رویش روان شناسی، سال۱۱، شماره۱۱، شماره پیاپی ۸۰، بهمن ۱۴۰۱
*Rooyesh-e-Ravanshenasi Journal(RRJ),11(11), 2023*

# پیش‌بینی حساسیت بین‌فردی بر اساس باورپذیری افکار و احساسات اضطرابی: نقش واسطه‌ای انعطاف پذیری شناختی

# Predicting Interpersonal Sensitivity Based on Believability of Anxious feelings and Thoughts: The Mediating Role of Cognitive Flexibility

**زهرا سهرابی**
دانشجوی دکتری روان -شناسی تربیتی، دانشگاه علامه طباطبائی، تهران، ایران.
**سحر سادات طاهری تفتی** (نویسنده مسئول)
کارشناسی ارشد روان شناسی تربیتی، دانشگاه علامه طباطبائی، تهران، ایران.
**مولود مشهدی**
کارشناس ارشد تکنولوژی آموزشی، دانشگاه علامه طباطبائی، تهران، ایران.

**Zahra Sohrabi**
PhD Student in Educational Psychology, Faculty of Psychology and Educational Sciences, Allameh Tabataba'i University, Tehran, Iran.
**Sahar Sadat Taheri Tafti ***
M.A. in Educational Psychology, Faculty of Psychology and Educational Sciences, Allameh Tabataba'i University, Tehran, Iran. *sahartaheri63@yahoo.com*
**Molud Mashhadi**
M.A. in Educational Technology, Faculty of Psychology and Educational Sciences, Allameh Tabataba'i University, Tehran, Iran.

## چکیده

هدف پژوهش حاضر پیش‌بینی حساسیت بین فردی بر اساس باورپذیری افکار و احساسات اضطرابی با نقش واسطه‌ای انعطاف‌پذیری شناختی بود. جامعه آماری پژوهش کارمندان سازمان صدا و سیما شهر تهران در سال ۱۴۰۰-۱۴۰۱ بود که ۲۷۸ نفر با روش نمونه‌گیری خوشه‌ای به‌صورت تصادفی انتخاب شدند و به پرسشنامه‌های باورپذیری افکار و احساسات اضطرابی-(باورپذیری افکار)-(BAFT) (هرزبرگ و همکاران، ۲۰۱۲)، حساسیت بین فردی-(IPSM) (بویس و پارکر، ۱۹۸۹) و انعطاف‌پذیری شناختی-(CFI) (دنیس و واندروال، ۲۰۱۰) پاسخ دادند. برای تجزیه‌وتحلیل داده‌ها از روش مدل‌یابی معادلات ساختاری با نرم‌افزار Spss ۲۲ و Lisrel ۸.۸ استفاده شد. شاخص‌های برازش نشان‌دهندهٔ برازش قابل قبول داده‌ها با مدل اصلاح شده بود. نتایج تحلیل داده‌ها نشان داد که بین انعطاف‌پذیری شناختی با باورپذیری افکار و حساسیت بین فردی رابطه منفی و معناداری وجود دارد. (p<۰/۰۱ ). همچنین بین باورپذیری افکار و حساسیت بین فردی رابطه مثبت و معناداری وجود دارد. نتایج آزمون سوبل نشان داد که متغیر انعطاف‌پذیری شناختی در ارتباط بین باورپذیری افکار و حساسیت بین فردی نقش واسطه‌ای معناداری دارد(p<۰/۰۱ ). نتایج نشان دادند که باورپذیری افکار علاوه بر اثر پیش‌بینی مستقیم، می‌توانند به‌واسطه‌ی انعطاف‌پذیری شناختی بر حساسیت بین فردی کارمندان اثر پیش‌بینی غیرمستقیم داشته باشند(p<۰/۰۱ ). از یافته‌های این پژوهش می‌توان نتیجه گرفت که باورپذیری افکار و انعطاف‌پذیری شناختی می‌توانند نقش مهمی در پیش‌بینی حساسیت بین فردی کارمندان داشته باشند.

***واژه‌های کلیدی***: انعطاف‌پذیری شناختی، باورپذیری افکار و حساسیت بین فردی.

## Abstract

The present research investigates the structural relationship between interpersonal sensitivity based on the believability of thoughts mediated by the role of cognitive flexibility. The statistical population consists of employees at the Broadcasting Service in the City of Tehran in the year 2021-2022 who totaled 278 people selected via random cluster sampling method who answered Believability of Anxious Feelings and Thoughts- (BAFT) (Herzberg et al., 2012), Interpersonal Sensitivity Measure -(IPSM) (Boyce & Parker, 1989) and Cognitive Flexibility Inventory-(CFI) (Dennis & Vander Wal, 2012) questionnaires. The data were analyzed by the structural equation modeling method via Spss 22 and Lisrel 8/8 software. An acceptable fit of the data with the modified model was shown by the Fit indicator. Data analysis suggested that there was a negative significant relationship between cognitive flexibility and believability of thoughts and interpersonal sensitivity (p<0.01). A positive meaningful relationship was also noted between the believability of thoughts and interpersonal sensitivity. The Sobel Test results indicated that the variable of cognitive flexibility mediated the believability of thoughts and interpersonal sensitivity (p<0.01). The results also concluded that believability of thoughts and anxious feelings not only had predictive effects but also had indirect predictive effects on employees' interpersonal sensitivity through cognitive flexibility (p<0.01). From the research findings, the result of the credibility of thoughts and cognitive flexibility can play an essential role in predicting the interpersonal sensitivity of employees.

***Keywords:*** cognitive Flexibility, Thought Belief, Interpersonal Sensitivity.

**نوع مقاله : پژوهشی** **دریافت : اردیبهشت ۱۴۰۱** **پذیرش: اردیبهشت ۱۴۰۱** **ویرایش نهایی: بهمن ۱۴۰۱**

[ Downloaded from frooyesh.ir on 2026-11-25 ]

[ DOR: 20.1001.1.2383353.1401.11.11.17.4 ]

## مقدمه

در فرایند مشکلات روان‌شناختی افراد، انعطاف‌پذیری شناختی از جمله مهمترین متغیرهای اثرگذار است که اشاره به توانایی تغییر فرایندهای شناختی، دیدگاه، سبک تفکر یا استراتژی‌ها به شیوه‌ای سریع دارد (دایموند[۱]، ۲۰۱۳؛ میاک[۲] و همکاران، ۲۰۰۰؛ زو[۳] و همکاران، ۲۰۱۹) و به‌عنوان عاملی در نظارت و کنترل آگاهانه فرد بر فرآیندهای شناختی، پاسخ‌های هیجانی و انگیزش‌های رفتاری تعریف شده است (دایموند ۲۰۱۳؛ لی[۴] و همکاران، ۲۰۱۷). در پژوهشی آل‌اتوم[۵] (۲۰۱۷) تأکید کرد که انعطاف‌پذیری شناختی دارای دو بعد تطبیقی و خودکار است. انعطاف‌پذیری تطبیقی توانایی فرد در تغییر نوع خاصی از تفکر به شیوه‌ای دیگر در راستای دستیابی به راه‌حلی برای یک مشکل است و انعطاف‌پذیری خودکار توانایی خلق بیش‌ترین تعداد ممکن ایده‌های مختلف مربوط به یک مشکل است (امانی و همکاران، ۲۰۱۸). به نظر می‌رسد که انعطاف‌پذیری شناختی به توانایی افراد برای تمرکز بر وضعیت فعلی خود، اتخاذ اقدام مناسب برای دستیابی به اهداف بر اساس فرصت‌های فراهم شده و ارزش‌های خود اشاره دارد که باعث افزایش توانایی در رسیدگی به فشار کاری و کاهش فرسودگی کارکنان می‌شود (همایونی و همکاران، ۲۰۲۰). بعلاوه انعطاف‌پذیری شناختی در بازسازی، تطبیق و به‌روزرسانی فرآیندهای ذهنی در پاسخ به محرک‌های خارجی بسیار مهم است (ون هیل[۶] و همکاران، ۲۰۱۶)؛ بنابراین، به‌صورت مثبتی بر توانایی فرد در سازگاری[۷] با منابع کنترل درونی و بیرونی استرس روانی مؤثر است که این امر نقش مهمی در تعامل اجتماعی با دیگران دارد. انعطاف‌پذیری شناختی یکی از متغیرهای مهمی است که فرد را قادر می‌سازد زندگی را با کیفیت بالایی تجربه نماید (خساونه[۸]، ۲۰۲۱؛ کوستن[۹] و همکاران، ۲۰۰۹)، لذا نه تنها بر بهبود کیفیت روابط اجتماعی و سازگاری اثر می‌گذارد بلکه از این کیفیت نیز تأثیر می‌پذیرد؛ البته چگونگی این فرایند مشخص نیست (مرتضی زاده و همکاران، ۱۴۰۰). علاوه بر این، بهتر است انعطاف‌پذیری شناختی یک مهارت شناختی سطح بالاتر در نظر گرفته شود که به تحریک رفتار هدف محور کمک می‌کند و توانایی فرد برای تنظیم رفتار خود بر اساس محیط را تغییر می‌دهد. این عملکرد به‌عنوان یک نیاز برای مقابله با موقعیت‌های جدید و غیرمنتظره در محیط با سازگاری با راهبردهای ذهنی در ارتباط است. این امر فرد را قادر می‌سازد تا هر مشکل یا مسئله‌ای را از چند دیدگاه ببینند و کمک می‌کند فرد تغییرات موقعیتی محیط را به‌طور مؤثر تغییر دهند (دجانی و اودین[۱۰]، ۲۰۱۵).

گاهی رویدادهای منفی زمینه را برای شروع و گسترش اختلالات روانی فراهم می‌سازد. در این شرایط روش استدلال فرد، در تعیین اثرات رویدادها حیاتی است (ماریان، ۲۰۱۳؛ سابو و ماریان[۱۱]، ۲۰۱۸). حساسیت اضطرابی بالا یکی از شایع‌ترین مشکلات روانشناختی است که هر چقدر در فرد بالاتر باشد منجر به تجربه استرس بیشتر می گردد و با اضطراب اجتماعی، برانگیختگی اضطرابی و اختلالات خلقی و اضطرابی مرتبط می‌باشد (ویتون[۱۲] و همکاران، ۲۰۱۲؛ زولنسکی[۱۳] و همکاران، ۲۰۱۹)، همچنین باورپذیری افکار و احساسات اضطرابی یک ساختار عاملی مرتبط با حساسیت اضطرابی است. اضطراب و کنترل بیش‌ازحد ارزیابی‌های مربوط به یک رویداد خاص به عنوان باورپذیری افکار و احساسات اضطرابی تعریف شده که دربردارندۀ ویژگی‌های نگرانی بدنی، تنظیم هیجان و ارزیابی منفی است (هرزبرگ و همکاران، ۲۰۱۲) که نقش بسزایی در سبب‌شناسی و تداوم اختلالات اضطرابی ایفا می‌کند؛ چراکه وقتی افراد مهارت اجتناب و کنترل کردن این افکار و احساسات را ندارند معمولاً در حلقه‌های اجتناب تجربی[۱۴] به عنوان مانعی برای عملکردشان گرفتار می‌شوند، بدین‌صورت

1 Diamond
2 Miyake
3 Zhu
4 Li
5 Al-Atoum
6 Van Hiel
7 adapt
8 Khasawneh
9 Koesten
10 Dajani, & Uddin
11 Szabo, & Marian
12 Wheaton
13 Zvolensky
14 experiential avoidance

[ Downloaded from frooyesh.ir on 2026-11-25 ]
[ DOR: 20.1001.1.2383353.1401.11.11.17.4 ]

که باعث گردیده ارزیابی منفی افراطی و عدم تمایل به تجربهٔ رویدادهای درونی دردناک و آزارنده داشته باشند؛ در این شرایط مداخلات روان‌شناختی مؤثر است (لوسیانو[1] و همکاران، ۲۰۱۲).

همچنین یکی دیگر از عوامل تأثیرگذار در مشکلات روان‌شناختی، حساسیت بین فردی می‌باشد (متس[2] و همکاران، ۲۰۲۱؛ مویر[3] و همکاران، ۲۰۲۱) و به صورت آگاهی و حساسیت بیش از حد نسبت به رفتار و احساسات دیگران بیان شده است (بویس و پارکر[4]، ۱۹۸۹)، همچنین در افراد مختلف اشاره به احساس طردشدگی و رهاشدگی، ترس از بازخورد اجتماعی و دریافت انتقاد از سوی دیگران، نگرانی افراطی و سوءتعبیر مکرر از رفتار بین فردی (دیویدسون[5]و همکاران، ۱۹۸۹؛ بایس و همکاران،۱۹۹۳)، رفتار با تردید و احساس بی‌کفایتی، حقارت و روحیه ضعیف دارد (ریان و دسی[6]، ۲۰۱۷). نتایج پژوهش ماریان و همکاران (۲۰۱۰) حاکی از آن است که سبک اسنادی منفی، عدم اعتماد و حمایت اجتماعی پایین، تأثیر مستقیمی بر حساسیت بین فردی دارند. همچنین افزایش حساسیت بین فردی، درماندگی و افسردگی فرد ناشی از این واقعیت است که وی در یک موقعیت شکست‌خورده و فراتر از توانایی پاسخ‌دهی قرار دارد لذا شرایط استرس‌زا و دردناک است و احساس درماندگی ناشی از این تجربه صرفاً یک احساس خاص برای آن رویداد باقی نمی‌ماند، بلکه اغلب به سایر موقعیت‌ها و روابط بین فردی تعمیم داده می‌شود (ماریان، ۲۰۱۳؛ کندل و تورلیوک[7]، ۲۰۱۹). حساسیت به انتقاد و تحقیر دیگران مرتبط با اشکال حساسیت بین فردی و میزان و نوع پریشانی یا ناراحتی است که افراد هنگام انتقاد احساس می‌کنند (گیلبرت و همکاران، ۲۰۰۶). گیلبرت و مایلز[8] (۲۰۰۰) حساسیت در کاهش تدریجی برای سنجش اسنادهای سرزنش خود یا دیگران و واکنش‌های هیجانی افراد نسبت به انتقاد از دیگران را بررسی کردند، یافته‌ها همبستگی مثبت سرزنش خود با افسردگی، اضطراب اجتماعی، شرم و مقایسه اجتماعی را مورد تأیید قرار دادند.

پژوهش‌های گذشته در مورد حساسیت بین فردی با مفاهیمی از جمله ابراز وجود (وجودی و همکاران، ۱۳۹۳)، جو مسموم سازمانی (حجت‌الله و همکاران، ۱۳۹۸)، خلق و خو، خشم و جنسیت (گیلبرت و همکاران، ۲۰۰۶)، افکار پارانوئید نوموفوبیا (یلماز و بکار اوغلو[9]، ۲۰۲۲)، حمایت اجتماعی و افسردگی (می[10] و همکاران، ۲۰۲۲) و اختلال اضطراب اجتماعی (خرم نیا و همکاران، ۱۴۰۰) مطرح شده است. در زمینهٔ باورپذیری افکار نیز بیشترین مطالعات بر روان‌سنجی خودپرسشنامه (هرزبرگ و همکاران، ۲۰۱۲؛ سلطانی و همکاران، ۱۳۹۴؛)، نقش در آمیختگی شناختی (هرزبرگ و همکاران، ۲۰۱۲) ، افسردگی (ماریان و همکاران، ۲۰۲۰) و همچنین در درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد (سیاروچی[11] و همکاران، ۲۰۱۰؛ ژواراسیو[12]، ۲۰۱۱) بیان گردیده است. همچنین بر نقش واسطه‌ای انعطاف پذیری شناختی در سبک های مقابله‌ای و تاب آوری افسردگی (سلطانی و همکاران، ۱۳۹۲)، فعالیت سیستم های مغزی رفتاری و اضطراب بیماری (بدیهی زراعتی و همکاران، ۲۰۲۲) و ذهن آگاهی و وسواسی جبری (چالمه و عبدالهی، ۱۴۰۰) تأکید گردید.

رسانه‌ها مهم‌ترین و تأثیرگذارترین ابزار (معتمدنژاد، ۱۳۸۵) در سبک زندگی افراد و منبع فرهنگی قدرتمندی در ترویج و نفوذ نگرش و فرهنگ به قلب جوامع هستند (مرادی و همکاران، ۱۳۹۰؛ عنایتی شبکلانی و خانی ملکوه، ۱۳۹۱)، در نتیجه سلامت روانی کارمندان این سازمان حائز اهمیت است. کارمندانی که مهارت های ارتباطی، مسئولیت پذیری و تنظیم هیجان در آنها بیشتر است، از سلامت روان بالاتری برخوردار هستند(حصیرچمن و همکاران، ۱۳۹۷)، با توجه به اهمیت رسانه‌ها مخصوصاً سازمان صداوسیما در راستای فرایند جامعه‌پذیری یک فرد (محمدی و همکاران، ۱۳۹۷)، حیاتی است که کارمندان این سازمان برای انجام وظایف شغلی خود دارای مهارت‌های سازگاری مثبت کلی (پیلارماتود[13] و همکاران، ۲۰۱۹) و افکار و احساسات مثبت (کوبزانسکی[14] و همکاران، ۲۰۱۸) باشند و در راستای

1 Luciano
2 Metts
3 Muir
4 Boyce & Parker
5 Davidson
6 Ryan, & Deci
7 Candel, & Turliuc
8 Gilbert, & Miles
9 . Yılmaz & Bekaroğlu
10. Mei
11 . Ciarrochi
12 . Juarascio
13 Pilar Matud
14 Kubzansky

[ Downloaded from frooyesh.ir on 2026-11-25 ]
[ DOR: 20.1001.1.2383353.1401.11.11.17.4 ]

سازگاری با موقعیت‌های مختلف و برقراری تعادل در نیازها و خواسته‌های خود (هایز و همکاران، ۲۰۰۴؛ کاشدان و روتنبرگ[1]، ۲۰۱۰) مهارت بیشتری کسب نمایند (ارسلان و الن[2]، ۲۰۲۱).

با توجه به اهمیت موارد ذکر شده در نقش تعیین‌کنندهٔ هر یک از مفاهیم حساسیت بین فردی، باورپذیری افکار و احساسات اضطرابی و انعطاف پذیری شناختی در ابعاد مختلف سلامت روان‌شناختی کارمندان و تشدید حساسیت اضطرابی افراد بدلیل حضور در عصر کرونا و پساکرونا ضروری است تحقیقاتی انجام شود تا با آگاهی و آموزش در زمینه تنظیم راهکارهایی برای پیشگیری یا کاهش عوامل ایجادکننده احساسات اضطرابی و تعدیل بهزیستی روانی کمک شود. با وجود تحقیقات متعددی در زمینهٔ آسیب‌شناسی روانی اما تابه‌حال بررسی هم‌زمان باورپذیری افکار و حساسیت بین فردی و همچنین عوامل پیش‌بینی کننده و مرتبط با مشکلات اضطرابی همچون انعطاف پذیری شناختی در بین کارمندان موردتوجه قرار نگرفته است و موضوعی قابل‌تأمل و چالش‌برانگیز است چراکه می‌تواند به‌عنوان مهارت های روانی- اجتماعی باعث پیشگیری از وقوع ناراحتی‌ها و اختلالات جزئی رفتار، کاهش پیامدهای روانی-اجتماعی و بهبود عملکرد کارمندان سازمان گردد و تاثیرات چشمگیری بر ارتقاء کیفیت زندگی و بهزیستی هیجانی آنها گذارد. با توجه به این موارد، پژوهش حاضر با هدف پیش بینی حساسیت بین فردی بر اساس باورپذیری افکار و احساسات اضطرابی با نقش واسطه‌ای انعطاف پذیری شناختی انجام گردید.

## روش

روش پژوهش از نظر هدف بنیادین و از نظر روش گردآوری اطلاعات، همبستگی و از نوع مدل‌یابی معادلات ساختاری بود. جامعه موردنظرتمامی کارمندان سازمان صدا و سیما شهر تهران در سال ۱۴۰۱-۱۴۰۰ بود که از بین آنها ۲۷۸ نفر با روش نمونه‌گیری تصادفی خوشه‌ای انتخاب شدند. با توجه به نظر کلاین[3] (۲۰۱۰) حداقل حجم نمونهٔ لازم برای معادلات ساختاری ۲۰۰ نفر است. تعداد ۲۹۲ پرسشنامه تکمیل شد که ۱۴ مورد ناقص بوده و از تحلیل کنار گذاشته شد و درنهایت داده‌های ۲۷۸ مورد به‌عنوان نمونهٔ نهایی مورد تحلیل قرار گرفت. معیار ورود به پژوهش رضایت آگاهانه، کارمند بخش اداری سازمان صدا و سیما در شهر تهران بود. معیار خروج نیز عدم تکمیل کل پرسشنامه، انصراف از پاسخگویی سؤالات و عدم تمایل به همکاری در طی تکمیل پرسشنامه بود. شیوهٔ اجرا بدین‌صورت انجام گرفت که پس از کسب مجوزهای مورد نیاز جهت انجام پژوهش و هماهنگی با مسئولین سازمان صدا و سیما؛ توضیحات مرتبط با پژوهش، سؤالات پرسشنامه، نحوهٔ پاسخ‌دهی و توزیع پرسشنامه توسط پژوهشگر ارائه گردید، پس از هماهنگی لازم پرسشنامه‌های مربوطه در اختیار کارمندان جهت پاسخگویی قرار گفت. شایان ذکر است از آنجا که این پژوهش در زمان شیوع ویروس کووید-۱۹ انجام شد، جهت اجرای پژوهش از طریق مدیران مسئول هر بخش، آدرس الکترونیکی پرسشنامه‌ها به همراه توضیح اهداف پژوهش، ملاک های ورود و خروج، ملاحظات اخلاقی پژوهش، و نحوه پاسخگویی به سؤال ها از طریق شبکه اجتماعی واتساپ و تلگرام در دسترس کارمندان قرار گرفت. جهت رعایت ملاحظات اخلاقی، شرکت‌کنندگان در هر بازهٔ زمانی می‌توانستند این مشارکت و همکاری را ترک نمایند. این اطمینان به آنان داده شد که تمامی اطلاعات محرمانه خواهد ماند و فقط برای امور پژوهشی مورد استفاده قرار می‌گیرد. سپس به صورت مجازی پرسشنامه‌ها را تکمیل و ثبت نمودند. همچنین کلیهٔ اطلاعات فردی شرکت‌کنندگان به صورت محرمانه بوده و امکان انصراف و عدم مشارکت برای هر یک از آن‌ها در طول اجرای تحقیق وجود داشت. روش تجزیه‌وتحلیل داده‌ها تحلیل معادلات ساختاری بود که با نرم‌افزارهای Spss نسخهٔ ۲۲ و Lisrel نسخهٔ ۸/۸ انجام شد.

### ابزار سنجش

**پرسشنامه باورپذیری افکار و احساسات اضطرابی[4](BAFT)**: پرسشنامه باورپذیری افکار توسط هرزبرگ و همکاران (۲۰۱۲) به‌منظور سنجش آمیختگی شناختی طراحی گردید. به‌جای سنجش وجود، شدت یا درجه نشانه، میزان اعتقاد هر فرد را در یک طیف لیکرتی از ۱ (اصلاً معتقد نیستم) تا ۷ (کاملاً معتقدم) می‌سنجد، این پرسشنامه یک ابزار خودگزارش‌دهی ۱۶ سؤالی از آمیختگی با

1 Kashdan, & Rottenberg
2 Arslan, & Allen
3. Kline
4 Believability of Anxious Feelings and Thoughts

[ Downloaded from frooyesh.ir on 2026-11-25 ]
[ DOR: 20.1001.1.2383353.1401.11.11.17.4 ]

زیرمولفه‌های نگرانی بدنی[1]، تنظیم هیجان[2] و ارزیابی منفی[3] است، حداکثر نمره در این آزمون ۱۱۲ و حداقل نمره در آن ۱۶ است؛ همسانی درونی با روش آلفای کرونباخ این پرسشنامه برای افراد سالم و اضطرابی به ترتیب برابر با ۰/۹۰ و ۰/۹۱ ا به دست آمده است. بعلاوه این پرسشنامه و با شاخص برازش ۰/۸۸ زیرمولفه‌های آن یک روایی ساختاری قوی با سایر مقیاس‌های فرآیندی و پیامد در هر دو جمعیت سالم و اضطرابی نشان داد و پایایی بازآزمایی آن بعد از دوره زمانی ۱۲ هفته ای در افراد اضطرابی ۰/۷۷ به دست آمده است (هرزبرگ و همکاران، ۲۰۱۲). در پژوهش سلطانی و همکاران (۱۳۹۴)، شواهدی از همسانی درونی از طریق ارتباط بین پرسشنامه باورپذیری افکار و زیرمولفه‌ها به دست آمده است. همچنین شواهدی از روایی همگرا و واگرای این پرسشنامه از طریق همبستگی مثبت آن با پرسشنامه آمیختگی شناختی ۰/۴۷، مقیاس اجتناب تجربی ۰/۳۹ و اضطراب در تعامل اجتماعی ۰/۲۶، همچنین همبستگی منفی معنادار آن با پرسشنامه پذیرش و عمل اضطراب اجتماعی ۰/۴۹-، زندگی مبتنی بر ارزش ۰/۰۷ و کیفیت زندگی ۰/۲۵- به دست آمد. ضریب آلفای کرونباخ و بازآزمایی آن بعد از دوره زمانی ۴ هفته ای برابر با ۰/۸۲ و ۰/۸۱ است. علاوه براین ضریب آلفای کرونباخ در پژوهش حاضر ۰/۸۴ محاسبه شد.

**پرسشنامه حساسیت بین فردی[4] (IPSM)**: این پرسشنامه توسط بویس و پارکر (۱۹۸۹) در راستای سنجش حساسیت بین فردی یا طرد اجتماعی تدوین گردید، دارای ۳۶ سؤال و زیرمولفه‌های آگاهی بین فردی[5] (حساسیت به تعاملات بین فردی، ادراک فرد از تأثیر خود بر روی دیگران و پیامدهای انتقادی یا منفی از دیگران)، نیاز به تأیید[6] (تمایل به خشنود کردن دیگران و برقراری ارتباط صلح‌آمیز)، اضطراب جدایی[7] (احساس اضطراب در روابط بین فردی)، کمرویی[8] (عدم جرات ورزی یا عدم کسب تقویت پاداش به علت کمرویی خود) و خود درونی شکننده[9] (احساس فرد از دوست‌داشتنی نبودن خودش و پنهان شدن از دیگران) است و با استفاده از مقیاس چهاردرجه‌ای لیکرت از کاملاً مخالفم (۱) تا کاملاً موافقم (۴) با حداقل نمرهٔ ۳۶ و حداکثر ۱۴۴ نمره‌گذاری می‌شود، کسب نمره بالاتر بیانگر حساسیت بین فردی بیشتر است. بویس و پارکر (۱۹۸۹)، آلفای کرونباخ نمره‌کل پرسشنامه را ۰/۸۵ و ضرایب در دامنه ۰/۵۵ تا ۰/۷۶ را برای زیرمولفه‌های گزارش کرده‌اند، همچنین روایی هم‌زمان این پرسشنامه با آزمون بالینی حساسیت بین فردی برابر ۰/۷۲ تأیید گردید. در ایران وجودی و همکاران (۱۳۹۳) پایایی پرسشنامه با استفاده از روش آلفای کرونباخ برابر با ۰/۸۱ به دست آمد. در پژوهش حاضر آلفای کرونباخ کل پرسشنامه ۰/۹۱ محاسبه شد.

**پرسشنامه انعطاف‌پذیری شناختی[10] (CFI)**: این پرسشنامه توسط دنیس و واندروال[11] (۲۰۱۰)، در راستای چالش‌های دستیابی به موفقیت و جایگزینی افکار ناکارآمد طراحی گردید، دربردارنده ۲۰ سؤال با مقیاس ۷ درجه‌ای لیکرتی از کاملاً مخالفم (۱) تا کاملاً موافقم (۷) با حداقل نمرهٔ ۲۰ و حداکثر نمرهٔ ۱۴۰ است، موارد ۲، ۴، ۷، ۹، ۱۱ و ۱۷ معکوس نمره‌گذاری می‌گردد. هر چه نمره بالاتر، انعطاف‌پذیری شناختی فرد بیشتر است. همچنین دارای زیرمولفه‌های جایگزین‌ها[12] (توانایی ایجاد چندین راه‌حل جایگزین برای موقعیت‌های دشوار)، کنترل[13] (میل به ادراک موقعیت‌های دشوار به‌صورت موقعیت‌های قابل‌کنترل) و جایگزین‌هایی برای رفتارهای انسانی[14] (توانایی ادراک چندین توجیه جایگزین برای رویدادها و رفتار انسان‌ها) است. دنیس و واندروال (۲۰۱۰)، ضرایب آلفای کرونباخ برای دو عامل ادراک گزینه مختلف و ادراک کنترل پذیری به ترتیب۰/۸۴ و ۰/۹۱ و با روش بازآزمایی به ترتیب ۰/۷۷ و ۰/۷۵ به دست آوردند، همچنین روایی هم‌زمان این پرسشنامه را با پرسشنامه افسردگی بک برابر ۰/۳۹ - و روایی همگرایی آن را با مقیاس انعطاف‌پذیری

1 Somatic concern
2 Emotion regulation
3 Negative evaluation
4 Interpersonal Sensitivity Measure
5 Interpersonal awareness
6 need for approval
7 Separation anxiety
8 Timidity
9 Fragile inner self
10 Cognitive flexibility inventory
11 Dennis, & Vander Wal
12 Alternatives
13 Control
14 Alternatives for human behaviors

[ Downloaded from frooyesh.ir on 2026-11-25 ]
[ DOR: 20.1001.1.2383353.1401.11.11.17.4 ]

شناختی مارتین و رابین[1] (۱۹۹۵) برابر ۰/۷۵ به دست آوردند. در ایران نیز آلفای کرونباخ داده‌های این پرسشنامه ۰/۷۵ و برای زیرمولفه-های در دامنه ۰/۵۵ تا ۰/۷۲ به دست آمده است (فاضلی و همکاران، ۱۳۹۳). شاره و همکاران (۲۰۱۴) ضریب بازآزمایی کل پرسشنامه را ۰/۷۱ و آلفای کرونباخ کل را ۰/۹۰ گزارش نمودند، همچنین روایی همگرای آن با پرسشنامه تاب آوری برابر ۰/۶۷ و روایی همزمان آن با پرسشنامه افسردگی بک برابر با ۰/۵۰- بود. ضریب آلفای کرونباخ در پژوهش حاضر ۰/۷۱ محاسبه شد.

## یافته‌ها

نمونه پژوهش حاضر شامل ۲۷۸ نفر بود. از نمونه حاضر ۱۲۷ نفر (۴۵/۷) مرد و ۱۵۱ نفر (۵۴/۳) نفر زن بودند، میانگین و انحراف معیار سن کل نمونه ۳۸/۷ ± ۴۱/۱۱ سال بود. میانگین و انحراف معیار سن زنان ۶/۹۷ ± ۴۰/۶۳ سال و مردان ۷/۰۱ ± ۴۱/۹۶ سال بود. از افراد مورد بررسی ۱۳ نفر (۴/۷ درصد) دیپلم، ۱۶ نفر (۵/۸ درصد) فوق دیپلم، ۱۱۳ نفر (۴۰/۶ درصد) لیسانس، ۱۱۸ نفر (۴۲/۴ درصد) فوق لیسانس و ۱۸ نفر (۶/۵ درصد) دکترا بودند. همچنین ۱۰ نفر (۳/۶ درصد) مطلقه، ۱۹۹ نفر (۷۱/۶ درصد) متاهل و ۶۹ نفر (۲۴/۸ درصد) مجرد بودند.

**جدول ۱. میانگین، انحراف معیار و همبستگی بین متغیرهای پژوهش**

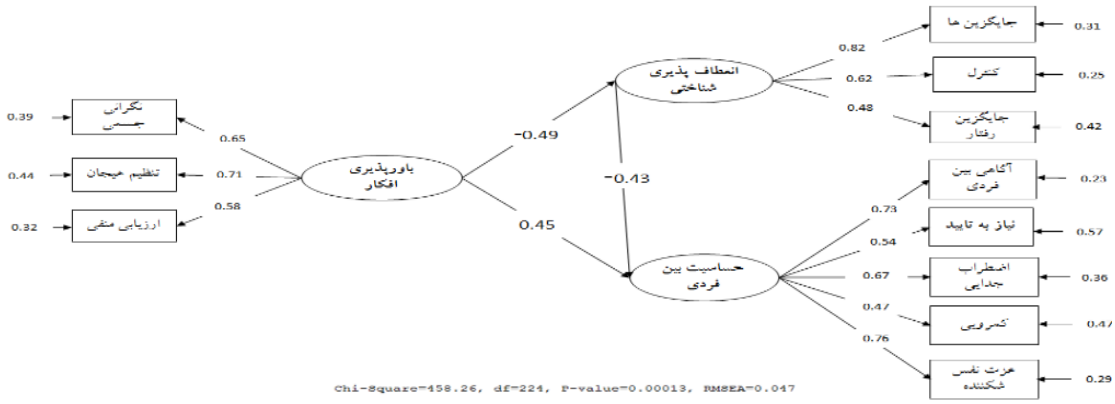
| متغیر | ۱ | ۲ | ۳ |
|---|---|---|---|
| ۱. باورپذیری افکار | - | | |
| ۲. انعطاف پذیری شناختی | -۰/۴۲* | - | |
| ۳. حساسیت بین فردی | ۰/۶۱** | -۰/۳۹** | - |
| میانگین | ۷۶/۸۶ | ۶۸/۳۰ | ۸۵/۲۷ |
| انحراف معیار | ۱۳/۴۹ | ۹/۰۷ | ۱۵/۹۶ |
| کجی | ۰/۴۵ | ۰/۸۲ | -۰/۳۱ |
| کشیدگی | -۰/۲۱ | -۰/۱۷ | ۰/۵۵ |

**P< ۰/۰۱ ،*P< ۰/۰۵

نتایج جدول ۱ نشان می‌دهد، بین انعطاف‌پذیری شناختی با باورپذیری افکار (r= -۰/۴۲ و P< ۰/۰۱) و حساسیت بین فردی (r= -۰/۳۹ و P< ۰/۰۱) رابطه منفی و معناداری وجود دارد. بین باورپذیری افکار و حساسیت بین فردی (r= ۰/۶۱ و P< ۰/۰۱) رابطه مثبت و معناداری وجود دارد. بررسی داده‌های پرت با استفاده از نمودار جعبه‌ای انجام شد و داده‌های پرت با میانگین متغیرها جایگزین شدند. قبل از اجرای تحلیل پیش‌فرض‌های معادلات ساختاری شامل نرمال بودن توزیع، استقلال خطاها و هم‌خطی چندگانه بررسی گردید. برای پیش‌فرض طبیعی بودن متغیرهای پژوهش از کجی و کشیدگی توزیع نمرات استفاده شد که نتایج آن نشان داد توزیع نمرات متغیرها نرمال است (دامنه توزیع بین ۱+ و ۱-). به جهت بررسی استقلال خطاها از آزمون دوربین- واتسون[2] استفاده شد؛ مقدار این آماره ۱/۵۲ به دست آمد که نشان از عدم همبستگی بین خطاها داشت زیرا دامنه قابل قبول بین ۱/۵ تا ۲/۵ است. برای بررسی هم‌خطی چندگانه بین متغیرهای پیش‌بین از عامل تورم واریانس[3] و تحمل[4] استفاده شد که نتایج نشان داد عدم هم‌خطی بین متغیرها برقرار است؛ زیرا دامنهٔ تورم واریانس کمتر از ۵ و تحمل بالاتر از ۰/۱ به دست آمد. نرمال بودن توزیع خطاها با نمودار Q-Q پلات بررسی و نتایج نمودار نشان از نرمال بودن خطاها داشت.

1 Martin, & Rubin
2 Durbin Watson
3 Variance Inflation Factor
4 Tolerance

[ Downloaded from frooyesh.ir on 2026-11-25 ]
[ DOR: 20.1001.1.2383353.1401.11.11.17.4 ]




**شکل ۱. رابطه بین باورپذیری افکار و حساسیت بین فردی با میانجی‌گری انعطاف پذیری شناختی در حالت استاندارد**

شکل ۱ مدل بررسی روابط بین متغیرهای پژوهش را نشان می‌دهد. در این مدل متغیر باورپذیری افکار به عنوان متغیر برونزا قرار گرفته که نقش مستقیم آن بر انعطاف‌پذیری شناختی و نقش مستقیم و غیر مستقیم آن بر حساسیت بین فردی مورد بررسی قرار گرفته است. نقش مستقیم انعطاف‌پذیری شناختی (متغیرمیانجی) بر حساسیت بین فردی نیز در مدل برآورد شده است. در ادامه ضرایب مستقیم و غیرمستقیم روابط بین متغیرها در جداول ۲ و ۳ ارائه شده است.

**جدول۲. ضرایب مستقیم مدل تبیین حساسیت‌بین فردی بر اساس باورپذیری افکار با میانجی‌گری انعطاف‌پذیری شناختی**

| مسیر مستقیم | ضریب غیراستاندارد | ضریب استاندارد | خطای استاندارد | آماره t | سطح معناداری |
|---|---|---|---|---|---|
| اثر باورپذیری افکار بر انعطاف پذیری | -۱/۱۴ | -۰/۴۸ | ۰/۲۱ | -۱۰/۲۷ | ۰/۰۰۱ |
| اثر باورپذیری افکار بر حساسیت بین فردی | ۰/۸۶ | ۰/۴۵ | ۰/۱۶ | ۹/۷۳ | ۰/۰۰۱ |
| اثر انعطاف پذیری بر حساسیت بین فردی | -۰/۶۷ | -۰/۴۳ | ۰/۰۹ | -۸/۹۶ | ۰/۰۰۱ |

تجزیه و تحلیل داده‌های حاصل از روابط متغیرها از طریق ضرایب مستقیم در جدول ۲ نشان می‌دهد که اثر باورپذیری افکار بر انعطاف‌پذیری شناختی ($\beta$ = -۰/۴۸ , p< ۰/۰۱) منفی و معنادار و بر حساسیت بین فردی ($\beta$ = ۰/۴۵ ,p< ۰/۰۱) مثبت و معناداراست. نتایج نشان داد که اثر انعطاف‌پذیری شناختی بر حساسیت‌بین فردی ($\beta$ = -۰/۴۳ ,p< ۰/۰۱) منفی و معنادار است.جهت بررسی اثر غیرمستقیم باورپذیری افکار بر حساسیت بین فردی از روش بوت استرپ استفاده شد، نتایج در جدول ۳ گزارش شده است.

**جدول۳. نتایج حاصل از بررسی اثر غیرمستقیم باورپذیری افکار بر حساسیت بین فردی**

| مسیر | ضریب غیر استاندارد | ضریب استاندارد | سطح معناداری | حد پایین ضریب استاندارد | حد بالای ضریب استاندارد |
|---|---|---|---|---|---|
| اثر غیرمستقیم باورپذیری افکار بر حساسیت بین فردی | ۰/۵۹ | ۰/۲۰ | ۰/۰۰۱ | ۰/۰۲۷ | ۰/۱۴۶ |

در روش بوت استرپ سطح اطمینان ۹۵ و تعداد نمونه‌گیری مجدد بوت استرپ ۵۰۰۰ در نظر گرفته شده است. اگر مقادیر حد بالا و حد پایین (فواصل اطمینان) شامل صفر نشود نقش متغیر میانجی معنادار است. بر اساس نتایج بوت استرپ (فاصله اطمینان ۹۵٪) مشخص شد اثر غیرمستقیم باورپذیری افکار بر حساسیت بین فردی از طریق انعطاف‌پذیری شناختی ($\beta$= ۰/۲۰) با فاصله اطمینان ۰/۰۲۷ و ۰/۱۴۶ معنادار است. بر اساس نتایج جدول ۳ متغیر باورپذیری افکار اثر غیرمستقیم و معناداری بر حساسیت بین فردی تحصیلی دارد. جهت تعیین برازش کلی مدل، شاخص‌های برازش مختلفی مدنظر قرار گرفت. شاخص‌های برازش مدل در جدول ۴ ارائه شده است.

[ Downloaded from frooyesh.ir on 2026-11-25 ]
[ DOR: 20.1001.1.2383353.1401.11.11.17.4 ]

**جدول۴. شاخص‌های برازندگی برای الگوی تدوین شده**

| شاخص های برازندگی الگو | RMSEA | CFI | IFI | GFI | $X^2$/ df | df | $X^2$ |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| دامنه پذیرش | < ۰/۰۸ | > ۰/۹ | > ۰/۹ | > ۰/۹ | < ۳ | - | - |
| مقادیر بدست آمده | ۰/۰۴۷ | ۰/۹۷ | ۰/۹۶ | ۰/۹۴ | ۲/۰۴ | ۲۲۴ | ۴۵۸/۲۶ |

برای شاخص برازندگی $X^2/df$ مقادیر کوچکتر از ۳ مناسب و هرچقدر به صفر نزدیکتر باشد حاکی از برازش خوب الگو می باشد در مدل حاضر این شاخص ۲/۲۷ بوده که در محدوده قابل قبول قرار دارد. برای شاخص‌های نیکویی برازش (GFI)، برازش افزایشی (IFI) و برازش تطبیقی (CFI) مقدار نزدیک به ۰/۹۰ و بالاتر به عنوان برازش قابل قبول تلقی می شود که نشان دهنده خوب بودن مدل می باشد مقادیر همه شاخص‌های ذکر شده در جدول ۴ بالای ۰/۹۰ بدست آمده است. در ارتباط با شاخص ریشه میانگین مجذورات باقی مانده (RMSEA) در مدل پژوهش حاضر ۰/۰۴۷ بدست آمد که مقادیر نزدیک به ۰/۰۵ یا کمتر نشان دهنده برازش خوب الگو و مقدار ۰/۰۸ یا کمتر بیانگر خطای منطقی تقریب است؛ مقدار بالاتر از ۰/۱۰ نشان از الزام رد کردن الگو می باشد (هومن، ۱۳۸۶). شاخص‌های برازش ارائه شده در جدول ۴ نشان از برازش مناسب مدل دارد.

## بحث و نتیجه‌گیری

این پژوهش با هدف پیش‌بینی حساسیت بین‌فردی بر اساس باورپذیری افکار و احساسات اضطرابی با نقش واسطه‌ای انعطاف‌پذیری شناختی انجام گردید. یافته‌های پژوهش نشان داد که باورپذیری افکار هم به صورت مستقیم و هم غیرمستقیم از طریق انعطاف‌پذیری شناختی توانست حساسیت بین فردی در کارمندان را پیش‌بینی کند. نتایج پژوهش حاضر همسو با نتایج پژوهش بیلیوکس (۲۰۱۲)، بیلیوکس و همکاران (۲۰۱۵) و چنگ و همکاران (۲۰۱۵) بود. در تعاملات اجتماعی، افراد با حساسیت بین فردی بالا تمایل دارند تصمیم‌ها و رفتار خود را متناسب با انتظارات دیگران تغییر دهند، حتی در مواردی علی‌رغم میل باطنی‌شان فعالیتی را انجام می‌دهند (بایس و پارکر، ۱۹۸۹؛ دیویدسون و همکاران، ۱۹۸۹)، خواسته‌ها و نیازهای خود را در راستای دریافت تأیید دیگران سرکوب می‌کنند (ماسیلو[1] و همکاران، ۲۰۱۴)؛ چراکه به افکار، احساسات و قضاوت‌های دیگران بیش‌ازحد حساس هستند (کاستا[2] و همکاران، ۲۰۱۵؛ ویدیانیدی و سودیر[3]، ۲۰۰۹). ترس از ارزیابی‌های منفی (باومایستر[4] و همکاران، ۲۰۰۳) ممکن است باعث تمایل به فرار از واقعیت، بویژه ترس از ملاقات رودررو با دیگران گردد (گیوراک و آیدوک[5]، ۲۰۰۷). بهبود عزت‌نفس می‌تواند به افراد کمک نماید اضطراب اجتماعی خود را کاهش دهند (چنگ و همکاران، ۲۰۱۵). نتایج یو[6] و همکاران (۲۰۱۹) نشان دادند که اعتمادبه‌نفس از طریق میانجی‌گری اضطراب اجتماعی و حساسیت بین فردی اثر پیش‌بینی غیرمستقیم در نحوه برقراری روابط اجتماعی دارد (بیلیوکس[7]، ۲۰۱۲؛ بیلیوکس و همکاران، ۲۰۱۵). درتبیین یافته‌ها می‌توان گفت که برای کاهش حساسیت بین فردی، تأکید بر شناسایی و اصلاح باورهای شناختی کلیدی، واکنش‌های عاطفی و رفتاری به‌موقعیت‌های بین فردی ضروری است. بعلاوه برای افراد با حساسیت بین فردی بالا بهتر است مداخلات شناختی و هیجانی از طریق بازی‌ها، ارتباط گروهی، ایفای نقش و مشاوره گروهی انجام شود (کلارک[8] و همکاران، ۲۰۱۵).

با توجه به نتایج پژوهش حاضر متغیر انعطاف‌پذیری شناختی توانست نقش میانجی در رابطه بین باورپذیری افکار و حساسیت بین فردی داشته باشد. به عبارتی دیگر یافته ها نشان داد که بین انعطاف‌پذیری شناختی با باورپذیری افکار و حساسیت بین فردی به صورت

1 Masillo
2 Costa
3 Vidyanidhi & Sudhir
4 Baumeister
5 Gyurak, & Ayduk
6 You
7 Billieux
8 Clarke

[ Downloaded from frooyesh.ir on 2026-11-25 ]
[ DOR: 20.1001.1.2383353.1401.11.11.17.4 ]

منفی و معنادار رابطه وجود دارد. این یافته همسو با نتایج پژوهش اوپری و همکاران (۲۰۱۱)، ماسیلو و همکاران (۲۰۱۴)، چنگ و همکاران (۲۰۱۵)، لو و همکاران (۲۰۲۱)، خرم نیا و همکاران (۱۴۰۰) و مرتضی زاده و همکاران (۱۴۰۰) است. در تبیین این نتایج بایستی به این نکته توجه کرد فردی که دارای توانایی انعطاف‌پذیری شناختی است در واقع دارای مهارت کنترل و تنظیم در هیجانات اضطرابی و روابط بین فردی می باشد که به تبع این مورد باعث بهبود سطح خودآگاهی گردیده و می‌تواند استراتژی‌های مقابله اجتماعی را به‌موقع تنظیم کند و تفسیر فرد را از رویدادها در تجربه متناقض تعاملات اجتماعی تغییر دهد. از آنجایی که افراد حساس تمایل به تعمیم نارضایتی و تجربیات منفی زندگی را دارند، این رفتارهای محافظتی باعث شده خطر روانی احساسات منفی ناخواسته و رفتارهای اجتناب اجتماعی کاهش یابد (لو[1] و همکاران، ۲۰۲۱؛ اوپری و همکاران، ۲۰۱۱). همچنین طرد اجتماعی اثر منفی و پذیرش اجتماعی اثر مثبت بر انعطاف‌پذیری شناختی در افراد دارد، همچنین ارتقاء انعطاف‌پذیری بر بهبود کیفیت روابط اجتماعی اثربخش است (مرتضی زاده و همکاران، ۱۴۰۰). شایان ذکر است که یافته‌های خرم نیا و همکاران (۱۴۰۰) در پژوهشی با عنوان اثربخشی درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد بر حساسیت بین فردی و انعطاف‌پذیری روان‌شناختی در دانشجویان مبتلا به اختلال اضطراب اجتماعی نشان دادند که افراد دارای اضطراب اجتماعی از علائمی همچون حساسیت بین فردی و اجتناب تجربه‌ای رنج می‌برند، یافته‌های مداخلات درمان حاکی از آن است که کاهش علائم اختلال اضطراب اجتماعی و حساسیت بین فردی با افزایش انعطاف‌پذیری شناختی مرتبط است.

به‌طور خلاصه نتایج پژوهش حاضر بیانگر این موضوع است که مدل مفهومی میانجی‌گری انعطاف‌پذیری شناختی در رابطهٔ باورپذیری افکار با حساسیت بین فردی در بین کارمندان صدا وسیما از برازش مطلوبی برخوردار است. با توجه به یافته‌ها به نظر می‌رسد آگاهی و توانمندسازی روان‌شناختی تنظیم هیجانات و ارزیابی‌ها از رویدادهای در روابط روزانه در راستای ادراک تعاملات و موقعیت‌های مختلف و جایگزینی راه‌حل در مواجهه با مشکلات منشأ تحولات مثبت در بین کارمندان سازمان است، بدین‌صورت آن‌ها می‌توانند در شناسایی و کنترل عوامل آسیب‌زای روانی در محیط کار عملکرد کارآمدتری داشته باشند. درنتیجه مطالعات گسترده‌تر در زمینه پیامدهای بالینی، جهت‌گیری‌های آینده و محدودیت‌های شرایط کاری مورد بحث حائز اهمیت است.

از جمله مهمترین محدودیت‌های پژوهش حاضر این بود که به دلیل شرایط هم‌گیری کرونا و اهمیت فراوان فعالیت های سازمان صدا و سیما، کارمندان تحت فشار مضاعف روانی بوده و تعداد کمی از آنان در پاسخگویی به پرسشنامه همکاری نمودند. پیشنهاد می‌شود مطالعات گسترده در زمینه شناسایی افراد سالم و افراد دارای اختلالات اضطرابی در مورد افزایش واکنش‌پذیری و عملکرد عصبی بخش آمیگدال مغز انجام گردد؛ مطالعاتی در راستای تعدیل باورپذیری افکار و احساسات اضطرابی و تقویت بهزیستی روانی کارمندان در سازمان انجام شود، همچنین محرک‌های حساسیت بین فردی و محرک‌های اجتماعی خنثی مورد بررسی قرار گیرد. به سازمان صدا و سیما پیشنهاد می شود از یافته‌های این پژوهش در راستای برگزاری دوره های آموزشی گروهی کوتاه مدت کارمندان به جهت افزایش آگاهی روان‌شناختی و کنترل هیجانات خود در محیط کار و اثربخشی بهینه عملکرد سازمانی استفاده نمایند، همچنین پیشنهاد می شود جلسات مشاوره ای گروهی انگیزشی با حضور کارکنان بازنشسته در زمینه تجربیات شان در مواجهه با موقعیت های اضطرابی درک بهتری از احساسات و هیجانات خود داشته باشند.

## منابع

بدیهی زراعتی، ف. حسنی، ج. قاسمی مطلق، م. (۲۰۲۲). بررسی رابطه فعالیت سیستم های مغزی رفتاری و اضطراب بیماری با نقش واسطه ای انعطاف پذیری شناختی. *مجله علمی-پژوهشی دانشگاه علوم پزشکی سبزوار*.http://jsums.medsab.ac.ir/article_1475.html?lang=fa

وجودی، ب. عطارد، ن. پورشریفی، ح. (۱۳۹۳). مقایسه حساسیت بین فردی و ابراز وجود در افراد وابسته به مواد مخدر و عادی. *فصلنامه علمی اعتیادپژوهی*، ۸(۳۱)، ۱۰۹-۱۱۸.https://etiadpajohi.ir/article-1-209-fa.html

فاضلی، م. احتشام زاده، پ. هاشمی شیخ شبانی، س. ا. (۱۳۹۳). اثربخشی درمان شناختی-رفتاری بر انعطاف‌پذیری شناختی افراد افسرده. *اندیشه و رفتار در روان‌شناسی بالینی*، ۹(۳۴)، ۲۷-۳۶.https://jtbcp.riau.ac.ir/article_105_104ec4161eb3cf9b567314c748ca8953.pdf

سلطانی، ا. بحرینیان، س. ع. مسجدی آرانی، ع. فرهودیان، ع. گچکار، ل. (۱۳۹۴). مشخصات روان‌سنجی پرسشنامه باورپذیری افکار و احساسات اضطرابی. *نشریه پژوهنده*، ۲۰(۵)، ۲۷۳-۲۸۲.https://www.sid.ir/fa/Journal/ViewPaper.aspx?ID=269544

1 Luo

[ Downloaded from frooyesh.ir on 2026-11-25 ]

[ DOR: 20.1001.1.2383353.1401.11.11.17.4 ]

سلطانی، ا. شاره، ح. بحرینیان، س. ع. فرمانی، ا. (۱۳۹۲). نقش واسطه ای انعطاف پذیری شناختی در ارتباط بین سبکهای مقابله ای و تاب آوری با افسردگی. *پژوهنده*، ۹۲(۱۸)، ۸۸-۹۶.https://www.noormags.ir/view/en/articlepage/57757/89/image

چالمه، ر. عبدالهی، ف. (۱۴۰۰). بررسی نقش واسطه‌ای انعطاف‌پذیری شناختی و کنترل شناختی در رابطه بین ذهن آگاهی و نشانه‌های وسواسی جبری در زنان. *پژوهش‌های میان رشته ای زنان*، ۴(۳)، ۶۷.https://rimag.ricest.ac.ir/Article/24288/FullText

حصیرچمن، ا. شاکری نیا، ا. صادقی، ع. (۱۳۹۷). رابطه مهارت های ارتباطی، مسئولیت پذیری و تنظیم هیجانی با سلامت روان در کارمندان بانک ملی. *نشریه مشاوره شغلی و سازمانی*. ۱۰(۳۴)، ۲۳-۴۳.https://www.sid.ir/fa/Journal/ViewPaper.aspx?ID=510520

خرم نیا، ص. طاهری، ا. ع. محمدپور، م. فروغی، ع. ا. کریم زاده، ی. (۱۴۰۰). اثربخشی درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد بر حساسیت بین فردی و انعطاف‌پذیری روان‌شناختی در دانشجویان مبتلا به اختلال اضطراب اجتماعی: یک مطالعه کار آزمایی بالینی. *فصلنامه علمی پژوهشی شناخت*، ۸(۱)، ۱۵-۲۷.http://shenakht.muk.ac.ir/files/site1/user_files_746ef7/mohammadpour95110-A-10-1364-2-bbb9201.pdf

مهری، ح. ا. داودی، ح. عبداللهی‌مفرد، ب. (۱۳۹۸). تاثیرات رقابت جویی افراطی و حسادت بین فردی کارکنان (رفتار انحرافی) بر ایجاد جو مسموم در سازمان. *مطالعات اقتصاد، مدیریت مالی و حسابداری*، ۲۵(۵)، ۸۳-۹۳.https://www.noormags.ir/view/en/articlepage/115393/88/text

مرتضی زاده، م. رافضی، ز. اسکندری، ح. (۱۴۰۰). مقایسهٔ اثر القای آزمایشی طرد اجتماعی با پذیرش اجتماعی بر انعطاف‌پذیری شناختی. *دو فصلنامه علمی-پژوهشی شناخت اجتماعی*، ۱۰(۱)، ۹-۲۵.https://journals.pnu.ac.ir/article_7791.html?lang=en

معتمدنژاد، ک. *(۱۳۸۵). وسایل ارتباط جمعی، جلد اول، تهران: انتشارات دانشکده علوم ارتباطات اجتماعی.*

مرادی، مهدی و همکاران. (۱۳۹۰). مقایسه زیر مؤلفه‌های مؤثر نقش‌های اطلاع‌رسانی، مشارکت اجتماعی، آموزش و فرهنگ‌سازی رسانه ملی در ورزش همگانی، فصلنامه *پژوهش‌های ارتباطی، ۱۸ (۴)*.https://trj.uok.ac.ir/article_61040.html

محمدی، ش. بیژنی میرزا، ط. حاتمی، م. (۱۳۹۷). نقش خانواده، مدرسه و رسانه در پیشگیری از وقوع جرم با تأکید بر معیارهای بین‌المللی حاکم بر تعهد دولت‌ها در آموزش افراد. *تدریس پژوهی*، ۶(۴)، ۲۳۸-۲۵۸.http://trj.uok.ac.ir/article_61040.html

عنایتی شبکلانی، ع. خانی ملکوه، م. (۱۳۹۱). نقش تلویزیون در همگانی شدن فوتبال در ایران. فصلنامه *پژوهش‌های ارتباطی*، ۱۹*(۱).*http://cr.iribresearch.ir/

Arslan, G., & Allen, K. A. (2021). Exploring the association between coronavirus stress, meaning in life, psychological flexibility, and subjective well-being. *Psychology, Health & Medicine*, 1-12. https://doi.org/10.1080/13548506.2021.1876892

Amani, E., Fadaei, E., Tavakoli, M., Shiri, E., & Shiri, V. (2018). Comparison among children with specific learning disorder (SLD) and typically children on measures of planning, selective attention and cognitive flexibility. *Journal of Learning Disabilities*, *7*(2), 94-111.http://jld.uma.ac.ir/article_617.html?lang=en

Al-Atoum, A. (2017). *Cognitive Psychology, Theory and Practice*. Dar Al-Masirah for Publishing and Distribution.

Boyce, P., & Parker, G. (1989). Development of a scale to measure interpersonal sensitivity. *Australian and New Zealand Journal of Psychiatry*, *23*(3), 341-351.https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.3109/00048678909068294

Baumeister, R. F., Campbell, J. D., Krueger, J. I., & Vohs, K. D. (2003). Does high self-esteem cause better performance, interpersonal success, happiness, or healthier lifestyles? *Psychological science in the public interest*, *4*(1), 1-44. https://doi.org/10.1111/1529-1006.01431

Billieux, J. (2012). Problematic use of the mobile phone: a literature review and a pathways model. *Current Psychiatry Reviews*, *8*(4), 299-307. https://doi.org/10.2174/157340012803520522

Billieux, J., Maurage, P., Lopez-Fernandez, O., Kuss, D. J., & Griffiths, M. D. (2015). Can disordered mobile phone use be considered a behavioral addiction? An update on current evidence and a comprehensive model for future research. *Current Addiction Reports*, *2*(2), 156-162. https://doi.org/10.1007/s40429-015-0054-y

Clarke, A. M., Kuosmanen, T., & Barry, M. M. (2015). A systematic review of online youth mental health promotion and prevention interventions. *Journal of youth and adolescence*, *44*(1), 90-113.https://doi.org/10.1007/s10964-014-0165-0

Candel, O. S., & Turliuc, M. N. (2019). The effect of the sense of relational entitlement on relational satisfaction, positive and negative emotions. *Journal of Psychological & Educational Research*, *27*(1). https://www.researchgate.net/profile/Octav-Candel

Cheng, G., Zhang, D., & Ding, F. (2015). Self-esteem and fear of negative evaluation as mediators between family socioeconomic status and social anxiety in Chinese emerging adults. *International journal of social psychiatry*, *61*(6), 569-576. https://doi.org/10.1177/0020764014565405

Costa, S., Ntoumanis, N., & Bartholomew, K. J. (2015). Predicting the brighter and darker sides of interpersonal relationships: Does psychological need thwarting matter? *Motivation and Emotion*, *39*(1), 11-24. https://doi.org/10.1007/s11031-014-9427-0

Ciarrochi, J., Bilich, L., & Godsell, C. (2010). Psychological flexibility as a mechanism of change in acceptance and commitment therapy. *Assessing mindfulness and acceptance processes in clients: Illuminating the theory and practice of change*, *2010*, 51-75.https://d1wqtxts1xzle7.cloudfront.net/38948699

[ Downloaded from frooyesh.ir on 2026-11-25 ]
[ DOR: 20.1001.1.2383353.1401.11.11.17.4 ]

Diamond, A. (2013). Executive functions. *Annual review of psychology*, *64*, 135-168. https://www.annualreviews.org/doi/abs/10.1146/annurev-psych-113011-143750

Dajani, D. R., & Uddin, L. Q. (2015). Demystifying cognitive flexibility: Implications for clinical and developmental neuroscience. *Trends in neurosciences*, *38*(9), 571-578. https://doi.org/10.1016/j.tins.2015.07.003

Dennis, J. P., & Vander Wal, J. S. (2010). The cognitive flexibility inventory: Instrument development and estimates of reliability and validity. *Cognitive therapy and research*, *34*(3), 241-253.https://doi.org/10.1007/s10608-009-9276-4

Davidson, J., Zisook, S., Giller, E., & Helms, M. (1989). Symptoms of interpersonal sensitivity in depression. *Comprehensive Psychiatry*, *30*(5), 357-368. https://doi.org/10.1016/0010-440X(89)90001-1

Gilbert, P., Irons, C., Olsen, K., Gilbert, J., & McEwan, K. (2006). Interpersonal sensitivities: Their links to mood, anger and gender. *Psychology and Psychotherapy: Theory, Research and Practice*, *79*(1), 37-51. https://doi.org/10.1348/147608305X43856

Gilbert, P., & Miles, J. N. (2000). Sensitivity to Social Put-Down: it's relationship to perceptions of social rank, shame, social anxiety, depression, anger and self-other blame. *Personality and individual differences*, *29*(4), 757-774. https://doi.org/10.1016/S0191-8869(99)00230-5

Gyurak, A., & Ayduk, Ö. (2007). Defensive physiological reactions to rejection: The effect of self-esteem and attentional control on startle responses. *Psychological Science*, *18*(10), 886-892.https://doi.org/10.1111/j.1467-9280.2007.01996.x

Herzberg, K. N., Sheppard, S. C., Forsyth, J. P., Credé, M., Earleywine, M., & Eifert, G. H. (2012). The Believability of Anxious Feelings and Thoughts Questionnaire (BAFT): A psychometric evaluation of cognitive fusion in a nonclinical and highly anxious community sample. *Psychological Assessment*, *24*(4), 877.https://doi.org/10.1037/a0027782

Hayes, S. C., Strosahl, K., Wilson, K. G., Bissett, R. T., Pistorello, J., Toarmino, D., ... & McCurry, S. M. (2004). Measuring experiential avoidance: A preliminary test of a working model. *The psychological record*, *54*(4), 553-578. https://doi.org/10.1007/BF03395492

Homayooni, A., Homayooni, F., & Homayooni, S. (2020). The relationship between personality traits, basic psychological needs satisfaction, work-related psychological flexibility and job burnout. *Iran Occupational Health*, *16*(6), 27-39. https://ioh.iums.ac.ir/browse.php?a_id=2367&sid=1&slc_lang=en

Juarascio, A., Shaw, J., Forman, E., Timko, C. A., Herbert, J., Butryn, M., ... & Lowe, M. (2013). Acceptance and commitment therapy as a novel treatment for eating disorders: an initial test of efficacy and mediation. *Behavior modification*, *37*(4), 459-489. https://doi.org/10.1177/0145445513478633

Kubzansky, L. D., Huffman, J. C., Boehm, J. K., Hernandez, R., Kim, E. S., Koga, H. K., ... & Labarthe, D. R. (2018). Positive psychological well-being and cardiovascular disease: JACC health promotion series. *Journal of the American College of Cardiology*, *72*(12), 1382-1396. https://www.jacc.org/doi/abs/10.1016/j.jacc.2018.07.042

Kashdan, T. B., & Rottenberg, J. (2010). Psychological flexibility as a fundamental aspect of health. *Clinical psychology review*, *30*(7), 865-878. https://doi.org/10.1016/j.cpr.2010.03.001

Koesten, J., Schrodt, P., & Ford, D. J. (2009). Cognitive flexibility as a mediator of family communication environments and young adults' well-being. *Health Communication*, *24*(1), 82-94. https://doi.org/10.1080/10410230802607024

Khasawneh, M. A. S. (2021). Cognitive Flexibility of Students with Learning Disabilities in English Language and Its Relationship to Some Variables. *Shanlax International Journal of Education*, *9*(3), 49-56 .https://eric.ed.gov/?id=EJ1300509

Luo, Y., Shi, Z., Zhang, B., Peng, Y., Zhang, A., & Zeng, Y. (2021). Interpersonal sensitivity and social avoidance and distress in female college students: Mediating role of self-inconsistency and moderating role of self-consciousness. *Journal of Psychology in Africa*, *31*(3), 219-225.https://doi.org/10.1080/14330237.2021.1927342

Li, Y., Grabell, A. S., Wakschlag, L. S., Huppert, T. J., & Perlman, S. B. (2017). The neural substrates of cognitive flexibility are related to individual differences in preschool irritability: A fNIRS investigation. *Developmental cognitive neuroscience*, *25*, 138-144.https://doi.org/10.1016/j.dcn.2016.07.002

Luciano, C., Valdivia-Salas, S., & Ruiz, F. J. (2012). The self as the context for rule-governed behavior. *The self and perspective taking: Research and applications*, 143-160.

Marian, M. (2013). Social-cognitive predictors of interpersonal sensitivity. *Journal of Psychological and Educational Research (JPER)*, *21*(2), 97-106.https://www.ceeol.com/search/article-detail?id=275374

Metts, A., Zinbarg, R., Hammen, C., Mineka, S., & Craske, M. G. (2021). Extraversion and interpersonal support as risk, resource, and protective factors in the prediction of unipolar mood and anxiety disorders. *Journal of abnormal psychology*, *130*(1), 47.https://doi.org/10.1037/abn0000643

Muir, H. J., Constantino, M. J., Coyne, A. E., Westra, H. A., & Antony, M. M. (2021). Integrating responsive motivational interviewing with cognitive–behavioral therapy (CBT) for generalized anxiety disorder: Direct and indirect effects on interpersonal outcomes. *Journal of Psychotherapy Integration*, *31*(1), 54.https://doi.org/10.1037/int0000194

Marian, M., Oprea, I., & Dărăbăneanu, D. (2020). Determining the relationship between socio-cognitive factors and interpersonal sensitivity. *Journal of Psychological and Educational Research*, *28*(2), 186-194.https://www.researchgate.net/profile/Oprea-Mihai/publication/356345013

Miyake, A., Friedman, N. P., Emerson, M. J., Witzki, A. H., Howerter, A., & Wager, T. D. (2000). The unity and diversity of executive functions and their contributions to complex "frontal lobe" tasks: A latent variable analysis. *Cognitive psychology*, *41*(1), 49-100.https://doi.org/10.1006/cogp.1999.0734

Mei, S., Meng, C., Hu, Y., Guo, X., Lv, J., Qin, Z., ... & Hu, Y. (2022). Relationships Between Depressive Symptoms, Interpersonal Sensitivity and Social Support of Employees Before and During the COVID-19 Epidemic: A Cross-lag

[ Downloaded from frooyesh.ir on 2026-11-25 ]
[ DOR: 20.1001.1.2383353.1401.11.11.17.4 ]

Study. *Frontiers in Psychology*, *13*, 742381.https://www.scienceopen.com/document_file/eaec35bd-9af7-495e-8a85-72d141e5deb8/PubMedCentral/eaec35bd-9af7-495e-8a85-72d141e5deb8.pdf

Masillo, A., Valmaggia, L. R., Lanna, A., Brandizzi, M., Lindau, J. F., Curto, M., ... & Nastro, P. F. (2014). Validation of the Italian version of interpersonal sensitivity measure (IPSM) in adolescents and young adults. *Journal of affective disorders*, *156*, 164-170.https://doi.org/10.1016/j.jad.2013.12.012

Martin, M. M., & Rubin, R. B. (1995). A new measure of cognitive flexibility. *Psychological reports*, *76*(2), 623-626. https://doi.org/10.2466/pr0.1995.76.2.623

Pilar Matud, M., Lopez-Curbelo, M., & Fortes, D. (2019). Gender and Psychological Well-Being. *International journal of environmental research and public health*, *16*(19). https://doi.org/10.3390/ijerph16193531

Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2017). *Self-determination theory: Basic psychological needs in motivation, development, and wellness*. Guilford Publications.https://books.google.com/books?hl=en&lr=&id=Bc

Shareh, H., Farmani, A., & Soltani, E. (2014). Investigating the reliability and validity of the Cognitive Flexibility Inventory (CFI-I) among Iranian university students.https://jpcp.uswr.ac.ir/browse.php?a_id=163&sid=1&slc_lang=fa

Szabo, Z., & Marian, M. (2018). Exams time: the influence of short term stressful events. *Journal of Psychological & Educational Research*, *26*(1).https://www.ceeol.com/search/article-detail?id=660003

Vidyanidhi, K., & Sudhir, P. M. (2009). Interpersonal sensitivity and dysfunctional cognitions in social anxiety and depression. *Asian Journal of Psychiatry*, *2*(1), 25-28.https://doi.org/10.1016/j.ajp.2008.12.001

Van Hiel, A., Onraet, E., Crowson, H. M., & Roets, A. (2016). The relationship between Right–wing attitudes and cognitive style: A comparison of self–report and behavioural measures of rigidity and intolerance of ambiguity. *European Journal of Personality*, *30*(6), 523-531.https://doi.org/10.1002/per.2082

Wheaton, M. G., Abramowitz, J. S., Berman, N. C., Fabricant, L. E., & Olatunji, B. O. (2012). Psychological predictors of anxiety in response to the H1N1 (swine flu) pandemic. *Cognitive Therapy and Research*, *36*(3), 210-218. 10.1007/s10608-011-9353-3

You, Z., Zhang, Y., Zhang, L., Xu, Y., & Chen, X. (2019). How does self-esteem affect mobile phone addiction? The mediating role of social anxiety and interpersonal sensitivity. *Psychiatry research*, *271*, 526-531. https://doi.org/10.1016/j.psychres.2018.12.040

Yılmaz, T., & Bekaroğlu, E. (2022). Does interpersonal sensitivity and paranoid ideation predict nomophobia: an analysis with a young adult sample. *Current Psychology*, *41*(2), 1026-1032. https://doi.org/10.1007/s12144-021-01501-4

Zhu, J., Zhu, D. M., Zhang, C., Wang, Y., Yang, Y., & Yu, Y. (2019). Quantitative prediction of individual cognitive flexibility using structural MRI. *Brain imaging and behavior*, *13*(3), 781-788. https://doi.org/10.1007/s11682-018-9905-1

Zvolensky, M. J., Rogers, A. H., Bakhshaie, J., Viana, A. G., Walker, R., Mayorga, N. A., ... & Ochoa-Perez, M. (2019). Perceived racial discrimination, anxiety sensitivity, and mental health among Latinos in a federally qualified health center. *Stigma and Health*, *4*(4), 473. 10.1037/sah0000160

[ Downloaded from frooyesh.ir on 2026-11-25 ]
[ DOR: 20.1001.1.2383353.1401.11.11.17.4 ]