

Research Paper



## The structural model of social anxiety based on maladaptive perfectionism and maladaptive strategies of cognitive emotion regulation with mediator role of rumination



Setareh Hadadi<sup>1</sup>, Mohammad Reza Tamannaefar<sup>\*2</sup>

1. M.A. in Educational Psychology, Kashan University, Kashan, Iran.
2. Associate Professor, Department of Psychology, Kashan University, Kashan, Iran.



DOI: 10.22034/JMPR.2023.55341.5434

DOR: [20.1001.1.27173852.1402.18.71.9.6](https://doi.org/10.22034/JMPR.2023.55341.5434)

URL: [https://psychologyj.tabrizu.ac.ir/article\\_16941.html](https://psychologyj.tabrizu.ac.ir/article_16941.html)



### ARTICLE INFO

**Keywords:**  
maladaptive perfectionism, maladaptive strategies of cognitive emotion regulation, rumination, social anxiety.

Received: 2023/02/09  
Accepted: 2023/03/14  
Available: 2023/12/21

### ABSTRACT

The purpose of the present study was to investigate the structural model of social anxiety based on maladaptive perfectionism and maladaptive strategies of cognitive emotion regulation with mediator role of rumination. The present research is the correlation study using structural equation modeling. The statistical population in this research included high school students of Kashan city in academic year of 2021-2022. The sample size was selected based on Kline model (2016) and with random cluster sampling method of 342 students. Data collection tools included the social phobia inventory of Connor and et al (2000), perfectionism inventory of Hill and et al (2004) cognitive emotion regulation questionnaire of Garnefski and Kraaij (2007) and ruminative response scale of Nolen-Hoeksema and Morrow (1991). Statistical analysis of data was performed using AMOS-24 software. The findings showed that the direct effect of uncompromising perfectionism ( $\beta=0.371$  and  $\text{sig}=0.001$ ), maladaptive emotion cognitive regulation ( $\beta=0.186$  and  $\text{sig}=0.043$ ) and rumination ( $\beta=0.019$  and  $\text{sig}=0.019$ ) were positively significant on social anxiety. Also, the results showed that rumination has a mediating role in relationship between uncompromising perfectionism (lower bounds 0.003 and upper bounds 0.068,  $\text{sig}=0.012$ ) and non-adaptive cognitive emotion regulation strategies (lower bounds 0.023 and upper bounds 0.184 ( $0.020$ ,  $\text{sig}=0.020$ ) with social anxiety. Also, proposed model had an acceptable fitness to the data ( $\text{RMSEA}=0/070$ ,  $P\text{-value}<0/05$ ) and analyses also revealed that %41 of variance of depression was explained by maladaptive perfectionism and maladaptive strategies of cognitive emotion regulation through the mediating role of rumination. Thus, the social anxiety of adolescents is influenced by maladaptive perfectionism, maladaptive strategies of cognitive emotion regulation and rumination. This finding can be used to design an intervention and a comprehensive approach to reduction of social anxiety symptoms in student's community.



\* Corresponding Author: Mohammad Reza Tamannaefar

E-mail: [tamannai@kashanu.ac.ir](mailto:tamannai@kashanu.ac.ir)



## مقاله پژوهشی



## مدل ساختاری اضطراب اجتماعی بر اساس کمال‌گرایی سازش‌نیافته و راهبردهای غیرانطباقی تنظیم‌شناختی هیجان با نقش میانجی نشخوار فکری

ستاره حدادی<sup>۱</sup>، محمدرضا تمنایی‌فر<sup>۲\*</sup>

۱. کارشناسی ارشد روانشناسی تربیتی، دانشگاه کاشان، کاشان، ایران

۲. دانشیار، گروه روانشناسی، دانشگاه کاشان، کاشان، ایران.



DOI: 10.22034/JMPR.2023.55341.5434

DOR: [20.1001.1.27173852.1402.18.71.9.6](https://doi.org/10.22034/JMPR.2023.55341.5434)URL: [https://psychologyj.tabrizu.ac.ir/article\\_16941.html](https://psychologyj.tabrizu.ac.ir/article_16941.html)

## چکیده

## مشخصات مقاله

هدف از پژوهش حاضر بررسی مدل ساختاری اضطراب اجتماعی بر اساس کمال‌گرایی سازش‌نیافته و راهبردهای غیرانطباقی تنظیم‌شناختی هیجان با نقش میانجی نشخوار فکری بود. مطالعه حاضر از نوع مطالعات همبستگی-به‌روش مدل‌یابی معادلات ساختاری بود. جامعه آماری در این پژوهش شامل دانش‌آموزان دختر دوره متوسطه شهرستان کاشان در سال تحصیلی ۱۴۰۱-۱۴۰۰ بودند. حجم نمونه بر اساس مدل کلانین (۲۰۱۶) و با روش نمونه‌گیری خوشه‌ای تصادفی ۳۴۲ نفر انتخاب شد. ابزار گردآوری داده‌های پژوهش شامل سیاهه اضطراب اجتماعی (کانر و همکاران، ۲۰۰۰)، سیاهه کمال‌گرایی (هیل و همکاران، ۲۰۰۴)، پرسشنامه تنظیم‌شناختی هیجانی (گرانفسکی و کرایچ، ۲۰۰۷) و مقیاس پاسخ نشخوار فکری (نولن-هوکسما و مارو، ۱۹۹۱) بود. تحلیل آماری داده‌ها با استفاده از نرم‌افزار AMOS انجام گرفت. یافته‌های پژوهش نشان داد که اثر مستقیم کمال‌گرایی سازش‌نیافته ( $\beta=0/371$  و  $sig=0/001$ )، تنظیم‌شناختی هیجان غیرانطباقی ( $\beta=0/186$  و  $sig=0/043$ ) و نشخوار فکری ( $\beta=0/163$  و  $sig=0/019$ ) بر اضطراب اجتماعی به صورت مثبت معنادار بود. همچنین نتایج نشان داد که نشخوار فکری در رابطه بین کمال‌گرایی سازش‌نیافته (حد پایین ۰/۰۰۳ و حد بالا ۰/۰۶۸،  $sig=0/012$ ) و راهبردهای غیرانطباقی تنظیم‌شناختی هیجان (حد پایین ۰/۰۲۳ و حد بالا ۰/۱۸۴،  $sig=0/020$ ) با اضطراب اجتماعی نقش میانجی دارد. همچنین مدل نهایی پژوهش از برازش مطلوبی برخوردار بود ( $RMSEA=0/070$ ) و ( $P-value < 0/05$ ) و ۴۱ درصد اضطراب اجتماعی به وسیله کمال‌گرایی سازش‌نیافته و راهبردهای غیرانطباقی تنظیم‌شناختی هیجان با نقش میانجی نشخوار فکری تبیین می‌شود. بنابراین اضطراب اجتماعی نوجوانان متأثر از کمال‌گرایی سازش‌نیافته، راهبردهای غیرانطباقی تنظیم‌شناختی هیجان و نشخوار فکری است. از این یافته می‌توان برای طراحی مداخله و رویکرد جامع کاهش علائم اضطراب اجتماعی در جامعه دانش‌آموزان استفاده کرد.

## کلیدواژه‌ها:

اضطراب اجتماعی، راهبردهای غیرانطباقی تنظیم‌شناختی هیجان، کمال‌گرایی سازش‌نیافته، نشخوار فکری

دریافت شده: ۱۴۰۱/۱۱/۲۰

پذیرفته شده: ۱۴۰۱/۱۲/۲۳

منتشر شده: ۱۴۰۲/۰۹/۳۰

\* نویسنده مسئول: محمدرضا تمنایی فر

رایانامه: tamannai@kashanu.ac.ir

## مقدمه

در سیستم آموزشی دنیای امروز مدارس مهمترین منبع کسب دانش، ارتقا استعداد و بینش در افراد به ویژه در دانش‌آموزان به حساب می‌آید که در این بین توجه به دانش‌آموزان به عنوان سرمایه‌های اصلی مدارس، بیشتر مورد تاکید مسئولان مدارس می‌باشد و هر چه دانش‌آموز در مقاطع تحصیلی بالاتر باشد، نیازمند توجه و سرمایه‌گذاری بیشتر است (شمالی شهرضا و همکاران، ۱۳۹۹). دانش‌آموزان مقطع متوسطه به علت تجربه انتقال از دوره کودکی به نوجوانی و تحولات ناشی از آن، دستخوش تغییرات زیادی می‌شوند که این تغییرات می‌تواند منابع مختلفی اضطراب به همراه داشته باشد که پیشرفت تحصیلی و موفقیت، دانش‌آموزان را در حال و آینده تحت تاثیر قرار دهد که یکی از اینگونه اضطراب‌ها در دانش‌آموزان، اضطراب اجتماعی<sup>۱</sup> است (جانجانی و همکاران، ۱۳۹۹). اضطراب اجتماعی<sup>۲</sup> یک وضعیت روانپزشکی رایج است که در صورت عدم درمان سریع، با خطر بالای بیماری روانپزشکی و اختلال در عملکرد اجتماعی / شغلی همراه است (نیومن<sup>۳</sup> و همکاران، ۲۰۲۳). اضطراب اجتماعی با ترس یا هراس، اضطراب و/یا اجتناب از موقعیت‌های اجتماعی مشخص می‌شود (میزی<sup>۴</sup> و همکاران، ۲۰۲۲) و این ترس یا اضطراب مداوم و شدید در مورد یک محیط اجتماعی خاص است زیرا فرد مبتلا می‌ترسد که ممکن است مورد انتقاد، خجالت یا تحقیر قرار گیرد (نیومن<sup>۵</sup> و همکاران، ۲۰۲۲). همچنین می‌توان گفت که این اختلال به عنوان اضطراب غیرمنطقی از ارزیابی شدن توسط دیگران توصیف شده است و نام اصلی اختلال اضطراب اجتماعی در راهنمای تشخیصی و آماری اختلالات روانی - پنجم<sup>۶</sup> (DSM-5)، اختلال هراس اجتماعی است، زیرا مشکلات به وجود آمده در اثر این اختلال، در مقایسه با سایر اضطراب‌ها، معمولاً فراگیرتر است و فعالیت‌های عادی فرد را بیشتر دچار نابسامانی، آشفتگی و پریشانی می‌کند (انجمن روانپزشکی آمریکا<sup>۷</sup>، ۲۰۱۳).

شیوع اضطراب اجتماعی در طول زندگی در مطالعات مختلف گزارش شده است که بین ۳ تا ۱۳ درصد متغیر است (ال-جوهرانی<sup>۸</sup> و همکاران، ۲۰۲۲). همچنین تحقیقات قبلی نشان داده است که ۲۱ درصد از بیماران سرپایی اختلال روانپریشی ممکن است همزمان از اختلال اضطراب اجتماعی رنج ببرند (مک‌اینری<sup>۹</sup> و همکاران، ۲۰۱۹). این اختلال شروع زودرس دارد، یک دوره مزمن و بی‌وقفه را طی می‌کند، با ناتوانی و آسیب روانی همراه است و منجر به هزینه‌های اجتماعی و اقتصادی می‌شود (ژانگ<sup>۱۰</sup> و همکاران، ۲۰۲۲). از سوی دیگر می‌توان گفت که در ابتدا به اختلال اضطراب اجتماعی تفاوت جنسیتی وجود دارد، به طوری که دختران بیشتر از پسران به اختلال

اضطراب اجتماعی مبتلا می‌شوند و تظاهرات بالینی جدی‌تری دارند (آشر و آدرکا<sup>۱۱</sup>، ۲۰۱۸). مطالعات نشان داده‌اند که اختلال اضطراب اجتماعی اغلب با سایر بیماری‌های روانی مرتبط است که شایع‌ترین آنها افسردگی است (کولیک<sup>۱۲</sup> و همکاران، ۲۰۲۲). این بیماری‌های روانی دشواری تشخیص و درمان را افزایش می‌دهند و پیشرفت اختلال اضطراب اجتماعی را تسریع می‌کنند (کونکو<sup>۱۳</sup> و همکاران، ۲۰۱۹). بر اساس پیشینه پژوهش اختلال اضطراب اجتماعی اغلب با سایر اختلالات روانی، به ویژه افسردگی (راسابی<sup>۱۴</sup> و همکاران، ۲۰۲۳) و اختلالات مصرف مواد (مک‌گلادی<sup>۱۵</sup> و همکاران، ۲۰۲۳)، و همچنین با عملکرد ضعیف روانی و اجتماعی از جمله کاهش پیشرفت تحصیلی (مانوال پریتو<sup>۱۶</sup> و همکاران، ۲۰۲۳)، و وضعیت اجتماعی-اقتصادی پایین در ارتباط است (کیندرد و باتس<sup>۱۷</sup>، ۲۰۲۳). همچنین افراد مبتلا به اضطراب اجتماعی مشکلاتی مانند شرم (اسچوستر<sup>۱۸</sup> و همکاران، ۲۰۲۱) و اختلال افسردگی را تجربه می‌کنند (واتانابه<sup>۱۹</sup> و همکاران، ۲۰۲۱) و زندگی با وجود اختلال اضطراب اجتماعی می‌تواند ناتوان‌کننده باشد، زیرا تشخیص با اختلالات قابل توجهی در حوزه‌های مختلف عملکردی همراه است، که بیشترین تأثیر را بر روابط و تجربیات اجتماعی دارد (میزی و همکاران، ۲۰۲۲).

بنابراین، درک عواملی که در سبب شناسی و حفظ اختلال اضطراب اجتماعی دخیل می‌باشد ضروری است. یکی از مهمترین عوامل مرتبط با اختلال اضطراب اجتماعی، کمال‌گرایی سازش‌نا یافته است (حدادی و تمنایی‌فر، ۱۴۰۱). کمال‌گرایی یکی از ویژگی‌های شخصیتی و انگیزشی فرد است که رفتار فرد را تحت تاثیر قرار می‌دهد و با ویژگی‌هایی همچون تلاش برای کامل و بی‌نقص بودن و تعیین معیارهای بسیار افراطی در عملکرد همراه با گرایش به ارزیابی انتقادی رفتار مشخص می‌شود و به عنوان ترکیبی از استانداردهای شخصی بیش از حد بالا و خودارزیابی‌های انتقادی تعریف شده است (کورن و هیل<sup>۲۰</sup>، ۲۰۱۹). جنبه‌های سازش‌نا یافته آن، در برگزیده ارزیابی انتقادی و نگرانی درباره انتظارات و انتقادات دیگران است (هاینوس<sup>۲۱</sup> و همکاران، ۲۰۱۸). کمال‌گرایی سازش‌نا یافته با مشکلات روانی شامل احساس شکست، احساس گناه، تردید، تعلل، شرم و عز نفس پایین مرتبط است و علاوه بر این، کمال‌گرایی سازش‌نا یافته با افزایش استرس اجتماعی، درماندگی روانشناختی، علائم افسردگی و اضطراب ارتباط دارد (تایلر<sup>۲۲</sup> و همکاران، ۲۰۱۹). بر اساس پیشینه پژوهش کمال‌گرایی به‌طور معنادار و مثبت اضطراب اجتماعی را پیش‌بینی می‌کند (وانگ<sup>۲۳</sup> و همکاران، ۲۰۲۲؛ محمدی و روشن چسلی، ۱۴۰۰؛ حدادی و تمنایی‌فر، ۱۴۰۱)، که در تشریح

13. Koyuncu
14. Rassaby
15. McGlade
16. Manuel Prieto
17. Kindred & Bates
18. Schuster
19. Watanabe
20. Curran & Hill
21. Haynos
22. Tyler
23. Wang

1. social anxiety
2. social anxiety
3. Newman
4. Mizzi
5. Newman
6. diagnostic and statistical manual of mental disorders
7. American Psychiatric Associatio
8. Al-Johani
9. McEnergy
10. Zhang
11. Asher & Aderka
12. Čolić

بنابراین، انتظار می‌رود بالا بودن میزان کمال‌گرایی سازش‌نا یافته (حدادی و تمنایی فر، ۱۴۰۱) و استفاده راهبردهای غیرانطباقی تنظیم شناختی هیجان منجر به سطوح بالاتری از علائم اضطراب اجتماعی شود (دیکسون<sup>۱۴</sup> و همکاران، ۲۰۲۰). با این حال، می‌توان این فرضیه را مطرح کرد که این رابطه تحت تأثیر نشخوار فکری<sup>۱۵</sup> است یا خیر. همانطور که در بالا ذکر شد، افرادی که دارای کمال‌گرایی سازش‌نا یافته و تنظیم شناختی هیجان غیرانطباقی هستند، نسبت به افرادی که این ویژگی‌ها را ندارند، بیشتر اضطراب اجتماعی را تجربه می‌کنند (حدادی و تمنایی فر، ۱۴۰۱؛ دیکسون و همکاران، ۲۰۲۰). بنابراین بررسی مکانیزم‌های میانجی در رابطه کمال‌گرایی سازش‌نا یافته و راهبردهای غیرانطباقی تنظیم شناختی هیجان با اضطراب اجتماعی اهمیت دارد. در این پژوهش به نشخوار فکری به عنوان متغیر میانجی در رابطه بین این متغیرها تمرکز شده است. بنابراین می‌توان گفت که نشخوار فکری به عنوان یک سبک فکری و تفکر مداوم، بسیار خوارجایی<sup>۱۶</sup>، بدبینانه<sup>۱۷</sup> و انتزاعی با هدف کم یا بدون هدف و جهت‌گیری تغییر تعریف می‌شود (تیسمن<sup>۱۸</sup> و همکاران، ۲۰۱۲).

علاوه بر این، نشخوار فکری به عنوان شکلی از افکار منفی تکرار شونده، مانند نگرانی، مفهوم‌سازی می‌شود. در ابتدا توسط نولن-هوکسما<sup>۱۹</sup> تحت عنوان «نشخوار فکری افسردگی<sup>۲۰</sup>» مورد بررسی قرار گرفت، به عنوان «رفتار و افکاری که توجه فرد را بر علائم و نشانگان افسردگی و پیامدهای این علائم متمرکز می‌کند» توصیف شد (نولن-هوکسما و مارو<sup>۲۱</sup>، ۱۹۹۱). افراد مبتلا به نشخوار فکری با تاکید بر عقاید منفی در مورد خود، تجارب شکست‌ها در گذشته و همچنین پیش‌بینی عملکرد ضعیف در آینده از موقعیت‌های اجتماعی اجتناب کرده که این امر منجر به تشدید و حفظ اضطراب اجتماعی در آنها می‌شود (حدادی و تمنایی فر، ۱۴۰۱). همچنین در تحقیقات نشان داده شده است که نشخوار فکری تأثیر مستقیم و معناداری بر روی اضطراب اجتماعی دارد (هاگن<sup>۲۲</sup> و همکاران، ۲۰۲۰؛ سنا<sup>۲۳</sup> و همکاران، ۲۰۲۰). خود این نشخوار فکری به عنوان یک متغیر میانجی، به طور غیرمستقیم بر روی اضطراب اجتماعی تأثیر بگذارد. به این صورت که گاهی ممکن است نشخوار فکری به خودی خود بر اضطراب اجتماعی تأثیر نگذارد، بلکه دل بستگی بیش از حد به محتوای تحت اللفظی افکار و اجتناب از تجارب ناخوشایند، بدتنظیمی هیجانی و کمال‌گرایی سازش‌نا یافته منجر به اضطراب اجتماعی می‌شود (چنگ<sup>۲۴</sup> و همکاران، ۲۰۲۲). یعنی نوجوانانی که تفکر تکراری جنبه‌های منفی خود یا موقعیت‌های ناراحت‌کننده (یعنی نشخوار فکری) را راهی برای درک بهتر تجربیات درونی خود و حل مشکلات خود می‌دانند،

این روابط کمال‌گرایی سازش‌نا یافته و اضطراب اجتماعی می‌توان گفت که با بالا رفتن کمال‌گرایی سازش‌نا یافته، ترس از ارزیابی منفی دیگران و ابتلا به اضطراب اجتماعی نیز افزایش می‌یابد (حدادی و تمنایی فر، ۱۴۰۱). از سوی دیگر، افراد کمال‌گرا در تایید مفاهیم کمال‌گرایانه به طور معناداری دچار سوگیری هستند که این سوءتعبیرها همبندی بسیار زیادی با سوءتعبیرهای منفی مانند آنچه که در اضطراب اتفاق می‌افتد، دارند. در واقع بسیاری از اشخاص افکار مزاحم و گرایش‌های کمال‌گرایانه را تجربه می‌کنند ولی آنچه که سبب می‌گردد این تجارب به عنوان عاملی اضطراب‌زا عمل نماید، تفسیر اشخاص از این افکار است (محمدی و روشن چسلی، ۱۴۰۰).

همچنین راهبردهای غیرانطباقی تنظیم شناختی هیجان<sup>۱</sup>، از دیگر عوامل موثر بر اضطراب اجتماعی است (دیکسون<sup>۲</sup> و همکاران، ۲۰۲۰؛ کوچی و همکاران، ۱۴۰۰؛ حدادی و تمنایی فر، ۱۴۰۱). راهبردهای تنظیم شناختی هیجان به صورت یک شیوه شناختی و هوشیارانه جهت مدیریت اطلاعاتی که موجب برانگیختگی هیجانی و عواطف در فرد تعریف می‌گردد (کاسینی<sup>۳</sup> و همکاران، ۲۰۲۱). این راهبردها به دو طبقه غیرانطباقی و انطباقی تقسیم بندی شده‌اند (کارواجال<sup>۴</sup> و همکاران، ۲۰۲۲). راهبردهای غیرانطباقی شامل سرزنش خود<sup>۵</sup>، سرزنش دیگران<sup>۶</sup>، نشخوارگری<sup>۷</sup> و فاجعه‌نمایی<sup>۸</sup> هستند (بته-گون<sup>۹</sup> و همکاران، ۲۰۲۲)، که این راهبردهای غیرانطباقی منجر به تجربه پریشانی روانشناختی و سایر آسیب‌های روانی مانند اضطراب در فرد می‌شود (ویتیکووسکا<sup>۱۰</sup> و همکاران، ۲۰۲۲). در تشریح رابطه راهبردهای غیرانطباقی تنظیم شناختی هیجان با اضطراب اجتماعی می‌توان گفت که انتخاب راهبردهای تنظیم هیجان در افراد مبتلا به اختلال اضطراب اجتماعی، محدود به راهبردهایی است که موجب تسکین آنی فرد در مقابل محرک ناخوشایند می‌شوند، ولی در نهایت به تداوم این اختلال در بلند مدت می‌انجامد (داروس<sup>۱۱</sup> و همکاران، ۲۰۱۹). به طوری که این ارتباط بین راهبردهای غیرانطباقی تنظیم شناختی هیجان با اضطراب اجتماعی به اثبات رسیده است (آکوس و پکر<sup>۱۲</sup>، ۲۰۲۲؛ مک برید<sup>۱۳</sup> و همکاران، ۲۰۲۲). به این صورت که هر مقدار افراد، از راهبردهای غیرانطباقی تنظیم شناختی هیجان مانند سرزنش خود، سرزنش دیگران، فاجعه‌نمایی و نشخوار فکری در مقابله با رویدادهای تنیدگی استفاده کند، فرد در چنین موقعیت‌های ترس از ارزیابی منفی توسط دیگران را نیز دارد و به همین جهت به خاطر ترس از ارزیابی منفی از سوی دیگران علائم اضطراب اجتماعی را تجربه می‌کند (حدادی تمنایی فر، ۱۴۰۱).

1. maladaptive strategies of cognitive emotion regulation
2. Dixon
3. Casini
4. Carvajal
5. self-blame
6. other blame
7. focus on thought/rumination
8. catastrophizing
9. Betegón
10. Wytykowska
11. Daros
12. Akkuş & Peker

13. McBride
14. Dixon
15. rumination
16. self-referential
17. pessimistic
18. Teismann
19. Nolen-Hoeksema
20. depressive rumination
21. Morrow
22. Hagen
23. Seah
24. Cheng

## روش

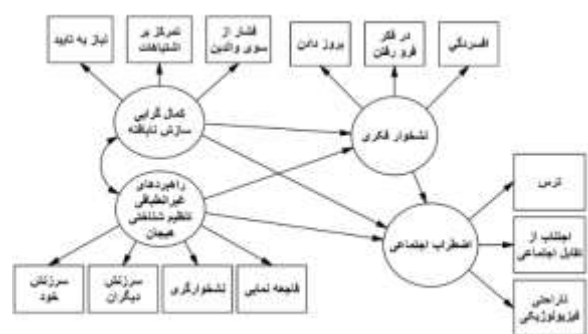
پژوهش حاضر از نوع توصیفی همبستگی است و در قالب مدل‌یابی معادلات ساختاری انجام شد. جامعه آماری این پژوهش شامل کلیه دانش‌آموزان دختر دوره متوسطه شهرستان کاشان در سال تحصیلی ۱۴۰۱-۱۴۰۰ بود. با وجود آنکه در مورد حجم نمونه لازم برای تحلیل عاملی و مدل‌یابی معادلات ساختاری توافق کلی وجود ندارد، اما به زعم بسیاری از پژوهشگران حداقل حجم نمونه لازم ۲۰۰ می‌باشد. کلاین<sup>۶</sup> (۲۰۱۵) نیز معتقد است برای هر متغیر ۲۰ نمونه لازم است، بنابراین، در پژوهش حاضر بر مبنای پیشنهاد کلاین و با احتساب احتمال ریزش برخی پاسخنامه‌ها حجم نمونه ۳۵۲ نفر انتخاب شد. بعد از بررسی داده‌های پرت، انتهایی و مخدوش تعداد ۱۰ پاسخنامه از تحلیل کنار گذاشته شد و تحلیل نهایی بر روی ۳۴۲ نفر انجام شد. روش نمونه‌گیری در این پژوهش از نوع خوشه‌ای تصادفی بود به این صورت که از میان مدارس دوره دوم متوسطه شهرستان کاشان ۴ مدرسه و از هر مدرسه ۴ کلاس به صورت تصادفی انتخاب شدند. رضایت آگاهانه برای پاسخگویی به عنوان ملاک ورود به پژوهش بود و نقص در پر کردن پاسخنامه از ملاک‌های خروج از پژوهش بود. پس از دادن آگاهی در مورد هدف پژوهش، نحوه اجرا، اصل رازداری، حق انتخاب برای همکاری و حق انصراف در حین پاسخ به سوالات، پرسشنامه‌ها بر روی دانش‌آموزان اجرا شد. همچنین توضیح هدف پژوهش، دادن اطمینان از اینکه پاسخنامه آنها به صورت گروهی تحلیل می‌شود از اصول اخلاقی رعایت شده پژوهش در این پژوهش بود. در سطح توصیفی جهت سنجش متغیرهای پژوهش از میانگین و انحراف معیار استفاده شد. در سطح استنباطی جهت بررسی روابط بین متغیرها از ضریب همبستگی پیرسون و مدل‌یابی معادلات ساختاری<sup>۵</sup> بود. نرم افزار تحلیل داده‌ها برنام‌ه SPSS و AMOS نسخه ۲۴ بود.

## ابزار پژوهش

سیاهه اضطراب اجتماعی<sup>۶</sup> (SPIN) کانر<sup>۷</sup> و همکاران (۲۰۰۰): این سیاهه شامل ۱۷ سوال است و سه خرده مقیاس ترس با سوالات ۱، ۳، ۵، ۱۰، ۱۴ و ۱۵؛ اجتناب از تقابل اجتماعی با سوالات ۴، ۶، ۸، ۹، ۱۱، ۱۲ و ۱۶؛ ناراحتی فیزیولوژیکی با سوالات ۲، ۷، ۱۳ و ۱۷ می‌باشد (کریچی<sup>۸</sup> و همکاران، ۲۰۲۲). هر سوال بر اساس طیف لیکرت ۰ تا ۴ نمره گذاری می‌شود، به این صورت که به هیچ وجه صفر نمره، کم ۱ نمره، تا اندازه‌ای ۲ نمره، زیاد ۳ نمره و خیلی زیاد ۴ نمره تعلق می‌گیرد. نقطه برش آن نمره ۱۹ و بیشتر از آن است (سینق و سامانتاری<sup>۹</sup>، ۲۰۲۲). سازندگان سیاهه پایایی آن را با روش بازآزمایی در گروه‌هایی با تشخیص اختلال اضطراب اجتماعی برابر با ۰/۷۸ تا ۰/۸۹ به دست آورده و ضریب آلفای کرونباخ ۰/۹۴ گزارش کرده‌اند (کانر و همکاران، ۲۰۰۰). در داخل ایران این سیاهه، ترجمه و هنجاریابی شده است و برای بررسی روایی از روایی همزمان استفاده و

ممکن است با افکار دشوار خود در هم آمیخته شده و ارتباط خود را با زمان حال از دست دهند. لحظه‌ای، که تمایل به استفاده از راهبردهای غیرانطباقی یا سازش نایافته را برای کنترل تجارب خصوصی نفرت انگیز القا می‌کند و درد و رنج و علائم اضطراب اجتماعی را تشدید می‌کند (چنگ و همکاران، ۲۰۲۲).

بنابراین بر اساس آنچه گفته شد و با توجه به افزایش شیوع اضطراب اجتماعی در دانش‌آموزان (مانوال پریو و همکاران، ۲۰۲۳)، لازم است فرآیندهای شخصیتی، هیجانی و روانشناختی مؤثر بر روی علائم اضطراب اجتماعی شناسایی شده تا راهکارهای درمانی مؤثرتری برای اختلالات روانپزشکی در مورد این اختلال به ویژه در دانش‌آموزان انجام شود. لذا در اهمیت و ضرورت انجام این پژوهش می‌توان گفت که اضطراب اجتماعی یک اختلال روانشناختی شایع است که به طور کلی در نوجوانان دانش‌آموز بروز می‌کند و در دختران بیشتر از پسران است (آشر و آدرکا، ۲۰۱۸). لذا اگر اختلال اضطراب اجتماعی مورد توجه تحقیقات قرار نگیرد و عوامل مؤثر بر آن شناسایی نشود و علائم آن در دانش‌آموزان درمان نشود می‌تواند حتی تا بزرگسالی ادامه پیدا کند (رادتکی<sup>۱</sup> و همکاران ۲۰۲۰). به طوری که در تحقیقات آمده است که در بیشتر مواقع دانش‌آموزان مبتلا به این اختلال، به افسردگی نیز مبتلا می‌شود (وانگ<sup>۲</sup> و همکاران، ۲۰۱۹) و می‌توان گفت که به طور قابل توجهی به دلیل نگرانی بیش از حد در مورد موقعیت‌های اجتماعی ناتوان کننده باشد که منجر به اجتناب و اختلال در عملکرد می‌شود (هونکه<sup>۳</sup> و همکاران، ۲۰۲۲) و باعث کاهش پیشرفت تحصیلی در دانش‌آموزان شود (مانوال پریو و همکاران، ۲۰۲۳). لذا انجام یک پژوهش در جهت شناخت عوامل مؤثر بر اضطراب اجتماعی دانش‌آموزان دارای اهمیت و ضرورت پژوهشی است. از این رو، با توجه به موارد گفته شده همان‌طور که در شکل ۱ مشخص است این پژوهش بر آن است که به این سوال پاسخ دهد که آیا نشخوار فکری در رابطه بین کمال‌گرایی سازش نایافته و راهبردهای غیرانطباقی تنظیم شناختی هیجان با اضطراب اجتماعی در دانش‌آموزان نقش میانجی دارد؟. شکل ۱ مدل پیشنهادی این پژوهش را در رابطه با مباحث مطرح شده نشان می‌دهد.



شکل ۱. مدل پیشنهادی و مفهومی پژوهش

6. Social Phobia Inventory (SPIN)
7. Connor
8. Kerriche
9. Singh & Samantaray

1. Radtke
2. Wang
3. Huneke
4. Kline
5. structural equation model (SEM)

نمره، مرتباً ۳ نمره، گاهی ۲ نمره و هرگز ۱ نمره تعلق می‌گیرد (چامیزو-نیتو<sup>۱۰</sup> و همکاران، ۲۰۲۰). در داخل ایران برای بررسی پایایی پرسشنامه از روش همسانی درونی استفاده شده است و ضریب آلفای کرونباخ برای راهبردهای غیرانطباقی ۰/۸۴ به دست آمده است (اعزازی بجنوردی و همکاران، ۱۳۹۹). در خارج از کشور ویژگی‌های روانسنجی پرسشنامه بررسی شده است که ضریب پایایی آلفای کرونباخ در دامنه ۰/۷۳ تا ۰/۸۱ به دست آمده است (روسا<sup>۱۱</sup> و همکاران، ۲۰۱۹)، ضریب بین ۰/۶۸ تا ۰/۸۶ (کرایچ و گرانسکی، ۲۰۱۹) و در یک پژوهش دیگر، در دامنه ۰/۸۴ تا ۰/۹۸ به دست آمده است (وانگ<sup>۱۲</sup> و همکاران، ۲۰۲۱). در پژوهش حاضر برای بررسی پایایی از آلفای کرونباخ استفاده شده است که ضریب آلفای کل سوالات ۰/۸۳ به دست آمده است.

**مقیاس پاسخ‌نشخوار فکری<sup>۱۳</sup> (RRS) نولن-هوکسما و مارو<sup>۱۴</sup> (۱۹۹۱):** این مقیاس شامل ۲۲ سوال است و سه خرده مقیاس بروز دادن<sup>۱۵</sup> با سوالات ۷، ۱۱، ۱۲، ۲۰، ۲۱؛ در فکر فرو رفتن<sup>۱۶</sup> با سوالات ۵، ۱۰، ۱۳، ۱۵ و ۱۶؛ افسردگی<sup>۱۷</sup> با سوالات ۱، ۲، ۳، ۴، ۶، ۸، ۹، ۱۴، ۱۷، ۱۸، ۱۹ و ۲۲ را اندازه‌گیری می‌کند (اسدی و همکاران، ۱۴۰۰). نمره‌گذاری آن در طیف لیکرت ۴ درجه‌ای است به این صورت که هرگز ۱ نمره، به ندرت ۲ نمره، گاهی ۳ نمره و همیشه ۴ نمره تعلق می‌گیرد. دامنه نمرات آن از ۲۲ تا ۸۸ متغیر است و نمرات بالاتر با نشخوار فکری بالاتر همراه است. این مقیاس برای اولین بار در ایران توسط یوسفی<sup>۱۳</sup> (۱۳۸۳)؛ به نقل از اسدی و همکاران، ۱۴۰۰ ترجمه و هنجاریابی شده است و روایی محتوایی آن تایید شده است و ضریب آلفای کرونباخ برای بررسی پایایی آن در دامنه ۰/۷۷ تا ۰/۹۰ محاسبه شده است. در سایر پژوهش‌ها برای بررسی پایایی آن از آلفای کرونباخ استفاده شده است که ضریب پاسخ‌های نشخواری ۰/۷۷ و پاسخ‌های منحرف کننده حواس ۰/۶۸ به دست آمده است (محمد خانی و همکاران، ۱۳۹۶) در خارج از کشور برای بررسی پایایی آن از آلفای کرونباخ استفاده شده است که ضریب در دامنه ۰/۷۸ تا ۰/۸۶ محاسبه و گزارش است (ایسما<sup>۱۸</sup> و همکاران، ۲۰۲۲). در پژوهش حاضر برای بررسی پایایی از آلفای کرونباخ استفاده شده است که ضریب آلفای کل سوالات ۰/۹۵ به دست آمده است.

### نتایج

تمامی افراد شرکت کننده در این پژوهش دانش‌آموزان دختر بودند که در دوره دوم متوسطه مشغول به تحصیل بودند. ۱۲۵ نفر (۳۶/۵۵ درصد) پایه دهم، ۱۵۰ نفر (۴۳/۸۶ درصد) پایه یازدهم و ۶۷ نفر (۱۹/۵۹ درصد) پایه دوازدهم بودند. میانگین سن افراد شرکت کننده ۱۵/۸۱ و انحراف معیار سن

همبستگی آن با چک لیست اختلالات روانی<sup>۱</sup> دراگوتیس<sup>۲</sup> و همکاران (۱۹۷۷) بررسی و ضریب ۰/۷۰ و معنادار در سطح ۰/۰۱ محاسبه شده است و برای بررسی پایایی ضرایب آلفای کرونباخ برای ترس ۰/۹۴، اجتناب ۰/۹۳، ناراحتی ۰/۹۴ و کل مقیاس ۰/۹۴ به دست آورده است و ضرایب بازآزمایی به فاصله زمانی ۲ هفته بررسی و ضرایب همبستگی برای کل مقیاس ۰/۹۶، ترس ۰/۹۵، ناراحتی فیزیولوژیکی ۰/۹۶ و اجتناب ۰/۹۴ به دست آمده است که نشان دهنده روایی و پایایی سیاهه اضطراب اجتماعی در جامعه ایرانی است (حسنوند عموزاده، ۱۳۹۴). در پژوهش‌های خارجی برای بررسی پایایی سیاهه از آلفای کرونباخ استفاده شده است که ضریب ۰/۹۰ (ناکی<sup>۳</sup> و همکاران، ۲۰۲۲) و در یک پژوهش دیگر ضریب ۰/۹۴ گزارش شده است (وبادجی و کومولالو<sup>۴</sup>، ۲۰۲۲). در پژوهش حاضر برای بررسی پایایی از آلفای کرونباخ استفاده شده است که ضریب آلفای کل سوالات ۰/۹۱ به دست آمده است.

**سیاهه کمال‌گرایی<sup>۵</sup> (PI) هیل<sup>۶</sup> و همکاران (۲۰۰۴):** این سیاهه شامل ۵۹ سوال دارد و در این پژوهش تنها از کمال‌گرایی سازش نایافته شامل نیاز به تایید با سوالات ۲، ۱۰، ۱۸، ۲۶، ۳۴، ۴۲، ۴۹ و ۵۹؛ تمرکز بر اشتباهات با سوالات ۶، ۱۴، ۲۲، ۳۰، ۳۸، ۴۶، ۵۳ و ۵۷؛ فشار از سوی والدین با سوالات ۷، ۱۵، ۲۳، ۳۹، ۴۷، ۵۴ و ۵۸ استفاده شده است. نمره‌گذاری آن در طیف لیکرت ۴ درجه‌ای انجام می‌شود به این صورت که کاملاً مخالفم ۱ نمره، تا حدی مخالفم ۲ نمره، نه موافق و نه مخالفم ۳ نمره، تا حدی موافقم ۴ نمره و کاملاً موافقم ۵ نمره تعلق می‌گیرد. در داخل ایران برای بررسی همسانی درونی سیاهه از آلفای کرونباخ استفاده شده است که ضرایب برای کمال-گرایی مثبت ۰/۸۴ و برای کمال‌گرایی منفی ۰/۷۷ به دست آمده است (حجازی و هاشمی، ۱۳۹۹). در یک پژوهش دیگر، ضریب آلفای کرونباخ ۰/۸۰ و روایی همگرا با کیفیت زندگی ضریب همبستگی ۰/۱۴ و معنادار در سطح ۰/۰۱ محاسبه شده است (خوانساری و همکاران، ۱۳۹۸). در خارج از کشور آلفای کرونباخ برای بررسی پایایی سیاهه از ضریب آلفای کرونباخ استفاده شده است که آلفای کرونباخ ۰/۷۰ به دست آمده است (هیل و دونچی<sup>۷</sup>، ۲۰۲۰). در پژوهش حاضر برای بررسی پایایی از آلفای کرونباخ استفاده شده است که ضریب آلفای کل سوالات ۰/۹۴ به دست آمده است.

**پرسشنامه تنظیم شناختی هیجانی<sup>۸</sup> (CERQ) گرانفسکی و کرایچ<sup>۱</sup> (۲۰۰۷):** این پرسشنامه شامل ۳۶ سوال و در این تنها از راهبردهای غیرانطباقی شامل سرزنش خود با سوالات ۱، ۱۰، ۱۹ و ۲۸؛ سرزنش دیگران با سوالات ۹، ۳۶، ۲۷ و ۱۸؛ نشخوارگری با سوالات ۳، ۱۲، ۲۱ و ۳۰؛ فاجعه‌نمایی با سوالات ۸، ۱۷، ۳۵ و ۲۶ استفاده شده است. روش نمره‌گذاری به صورت ۵ درجه‌ای لیکرت می‌باشد به این صورت که همیشه ۵ نمره، اغلب ۴

1. Symptom Check List- 90 (SCL-90)
2. Derogatis
3. Nakie
4. Obadeji & Kumolalo
5. Perfectionism Inventory (PI)
6. Hill
7. Donachie
8. Cognitive Emotion Regulation Questionnaire (CERQ)
9. Garnefski & Kraaij

10. Chamizo-Nieto
11. Rusu
12. Wang
13. Ruminative Response Scale (RRS)
14. Nolen-Hoeksema & Morrow
15. brooding
16. reflection
17. depression
18. Eisma

۱/۴۸۶ بود. میانگین معدل افراد شرکت کننده ۱۶/۱۸ و انحراف معیار سن افراد شرکت کننده ۱/۴۷۹ بود.

جدول ۱: تعداد، میانگین، انحراف معیار و نرمال بودن متغیرهای پژوهش

متغیرهای پژوهش	تعداد	میانگین	انحراف استاندارد	چولگی	کشیدگی
نرس	۳۳۲	۶/۱۷	۵/۱۸۰	۷۰۴۸	۷۳۱۶
اجتناب از تعلق اجتماعی	۳۳۲	۹/۱۲	۶/۴۹۳	-۱/۷۳۵	-۰/۳۶۱
تلاش غیرعقلانی	۳۳۲	۲/۶۱	۴/۰۶	-۱/۹۵	-۰/۲۷۳
نمره کل اضطراب اجتماعی	۳۳۲	۱۹/۸۹	۱۴/۳۷۶	-۱/۸۸۳	-۰/۷۶۴
نیاز به تایید	۳۳۲	۱۸/۰۳	۴/۳۳۴	-۱/۲۸۲	-۰/۲۷۷
تمرکز بر اشتباهات	۳۳۲	۲۱/۸۷	۵/۱۹۸	-۱/۰۲۹	-۰/۲۵۳
فشار از سوی والدین	۳۳۲	۱۹/۷۷	۴/۴۳۳	-۱/۱۶۸	-۰/۴۷۴
نمره کل کمال‌گرایی سازش ناپذیرانه	۳۳۲	۵۹/۶۷	۱۱/۹۶۴	-۱/۳۲۲	-۰/۶۴۴
سرنوشت خود	۳۳۲	۱۵/۲۰	۳/۵۵۴	-۰/۰۵۹	-۰/۲۹۰
سرنوشت دیگران	۳۳۲	۱۰/۷۳	۲/۴۶۶	-۱/۳۵۳	-۰/۷۷۲
تشوای‌گری	۳۳۲	۱۳/۰۹	۳/۵۵۵	-۱/۱۴۷	-۰/۱۹۶
توجه ناعادلانه	۳۳۲	۱۱/۵۰	۲/۶۶۲	-۱/۱۲۳	-۰/۲۵۴
نمره کل راهبردهای غیرتطبیقی تنظیم شناختی هیجان	۳۳۲	۳۷/۵۳	۱۱/۳۲۵	-۱/۰۱۹	-۰/۱۰۵
بروز دادن	۳۳۲	۱۱/۸۵	۲/۷۹۹	-۱/۲۶۲	-۰/۴۸۲
در فکر فرو رفتن	۳۳۲	۱۱/۹۳	۳/۸۶۴	-۱/۱۶۷	-۰/۷۲۸
لغزدگی	۳۳۲	۳۷/۸۲	۹/۷۷۷	-۱/۲۲۹	-۰/۷۳۰
نمره کل تشوای‌فکری	۳۳۲	۵۱/۶۰	۱۶/۰۲۳	-۱/۱۵۵	-۰/۴۸۱

جدول ۱- تعداد، میانگین و انحراف معیار و نرمال بودن متغیرهای پژوهش را نشان می‌دهد. تعداد آزمودنی‌ها ۳۴۲ نفر بودند. همچنین برای انجام معادلات ساختاری به شیوه پارامتریک، پیش فرض نرمال بودن داده‌ها و متغیرها لازم است. برای سنجش نرمال بودن تک متغیره داده‌ها از مقادیر «چولگی»<sup>۱</sup> و «کشیدگی»<sup>۲</sup> استفاده می‌شود که مقادیر آن باید در بازه ۲- تا ۲+ باشد که نشان دهنده نرمال بودن تک متغیره توزیع نمرات باشد (کلاین، ۲۰۱۶). برای بررسی استقلال خطاها از آزمون دوربین واتسون استفاده شد که نتایج نشان داد که آماره‌های دوربین واتسون بین ۱/۵ الی ۲/۵ است که نشان دهنده استقلال خطاها است. برای بررسی همخطی چندگانه از ضریب تحمل و تورم واریانس استفاده شد که نتایج نشان داد که هیچ کدام از مقادیر آماره تحمل کوچکتر از حد مجاز ۰/۱ و هیچ کدام از مقادیر عامل تورم واریانس بزرگتر از حد مجاز ۱۰ نمی‌باشند. از آنجایی که وجود همخطی چندگانه در متغیرهای پیش‌بین مشاهده نشد، می‌توان از آزمون‌های پارامتریک ضریب همبستگی پیرسون و مدل‌یابی معادلات ساختاری استفاده نمود. همچنین برای بررسی نرمال بودن چندمتغیره داده‌ها از ضریب کشیدگی استاندارد شده «مردیا»<sup>۳</sup> و نسبت بحرانی استفاده می‌شود که مقادیر به دست آمده برای ضریب مردیا و نسبت بحرانی باید کمتر از ۵ باشد نشان دهنده نرمال بودن چندمتغیره توزیع نمرات است (کلاین، ۲۰۱۶)، که نتایج در جدول ۱- آمده است که بر اساس نتایج مقدار چولگی و کشیدگی متغیرهای پژوهش در بازه (۲- تا ۲) قرار دارد. بنابراین، توزیع تمامی متغیرهای پژوهش نرمال است. مقدار «ضریب مردیا» ۲/۴۸۱ و مقدار نسبت بحرانی ۱/۰۵۱ به دست آمد که نشان دهنده برقراری فرض نرمال بودن چندمتغیره توزیع نمرات در این پژوهش است. در جدول ۲ ماتریس همبستگی متغیرهای پژوهش آمده است.

1. skewness
2. kurtosis



جدول ۲. ماتریس همبستگی بین متغیرهای پژوهش

متغیرهای پژوهش	۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸	۹	۱۰	۱۱	۱۲	۱۳
۱- ترس													
۲- اجتناب از تقابل اجتماعی	۰/۸۴۷**												
۳- ناراحتی فیزیولوژیکی	۰/۷۷۸**	۰/۶۸۷**											
۴- نیاز به تایید	۰/۴۷۴**	۰/۴۳۰**	۰/۳۳۳**										
۵- تمرکز بر اشتباهات	۰/۲۸۱**	۰/۲۶۴**	۰/۲۷۶**	۰/۵۰۵**									
۶- فشار از سوی والدین	۰/۵۱۵**	۰/۴۶۹**	۰/۴۰۴**	۰/۶۶۵**	۰/۵۵۰**								
۷- سرزنش خود	۰/۴۹۶**	۰/۱۴۶**	۰/۳۹۴**	۰/۳۷۶**	۰/۲۳۶**	۰/۴۴۹**							
۸- سرزنش دیگران	۰/۳۰۹**	۰/۲۷۱**	۰/۲۶۲**	۰/۳۷۳**	۰/۳۳۷**	۰/۳۳۷**	۰/۳۳۷**						
۹- نشخوارگری	۰/۴۱۸**	۰/۳۴۳**	۰/۳۴۳**	۰/۴۰۱**	۰/۲۷۳**	۰/۵۲۱**	۰/۶۸۳**	۰/۴۶۶**					
۱۰- فاجعه‌ناپی	۰/۴۰۷**	۰/۳۴۶**	۰/۳۵۰**	۰/۴۵۹**	۰/۳۹۳**	۰/۵۲۶**	۰/۵۷۹**	۰/۵۶۷**	۰/۶۰۵**				
۱۱- بروز دادن	۰/۴۳۳**	۰/۳۶۶**	۰/۳۹۳**	۰/۴۲۹**	۰/۳۲۹**	۰/۴۲۵**	۰/۴۱۳**	۰/۳۸۴**	۰/۵۴۸**	۰/۴۸۱**			
۱۲- در فکر فرو رفتن	۰/۴۴۴**	۰/۳۷۹**	۰/۳۸۴**	۰/۴۲۸**	۰/۳۲۷**	۰/۴۳۳**	۰/۴۴۵**	۰/۳۸۶**	۰/۵۴۲**	۰/۴۶۲**	۰/۸۵۶**		
۱۳- افسردگی	۰/۴۲۴**	۰/۴۲۴**	۰/۴۰۵**	۰/۳۹۸**	۰/۳۲۰**	۰/۴۶۲**	۰/۴۲۳**	۰/۳۹۸**	۰/۵۶۱**	۰/۵۳۷**	۰/۸۳۴**	۰/۸۰۴**	۱

\*\* معنادار در سطح ۰/۰۱

جدول ۴. نتایج بوت استروپ کمال‌گرایی و تنظیم هیجان با میانجی‌گری نشخوار فکری بر اضطراب اجتماعی

مسیرهای غیرمستقیم	سطح اطمینان ۰/۹۵		معنادار
	حد بالا	حد پایین	
کمال‌گرایی سازش نیافته -> نشخوار فکری -> اضطراب اجتماعی	۰/۰۰۳	۰/۰۶۸	۰/۰۱۲
تنظیم شناختی هیجان غیرانطباقی -> نشخوار فکری -> اضطراب اجتماعی	۰/۰۲۳	۰/۱۸۴	۰/۰۲۰

یک فرض زیربنایی الگوی پیشنهادی پژوهش حاضر وجود مسیر غیرمستقیم است. زمانی که تعداد نمونه چندان زیاد نباشد، بوت استروپ قدرتمندترین و منطقی‌ترین روش برای دستیابی به اثرات غیرمستقیم را فراهم می‌آورد. سطح اطمینان ۰/۹۵ و تعداد نمونه‌گیری مجدد بوت استروپ، ۱۰۰۰ است. برای تعیین معنی‌داری کمال‌گرایی سازش نیافته و تنظیم شناختی هیجان غیرانطباقی بر اضطراب اجتماعی از طریق نقش میانجی نشخوار فکری از روش بوت استروپ در برنامه ماکرو آزمون پریچر و هیز (۲۰۰۴) استفاده شد. بر اساس جدول ۴- نتایج بوت استروپ آمده است. در این روش چنانچه حد بالا و پایین این آزمون هر دو مثبت یا هر دو منفی باشند و صفر مابین این دو حد قرار نگیرد در آن صورت مسیر علی غیرمستقیم معنی‌دار خواهد بود. مطابق نتایج جدول ۴- این قاعده در مورد کمال‌گرایی سازش نیافته و تنظیم شناختی هیجان غیرانطباقی بر اضطراب اجتماعی

جدول ۲- ماتریس همبستگی بین متغیرهای پژوهش را نشان می‌دهد. بین کمال‌گرایی سازش نیافته، راهبردهای غیرانطباقی تنظیم شناختی هیجان و نشخوار فکری با اضطراب اجتماعی رابطه مثبت و معناداری وجود دارد. در ادامه در جدول ۳- ضرایب مستقیم مدل پژوهش گزارش شده است.

جدول ۳. ضرایب استاندارد و مستقیم در مدل پژوهش

مسیرهای مستقیم	Beta	S.E	C.R.	معناداری
کمال‌گرایی سازش نیافته -> اضطراب اجتماعی	۰/۳۷۱	۰/۱۲۰	۴/۶۹۱	۰/۰۰۱
تنظیم شناختی هیجان غیرانطباقی -> اضطراب اجتماعی	۰/۱۸۶	۰/۱۶۲	۲/۰۲۴	۰/۰۴۳
نشخوار فکری -> اضطراب اجتماعی	۰/۱۶۳	۰/۰۹۹	۲/۳۵۲	۰/۰۱۹

همان‌طور که در جدول ۳- مشاهده می‌شود ضریب استاندارد و مستقیم کمال‌گرایی سازش نیافته ( $\beta=0/371$  و  $sig=0/001$ )، تنظیم شناختی هیجان غیرانطباقی ( $\beta=0/186$  و  $sig=0/043$ ) و نشخوار فکری ( $\beta=0/163$  و  $sig=0/019$ ) بر اضطراب اجتماعی اثر مستقیم و معنادار دارد. در ادامه جهت بررسی رابطه غیرمستقیم مدل پیشنهادی از روش بوت استروپ در دستور کامپیوتری پریچر و هیز (۲۰۰۴) استفاده شده است. نتایج روش بوت استروپ برای بررسی مسیرهای میانجی یا غیرمستقیم در جدول ۴- ارائه شده است.

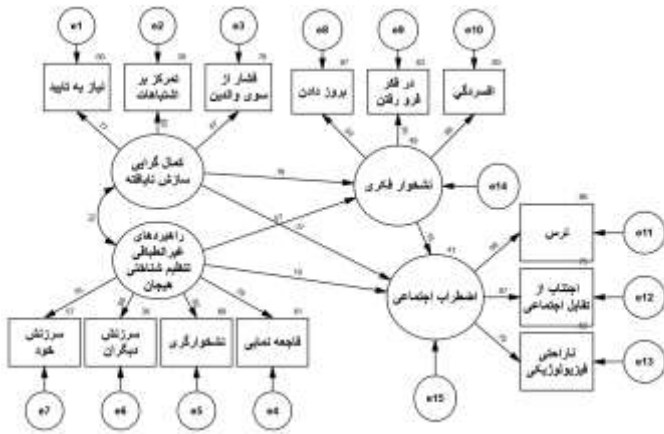
با نقش میانجی نشخوار فکری صدق می‌کند. در جدول ۵- شاخص‌های برازندگی مدل پژوهش آمده است.

جدول ۵. شاخص‌های برازندگی مدل پیشنهادی پژوهش

نوع شاخص	شاخص‌ها	مقدار به دست آمده	مقدار قابل قبول
- شاخص‌های مطلق	کای اسکور هنجار شده (CMIN)	۱۵۷/۷۵۶	-
	درجه آزادی	۵۹	-
	CMIN/DF	۲/۶۷۴	کمتر از ۳
	سطح معناداری	۰/۰۰۱	-
- شاخص‌های نسبی	خطای ریشه‌ی مجذور میانگین تقریب (RMSEA)	۰/۰۷۰	کمتر از ۰/۰۸
	شاخص تقریب برازندگی (PCLOSE)	۰/۰۰۱	-
	شاخص برازش مقایسه‌ای (CFI)	۰/۹۶۸	بیشتر از ۰/۹۰
	شاخص نیکویی برازش تعدیل شده یا انطباقی (AGFI)	۰/۹۹۸	بیشتر از ۰/۹۰
	شاخص برازش مقتصد (PCFI)	۰/۷۳۲	بیشتر از ۰/۶۰
	شاخص برازش هنجار شده مقتصد (PNFI)	۰/۷۱۸	بیشتر از ۰/۶۰
	شاخص برازندگی افزایشی (IFI)	۰/۹۶۸	بیشتر از ۰/۹۰
	شاخص نیکویی برازش (GFI)	۰/۹۳۴	بیشتر از ۰/۹۰
	شاخص برازش هنجار شده (NFI)	۰/۹۴۹	بیشتر از ۰/۹۰

جهت آزمودن مدل مورد نظر در پژوهش حاضر، روش الگویایی معادلات ساختاری (SEM) اعمال گردیده است. برای بررسی برازندگی مدل از شاخص‌های آمده شده در جدول ۵- استفاده شده است. همچنین اگر شاخص برازش هنجار شده (NFI)، برازش هنجار نشده (NNFI)، برازش مقایسه‌ای (CFI)، برازندگی افزایشی (IFI)، نیکویی برازش (GFI) و نیکویی برازش تعدیل شده (AGFI) بزرگتر از ۰/۹۰ و برای برازش مقتصد (PCFI)، برازش هنجار شده مقتصد (PNFI) بالای ۰/۶۰ باشد و بر برازش مناسب و مطلوب مدل دلالت دارند. بر اساس نتایج مدل نهایی پژوهش همانگونه که مشاهده می‌شود این شاخص‌ها همگی مطلوب هستند. همچنین اگر مقدار به دست آمده از شاخص خطای ریشه‌ی مجذور میانگین تقریب (RMSEA) کمتر از ۰/۰۸ باشد نشان دهنده برازش مدل است (شرمله انگل<sup>۱</sup> و

همکاران، ۲۰۰۳)، که در این پژوهش مقدار معناداری برای شاخص تقریب برازندگی (PCLOSE) ۰/۰۰۱ و شاخص RMSEA برابر ۰/۰۷۰ می‌باشد که بر اساس مدل کلاین<sup>۲</sup> (۲۰۱۶) نشان دهنده برازش مدل است. در نمودار ۱- مدل پیشنهادی و برازش شده پژوهش آمده است.



شکل ۲. مدل نهایی پژوهش

نمودار ۱. مدل ساختاری و نهایی پژوهش را نشان می‌دهد. مجموع مجذور همبستگی‌های چندگانه ( $R^2$ ) یا واریانس تبیین شده برای اضطراب اجتماعی بر اساس کمال‌گرایی سازش نایافته و تنظیم شناختی هیجان غیرانطباقی با نقش میانجی نشخوار فکری برابر با ۰/۴۱ به بدست آمد، این موضوع بیانگر آن است که کمال‌گرایی سازش نایافته و تنظیم شناختی هیجان غیرانطباقی با میانجی نشخوار فکری در مجموع ۴۱ درصد از واریانس اضطراب اجتماعی را تبیین می‌کنند.

### بحث و نتیجه‌گیری

هدف از پژوهش حاضر بررسی مدل ساختاری اضطراب اجتماعی بر اساس کمال‌گرایی سازش نایافته و راهبردهای غیرانطباقی تنظیم شناختی هیجان با نقش میانجی نشخوار فکری بود. یافته‌های پژوهش نشان داد که کمال‌گرایی سازش نایافته و راهبردهای غیرانطباقی تنظیم شناختی هیجان هم به صورت مستقیم و هم به صورت غیرمستقیم از طریق نقش میانجی نشخوار فکری توانایی پیش‌بینی اضطراب اجتماعی دانش‌آموزان را دارند. مدل نهایی پژوهش از برازش مطلوبی برخوردار بود و ۴۱ درصد اضطراب اجتماعی به وسیله کمال‌گرایی سازش نایافته و راهبردهای غیرانطباقی تنظیم شناختی هیجان با نقش میانجی نشخوار فکری تبیین می‌شود. این نتیجه به دست آمده با نتایج تحقیقات

حدادی و تمنایی‌فر (۱۴۰۱)، دیکسون و همکاران (۲۰۲۰) و وانگ و همکاران (۲۰۲۲) همسویی دارد. در تبیین نقش میانجی نشخوار فکری در رابطه بین کمال‌گرایی سازش‌نا یافته با اضطراب اجتماعی می‌توان گفت که مدل جامع نگهداری روانشناختی اختلال اضطراب اجتماعی هافمن (۲۰۰۷) نشان داده است که بیش از حد برآورد کردن معیارهای اجتماعی و دست کم گرفتن توانایی آنها برای برآورده کردن معیارهای اجتماعی دو عامل مهمی هستند که منجر به اضطراب اجتماعی فردی می‌شوند. با این حال، معیارهای بالا و خودارزیابی منفی دو ویژگی کمال‌گرایی هستند. علاوه بر این، هویت<sup>۲</sup> و همکاران (۲۰۰۳) گزارش کرده‌اند که کمال‌گرایان احتمالاً نیاز به کامل بودن در روابط بین فردی دارند، یعنی به دنبال این هستند که تأیید دیگران را به دست آورند و فردی کامل تلقی شوند. اگر فرد در مهارت‌های بین فردی خیلی خوب نباشد یا به توانایی خود برای عملکرد عالی اعتماد نداشته باشد، احتمالاً منجر به اضطراب اجتماعی در وی می‌شود. از سوی دیگر می‌توان گفت درجه بالاتر کمال‌گرایی سازش‌نا یافته نشان می‌دهد که فرد نشخواری فکری بیشتری را از خود بروز می‌دهد و احتمال افزایش اضطراب اجتماعی وجود دارد. به عبارتی می‌توان گفت که نشخوار فکری بالا در دانش‌آموزان که باعث می‌شود آنها در مورد وقایع منفی خود بیشتر به واکاوی و تمرکز بپردازند و در ذهن خود این رویدادهای منفی را تکرار می‌کنند که این روند به تدریج باعث می‌شود آنها در مورد توانمندی‌های خود دچار خودکم‌بینی و عزت‌نفس پایین شده و این باعث می‌شود آنها از حضور در جمع و اجتماع دچار مشکل شوند و به نوعی اضطراب اجتماعی در آنها به تدریج بیشتر شود. بنابراین نشخوار فکری عامل کلیدی در رابطه بین کمال‌گرایی سازش‌نا یافته و اضطراب اجتماعی است. کمال‌گرایان سازش‌نا یافته هنگام تعامل با محیط اجتماعی نشخوار فکری بیشتری را بروز می‌دهند، زیرا معیارهای بسیار بالایی را تعیین می‌کنند. مطابق با "مدل آسیب‌پذیری عمومی" کمال‌گرایی ارائه شده توسط دانکلی<sup>۳</sup> و همکاران (۲۰۱۴)، افراد دارای سطوح بالای کمال‌گرایی سازش‌نا یافته به ویژه در برابر پریشانی عاطفی آسیب‌پذیر هستند (اینز<sup>۴</sup> و همکاران، ۲۰۰۵). بنابراین نشخوار فکری متغیر مهمی است که کمال‌گرایی سازش‌نا یافته و اضطراب اجتماعی را در فرآیندهای اجتماعی پیوند می‌دهد. لذا منطقی است که نشخوار فکری بتواند در در رابطه بین کمال‌گرایی سازش‌نا یافته با اضطراب اجتماعی در دانش‌آموزان نقش میانجی ایفا کند.

در تبیین نقش میانجی نشخوار فکری در رابطه بین راهبردهای غیرانطباقی تنظیم شناختی هیجان با اضطراب اجتماعی می‌توان گفت که افراد می‌توانند با تنظیم و مدیریت هیجان‌های خود، هیجان‌های مثبت و تسهیل‌کننده را راه‌اندازی کنند و حتی تحت شرایط استرس‌زا، به شیوه مطلوبی تصمیم‌گیری کنند یا توجه خود را هدایت کنند. نگرانی و برانگیختگی هیجانی به عنوان عوامل اضطراب اجتماعی از عواملی هستند که به شدت بر عملکرد افراد در موقعیت‌های اجتماعی تأثیر می‌گذارند. این تأثیرات از دو جنبه قابل بررسی است، نخست اینکه تغییرات هیجانی به واسطه اثراتی که بر عملکردهای ذهنی دارند، اختلالاتی را در کارکرد ذهنی ایجاد می‌کنند که ممکن است به عدم تمرکز و توجه، فراموشی مطالب آموخته شده یا تداخل مطالب با یکدیگر منجر شوند. چنین فرایندی، اضطراب اجتماعی دانش‌آموز را بیشتر خواهد کرد. دوم اینکه تفسیری که افراد از چنین برانگیختگی‌هایی دارند نیز بر عملکرد و میزان هیجان‌ات آنها اثر می‌گذارد. اگر دانش‌آموزی از برانگیختگی هیجانی خود ارزیابی منفی بالایی داشته باشد و آن را بازدارنده و مخرب بداند اضطراب بیشتری را در اجتماع تجربه خواهد کرد. به عبارتی دیگر، استفاده از فرآیندهای شناختی یکی از متداول‌ترین راهبردهای تنظیم هیجان‌ات است. تنظیم شناختی هیجان شامل پاسخ-های شناختی به رویدادهای فراخوانی شده به وسیله هیجان‌ها است که به طور هشیار یا ناهشیار سعی در تعدیل شدت یا نوع تجربه هیجانی یا خود رویداد مربوطه دارد. در این میان، افراد دارای نشخوار فکری بیشتر از راهبردهای غیرانطباقی تنظیم هیجان استفاده می‌کنند و این راهبردها مانند سرزنش خود و سرزنش دیگران در افراد دارای نشخوار فکری میزان بیشتری دارد. حال اگر دانش‌آموزان بتوانند بر این راهبردهای غیرانطباقی خود نظارت داشته باشند و آنها را مثبت‌تر ارزیابی کنند و کمتر نشخوار فکری داشته باشند اضطراب اجتماعی را به میزان کمتری خواهند داشت. چرا که نشخوار فکری به ویژه نشخوار فکری مشترک به گفتگوی مفرط دو نفره در خصوص مشکلات شخصی اشاره دارد (تنهای رشوانلو و همکاران، ۱۴۰۰) و تمرکز آن بر احساسات منفی است (دیویدسون<sup>۵</sup> و همکاران، ۲۰۱۴)، می‌تواند افراد را در موقعیت‌های اجتماعی مضطرب سازد که تحت قضاوت و ارزیابی منفی دیگران قرار دارند که همین امر منجر به تجربه اضطراب اجتماعی بیشتر در افراد می‌شود. لذا منطقی است که نشخوار فکری بتواند در در رابطه بین راهبردهای غیرانطباقی تنظیم شناختی هیجان با اضطراب اجتماعی در دانش‌آموزان نقش میانجی ایفا کند.

4. Enns  
5. Davidson

1. Hofmann  
2. Hewitt  
3. Dunkley

## منابع

- اسدی، پروانه؛ فرهادی، هادی؛ و گلپور، محسن. (۱۴۰۰). اثربخشی بسته توانمندسازی روان‌شناختی بر نشخوار فکری والدین دارای فرزند مبتلا به سرطان. *نشریه توانمندسازی کودکان استثنایی*، ۱۳(۱)، ۹۴-۸۴.
- عزازی بجنوردی، المیرا؛ قدم‌پور، سمانه؛ مرادی شکیب، آمنه؛ و غضبان‌زاده، رضیه. (۱۳۹۹). پیش‌بینی اضطراب کرونا بر اساس راهبردهای تنظیم شناختی هیجان، سرسختی سلامت و اضطراب مرگ در بیماران دیابتی. *نشریه روان‌پرستاری*، ۱(۲)، ۴۴-۳۴.
- تنهای رشوانلو، فرهاد؛ ترکمنی، مرضیه؛ میرشاهی، سارا؛ حاجی بکلو، نفیسه؛ و کارشکی، حسین. (۱۴۰۰). اعتباریابی و پایایی سنجی نسخه فارسی پرسشنامه نشخوار فکری مشترک. *نشریه روان‌شناسی بالینی*، ۱۳(۱)، ۸۷-۷۹.
- جانجانی، بهاره؛ جدیدی، سما؛ وحیدی‌فرد، محبوبه؛ تاجی‌پور، آمنه؛ و مومخلیلی، مرجان. (۱۳۹۹). تأثیر آموزش ابراز وجود بر احساس تنهایی و اضطراب اجتماعی دانش‌آموزان دختر با اختلال فوبی تلفن همراه. *مطالعات روان‌شناختی*، ۱۶(۱)، ۱۰۶-۹۱.
- حجازی، اسد؛ و هاشمی، سعداله. (۱۳۹۹). خستگی عاطفی بر اساس ابعاد کمال‌گرایی و هیجان‌نا معلمان. *نشریه پژوهش در نظام‌های آموزشی*، ۱۴(۴۸)، ۱۶۰-۱۴۵.
- حدادی، ستاره؛ و تمنای‌فر، محمدرضا. (۱۴۰۱). مقایسه کمال‌گرایی سازش‌نا یافته، راهبردهای غیر انطباقی تنظیم شناختی هیجان و نشخوار فکری در نوجوانان با اضطراب اجتماعی بالا و پایین. *نشریه پژوهش‌های روان‌شناسی اجتماعی*، ۱۲(۴۵)، ۲۶-۱.
- حسنوند عموزاده، مهدی. (۱۳۹۴). هنجاریابی سیاهه اضطراب اجتماعی در نمونه غیربالینی ایرانی اجتماعی. *مجله پزشکی ارومیه*، ۲۶(۱)، ۳۰-۱۷.
- خرم‌نیا، صمد؛ فروغی، علی‌اکبر؛ گودرزی، گل‌فام؛ بهاری بادی، مهرداد؛ و طاهری، امیرعباس. (۱۳۹۹). بررسی نقش شفقت به خود و نشخوار فکری در پیش‌بینی افسردگی مزمن. *مجله روانشناسی و روان‌پزشکی شناخت*، ۷(۵)، ۲۹-۱۵.
- خونساری، زهرا؛ مکاریانپور، الهه؛ و دهقانی، عاطفه. (۱۳۹۸). بررسی رابطه کمال‌گرایی و کیفیت زندگی در بین دانشجویان دانشگاه علمی کاربردی فرهنگ و هنر شماره یک اصفهان. *مجله مدیریت فراگیر*، ۱(۱)، ۱۶-۱۱.
- شمالی شهرضا، مرضیه؛ ابراهیم‌پور، مجید؛ و بالیده، مهدی. (۱۳۹۹). شیوع‌شناسی اضطراب اجتماعی در دانش‌آموزان مقطع متوسطه اول شهر اصفهان. *فصلنامه روانشناسی تحلیلی شناختی*، ۱۱(۴۰)، ۵۷-۴۷.
- کوچی، صدیقه؛ مامی، شهرام؛ و احمدی، وحید. (۱۴۰۰). نقش واسطه‌ای راهبردهای تنظیم شناختی هیجان و خودکارآمدی اجتماعی در رابطه بین طرحواره‌های ناسازگار اولیه و اضطراب اجتماعی در دختران نوجوان. *فصلنامه علمی پژوهشی علوم روانشناختی*، ۲۰(۱۰۲)، ۹۵۳-۹۶۶.
- محمدخانی، شهرام؛ بهاری، علی؛ و اکبریان فیروز آبادی، مهسا. (۱۳۹۶). سبک‌های دلبستگی و نشانه‌های افسردگی: نقش واسطه‌ای نشخوار فکری. *مجله روان‌پزشکی و روانشناسی بالینی ایران*، ۲۳(۳)، ۳۳۵-۳۲۰.
- محمدی، علیرضا؛ و روشن چلسی، رسول. (۱۴۰۰). روابط ساختاری نشانه‌های اضطراب اجتماعی با کمال‌گرایی در دانشجویان: نقش واسطه‌ای ذهن‌آگاهی. *نشریه روانشناسی بالینی و شخصیت*، ۱۹(۱)، ۱۱۹-۱۰۹.
- علیرغم نقاط قوت این مطالعه، مانند بررسی فرآیندهای میانجی و جهت‌گیری اثرات مستقیم و غیرمستقیم، نتایج این مطالعه باید با در نظر گرفتن برخی محدودیت‌ها تفسیر شود. اول، مطالعه حاضر از مقیاس‌ها و پرسشنامه‌های خودگزارشی استفاده کرد. از نظر نوع مدرسه، دانش‌آموزان، شرایط اجتماعی-اقتصادی آنان و محیط‌های اجتماعی/فرهنگی، بخش قابل‌تعمیمی از دانش‌آموزان نیستند که مطالعه در آن انجام شده است که این محدودیت خارج از اختیار پژوهشگر بوده است. مطالعات آتی باید ویژگی‌های جمعیت‌شناختی بیشتری از دانش‌آموزان مانند شرایط خانوادگی، موقعیت جغرافیایی و وضعیت اجتماعی-اقتصادی خانواده را مشخص کنند تا بتوانند تعیین کنند که چگونه می‌تواند بر نتایج اینگونه مطالعات تأثیر بگذارد. این مطالعه همچنین شامل یک نمونه جامعه از دانش‌آموزان بود. شاید جالب باشد که ببینیم آیا یافته‌ها در نمونه‌های غیر دانش‌آموزی تکرار می‌شوند یا خیر. مطالعه حاضر فقط نشخوار فکری را به عنوان یک مکانیسم میانجی در رابطه بین کمال‌گرایی سازش‌نا یافته و تنظیم شناختی هیجان غیرانطباقی با اضطراب اجتماعی بررسی کرد. با این حال، برخی متغیرهای میانجی دیگر مانند نشخوار فکری مشترک، افسردگی، اضطراب و غیره را نیز می‌توان در نظر گرفت. پیشنهاد می‌شود این مطالعه بر روی دانش‌آموزان دیگر شهرها هم انجام شود. چرا که اضطراب اجتماعی فارغ از مسائل فرهنگی و تفاوت‌های قومیتی و نژادی می‌تواند در تمامی فرهنگ‌ها وجود داشته باشد و شناسایی عوامل موثر بر این اختلال روانشناختی اهمیت دارد. به روانشناسان و مشاوران بالینی پیشنهاد می‌شود که در درمان مشکلات روانشناختی همچون اضطراب اجتماعی در نوجوانان به نقش کمال‌گرایی سازش‌نا یافته و راهبردهای غیرانطباقی تنظیم شناختی هیجان توجه کنند. چرا که غلبه کمال‌گرایی و تنظیم هیجان سازش‌نا یافته قابل آموزش است. بر این اساس روانشناسان و درمانگرانی که در زمینه اضطراب اجتماعی فعالیت می‌کنند در مراکز مشاوره و خدمات روانشناختی با در نظر کارگاه‌های آموزشی مبتنی بر غلبه بر کمال‌گرایی و آموزش تنظیم هیجان در مدارس زیر نظر سازمان آموزش و پرورش به بهبود مشکلات روانشناختی نوجوانان همچون اضطراب اجتماعی آنان کمک کنند.

- Akkuş, K., & Peker, M. (2022). Exploring the relationship between interpersonal emotion regulation and social anxiety symptoms: the mediating role of negative mood regulation expectancies. *Cognitive Therapy and Research, 46*(2), 287-301.
- Al-Johani, W. M., AlShamlan, N. A., AlAmer, N. A., Shawkhan, R. A., Almayyad, A. H., Alghamdi, L. M., ... & AlOmar, R. S. (2022). Social anxiety disorder and its associated factors: a cross-sectional study among medical students, Saudi Arabia. *BMC psychiatry, 22*(1), 1-8.
- American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders (5<sup>th</sup>ed.)*. Washington, DC: American Psychiatric Press
- Asher, M., & Aderka, I. M. (2018). Gender differences in social anxiety disorder. *Journal of Clinical Psychology, 74*(10), 1730-1741.
- Betegón, E., Rodríguez-Medina, J., Del-Valle, M., & Iruña, M. J. (2022). Emotion Regulation in Adolescents: Evidence of the Validity and Factor Structure of the Cognitive Emotion Regulation Questionnaire (CERQ). *International Journal of Environmental Research and Public Health, 19*(6), 1-10.
- Carvajal, B. P., Molina-Martínez, M. Á., Fernández-Fernández, V., Paniagua-Granados, T., Lasa-Aristu, A., & Luque-Reca, O. (2022). Psychometric properties of the Cognitive Emotion Regulation Questionnaire (CERQ) in Spanish older adults. *Aging & Mental Health, 26*(2), 413-422.
- Casini, E., Glemser, C., Premoli, M., Preti, E., & Richetin, J. (2021). The mediating role of emotion regulation strategies on the association between rejection sensitivity, aggression, withdrawal, and prosociality. *Emotion, 1* (1), 1-10.
- Chamizo-Nieto, M. T., Rey, L., & Sánchez-Álvarez, N. (2020). Validation of the Spanish version of the Cognitive Emotion Regulation Questionnaire in adolescents. *Psicothema, 32*(1), 153-159.
- Cheng, Q., Shi, C., Yan, C., Ren, Z., Chan, S. H. W., Xiong, S., ... & Zheng, H. (2022). Sequential multiple mediation of cognitive fusion and experiential avoidance in the relationship between rumination and social anxiety among Chinese adolescents. *Anxiety, Stress, & Coping, 35*(3), 354-364.
- Hagen, A. E., Battista, S. R., Couture, M. E., Pencer, A. H., & Stewart, S. H. (2020). The effects of alcohol and depressive symptoms on positive and negative post-event rumination in social anxiety. *Cognitive Therapy and Research, 44*, 801-810.
- Čolić, J., Bassett, T. R., Latysheva, A., Imboden, C., Bader, K., Hatzinger, M., ... & Hoyer, J. (2022). Predictors of Embarrassment in Daily Social Interactions in Social Phobia, Major Depression and Healthy Controls. *Journal of Social and Clinical Psychology, 41*(2), 105-127.
- Connor, K.M., Davidson, J.R., Churchill, L.E., Sherwood, A., Foa, E., & Weisler, R.H. (2000). Psychometric properties of the Social Phobia Inventory (SPIN). *Br J Psychiatry, 176*(4), 379-86.
- Curran, T., & Hill, A. P. (2019). Perfectionism is increasing over time: A meta-analysis of birth cohort differences from 1989 to 2016. *Psychological Bulletin, 145*(4), 1-72.
- Curran, T., & Hill, A. P. (2019). Perfectionism is increasing over time: A meta-analysis of birth cohort differences from 1989 to 2016. *Psychological bulletin, 145*(4), 410-421.
- Daros, A. R., Daniel, K. E., Meyer, M. J., Chow, P. I., Barnes, L. E., & Teachman, B. A. (2019). Impact of social anxiety and social context on college students' emotion regulation strategy use: An experience sampling study. *Motivation and emotion, 43*(1), 844-855.
- Davidson, C. L., Grant, D. M., Byrd-Craven, J., Mills, A. C., Judah, M. R., & Lechner, W. V. (2014). Psychometric properties of the co-rumination questionnaire. *Personality and Individual Differences, 70*(2), 171-175.
- Derogatis, L. R., Lipman, R. S., & Covi, L. (1977). *SCL-90. Administration, scoring and procedures manual-I for the R (revised) version and other instruments of the Psychopathology Rating Scales Series*. Chicago: Johns Hopkins University School of Medicine.
- Dixon, M. L., Moodie, C. A., Goldin, P. R., Farb, N., Heimberg, R. G., & Gross, J. J. (2020). Emotion regulation in social anxiety disorder: reappraisal and acceptance of negative self-beliefs. *Biological Psychiatry: Cognitive Neuroscience and Neuroimaging, 5*(1), 119-129.
- Dobos, B., Piko, B. F., & Kenny, D. T. (2019). Music performance anxiety and its relationship with social phobia and dimensions of perfectionism. *Research Studies in Music Education, 41*(3), 310-326.
- Dunkley, D. M., Mandel, T., & Ma, D. (2014). Perfectionism, neuroticism, and daily stress reactivity and coping effectiveness 6 months and 3 years later. *Journal of Counseling Psychology, 61*(4), 616-716.
- Eisma, M. C., Buyukcan-Tetik, A., & Boelen, P. A. (2022). Reciprocal Relations of Worry, Rumination, and Psychopathology Symptoms after Loss: A Prospective Cohort Study. *Behavior Therapy, 1*(2), 1-10.
- Enns, M. W., Cox, B. J., & Clara, I. P. (2005). Perfectionism and neuroticism: A longitudinal study of specific vulnerability and diathesis-stress models. *Cognitive Therapy and Research, 29*, 463-478.
- Garnefski, N., & Kraaij, V. (2007). The cognitive emotion regulation questionnaire. *European journal of psychological assessment, 23*(3), 141-149.
- Garnefski, N., Koopman, H., Kraaij, V., & ten Cate, R. (2009). Brief report: Cognitive emotion regulation strategies and psychological adjustment in adolescents with a chronic disease. *Journal of adolescence, 32*(2), 449-454.
- Haynos, A. F., Utzinger, L. M., Lavender, J. M., Crosby, R. D., Cao, L., Peterson, C. B., ... & Goldschmidt, A. B. (2018). Subtypes of adaptive and maladaptive perfectionism in anorexia nervosa: Associations with eating disorder and affective symptoms. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment, 40*(1), 691-700.
- Hewitt, P. L., Flett, G. L., Sherry, S. B., Habke, M., Parkin, M., Lam, R. W., & Stein, M. B. (2003). The interpersonal expression of perfection: perfectionistic self-presentation and psychological distress. *Journal of personality and social psychology, 84*(6), 1-10
- Hill, A. P., & Donachie, T. (2020). Not All Perfectionism Cognitions Are Multidimensional: Evidence for the Perfectionism Cognitions Inventory-10. *Journal of Psychoeducational Assessment, 38*(1), 15-25.

- Hill, R. W., Huelsman, T. J., Furr, R. M., Kibler, J., Vicente, B. B., & Kennedy, C. (2004). A new measure of perfectionism: The Perfectionism Inventory. *Journal of personality assessment*, 82(1), 80-91.
- Hofmann, S. G. (2007). Cognitive factors that maintain social anxiety disorder: A comprehensive model and its treatment implications. *Cognitive behaviour therapy*, 36(4), 193-209.
- Huneke, N. T., Rowlatt, H., Hyde, J., McEwan, A., Maryan, L., Baldwin, D. S., & Garner, M. (2022). A Novel Procedure to Investigate Social Anxiety using Videoconferencing Software: A Proof-of-Concept study. *Psychiatry Research*, 1(1), 1-10.
- Kerriche, A., Chennouf, C., & Boutalia, A. (2022). Differential Item Functioning in the Arabic version of the Social Phobia Inventory (SPIN) with a sample of students from Algerian universities. *Afakfor Sciences Journal*, 7(2), 114-122.
- Kindred, R., & Bates, G. W. (2023). The Influence of the COVID-19 Pandemic on Social Anxiety: A Systematic Review. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 20(3), 1-10.
- Kline, R. B. (2016). *Principles and practice of structural equation modeling* (4th Ed.), New York: The Guilford Press.
- Koyuncu, A., İnce, E., Ertekin, E., & Tükel, R. (2019). Comorbidity in social anxiety disorder: diagnostic and therapeutic challenges. *Drugs in context*, 8(2), 1-10.
- Kraaij, V., & Garnefski, N. (2019). The Behavioral Emotion Regulation Questionnaire: Development, psychometric properties and relationships with emotional problems and the Cognitive Emotion Regulation Questionnaire. *Personality and Individual Differences*, 137(2018), 56-61.
- Manuel Prieto, J., Salas Sánchez, J., Tierno Cordón, J., Álvarez-Kurogi, L., González-García, H., & Castro López, R. (2023). Social anxiety and academic performance during COVID-19 in schoolchildren. *Plos one*, 18(1), 1-10.
- McBride, N. L., Bates, G. W., Elphinstone, B., & Whitehead, R. (2022). Self-compassion and social anxiety: The mediating effect of emotion regulation strategies and the influence of depressed mood. *Psychology and Psychotherapy: Theory, Research and Practice*, 95(4), 1036-1055.
- McEnery, C., Lim, M. H., Tremain, H., Knowles, A., & Alvarez-Jimenez, M. (2019). Prevalence rate of social anxiety disorder in individuals with a psychotic disorder: a systematic review and meta-analysis. *Schizophrenia research*, 208(2), 25-33.
- McGlade, A. L., Treanor, M., Kim, R., & Craske, M. G. (2023). Does fear reduction predict treatment response to exposure for social anxiety disorder?. *Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry*, 79(1), 1-10.
- Meule, A., Richard, A., Schnepfer, R., Reichenberger, J., Georgii, C., Naab, S., & Blechert, J. (2019). Emotion regulation and emotional eating in anorexia nervosa and bulimia nervosa. *Eating disorders*, 1(2), 1-17.
- Mizzi, S., Pedersen, M., Lorenzetti, V., Heinrichs, M., & Labuschagne, I. (2022). Resting-state neuroimaging in social anxiety disorder: a systematic review. *Molecular Psychiatry*, 27(1), 164-179.
- Nakie, G., Melkam, M., Desalegn, G. T., & Zeleke, T. A. (2022). Prevalence and associated factors of social phobia among high school adolescents in Northwest Ethiopia, 2021. *Frontiers in psychiatry*, 13(1), 1-9.
- Newman, M. G., Rackoff, G. N., Zhu, Y., & Kim, H. (2023). A transdiagnostic evaluation of contrast avoidance across generalized anxiety disorder, major depressive disorder, and social anxiety disorder. *Journal of Anxiety Disorders*, 93(1), 1-10.
- Newman, M. G., Rackoff, G. N., Zhu, Y., & Kim, H. (2023). A transdiagnostic evaluation of contrast avoidance across generalized anxiety disorder, major depressive disorder, and social anxiety disorder. *Journal of Anxiety Disorders*, 93(1), 1-10.
- Nolen-Hoeksema, S., & Morrow, J. (1991). A prospective study of depression and posttraumatic stress symptoms after a natural disaster: the 1989 Loma Prieta Earthquake. *Journal of personality and social psychology*, 61(1), 115-125.
- Obadeji, A., & Kumolalo, B. F. (2022). Social Anxiety Disorder among Undergraduate Students: Exploring Association with Self-esteem and Personality Traits. *World Social Psychiatry*, 4(1), 1-10.
- Preacher, K. J., & Hayes, A. F. (2004). SPSS and SAS procedures for estimating indirect effects in simple mediation models. *Behavior research methods, instruments, & computers*, 36(4), 717-731.
- Radtke, S. R., Strega, M. V., & Ollendick, T. H. (2020). Exposure therapy for children and adolescents with social anxiety disorder. In *Exposure Therapy for Children with Anxiety and OCD* (pp. 193-219). Academic Press.
- Rassaby, M., Smith, T., & Taylor, C. T. (2023). Examining safety behavior subtypes across distinct social contexts in social anxiety disorder and major depression. *Behavior Therapy*, 1(1), 1-10.
- Reinhorn, I. M., Bernstein, C. N., Graff, L. A., Patten, S. B., Sareen, J., Fisk, J. D., & Marrie, R. A. (2020). Social phobia in immune-mediated inflammatory diseases. *Journal of Psychosomatic Research*, 128(1), 1-10.
- Rusu, P. P., Bodenmann, G., & Kayser, K. (2019). Cognitive emotion regulation and positive dyadic outcomes in married couples. *Journal of Social and Personal Relationships*, 36(1), 359-376.
- Schermelleh-Engel, K., Moosbrugger, H., & Müller, H. (2003). Evaluating the fit of structural equation models: Tests of significance and descriptive goodness-of-fit measures. *Methods of psychological research online*, 8 (2), 23-74.
- Schuster, P., Beutel, M. E., Hoyer, J., Leibing, E., Nolting, B., Salzer, S., & Leichsenring, F. (2021). The role of shame and guilt in social anxiety disorder. *Journal of Affective Disorders Reports*, 6(4), 100-122.
- Seah, T. S., Aurora, P., & Coifman, K. G. (2020). Emotion differentiation as a protective factor against the behavioral consequences of rumination: A conceptual replication and extension in the context of social anxiety. *Behavior Therapy*, 51(1), 135-148.
- Singh, P., & Samantaray, N. N. (2022). Brief Cognitive behavioral group therapy and verbal-exposure-augmented cognitive behavioral therapy for social anxiety disorder in university students: a randomized controlled feasibility trial. *Indian Journal of Psychological Medicine*, 44(6), 552-557.
- Teismann, T., Hanning, S., Von Brachel, R., & Willutzki, U. (2012). *Kognitive Verhaltenstherapie depressiven Grübelns*. Springer-Verlag.

- Tyler, J. M., Panichelli-Mindel, S. M., Sperrazza, C., & Levitt, M. F. (2019). A pilot study exploring the relationship between perfectionism and anxiety in an urban middle school. *Journal of Psychoeducational Assessment*, 37(8), 989-1001.
- Wang, Q., Fang, Y., Huang, H., Wang, X., Yang, T., & Zhang, Y. H. (2021). Anxiety, depression, and cognitive emotion regulation strategies in Chinese nurses during the COVID-19 outbreak. *Journal of Nursing Management*, 1(1), 1-10.
- Wang, W., Xie, X., Wang, X., Lei, L., Hu, Q., & Jiang, S. (2019). Cyberbullying and depression among Chinese college students: A moderated mediation model of social anxiety and neuroticism. *Journal of affective disorders*, 256(1), 54-61.
- Wang, Y., Chen, J., Zhang, X., Lin, X., Sun, Y., Wang, N., & Luo, F. (2022). The relationship between perfectionism and social anxiety: a moderated mediation model. *International journal of environmental research and public health*, 19(19), 1-10.
- Watanabe, S., Mitsui, N., Asakura, S., Toyoshima, K., Takanobu, K., Fujii, Y... & Kusumi, I. (2021). Predictors of social anxiety disorder with major depressive episodes among Japanese university students. *Plos one*, 16(9), 25-36.
- Wytykowska, A., Fajkowska, M., & Skimina, E. (2022). Taking a person-centered approach to cognitive emotion regulation: A latent-profile analysis of temperament and anxiety, and depression types. *Personality and Individual Differences*, 189(1), 1-10.
- Zhang, Q., Yi, P., Song, G., Xu, K., Wang, Y., Liu, J., & Li, X. (2022). The efficacy of psychodynamic therapy for social anxiety disorder: A comprehensive meta-analysis. *Psychiatry Research*, 1(2), 1-10.