

اضطراب اجتماعی نوجوانان:
نقش سبک‌های دلبستگی و راهبردهای نظم‌جویی شناختی هیجان

Adolescents' Social Anxiety: The Role of Attachment Styles and
Cognitive Emotion Regulation Strategies

Jafar Hasani, PhD Kharazmi University Tehran-Iran	Reyhaneh Sheikhan MA in Clinical Psychology	ریحانه شیخان کارشناس ارشد روان‌شناسی بالینی	جعفر حسینی استادیار دانشگاه خوارزمی تهران-ایران
Elmira Aryanakia MA in Clinical Psychology	Akram Mahmoodzadeh MA in Clinical Psychology	اکرم محمودزاده کارشناس ارشد روان‌شناسی بالینی	المیرا آریاناکیا کارشناس ارشد روان‌شناسی بالینی

چکیده

تعیین نقش سبک‌های دلبستگی و راهبردهای نظم‌جویی شناختی هیجان در اضطراب اجتماعی نوجوانان هدف این پژوهش بود. با استفاده از روش نمونه‌برداری تصادفی خوشه‌ای چندمرحله‌ای ۳۰۰ نفر (۱۲۵ پسر و ۱۷۵ دختر) از دانش‌آموزان مقطع متوسطه انتخاب شدند و توسط مقیاس سبک‌های دلبستگی (کولینز و رید، ۱۹۹۰)، پرسشنامه نظم‌جویی شناختی هیجان (گارنفسکی، کرایج و اسپینهاون، ۲۰۰۲) و اضطراب اجتماعی نوجوانان (لاگرکا و لویز، ۱۹۹۸) مورد ارزیابی قرار گرفتند. نتایج تحلیل رگرسیون گام به گام نشان دادند که سبک‌های دلبستگی دوسوگرا و ایمن نقش عمده‌ای در پیش‌بینی مؤلفه‌های اضطراب اجتماعی دارند. از بین راهبردهای سازش نیافته نظم‌جویی شناختی هیجان، راهبردهای نشخوارگری، ملامت خویش و فاجعه‌سازی و از بین راهبردهای سازش یافته، راهبردهای ارزیابی مجدد، دیدگاه‌گیری و تمرکز مجدد بر برنامه‌ریزی توانستند مؤلفه‌های اضطراب اجتماعی را پیش‌بینی کنند. بنابراین، یافته‌های پژوهش حاضر از نقش سبک‌های دلبستگی نایمن و مقابله شناختی ناکارآمد در بروز اضطراب اجتماعی حمایت می‌کند.

واژه‌های کلیدی: اضطراب اجتماعی، سبک‌های دلبستگی، نظم‌جویی شناختی هیجان، نوجوانان

Abstract

The aim of this study was to determine the role of attachment styles and cognitive emotion regulation strategies in adolescents' social anxiety. Three hundred high school students (125 boys and 175 girls) were selected by multistage cluster sampling method and answered Attachment Styles Scale (Collins & Read, 1990), Cognitive Emotion Regulation Questionnaire (Garnefski, Kraaij & Spinhoven, 2002) and Adolescent's Social Anxiety Scale (LaGerca & Lopez, 1998). Results obtained from stepwise regression analysis indicated the significant role of ambivalent and secure attachment styles in predicting social anxiety components. Furthermore, it was found that social anxiety was predicted by the components of maladaptive cognitive emotion (i.e., rumination, self-blame and catastrophizing strategies) and the components of adaptive strategies (i.e., reappraisal and putting into perspective and refocusing on planning strategies). Therefore the results supported the effects of insecure attachment styles and ineffective coping strategies on social anxiety.

Keywords: social anxiety, attachment styles, cognitive emotion regulation, adolescents

received: 3 February 2013

accepted: 13 April 2013

Contact information: hasanimehr57@yahoo.com

دریافت: ۹۱/۱۱/۱۴

پذیرش: ۹۲/۱/۲۴

مقدمه

حالت‌های مبتنی بر اختلال‌های اضطرابی با دلبستگی نایمن مرتبط هستند. در این راستا، پایینی، روگمن و اندرسون (۱۹۹۱) نشان دادند نوجوانان با دلبستگی ایمن، اضطراب اجتماعی کمتری را گزارش می‌کنند. همچنین، یافته‌ها نشان می‌دهند دلبستگی ایمن به والدین، با سطوح پایین‌تر اضطراب در کودکان، نوجوانان و جوانان مرتبط است (آرمسدن^۱ و گرینبرگ^۲، ۱۹۸۷ نقل از پاراد، لیرکس و بلندکسون، ۲۰۱۰؛ براون و وایتساید، ۲۰۰۸؛ اروزکان، ۲۰۰۹). بنابراین می‌توان گفت سبک‌های دلبستگی یکی از عناصر تعیین‌کننده اضطراب اجتماعی‌اند.

بر اساس نظر بالبی (۱۹۶۹) نقل از برترتون و مونهلاند، (۱۹۹۹) رفتار مراقبان در حمایت و مراقبت از کودکان، در ادراک کودکان نسبت به خود و جهان اطراف تأثیر می‌گذارد. زمانی که والدین حمایت‌گر و قابل اعتماد هستند، دلبستگی ایمن در کودکان شکل می‌گیرد، اما اگر والدین طردکننده باشند، دلبستگی نایمن شکل می‌گیرد. این تجارب نخستین روان‌بنه^{۱۱}‌هایی را شکل می‌دهند که انتظار و رفتار فرد را در روابط صمیمانه بعدی تحت تأثیر قرار می‌دهند. به عبارت دیگر، در نظریه دلبستگی فرض بر این است که روان‌بنه‌های شناختی تنظیم رفتار، از طریق تعامل‌های مکرر بین مراقبان و کودکان حاصل می‌شود (بالبی، ۱۹۸۰ نقل از گودال، ترجنوسکا و دارلینگ، ۲۰۱۲). افزون بر آن، در این نظریه تأکید بر آن است که سبک دلبستگی میزان آسیب‌پذیری در برابر آسیب‌های روانی را تعیین می‌کند (پاراد و دیگران، ۲۰۱۰). دلبستگی کودکان به مراقبان اولیه بر بهزیستی روان‌شناختی نیز تأثیر می‌گذارد. به طور خاص کودکان با دلبستگی نایمن نسبت به خود و دیگران، احساس منفی دارند و این امر آنها را مستعد سوگیری‌های اسنادی می‌کند که برانگیختگی عاطفی منفی را افزایش می‌دهد. افراد با سوگیری‌های اسنادی منفی احتمالاً ارتباط با دیگران را منفی‌تر ادراک کرده و ممکن است اضطراب زیادی را در موقعیت‌های اجتماعی تجربه کنند (لوکاک^{۱۲} و سالکوسکیس^{۱۳}، ۱۹۸۸ نقل از پاراد و دیگران، ۲۰۱۰؛ تایلر و والد، ۲۰۰۳). بنابراین می‌توان نتیجه گرفت

اختلال‌های اضطرابی یکی از شایع‌ترین اختلال‌های دوران نوجوانی و جوانی هستند (توبرت و پینکوارت، ۲۰۱۱). از مهم‌ترین انواع این اختلال‌ها می‌توان به اختلال اضطراب اجتماعی، ترس از موقعیت‌های اجتماعی و عملکردی (انجمن روان‌پزشکی آمریکا، ۲۰۰۰) اشاره کرد که میزان شیوع آن در نوجوانان و جوانان ۱۹ تا ۳۳ درصد (استراهان، ۲۰۰۳) و در جمعیت بزرگسالان بین ۳ تا ۱۳ درصد گزارش شده است (مورای^۱، کوپر^۲، کرسول^۳، شوفیلد^۴ و سک^۵، ۲۰۰۷ نقل از دادستان، اناری و صالح‌صدق‌پور، ۱۳۸۶). افراد مبتلا به اختلال‌های اضطرابی با اثرات منفی قابل ملاحظه‌ایی بر عملکرد روانی اجتماعی خود مواجه هستند. برای مثال مطالعات اخیر ارتباط منفی اختلال‌های اضطرابی با کفایت اجتماعی^۶، حرمت خود^۷ و پیشرفت تحصیلی نوجوانان را گزارش داده‌اند (مکلون، هادسون و رای، ۲۰۰۶؛ توبرت و پینکوارت، ۲۰۱۱). از آنجا که افراد مبتلا به اختلال اضطراب اجتماعی از ارزیابی منفی دیگران می‌ترسند، این نگرانی منجر به احساسات اضطرابی، افکار و احساسات منفی، هم در موقعیت‌های واقعی و هم در پیش‌بینی موقعیت‌های اجتماعی می‌شود. افراد مبتلا به اختلال اضطراب اجتماعی برای محدود کردن این تجارب ناخواسته به اجتناب دست می‌زنند (هایس، ویلسون، استروسال، گیفورد و فولت، ۱۹۹۶). بنابراین شناسایی عوامل مؤثر بر شیوع، نگاه‌داشت، نشانه‌شناسی، علت‌شناسی و پدیدایی مرضی اختلال اضطراب اجتماعی، زمینه مطلوبی را برای درمان و پیشگیری این اختلال فراهم خواهد ساخت.

از سوی دیگر، سبک‌های دلبستگی در الگوهای ارتباطی سالم، سلامت روان‌شناختی و آسیب‌شناسی روانی، نقش محوری دارند. این سازه، اولین بار توسط بالبی^۸ (۱۹۶۹) نقل از سپاه‌منصور، شهابی‌زاده و خوشنویس، ۱۳۸۷) مطرح شد. به اعتقاد وی، روابط اولیه دوران کودکی، سبک‌های دلبستگی افراد را شکل می‌دهند. دلبستگی به عنوان تکیه‌گاه امن باعث می‌شود کودک با جرأت کامل به جست‌وجو و اکتشاف محیط بپردازد (بروماریو و کرنز، ۲۰۰۸). به نظر می‌رسد که تمام

1. Murray, L.
2. Cooper, P.
3. Creswell, C.
4. Schofield, E.

5. Sack, C.
6. social competency
7. self-esteem
8. Bowlby, J.

9. Armsden, G. C.
10. Greenburg, M. T.
11. schema
12. Lucock, M. P.

13. Salkovskis, P. M.

فرایند نظم‌جویی هیجان، تنظیم تجارب هیجانی از طریق عناصر شناختی است. این مفهوم در متون روان‌شناختی نظم‌جویی شناختی هیجان نامیده می‌شود. نظم‌جویی شناختی هیجان دلالت بر شیوه شناختی دستکاری ورود اطلاعات فراخواننده هیجان دارد (اوکسندر و گروس، ۲۰۰۵). در متون نظری ۹ راهبرد نظم‌جویی شناختی هیجان شامل ملامت خویش^۳، پذیرش^۴، نشخوارگری^۵، تمرکز مجدد مثبت^۶، تمرکز مجدد بر برنامه‌ریزی^۷، ارزیابی مجدد مثبت^۸، دیدگاه‌گیری^۹، فاجعه‌سازی^{۱۰} و ملامت دیگران^{۱۱} به صورت مفهومی مورد شناسایی قرار گرفته است (گارفنسکی، کرایچ و اسپینهاون، ۲۰۰۱). معمولاً از راهبردهای ملامت خویش، نشخوارگری، فاجعه‌سازی و ملامت دیگران تحت عنوان راهبردهای سازش‌نیافته و از راهبردهای پذیرش، تمرکز مجدد مثبت، تمرکز مجدد بر برنامه‌ریزی، ارزیابی مجدد مثبت و دیدگاه‌گیری تحت عنوان راهبردهای سازش‌یافته یاد می‌شود. مطالعات اخیر بیانگر وجود ارتباط نیرومند بین راهبردهای سازش‌نیافته نظم‌جویی شناختی هیجان و مشکلات هیجانی هستند (گارفنسکی، بون و کرایچ، ۲۰۰۳؛ گارفنسکی و دیگران، ۲۰۰۱؛ گارفنسکی، لگرستی، کرایچ، ون‌دن‌کومر و تیردز، ۲۰۰۲؛ گارفنسکی و کرایچ، ۲۰۰۶).

نظم‌جویی اولیه هیجان از طریق مدیریت دوطرفه هیجان بین مراقب و کودک ایجاد می‌شود (شور، ۲۰۰۳)، بنابراین، نقش تعامل‌های اولیه در توانایی‌های بعدی نظم‌جویی هیجان آشکار است (گودال و دیگران، ۲۰۱۲). دلبستگی سالم با فراهم آوردن احساس امنیت برای تنظیم موفقیت‌آمیز عاطفه منفی (اسروف^{۱۲} و واترز^{۱۳}، ۱۹۷۷ نقل از لورنت و پاورز، ۲۰۰۷)، افراد ایمن را قادر می‌سازد که از احساسات منفی آگاهی یابند و به کمک دیگران با آنها مقابله کنند (شیور و میکولینسر، ۲۰۰۲). همچنین، در مورد دلبستگی نایمن به دو بعد، اضطرابی (تمایل به نزدیکی به همراه اضطراب) و اجتنابی (ناراحتی از نزدیکی و تمایل به کناره‌گیری) اشاره می‌شود (شیور و میکولینسر، ۲۰۰۲). شواهد پژوهشی نشان می‌دهند افراد دارای سبک

نوجوانان دارای دلبستگی ایمن، اضطراب اجتماعی کمتری را گزارش خواهند کرد و در مقابل افراد دارای دلبستگی نایمن از آنجا که خود را لایق محبت نمی‌دانند، نگران طرد شدن در روابط بین‌فردی هستند و در نتیجه اضطراب اجتماعی بیشتری را گزارش خواهند کرد.

افزون بر آن، می‌توان اذعان داشت در سازه دلبستگی عنصر هیجانی وجود دارد و تعامل‌های هیجانی و نظم‌جویی هیجان^۱ در شکل‌گیری دلبستگی نقش اساسی را ایفا می‌کنند. همچنین، مدیریت سازش‌یافته تجارب هیجانی برای کنش‌وری اجتماعی و بهزیستی روان‌شناختی^۲ اهمیت اساسی دارد (آلدائو، نولن-هوکسما و شویرز، ۲۰۱۰؛ آیزنبرگ، فابس، گوئیر و ریسر، ۲۰۰۰). تامپسون (۱۹۹۴) نظم‌جویی هیجانی را به عنوان فرایندهای درونی و بیرونی مسؤول بازبینی، ارزشیابی و تعدیل واکنش‌های هیجانی (به‌خصوص ویژگی‌های زمانی و شدت آنها) برای انجام دادن اهداف تعریف می‌کند. تفاوت‌های فردی در توانایی شناسایی و درک هیجان‌های خود و دیگران، علل و پیامدهای هیجان‌های مختلف و همچنین نوع راهبردهای مورد استفاده برای مدیریت و نظم‌جویی هیجان‌ها از دوران کودکی مشهود است (دنهام، ۱۹۹۸). کودکان و نوجوانان دارای مهارت‌های بهتر نظم‌جویی هیجانی، به لحاظ اجتماعی کفایت بالاتری دارند و در مقایسه با کودکان و نوجوانان فاقد مهارت‌های نظم‌جویی هیجانی روابط بین‌فردی و رفتارهای اجتماعی مطلوبی دارند (دنهام و دیگران، ۲۰۰۳؛ ریدل، برلین و بوهلین، ۲۰۰۳؛ اسپینارد و دیگران، ۲۰۰۶). بر همین اساس، می‌توان گفت نظم‌جویی هیجان در ارتباط بین دلبستگی و اضطراب اجتماعی نقش واسطه‌ای دارد. در این راستا، لانگ (۲۰۱۰) و لورنت و پاورز (۲۰۰۷) بیان می‌کنند که دلبستگی می‌تواند به عنوان یک راهبرد نظم‌جویی هیجان مورد بحث قرار گیرد.

نظم‌جویی هیجان برای حفظ روابط اجتماعی پایدار و بهزیستی نقش مهمی در زندگی فرد دارد. نظم‌جویی هیجان دارای ابعاد و جنبه‌های مختلف است. یکی از جنبه‌های مهم

- | | | |
|-----------------------------|-----------------------------|-------------------|
| 1. emotion regulation | 6. positive refocusing | 11. other-blame |
| 2. psychological well-being | 7. refocus on planning | 12. Sroufe, L. A. |
| 3. self-blame | 8. positive reappraisal | 13. Waters, E. |
| 4. acceptance | 9. putting into perspective | |
| 5. rumination | 10. catastrophizing | |

در رشته علوم ریاضی، ۷۲ نفر (۲۴ درصد) در رشته علوم تجربی و ۱۵۴ نفر (۵۱ درصد) در رشته علوم انسانی مشغول به تحصیل بودند. میانگین سنی شرکت‌کننده‌ها ۱۶/۱۴ با انحراف استاندارد ۱/۲۶ بود. در مطالعه حاضر از ابزارهای زیر استفاده شد:

مقیاس اضطراب اجتماعی برای نوجوانان^۱ (SAS-A):

لاگراکا^۲ و لویز^۳، ۱۹۹۸ نقل از استوار و رضویه، (۱۳۸۲). این مقیاس دارای ۱۸ ماده و سه زیرمقیاس است: ترس از ارزیابی منفی^۴، اجتناب اجتماعی و اندوه^۵ در موقعیت‌های جدید، اجتناب اجتماعی و اندوه عمومی. پرسش‌های این مقیاس براساس یک مقیاس پنج گزینه‌ای (کاملاً شبیه من= پنج تا کاملاً متفاوت از من= یک) پاسخ داده می‌شوند. نمره بالاتر در این مقیاس گویای اضطراب اجتماعی بالاتر است. استوار و رضویه (۱۳۸۲) ساختار سه‌عاملی این مقیاس را در نمونه‌ای از نوجوانان ایرانی مورد تأیید قرار دادند و اعتبار این مقیاس را به روش بازآزمایی با فاصله زمانی یک تا چهار هفته ۰/۸۸ گزارش کردند. افزون بر آن، همسانی درونی مقیاس به کمک ضریب آلفای کرونباخ برای زیرمقیاس‌ها به ترتیب ۰/۸۴، ۰/۷۴ و ۰/۷۷ گزارش شد.

پرسشنامه نظم‌جویی شناختی هیجان^۶ (CERQ):

گارفنسکی، کرایچ و اسپینهاون، (۲۰۰۲). این پرسشنامه چندبعدی جهت شناسایی راهبردهای مقابله‌ای شناختی افراد پس از تجربه کردن وقایع یا موقعیت‌های منفی مورد استفاده قرار می‌گیرد. برخلاف سایر پرسشنامه‌های مقابله که به صورت آشکار بین افراد و اعمال واقعی وی تمایز قائل نمی‌شوند، این پرسشنامه افکار فرد را پس از یک تجربه منفی یا وقایع آسیب‌زا ارزیابی می‌کند. پرسشنامه نظم‌جویی شناختی هیجان یک ابزار خودگزارش‌دهی است و ۳۶ ماده دارد. اجرای این پرسشنامه بسیار آسان و برای افراد ۱۲ سال به بالا (افراد بهنجار و جمعیت‌های بالینی) قابل استفاده است. پرسشنامه شناختی هیجان ۹ راهبرد شناختی ملامت خویش، پذیرش، نشخوارگری، تمرکز مجدد مثبت، تمرکز مجدد بر برنامه‌ریزی، ارزیابی مجدد مثبت، دیدگاه‌گیری، فاجعه‌سازی و ملامت دیگران را ارزیابی می‌کند. دامنه نمره‌های مقیاس از یک

دلبستگی اضطرابی، در زندگی روزمره تجارب هیجانی منفی بیشتری را تجربه می‌کنند (لورنت و پاورز، ۲۰۰۷). افراد دارای سبک دلبستگی اجتنابی نیز از پرداختن به احساسات خود خودداری می‌کنند. این فرایند منجر به بروز اختلال‌های روان‌شناختی در آنها می‌شود. افزون بر آن، افراد دارای اضطراب اجتماعی در مدیریت هیجان‌های خود ضعیف هستند (تورک، هیمبرگ، لوترک، منین و فرسکو، ۲۰۰۵). این افراد به منظور جلوگیری از احساسات نامطلوب که موجب دستپاچگی اجتماعی، شرمندگی، و طرد شدن می‌شود، از ابراز عواطف و هیجان‌های خود اجتناب می‌کنند. این خصوصیات در افراد دارای سبک دلبستگی نایمن اجتنابی نیز مشاهده می‌شود (ازتورک و موتلو، ۲۰۱۰).

با توجه به تعامل سبک‌های دلبستگی و راهبردهای نظم‌جویی شناختی هیجان در بروز اضطراب، کمبود مطالعات در این حوزه و اهمیت مضاعف سازه‌های دلبستگی و مقابله شناختی در زندگی روزمره، پژوهش حاضر در پی تعیین نقش سبک‌های دلبستگی و راهبردهای نظم‌جویی شناختی هیجان در اضطراب اجتماعی نوجوانان، بر آمده است.

روش

پژوهش حاضر با توجه به عدم دستکاری متغیرها از نوع طرح‌های همبستگی است. جامعه آماری پژوهش شامل کلیه دانش‌آموزان دختر و پسر پایه‌های اول، دوم و سوم مقطع تحصیلی متوسطه شهر کرج در سال تحصیلی ۱۳۹۱-۱۳۹۰ بود. برای انتخاب نمونه از روش نمونه‌برداری تصادفی خوشه‌ای چندمرحله‌ای استفاده شد. بدین ترتیب که ابتدا به شیوه تصادفی از بین چهار ناحیه آموزش و پرورش شهر کرج، دو ناحیه به صورت تصادفی انتخاب شدند و در مرحله بعد از هر ناحیه، چهار دبیرستان (دو دبیرستان دخترانه و دو دبیرستان پسرانه) انتخاب شد. در مرحله سوم، از بین مدارس انتخاب‌شده به شیوه تصادفی سه کلاس (از هر پایه تحصیلی یک کلاس) انتخاب شد. نمونه انتخاب‌شده ۳۰۰ نفر (۱۲۵ پسر و ۱۷۵ دختر) بود. از بین ۳۰۰ شرکت‌کننده، ۷۴ نفر (۲۵ درصد)

1. Social Anxiety Scale for Adolescents (SAS-A)

2. LaGreca, A. M.

3. Lopez, N.

4. Fear of Negative Evaluation (FNA)

5. Social Avoidance and Distress (SAD)

6. Cognitive Emotion Regulation Questionnaire (CERQ)

استفاده شد.

یافته‌ها

در جدول ۱ میانگین و انحراف استاندارد سبک‌های دلبستگی، راهبردهای نظم‌جویی شناختی هیجان و مؤلفه‌های مقیاس اضطراب اجتماعی و ضرایب همبستگی پیرسون سبک‌های دلبستگی و راهبردهای نظم‌جویی شناختی هیجان با مؤلفه‌های اضطراب اجتماعی آمده است.

داده‌های جدول ۱ نشان می‌دهند بین سبک دلبستگی ایمن و زیرمقیاس‌های اجتناب اجتماعی و اندوه در موقعیت‌های جدید (SAD-N) و اجتناب اجتماعی و اندوه عمومی (SAD-G) همبستگی منفی معنادار وجود دارد، درحالی که رابطه بین سبک دلبستگی اجتنابی با زیرمقیاس اجتناب اجتماعی و اندوه عمومی (SAD-G) و ارتباط سبک دلبستگی دوسوگرا با هر سه زیرمقیاس ترس از ارزیابی منفی (FNE)، اجتناب اجتماعی و اندوه در موقعیت‌های جدید (SAD-N)، اجتناب اجتماعی و اندوه عمومی (SAD-G) مثبت معنادار است. از بین راهبردهای سازش‌نا یافته نظم‌جویی شناختی هیجان، راهبردهای نشخوارگری و فاجعه‌سازی با هر سه زیرمقیاس اضطراب اجتماعی همبستگی مثبت دارند و راهبرد ملامت خویش با دو زیرمقیاس ترس از ارزیابی منفی (FNE) و اجتناب اجتماعی و اندوه در موقعیت‌های جدید (SAD-N) همبستگی مثبت دارد و راهبرد فاجعه‌سازی با زیرمقیاس ترس از ارزیابی منفی (FNE) همبسته است. از بین راهبردهای سازش‌نا یافته نظم‌جویی شناختی هیجان، راهبردهای تمرکز مجدد بر برنامه‌ریزی، ارزیابی مجدد و دیدگاه‌گیری با هر سه زیرمقیاس اضطراب اجتماعی همبستگی منفی معنادار دارند و راهبرد تمرکز مجدد مثبت فقط با زیرمقیاس ترس از ارزیابی منفی (FNE) همبستگی منفی دارد و بین راهبرد پذیرش با زیرمقیاس‌های اضطراب اجتماعی همبستگی معنادار مشاهده نمی‌شود.

در مرحله بعد برای بررسی نقش سبک‌های دلبستگی و راهبردهای نظم‌جویی شناختی هیجان در مؤلفه‌های اضطراب اجتماعی از روش تحلیل رگرسیون به شیوه گام به گام استفاده شد. بدین منظور، در تمام معادله‌ها ابتدا پیش‌فرض‌های

(تقریباً هرگز) تا پنج (تقریباً همیشه) است. هر زیرمقیاس شامل چهار ماده است. نمره کل هر یک از زیرمقیاس‌ها از طریق جمع کردن نمره ماده‌ها به دست می‌آید. بنابراین دامنه نمره‌های هریک از زیرمقیاس‌ها بین چهار تا ۲۰ است. نسخه فارسی پرسشنامه نظم‌جویی شناختی هیجان توسط حسنی (۱۳۸۹) تدوین شده است. اعتبار زیرمقیاس‌های نسخه فارسی پرسشنامه نظم‌جویی شناختی هیجان بر اساس روش‌های همسانی درونی ۰/۷۶ تا ۰/۹۲ و بازآزمایی ۰/۵۱ تا ۰/۷۷ و روایی ملاکی بر اساس محاسبه همبستگی آن با نمره‌های سیاهه دوم افسردگی بک^۱ (۱۹۹۶) (۰/۲۵ تا ۰/۴۸) و سازه آن بر اساس تحلیل مؤلفه اصلی با استفاده از چرخش واریماکس (با تبیین ۷۴ درصد واریانس) مطلوب گزارش شده است (حسنی، ۱۳۸۹).

مقیاس سبک دلبستگی^۲ (کولینز^۳ و رید^۴، ۱۹۹۰ نقل از پاکدامن، ۱۳۸۰). این مقیاس که شامل خودارزیابی از مهارت‌های ایجاد روابط و خودتوصیفی شیوه شکل‌دهی روابط دلبستگی، نسبت به چهره‌های دلبستگی نزدیک است، ۱۸ ماده دارد و از طریق علامت‌گذاری روی یک مقیاس پنج درجه‌ای از نوع لیکرت (به هیچ وجه با خصوصیات من تطابق ندارد=یک، تا کاملاً با خصوصیات من تطابق دارد=پنج) سنجیده می‌شود. این مقیاس سه زیرمقیاس وابستگی، نزدیک بودن و اضطراب را شامل می‌شود. کولینز و رید (۱۹۹۰ نقل از پاکدامن، ۱۳۸۰) بر پایه توصیف‌هایی که در پرسشنامه دلبستگی بزرگسال هازان و شیور در مورد سه سبک اصلی دلبستگی وجود داشت، ماده‌های مقیاس خود را تدوین کردند. زیرمقیاس اضطراب (A) با دلبستگی اضطرابی دوسوگرا مطابقت دارد و زیرمقیاس نزدیک بودن (C) یک بعد دو قطبی است که اساساً توصیف‌های ایمن و اجتنابی را در مقابل هم قرار می‌دهد. بنابراین نزدیک بودن (C) مطابق با دلبستگی ایمن است و زیرمقیاس وابستگی (D) را می‌توان تقریباً عکس دلبستگی اجتنابی قرار داد. ضریب اعتبار این مقیاس بر اساس شیوه بازآزمایی در مورد ۱۰۵ دختر و پسر در شهر تهران ۰/۹۷ و روایی آن ۰/۵۶ گزارش شده است (پاکدامن، ۱۳۸۰). برای تحلیل داده‌ها از ضریب همبستگی پیرسون و تحلیل رگرسیون به شیوه گام به گام

1. Beck Depression Inventory-II (BDI-II)
2. Attachment Style Scale

3. Collins, N. L.
4. Read, S. J.

جدول ۱

میانگین، انحراف استاندارد و همبستگی بین سبک‌های دلبستگی، راهبردهای نظم‌جویی شناختی هیجان با مؤلفه‌های اضطراب اجتماعی

مؤلفه‌های اضطراب اجتماعی			SD	M	متغیرها
SAD-G	SAD-N	FNE			
-.۰۶۰***	-.۰۲۰***	-.۰۰۷	۲/۷۸	۱۲/۸۰	ایمن
.۰۱۴**	.۰۰۹	.۰۰۸	۲/۸۵	۱۰/۳۶	سبک‌های دلبستگی
-.۰۵۸**	.۰۵۰***	.۰۵۳***	۵/۳۷	۱۱/۷۴	دوسوگرا
.۰۰۴	.۰۲۳***	.۰۴۷***	۲/۰۳	۴/۸۸	ملامت خویش
-.۰۱۰	-.۰۰۹	-.۰۰۹	۲/۱۸	۵/۵۵	پذیرش
.۰۱۱*	.۰۲۸***	.۰۵۱***	۱/۹۸	۶/۴۸	نشخوارگری
-.۰۰۴	-.۰۰۶	-.۰۱۱*	۲/۰۵	۵/۴۱	تمرکز مجدد مثبت
-.۰۲۲***	-.۰۲۱***	-.۰۲۰***	۲/۰۸	۶/۸۷	تمرکز مجدد بر برنامه‌ریزی
-.۰۳۸***	-.۰۳۷***	-.۰۳۳***	۲/۰۰	۶/۶۵	ارزیابی مجدد مثبت
-.۰۲۶***	-.۰۲۵***	-.۰۲۳***	۱/۸۸	۶/۱۶	دیدگاه‌گیری
.۰۳۶***	.۰۲۱***	.۰۳۵***	۱/۸۵	۵/۱۱	فاجعه‌سازی
.۰۰۷	.۰۰۲	.۰۱۶**	۱/۷۶	۴/۰۳	ملامت دیگران
			۷/۱۹	۲۱/۴۴	ترس از ارزیابی منفی
			۴/۵۳	۱۴/۳۳	اجتناب اجتماعی و اندوه در موقعیت‌های جدید
			۳/۶۴	۸/۸۰	اجتناب اجتماعی و اندوه عمومی

*P<.۰۰۵ **P<.۰۰۱ ***P<.۰۰۰۱

دوربین/واتسن (۱/۳۳) و کالموگراف/اسمیرنف (۰/۷۲) نیز بیانگر استقلال خطاها و نرمال بودن توزیع بود و در نهایت برای ترس از ارزیابی در موقعیت‌های عمومی اضطراب اجتماعی از روی سبک‌های دلبستگی مقادیر عددی آزمون دوربین/واتسن (۱/۸۳) و کالموگراف/اسمیرنف (۰/۷۲) بیانگر استقلال خطاها و نرمال بودن توزیع بود. سایر مشخصه‌های رگرسیون و مفروضه هم‌خطی بودن بررسی نقش سبک‌های دلبستگی در مؤلفه‌های اضطراب اجتماعی در جدول ۲ مشاهده می‌شود.

استفاده از مدل رگرسیون از طریق آزمون دوربین/واتسن^۱ برای بررسی استقلال خطاها، آزمون هم‌خطی^۲ با دو شاخص ضریب تحمل^۳ و عامل تورم واریانس^۴ و آزمون کالموگراف/اسمیرنف برای بررسی نرمال بودن توزیع مورد بررسی قرار گرفت.

در پیش‌بینی مؤلفه ترس از ارزیابی (FNE) اضطراب اجتماعی از روی سبک‌های دلبستگی، مقادیر عددی آزمون دوربین/واتسن (۱/۱۸) و کالموگراف/اسمیرنف (۰/۵۹) بیانگر استقلال خطاها و نرمال بودن توزیع بود. برای مؤلفه اجتناب اجتماعی و اندوه در موقعیت‌های جدید، مقادیر عددی آزمون

جدول ۲

مشخصه‌های آماری رگرسیون گام به گام سبک‌های دلبستگی بر مؤلفه‌های اضطراب اجتماعی (n=۳۰۰)

متغیر ملاک	گام	متغیر پیش‌بین	B	R	R ^۲	F	β
ترس از ارزیابی منفی	اول	دوسوگرا	.۰۴۶	.۰۵۳	.۰۲۳	۱۱۴/۷۲*	.۰۵۳
	دوم	دوسوگرا	.۰۴۸	.۰۵۵	.۰۲۸	۶۴/۱۳*	.۰۵۵
		ایمن	-.۰۲۶				-.۰۱۵
اجتناب اجتماعی و اندوه در موقعیت‌های جدید	اول	دوسوگرا	.۰۴۴	.۰۵۰	.۰۲۵	۹۷/۷۹*	.۰۵۰
اجتناب اجتماعی و اندوه عمومی	اول	دوسوگرا	.۰۵۳	.۰۵۸	.۰۳۳	۱۴۹/۱۹	.۰۵۸

*P<.۰۰۱

متغیرهای پیش‌بین، هم‌خطی وجود ندارد و نتایج حاصل از مدل رگرسیون قابل اتکاست. همچنین نتایج جدول ۲ نشان می‌دهند

شاخص‌های هم‌خطی ضرایب تحمل (۰/۷۶ تا ۰/۹۴) و عامل تورم واریانس با دامنه ۰/۱۴ تا ۱/۱۹ نشان دادند بین

1. Durbin-Watson
2. collinearity

3. tolerance
4. Variance Inflation Factor (VIF)

اجتناب اجتماعی و اندوه در موقعیت‌های جدید، مقادیر عددی آزمون دوربین/واتسن (۰/۶۹) و کالموگراف/اسمیرنف (۰/۹۲) نیز بیانگر استقلال خطاها و نرمال بودن توزیع بود و در نهایت برای ترس از ارزیابی در موقعیت‌های عمومی اضطراب اجتماعی مقادیر عددی آزمون دوربین/واتسن (۱/۰۱) و کالموگراف/اسمیرنف (۰/۷۷) بیانگر استقلال خطاها و نرمال بودن توزیع بود. سایر مشخصه‌های رگرسیون و مفروضه هم‌خطی بودن بررسی نقش راهبردهای سازش‌نایافته نظم‌جویی شناختی هیجان در اضطراب اجتماعی در جدول ۳ درج شده است.

که سبک‌های دلبستگی دوسوگرا و ایمن مؤلفه ترس از ارزیابی (FNE) اضطراب اجتماعی را با ۲۸ درصد واریانس تبیین می‌کند. همچنین سبک دلبستگی دوسوگرا مؤلفه‌های اجتناب اجتماعی و اندوه در موقعیت‌های جدید (SAD-N) و اجتناب اجتماعی و اندوه عمومی (SAD-G) را پیش‌بینی می‌کنند. در پیش‌بینی مؤلفه ترس از ارزیابی (FNE) اضطراب اجتماعی از روی راهبردهای سازش‌نایافته نظم‌جویی هیجان، مقادیر عددی آزمون دوربین/واتسن (۱/۰۱) و کالموگراف/اسمیرنف (۰/۸۸) بیانگر استقلال خطاها و نرمال بودن توزیع بود. برای مؤلفه

جدول ۳

مشخصه‌های آماری رگرسیون گام به گام راهبردهای سازش‌نایافته نظم‌جویی شناختی هیجان بر مؤلفه‌های اضطراب اجتماعی

متغیر ملاک	گام	متغیر پیش‌بین	B	R	R ²	F	β
ترس از ارزیابی منفی	اول	نشخوارگری	۲/۰۹	۰/۵۱	۰/۲۶	۱۹۵/۶۱*	۰/۵۱
	دوم	نشخوارگری	۱/۶۴	۰/۶۰	۰/۳۷	۱۶۳/۵۲*	۰/۴۰
		ملاحت خویش	۱/۳۳				۰/۳۵
	سوم	نشخوارگری	۱/۵۱				۰/۳۷
		ملاحت خویش	۱/۴۳	۰/۶۳	۰/۳۹	۱۲۲/۰۸*	۰/۳۸
		فاجعه‌سازی	۰/۸۲				۰/۱۷
اجتناب اجتماعی و اندوه در موقعیت‌های جدید	اول	ملاحت خویش	۰/۳۱	۰/۳۱	۰/۰۹	۴۹/۷۱*	۰/۲۸
	دوم	ملاحت خویش	۰/۲۵	۰/۳۳	۰/۱۱	۳۳/۵۹*	۰/۲۳
		نشخوارگری	۰/۱۷				۰/۱۷
اجتناب اجتماعی و اندوه عمومی	اول	فاجعه‌سازی	۱/۱۴	۰/۳۷	۰/۱۴	۵۱/۱۸*	۰/۳۶

* P<۰/۰۰۱

اجتماعی از روی راهبردهای سازش‌یافته، مقادیر عددی آزمون دوربین/واتسن (۰/۷۵) و کالموگراف/اسمیرنف (۰/۴۶) بیانگر استقلال خطاها و نرمال بودن توزیع بود. برای مؤلفه اجتناب اجتماعی و اندوه در موقعیت‌های جدید، مقادیر عددی آزمون دوربین/واتسن (۰/۴۵) و کالموگراف/اسمیرنف (۰/۶۶) نیز بیانگر استقلال خطاها و نرمال بودن توزیع بود. در آخر، برای مؤلفه ترس از ارزیابی در موقعیت‌های عمومی اضطراب اجتماعی، مقادیر عددی آزمون دوربین/واتسن (۱/۰۳) و کالموگراف/اسمیرنف (۰/۸۳) بیانگر استقلال خطاها و نرمال بودن توزیع بود. سایر مشخصه‌های رگرسیون و مفروضه هم‌خطی بودن بررسی نقش راهبردهای سازش‌یافته نظم‌جویی شناختی هیجان در اضطراب اجتماعی در جدول ۴ درج شده‌اند.

شاخص‌های هم‌خطی ضرایب تحمل (۰/۶۷ تا ۱/۱۲) و عامل تورم واریانس (VIF) با دامنه ۰/۰۵ تا ۱/۱۳ نشان دادند بین متغیرهای پیش‌بین، هم‌خطی چندگانه وجود ندارد و نتایج حاصل از مدل رگرسیون رضایت‌بخش است. افزون بر آن، داده‌های جدول ۳ نشان می‌دهند از بین راهبردهای چهارگانه سازش‌نایافته نظم‌جویی شناختی هیجان، راهبردهای نشخوارگری، ملاحت خویش و فاجعه‌سازی مؤلفه ترس از ارزیابی (FNE) اضطراب اجتماعی را با ۳۹ درصد واریانس تبیین می‌کنند. راهبردهای ملاحت خویش و نشخوارگری، مؤلفه اجتناب اجتماعی و اندوه در موقعیت‌های جدید (SAD-N) و راهبرد فاجعه‌سازی، مؤلفه اجتناب اجتماعی و اندوه عمومی (SAD-G) را پیش‌بینی می‌کنند. در پیش‌بینی مؤلفه ترس از ارزیابی (FNE) اضطراب

جدول ۴

مشخصه‌های آماری رگرسیون گام به گام راهبردهای سازش‌یافته نظم‌جویی شناختی هیجان بر مؤلفه‌های اضطراب اجتماعی

متغیر ملاک	گام	متغیر پیش‌بین	β	R	R^2	F	B
ترس از ارزیابی منفی	اول	ارزیابی مجدد	-.۳۵	.۲۳۳	.۱۱	۳۵/۹۵*	-.۴۸
	دوم	ارزیابی مجدد	-.۲۸	.۳۵	.۱۲	۲۰/۶۴*	-.۴۱
		دیدگاه‌گیری	-.۱۳				-.۱۸
اجتناب اجتماعی و اندوه در موقعیت‌های جدید	اول	ارزیابی مجدد	-.۳۷	.۳۷	.۱۴	۴۷/۴۸*	-.۷۳
	دوم	ارزیابی مجدد	-.۳۲	.۳۹	.۱۵	۲۶/۸۳*	-.۶۳
		دیدگاه‌گیری	-.۱۳				-.۲۴
	سوم	ارزیابی مجدد	-.۳۵	.۴۱	.۱۷	۱۹/۶۷*	-.۷۰
		دیدگاه‌گیری	-.۱۸				-.۳۴
		تمرکز مجدد بر برنامه‌ریزی	-.۱۵				-.۳۱
اجتناب اجتماعی و اندوه عمومی	اول	ارزیابی مجدد	-.۳۸	.۳۸	.۱۴	۴۹/۳۳*	-.۲۲
	دوم	ارزیابی مجدد	-.۳۲	.۴۰	.۱۶	۲۸/۱۳*	-.۰۵
		دیدگاه‌گیری	-.۱۴				-.۴۲
	سوم	ارزیابی مجدد	-.۳۶	.۴۱	.۱۷	۲۰/۵۴*	-.۱۵
		دیدگاه‌گیری	-.۱۹				-.۵۷
		تمرکز مجدد بر برنامه‌ریزی	-.۱۳				-.۵۱

* $P < .001$

میکولینسر و شیور (۲۰۰۳)، انگ، هیمبرگر، هارت، اشنیر و لیوویتز (۲۰۰۱)، اروزکان (۲۰۰۹) و پاراد و دیگران (۲۰۱۰) همسو هستند. در مطالعه کاش، تربولت و انیس (۲۰۰۴)، کاشدن، الهای و برین (۲۰۰۸) و میشل و دوماس (۲۰۰۴) نیز این روابط مشاهده شده است. در این راستا اعتقاد بر آن است که افراد دارای اضطراب اجتماعی اغلب دشواری‌هایی را در هنگام تلاش برای برقراری روابط بین‌فردی نزدیک تجربه می‌کنند. نظریه دلبستگی چهارچوبی برای مفهوم‌سازی سبب‌شناسی و تداوم این اختلال از طریق بررسی نظام‌های شناختی/عاطفی درگیر در اضطراب اجتماعی فراهم می‌آورد (اروزکان، ۲۰۰۷، ۲۰۰۹). همچنین شواهد نشان می‌دهند اضطراب اجتماعی به طور مثبت با سبک‌های دلبستگی نایمن همبسته است و در مقابل به طور منفی با سبک دلبستگی ایمن مرتبط است. افراد دارای دلبستگی نایمن معمولاً گوش به زنگ هستند؛ نسبت به فقدان یا تهدید بسیار حساس‌اند و ممکن است که به دنبال اطمینان باشند. افزون بر آن، افراد دارای خصوصیات اضطراب اجتماعی بالا با احتمال بیشتری نسبت به وقوع رویدادهای منفی اشتغال ذهنی دارند (فوا، فرانکیل، پری و هربرت، ۱۹۹۶) و فرض می‌کنند دیگران دید انتقادی نسبت به آنها دارند و آنها را به طور منفی ارزیابی می‌کنند (لیری، کووالسکی

شاخص‌های هم‌خطی ضرایب تحمل (۰/۷۷ تا ۱/۰۰) و عامل تورم واریانس با دامنه ۰/۰۴ تا ۰/۰۷ بیانگر عدم وجود هم‌خطی چندگانه بین متغیرهای پیش‌بین و قابل اتکا بودن مدل رگرسیون بود. داده‌های جدول ۴ نشان می‌دهند از بین راهبردهای سازش‌یافته نظم‌جویی شناختی هیجان، راهبردهای ارزیابی مجدد و دیدگاه‌گیری، مؤلفه ترس از ارزیابی (FNE) اضطراب اجتماعی را با ۱۲ درصد واریانس تبیین می‌کنند. افزون بر آن، راهبردهای ارزیابی مجدد، دیدگاه‌گیری و تمرکز مجدد بر برنامه‌ریزی، مؤلفه‌های اجتناب اجتماعی و اندوه در موقعیت‌های جدید (SAD-N) و اجتناب اجتماعی و اندوه عمومی (SAD-G) اضطراب اجتماعی را پیش‌بینی می‌کنند.

بحث

در پژوهش حاضر نقش سبک‌های دلبستگی و راهبردهای نظم‌جویی شناختی هیجان مورد بررسی قرار گرفت. نتایج نشان دادند که بین سبک‌های دلبستگی و اضطراب اجتماعی ارتباط معناداری وجود دارد و بین سبک دلبستگی نایمن با اضطراب اجتماعی در نوجوانان همبستگی مثبت دارد، درحالی که این ارتباط برای دلبستگی ایمن منفی است. این یافته‌ها با نتایج پژوهش‌های

روان‌شناختی رابطه دارد (خدارحیمی، هشیما و مهدزهریم، ۲۰۱۱). در نتیجه می‌توان اذعان داشت راهبردهای سازش‌نایافته نظم‌جویی هیجان از عناصر اصلی شکل‌گیری اضطراب اجتماعی است. در مجموع با مد نظر قرار دادن سبک‌های دلبستگی و راهبردهای نظم‌جویی شناختی هیجان و اضطراب اجتماعی، بسیاری از بررسی‌ها نشان داده‌اند دلبستگی والد/کودک با سازش‌یافتگی فرد و همچنین با شایستگی عملکرد وی در موقعیت‌های دیگر ارتباط دارد و افراد ایمن نسبت به افراد نایمن رفتارهای منفی، سازش‌نایافتگی (دویلی^۳ و مارکیویز^۴، ۲۰۰۵ نقل از خراشادی‌زاده، شهایی‌زاده و دستجردی، ۱۳۹۱)، مشکلات عاطفی و پرخاشگری کمتری دارند (بوس کیوت^۵ و اگلند^۶، ۲۰۰۶، سیمونز^۷، پاترنیت^۸ و شور^۹، ۲۰۰۱ نقل از خراشادی‌زاده و دیگران، ۱۳۹۱). این افراد، تصویر مثبت‌تری از خویشتن و اعتماد به خود بالاتری نسبت به افراد نایمن دارند، در موقعیت‌های اجتماعی احساس راحتی بیشتری می‌کنند و روابط بین‌فردی را به عنوان منبعی از آرامش می‌بینند (فینی^{۱۰} و نولر^{۱۱}، ۱۹۹۰ نقل از خراشادی‌زاده و دیگران، ۱۳۹۱). بنابراین بر اساس یافته‌های پژوهش حاضر می‌توان گفت دلبستگی ایمن و راهبردهای سازش‌یافته نظم‌جویی شناختی هیجان از عوامل مهم مقابله با زمینه‌های اضطراب اجتماعی‌اند. به نظر می‌رسد با طراحی مداخله‌های مبتنی بر دلبستگی و تعدیل راهبردهای سازش‌نایافته نظم‌جویی هیجان می‌توان گامی اساسی در پیشگیری و درمان اختلال اضطراب اجتماعی برداشت.

این پژوهش نیز محدودیت‌هایی در روش‌شناختی و تفسیر دارد. از جمله این محدودیت‌ها می‌توان به محدود بودن نمونه به جامعه دانشجویی، انجام مطالعه در سطح افراد بهنجار و استفاده از ابزارهای کاغذ مدادی اشاره کرد. در پژوهش‌های آتی، بررسی سبک‌های دلبستگی و راهبردهای نظم‌جویی شناختی هیجان در افراد مبتلا به اختلال اضطراب اجتماعی و سایر گروه‌های بالینی، بررسی تجربی سبک‌های دلبستگی و راهبردهای نظم‌جویی شناختی هیجان در موقعیت‌ها و گروه‌های مختلف بهنجار و مرضی و بررسی این متغیرها با سایر سازه‌های روان‌شناختی، می‌تواند به یافته‌های جالب‌تری بیانجامد.

و کمپبل، ۱۹۸۸). بنابراین می‌توان گفت که سبک‌های دلبستگی عامل مهمی هستند که بر روابط بین‌فردی تأثیر می‌گذارند و سطح اضطراب اجتماعی افراد را تعیین می‌کنند.

همچنین نتایج مطالعه حاضر نشان دادند بین راهبردهای نظم‌جویی شناختی هیجان و نشانه‌های اضطراب اجتماعی رابطه وجود دارد؛ راهبردهای سازش‌نایافته ملامت خویش، نشخوارگری و فاجعه‌سازی نشانه‌های اضطراب اجتماعی را تبیین می‌کنند. همچنین راهبردهای سازش‌یافته ارزیابی مجدد مثبت، تمرکز مجدد مثبت، و تمرکز مجدد بر برنامه‌ریزی به صورت معکوس نشانه‌های اضطراب اجتماعی را پیش‌بینی می‌کنند. این یافته‌ها با فرمول‌بندی^۱ عمومی راهبردهای نظم‌جویی شناختی هیجان مطابقت دارد (گارفنسکی و کرایچ، ۲۰۰۹؛ لگرستی، گارفنسکی، ورهولست و یوتنز، ۲۰۱۱؛ گارفنسکی، کوپمن، کرایچ و کات، ۲۰۰۹). در این مفهوم‌سازی راهبردهای نظم‌جویی سازش‌نایافته زمینه‌ساز ظهور و تداوم اشکال مختلف آسیب‌شناسی روانی‌اند، اما راهبردهای نظم‌جویی سازش‌یافته به عنوان عوامل محافظت‌کننده عمل می‌کنند. نتایج پژوهش‌ها در این قلمرو نشان داده‌اند که نوجوانان مبتلا به اختلال‌های اضطرابی نسبت به نوجوانان بهنجار، در مورد احساسات مرتبط با رویدادهای منفی زندگی بیشتر فکر می‌کنند و تمرکز بیشتری بر ابعاد منفی تجربه‌های خویش دارند (گارفنسکی، ریف، جلسما، تروگت و کرایچ، ۲۰۰۷؛ گارفنسکی و دیگران، ۲۰۰۳). افزون بر آن، گارفنسکی و دیگران (۲۰۰۷) نیز دریافتند که فاجعه‌سازی و نشخوارگری ارتباط مثبت و ارزیابی مجدد مثبت، ارتباط منفی نیرومندی با ترس دارند و تفکراتی که به وضوح بر وحشت از یک تجربه تأکید دارند، با ترس از ارزیابی منفی از سوی دیگران و اشتغال ذهنی درباره احساسات و تفکرات مرتبط با واقعه منفی و افزایش اضطراب مرتبط است. همچنین، این راهبردها به ویژه فاجعه‌سازی و نشخوار با نشانه‌های اضطراب در نوجوانان و بزرگسالان جمعیت عمومی نیز ارتباط دارد (گارفنسکی و دیگران، ۲۰۰۱). ارزیابی مجدد هیجان‌های مثبت با افزایش هیجان‌های مثبت و سازش‌یافتگی روان‌شناختی رابطه دارد، درحالی‌که سرکوب هیجان‌ها با افزایش هیجان‌های منفی و نارساکنش‌وری^۲

1. formulation	5. Bosquet, M.	9. Shore, C.
2. dysfunction	6. Egeland, B.	10. Feeny, J. A.
3. Doyle, A. B.	7. Simons, K. J. M.	11. Noller, P.
4. Markiewicz, D.	8. Paternite, C.	

منابع

- Guilford Press.
- Brown, A. M., & Whiteside, S. P. (2008).** Relations among perceived parental rearing behaviors, attachment style, and worry in anxious children. *Journal of Anxiety Disorders, 22*, 263-272.
- Brumariu, L. E., & Kerns, K. A. (2008).** Mother child attachment and social anxiety symptoms in middle childhood. *Journal of Applied Developmental Psychology, 29*, 393-402.
- Cash, T. F., Thériault, J., & Annis, N. M. (2004).** Body image in an interpersonal context: Adult attachment, fear of intimacy, and social anxiety. *Journal of Social and Clinical Psychology, 23*, 89-103.
- Denham, S. A. (1998).** *Emotional development in young children*. New York: Guilford Press.
- Denham, S. A., Blair, K. A., DeMulder, E., Levitas, J., Sawyer, K., Auerbach-Major, S., & Queenan, P. (2003).** Preschool emotional competence: Pathway to social competence. *Child Development, 74*, 238-256.
- Eisenberg, N., Fabes, R. A., Guthrie, I. K., & Reiser, M. (2000).** Dispositional emotionality and regulation: Their role in predicting quality of social functioning. *Journal of Personality and Social Psychology, 78*, 136-157.
- Eng, W., Heimberg, R. G., Hart, T. A., Schneier, F. R., & Liebowitz, M. R. (2001).** Attachment individuals with social anxiety disorder: The relationship among adult attachment styles, social anxiety, and depression. *Emotion, 1*, 365-380.
- Erozkan, A. (2007).** Rejection sensitivity and social anxiety level of university students. *Selcuk University Journal of Social Sciences Institute, 17*, 225-241.
- Erozkan, A. (2009).** The relationship between attachment styles and social anxiety: An investigation with
- استوار، ص. و رضویه، ا. (۱۳۸۲). بررسی ویژگی‌های روان‌سنجی مقیاس اضطراب اجتماعی برای نوجوانان (SAS-A) جهت استفاده در ایران. ارائه‌شده در پنجمین همایش سراسری بهداشت روانی کودکان و نوجوانان. ۱۶ تا ۱۸ مهرماه دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی زنجان.
- پاکدامن، ش. (۱۳۸۰).** بررسی ارتباط بین دلبستگی و جامعه‌طلبی در نوجوانی. رساله دکتری روان‌شناسی، دانشکده روان‌شناسی و علوم تربیتی، دانشگاه تهران.
- حسینی، ج. (۱۳۸۹).** خصوصیات روان‌سنجی پرسشنامه نظم‌جویی شناختی هیجان. *روان‌شناسی بالینی*، ۳(۷)، ۷۳-۸۳.
- خرانزادی‌زاده، س.، شهبابی‌زاده، ف. و دستجردی، ر. (۱۳۹۱).** نقش ادراک دلبستگی دوران کودکی، کنش‌وری خانواده و سبک‌های اسنادی بر اضطراب اجتماعی. *روان‌شناسی تحولی: روان‌شناسان ایرانی*، ۱(۳۲)، ۳۸۵-۳۹۵.
- دادستان، پ.، اناری، آ. و صالح‌صدق‌پور، ب. (۱۳۸۶).** اختلال اضطراب اجتماعی و نمایش درمانگری. *روان‌شناسی تحولی: روان‌شناسان ایرانی*، ۱۴، ۱۲۳-۱۱۵.
- سپاه‌منصور، م.، شهبابی‌زاده، ف. و خوشنویس، آ. (۱۳۸۷).** ادراک دلبستگی کودکی، دلبستگی بزرگسال و دلبستگی به خدا. *روان‌شناسی تحولی: روان‌شناسان ایرانی*، ۴(۱۵)، ۲۶۵-۲۵۳.
- Aldao, A., Nolen-Hoeksema, S., & Schweizer, S. (2010).** Emotion-regulation strategies across psychopathology: A meta-analytic review. *Clinical Psychology Review, 30*, 217-237.
- American Psychiatric Association. (2000).** *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders* (4th ed.). Washington, DC: American Psychiatric Association.
- Bretherton, I., & Munholland, K. A. (1999).** Internal working models in attachment relationships: A construct revisited. In J. Cassidy & P. R. Shaver (Eds.), *Handbook of attachment: Theory, research and clinical applications* (pp. 89-111). New York:

- Garnefski, N., Legerstee, J., Kraaij, V., VanDen Kommer, T., & Teerds, J. (2002).** Cognitive coping strategies and symptoms of depression and anxiety: A comparison between adolescents and adults. *Journal of Adolescence*, 25, 603-611.
- Garnefski, N., Rieffe, C., Jellesma, F., Terwogt, M. M., & Kraaij, V. (2007).** Cognitive emotion regulation strategies and emotional problems in 9-11 year old children: The development of an instrument. *European Child & Adolescent Psychiatry*, 16, 1-9.
- Goodall, K., Trejnowska, A., & Darling, S. (2012).** The relationship between dispositional mindfulness, attachment security and emotion regulation. *Personality and Individual Differences*, 52, 622-626.
- Hayes, S. C., Wilson, K. G., Strosahl, K., Gifford, E. V., & Follette, V. M. (1996).** Experiential avoidance and behavioral disorders: A functional dimensional approach to diagnosis and treatment. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 64, 1152-1168.
- Kashdan, T. B., Elhai, J. D., & Breen, W. E. (2008).** Social anxiety and disinhibition: An analysis of curiosity and social rank appraisals, approach-avoidance conflicts, and disruptive risk-taking behavior. *Journal of Anxiety Disorders*, 22, 925-939.
- Khodarahimi, S., Hashimah, I. H. M., & Mohd-Zaharim, N. (2011).** Cyclothymic hypersensitive temperament, emotion regulation, positive and negative affects, and attachment style in a non-clinical sample: Gender and ethnic differences and predictors. *Individual Differences Research*, 9 (3), 183-198.
- Láng, A. (2010).** Attachment and emotion regulation clinical implications of a non-clinical sample study. *Procedia Social and Behavioral Sciences*, 5, 674-678.
- Turkish university students. *Social Behavior and Personality*, 37 (6), 835-844.
- Foa, E. B., Franklin, M. E., Perry, K. J., & Herbert, J. D. (1996).** Cognitive biases in generalized social phobia. *Journal of Abnormal Psychology*, 105, 433-439.
- Garnefski, N., Boon, S., & Kraaij, V. (2003).** Relationships between cognitive strategies of adolescents and depressive symptomatology across different types of life events. *Journal of Youth and Adolescence*, 32, 401-408.
- Garnefski, N., Koopman, H. M., Kraaij, V., & Cate, T. R. (2009).** Brief report: Cognitive emotion regulation strategies and psychological adjustments in adolescents with a chronic disease. *Journal of Adolescence*, 32, 449-454.
- Garnefski, N., Kraaij, V., & Spinhoven, P. (2001).** Negative life events, cognitive emotion regulation and emotional problems. *Personality and Individual Differences*, 30, 1311-1327.
- Garnefski, N., Kraaij, V., & Spinhoven, P. (2002).** *Manual for the use of the Cognitive Emotion Regulation Questionnaire: A questionnaire measuring cognitive coping strategies.* Leiderdorp, The Netherlands: DATEC.
- Garnefski, N., & Kraaij, V. (2006).** Relationships between cognitive emotion regulation strategies and depressive symptoms: A comparative study of five specific samples. *Personality and Individual Differences*, 40, 1659-1669.
- Garnefski, N., & Kraaij, V. (2009).** Cognitive coping and psychological adjustment in different types of stressful life events. *Individual Differences Research*, 7, 168-181.

- Papini, D. R., Roggman, L. A., & Anderson, J. (1991).** Early adolescent perceptions of attachment to mother and father: A test of emotional-distancing and buffering hypotheses. *Journal of Early Adolescence, 11*, 258-275.
- Parade, S. H., Leerkes, E. M., & Blankson, A. N. (2010).** Attachment to parents, social anxiety, and close relationships of female students over the transition to college. *Journal of Youth Adolescence, 39*, 127-137.
- Rydell, A. M., Berlin, L., & Bohlin, G. (2003).** Emotionality, emotion regulation, and adaption among five-to-eight-year old children. *Emotion, 3*, 30-47.
- Schore, A. N. (2003).** *Affect dysregulation and the origin of the self: The neurobiology of emotional development*. Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Shaver, P. R., & Mikulincer, M. (2002).** Attachment-related psychodynamics. *Attachment and Human Development, 4*, 133-161.
- Spinard, T. L., Eisenberg, N., Cumberland, A., Fabes, R. A., Valiente, C., Shepard, S. A., Reiser, M., Losoya, S. H., & Guthrie I. K. (2006).** Relation of emotion-related regulation to children's social competence: A longitudinal study. *Emotion, 6*, 498-510.
- Strahan, E. (2003).** The effects of social anxiety and social skills on academic performance. *Personality and Individual Differences, 34*, 347-366.
- Taylor, S., & Wald, J. (2003).** Expectations and attributions in social anxiety disorder: Diagnostic distinctions and relationship to general anxiety and depression. *Cognitive Behaviour Therapy, 32*, 166-178.
- Teubert, D., & Pinquart, M. (2011).** A meta-analytic review on the prevention of symptoms of anxiety
- Laurent, H., & Powers, S. (2007).** Emotion regulation in emerging adult couples: Temperament, attachment, and HPA response to conflict. *Biological Psychology, 76*, 61-71.
- Leary, M. R., Kowalski, R. M., & Campbell, C. D. (1988).** Self-presentational concerns and social anxiety: The role of generalized impression expectancies. *Journal of Research in Personality, 22*, 308-321.
- Legerstee, J. S., Garnefski, N., Verhulst, F. C., & Utens, E. M. W. J. (2011).** Cognitive coping in anxiety-disordered adolescents. *Journal of Adolescence, 34*, 319-326.
- McLoone, J., Hudson, J. L., & Rapee, R. (2006).** Treating anxiety disorders in a school setting. *Education and Treatment of Children, 29*, 219-242.
- Mikulincer, M., & Shaver, P. R. (2003).** The attachment behavioral system in adulthood: Activation, psychodynamics, and interpersonal processes. In M. P. Zanna (Ed.), *Advances in experimental social psychology* (pp. 53-152). New York: Academic Press.
- Mitchell, S., & Doumas, D. M. (2004).** *The relationship between adult attachment style and depression, anxiety, and self-esteem*. Poster presented at the annual meeting of the Rocky Mountain Psychological Association, Reno.
- Ochsner, K. N., & Gross, J. J. (2005).** The cognitive control of emotion. *Trends in Cognitive Sciences, 9*, 242-249.
- Öztürk, A., & Mutlu, T. (2010).** The relationship between attachment style, subjective well-being, happiness and social anxiety among university students. *Procedia Social and Behavioral Sciences, 9*, 1772-1776.

Turk, C. L., Heimberg, R. G., Luterek, J. A., Mennin, D. S., & Fresco, D. M. (2005). Delineating emotion regulation deficits in generalized anxiety disorder: A comparison with social anxiety disorder. *Cognitive Therapy and Research*, 29, 89-106.

in children and adolescents. *Journal of Anxiety Disorders*, 25, 1046-1059.

Thompson, R. A. (1994). Emotion regulation: A theme in search of definition. *Monographs of the Society for Research in Child Development*, 59, 25-52.