رویش روان شناسی، سال۱۵، شماره ۲، شماره پیاپی ۱۱۹، اردیبهشت ۱۴۰۵
Rooyesh-e-Ravanshenasi Journal(RRJ),15(2), 2026

پیش‌بینی اضطراب اجتماعی نوجوانان براساس ادراک سربار بودن، دوسوگرایی در ابراز هیجان و تمایزیافتگی خود

Prediction of adolescents social anxiety based on the perceived burdensomeness, ambivalence over emotional expression and self-differentiation

سجاد رستمی قربانی
گروه روانشناسی، واحد شیراز، دانشگاه آزاد اسلامی، شیراز، ایران.
مهین اکسیر (نویسنده مسئول)
گروه روانشناسی، واحد شیراز، دانشگاه آزاد اسلامی، شیراز، ایران.

Sajad Rostami Ghorbani
Department of psychology, Shi.C., Islamic Azad University, Shiraz, Iran.
Mahin Eksir *
Department of psychology, Shi.C., Islamic Azad University, Shiraz, Iran. *1755337108@iau.ir*

چکیده

پژوهش حاضر با هدف پیش‌بینی اضطراب اجتماعی نوجوانان براساس ادراک سربار بودن، دوسوگرایی در ابراز هیجان و تمایزیافتگی خود انجام شد. این مطالعه از نوع توصیفی-همبستگی بود. جامعه آماری شامل دانش‌آموزان دوره متوسطه اول و دوم شیراز در سال تحصیلی ۱۴۰۳–۱۴۰۴ بود. ۲۵۰ نفر به روش نمونه‌گیری خوشه‌ای چندمرحله‌ای انتخاب شدند و به پرسشنامه های اضطراب اجتماعی (SPIN، کانور و همکاران، ۲۰۰۰)، نیازهای بین‌فردی (INQ، ون‌آردن و همکاران، ۲۰۱۲)، دوسوگرایی هیجانی (کینگ و امونز، AEQ، ۱۹۹۰) و تمایزیافتگی (DSI، اسکورون و فریدلندر، ۱۹۹۸) پاسخ دادند. داده‌ها با استفاده از آزمون رگرسیون چندگانه تحلیل شد. نتایج نشان داد که ادراک سربار بودن، دوسوگرایی هیجانی و تمایزیافتگی خود در مجموع ۶۹ درصد از واریانس اضطراب اجتماعی نوجوانان را تبیین می‌کنند. همچنین ادراک سربار بودن و دوسوگرایی در ابراز هیجان به‌صورت مثبت و تمایزیافتگی خود به‌صورت منفی پیش‌بینی‌کننده معنادار اضطراب اجتماعی بودند ($p\leq ۰/۰۰۷$). این یافته‌ها نشان می‌دهد که عوامل شناختی هیجانی به‌صورت هم‌زمان نقش مهمی در تبیین اضطراب اجتماعی نوجوانان دارند و توجه به این عوامل می‌تواند به فهم دقیق‌تر فرایندهای زیربنایی این اختلال در دوره نوجوانی کمک کند.

واژه‌های کلیدی: *ادراک سربار بودن، دوسوگرایی در ابراز هیجان، تمایزیافتگی خود، اضطراب اجتماعی.*

Abstract

The present study aimed to predict adolescents' social anxiety based on perceived burdensomeness, ambivalence over emotional expression, and self-differentiation. This study was descriptive-correlational. The statistical population included first and second-year high school students in Shiraz in the academic year 2024-2025. 250 people were selected using multistage cluster sampling and responded to the social anxiety questionnaires of (SPIN, Connor et al., 2000), interpersonal needs of (INQ, Van Oarden et al., 2012), emotional ambivalence of (AEQ, King and Emmons, 1990), and differentiation of (DSI, Skowron & Friedlander, 1998). The data were analyzed using multiple regression analysis. The results showed that perceived burdensomeness, ambivalence over emotional expression, and self-differentiation explained 69% of the variance in social anxiety in adolescents. Also, perceived burdensomeness and ambivalence over emotional expression positively and self-differentiation negatively were significant predictors of social anxiety ($p\leq 0.007$). These findings indicate that cognitive emotional factors simultaneously play an important role in explaining adolescent social anxiety, and paying attention to these factors can help to more accurately understand the underlying processes of this disorder during adolescence.

Keywords: *Perceived Burdensomeness, Ambivalence over Emotional Expression, Self-Differentiation, Social Anxiety.*

نوع مقاله : پژوهشی | **دریافت: آذر ۱۴۰۴** | **پذیرش: بهمن ۱۴۰۴** | **ویرایش نهایی: اردیبهشت ۱۴۰۵**

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-11-28]

[DOI: 10.66224/Rooyesh.15.2.109]

مقدمه

نوجوانان مبتلا به اضطراب اجتماعی[1] اغلب ترس شدید از ارزیابی منفی در موقعیت‌های اجتماعی را تجربه می‌کنند که منجر به رفتارهای اجتنابی و اضطراب‌های قابل توجهی می‌شود (کانگ[2] و همکاران، ۲۰۲۵). این اختلال به‌عنوان یکی از شایع‌ترین اختلالات روانی در نوجوانان، با ترس شدید و مداوم از ارزیابی منفی توسط دیگران تعریف می‌شود (لی[3] و همکاران، ۲۰۲۳) و علائم آن شامل نگرانی، اجتناب از موقعیت‌های اجتماعی و احساس ناتوانی در تعامل با دیگران است (کاجاستوس[4] و همکاران، ۲۰۲۴). چنین اختلالاتی با پدیده‌هایی همراه است که ممکن است باعث ایجاد مشکلات مختلفی در محیط‌های تحصیلی، خانوادگی و اجتماعی شود؛ از جمله ناتوانی در تمرکز، مشکلات در کنترل نگرانی در مورد عملکرد تحصیلی، تجربه آزار و اذیت همسالان، ترس از سخنرانی در جمع و ترس از تعامل با همسالان و معلمان (ویلاپلانا- پرز[5] و همکاران، ۲۰۲۱؛ فتح آبادی و همکاران، ۱۴۰۱). مطالعات نشان می‌دهد که حداقل در نیمی از نوجوانان مبتلا به اضطراب اجتماعی، کیفیت زندگی آن‌ها در ابعاد مختلف از جمله سلامت عمومی، سلامت روان و عملکرد اجتماعی نسبت به همتایان سالم به‌طور قابل‌توجهی پایین‌تر است (سریوندا[6] و همکاران، ۲۰۲۵).

درک عواملی که به اضطراب اجتماعی نوجوانان دامن می‌زند، برای توسعه مداخلات روان‌شناختی هدفمند و حمایت‌های پیشگیرانه ضروری است. یکی از سازه‌هایی که ارتباط آن با اضطراب اجتماعی نوجوانان کمتر مورد بررسی قرار گرفته است، ادراک سربار بودن[7] است؛ مفهومی که به باور فرد مبنی بر مزاحمت یا بار بودن برای دیگران اشاره دارد (بهارگاو و سوردز[8]، ۲۰۲۲). در نوجوانان، ادراک اینکه برای دیگران یا خانواده «بار» هستند، ممکن است از منابع مختلفی از جمله انتظارات بالای والدین، روابط چالش‌برانگیز با همسالان و فشارهای اجتماعی ناشی شود (لیبرمن[9] و همکاران، ۲۰۲۳). این افراد غالباً احساس می‌کنند که حضورشان موجب ایجاد فشار عاطفی یا مادی برای اطرافیان می‌شود. این باور می‌تواند از موقعیت‌های استرس‌زا مانند بیکاری والدین، ناکامی‌های تحصیلی یا انزوای اجتماعی شکل گیرد (محبوبی مطبوع و همکاران، ۱۴۰۳). پژوهش‌ها نشان داده‌اند که این ادراک اغلب نوعی تحریف شناختی است و افراد درک دقیقی از تأثیر واقعی خود بر دیگران ندارند (سیبل[10] و همکاران، ۲۰۲۴). از سوی دیگر، هنگامی که سطوح بالای ادراک سربار بودن با اضطراب اجتماعی همزمان می‌شود، احتمال بروز افکار خودکشی و احساس بی‌ارزشی نیز افزایش می‌یابد (گیل[11] و همکاران، ۲۰۲۳). بنابراین، بررسی سازوکارهای شناختی و هیجانی مرتبط با این ادراک می‌تواند به درک عمیق‌تری از شکل‌گیری و تداوم اضطراب اجتماعی در نوجوانان منجر شود.

علاوه بر این، وجود مشکلات هیجانی مانند دوسوگرایی در ابراز هیجان[12] نیز می‌تواند تأثیر قابل‌توجهی بر اضطراب اجتماعی نوجوانان داشته باشد. دوسوگرایی در ابراز هیجان به حالتی اشاره دارد که فرد در بیان هیجانات خود دچار تضاد است؛ یعنی از یک سو نیاز به ابراز احساسات را احساس می‌کند و از سوی دیگر از پیامدهای احتمالی آن بیم دارد (وانگ[13] و همکاران، ۲۰۲۲). این تضاد در ابراز هیجان، با دشواری در تنظیم هیجان‌ها و ضعف در روابط بین‌فردی مرتبط است. افرادی که سطح بالایی از دوسوگرایی در ابراز هیجان دارند، اغلب بیش از حد بر بازخورد منفی احتمالی از سوی دیگران تمرکز می‌کنند (چن[14]، ۲۰۲۵). این فرایند می‌تواند چرخه‌ای معیوب ایجاد کند که در آن ترس از ارزیابی منفی منجر به سرکوب احساسات شده و در نتیجه احساس تنهایی، انزوا و اضطراب را تشدید کند (هوانگ و وانگ[15]، ۲۰۲۴). مطالعات نشان داده‌اند که سرکوب هیجانی به‌عنوان یک مکانیزم مقابله‌ای رایج در میان افراد دارای اضطراب اجتماعی عمل می‌کند

1 social anxiety
2 Kang
3 Leigh
4 Kajastus
5 Vilaplana-Pérez
6 Sriwenda
7 perceived burdensomeness
8 Bhargav & Swords
9 Lieberman
10 Seibel
11 Gill
12 ambivalence over emotional expression
13 Wang
14 Chen
15 Huang & Wang

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-11-28]
[DOI: 10.66224/Rooyesh.15.2.109]

و معمولاً از همین دوسوگرایی در ابراز هیجان ناشی می‌شود. این امر نه تنها پردازش هیجانی را مختل می‌کند بلکه توانایی دریافت حمایت اجتماعی را که برای مقابله با استرس حیاتی است؛ کاهش می‌دهد (هاشمی و همکاران، ۱۴۰۳).

از سوی دیگر، پژوهش‌ها نشان داده‌اند که نوجوانانی که از سطح بالاتری از تمایزیافتگی خود[1] برخوردارند، معمولاً در مواجهه با موقعیت‌های اجتماعی اضطراب کمتری را تجربه می‌کنند (لامپیس[2] و همکاران، ۲۰۲۰). تمایزیافتگی خود به توانایی فرد برای حفظ تعادل میان استقلال هیجانی و صمیمیت با دیگران اشاره دارد. افراد با تمایزیافتگی بالا قادرند احساسات و افکار خود را از احساسات و نظرات دیگران متمایز کنند، که این امر به تصمیم‌گیری منطقی‌تر و تنظیم هیجانی مؤثرتر منجر می‌شود (نوری و موسوی، ۱۴۰۳). در مقابل، افراد با تمایزیافتگی پایین معمولاً در جداسازی هیجانات خود از دیگران ناتوان‌اند و در نتیجه در برابر فشارهای اجتماعی یا هیجانی رفتارهای واکنشی و اضطراب‌آمیز از خود نشان می‌دهند (یاووز و کاراکا[3]، ۲۰۲۱). تمایزیافتگی عمدتاً در بستر خانواده و روابط اولیه شکل می‌گیرد و خانواده‌هایی که ارتباطات باز، احترام به تفاوت‌های فردی و حمایت هیجانی را تشویق می‌کنند، فرزندانی با تمایزیافتگی بالاتر پرورش می‌دهند (ناریانان و سریام[4]، ۲۰۲۳). نتایج پژوهش زندگندمی و رضایی (۱۴۰۴) نیز نشان داد افرادی که از تمایزیافتگی بالاتری برخوردارند، در برابر اضطراب مقاوم‌تر بوده و در تعاملات اجتماعی عملکرد سازگارانه‌تری دارند. این افراد معمولاً از استراتژی‌های مقابله‌ای مؤثر استفاده می‌کنند که به کاهش اضطراب و ارتقای کیفیت زندگی منجر می‌شود (سالرنو[5] و همکاران، ۲۰۲۴).

مرور ادبیات پژوهش نشان می‌دهد که اگرچه اضطراب اجتماعی نوجوانان در ارتباط با عوامل شناختی، هیجانی و بین‌فردی مختلف مورد توجه قرار گرفته است، اما هنوز برخی پرسش‌های اساسی درباره چگونگی هم‌افزایی این عوامل در شکل‌گیری و تداوم این اختلال به‌طور کامل روشن نشده‌اند. برخی از مطالعات، ارتباط عواملی نظیر ادراک سربار بودن، دوسوگرایی در ابراز هیجان و تمایزیافتگی خود را با اضطراب اجتماعی به‌صورت جداگانه بررسی کرده‌اند، در حالی‌که تجربه زیسته نوجوانان از اضطراب اجتماعی اغلب حاصل برهم‌کنش هم‌زمان این عوامل است. از سوی دیگر، سهم نسبی هر یک از این سازه‌ها در پیش‌بینی اضطراب اجتماعی و الگوی کلی روابط میان آن‌ها، به‌ویژه در دوره حساس نوجوانی و در بستر فرهنگی جامعه ایرانی، کمتر مورد بررسی قرار گرفته است. بر این اساس، پژوهش حاضر می‌کوشد تا چارچوبی منسجم برای درک اضطراب اجتماعی نوجوانان ارائه دهد. یافته‌های این پژوهش علاوه بر کمک به غنای مبانی نظری حوزه اضطراب اجتماعی، می‌تواند راهنمایی برای طراحی مداخلات پیشگیرانه، برنامه‌های آموزشی خانواده و مداخلات مدرسه‌محور باشد؛ مداخلاتی که با تمرکز بر اصلاح باورهای ناکارآمد، تسهیل ابراز هیجان سازگارانه و تقویت تمایزیافتگی خود، به ارتقای سلامت روان و بهبود تعاملات اجتماعی نوجوانان منجر شود. از این رو پژوهش حاضر با هدف پیش‌بینی اضطراب اجتماعی نوجوانان بر اساس ادراک سربار بودن، دوسوگرایی در ابراز هیجان و تمایزیافتگی خود انجام شد.

روش

روش پژوهش حاضر توصیفی-همبستگی بود. جامعه آماری شامل دانش‌آموزان دوره متوسطه اول و دوم شهر شیراز در سال تحصیلی ۱۴۰۳–۱۴۰۴ بود. تعداد ۲۵۰ نفر (۱۳۲ دختر، ۱۱۸ پسر) از این افراد به روش نمونه‌گیری خوشه‌ای چندمرحله‌ای انتخاب شدند. برای این کار ابتدا از هر یک از چهار ناحیه آموزش و پرورش شیراز، یک مدرسه دخترانه و یک مدرسه پسرانه به طور تصادفی انتخاب شد، که در مجموع ۴ مدرسه دخترانه و ۴ مدرسه پسرانه را شامل می‌شد. در مرحله دوم، از هر مدرسه ۶ کلاس از رشته‌های مختلف تحصیلی برگزیده شدند. در نهایت، از هر کلاس بین ۴ تا ۶ دانش‌آموز انتخاب شدند تا مجموعاً ۲۵۰ نفر برای شرکت در پژوهش انتخاب شوند. این فرآیند باعث شد که نمونه به‌خوبی نمایانگر جمعیت هدف باشد و از پراکندگی جغرافیایی و تنوع رشته‌های تحصیلی دانش‌آموزان در جامعه آماری بهره‌مند شود. لازم به ذکر است که ملاک تعیین حجم نمونه، فرمول ارائه شده توسط تاباچنیک[6] و همکاران (۲۰۱۳) بود که حداقل حجم نمونه برای مطالعات همبستگی را ۸ برابر تعداد متغیرهای پیش‌بین به‌علاوه ۵۰ پیشنهاد دادند. ملاک‌های ورود به مطالعه شامل قرار داشتن در دامنه سنی ۱۳ تا ۱۸ سال، رضایت آگاهانه شرکت‌کننده و والدین، عدم گزارش اختلالات شناختی یا یادگیری و عدم جدایی یا

1 self-differentiation
2 Lampis
3 Yavuz & Karaca
4 Narayanan & Sriram
5 Salerno
6 Tabachnick

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-11-28]
[DOI: 10.66224/Rooyesh.15.2.109]

طلاق والدین در زمان اجرای پژوهش بود. ملاک‌های خروج شامل عدم تکمیل کامل پرسشنامه‌ها و پاسخ‌دهی غیرواقعی یا تصادفی بود. این پژوهش برگرفته از پایان‌نامه رشته روانشناسی بالینی است و پس از دریافت کد اخلاق به شناسه IR.IAU.SHIRAZ.REC.1404.014 از کمیته اخلاق دانشگاه آزاد اسلامی واحد شیراز، با رعایت کامل اصول اخلاقی انجام شد. به این منظور شرکت‌کنندگان و والدین آن‌ها از هدف پژوهش، نحوه اجرای آن و محرمانه بودن اطلاعات آگاه شدند و رضایت‌نامه کتبی از والدین اخذ گردید. مشارکت در پژوهش داوطلبانه بود و دانش‌آموزان در هر مرحله مجاز به انصراف از همکاری بودند. اطلاعات جمع‌آوری‌شده صرفاً برای اهداف پژوهشی استفاده شد و بدون ذکر نام یا شناسه فردی گزارش گردید. همچنین، به شرکت‌کنندگان اطمینان داده شد که نتایج پژوهش هیچ‌گونه تأثیر منفی بر وضعیت تحصیلی یا روابط آنان در مدرسه نخواهد داشت. در پایان داده‌های پژوهش با استفاده از روش تحلیل رگرسیون چندگانه و با نرم‌افزار spss نسخه ۲۳ تحلیل شد.

ابزار سنجش

پرسشنامه اضطراب اجتماعی کانور[1] (SPIN): پرسشنامه اضطراب اجتماعی توسط کانور و دیویدسون[2] (۲۰۰۰) با هدف سنجش شدت علائم اضطراب اجتماعی طراحی شده و شامل ۱۷ عبارت در سه زیرمقیاس ترس[3]، اجتناب[4] و ناراحتی فیزیولوژیکی[5] است. نمره‌گذاری پرسشنامه از صفر (اصلا) تا ۴ (خیلی زیاد) است. بنابراین نمره کل فرد می‌تواند بین ۰ تا ۶۸ متغیر باشد که نمره‌های بالاتر نشان‌دهنده اضطراب اجتماعی است. در نسخه اصلی انگلیسی، پایایی درونی کل مقیاس با استفاده از آلفای کرونباخ ۰/۹۴ گزارش شده و ضرایب بازآزمایی با فاصله دو تا سه هفته ۰/۷۸ به‌دست آمده است. تحلیل عاملی تأییدی ساختار سه‌عاملی ابزار را تأیید کرده و ضرایب همبستگی همگرای آن با مقیاس‌های مرتبط همچون مقیاس اضطراب اجتماعی لیبویتز[6] و پرسشنامه فوبیای مارکس و متیوز[7] بین ۰/۶۳ تا ۰/۸۹ گزارش شده است که بیانگر روایی همگرای بالا است (کانور و دیویدسون، ۲۰۰۰). در نسخه فارسی این پرسشنامه، که توسط محمدخانی و همکاران (۱۳۸۷) اعتباریابی شده است، آلفای کرونباخ برای کل مقیاس ۰/۹۲ و برای زیرمقیاس‌های ترس، اجتناب و ناراحتی فیزیولوژیکی به ترتیب ۰/۸۵، ۰/۸۸ و ۰/۷۹ گزارش گردیده است. همچنین روایی همگرای آن از طریق همبستگی با مقیاس اضطراب اجتماعی لیبویتز (r=۰/۷۲) و پرسشنامه اضطراب بک (r=۰/۶۵) بررسی و تأیید شد. تحلیل عاملی تأییدی نیز سه عامل اصلی نسخه اصلی را در نمونه ایرانی تأیید نمود (محمدخانی و همکاران، ۱۳۸۷). همچنین در پژوهش حاضر آلفای کرونباخ زیرمقیاس‌های ترس ۰/۷۶، اجتناب ۰/۷۲ و ناراحتی فیزیولوژیکی ۰/۸۱ و برای کل مقیاس ۰/۷۴ به‌دست آمد که بیانگر پایایی مطلوب این پرسشنامه است.

پرسشنامه نیازهای بین‌فردی[8] (INQ-15): پرسشنامه نیازهای بین‌فردی توسط ون‌آردن[9] و همکاران (۲۰۱۲) تدوین شده است. نسخهٔ ۱۵سؤالی این پرسشنامه شامل دو زیرمقیاس ادراک سرباربودن[10] و تعلق‌پذیری[11] است که در پژوهش حاضر از زیرمقیاس ادراک سربار بودن استفاده شد. این پرسشنامه، بر درجه‌بندی هفت‌گانه لیکرت از ۱ (کاملا نادرست) تا ۷ (کاملا صحیح) درجه‌بندی شده است. بنابراین حداقل و حداکثر امتیاز زیرمقیاس سربار بودن ۶ و ۴۲ است که نمرهٔ بالاتر به‌معنای ادراک سربار بودن بیشتر است. همسانی درونی (آلفا=۰/۹۰) و پایایی خوبی برای این مقیاس گزارش شده است (ون‌آردن و همکاران، ۲۰۱۲؛ هاوکینز[12] و همکاران، ۲۰۱۴). تحلیل‌های عاملی تأییدی در مطالعه ون‌آردن و همکاران (۲۰۱۲) ساختار دو عاملی این پرسشنامه با شاخص‌های برازش مطلوب تأیید شده است. همچنین در مطالعه هیل[13] و همکاران (۲۰۱۵) همبستگی‌های معنادار این پرسشنامه با افسردگی (۰/۷۴ - r=۰/۴۸)، تنهایی (۰/۷۸ - r=۰/۶۰) و عدم حمایت اجتماعی (۰/۶۵ - r=۰/۴۰) روایی همگرا و واگرا را نشان می‌دهد. در نمونه ایرانی در پژوهش تنهای رشوانلو و همکاران (۱۴۰۲) همبستگی مثبت ادراک سربار بودن با نیاز به تعلق (۰/۲۹)، انزوای اجتماعی (۰/۳۳)، افسردگی (۰/۲۴) و فشار روانی (۰/۲۹) نشان از روایی همگرای این پرسشنامه داشت (p<۰/۰۱). همچنین ضریب آلفای کرونباخ مقیاس ۰/۹۰ گزارش شده است (تنهای

1 Social Phobia Inventory (SPIN)
2 Connor & Davidson
3 Fear
4 Avoidance
5 Physiological Distress
6 Liebowitz Social Anxiety Scale (LSAS)
7 Marks & Mathews Fear Questionnaire (FQ)
8 Interpersonal Needs Questionnaire (INQ)
9 Van Orden
10 Perceived Burdensomeness
11 Belongingness
12 Hawkins
13 Hill

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-11-28]
[DOI: 10.66224/Rooyesh.15.2.109]

رشوانلو و همکاران، ۱۴۰۲). در پژوهش حاضر نیز آلفای کرونباخ زیرمقیاس سرباربودن برابر با ۰/۸۰ به‌دست آمد که بیانگر پایایی مطلوب این پرسشنامه است.

پرسشنامه دوسوگرایی در ابراز هیجان[1] (AEQ): این پرسشنامه توسط کینگ و امونز[2] (۱۹۹۰) ساخته شده و دارای ۲۸ عبارت است. عبارت‌های پرسشنامه روی یک مقیاس ۵ درجه‌ای از ۱ (هرگز) تا ۵ (همیشه) نمره‌گذاری می‌شود. دامنه نمرات از ۲۸ تا ۱۴۰ متغیر است و نمرات بالاتر نشان‌دهنده دوسوگرایی بیشتر در ابراز هیجان است. در مطالعه آنها تحلیل عاملی اکتشافی نشان‌دهنده ساختار دو عاملی برای پرسشنامه دوسوگرایی در ابراز هیجان بود. این دو عامل عبارتند از: دوسوگرایی در ابراز هیجان مثبت[3] و دوسوگرایی در ابراز استحقاق[4]. در مطالعه کینگ و امونز (۱۹۹۰) پرسشنامه دوسوگرایی در ابراز هیجان، همسانی درونی بالا (آلفای کرونباخ ۰/۸۹ برای کل پرسشنامه، ۰/۸۷ برای خرده مقیاس دوسوگرایی در ابراز هیجان مثبت و ۰/۷۷ برای خرده‌مقیاس دوسوگرایی در ابراز استحقاق) و پایایی بازآزمایی مناسب (۰/۷۸ بعد از ۶ هفته) را نشان داد. همچنین در این مطالعه، روایی همگرای این پرسشنامه از طریق همبستگی مثبت معنادار با پرسشنامه دوسوگرایی شدید رالین[5] (r=۰/۳۸، p<۰/۰۱) و پرسشنامه افسردگی بک (r=۰/۴۷، p<۰/۰۱) تایید شده است. در ایران این پرسشنامه را علوی و همکاران (۱۳۹۶) بررسی کرده‌اند و ضرایب آلفای کرونباخ برای کل پرسشنامه و خرده‌مقیاس‌های آن در دامنه ۰/۷۷ تا ۰/۸۶ به‌دست آمد. همچنین به منظور بررسی روایی همگرای پرسشنامه، همبستگی آن با پرسشنامه افسردگی بک محاسبه شد؛ که نتایج آن حاکی از همبستگی معنادار (r=۰/۳۵، p<۰/۰۱) این دو مقیاس بود. در پژوهش حاضر نیز آلفای کرونباخ زیرمقیاس‌های دوسوگرایی در ابراز هیجان مثبت ۰/۷۹ و دوسوگرایی در ابراز استحقاق ۰/۷۲ و برای کل مقیاس ۰/۷۳ به‌دست آمد.

پرسشنامه تمایزیافتگی خود[6] (DSI): پرسشنامه تمایزیافتگی ۴۵ گویه‌ای توسط اسکورن و فریدلندر[7] (۱۹۹۸) ساخته شده است که شامل ۴ زیرمقیاس واکنش‌پذیری عاطفی[8]، جایگاه من[9]، گریز عاطفی[10] و هم‌آمیختگی با دیگران[11] است. نمره‌دهی آن بر اساس لیکرت پنج‌گزینه‌ای از کاملا مخالفم (۱) تا کاملا موافقم (۵) است که نمره بالاتر تمایزیافتگی بالاتر را نشان می‌دهد. اسکورن و فریدلندر (۱۹۹۸) ضریب روایی سازه در تحلیل عاملی تأییدی را برای زیرمقیاس‌ها بین ۰/۶۵ تا ۰/۸۰ و همسانی درونی این پرسشنامه را برای واکنش‌پذیری عاطفی ۰/۸۴، هم آمیختگی با دیگران ۰/۷۴، جایگاه من ۰/۸۳، گریزعاطفی ۰/۸۲ و کل مقیاس ۰/۸۸ گزارش کردند. در مطالعه اعتبارسنجی ایرانی توسط قوی‌بازو و همکاران (۲۰۲۲) بر روی ۲۷۳ نفر، روایی صوری و محتوایی ابزار مطلوب ارزیابی شد (CVR<۰/۷۵، CVI<۰/۷۰). همچنین همبستگی منفی و معنادار با مقیاس اضطراب صفتی (r=-۰/۴۳، p<۰/۰۱) نشان‌دهنده روایی واگرای مناسب ابزار بود. پایایی کل مقیاس نیز برابر ۰/۸۴ و برای زیرمقیاس‌های واکنش‌پذیری عاطفی ۰/۷۱، گریز عاطفی ۰/۶۹، جایگاه من ۰/۶۷ و هم‌آمیختگی با دیگران ۰/۵۴ گزارش شد (قوی‌بازو و همکاران، ۲۰۲۲). در پژوهش حاضر آلفای کرونباخ زیرمقیاس‌های واکنش‌پذیری عاطفی ۰/۷۵، هم آمیختگی با دیگران ۰/۶۸، جایگاه‌من ۰/۸۰، گریز عاطفی ۰/۷۰ و برای کل مقیاس ۰/۷۱ به‌دست آمد.

یافته ها

یافته‌های پژوهش نشان داد که از میان ۲۵۰ نفر شرکت‌کننده (۵۳٪ دختر و ۴۷٪ پسر)، ۷۱ نوجوان (۲۸/۴٪) در بازه‌ی سنی ۱۳ تا ۱۴ سال، ۸۸ نفر (۳۵/۲٪) در بازه‌ی سنی ۱۵ تا ۱۶ سال و ۹۱ نفر (۳۶/۴٪) در بازه‌ی سنی ۱۷ تا ۱۸ سال قرار داشتند. میانگین سن نمونه ۱۶/۰۸ و انحراف استاندارد آن ۱/۳۹ بود. علاوه بر این، بررسی وضعیت اقتصادی خانواده‌ها نشان داد که ۶۰ نفر (۲۴٪) در سطح پایین، ۱۴۷ نفر (۵۸/۸٪) در سطح متوسط و ۴۳ نفر (۱۷/۲٪) در سطح بالا قرار داشتند. شاخص‌های توصیفی و ماتریس همبستگی متغیرهای پژوهش در جدول ۱ ارائه شده است.

1 Ambivalence over Emotional Expression Questionnaire
2 King & Emmons
3 Ambivalence over Positive Emotional Expression
4 Ambivalence over Emotional Expression of Anger
5 Raulin Ambivalence Scale
6 Differentiation of Self Inventory (DSI)
7 Skowron & Friedlander
8 Emotional Reactivity
9 I-Position
10 Emotional Cutof
11 Fusion with Others

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-11-28]
[DOI: 10.66224/Rooyesh.15.2.109]

جدول ۱. شاخص های توصیفی و ماتریس همبستگی متغیرها

متغیر	میانگین	انحراف معیار	کولموگروف اسمیرنف		۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸
			مقدار Z	سطح معناداری								
۱.سربار بودن	۲۷/۳۱	۵/۲۴	۰/۳۱	۰/۲۳	۱							
۲.دوسوگرایی در ابراز هیجان مثبت	۴۳/۸۲	۸/۷۳	۰/۶۴	۰/۳۲	۰/۵۶*	۱						
۳.دوسوگرایی در ابراز استحقاق	۴۰/۲۱	۷/۲۴	۰/۵۱	۰/۲۹	۰/۴۲**	۰/۶۱*	۱					
۴.واکنش‌پذیری عاطفی	۲۶/۲۳	۵/۲۷	۰/۳۹	۰/۴۵	-۰/۳۵**	-۰/۵۸**	-۰/۶۲**	۱				
۵.جایگاه من	۲۵/۲۹	۵/۱۲	۰/۴۵	۰/۳۱	-۰/۵۹**	-۰/۶۵*	-۰/۳۶**	۰/۵۸**	۱			
۶.گریز عاطفی	۳۰/۳۶	۶/۶۳	۰/۳۸	۰/۱۹	-۰/۴۹*	-۰/۴۶**	-۰/۵۷*	۰/۵۷**	۰/۶۸**	۱		
۷.هم‌آمیختگی با دیگران	۲۴/۴۰	۴/۸۴	۰/۶۶	۰/۴۱	-۰/۵۰*	-۰/۶۵*	-۰/۵۴**	۰/۵۲*	۰/۴۴**	۰/۶۰**	۱	
۸.اضطراب اجتماعی	۴۲/۰۳	۷/۲۶	۰/۵۸	۰/۲۶	۰/۶۴**	۰/۴۸*	۰/۵۸**	-۰/۶۴**	-۰/۵۷**	-۰/۶۵*	-۰/۶۴*	۱

P≤0.01** P≤0.05*

طبق نتایج جدول ۱، میانگین سربار بودن شرکت‌کنندگان برابر با ۲۷/۳۱، میانگین دوسوگرایی در ابراز هیجان مثبت برابر با ۴۳/۸۲، میانگین دوسوگرایی در ابراز هیجان استحقاق برابر با ۴۰/۲۱، میانگین واکنش‌پذیری عاطفی برابر با ۲۶/۲۳، میانگین جایگاه من برابر با ۲۵/۲۹، میانگین گریز عاطفی برابر با ۳۰/۳۶، میانگین هم‌آمیختگی با دیگران برابر با ۲۴/۴۰ و میانگین اضطراب اجتماعی برابر با ۴۲/۰۳ است. همچنین طبق نتایج ماتریس همبستگی بین همه ابعاد علائم اختلال شخصیت مرزی، روابط ابژه و ناگویی خلقی با فرسودگی زناشویی رابطه مثبت و معنادار وجود دارد.

همچنین برای اطمینان از رعایت مفروضه‌های لازم جهت اجرای آزمون‌های پارامتریک، ابتدا نرمال بودن توزیع داده‌ها با استفاده از آزمون کولموگروف–اسمیرنف بررسی شد. همان‌گونه که در جدول ۱ مشاهده می‌شود، سطوح معناداری تمامی متغیرها بزرگ‌تر از ۰/۰۵ بوده و بر این اساس، فرض نرمال بودن داده‌ها تأیید می‌شود (p>۰/۰۵). از دیگر پیش‌فرض‌های ضروری در تحلیل رگرسیون، نبود هم‌خطی میان متغیرهای پیش‌بین است. برای ارزیابی این فرض، شاخص‌های «تحمل» و «عامل تورم واریانس (VIF)» مورد استفاده قرار گرفت. نتایج نشان داد مقادیر تحمل در بازه ۰/۲۷ تا ۰/۷۵ قرار دارد (بیشتر از ۰/۱۰) و مقادیر VIF نیز بین ۱/۹۳ تا ۴/۰۶ مشاهده شد (کمتر از ۱۰). بنابراین، این یافته‌ها حاکی از نبود هم‌خطی مشکل‌ساز و قابل‌توجه میان متغیرهای پیش‌بین هستند. همچنین برای بررسی فرض استقلال باقیمانده‌ها از آزمون دوربین–واتسون استفاده شد. مقدار آماره این آزمون برابر با ۱/۸۷ به‌دست آمد که با قرار گرفتن در محدوده قابل‌قبول ۱/۵ تا ۲/۵، مؤید رعایت مفروضه استقلال خطاها است. در ادامه، جدول ۲ نتایج حاصل از تحلیل رگرسیون چندگانه به روش هم‌زمان را ارائه می‌کند.

جدول ۲. آزمون تحلیل رگرسیون چندگانه به روش همزمان

متغیر پیش‌بین	β	SE	T	P	R	R^2	F	P
ادراک سربار بودن	۰/۴۵۲	۰/۱۳۶	۳/۳۴۱	۰/۰۰۱				
دوسوگرایی در ابراز هیجان مثبت	۰/۴۲۷	۰/۱۴۲	۲/۹۹۸	۰/۰۰۳	۰/۸۳	۰/۶۹	۷۶/۹۵	۰/۰۰۱
دوسوگرایی در ابراز استحقاق	۰/۵۱۳	۰/۱۵۴	۳/۴۵۹	۰/۰۰۱				

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-11-28]
[DOI: 10.66224/Rooyesh.15.2.109]

واکنش‌پذیری عاطفی	-۰/۳۷۲	۰/۱۱۲	-۲/۶۸۵	۰/۰۰۱
جایگاه من	-۰/۵۶۱	۰/۱۶۸	-۳/۳۳۱	۰/۰۰۱
گریز عاطفی	-۰/۴۴۷	۰/۱۶۴	-۲/۷۲۰	۰/۰۰۷
هم‌آمیختگی با دیگران	-۰/۴۲۳	۰/۱۴۹	-۲/۸۳۶	۰/۰۰۵

باتوجه به نتایج جدول ۲ مدل کلی رگرسیون با متغیرهای پیش‌بین (ادراک سربار بودن، دوسوگرایی در ابراز هیجان مثبت، دوسوگرایی در ابراز استحقاق، واکنش‌پذیری عاطفی، جایگاه من، گریز عاطفی، هم‌آمیختگی با دیگران) توانست ٪۶۹ از واریانس اضطراب اجتماعی نوجوانان را تبیین کند (R^2=۰/۶۹ ،R=۰/۸۳). آزمون F مدل (p<۰/۰۰۱، F=۷۶/۹۵) نشان‌دهنده معنی‌داری کلی مدل است. همچنین ادراک سربار بودن به‌صورت مثبت و معنادار (p=۰/۰۰۱، β=۰/۴۵۲)، دوسوگرایی در ابراز هیجان مثبت به‌صورت مثبت و معنادار (p=۰/۰۰۳، β=۰/۴۲۷)، دوسوگرایی در ابراز استحقاق به‌صورت مثبت و معنادار (p=۰/۰۰۱، β=۰/۵۱۳)، واکنش‌پذیری عاطفی به‌صورت منفی و معنادار (p=۰/۰۰۱، β=-۰/۳۷۲)، جایگاه من به‌صورت منفی و معنادار (p=۰/۰۰۱، β=-۰/۵۶۱)، گریز عاطفی به‌صورت منفی و معنادار (p=۰/۰۰۷، β=-۰/۴۴۷) و هم‌آمیختگی با دیگران به‌صورت منفی و معنادار (p=۰/۰۰۵، β=-۰/۴۲۳) پیش‌بینی‌کننده اضطراب اجتماعی هستند.

بحث و نتیجه‌گیری

پژوهش حاضر با هدف پیش‌بینی اضطراب اجتماعی نوجوانان براساس ادراک سربار بودن، دوسوگرایی در ابراز هیجان و تمایزیافتگی خود انجام شد. یافته‌ها نشان داد که ادراک سربار بودن پیش‌بینی کننده‌ی مثبت و معنادار اضطراب اجتماعی است. این یافته با نتایج پژوهش‌های سیبل و همکاران (۲۰۲۴)، گیل و همکاران (۲۰۲۲) و محبوبی مطبوع و همکاران (۱۴۰۳) همسو است. در تبیین این یافته باید گفت که نوجوانان دارای باور سربار بودن، خود را بی‌ارزش و معیوب می‌بینند و همین خودانگاره منفی موجب افزایش خودنظارتی، حساسیت به قضاوت دیگران و تجربه شدیدتر اضطراب اجتماعی می‌شود. احساس سربار بودن همچنین شرم و انزوای اجتماعی را تقویت می‌کند (سیبل و همکاران، ۲۰۲۴)؛ دو عاملی که نقش محوری در تداوم اضطراب اجتماعی دارند. نوجوانانی که احساس می‌کنند حضورشان بر دیگران تحمیل می‌شود، معمولاً از ابراز نیازها یا جستجوی حمایت اجتماعی اجتناب می‌کنند و به همین دلیل، درونی‌سازی احساس بی‌کفایتی و انتظار طرد در آن‌ها افزایش می‌یابد. این چرخه، حساسیت به نشانه‌های منفی را بالا برده و باعث می‌شود موقعیت‌های اجتماعی نه به‌عنوان فرصت، بلکه به‌عنوان تهدید تجربه شوند. در این شرایط، شرم به‌عنوان هیجانی ناتوان‌کننده، حس ارزشمندی و تعلق را تضعیف کرده و نوجوان را به انزوای بیشتر سوق می‌دهد (محبوبی مطبوع و همکاران، ۱۴۰۳). به‌مرور زمان، اجتناب اجتماعی تثبیت می‌شود و نوجوان تعاملات روزمره را از دریچه‌ای منفی و انتقادآمیز تفسیر می‌کند. علاوه بر این، سرکوب نیازهای بین‌فردی و ناتوانی در ابراز وجود، ادراک سربار بودن را واقعی‌تر جلوه می‌دهد و چرخه‌ای ایجاد می‌کند که در آن اضطراب اجتماعی و احساس سربار بودن یکدیگر را تقویت می‌کنند (لیبرمن و همکاران، ۲۰۲۳). زمینه رشدی نوجوانی اهمیت این الگو را برجسته‌تر می‌کند. در این مرحله که نیاز به تعلق، هویت‌یابی و تأیید همسالان افزایش می‌یابد، باور به سربار بودن می‌تواند با نیازهای رشدی همچون خودمختاری و شایستگی در تعارض قرار گیرد. چنین باوری حتی ممکن است حس عدم تعلق و بیگانگی اجتماعی را تشدید کند و با عواملی مانند قلدری یا بی‌اعتباری خانوادگی وارد چرخه‌ای بازخوردی شود که اضطراب اجتماعی را پایدارتر می‌سازد. در نهایت، این الگو می‌تواند مسیر رشد مهارت‌های اجتماعی را محدود کرده و زمینه‌ساز آسیب‌پذیری‌های پایدارتر در دوره بزرگسالی شود (گیل و همکاران، ۲۰۲۲).

دیگر نتایج پژوهش نشان داد که دوسوگرایی در ابراز هیجان پیش‌بینی کننده‌ی مثبت و معنادار اضطراب اجتماعی است. این یافته با نتایج پژوهش‌های چن (۲۰۲۵)، هوانگ و وانگ (۲۰۲۴) و هاشمی و همکاران (۱۴۰۳) همسو است. در راستای تبیین این یافته می‌توان گفت نوجوانانی که دچار دوسوگرایی در ابراز هیجان هستند، میان میل به ارتباط و ترس از پیامدهای احتمالی آن گرفتار می‌شوند؛ آن‌ها از یک‌سو نیاز عاطفی هیجانی برای اشتراک‌گذاری تجربه‌ها دارند و از سوی دیگر نگران‌اند که بیان احساسات موجب طرد یا شرمندگی شود. این تعارض درونی آن‌ها را به سمت کناره‌گیری عاطفی و حتی جسمانی سوق می‌دهد و چرخه‌ای ایجاد می‌کند که در آن ترس از ارزیابی منفی، نیازهای برآورده‌نشده و حساسیت اجتماعی به‌مرور تشدید می‌شوند (چن، ۲۰۲۵). از منظر شناختی رفتاری، این دوسوگرایی می‌تواند باورهای ناسازگارانه‌ای نظیر «احساسات من برای دیگران بیش‌ازحد است» یا «اگر هیجانم را نشان دهم کمتر پذیرفته می‌شوم» را

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-11-28]
[DOI: 10.66224/Rooyesh.15.2.109]

تقویت کند. چنین باورهایی نه‌تنها اضطراب پیش‌بینی‌کننده را پیش از تعاملات اجتماعی بالا می‌برند، بلکه موجب افزایش خودآگاهی، مراقبت افراطی از نشانه‌های هیجانی و ناتوانی نوجوان در تجربه تعاملات اصیل و راحت با همسالان می‌شوند (هاشمی و همکاران، ۱۴۰۳). این فرایند به‌تدریج در ذهن فرد تثبیت شده و چالش‌کردن آن بدون مداخله هدفمند دشوارتر می‌شود. همچنین بسیاری از نوجوانانی که این دوسوگرایی را تجربه می‌کنند، به راهبردهای تنظیم هیجان ناسازگارانه، به‌ویژه سرکوب و اجتناب، متوسل می‌شوند. اگرچه سرکوب ممکن است در لحظه اضطراب را کاهش دهد، اما در بلندمدت با افزایش تنش هیجانی، کاهش پیوندهای بین‌فردی و پیامدهای ضعیف‌تر سلامت روان همراه است. نوجوانی که از ابراز خشم، غم یا ترس اجتناب می‌کند، در ظاهر آرام است اما درونا تنش، ناامیدی و احساس گسست عاطفی فزاینده‌ای را تجربه می‌کند (هوانگ و وانگ، ۲۰۲۴). این ناهمخوانی درونی می‌تواند سطح برانگیختگی فیزیولوژیک را بالا برده و موجب شود موقعیت‌های اجتماعی به شکل تهدیدآمیز ادراک شوند.

نتایج دیگر پژوهش نشان داد که تمایزیافتگی خود پیش‌بینی کننده‌ی منفی و معنادار اضطراب اجتماعی است. این یافته با نتایج پژوهش‌های سالرنو و همکاران (۲۰۲۴)، لامپیس و همکاران (۲۰۲۰) و زندگندمی و رضایی (۱۴۰۴) همسو است. در تبیین این یافته می‌توان اینچنین گفت که تمایزیافتگی خود در دوره نوجوانی که همراه با کاوش هویت، افزایش نیاز به استقلال و شکل‌گیری روابط پیچیده اجتماعی و خانوادگی است (زندگندمی و رضایی، ۱۴۰۴)؛ اهمیت ویژه‌ای پیدا می‌کند. نوجوانانی که تمایزیافتگی پایینی دارند، بیشتر در معرض درونی‌سازی قضاوت‌های بیرونی، حساسیت به ارزیابی منفی و اجتناب اجتماعی قرار می‌گیرند؛ عواملی که اضطراب اجتماعی و پریشانی هیجانی را تشدید می‌کنند و می‌توانند در بلندمدت به مشکلات خودپنداره و اختلالات هیجانی پایدار منجر شوند. از آنجا که این نوجوانان مرز روان‌شناختی روشنی میان خود و دیگران ندارند، هیجانات و انتظارات اطرافیان را به‌راحتی جذب کرده و آن‌ها را تهدیدی برای ارزش شخصی خود تفسیر می‌کنند (سالرنو و همکاران، ۲۰۲۴). این فرایند باعث می‌شود تعاملات معمول اجتماعی نیز با سطح بالایی از تنش و خودنظارتی تجربه شود. در مقابل، نوجوانانی که از نظر عاطفی و شناختی خودمختارتر هستند، اضطراب اجتماعی را بهتر مدیریت کرده و بازخورد دیگران را کمتر فاجعه‌بار تفسیر می‌کنند. این افراد کمتر در هیجانات یا انتظارات همسالان و تعارضات خانوادگی غرق می‌شوند و قادرند تفاوت‌های بین‌فردی و لحظات طردشدگی را بدون تهدید دانستنِ ارزش شخصی خود تحمل کنند (سالرنو و همکاران، ۲۰۲۴). تمایزیافتگی بالاتر منابع درونی قدرتمندی برای حفظ اعتمادبه‌نفس، مقاومت در برابر فشارهای اجتماعی و تفسیر واقع‌بینانه‌تر موقعیت‌های بین‌فردی فراهم می‌کند. این توانایی‌ها نوجوان را از الگوهای فکری ناسازگارانه و حساسیتی هیجانی که زیربنای اضطراب اجتماعی هستند محافظت کرده و مانع از تعمیم تجارب منفی به کل ارزشمندی فرد می‌شود (لامپیس و همکاران، ۲۰۲۰).

به‌طور کلی می‌توان گفت، اضطراب اجتماعی نوجوانان تحت تأثیر عوامل شناختی و هیجانی مختلفی قرار دارد. ادراک سربار بودن و دوسوگرایی در ابراز هیجان به‌عنوان عوامل خطرزا، و تمایزیافتگی خود به‌عنوان عامل محافظتی در شکل‌گیری اضطراب اجتماعی نقش دارند. این نتایج نشان می‌دهند که برای کاهش اضطراب اجتماعی در نوجوانان، باید به تقویت تمایزیافتگی، آموزش مهارت‌های ابراز هیجان و اصلاح باورهای منفی درباره خود توجه ویژه‌ای شود. همچنین، مداخلات روان‌شناختی مبتنی بر تنظیم هیجانی و بازسازی شناختی می‌توانند در کاهش اضطراب اجتماعی مؤثر باشند.

در این پژوهش چند محدودیت وجود داشت که باید در تفسیر نتایج مدنظر قرار گیرد. نخست آنکه داده‌ها تنها از یک شهر جمع‌آوری شد و این امر تعمیم‌پذیری نتایج را کاهش می‌دهد. دوم، گردآوری داده‌ها در یک بازه زمانی محدود انجام شده و با توجه به ماهیت پویا و متغیر اضطراب اجتماعی، امکان تغییر الگوهای آن در طول زمان وجود دارد. سوم، برخی عوامل اثرگذار مانند شرایط خانوادگی، وضعیت اقتصادی و تجارب شخصی کنترل نشدند که می‌تواند بر دقت برآوردها اثر بگذارد. چهارم، تحلیل داده‌ها مبتنی بر یک چارچوب آماری خاص بوده و احتمال دارد روش‌های تحلیلی دیگر ابعاد متفاوتی از روابط میان متغیرها را آشکار کنند. بر این اساس، پیشنهاد می‌شود پژوهش‌های آینده با نمونه‌های گسترده‌تر و در مناطق مختلف انجام شود و از روش‌های چندوجهی مانند مصاحبه و مشاهده برای ارزیابی دقیق‌تر استفاده گردد. کنترل متغیرهای جمعیت‌شناختی نیز به افزایش دقت یافته‌ها کمک می‌کند. از منظر کاربردی، نتایج این مطالعه اهمیت نقش ادراک سربار بودن، دوسوگرایی هیجانی و تمایزیافتگی خود را در شکل‌گیری اضطراب اجتماعی نشان می‌دهد؛ بنابراین طراحی مداخلات روان‌درمانی هدفمند برای کاهش این آسیب‌پذیری‌ها ضروری است. افزون بر این، اجرای برنامه‌های غربالگری در مدارس و تقویت خدمات مشاوره‌ای می‌تواند در شناسایی زودهنگام نوجوانان در معرض خطر و پیشگیری از تشدید نشانه‌ها نقش مؤثری ایفا کند.

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-11-28]
[DOI: 10.66224/Rooyesh.15.2.109]

منابع

تنهای رشوانلو، ف.، امینی، ن.، و شعاع کاظمی، م. (۱۴۰۲). ساختار عاملی و تغییرناپذیری جنسیتی پرسشنامه نیازهای بین‌فردی (INQ-15). *رویش روان‌شناسی*، ۱۲(۹)، ۶۵–۷۴. http://frooyesh.ir/article-1-4732-fa.html

زندگندمی، ی.، و رضایی، م. (۱۴۰۴). تأثیر بدرفتاری روان‌شناختی و تمایزیافتگی خود بر اضطراب اجتماعی با نقش واسطه‌ای انعطاف‌پذیری روان‌شناختی. *پویایی روان‌شناختی در اختلال‌های خلقی*، ۴(۱)، ۷۰–۸۹. https://doi.org/10.61838/kman.pdmd.4.1.5

علوی، خ.، اصغری مقدم، م.ا.، رحیمی‌نژاد، ع.، و فراهانی، ح. (۱۳۹۶). ویژگی‌های روان‌سنجی پرسشنامه دوسوگرایی در ابراز هیجان. *پژوهش در سلامت روان‌شناختی*، ۱۱(۱)، ۷۴–۹۱. https://www.sid.ir/paper/134125/fa

فتح‌آبادی، ر.، شریفی‌درآمدی، پ.، رضایی، س.، و دلاور، ع. (۱۴۰۱). عوامل تأثیرگذار بر بروز علائم اضطراب اجتماعی در نوجوانان دچار اختلال اتیسم با عملکرد بالا: یک مطالعه مروری نظام‌مند. *رویش روان‌شناسی*، ۱۱(۱۱)، ۳۹–۵۰. http://frooyesh.ir/article-1-4089-fa.html

محبوبی مطبوع، م.، احمدی، و.، سلیمان‌نژاد، ح.، و جعفری مهدی‌آباد، ا. (۱۴۰۳). ارائه الگوی رفتار خودکشی بر اساس اضطراب با میانجی‌گری نیازهای بین‌فردی در اقدام‌کنندگان به خودکشی. *فصلنامه مدیریت ارتقای سلامت*، ۱۳(۳)، ۸۹–۱۰۰. http://jhpm.ir/article-1-1763-fa.html

نوری، ز.، و موسوی، س.م. (۱۴۰۳). مدل ساختاری رابطه بین تمایزیافتگی با تاب‌آوری و حساسیت بین‌فردی بر اساس نقش میانجی تنظیم شناختی هیجان در دانشجویان. *سلامت اجتماعی*، ۱۰(۶)، ۱–۱۲. https://doi.org/10.22037/ch.v10i6.31767

هاشمی، م.، خسروپور، ف.، و خجسته چترودی، س. (۱۴۰۳). پیش‌بینی شدت اضطراب بر اساس دوسوگرایی در ابراز هیجان و باورهای فراشناختی در افراد دارای اختلال اضطراب. *مجله دانشگاه علوم پزشکی سبزوار*، ۳۱(۵)، ۷۹۳–۷۸۴. https://doi.org/10.30468/jsums.2024.7736.3039

Bhargav, M., & Swords, L. (2022). Role of thwarted belongingness, perceived burdensomeness and psychological distress in the association between adverse childhood experiences and suicidal ideation in college students. *BJPsych Open*, *8*(2), e39. doi:10.1192/bjo.2021.1087

Chen, X. (2025). The interrelation between major depressive symptoms and ambivalence over emotional expression among college students: a network perspective on gender differences. *Frontiers in Psychiatry*, *16*, 1658159. https://doi.org/10.3389/fpsyt.2025.1658159

Connor, K. M., Davidson, J. R., Churchill, L. E., Sherwood, A., Weisler, R. H., & Foa, E. (2000). Psychometric properties of the Social Phobia Inventory (SPIN): New self-rating scale. *The British Journal of Psychiatry*, *176*(4), 379-386. doi:10.1192/bjp.176.4.379

Ghavibazou, E., Abdollahi, A., & Hosseinian, S. (2022). Validity of the Persian translation of the differentiation of self inventory (DSI) among Iranian adults. *Heliyon*, *8*(7), e09834. https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2022.e09834

Gill, P. R., Arena, M., Rainbow, C., Hosking, W., Shearson, K. M., Ivey, G., & Sharples, J. (2023). Social connectedness and suicidal ideation: the roles of perceived burdensomeness and thwarted belongingness in the distress to suicidal ideation pathway. *BMC psychology*, *11*(1), 312. https://doi.org/10.1186/s40359-023-01338-5

Hawkins, K. A., Hames, J. L., Ribeiro, J. D., Silva, C., Joiner, T. E., & Cougle, J. R. (2014). An examination of the relationship between anger and suicide risk through the lens of the interpersonal theory of suicide. Journal of psychiatric research, 50, 59 -65. https://doi.org/10.1016/j.jpsychires.2013.12.005

Hill, R. M., Rey, Y., Marin, C. E., Sharp, C., Green, K. L., & Pettit, J. W. (2015). Evaluating the Interpersonal Needs Questionnaire: Comparison of the reliability, factor structure, and predictive validity across five versions. *Suicide and Life-Threatening Behavior*, *45*(3), 302-314. https://doi.org/10.1111/sltb.12129

Huang, T., & Wang, W. (2024). Relationship between fear of evaluation, ambivalence over emotional expression, and self-compassion among university students. *BMC psychology*, *12*(1), 128. https://doi.org/10.1186/s40359-024-01629-5

Kajastus, K., Haravuori, H., Kiviruusu, O., Marttunen, M., & Ranta, K. (2024). Associations of generalized anxiety and social anxiety with perceived difficulties in school in the adolescent general population. *Journal of Adolescence*, *96*(2), 291-304. https://doi.org/10.1002/jad.12275

Kang, Y., Li, Q., Liu, W., Hu, Y., Liu, Z., Xie, S.,... & Yang, Z. (2025). Risk factor patterns define social anxiety subtypes in adolescents with brain and clinical feature differences. *European Child & Adolescent Psychiatry*, 1-14. https://doi.org/10.1007/s00787-024-02548-x

King, L. A., & Emmons, R. A. (1990). Conflict over emotional expression: psychological and physical correlates. *Journal of personality and social psychology*, *58*(5), 864. https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/0022-3514.58.5.864

Lampis, J., Cataudella, S., Speziale, R., & Elat, S. (2020). The role of differentiation of self dimensions in the anxiety problems. *The Family Journal*, *28*(1), 90-97. https://psycnet.apa.org/doi/10.1177/1066480719894943

Leigh, E., Chiu, K., & Ballard, E. D. (2023). Social anxiety and suicidality in youth: a systematic review and meta-analysis. *Research on child and adolescent psychopathology*, *51*(4), 441-454. https://doi.org/10.1007/s10802-022-00996-0

Lieberman, A., Gai, A. R., Rogers, M. L., Jobes, D. A., Rudd, M. D., Chalker, S. A.,... & Joiner, T. E. (2023). Targeting perceived burdensomeness to reduce suicide risk. *Behavior therapy*, *54*(4), 696-707. https://doi.org/10.1016/j.beth.2022.12.002

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-11-28]

[DOI: 10.66224/Rooyesh.15.2.109]

Liebowitz M. R. (1987). Social phobia. *Modern problems of pharmacopsychiatry*, *22*, 141–173. https://doi.org/10.1159/000414022

Narayanan, M., & Sriram, S. (2023). An Exploration of Differentiation of Self in Indian Youth. *Human Arenas*, 1-28. https://psycnet.apa.org/doi/10.1007/s42087-023-00335-9

Salerno, A., Tosto, M., Raciti, I., & Merenda, A. (2024). Self-differentiation and parenting stress in adolescent mothers. An exploratory study. *Frontiers in Developmental Psychology*, *2*, 1306427. https://doi.org/10.3389/fdpys.2024.1306427

Seibel, L., Harris, K. M., López Jr, R., Wolff, J., Spirito, A., & Esposito-Smythers, C. (2024). Perceived burdensomeness and thwarted belongingness as mediators of the relation between anxiety and suicidal ideation among adolescents. *Suicide and Life-Threatening Behavior*. https://doi.org/10.1111/sltb.13094

Skowron, E. A., & Friedlander, M. L. (1998). The differentiation of self inventory: Development and initial validation. *Journal of Counseling Psychology*, *45*, 235 - 246. https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/0022-0167.45.3.235

Sriwenda, D., Sudiapermana, E., Pramudia, J. R., Saepudin, A., & Prasetyono, J. D. (2025). Impact of Parent's Communication on Adolescent Social Anxiety. *IJORER: International Journal of Recent Educational Research*, *6*(2), 398-409. https://doi.org/10.46245/ijorer.v6i2.788

Tabachnick, B. G., Fidell, L. S., & Ullman, J. B. (2013). *Using multivariate statistics*. 6, 497-516. Boston, MA: pearson. https://www.scirp.org/reference/referencespapers?referenceid=1541229

Van Orden, K. A., Cukrowicz, K. C., Witte, T. K. & Joiner Jr, T. E. (2012), Thwarted belongingness and perceived burdensomeness: Construct validity and psychometric properties of the Interpersonal Needs Questionnaire, Psychological assessment, 24(1), 197. https://doi.org/10.1037/a0025358

Vilaplana-Pérez, A., Pérez-Vigil, A., Sidorchuk, A., Brander, G., Isomura, K., Hesselmark, E., Kuja-Halkola, R., Larsson, H., Mataix-Cols, D., & Fernández de la Cruz, L. (2021). Much more than just shyness: The impact of social anxiety disorder on educational performance across the lifespan. *Psychological Medicine*, 51(5), 861–869. https://doi.org/10.1017/s0033291719003908

Wang, Y., Zheng, Z., Wang, X., & Li, Y. (2022). Unraveling the effect of ambivalence over emotional expression on subjective wellbeing in Chinese college students in romantic relationships: A multiple mediation model. *Frontiers in Psychiatry*, *13*, 982406. https://doi.org/10.3389/fpsyt.2022.982406

Yavuz Güler, Ç., & Karaca, T. (2021). The role of differentiation of self in predicting rumination and emotion regulation difficulties. *Contemporary Family Therapy*, *43*(2), 113-123. https://psycnet.apa.org/doi/10.1007/s10591-020-09559-1

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-11-28]

[DOI: 10.66224/Rooyesh.15.2.109]