

رابطه سبک های دلبستگی با هراس اجتماعی با نقش واسطه ای راهبردهای مقابله ای در نوجوانان پسر شهر کاشان

علیرضا فرهنگی، اعظم نیکوکار*

گروه روانشناسی بالینی، دانشگاه آزاد اسلامی ساوه، ساوه، ایران

The relationship between attachment styles and social phobia with the mediating role of coping strategies in adolescent boys in Kashan city

Alireza Farhangi, Azam Nikokar*

Department of Clinical Psychology, Islamic Azad University of Saveh, Saveh, Iran

Abstract

Introduction and purpose: The main purpose of the present study was to determine the relationship between attachment styles and social phobia with the mediating role of coping strategies in male adolescents in the academic year of 1401-1402.

Method: The present study was descriptive. The statistical population of this research included 3982 male teenagers studying in the second year of high school in Kashan city, and 350 people were selected as a sample from this population by random sampling method. The research tools were the standard social phobia questionnaires of Kanwar and colleagues (2000), Andler and Parker's (1990) coping strategies, Collins and Reed's (1990) attachment styles. The reliability of all questionnaires using Cronbach's alpha method was 0.902 for social phobia, 0.862, 0.843, 0.740 for coping strategies and 0.822, 0.796 and 0.850 for attachment styles. Data analysis method, Pearson correlation method and structural equation model were used with SPSS24 and Smart PLS3 software.

Findings: The findings showed that there is a relationship between attachment styles and social anxiety in adolescent boys. There is a relationship between coping strategies with social phobia in adolescent boys. There is a relationship between attachment styles and coping strategies in adolescent boys. Also, there is a relationship between attachment styles and social phobia with the mediating role of coping strategies in adolescent boys.

Conclusion: Therefore, according to the results, it is suggested to hold parent training workshops and stress coping strategies to reduce the social anxiety of teenagers in schools.

Keywords: Attachment Styles, Social Phobia, Coping Strategies

چکیده

مقدمه و هدف: هدف پژوهش حاضر تعیین رابطه بین سبک های دلبستگی با هراس اجتماعی با نقش واسطه ای راهبردهای مقابله ای در نوجوانان پسر در سال ۱۴۰۱-۱۴۰۲ بود.

روش: پژوهش حاضر با روش توصیفی بود. جامعه آماری این پژوهش شامل ۳۹۸۲ نوجوانان پسر مشغول به تحصیل در دوره دوم متوسطه شهرستان کاشان بودند که از این جامعه، تعداد ۳۵۰ نفر با روش نمونه گیری تصادفی به عنوان نمونه انتخاب شدند. ابزار پژوهش پرسشنامه های استاندارد هراس اجتماعی کانور و همکاران (۲۰۰۰)، راهبردهای مقابله ای اندلر و پارکر (۱۹۹۰)، سبک های دلبستگی کولینز و رید (۱۹۹۰) بود که در پژوهش حاضر روایی آنها به تایید استاد راهنما رسیده است و پایایی کل پرسشنامه ها به روش آلفای کرونباخ به ترتیب برای هراس اجتماعی ۰/۹۰۲، برای راهبردهای مقابله ای ۰/۷۴۰، ۰/۸۴۳، ۰/۸۶۲ و برای سبک های دلبستگی برابر با ۰/۸۲۲، ۰/۷۹۶ و ۰/۸۵۰ به دست آمد. روش تجزیه و تحلیل داده ها، روش همبستگی پیرسون و مدل معادلات ساختاری با نرم افزار SPSS24 و Smart PLS3 استفاده شد.

یافته ها: یافته ها نشان دادند بین سبک های دلبستگی با هراس اجتماعی در نوجوانان پسر رابطه وجود دارد. بین راهبردهای مقابله ای با هراس اجتماعی در نوجوانان پسر رابطه وجود دارد. رابطه سبک های دلبستگی با هراس اجتماعی در نوجوانان پسر رابطه وجود دارد. همچنین بین سبک های دلبستگی با هراس اجتماعی با نقش واسطه ای راهبردهای مقابله ای در نوجوانان پسر رابطه وجود دارد. نتیجه گیری: بنابراین با توجه به نتایج، برگزاری کارگاه های آموزش والدین و راهبردهای مقابله با استرس جهت کاهش هراس اجتماعی نوجوانان در مدارس پیشنهاد می گردد.

واژگان کلیدی: سبک های دلبستگی، هراس اجتماعی، راهبردهای مقابله ای

مقدمه

یکی از انواع اختلال های اضطرابی، اختلال هراس اجتماعی یا اضطراب اجتماعی که همان ترس از موقعیت های اجتماعی و عملکردی است (Najafi Fard et al., 2021). هراس اجتماعی معمولاً در اواخر کودکی یا اوایل نوجوانی شروع می شود و عوارض جانبی زیادی را بر کیفیت تعاملات اجتماعی پیشرفت تحصیلی و بهزیستی ایجاد می نماید. در مورد سبب شناسی هراس اجتماعی، تبیین های متفاوتی در نظریه های مختلف ارائه شده است. یکی از نظریه هایی که به طور خاص به موضوع ایمنی و امنیت روانی پرداخته است، نظریه دلبستگی است (Manning et al., 2017). این دیدگاه، افزون بر توجه به فرایندهای ناهشیار پویایی، بر تجارب بین فردی واقعی و پیامدهای هیجانی و شناختی این روابط به عنوان عوامل مؤثر بر سلامت روانی توجه خاصی دارد. سبک های دلبستگی ناایمن، محصولی از تجربه های فقدان با نوسان، در دسترسی به موضوع دلبستگی اند. سبک دلبستگی اجتنابی ناشی از نوعی تجربه عدم دسترسی است که میتوان ظهور و بروز آن را در بروز اختلالات روانی مشاهده نمود (Mikulincer & Shaver, 2019). نتایج تحقیقات برخی محققان نشان داده است که افراد دارای سبک دلبستگی ناایمن اجتماعی و دوسوگرا، علایم جسمانی بیشتری را نسبت به سبک دلبستگی ایمن گزارش می کنند (Stroebe et al., 2006). از آنجایی که هراس اجتماعی از پدیده های شایع در میان نوجوانان است؛ نوجوانان با مسایلی همچون مسایل مربوط به مدرسه، مسائل خانوادگی، مسائل بین فردی و اجتماعی و همچنین تصمیم گیری درباره آینده روبرو هستند. توانایی نوجوانان در تنظیم احساسات و رفتارهایشان تحت این شرایط استرس زا نشان دهنده رشد و پیشرفت آنها در کسب استقلال و کاربرد شیوه های مقابله ای در غلبه بر استرس می باشد (Mesgar R, 2019). به عبارتی، یکی از عوامل بالقوه سبب ساز اختلال هراس اجتماعی، راهبردهای مقابله ای اتخاذ شده توسط افراد در مواجهه با شرایط فشارزا است. سبک های مقابله ای به نحوه ادراک و رفتار یک فرد در پاسخ به محیطی خارج از کنترل او به دلیل عوامل درونی و بیرونی اشاره دارد (Wang et al., 2021). بیشتر مقیاس های مقابله ای از مقابله متمرکز بر هیجان و مقابله متمرکز بر مشکل تشکیل شده است. مقابله متمرکز بر مشکل به جهت گیری وظیفه اشاره دارد، در حالی که راهبردهای مقابله متمرکز بر هیجان به یک فردگرایی اشاره دارد. این استراتژی فرد شامل پاسخ های احساسی، خود مشغولی و واکنش های خیال پردازی است (Agbaria & Natur, 2018). علی رغم تأثیر مستقیم راهبردهای مقابله ای ناسازگارانه بر هراس اجتماعی، به اعتقاد برخی از صاحب نظران درک بهتر فرآیندهای مقابله ای در کودکان و نوجوانان، نیاز به بررسی عوامل و بافت های تأثیرگذار اجتماعی دارد (Bayrami & Mohebbi, 2016) و در این میان به سبک های دلبستگی اشاره شد، نمونه ای از عوامل تأثیرگذار خانوادگی هستند. در این زمینه، روانشناسان بر این باورند که الگوی والدینی کنترل گر/محافظةتی در رشد راهبردهای مقابله ای مثبت هیچ گونه کارایی ندارد؛ زیرا کودکانی که در معرض نگرشهای کنترل کننده/حفاظتی والدین (کسانی که نقش مهمی در رشد اجتماعی کودکان دارند) هستند؛ اعتماد به نفس ندارند و نمی توانند

از راهبردهای مقابله ای مثبت که خیلی مهم هستند، استفاده کنند. در حالی که نگرشها و رفتارهای مثبت والدین همچون صرف زمان با کودک، نزدیکی فیزیکی و هیجانی مداوم و پذیرش حقوق شخصی کودک در تحقق روابط سالم و حل مسأله کارآمد کودکان در آینده ضروری هستند. بنابراین براساس مطالعات ذکر شده راهبردهای مقابله ای می تواند هم تاثیر مستقیم روی هراس اجتماعی داشته باشد و هم به صورت غیر مستقیم به عنوان متغیر میانجی از طریق سبک های دلبستگی میتواند بر هراس اجتماعی تاثیر گذار باشد. در واقع این تغییرات راهبردهای مقابله ای در اثر تغییر سازه سبک دلبستگی باعث کاهش یا افزایش هراس اجتماعی در نوجوانان می شود. بنابراین، مطالعه در زمینه میتواند اطلاعات مهمی در جهت شناخت هر چه بیشتر نحوه تاثیر گذاری این متغیرها بر هراس اجتماعی داشته باشد. در نتیجه، با توجه به مبانی نظری و پیشینه پژوهش ذکر شده، هدف اساسی پژوهش حاضر، بررسی رابطه سبک های دلبستگی با هراس اجتماعی با نقش واسطه ای راهبردهای مقابله ای در نوجوانان پسر است و پژوهش حاضر در پی پاسخگویی به این سوال است که تا چه اندازه بین سبک های دلبستگی با هراس اجتماعی با نقش واسطه ای راهبردهای مقابله ای در نوجوانان پسر رابطه وجود دارد؟

روش پژوهش

پژوهش حاضر از لحاظ شیوه گردآوری داده ها در حوزه پژوهش های توصیفی و از لحاظ ماهیت پژوهش از نوع همبستگی بود.

جامعه آماری و نمونه گیری

جامعه آماری شامل کلیه نوجوانان پسر مشغول به تحصیل در دوره دوم متوسطه شهرستان کاشان در سال ۱۴۰۱ شامل ۳۹۸۲ نفر از ۲۰ مدرسه بود. براساس جدول مورگان ۳۵۰ دانش آموز پسر به عنوان نمونه انتخاب شدند. با توجه به در دسترس بودن چارچوب نمونه از روش نمونه گیری تصادفی برای انتخاب نمونه استفاده شد. برای جمع آوری داده های مورد نیاز آزمون فرضیات این تحقیق از پرسشنامه در قالب انجام عملیات میدانی و توزیع و تکمیل پرسشنامه میان افراد نمونه انتخاب شد.

ابزارهای پژوهش

در پژوهش حاضر از ابزار پرسشنامه استفاده شد که به قرار زیر است:

مقیاس هراس اجتماعی:

این مقیاس نخستین بار توسط کانور و همکاران (۲۰۰۰) به منظور ارزیابی اضطراب اجتماعی تهیه گردید. پایایی این پرسشنامه به روش بازآزمایی در گروه هایی با تشخیص اختلال هراس اجتماعی برابر ۰,۷۸ تا ۰,۸۹ بوده و و همسانی درونی با ضریب آلفا در گروهی از افراد ۰,۹۴ گزارش شده است. برای مقیاس فرعی ترس ۰,۸۹، اجتناب ۰,۹۱، و ناراحتی فیزیولوژیکی ۰,۸۰ گزارش شده است (کانور و همکاران، ۲۰۰۰، به نقل از حسنوند عموزاده و همکاران، ۱۳۹۲). حسنوند عموزاده و همکاران (۱۳۸۹) در نمونه غیربالینی در ایران روایی و پایایی این مقیاس را به دست آوردند. ضریب آلفای پرسشنامه در نیمه اول آزمون برابر ۰,۸۲ و برای نیمه دوم آزمون برابر ۰,۷۶ و در نهایت همبستگی این دو ۰,۸۴ گزارش شد. همچنین محاسبه آلفای کرونباخ مربوط به کل آزمودنی ها در خرده مقیاسهای اضطراب اجتماعی، اجتناب، ترس و ناراحتی به ترتیب ۰,۷۵، ۰,۷۴ و ۰,۷۵ بوده است که پایایی محاسبه شده رضایت بخش است.

پرسشنامه راهبردهای مقابله ای:

به منظور جمع آوری اطلاعات پیرامون سبک های مقابله با فشار روانی از سیاهه مقابله با موقعیت استرس آور اندلر^{۶۹} و پارکر^{۷۰} (۱۹۹۰) استفاده شد. اندلر و پارکر (۱۹۹۰) ضرایب اعتبار این آزمون را به وسیله آلفای کرونباخ برای سبک های مقابله مسئله مدار (دختران ۰,۸۵، پسران ۰,۹۲)، هیجان مدار (پسران ۰,۸۲ و دختران ۰,۸۵) و اجتنابی (پسران ۰,۸۵ و دختران ۰,۸۲) مناسب ارزیابی کرده اند. در مطالعه شکری و همکاران (۱۳۸۸) ضرایب آلفای کرونباخ سبک های مقابله مسئله مدار، هیجان مدار و اجتنابی در بین دانشجویان ایرانی به ترتیب ۰,۷۴ و ۰,۷۰ و ۰,۷۳ در بین دانشجویان سوئدی به ترتیب برابر با ۰,۶۹ و ۰,۷۷ و ۰,۶۸ و در کل برابر با ۰,۷۲ و ۰,۷۱ و ۰,۷۴ به دست آمد.

پرسشنامه سبک دلبستگی:

کولینز و رید در سال ۱۹۹۰ بر اساس نظریه هازان و شاور پرسشنامه سبک دلبستگی کولینز و رید (RAAS) تهیه کردند. کولینز و رید پایایی این پرسشنامه را بالای ۰,۸۰ بدست آوردند. همچنین طلائیان و وازپور در سال ۱۳۸۲ با استفاده از روش آزمون مجدد نشان داد که این آزمون در سطح ۰,۹۵ قابل اعتماد است.

ملاحظات اخلاقی:

ملاحظات اخلاقی پژوهش حاضر به شرح ذیل می باشد:

کلیه دانش آموزان به صورت حضوری اطلاعاتی را در مورد پژوهش دریافت و در صورت تمایل در پژوهش شرکت کردند. دانش آموزان آزادی کامل داشتند تا در صورت عدم تمایل در پژوهش شرکت نکنند.

به دانش آموزان اطمینان داده شد که تمام اطلاعات بر اساس اصل رازداری، محرمانه می باشد و برای امور پژوهشی مورد استفاده قرار خواهند گرفت.

روش تجزیه و تحلیل اطلاعات

تحلیل داده های جمع آوری شده با استفاده از نرم افزار SPSS22 و amos خواهد بود. در مطالعه حاضر از نرم افزار SPSS22 جهت بررسی متغیرهای جمعیت شناختی، میانگین و انحراف استاندارد متغیرهای پژوهش و همبستگی پیرسون و از نرم افزار amos جهت بررسی نقش میانجی و مدل معادلات ساختاری استفاده شد.

نتایج

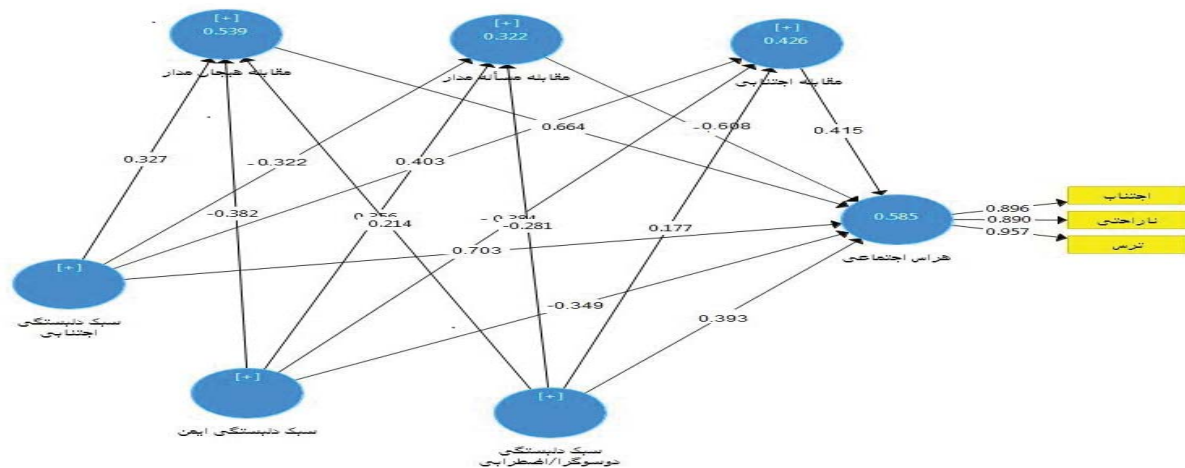
با توجه به نتایج به دست آمده، میانگین دلبستگی ایمن، دلبستگی اجتنابی، دلبستگی دوسوگرا/اضطرابی، مسأله مدار، هیجانی مدار و اجتنابی به ترتیب برابر با ۱۲/۳۴، ۱۱/۸۴، ۱۲/۵۰، ۴۹/۲۶ و ۴۷/۲۳ می باشد. دامنه نمره گذاری این پرسشنامه برای هر زمینه راهبردهای مقابله ای از ۱۶ تا ۸۰ است لذا می توان گفت میانگین هر زمینه در راهبردهای مقابله ای نمونه مورد مطالعه بیشتر از حد متوسط بوده است. همچنین میانگین ترس، اجتناب، ناراحتی فیزیولوژیک و هراس اجتماعی برابر با ۶/۱۶، ۸/۴۵، ۴/۶۰ و ۱۹/۷۵ می باشد. دامنه نمره گذاری این پرسشنامه از ۰ تا ۶۸ است لذا میتوان گفت میانگین هراس اجتماعی نمونه مورد مطالعه کمتر از حد متوسط بوده است.

تجزیه و تحلیل استنباطی

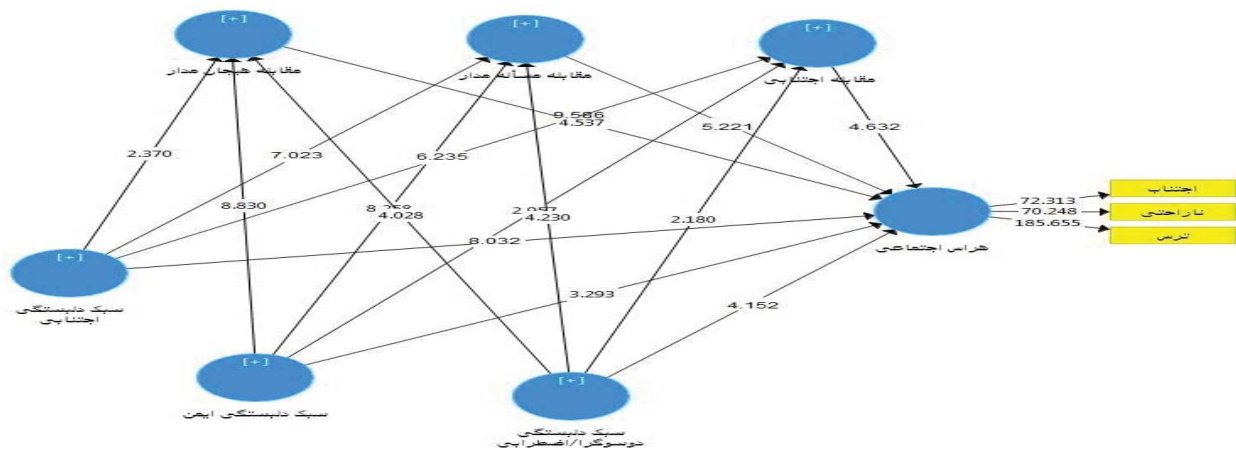
بررسی فرضیات پژوهش بر اساس مدل رابطه بین سبکهای دلبستگی با هراس اجتماعی با نقش واسطه ای راهبردهای مقابله ای در نوجوانان با استفاده از مدلسازی معادله سازی

نتایج مدل معادلات ساختاری به شکل نمودار مسیر^{۱)} ارائه می گردد. مدل معادلات ساختاری پژوهش به منظور بررسی رابطه بین سبک های دلبستگی با هراس اجتماعی با نقش واسطه ای راهبردهای مقابله ای در نوجوانان در شکلهای (۱) و (۲) توسط نرم افزار مدل سازی نشان داده شده است.

همانطور که از خروجی نرم افزار Smart PLS مشاهده می شود، مدل اصلی ارائه شده به صورت شکل ۱ و ۲ می باشد که در آن روابط میان متغیرها و ضرائب هر یک از آنها بر اساس فرضیه های پژوهش، ارائه شده است. اعداد نوشته شده بر روی خطوط در مدل ۱، در واقع ضرائب بتا استاندارد حاصل از معادله رگرسیون میان متغیرها می باشند که به آنها ضرائب مسیر نیز گفته می شود و عدد داخل دایره آبی مربوط به ضریب تعیین میزان تبیین متغیر وابسته توسط متغیرهای مستقل می باشد.



شکل ۱: مدل رابطه بین سبکهای دلبستگی با هراس اجتماعی با نقش واسطه ای راهبردهای مقابله ای در نوجوانان با استفاده از ضریب اثر توسط نرم افزار Smart_PLS



شکل ۲: مدل رابطه بین سبکهای دلبستگی با هراس اجتماعی با نقش واسطه‌ای راهبردهای مقابله ای در نوجوانان با استفاده از مقدار T-VALUE توسط نرم‌افزار Smart_PLS

جدول ۱. برآورد ضرایب رگرسیونی در روابط مستقیم مدل پژوهش با نقش میانجی راهبردهای مقابله‌ای

نتیجه فرضیه	سطح معناداری	R^2	مقدار آزمون T	ضریب اثر	روابط	
تایید	$P < /0.01$	0/585	3/293	-0/349	هراس اجتماعی	سبک دلبستگی ایمن
تایید	$P < /0.01$	0/585	8/032	0/703	هراس اجتماعی	سبک دلبستگی اجتنابی
تایید	$P < /0.01$	0/585	4/152	0/393	هراس اجتماعی	سبک دلبستگی دو سوگرا/ اضطرابی
تایید	$P < /0.01$	0/585	9/586	0/664	هراس اجتماعی	مقابله هیجان مدار
تایید	$P < /0.01$	0/585	5/221	-0/608	هراس اجتماعی	مقابله مسأله مدار
تایید	$P < /0.01$	0/585	4/632	0/415	هراس اجتماعی	مقابله اجتنابی
تایید	$P < /0.01$	0/539	8/830	-0/382	مقابله هیجان مدار	سبک دلبستگی ایمن
تایید	0/021	0/539	2/370	0/327	مقابله هیجان مدار	سبک دلبستگی اجتنابی
تایید	$P < /0.01$	0/539	4/028	0/214	مقابله هیجان مدار	سبک دلبستگی دو سوگرا/ اضطرابی

تایید	$P < / .001$	۰/۳۲۲	۶/۲۳۵	۰/۴۰۳	مقابله مساله مدار	سبک دلبستگی ایمن
تایید	$P < / .001$	۰/۳۲۲	۷/۰۲۳	-۰/۳۲۲	مقابله مساله مدار	سبک دلبستگی اجتنابی
تایید	$P < / .001$	۰/۳۲۲	۴/۲۳۰	-۰/۲۸۱	مقابله مساله مدار	سبک دلبستگی دوسوگرا/ اضطرابی
تایید	۰/۰۳۵	۰/۴۲۶	۲/۰۹۷	-۰/۲۹۴	مقابله اجتنابی	سبک دلبستگی ایمن
تایید	$P < / .001$	۰/۴۲۶	۴/۵۳۷	۰/۴۰۳	مقابله اجتنابی	سبک دلبستگی اجتنابی
تایید	۰/۰۱۲	۰/۴۲۶	۲/۱۸۰	۰/۱۷۷	مقابله اجتنابی	سبک دلبستگی دوسوگرا/ اضطرابی

همانطور که در جدول شماره ۱ مشاهده می شود بین سبک دلبستگی ایمن، اجتنابی و دوسوگرا/ اضطرابی بر هراس اجتماعی در نوجوانان پسر رابطه وجود دارد. بنابراین بین سبکهای دلبستگی با هراس اجتماعی در نوجوانان پسر رابطه وجود دارد و فرضیه فرعی اول تحقیق مورد تأیید می باشد. بین راهبرد مقابله هیجان مدار، مسأله مدار و اجتنابی بر هراس اجتماعی در نوجوانان پسر رابطه وجود دارد. بنابراین با توجه به نتایج به دست آمده از رابطه بین راهبردهای مقابله ای با هراس اجتماعی در جدول شماره ۱، میتوان چنین نتیجه گرفت که به طور کلی بین راهبردهای مقابله ای با هراس اجتماعی در نوجوانان پسر رابطه وجود دارد و فرضیه فرعی دوم تحقیق مورد تأیید می باشد.

همانطور که در جدول مشاهده می شود بین سبک دلبستگی ایمن، اجتنابی و دوسوگرا/ اضطرابی با راهبرد مقابله هیجان مدار در نوجوانان پسر رابطه وجود دارد. بین سبک دلبستگی ایمن، اجتنابی و دوسوگرا/ اضطرابی با راهبرد مقابله مسأله مدار در نوجوانان پسر رابطه وجود دارد. بین سبک دلبستگی ایمن، اجتنابی و دوسوگرا/ اضطرابی با راهبرد مقابله اجتنابی در نوجوانان پسر رابطه وجود دارد. با توجه به نتایج به دست آمده از رابطه بین سبک های دلبستگی با راهبردهای مقابله ای در جدول شماره ۱، میتوان چنین نتیجه گرفت که بین سبک های دلبستگی با راهبردهای مقابله ای در نوجوانان پسر رابطه وجود دارد و فرضیه فرعی سوم تحقیق مورد تأیید می باشد.

جدول ۲. برآورد ضرایب رگرسیون نقش میانجی راهبردهای مقابله ای

نتیجه فرضیه (راهبرد مقابله هیجان مدار)	سطح معناداری	R^2	مقدار آزمون T	ضریب اثر غیرمستقیم	هراس اجتماعی	سبک دلبستگی ایمن
تایید	$P < / .001$	۰/۵۸۵	۴/۴۷۱	-۰/۲۵۳	هراس اجتماعی	سبک دلبستگی ایمن
تایید	۰/۰۲۳	۰/۵۸۵	۳/۳۰۶	۰/۲۱۷	هراس اجتماعی	سبک دلبستگی اجتنابی
تایید	۰/۰۰۱	۰/۵۸۵	۳/۳۹۸	۰/۱۴۲	هراس اجتماعی	سبک دلبستگی دوسوگرا/ اضطرابی

نتیجه فرضیه (راهبرد مقابله مسأله مدار)	سطح معناداری	R^2	مقدار آزمون T	ضریب اثر غیرمستقیم		
تأیید	$P < /0.01$	۰/۵۸۵	۴/۳۲۱	-۰/۲۴۵	هراس اجتماعی	سبک دلبستگی ایمن
تأیید	۰/۰۳۳	۰/۵۸۵	۳/۰۱۱	۰/۱۹۶	هراس اجتماعی	سبک دلبستگی اجتنابی
تأیید	۰/۰۴۲	۰/۵۸۵	۲/۹۸۲	۰/۱۷۱	هراس اجتماعی	سبک دلبستگی دوسوگرا/ اضطرابی
نتیجه فرضیه (راهبرد مقابله اجتنابی)	سطح معناداری	R^2	مقدار آزمون T	ضریب اثر غیرمستقیم		
تأیید	۰/۰۴۳	۰/۵۸۵	۲/۶۲۳	-۰/۱۲۲	هراس اجتماعی	سبک دلبستگی ایمن
تأیید	۰/۰۳۹	۰/۵۸۵	۲/۷۳۲	۰/۱۶۷	هراس اجتماعی	سبک دلبستگی اجتنابی
تأیید	۰/۰۴۱	۰/۵۸۵	۲/۱۰۱	۰/۰۷۳	هراس اجتماعی	سبک دلبستگی دوسوگرا/ اضطرابی

در جدول شماره ۲، همانطور که مشاهده می‌شود بین سبک دلبستگی ایمن، اجتنابی و دوسوگرا/ اضطرابی با هراس اجتماعی با نقش واسطه‌ای راهبرد مقابله ای هیجان مدار در نوجوانان پسر رابطه وجود دارد. بین سبک دلبستگی ایمن، اجتنابی و دوسوگرا/ اضطرابی با هراس اجتماعی با نقش واسطه‌ای راهبرد مقابله ای مسأله مدار در نوجوانان پسر رابطه وجود دارد. بین سبک دلبستگی ایمن، اجتنابی و دوسوگرا/ اضطرابی با هراس اجتماعی با نقش واسطه‌ای راهبرد مقابله ای اجتنابی در نوجوانان پسر رابطه وجود دارد. با توجه به نتایج به دست آمده می‌توان چنین نتیجه گرفت که در رابطه بین سبک های دلبستگی با هراس اجتماعی، نقش واسطه‌ای راهبردهای مقابله ای در نوجوانان پسر معنادار است.

بحث و نتیجه گیری

فرضیه اصلی: بین سبک های دلبستگی با هراس اجتماعی با نقش واسطه ای راهبردهای مقابله ای در نوجوانان پسر رابطه وجود دارد.

با توجه به نتایج به دست آمده کلیه روابط و مسیرها در مدل مورد تأیید می‌باشد. بنابراین می‌توان چنین نتیجه گرفت که بین سبک‌های دلبستگی با هراس اجتماعی با نقش واسطه‌ای راهبردهای مقابله ای در نوجوانان پسر رابطه وجود دارد و فرضیه اصلی پژوهش مورد تأیید می‌باشد. این یافته با نتایج پژوهش‌های غضنفری و ندری (۱۳۹۸) و صنعتکار (۱۳۹۵) همخوانی داشت (Ghazanfari & Nadri, 2019; Nederi, 2023).

فرضیه اول: بین سبک های دلبستگی با هراس اجتماعی در نوجوانان پسر رابطه وجود دارد.

نتایج پژوهش حاضر نشان داد بین نزدیک بودن (ایمن) با هراس اجتماعی همبستگی منفی وجود داشت. همچنین بین اضطراب (اضطرابی) و سبک وابستگی (اجتنابی) با هراس اجتماعی همبستگی مثبت وجود داشت. این یافته با نتایج پژوهش‌های

ایمامگلو و کیوان^{۷۳} (۲۰۲۲)، رید^{۷۴} و همکاران (۲۰۱۸) ایکنز، پدرسون و ویلبرگ^{۷۵} (۲۰۱۶) اوربیک^{۷۶} و همکاران (۲۰۱۶)، دروگر و همکاران (۱۳۹۹)، بهشتیان و روزبهبانی (۱۳۹۵) و حسنی و همکاران (۱۳۹۲) همخوانی داشت (Beheshtian, 2016; Drogar et al., 2020; Eikenæs et al., 2016; Hasani et al., 2013; İmamoğlu & Keyvan, 2022; Kouchi et al., 2021; Read et al., 2018). لیکن این یافته با نتایج درین^{۷۶} و همکاران (۲۰۲۲) همخوان نبود (Derin et al., 2022). افراد دارای دلبستگی نایمن معمولاً گوش به زنگ هستند؛ نسبت به فقدان یا تهدید بسیار حساس اند و ممکن است که به دنبال اطمینان باشند (Hasani et al., 2013). افزون بر آن، افراد دارای خصوصیات هراس اجتماعی بالا، نسبت به وقوع رویدادهای منفی اشتغال ذهنی زیادی دارند و همیشه بر این فرض تاکید می کنند که دیگران دید انتقادی نسبت به آنها دارند و آنها را به طور منفی ارزیابی می کنند. بنابراین می توان گفت سبک های دلبستگی عامل مهمی هستند که بر روابط بین فردی تاثیر می گذارند و سطح هراس اجتماعی افراد را تعیین می کند. در افراد دارای سبک های دلبستگی نایمن که با سبک اضطرابی تطابق دارد ممکن است تنظیم هیجانی خود را از دست بدهند و در چرخه معیوبی به دام بیفتند که در آن چرخه های عدم تنظیم هیجانی به بی اعتبار شدن بین فردی منجر می شود که به عدم تنظیم هیجانی بیشتر منجر می شود. ترس از مواجهه با هیجان شدید غالباً افراد را در چنین ارتباطی نگه می دارد و مرحله افزایش آسیب هیجانی را در این شرایط نشان می دهد. انزوای هیجانی که با آسیب دیدن تکیه گاههای دلبستگی توسط هیجان ایجاد می شود، آن قدر غیر قابل تحمل است که به هر هزینه ای باید از آن اجتناب شود. این در حالی است که افراد با هراس اجتماعی نیز به دلیل تجربه ترس و هراس شدید هنگام پیش بین و یا ورود به موقعیت اجتماعی هراس آور، امکان دارد میل زیادی به اجتناب از موقعیت های اجتماعی داشته باشد.

از سوی دانش آموزان با سبک دلبستگی نزدیک بودن (ایمن) دارای اعتماد به نفس هستند که می توانند خواسته های خود را به خوبی دیگران انتقال بدهند، سازگاری بهتری با دیگران دارند، دست به خلاقیت و کنجکاو میزنند و بدون ترس از پیامدهای رفتار خود و با روحیه استقلال طلبی در موقعیتهای اجتماعی، بدون هراس و ترس اجتماعی عمل می کنند. شاید بتوان دلیل این مسئله را بدین صورت عنوان نمود که دانش آموزانی سبک دلبستگی نایمن (ایمن) است به دلیل احساس امنیت و حمایتگری که از دیگران دریافت می کنند، ترس و اضطراب در آنها کمتر است و زمینه حضور دانش آموزان در موقعیت های اجتماعی، به دلیل احساس امنیتی که از دیگران دریافت می کنند افزایش می یابد.

در تبیین نتایج می توان گفت مؤلفه نزدیک بودن، از زیرمقیاسهای سبک های دلبستگی است و بدین معنی است که هر قدر فرد آسایش و صمیمیت بیشتری را در رابطه خود تجربه کند و هراس اجتماعی او کاهش می یابد.

وابستگی مؤلفه دیگری است که با متغیر ملاک همبستگی دارد، این زیرمقیاس به میزانی که فرد احساس میکند میتواند به دیگران در هنگام نیاز تکیه و اعتماد کند و اینکه دیگران در دسترس وی باشند اشاره دارد؛ میزانی را که افراد به دیگران اطمینان می کنند و به آنها متکی میشوند. لذا در وابستگی بیشتر، هراس اجتماعی بیشتر می شود.

اضطراب، به نگرانی و ترس فرد از اینکه در رابطه با دیگری طرد شود یا ترک گردد، اشاره دارد و در اینجا مشخص است که هر قدر اضطراب فرد کمتر باشد، هراس اجتماعی او کاهش می یابد.

فرضیه دوم: بین راهبردهای مقابله ای با هراس اجتماعی در نوجوانان پسر رابطه وجود دارد.

نتایج پژوهش حاضر نشان داد بین سبک مقابله ای مسئله مدار با هراس اجتماعی نوجوانان رابطه منفی و معنادار؛ و بین سبک های مقابله ای هیجان مدار و اجتنابی با هراس اجتماعی آن ها همبستگی مثبت و معنادار برقرار است. این یافته با نتایج حسینی (۱۴۰۱) و مسگر و تقوایی (۱۳۹۷) همخوانی داشت (Hosini, 2022; Mesgar R, 2019).

راهبردهای حل مسئله با تعدیل یا حذف استرسورها، تأثیرات سودمندی بر هیجانها دارند. استفاده از سبک مقابله هیجان محور، فرد را از درگیری مستقیم و مؤثر با موقعیت استرسزا باز می دارد و توانمندی او را برای حل مشکل کاهش می دهد. مقابله ناکارآمد (اجتنابی و هیجان مدار) نه تنها سودی در بر نخواهد داشت، بلکه به بدتر شدن وضعیت فرد منجر میشود و به احتمال زیاد چرخه معیوبی از تعارضات، نگرانیها، مسائل و مشکلات را برای فرد به وجود می آورد؛ به اینصورت که هرچه زمان میگذرد، تعارضات، مسائل و مشکلات فرد بیشتر، گسترده تر و پیشرفته تر میشود. مهارت مسأله مدار از جمله مهارتهای شناختی است که فرد با توجه به موقعیت، ارزیابی دقیق، جدا از احساسات و هیجانها خود از موقعیت انجام میدهد و واقع گرایانه تر عمل میکند و هر چه این شیوههای مقابله

72	imamoğlu & Keyvan
73	Read
74	Eikenæs, Pedersen & Wilberg
75	Overbeek
76	Derin

کارآمد را به کار گیرد عدم علائم جسمانی و روانی، اضطراب و افزایش احساس خشنودی رابه دنبال دارد. لذا افرادی که از راهبرد مقابله مساله مدار استفاده می کنند، فعال و پویا هستند و این پویایی امکانات لازم برای مقابله فعال با موقعیت استرس زا را در اختیار فرد قرار میدهد (Nederi, 2023). سبک مقابله با تمرکز بر احساسات شامل استراتژیهای است که باعث کاهش احساس هیجانی و بیان احساسات و جلوگیری از اقدامات مناسب در شرایط استرسزا میشود. لذا با استفاده از راهبرد هیجان مدار و بازداری فرد از درگیری مستقیم و مؤثر با مشکل، توانایی او نیز برای حل مشکل، کاهش می یابد. این وضعیت باعث اختلال در انسجام فکری و آشفته گی هیجانی می شود و سلامت روانی را کاهش میدهد. در سبک مقابله ای اجتنابی فرد سعی در تغییرات شناختی و دور شدن از واقعیت فشار آور را دارد و با فاصله گرفتن از مشکل اقدام به فرار و اجتناب کرده و برای دریافت حمایت عاطفی تلاش می کند. در این نوع سبک مقابله فرد از سرگرمی اجتماعی و منحرف کردن فکر استفاده می کند و سعی می نماید که توجه خود را از مشکل بر گرداند مانند تماشای تلویزیون و قدم زدن (بابایی و همکاران، ۱۴۰۰). لذا فرد با انجام فعالیت هایی سعی میکند به انزوای و کناره گیری مشخص از اجتماعی روی آورد (Mesgar R, 2019; Nederi, 2023).

فرضیه سوم: رابطه سبک های دلبستگی با راهبردهای مقابله ای در نوجوانان پسر رابطه وجود دارد.

نتایج پژوهش حاضر نشان داد بین سبک دلبستگی ایمن با راهبردهای مقابله ای هیجانی و اجتنابی همبستگی منفی وجود داشت. بین سبک دلبستگی دوسوگرا/ اضطرابی با راهبردهای مقابله ای مسئله مدار همبستگی منفی و راهبردهای مقابله ای هیجانی و اجتنابی همبستگی مثبت وجود داشت. بین سبک دلبستگی اجتنابی با راهبردهای مقابله ای مسئله مدار همبستگی منفی و راهبردهای مقابله ای هیجانی و اجتنابی همبستگی مثبت وجود داشت. این یافته با نتایج پژوهش های کالاکادیگلو، توران و اوسلو (۲۰۱۷)، فرامرزی نیا و همکاران (۱۳۹۸) و ریگر (۲۰۱۶) همخوانی داشت (Çolakkadioglu et al., 2017; Faramarzinia et al., 2019; Riggs, 2016).

در تبیین این یافته میتوان عنوان کرد افرادی که سبک دلبستگی اجتنابی دارند در برخورد با مسائل، موقعیتهای استرس آور و در موقعیتهای اجتماعی به دلیل نگرش منفی که به خود دارند کمتر از راهبردهای مساله مدار و بیشتر از راهبردهای هیجانمدار استفاده میکنند. همچنین افراد دلبسته دوسوگرا از راهبردهای متمرکز بر هیجان، ارزیابی بیش از حد تهدید و احساس بیکیفایتی شخصی در مدیریت استرس استفاده می نمایند. آنها به شیوه منفعلانه با عوامل ایجاد استرس برخورد میکنند. در طرح ریزی رفتار نیز بر عوامل هیجانی بیشتر از عوامل شناختی متمرکز میشوند (Ghazanfari & Nadri, 2019). همچنین براساس این نتایج، تبیین می شود که منفی نگری الگوهای کارکردی درونی افراد با سبک دلبستگی اجتنابی نسبت به دیگران، باعث می شود که این افراد نتوانند از طریق مکانیسم هایی مانند " فعل سازی هیجان های مثبت " یا " دسترسی به منابع اجتماعی مقابله " از راهبردهای مقابله ای هیجان مدار مثبت و مسئله مدار استفاده کنند. این منفی نگری همچنین، باعث محرومیت این افراد از روابط و حمایت های عاطفی - اجتماعی هنگام روبه رو شدن با برخی حوادث فشار زا و استفاده از راهبردهای سازش نایافته ای همچون راهبردهای مقابله هیجان مدار منفی مانند پاسخ های پرخاشگرانه و تخلیه هیجان های منفی می شود (Faramarzinia et al., 2019).

پیشهادات کاربردی به مدارس و خانواده جهت تعالی عملکرد

- براساس نتایج حاصل از این پژوهش پیشنهاد می شود مشاوران در سطح مدارس با برگزاری کارگاههای آموزشی، راهبردهای سازگارانه مقابله با استرس را به دانش آموزان، آموزش دهند. نحوه صحیح کنار آمدن فرد با استرس می تواند در دستور کار مشاوران قرار بگیرد که در واقع تاثیر مستقیم بر وضعیت تحصیلی فراگیران دارد.
- با توجه به اینکه سبک دلبستگی وابستگی و اضطرابی بطور معنی داری در پیش بینی هراس اجتماعی نوجوانان موثر بوده است پیشنهاد می گردد برای نوجوانانی که دارای این سبک دلبستگی هستند جلسات مشاوره جهت پیشگیری از هراس اجتماعی آنها اجرا گردد.
- با توجه به نتایج پژوهش، برگزاری کلاسهای مناسب آموزش خانواده پیشنهاد می گردد تا به والدین در داشتن روابط گرم و محبت آمیز با فرزندان کمک کنند و بدین ترتیب کودکان، تعاملات اجتماعی بدون ترس و هراسی در طول نوجوانی داشته باشند.

منابع

- Agbaria, Q., & Natur, N. (2018). The relationship between violence in the family and adolescents aggression: The mediator role of self-control, social support, religiosity, and well-being. *Children and Youth Services Review*, 91, 447-456.
- Bayrami, M., & Mohebbi, M. (2016). Relationship between attachment to parents and perception of conflict between parents with social anxiety disorder in female students: the mediating role of emotion-oriented coping strategy.
- Beheshtian, M. (2016). Predict Social Anxiety Based on Attachment Type and Basic Psychological Needs.

- Social psychology research, 6(24).
 Çolakkiadioglu, O., Akbas, T., & Uslu, S. K. (2017). Comparison between Couple Attachment Styles, Stress Coping Styles and Self-Esteem Levels. *Universal Journal of Educational Research*, 5(n12A), 176-187.
- Derin, S., Selman, S. B., Alyanak, B., & Soylu, N. (2022). The role of adverse childhood experiences and attachment styles in social anxiety disorder in adolescents. *Clinical child psychology and psychiatry*, 27(3), 644-657.
- Drogar, E., Fathi-Ashtiani, A., & Ashrafi, E. (2020). The Mediating Role of Mentalization in the Relationship between Attachment and Emotional Dysregulation with Social Anxiety [In Persian].
- Eikenæs, I., Pedersen, G., & Wilberg, T. (2016). Attachment styles in patients with avoidant personality disorder compared with social phobia. *Psychology and Psychotherapy: Theory, Research and Practice*, 89(3), 245-260.
- Faramarzinia, E., Bahrainian, S. A. M., & Manouchehri, M. (2019). Structural model of attachment styles, early maladaptive schemas and health dimensions by mediating coping styles [In Persian].
- Ghazanfari, F., & Nadri, M. (2019). Developing of the etiology model of adolescent social anxiety disorder based on anxiety sensitivity, negative emotional regulation and anxiety and ambivalent attachment style with mediating role of emotional-focused coping strategy. *Clinical Psychology Studies*, 9(35), 97-130 [In Persian].
- Hasani, J., Sheikhan, R., Aryanakia, E., & Mahmoodzadeh, A. (2013). Adolescents social anxiety: the role of attachment styles and cognitive emotion regulation strategies. [In Persian]
- Hosini, M. (2022). Investigating the relationship between personality traits and coping styles with social anxiety in blind people in Qazvin. *Scientific Quarterly Journal of Human Resources and Capital*, 2(3), 109-129. [In Persian]
- İmamoğlu, G., & Keyvan, A. (2022). Investigation of the Relationships Between Phubbing, Attachment Styles and Social Anxiety Variables in Adults.
- Kouchi, S., Mami, S., & Ahmadi, V. (2021). The mediating role of cognitive emotion regulation strategies and social self-efficacy in the relationship between early maladaptive schemas and social anxiety in adolescent girls. *Journal of Psychological Science*, 20(102), 953-966 [In Persian].
- Manning, R. P., Dickson, J. M., Palmier-Claus, J., Cunliffe, A & Taylor, P. J. (2017). A systematic review of adult attachment and social anxiety. *Journal of affective disorders*, 211, 44-59.
- Mesgar R, T. D. (2019). Social Phobia Prediction based on coping styles and parenting styles. . *Rooyesh* 7 (12) :327-342 [In Persian]
- Mikulincer, M., & Shaver, P. R. (2019). Attachment orientations and emotion regulation. *Current opinion in psychology*, 25, 6-10.
- Najafi Fard, T., Alizadeh, H., Borjali, A., & Asgari, M. (2021). The Efficacy of Adler Cognitive-Social Education on the Interaction of Mothers and Adolescents with Social Anxiety Disorder. *Journal of psychologicalscience*, 20(105), 1587-1600. [In Persian]
- Nederi, M. (2023). Developing a social anxiety disorder model and investigating the effectiveness of treatment based on this model on the cognitive regulation of emotion and social anxiety symptoms of people with social anxiety disorder. Master thesis of Lorestan University, Faculty of Literature and Human Sciences.
- Read, D. L., Clark, G. I., Rock, A. J., & Coventry, W. L. (2018). Adult attachment and social anxiety: The mediating role of emotion regulation strategies. *PloS one*, 13(12), e0207514.
- Riggs, S. (2016). Coping Strategy As A Mediator Between Parental Attachment And The Parent-Child Relationship University of North Texas.[
- Stroebe, M. S., Folkman, S., Hansson, R. O., & Schut, H. (2006). The prediction of bereavement outcome: Development of an integrative risk factor framework. *Social science & medicine*, 63(9), 2440-2451.
- Wang, Q. Q., Fang, Y. Y., Huang, H. L., Lv, W. J., Wang, X. X., Yang, T. T., Yuan, J. M., Gao, Y., Qian, R. L., & Zhang, Y. H. (2021). Anxiety, depression and cognitive emotion regulation strategies in Chinesenurses during the COVID-19 outbreak. *Journal of Nursing Management*, 29(5), 1263-1274.