتیجه‌گیری: این یافته‌ها بیان می‌کنند که تنظیم‌شناختی هیجان و ترس از ارزیابی، بر اختلال اضطراب اجتماعی تأثیر گذارند.

کلیدواژه‌ها: اختلال اضطراب اجتماعی، تنظیم‌شناختی هیجان، ترس از ارزیابی

شیوه ارجاع‌دهی به این مقاله: ابوالقاسمی، عباس، بهرامی، محمد، و نریمانی، محمد. (۱۳۹۳). تنظیم‌شناختی هیجان و ترس از ارزیابی در نوجوانان دختر دارای اختلال نشانه‌های اضطراب اجتماعی و بهنجار. دوفصلنامه‌ی روانشناسی بالینی کودک و نوجوان، ۲(۱): ۷۰-۵۷.

۱. نویسنده‌ی مسئول: استاد گروه روانشناسی، دانشگاه محقق اردبیلی

(abolghasemi_44@yahoo.com)

۲. کارشناس ارشد روانشناسی عمومی

۳. استاد گروه روانشناسی، دانشگاه محقق اردبیلی

مقدمه

اختلال اضطراب اجتماعی^۱ با شیوع طول عمر ۱۲/۱ درصد، یک اختلال شایع و ناتوان کننده است. افراد دارای اختلال اضطراب اجتماعی، از تعاملات اجتماعی (مانند حرف زدن با یک غریبه و یا مهمانی رفتن) و موقعیت‌های عملکردی (همچون ایراد سخنرانی) می‌ترسند و از آنها اجتناب می‌کنند (ویسمن، آدرکا، ماروم، هرمش و گیلبوآ-اسکاتمن، ۲۰۱۱). ویژگی اصلی اختلال اضطراب اجتماعی، ترس آشکار و مستمر از یک یا چند موقعیت اجتماعی یا عملکردی است که شخص، در معرض دید اشخاص ناآشنا و یا احتمالاً در معرض توجه دیگران قرار می‌گیرد (انجمن روان‌پزشکی آمریکا، ۲۰۰۰؛ ترجمه‌ی نیکخو و آوادایس یانیس، ۱۳۸۱).

تیلفورس و فورمارک^۳ (۲۰۰۷) در سوئد، شیوع اختلال اضطراب اجتماعی را ۱۶/۱ درصد گزارش کردند. شیوع اختلال اضطراب اجتماعی در طول عمر، در جوامع غربی در دامنه‌ای از ۷ تا ۱۳ درصد قرار دارد. شواهد حاکی از آن است که ۸۵ درصد افراد دارای اختلال اضطراب اجتماعی، دچار افت عملکرد تحصیلی، ۹۵ درصد، مشکلاتی در زمینه‌ی شغلی و ۶۹ درصد آسیب در عملکرد اجتماعی دارند (وکیلان، قنبری هاشم‌آبادی و طباطبایی، ۱۳۸۷). همچنین در پژوهش زو، شنیر، هیمبرگ، پرینسیسوال، لیوویتز، شاوای وانک و بلاتکو^۴ (۲۰۱۲) میزان شیوع اختلال اضطراب اجتماعی در یک نمونه‌ی بالینی از جوانان دختر و پسر، به ترتیب ۵/۷ و ۴/۲ درصد گزارش شده است.

شواهد جدید در خصوص اختلالات اضطرابی نشان می‌دهد که مشکل در تنظیم

1. social anxiety disorder

2. Weisman, Aderka, Marom, Hermesh & Gilboa-Schechtman

3. Tillfors & furmark

4. Xu, Schneier, Heimberg, Princisvalle, Liebowitz, ShuaiWang & Blanco

هیجان، ممکن است عامل مهمی در این اختلالات باشد (رودبوفو هیمبرگ، ۲۰۰۸). بارلو^۲ (۲۰۰۲؛ به نقل از هافمن، ۲۰۰۵) ادراک کنترل بر روی اضطراب را به عنوان عامل تعیین کننده‌ی مهمی برای سبب‌شناسی و تداوم اختلالات اضطرابی مطرح کرده است. افراد دارای اختلال اضطراب اجتماعی، تجاربی غیرمنتظره و هیجانات متوالی را تجربه می‌کنند که سبب می‌شود این‌گونه افراد، واکنش‌های جسمانی و هیجانی خود را غیرقابل کنترل بدانند (هافمن، ۲۰۰۵).

از متغیرهای دیگر مرتبط با اختلال اضطراب اجتماعی، ترس از ارزیابی است. اضطراب اجتماعی، تجربه‌ی ترس و یا نگرانی درباره‌ی یک موقعیت اجتماعی و انتظار درباره‌ی مورد ارزیابی قرار گرفتن توسط دیگران است (ویار^۴، ۲۰۰۹). افراد دارای اختلال اضطراب اجتماعی تصور می‌کنند دیگران ذاتاً انتقادکننده هستند و احتمالاً آنان را به‌طور منفی ارزیابی می‌کنند (کلارک و ولز^۵، ۱۹۹۵؛ راپی و هیمبرگ^۶، ۱۹۹۷؛ به نقل از ویکز، هیمبرگ، رودباخ و نورتون^۷، ۲۰۰۸). فرگوس، والنتینر، مک‌گرا، استیفنسون، گایر و جانکیز^۸ (۲۰۰۹) نشان دادند که افراد دارای اختلال اضطراب اجتماعی، در مقایسه با سایر بیماران اختلال اضطرابی، نمرات بالاتری در مقیاس ترس از ارزیابی مثبت کسب می‌کنند. ویکز و همکاران (۲۰۰۹) در پژوهشی دریافتند که ترس از ارزیابی مثبت، زمینه‌ساز اضطراب تعامل اجتماعی خواهد بود. هر دو نوع ترس از ارزیابی منفی و مثبت، با اختلال اضطراب اجتماعی همبستگی معناداری داشت. ویکز و همکاران (۲۰۱۰) نشان دادند که ترس از

1. Rodebaugh & Heimberg

2. Barlow

3. Hofmann

4. Viar

5. Clark & Wells

6. Rapee & Heimberg

7. Weeks, Heimberg, Rodebaugh & Norton

8. Fergus, Valentiner, McGrath, Stephenson, Gier & Jencius

ارزیابی‌های منفی و مثبت، درصد معناداری از واریانس اختلال اضطراب اجتماعی را تبیین می‌کنند.

متغیر مرتبط دیگر با اختلال اضطراب اجتماعی، تنظیم هیجان‌می باشد. تنظیم هیجان، مجموعه‌ی متنوعی از فرایندهای کنترلی است که هدف آن، انتخاب هیجان و دستکاری زمان، مکان و چگونگی تجربه و ابراز آن هیجان است. تورک، هیمبرگ، لوترک، منین و فریسکو^۲ (۲۰۰۵) دریافتند که افراد دارای اختلال اضطراب اجتماعی، در مقایسه با افراد گروه کنترل و افراد دارای اختلال اضطراب فراگیر، خودشان را به‌عنوان افرادی که هیجانات مثبت را کمتر بیان می‌کنند، توصیف کرده‌اند. منین، مگلاگلین و فلاناگان^۳ (۲۰۰۹) نشان دادند که درک هیجانی ضعیف، بهترین پیش‌بینی‌کننده‌ی اختلال اضطراب اجتماعی، و عدم پذیرش هیجانات، بهترین پیش‌بینی‌کننده‌ی اختلال اضطراب اجتماعی توأم با اختلال اضطراب فراگیر بود. ورنر، گلدین، بار، هیمبرگ و گروس^۴ (۲۰۱۱) نشان دادند که افراد دارای اختلال اضطراب اجتماعی، اجتناب و سرکوب هیجانی را بیشتر از گروه کنترل مورد استفاده قرار می‌دهند.

تنظیم هیجان و ترس از ارزیابی‌ها، از جمله عواملی هستند که نقش مهمی در اختلال اضطراب اجتماعی دارند. هرچند شواهد پژوهشی بیانگر ارتباط راهبردهای تنظیم هیجان و ترس از ارزیابی‌های منفی و مثبت با اختلال اضطراب اجتماعی است؛ اما تاکنون پژوهشی، به نقش متغیرهای تنظیم‌شناختی هیجان و ترس از ارزیابی‌های منفی و مثبت در دانش‌آموزان دختر دارای اختلال اضطراب اجتماعی نپرداخته است. لذا هدف پژوهش حاضر، مقایسه‌ی راهبردهای تنظیم‌شناختی هیجان

1. emotion regulation

2. Turk, Heimberg, Luterek, Mennin & Fresco

3. McLaughlin & Flanagan

4. Werner, Goldin, Ball

و ترس از ارزیابی‌های منفی و مثبت در دانش‌آموزان دختر دارای اختلال اضطراب اجتماعی و بهنجار می‌باشد.

روش

روش تحقیق: این پژوهش، زمینه‌یابی و از نوع علی-مقایسه‌ای است. در این پژوهش، متغیرهای تنظیم‌شناختی هیجان و ترس از ارزیابی‌های مثبت و منفی، به‌عنوان متغیرهای وابسته در دو گروه دانش‌آموزان دارای اختلال اضطراب اجتماعی و بهنجار مقایسه شده‌اند.

شرکت‌کنندگان در پژوهش: جامعه‌ی آماری این تحقیق، شامل کلیه‌ی دانش‌آموزان دختر دوره‌ی متوسطه در شهر پاوه است که در سال تحصیلی ۱۳۸۹-۹۰ مشغول به تحصیل بودند. نمونه‌گیری این پژوهش، در دو مرحله انجام شد: الف) مرحله‌ی شناسایی: ابتدا پنج دبیرستان دخترانه از شهر پاوه انتخاب و از هر مدرسه، چهار کلاس به‌صورت تصادفی ساده انتخاب شدند ($n=788$) و مقیاس اضطراب اجتماعی را تکمیل نمودند. ب) مرحله‌ی انتخاب آزمودنی‌ها: در این مرحله، دانش‌آموزانی که در مقیاس اضطراب اجتماعی کودکان و نوجوانان لیوویتز نمره‌ی ۲۲/۵ به بالا گرفته بودند، مورد مصاحبه‌ی بالینی ساختمان قرار گرفتند. در نهایت، از میان دانش‌آموزان دارای اضطراب اجتماعی، ۱۰۰ نفر به روش نمونه‌گیری تصادفی ساده انتخاب شده و همچنین ۱۰۰ دانش‌آموز بهنجار، به‌عنوان گروه مقایسه برگزیده شدند.

ابزارهای گردآوری داده‌ها: برای جمع‌آوری اطلاعات نیز از ابزارهای

زیر استفاده شد:

الف- مقیاس اضطراب اجتماعی نوجوانان و کودکان لیوویتز: این

¹. Liebowitz Social Anxiety Scale for Children and Adolescents

مقیاس، توسط ماسیا- وارنر، استورچ، پینکس، کلین، لیمبرگ و لیوویتج (۲۰۰۳) بر اساس مقیاس اضطراب اجتماعی بزرگسالان لیوویتز ساخته شده است. این مقیاس، ۲۴ گویه دارد که آزمودنی، به سؤالات آن با یک مقیاس ۴ درجه‌ای لیکرت پاسخ می‌دهد. همچنین نقطه‌برش آزمون، ۲۲/۵ گزارش شده است. ضریب پایایی بازآزمایی [در فاصله‌ی ۷-۳ روزه] در دامنه‌ای از ۰/۸۹ تا ۰/۹۴ و ضریب آلفای کرونباخ در دامنه‌ای از ۰/۹۰ تا ۰/۹۷ گزارش شده است. دادستان، اناری و صالح صدق‌پور (۱۳۸۵) ضریب آلفای کرونباخ و ضریب پایایی بازآزمایی را [در فاصله‌ی ۱۰ روزه] به ترتیب، ۰/۹۳ و ۰/۸۷ گزارش کرده‌اند.

ب- پرسشنامه‌ی تنظیم‌شناختی هیجان نسخه کوتاه: این پرسشنامه، توسط گارنفسکی و کرایج (۲۰۰۶) ساخته شده است و ۱۸ سؤال دارد که بر روی یک مقیاس پنج درجه‌ای لیکرت، از "تقریباً هرگز" تا "تقریباً همیشه" پاسخ داده می‌شود. ضریب آلفای کرونباخ برای خرده‌مقیاس‌ها، در دامنه‌ای از ۰/۷۳ تا ۰/۸۰ و ضریب پایایی بازآزمایی [پس از ۵ ماه] برای خرده‌مقیاس‌ها در دامنه‌ای از ۰/۴۱ تا ۰/۵۹ به دست آمده است. ضریب همبستگی این پرسشنامه با مقیاس افسردگی، ۰/۳۸ و با مقیاس اضطراب، ۰/۳۳ گزارش شده است (گارنفسکی، کرایج و اسپینهوون^۳، ۲۰۰۱). حسنی (۱۳۸۹) در پژوهشی، ضریب همبستگی بازآزمایی برای خرده‌مقیاس‌ها را ۰/۵۱ تا ۰/۷۷ و ضریب آلفای کرونباخ را ۰/۷۶ تا ۰/۹۲ گزارش کرده است.

ج- مقیاس ترس از ارزیابی منفی فرم کوتاه: این مقیاس، توسط لری (۱۹۸۳) ساخته شده است و ۱۲ سؤال دارد که آزمودنی، به این سؤالات با یک

1. Masia-Warner, Storch, Pincus, Klein, Heimberg & Liebowitz

2. Cognitive Emotion Regulation Questionnaire Short Version

3. Spinhoven

4. The Brief Version of the Fear of Negative Evaluation Scale

مقیاس پنج درجه‌ای لیکرت از "هرگز صدق نمی‌کند" تا "تقریباً همیشه صدق می‌کند"، پاسخ می‌دهد. ضریب پایایی همسانی درونی و بازآزمایی این مقیاس [پس از ۴ هفته] به ترتیب ۰/۹۶ و ۰/۷۵ گزارش شده است. شکری، گراوند، نقش، علی‌طرحان و پاییزی (۱۳۸۷) ضریب آلفای کرونباخ آزمون را ۰/۸۴ گزارش کرده‌اند.

د- مقیاس ترس از ارزیابی مثبت! این مقیاس که توسط ویکز و همکاران

(۲۰۰۸) ساخته شده است، ۱۰ سؤال دارد. سؤالات، در یک طیف ۱۰ درجه‌ای لیکرت از ۰ (اصلاً درست نیست) تا ۹ (خیلی درست) جواب داده می‌شوند. ضریب آلفای کرونباخ مقیاس ۰/۸۵ می‌باشد. ضریب اعتبار همزمان آن با مقیاس اضطراب تعامل اجتماعی ۰/۷۰ و ضریب اعتبار همگرای آن با مقیاس ترس از ارزیابی منفی ۰/۵۹ به دست آمده است (فرگوس و همکاران، ۲۰۰۹). لطفی (۱۳۸۹) ضریب آلفای کرونباخ این مقیاس را ۰/۹۵ گزارش کرده است.

روند اجرای پژوهش: پس از مشخص شدن نمونه، پژوهشگر با مراجعه به

دبیرستان‌های دخترانه‌ی شهرستان پاوه و پس از مصاحبه‌ی بالینی، دانش‌آموزانی را که در مقیاس اضطراب اجتماعی کودکان و نوجوانان لیوویتز، نمره‌ی ۲۲/۵ به بالا کسب کرده بودند، انتخاب نمود. پس از آن، پرسشنامه‌های پژوهش در اختیار دانش‌آموزان دارای اضطراب اجتماعی و دانش‌آموزان بهنجار قرار گرفت. آنان به مدت ۳۰ دقیقه پرسشنامه‌ها را تکمیل کردند. در نهایت، داده‌ها با نرم افزار SPSS و با استفاده از آزمون آماری تحلیل واریانس چندمتغیری تجزیه و تحلیل شد.

یافته‌ها

در نمونه‌ی مورد بررسی، ۲۳/۱ درصد از دختران در رشته‌ی علوم انسانی، ۲۰/۵

¹. The Fear of Positive Evaluation Scale

درصد در رشته‌ی علوم تجربی، ۱۴/۵ درصد در رشته‌ی ریاضی و فیزیک و ۱۲/۸ درصد در رشته‌ی کار و دانش و فنی و حرفه‌ای مشغول به تحصیل بودند. ۲۹/۱ درصد دختران پایه‌ی اول، ۳۷/۶ درصد پایه‌ی دوم و ۳۳/۳ درصد در پایه‌ی سوم تحصیل می‌کردند. در نمونه‌ی مقدماتی از ۳۹۹ دانش‌آموز دختر مورد بررسی، ۱۰۰ نفر (۲۵/۱ درصد) دارای اختلال اضطراب اجتماعی بودند (بالا تر از ۲۲/۵ که نقطه‌برش آزمون است). میانگین [و انحراف معیار] نمره‌ی متغیرهای مورد مطالعه، در جدول (۱) ارائه شده است.

جدول ۱: میانگین و انحراف معیار ترس از ارزیابی‌های منفی و مثبت و راهبردهای تنظیم‌شناختی هیجان و نشانه‌های اختلال اضطراب اجتماعی

گروه دارای نشانه‌های اختلال اضطراب اجتماعی		گروه بهنجار		جنسیت	متغیرها
SD	\bar{X}	SD	\bar{X}		
۸/۹۱	۲۸/۴۴	۸/۶۵	۱۵/۹۴	دختر	ترس از ارزیابی منفی
۸/۳۹	۲۶/۰۶	۸/۷۱	۱۷/۲۲	پسر	
۱۲/۱۳	۳۸/۵۵	۹/۶۲	۲۱/۸۸	دختر	ترس از ارزیابی مثبت
۹/۳۵	۳۶/۸۱	۱۰/۰۹	۲۵/۷۱	پسر	
۴/۳۲	۲۶/۴۷	۵/۹۱	۳۰/۹۱	دختر	راهبردهای مثبت تنظیم شناختی هیجان
۴/۰۸	۲۹/۸۳	۵/۴۹	۲۹/۶۵	پسر	
۴/۵۹	۲۵/۲۲	۳/۹۷	۲۱/۲۰	دختر	راهبردهای منفی تنظیم شناختی هیجان
۴/۰۲	۲۳/۷۴	۴/۱۶	۲۰/۰۶	پسر	
۶/۲۲	۴۱/۶۱	۲/۲۱	۱۰/۰۸	دختر	علائم اختلال اضطراب اجتماعی
۶/۵۰	۳۵/۸۳	۴/۳۵	۱۰/۲۸	پسر	

پیش از استفاده از آزمون پارامتریک تحلیل واریانس چندمتغیری، پیش فرض همگنی واریانس‌ها در متغیرهای راهبردهای مثبت و منفی تنظیم‌شناختی هیجان و ترس از ارزیابی‌های مثبت و منفی، در هر دو گروه تأیید شد. این آزمون، برای هیچ کدام از متغیرها معنادار نبود، در نتیجه استفاده از آزمون‌های پارامتریک بلا مانع

شناخته شد.

جدول ۲: نتایج تحلیل واریانس چندمتغیری بر روی نمرات ترس از ارزیابی‌های منفی و مثبت و راهبردهای تنظیم شناختی هیجان

متغیر	SS	df	MS	F	P
ترس از ارزیابی منفی	۲۴۹/۹۴	۱	۲۴۹/۹۴	۱۲/۰۷	۰/۰۰۱
ترس از ارزیابی مثبت	۷۸۷/۶۰	۱	۷۸۷/۶۰	۳۸/۵۶	۰/۰۰۰۱
راهبردهای مثبت تنظیم شناختی	۶۸۹۳/۱۳	۱	۶۸۹۳/۱۳	۸۶/۷۴	۰/۰۰۰۱
راهبردهای منفی تنظیم شناختی	۱۳۰۸۹/۵۸	۱	۱۳۰۸۹/۵۸	۱۱۱/۲۴	۰/۰۰۰۱

همانطور که در جدول (۲) مشاهده می‌شود، میانگین نمرات ترس از ارزیابی منفی ($F=۱۲/۰۷$)، ترس از ارزیابی مثبت ($F=۳۸/۵۶$) و راهبردهای منفی تنظیم شناختی هیجان ($F=۱۱۱/۲۴$) در دانش‌آموزان دارای اختلال اضطراب اجتماعی نسبت به دانش‌آموزان بهنجار، به طور معناداری بیشتر است؛ اما میانگین راهبردهای مثبت تنظیم شناختی هیجان ($F=۸۶/۷۴$) در دانش‌آموزان دارای اختلال اضطراب اجتماعی نسبت به دانش‌آموزان بهنجار، به طور معناداری کمتر است ($F=۵۱/۲۱۲$) ($p < ۰/۰۰۱$) (لامبدای ویلکز).

جدول ۳: نتایج تحلیل رگرسیون چندمتغیری برای پیش‌بینی نشانه‌های اختلال اضطراب اجتماعی از طریق ترس از ارزیابی‌های منفی و مثبت و راهبردهای تنظیم شناختی هیجان در دانش‌آموزان دختر دارای اختلال

متغیرهای پیش‌بین	R	RS	SE	b	Beta	t	P
constant	-	-	۱/۸۲۵	۹/۰۷۲	-	۴/۹۷	۰/۰۰۱
ترس از ارزیابی	۰/۵۱۰	۰/۲۹۰	۰/۰۷۳	۰/۷۵۸	۰/۵۱۰	۱۰/۳۵	۰/۰۰۱
ترس از ارزیابی	۰/۶۳۱	۰/۳۹۸	۰/۰۵۶	۰/۴۷۱	۰/۳۹۸	۸/۳۶	۰/۰۰۱
راهبردهای مثبت	۰/۶۴۴	۰/۴۱۵	۰/۱۳۴	-۰/۳۹۱	-۰/۱۲۸	۲/۹۱	۰/۰۰۱
راهبردهای منفی	۰/۶۵۹	۰/۴۳۴	۰/۱۹۴	۰/۴۸۴	۰/۱۵۵	۳/۲۲	۰/۰۰۱

همانطور که در جدول (۳) مشاهده می‌شود، ۴۳ درصد از واریانس نشانه‌های اختلال اضطراب اجتماعی توسط متغیرهای راهبردهای مثبت و منفی تنظیم

شناختی هیجان و ترس از ارزیابی‌های منفی و مثبت تبیین می‌شود. همچنین با توجه به مقادیر بتا، ترس از ارزیابی منفی ($Bete=0/510$)، ترس از ارزیابی مثبت ($Bete=0/398$)، راهبردهای منفی تنظیم‌شناختی هیجان ($Bete=0/155$) و راهبردهای مثبت تنظیم‌شناختی هیجان ($Beta=-0/128$) می‌توانند تغییرات مربوط به نشانه‌های اختلال اضطراب اجتماعی را در دانش‌آموزان به طور معناداری پیش‌بینی کنند.

بحث و نتیجه‌گیری

هدف پژوهش حاضر، مقایسه‌ی راهبردهای تنظیم‌شناختی هیجان و ترس از ارزیابی‌های منفی و مثبت در دانش‌آموزان دارای اختلال اضطراب اجتماعی و بهنجار بود. نتایج پژوهش نشان داد که دانش‌آموزان دارای اختلال اضطراب اجتماعی، بیشتر از دانش‌آموزان بهنجار، از راهبردهای منفی تنظیم‌شناختی هیجان استفاده می‌کنند. همچنین دانش‌آموزان دارای اختلال، نسبت به دانش‌آموزان بهنجار، راهبردهای مثبت تنظیم‌شناختی هیجان کمتری داشتند. این نتیجه، در راستای نتایج ورنر و همکاران (۲۰۱۱) می‌باشد که نشان دادند افراد دارای اختلال اضطراب اجتماعی، اجتناب و سرکوب هیجانی را بیشتر از گروه کنترل مورد استفاده قرار می‌دهند. همچنین این نتیجه، در راستای یافته‌های منین و همکاران (۲۰۰۹) است که بیان نمودند درک هیجانی ضعیف و عدم پذیرش هیجانات، بهترین پیش‌بینی‌کننده‌ی اختلال اضطراب اجتماعی است.

همچنین این نتیجه، در جهت تأیید مدل بارلو (۲۰۰۲؛ به نقل از هافمن، ۲۰۰۵) در مورد اختلال اضطراب اجتماعی است. طبق این مدل، ادراک کنترل بر روی اضطراب، میزان کنترلی را که افراد باور دارند بر روی پاسخ‌های اضطرابی خود

در هنگام استرس اجتماعی دارند، تعیین می‌کند. افراد دارای اختلال اضطراب اجتماعی، تجارب غیرمنتظره و متوالی هیجان‌ات را تجربه می‌کنند. این اختلالات متوالی در افراد آسیب‌پذیر سبب می‌شود که آنان واکنش‌های بدنی و هیجانی خودشان را غیرقابل کنترل ببینند. از این رو افراد دارای اختلال اضطراب اجتماعی، به اجتناب از موقعیت‌های اجتماعی باور دارند؛ زیرا آنان، فقدان کنترل درونی بر روی پاسخ‌های هیجانی خود را هنگام مواجه شدن با موقعیت‌های اجتماعی پیش‌بینی می‌کنند (هافمن، ۲۰۰۵).

بخش دیگری از نتایج نشان داد که ترس از ارزیابی‌های مثبت و منفی در دانش‌آموزان دارای اختلال اضطراب اجتماعی، از دانش‌آموزان بهنجار به‌طور معناداری بیشتر است. این یافته، در راستای نتایج لطفی (۱۳۸۹)، ویکز و همکاران (۲۰۰۹، ۲۰۱۰) و فرگوس و همکاران (۲۰۰۹) قرار دارد. در این تحقیقات نتیجه‌گیری شده است که افراد دارای اختلال اضطراب اجتماعی، از ارزیابی‌های مثبت و منفی دیگران می‌ترسند. فراوانی ترس از ارزیابی منفی در افراد دارای اختلال به حدی است که ترس از ارزیابی منفی، به‌طور گسترده به‌عنوان عاملی برای شناسایی افراد دارای اختلال اضطراب اجتماعی به‌کار می‌رود. ویکز و همکاران (۲۰۱۰) دریافته‌اند که ترس از ارزیابی مثبت، به‌طور پایداری منجر به اضطراب تعامل اجتماعی می‌شود. کلیشه‌های جنسیتی نظیر اعتماد به نفس پایین و خودباوری پایین در دختران و ضعف قدرت جسمانی و اجتماعی - حرفه‌ای آنان، تبیین احتمالی دیگر برای این نتیجه است. می‌توان بیان کرد که دختران، به علت دارا بودن چنین کلیشه‌هایی، ترس از ارزیابی بیشتری دارند.

محدود بودن جامعه‌ی آماری پژوهش به دانش‌آموزان دوره‌ی دبیرستان شهر پاره، عدم کنترل پایه‌ی تحصیلی و هوش، وضعیت اجتماعی و اقتصادی و عدم

استفاده از نمونه‌ی بالینی، از محدودیت‌های این پژوهش می‌باشند. با توجه به یافته‌های پژوهش، تأثیر آموزش تنظیم هیجان و آموزش راهبردهای مقابله با استرس در دانش‌آموزان دارای اختلال اضطراب اجتماعی مراجعه‌کننده به مراکز مشاوره در سازمان آموزش و پرورش پیشنهاد می‌شود.

منابع

- انجمن روان‌پزشکی آمریکا. (۲۰۰۰). متن تجدید نظر شده راهنمای تشخیصی و آماری اختلالات روانی *DSM-IV-TR*. ترجمه‌ی محمدرضا نیکخو و هامایا آوادیس یانس، ۱۳۸۱. تهران: انتشارات سخن.
- دادستان، پریرخ، اناری، آسیه، صالح صدق پور، بهرام. ۱۳۸۶. اختلال اضطراب اجتماعی و نمایش درمانگری. *فصلنامه روانشناسی ایران*. ۴ (۱۴): ۱۱۵-۱۲۳.
- حسینی، جعفر. (۱۳۸۹). خصوصیات روان‌سنجی پرسشنامه‌ی نظم‌جویی شناختی هیجان. *مجله روانشناسی بالینی*، ۲ (۳): ۷۳-۸۴.
- شکری، امید، گراوند، فریرز، نقش، زهرا، علی‌طرخان، رضا، پاییزی، مریم. (۱۳۸۷). ویژگی‌های روان‌سنجی فرم کوتاه مقیاس ترس از ارزیابی منفی. *مجله روان‌پزشکی و روانشناسی بالینی ایران*، ۱۴ (۳): ۳۱۶-۳۲۵.
- لطفی، صدیقه. (۱۳۸۹). نقش قضاوت اجتماعی و پردازش هیجانی در پیش‌بینی واکنش‌پذیری زنان دارای فوبی اجتماعی. پایان‌نامه کارشناسی ارشد روانشناسی. دانشگاه محقق اردبیلی.
- وکیلان، سارا؛ قنبری هاشم آبادی، بهرام علی. (۱۳۸۸). بررسی اثربخشی تلفیق گروه درمانی شناختی- رفتاری و آموزش مهارت‌های اجتماعی بر ترس از ارزیابی منفی و اجتناب اجتماعی. *مجله روان‌شناسی بالینی*، ۱ (۲): ۱۱-۲۸.
- وکیلان، سارا، قنبری هاشم آبادی، بهرام علی، طباطبایی، سید محمود. (۱۳۸۷). بررسی تأثیر افزودن آموزش مهارت‌های اجتماعی مبتنی بر گروه درمانی شناختی- رفتاری در درمان هراس اجتماعی دانشجویان. *اصول بهداشت روانی*، ۱۰ (۲): ۸۷-۹۷.
- Fergus, T. A., Valentiner, D. P., McGrath, P. B., Stephenson, K., Gier, S., & Jencius, S. (2009). The Fear of Positive Evaluation Scale: Psychometric properties in a clinical sample. *Journal of Anxiety Disorders*, 23, 1177-1183.

- Garnefski, N., Kraaij, V., & Spinhoven, P. (2001). Negative life events Cognitive emotion regulation and emotional problems. *Personality and Individual Differences*, 30, 1311-1327.
- Hofmann, S. (2005). Perception of control over anxiety mediates the relation between catastrophic thinking and social anxiety in social phobia. *Behaviour Research and Therapy*, 43, 885-895.
- Masia-Warner, C.L., Storch, E.A., Pincus, D.B., & Klein, R.G., Heimberg, R.G., & Liebowitz, M.R. (2003). The Liebowitz Social Anxiety Scale for Children and Adolescents: An initial psychometric investigation. *Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry*, 42, 1076-1084.
- Mennin, D. S., McLaughlin, K. A., & Flanagan, T. J. (2009). Emotion regulation deficits in generalized anxiety disorder, social anxiety disorder, and their co-occurrence. *Journal of Anxiety Disorders*, 23, 866-871.
- Rodebaugh, T. L., & Heimberg, R. G. (2008). *Chapter 9 Emotion Regulation and the Anxiety Disorders: Adopting a Self-Regulation Perspective*. Springer.
- Tillfors, M., & Furmark, T. (2007). Social phobia in Swedish university students: prevalence, subgroups and avoidant behavior. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*, 42: 79-86.
- Turk, C.L., Heimberg, R.G., Luterek, J.A., Mennin, D.S., & Fresco, D.M. (2005). Emotion dysregulation in generalized anxiety disorder: A comparison with social anxiety disorder. *Cognitive Therapy and Research*, 29, 89-106.
- Viar, M. (2009). *Threat or Challenge? Self-Focused Attention and Evaluation on Perceived Performance in Social Anxiety*. University of Virginia. April.
- Weeks, J.W., Heimberg, R.G., Rodebaugh, T.L., & Norton, P.J. (2008). Exploring the relationship between fear of positive evaluation and social anxiety. *Journal of Anxiety Disorders*, 22, 386-400.
- Weeks, J.W., Norton, P.J., & Heimberg, R.G. (2009). Exploring the latent structure of two cognitive components of social anxiety: Taxometric analyses of fears of negative and positive evaluation. *Depression and Anxiety*, 26, 40-48.
- Weeks, J. W., Heimberg, R. G., & Rodebaugh, T. L. (2008). The Fear of Positive Evaluation Scale: Assessing a proposed cognitive component of social anxiety. *Journal of Anxiety Disorders*, 22, 44-55.
- Weeks, J. W., jakatdar, t., & Heimberg, R. G. (2010). comparing and contrasting fears of positive and negative evaluation as facets of social anxiety. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 29, 68-94.
- Weeks, J. W., Rodebaugh, T., Norton, P., jakatdar, t., & Heimberg R. G. (2009). To Avoid Evaluation, Withdraw: Fears of Evaluation and

- Depressive Cognitions Lead to Social Anxiety and Submissive Withdrawal. *Cognitive Therapy Research*, 33, 375–389.
- Weisman, O., Aderka, I. M., Marom, S., Hermesh, H., & Gilboa-Schechtman, E. (2011). Social rank and affiliation in social anxiety disorder. *Behaviour Research and Therapy*, 49, 399-405.
- Werner, K.H., Goldin, P.R., Ball, T.M., Heimberg, R.G., & Gross, J.J. (2011). Assessing Emotion Regulation in Social Anxiety Disorder: The Emotion Regulation Interview. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 33, 346-354.
- Xu, Y., Schneier, F., Heimberg, R.G., Prins, A.L., Liebowitz, M.L., Shuai Wang, S., & Carlos Blanco, C. (2012). Gender differences in social anxiety disorder: Results from the national epidemiologic sample on alcohol and related conditions. *Journal of Anxiety Disorder*, 26, 12–19.