

## Predicting Social Anxiety in Adolescent Boys Based on Emotional Schemas: The Mediating Role of Resilience

Mohebalddin Mellatkah<sup>1</sup> , Azadeh Choobforoushzadeh<sup>2</sup>  , Zahra Ahmadi Ardakani<sup>3</sup> ,  
Elaheh Khodashenas<sup>1</sup> 

1. MSc, Department of Guidance and Counseling, Faculty of Humanities and Social Sciences, Ardakan University, Ardakan, Iran
2. Department of General Psychology, Faculty of Humanities and Social Sciences, Ardakan University, Ardakan, Iran
3. Department of Guidance and Counseling, Faculty of Humanities and Social Sciences, Ardakan University, Ardakan, Iran

**Corresponding Author:** Azadeh Choobforoushzadeh

**E-mail:** azadechoobforoush@ardakan.ac.ir

Received: 09 October 2025

Revised: 15 November 2025

Accepted: 17 November 2025

Published Online: 1 January 2026

**Citation:** Mellatkah, M., Choobforoushzadeh, A., Ahmadi Ardakani, Z. & Khodashenas, E. (2025). Predicting Social Anxiety in Adolescent Boys Based on Emotional Schemas: The Mediating Role of Resilience. *Journal of Modern Psychological Researches*, 20(80), 116-128. DOI: [10.22034/jmpr.2025.69589.6847](https://doi.org/10.22034/jmpr.2025.69589.6847)

### EXTENDED ABSTRACT

**Introduction:** Statistics show that one in seven adolescents suffers from a mental disorder, with depression, anxiety, and behavioral disorders being the leading causes of illness and disability among adolescents (World Health Organization, 2021). The present study aims to address factors affecting social anxiety in adolescents; one of these factors is emotional schemas.

Schemas are among the underlying variables that have high explanatory power, because many of the cognitive processes, coping strategies, and lifestyles of patients are influenced by these underlying structures (Lunding & Hoffart, 2016). Clinical reports show that changing or adjusting maladaptive schemas in the psychotherapy process can help improve the condition of individuals (Curley et al., 2019). Negative emotional schemas in individuals lead to the experience of negative events in life, and the presence of such events in an individual's life causes excessive anxiety and dissatisfaction with life (Razzaghi et al., 2025). Components of negative emotional schemas include self-blame, other-blame, lack of control, non-acceptance, reprogramming, refocusing, underestimating the importance of someone or something, reappraisal, and catastrophizing (Leahy et al., 2019; cited in Faustino et al., 2020).

Several studies have shown moderating and mediating factors between stressful events and mental disorders that affect individuals in different ways (Michl et al., 2013). One of these traits is resilience, which plays an important role in most mental disorders (Hoppen & Chalder, 2018). Researchers have focused more on internal psychological strengths that may act as protective factors against the harmful consequences of social anxiety. Based on the theory of resource conservation, resilience may help individuals maintain their emotional balance and, as a result, reduce symptoms of social anxiety (Li & Zheng, 2025). Therefore, resilience can be effective in reducing the level of social

anxiety (Ko & Chang, 2019). In general, resilience is hypothesized to mediate the relationship between emotional schemas and social anxiety, although this specific mediating role has not yet been empirically investigated. Resilience plays a vital role in mitigating negative schemas; as it increases, emotional validation, understandability, and self-awareness are strengthened; consequently, guilt is reduced, and emotional regulation improves (Faraji et al., 2022).

Since resilience is related to social anxiety and influenced by emotional stimuli, these bidirectional relationships suggest that resilience may mediate the link between social anxiety and emotional schemas. Therefore, the present study was conducted with the aim of predicting social anxiety in male adolescents based on emotional schemas with the mediating role of resilience.

**Method:** The present study uses a correlation-based structural equation method. The statistical population of the present study included all male students in public and non-profit high schools in Fin County, Hormozgan, during the 2022-2023 academic year. Using a multi-stage cluster random sampling method, high school schools in Fin County were selected, and after completing the Watson and Friend Social Anxiety Scale (1996), 300 people were selected as the sample size based on the inclusion criteria, who had obtained a score above 12 in the Fear of Negative Evaluation subscale and a score above 18 in the Avoidance subscale. The questionnaires were distributed to the participants. Therefore, according to the exclusion criteria, 30 questionnaires were discarded due to being distorted, and finally, 270 data were analyzed. In this study, data analysis was performed in two parts. The instruments of the present study were Watson and Friend's Social Anxiety Scale (1996), Leahy's Emotional Schema Scale (2002), and the Resilience Scale by Connor and Davidson (2003). For data analysis, Pearson correlation coefficient test, structural equation modeling assumptions including normality, linearity, multiple non-collinearity, independence of residual error, and outlier analysis were performed using SPSS 27 software. To evaluate the proposed model of this study, structural equation modeling was used using AMOS version 22 software.

**Results:** Descriptive data and Pearson correlation coefficients are presented in Table 1.

**Table 1. Correlation Matrix between Research Variables**

Research variables	1	2	3	4
Social Anxiety	1			
Positive Emotional Schemas	-0.25*	1		
Negative Emotional Schemas	0.27*	-0.20*	1	
Resilience	-0.34*	0.26*	-0.24*	1

The results of Pearson's correlation coefficient between the research variables in Table 1 showed that social anxiety had a significant negative correlation with positive emotional schemas ( $r=0.25$ ) and a significant positive correlation with negative emotional schemas ( $r=0.27$ ). There was a significant negative correlation between social anxiety and resilience ( $r=-0.34$ ) and between negative emotional schemas and positive emotional schemas ( $r=-0.20$ ). Also, the results showed that resilience had a significant negative relationship with negative emotional schemas ( $r=-0.24$ ) ( $p<0.05$ ). Also, the skewness and kurtosis indices were in the range of 2 and -2, which indicates that the variables had a normal distribution. Next, structural equation modeling was used to investigate the mediating role of resilience in predicting social anxiety in adolescent boys based on emotional schemas. Before using this test, statistical assumptions were examined. The results showed that the Durbin-Watson statistic was 2.06; considering that this statistic is in the range of 1.5 to 2.5. It can be said that the assumption of independence of the remaining errors is valid. Also, the results of the collinearity test for the tolerance value for the variables of positive emotional schemas were 1.10, negative emotional schemas 1.09 and resilience 1.12 and the tolerance statistic for the variables of positive emotional schemas was 0.90, negative 0.91 and resilience 0.89. Considering that the tolerance value is less than 10 and the tolerance statistic is more than 0.1, the assumption of multiple non-collinearity had been met. The direct and indirect paths between the research variables are listed in Tables 2.

**Table 2: Direct Path Coefficients and Significance of the Research Conceptual Model Constructs**

Path	Standard coefficient	Standard deviation	High range	Low range	p
Positive Emotional Schemas on Resilience	0.23	0.05	0.23	0.12	0.007
Negative Emotional Schemas on Social Anxiety	0.28	0.05	0.38	0.18	0.002
Negative Emotional Schemas on Resilience	-0.24	0.05	-0.34	-0.14	0.009
Resilience on Social Anxiety	-0.25	0.05	-0.35	-0.15	0.001

The results showed that the direct effect of positive emotional schemas on resilience ( $\beta=0.22$ ), negative emotional schemas on social anxiety ( $\beta=0.28$ ), negative emotional schemas on resilience ( $\beta=-0.24$ ), and resilience on social anxiety ( $\beta=-0.25$ ) were all significant.

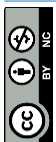
**Discussion:** One of the results showed that the path between positive emotional schemas and social anxiety is not significant, but there is a relationship between positive emotional schemas and social anxiety, considering the mediating role of resilience. The result obtained can be argued based on the results of Faustino & Vasco (2021) as follows: positive emotional schemas have a significant relationship with social anxiety only in conditions where positive emotional schemas first increase resilience in adolescents and thus can reduce their level of social anxiety. Because, since the psychological structure of the individual is formed based on these emotional schemas.

The last result of the study showed that there is an indirect relationship between negative emotional schemas and social anxiety through resilience in adolescents. Based on the research results of Mohammadkhani et al. (2022), it was stated that, unlike positive emotional schemas, the presence of negative emotional schemas in adolescents is effective in increasing environmental stress and pressures or stressful events and also causes their social anxiety to increase. In fact, negative emotional schemas are a type of negative cognitive process that increases and perpetuates negative mood and non-acceptance of emotions.

Among the limitations of the present study were the use of a self-report tool and the limitation of the research sample group to Fin Hormozgan County and secondary schools. It is suggested that in future studies, this study be implemented in schools in other counties and junior secondary schools. Given the mediating role of resilience, it is recommended that school administrators integrate resilience training into the curriculum. This would provide students with coping strategies for managing social anxiety and the fear of negative evaluation. Also, in the practical context, it is suggested that the relationship between negative emotional schemas and social anxiety and the mediating role of resilience as a result of the present study can be the basis for other studies to examine the relationship obtained in the form of effectiveness research and other types of modeling.

## KEYWORDS

social anxiety, resilience, emotional schemas, adolescent





## فصلنامه پژوهش‌های نوین روانشناختی



## پیش‌بینی اضطراب اجتماعی نوجوانان پسر بر اساس طرحواره‌های هیجانی: نقش واسطه‌ای تاب‌آوری

محب‌الدین ملت‌خواه<sup>۱</sup> ID، آزاده چوب‌فروش‌زاده<sup>۲</sup> ID✉، زهرا احمدی اردکانی<sup>۳</sup> ID، الهه خداشناس<sup>۱</sup> ID

۱. کارشناس ارشد، گروه راهنمایی و مشاوره، دانشکده علوم انسانی و اجتماعی، دانشگاه اردکان، اردکان، ایران
۲. گروه روان‌شناسی عمومی، دانشکده علوم انسانی و اجتماعی، دانشگاه اردکان، اردکان، ایران
۳. گروه راهنمایی و مشاوره، دانشکده علوم انسانی و اجتماعی، دانشگاه اردکان، اردکان، ایران

نویسنده مسئول: آزاده چوب‌فروش‌زاده

رایانامه: azadechoobfroush@ardakan.ac.ir

**استناددهی:** ملت‌خواه، محب‌الدین، چوب‌فروش‌زاده، آزاده، احمدی اردکانی، زهرا و خداشناس، الهه. (۱۴۰۴). پیش‌بینی اضطراب اجتماعی نوجوانان پسر بر اساس طرحواره‌های هیجانی: نقش واسطه‌ای تاب‌آوری. *فصلنامه پژوهش‌های نوین روانشناختی*، ۲۰(۸۰)، ۱۱۶-۱۲۸. DOI: [10.22034/jmpr.2025.69589.6847](https://doi.org/10.22034/jmpr.2025.69589.6847)

تاریخ دریافت: ۱۷ مهر ۱۴۰۴

تاریخ بازنگری: ۲۴ آبان ۱۴۰۴

تاریخ پذیرش: ۲۶ آبان ۱۴۰۴

تاریخ انتشار آنلاین: ۱۱ دی ۱۴۰۴

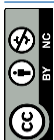
## چکیده

## مشخصات مقاله

هدف از انجام این پژوهش پیش‌بینی اضطراب اجتماعی نوجوانان پسر براساس طرحواره‌های هیجانی آن‌ها با تأکید بر نقش واسطه‌ای تاب‌آوری بود. طرح پژوهش حاضر همبستگی از نوع معادلات ساختاری بود. جامعه آماری پژوهش حاضر شامل تمام دانش‌آموزان پسر مقطع متوسطه دوم شهرستان فین هرمزگان در سال تحصیلی ۱۴۰۲-۱۴۰۱ بودند. در این پژوهش ۲۷۰ نفر به روش نمونه‌گیری تصادفی خوشه‌ای چند مرحله‌ای انتخاب شدند. جهت جمع‌آوری داده‌ها از مقیاس اضطراب اجتماعی واتسون و فرند (۱۹۹۶)، مقیاس طرحواره‌های هیجانی لیپپی (۲۰۰۲) و تاب‌آوری کانر و دیویدسون (۲۰۰۳) استفاده شد. تحلیل داده‌ها به روش معادلات ساختاری با استفاده از آزمون ضریب همبستگی پیرسون و نرم‌افزار Amos نسخه ۲۲ انجام شد. یافته‌های به دست آمده از تحلیل داده‌ها نشان داد بین طرحواره‌های هیجانی منفی و اضطراب اجتماعی رابطه مثبت و معنادار وجود داشت. همچنین، بین تاب‌آوری و اضطراب اجتماعی رابطه منفی و معنادار یافت شد اما بین طرحواره‌های هیجانی مثبت و اضطراب اجتماعی رابطه معنادار نشد. همچنین، بین طرحواره‌های هیجانی مثبت و منفی با اضطراب اجتماعی از طریق تاب‌آوری رابطه غیرمستقیم وجود داشت. در نتیجه، تاب‌آوری به عنوان متغیر واسطه‌ای رابطه‌ی میان اضطراب اجتماعی و طرحواره‌های هیجانی را تعدیل می‌کند.

## کلیدواژه‌ها:

اضطراب اجتماعی، تاب‌آوری، طرحواره‌های هیجانی، نوجوان



## مقدمه

در حال حاضر، ۱/۳ میلیارد نوجوان در جهان وجود دارد که ۱۶ درصد از جمعیت جهان را تشکیل می‌دهند (یونیسف<sup>۱</sup>، ۲۰۲۳). آمار نشان می‌دهد که از هر هفت نوجوان یک نفر دچار اختلال روانی می‌شود که در این بین، افسردگی، اضطراب و اختلالات رفتاری از علل اصلی بیماری و ناتوانی در میان نوجوانان محسوب می‌شود (سازمان بهداشت جهانی، ۲۰۲۱). در همین راستا، اضطراب اجتماعی<sup>۲</sup> به عنوان یکی از شایع‌ترین اضطراب‌ها در دوران نوجوانی مطرح می‌شود (انجمن روان‌پزشکی آمریکا<sup>۳</sup>، ۲۰۲۲). میزان شیوع اضطراب اجتماعی در بین نوجوانان بین ۲ تا ۵/۷ درصد گزارش شده است (آنه<sup>۴</sup> و همکاران، ۲۰۲۲). همچنین، تحقیقات شیوع‌شناسی حاکی از آن است که اختلال اضطراب اجتماعی با میانگین سن شروع در اوایل نوجوانی یعنی حدوداً در ۱۳ سالگی زودتر از سایر اختلالات اضطرابی شروع می‌شود (هالدورسن<sup>۵</sup> و همکاران، ۲۰۲۲؛ نقل از سلطانی و همکاران، ۱۴۰۳). اضطراب اجتماعی، ترس یا اضطراب شدید نسبت به یک یا چند موقعیت اجتماعی است که فرد ترس از قضاوت‌های منفی دیگران دارد؛ به همین دلیل، فرد فعالانه تلاش می‌کند تا از موقعیت یا موقعیت‌های اجتماعی دوری کند یا مجبور می‌شود آن‌ها را با ترس و اضطراب بسیار زیاد تحمل کند (انجمن روان‌پزشکی آمریکا، ۲۰۲۲). پژوهشی گزارش کرده است که اضطراب اجتماعی موجب کاهش مشارکت اجتماعی و عملکرد تحصیلی ضعیف در نوجوانان می‌شود (اسکانلون<sup>۶</sup> و همکاران، ۲۰۲۰). اختلال اضطراب اجتماعی همبودی بالایی با سایر اختلالات دارد و اساساً اضطراب اجتماعی می‌تواند یک عامل آسیب‌پذیری برای بروز بیشتر اختلالات دیگر باشد (استور<sup>۷</sup> و همکاران، ۲۰۲۴).

پژوهش حاضر در صدد پرداختن به مسائلی است که بر اضطراب اجتماعی نوجوانان اثرگذار است؛ یکی از این عوامل، طرحواره‌های هیجانی است. طرحواره‌ها<sup>۸</sup> از جمله متغیرهای زیربنایی هستند که از توان تبیینی بالایی بهره‌مند هستند، چرا که بسیاری از پردازش‌های شناختی، راهبردهای مقابله و سبک زندگی بیماران تحت تأثیر این سازه‌های زیربنایی قرار دارد (هوفارت لاندینگ و هوفارت<sup>۹</sup>، ۲۰۱۶). گزارش‌های بالینی نشان می‌دهد که تغییر دادن یا تعدیل طرحواره‌های ناسازگار در فرایند روان درمانی می‌تواند به بهبود وضعیت افراد کمک کند (کورلی<sup>۱۰</sup> و همکاران، ۲۰۱۹). یانگ<sup>۱۱</sup> (۲۰۰۳) ۱۸ طرحواره ناسازگار اولیه را شناسایی و آن‌ها را به ۵ حوزه طرحواره‌ای تقسیم کرد. رویکردهای متمرکز بر طرحواره مطرح می‌کنند که افراد ناخودآگاه به رویدادها، شرایط و روابطی کشانده می‌شوند یا آن‌ها را طوری ارزیابی می‌کنند که ماشه‌چکانی طرحواره‌های ناسازگار اولیه آن‌ها می‌شود (نقل از هدبلوم<sup>۱۲</sup> و همکاران، ۲۰۱۵). تیلور<sup>۱۳</sup> و همکاران (۲۰۱۷) معتقد اند که برخی از این

طرحواره‌ها به ویژه آن دسته از طرحواره‌ها که عمدتاً در نتیجه تجارب ناگوار اولیه شکل می‌گیرند، ممکن است هسته اصلی اختلالات محور دو و بسیاری از اختلالات محور یک قرار گیرند. به‌طور کلی، مفهوم هیجان در روان درمانی مبتنی بر شواهد به‌خصوص در بعد روان‌درمانی شناختی-رفتاری، در سال‌های اخیر اهمیت بیشتری یافته است (ریمز و چالدر<sup>۱۴</sup>، ۲۰۱۰). این نظریه‌ها بر این اصل استوارند که طرحواره و نگرش نسبت به هیجان ممکن است باعث تغییرات متفاوتی در فرد شود (لیهی<sup>۱۵</sup>، ۲۰۰۷). لیهی (۲۰۰۹) بر مبنای مفهوم پردازش هیجانی و با الهام گرفتن از مدل فراشناختی هیجان، مدل طرحواره‌های هیجانی خود را ارائه کرده است. چنانچه وی معتقد است اختلالات هیجانی اغلب ناشی از ارزیابی و تفسیر شخص از احساسات خود و راهبردهای به کار رفته از ارزیابی و تفسیر شخص از احساسات خود و راهبردهای به کار رفته برای مقابله با این هیجان است. عوامل مختلفی مانند رویدادهای منفی زندگی، کارکردهای بین فردی نامطلوب، سوء مصرف مواد، خودکشی و سایر اختلالات روان پزشکی سبب بهم خوردن تعادل هیجانی و به وجود آمدن مشکلات هیجانی در افراد شود که سبب بسیاری از مشکلات جسمی و فیزیولوژیکی هستند (نقل از غلامی، ۱۳۹۴). در این راستا، طرحواره‌های هیجانی (مفهوم‌سازی و باورهای فردی در مورد هیجان) نقش مهمی در هدایت فرآیندهای هیجانی دارند (ادوارد<sup>۱۶</sup> و همکاران، ۲۰۲۰). در واقع، طرحواره‌های هیجانی به عنوان مجموعه‌ای از اصول سازمان‌یافته تفکر هستند که تأثیر قابل توجهی بر نحوه تفسیر و توضیح رویدادهای زندگی و واکنش به چنین رویدادهایی دارند (چا<sup>۱۷</sup> و همکاران، ۲۰۲۳). از طرفی، افراد در مفهوم‌سازی، ارزیابی هیجان و راهبردهای تنظیم هیجان متفاوت هستند (لیهی، ۲۰۱۹؛ نقل از محمدخانی و همکاران، ۲۰۲۲). به عبارتی، همه در معرض هیجان‌ات مشکل‌ساز زیادی قرار می‌گیرند اما همه به یک اختلال روانی مبتلا نمی‌شوند (لیهی، ۲۰۱۹). با این حال، مشکلات پردازش هیجانی در افراد مضطرب ممکن است به دلیل فعال شدن طرحواره‌های منفی اولیه به اختلال در تنظیم نیازهای روانی مربوط باشد (فاستینو و واسکو، ۲۰۲۰). بنابراین، طرحواره‌های هیجانی منفی در افراد منجر به تجربه رویدادهای منفی در زندگی می‌شوند و وجود چنین رویدادهایی در زندگی فرد باعث اضطراب بیش از حد و نارضایتی از زندگی می‌شود (رزاقی و همکاران ۲۰۲۵). مؤلفه‌های طرحواره‌های هیجانی منفی عبارتند از سرزنش خود، سرزنش دیگری، عدم کنترل، عدم پذیرش، برنامه‌ریزی مجدد، تمرکز مجدد، دست کم گرفتن اهمیت کسی یا چیزی، ارزیابی مجدد و فاجعه‌سازی است (لیهی و همکاران، ۲۰۱۹؛ نقل از فاستینو و همکاران، ۲۰۲۰).

10. Curley, Smout & Denson
11. Young
12. Hedblom
13. Taylor, Bee & Haddock
14. Rimes & Chalder
15. Leahy
16. Edwards
17. Chau

1. United Nations Children's Fund
2. Social Anxiety
3. American Psychiatric Association
4. Aune
5. Halldorsson
6. Scanlon
7. Støre
8. schemas
9. Hoffart Lunding & Hoffart

در مجموع، فرض بر این است تاب‌آوری می‌تواند در ارتباط بین طرحواره‌های هیجانی و اضطراب اجتماعی به عنوان متغیر میانجی مؤثر باشد هر چند، مطالعه‌ای در مورد تأثیر متغیر میانجی تاب‌آوری در رابطه بین طرحواره‌های هیجانی و اضطراب اجتماعی انجام نشده است. اما به نظر می‌رسد، تاب‌آوری نقش مهمی می‌تواند در کاهش طرحواره‌های هیجانی ایفا کند؛ با افزایش تاب‌آوری، اعتباربخشی، قابل درک بودن هیجان و پذیرش و ابراز هیجانات و خودآگاهی هیجان تقویت شده و حجم زیادی از داشتن احساس گناه کاهش یافته و هیجانات تحت کنترل بیشتری قرار می‌گیرند (فراجی<sup>۱۴</sup> و همکاران، ۲۰۲۲).

بنابراین، مبتنی بر آن‌چه عنوان شد، اضطراب اجتماعی پیامدهای منفی می‌تواند در نوجوانان داشته باشد که موجب کاهش عملکرد تحصیلی و اجتماعی نوجوانان میشود؛ بنابراین، ضروری است، عواملی که میتواند در میزان اضطراب اجتماعی نوجوانان تأثیر داشته باشد، شناسایی شوند؛ با توجه به پیشینه‌های مطالعاتی چنین استنباط می‌شود که بین اضطراب اجتماعی و طرحواره‌های هیجانی از یک سو ارتباط مستقیم داشته و از سوی دیگر، به نظر می‌رسد که برخی از متغیرهای ثانویه می‌توانند این روابط را دستخوش تغییر کنند که در این راستا بر تاب‌آوری تأکید شده است؛ زیرا متغیر ثانویه علاوه بر این که اضطراب اجتماعی در ارتباط بوده و در ظهور محدود شدن آن نقش دارد، از طرحواره‌های هیجانی تأثیر می‌پذیرد و این روابط دوسویه، فرض ایفای نقش تاب‌آوری را در رابطه بین اضطراب اجتماعی و طرحواره‌های هیجانی را به ذهن متبادر می‌نماید. لذا، هدف این پژوهش پیش‌بینی اضطراب اجتماعی نوجوانان بر اساس طرحواره‌های هیجانی با نقش واسطه‌ای تاب‌آوری می‌باشد.

## روش

پژوهش حاضر بر اساس اهداف و روش جمع‌آوری داده‌های توصیفی از نوع همبستگی بود. جامعه آماری پژوهش شامل تمامی دانش‌آموزان پسر مقطع متوسطه دوم دبیرستان‌های دولتی و غیرانتفاعی شهرستان فین هرمزگان در سال تحصیلی ۱۴۰۲-۱۴۰۱ بود. نمونه پژوهش بر اساس پژوهش میرس و همکاران (۲۰۰۶) برای معادلات ساختاری و در نظر گرفتن ریزش نمونه، حداقل ۳۰۰ نفر در نظر گرفته شد که به روش نمونه‌گیری تصادفی خوشه‌ای چندمرحله‌ای از مقطع متوسطه دوم در شهرستان فین انتخاب شدند. در نهایت ۲۷۰ نفر به صورت حضوری پاسخگوی پرسشنامه‌های پژوهش بودند. کسب نمره بالا ۱۲ در خرده مقیاس ترس از ارزیابی منفی و نمره بالای ۱۸

مطالعات متعددی عوامل تعدیل‌کننده و واسطه‌ای را بین رویدادهای استرس‌زا و اختلالات روانی نشان می‌دهند که به طرق مختلف بر افراد تأثیر می‌گذارند (میچل<sup>۱</sup> و همکاران، ۲۰۱۳). یکی از این ویژگی‌ها، تاب‌آوری است که نقش مهمی در اکثر اختلالات روانی ایفا می‌کند (هاپن و چالدر<sup>۲</sup>، ۲۰۱۸). مبتنی بر ادبیات پژوهشی، عواملی می‌توانند اضطراب را تحت تأثیر قرار دهند، یکی از این عوامل، تاب‌آوری<sup>۳</sup> است که از فرد در برابر عوامل استرس‌زایی که می‌توانند منجر به اضطراب شوند، محافظت کند (شرین<sup>۴</sup> و همکاران، ۲۰۱۸). اصطلاح تاب‌آوری به ظرفیت افراد برای سازگاری مؤثر، مقابله یا غلبه بر ناملازمات یا استرس و اختلالات بالقوه تعریف می‌شود (هانوش<sup>۵</sup>، ۲۰۲۱). این عامل محافظتی، فرد را در برابر وقایع نامطلوب مقاوم‌تر می‌کند و منجر به پیامدهای مثبت می‌شود (اوترو و همکاران، ۲۰۲۰). در واقع، تاب‌آوری به فرد کمک می‌کند تا با تغییر سازگار شود و در برابر اثرات منفی عوامل استرس‌زا مقاومت کند و از اختلالات روانی جلوگیری کند (بیبیک<sup>۶</sup> و همکاران، ۲۰۲۰). در واقع، تمرکز بر تاب‌آوری، توجه را از پیش‌بینی‌کننده‌های علائم منفی به عواملی درونی و بیرونی که تأثیر مواجهه با خطر را تغییر می‌دهند، معطوف می‌کند. این رویکرد مبتنی بر نقاط قوت، یعنی تمرکز بر عوامل ارتقادهنده و محافظت‌کننده می‌تواند به ویژه برای کسانی که اضطراب را تجربه می‌کنند، مفید باشد (سازمان بهداشت جهانی<sup>۷</sup>، ۲۰۱۷). در واقع، پژوهشگران، بیشتر بر نقاط قوت روان‌شناختی درونی تمرکز کرده‌اند که ممکن است به عنوان عوامل محافظتی در برابر پیامدهای مضر اضطراب اجتماعی عمل کنند. با تکیه بر نظریه حفاظت از منابع، تاب‌آوری ممکن است به افراد کمک کند تا تعادل هیجانی خود را حفظ کرده و در نتیجه‌ی تعادل هیجانی، نشانه‌های اضطراب اجتماعی کاهش یابد (لی و ژنگ<sup>۸</sup>، ۲۰۲۵). بنابراین، تاب‌آوری در کاهش میزان اضطراب اجتماعی می‌تواند مؤثر باشد (کو<sup>۹</sup> و چنگ، ۲۰۱۹). برای مثال، یان و همکاران<sup>۱۰</sup> (۲۰۲۴) در مطالعه‌ای نشان دادند که تاب‌آوری می‌تواند نقش میانجی را بین استرس و اضطراب، افسردگی و بهزیستی روان‌شناختی ایفا کند. گزارش اوترو<sup>۱۱</sup> و همکاران (۲۰۲۰) حاکی از آن بود که افرادی که سطح بالایی از تاب‌آوری دارند، سطوح پایینی از آسیب‌پذیری را نشان داده و در خطر اختلالات روان‌شناختی هستند. در راستای پژوهش قبلی، مطالعه‌ی دیگری، تأثیر تاب‌آوری پایین در افراد را بررسی کردند و گزارش کردند که وقتی افراد با تاب‌آوری پایین با مشکلاتی روبرو می‌شوند، در برابر افسردگی، اضطراب، استرس و مشکلات بین فردی آسیب‌پذیرتر هستند و از شکایات جسمی و سلامت جسمی ضعیف رنج می‌برند (جین<sup>۱۲</sup> و همکاران، ۲۰۲۱) و مطالعاتی نشان دادند که افرادی که سطوح پایین‌تر تاب‌آوری دارند، نسبت به روابط بین فردی حساس هستند، در برابر رویدادهای اجتماعی منفی مانند طرد همسالان و انزوا آسیب‌پذیر هستند که منجر به تنش بین فردی و احساسات منفی مانند اضطراب اجتماعی می‌شود (لیو<sup>۱۳</sup> و همکاران، ۲۰۱۷).

8. Li & Zheng  
9. Ko & Chang  
10. Yan  
11. Otero  
12. Jin  
13. Liao  
14. Faraji

1. Michl.  
2. Hoppen & Chalder  
3. resilience  
4. Sheerin  
5. Burton  
6. Babićm  
7. World Health Organization

در خرده مقیاس اجتناب اجتماعی<sup>۱</sup>، داشتن رضایت آگاهانه برای شرکت در پژوهش از معیارهای ورود به پژوهش بود. عدم پاسخ‌گویی به تمام سؤالات مقیاس و عدم تمایل به ادامه همکاری به عنوان معیار خروج از پژوهش در نظر گرفته شد. ملاحظاتی اخلاقی پژوهش شامل ارائه اطلاعات کتبی درباره پژوهش به شرکت‌کنندگان، اطمینان خاطر به افراد درباره رعایت محرمانه بودن اطلاعات و استفاده از آن فقط در امور پژوهشی، داوطلبانه بودن مشارکت در مطالعه و ثبت نشدن نام ایشان به منظور رعایت حریم خصوصی و اخذ رضایت آگاهانه از شرکت‌کنندگان بود.

**مقیاس اضطراب اجتماعی<sup>۲</sup> (SAD):** این مقیاس توسط واتسون و فرند (۱۹۶۹) برای تشخیص اضطراب اجتماعی طراحی شده است. این مقیاس دارای ۵۸ گویه است و بر اساس مقیاس لیکرت دو درجه‌ای از به هیچ وجه (۰) تا همیشه (۱) پاسخ داده می‌شود. این مقیاس دارای دو خرده‌مقیاس است که سؤالات ۱ تا ۲۸ مربوط به خرده‌مقیاس اجتناب اجتماعی و سؤالات ۲۹ تا ۵۸ مربوط به سؤالات مقیاس ترس از ارزیابی منفی است. خرده‌مقیاس اجتناب اجتماعی ۲۸ گویه دارد که ۱۵ گویه پاسخ مثبت و ۱۳ گویه پاسخ منفی است و دامنه نمرات بین ۰ تا ۲۸ است که نمره بالاتر از ۱۲ به بالا نشان‌دهنده‌ی هراس اجتماعی در سطح بالا است و نمرات بین ۰ تا ۳ نشان‌دهنده‌ی هراس اجتماعی در سطح پایین است. خرده‌مقیاس ترس از ارزیابی منفی ۳۰ گویه دارد ۱۷ گویه آن پاسخ مثبت و ۱۳ گویه آن پاسخ منفی است. دامنه این خرده‌مقیاس بین ۰ تا ۳۰ است که نمره بالاتر از ۱۸ نشان‌دهنده‌ی افرادی است که ترس از ارزیابی منفی بالا دارد و نمرات ۹ به پایین نشان‌دهنده‌ی افرادی است که ترس کمی از ارزیابی منفی دیگران دارد. سازندگان این مقیاس، ضریب پایایی بازآزمایی خرده‌مقیاس اجتناب اجتماعی ۰/۷۹ و ضریب پایایی خرده‌مقیاس ترس از ارزیابی منفی ۰/۹۴ گزارش کرده‌اند. همچنین، روایی همزمان خرده‌مقیاس اجتناب اجتماعی برابر با ۰/۵۴ و ترس از ارزیابی منفی برابر با ۰/۶۰ گزارش شده است (واتسون و فرند، ۱۹۹۶). در ایران، مهرابی زاده هنرمند و همکاران (۱۳۷۸) روایی خرده‌مقیاس اجتناب اجتماعی را با استفاده از روش سازه ۰/۸۵ و خرده‌مقیاس ترس از ارزیابی منفی ۰/۶۷ گزارش کرده است. در پژوهشی، کاظمی و همکاران (۱۳۹۰) پایایی آلفای کرونباخ خرده‌مقیاس اجتناب اجتماعی ۰/۹۴ و ترس از ارزیابی منفی ۰/۹۰ را بدست آورده‌اند (نقل از حیدریان فرد و همکاران، ۱۳۹۴). در پژوهش حاضر، پایایی این پرسشنامه با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ ۰/۷۶ محاسبه شده است.

**مقیاس طرحواره هیجانی<sup>۳</sup> (ESS-P):** این مقیاس توسط لیپه (۲۰۰۲) طراحی شده است. مقیاس طرحواره هیجانی دارای ۵۰ گویه است که باورهای هیجانی را می‌سنجد و بر اساس مقیاس لیکرت ۶ درجه‌ای از ۱ (اصلاً در مورد من صدق نمی‌کند) تا ۶ (کاملاً در مورد من صدق می‌کند) پاسخ داده می‌شود. این مقیاس دارای ۱۴ مؤلفه شامل اعتباربخشی<sup>۴</sup>، قابل‌درک بودن هیجان<sup>۵</sup>، احساس گناه<sup>۶</sup>، دیدگاه ساده‌انگارانه درباره هیجان<sup>۷</sup>، ارزش‌های برتر<sup>۸</sup>، کنترل ناپذیری<sup>۹</sup>، بی‌حسی هیجانی<sup>۱۰</sup> (در نسخه فارسی حذف شده است)، تلاش برای منطقی بودن<sup>۱۱</sup>، تداوم<sup>۱۲</sup> (در نسخه فارسی حذف شده است)، توافق پذیرش احساسات<sup>۱۳</sup>، ابراز هیجانات<sup>۱۴</sup>، سرزنش<sup>۱۵</sup>، اندیشناکی<sup>۱۶</sup> و خودآگاهی هیجانی<sup>۱۷</sup> (حذف شدن در نسخه فارسی) است. این مقیاس علاوه بر نمرات مؤلفه‌ها، دو نمره طرحواره‌های هیجانی مثبت و منفی بدست می‌آید (لیپه، ۲۰۰۲). در پژوهش لیپه (۲۰۰۲) پایایی این مقیاس با استفاده آلفای کرونباخ ۰/۸۱ و روایی همگرایی طرحواره‌های هیجانی منفی با مقیاس اضطراب و افسردگی بک به ترتیب ۰/۴۴ و ۰/۶۵ بدست آمده است. نسخه ایرانی این مقیاس توسط خانزاده و همکاران (۱۳۹۲) اعتباریابی شده است و دارای ۳۸ گویه است. خانزاده و همکاران (۱۳۹۲) پایایی آن را به روش بازآزمایی با فاصله دو هفته برای نمره کل مقیاس ۰/۷۸ و برای خرده‌مقیاس‌ها در دامنه بین ۰/۵۶ تا ۰/۷۱ و پایایی آلفای کرونباخ این مقیاس برای کل مقیاس ۰/۸۲ و برای خرده‌مقیاس‌ها در دامنه بین ۰/۵۹ تا ۰/۷۳ گزارش کرده‌اند. همچنین، در نسخه ایرانی، همبستگی درونی آن از ۰/۵۹ (۲۴ گویه) تا ۰/۹۱ (گویه‌های ۳۹ و ۴۱) متغیر بود. در پژوهش حاضر، پایایی آلفای کرونباخ خرده‌مقیاس طرحواره‌های هیجانی مثبت و منفی به ترتیب ۰/۷۸ و ۰/۸۵ به دست آمده است.

**مقیاس تاب‌آوری<sup>۱۸</sup> (CD-RIS):** این مقیاس توسط کانر و دیویدسون (۲۰۰۳) طراحی شده است. این مقیاس ۲۵ گویه دارد و بر اساس طیف پنج درجه‌ای لیکرت از ۰ (کاملاً نادرست) تا ۴ (کاملاً درست) پاسخ داده می‌شود. این مقیاس ۵ خرده‌مقیاس دارد که سؤالات مربوط به صلاحیت و کفایت فردی<sup>۱۹</sup> (۲۴-۱۲-۱۱-۲۵-۱۰-۲۳-۱۷-۱۶)، تحمل عاطفه منفی<sup>۲۰</sup> (۲۰-۱۴-۱۹-۷-۶-۱۵-۱۸)، پذیرش مثبت تغییر<sup>۲۱</sup> (۸-۲-۴-۱)، سؤالات مربوط به خودکنترلی<sup>۲۲</sup> (۲۲-۲۱-۱۳) و تأثیرات معنوی<sup>۲۳</sup> (۹-۳) است. دامنه نمرات بین ۰ تا ۱۰۰ است که نمرات بالا در این مقیاس نشان از تاب‌آوری بالا است. در پژوهش کانر و دیویدسون (۲۰۰۳) ضریب آلفای کرونباخ این مقیاس ۰/۸۷ به دست آمده است. روایی این مقیاس در پژوهش کانر و دیویدسون (۲۰۰۳) با استفاده از روش تحلیل عاملی تأیید شده است و

13. Agreement Acceptance of emotions
14. Expressing emotions
15. Blame
16. Thoughtfulness
17. Emotional self-awareness
18. Resilience Questionnaire Scale
19. Personal competence and adequacy
20. tolerance of negative emotion
21. positive acceptance of change
22. questions related to self-control
23. spiritual influences

1. Social avoidance
2. Social-Evaluative Anxiety Scale
3. Emotional Schema Scale
4. Validation
5. Understandability of emotion
6. Guilt
7. A simplistic view of emotion
8. Superior values
9. Uncontrollability
10. Emotional numbness
11. Trying to be rational
12. Continuity

نیز از طریق روش پایایی آلفای کرونباخ ۰/۹۴ محاسبه شده است (نقل از رئیسی و همکاران، ۱۴۰۴). در پژوهش حاضر، پایایی آلفای کرونباخ مقیاس تاب‌آوری ۰/۷۷ به دست آمده است.

بررسی ۲۵ آیتم در ۵ خرده مقیاس تأیید شده است و همه سؤالات بار عاملی بیش از ۳۰ درصد داشتند. یو و همکاران (۲۰۱۱) نقل از رئیسی و همکاران، (۱۴۰۴) روایی همگرایی مقیاس تاب‌آوری را با مقیاس چندبعدی حمایت اجتماعی ادراک شده ۰/۴۴ و پایایی آن را از طریق روش پایایی آلفای کرونباخ ۰/۸۹ گزارش کرده‌اند. در ایران، مقیاس تاب‌آوری توسط بخشایش اقبالی و همکاران (۲۰۲۲) ترجمه و اعتباریابی شده است (نقل از رئیسی و همکاران، ۱۴۰۴). در پژوهش بخشایش اقبالی و همکاران (۲۰۲۲) روایی این مقیاس به روش تحلیل عاملی بررسی شده است و ۲۵ آیتم در ۵ زیرمقیاس تأیید شده‌اند که همه سؤالات بار عاملی بیش از ۰/۳۰ داشتند و پایایی این مقیاس

### یافته‌ها

جدول ۱، میانگین، انحراف معیار، چولگی و کشیدگی متغیرهای مورد مطالعه را نشان می‌دهد.

جدول ۱: میانگین، انحراف معیار، چولگی و کشیدگی متغیرهای پژوهش

کشی‌دگی	کجی	انحراف معیار	میانگین	شاخص‌های آماری	
				متغیرها	
-۰/۱۳	۰/۱۹	۷/۶۹	۵۴/۲۹	اضطراب اجتماعی	
-۰/۵۱	۰/۷۶	۴/۶۸	۴۸/۰۹	طرحواره‌های هیجانی مثبت	
۰/۵۶	۰/۱۷	۴/۰۹	۴۸/۹۷	طرحواره‌های هیجانی منفی	
-۰/۳۴	۰/۰۶	۱۷/۰۱	۶۲/۳۴	تاب‌آوری	

( $17 \pm 0.1$  /  $62.34$ )، به دست آمده است. کجی و کشیدگی همه متغیرها بین ۲+ و ۲- می‌باشد، در نتیجه فرض نرمال بودن داده‌ها تأیید می‌گردد. ماتریس همبستگی پیرسون در جدول ۲ ارائه شده است.

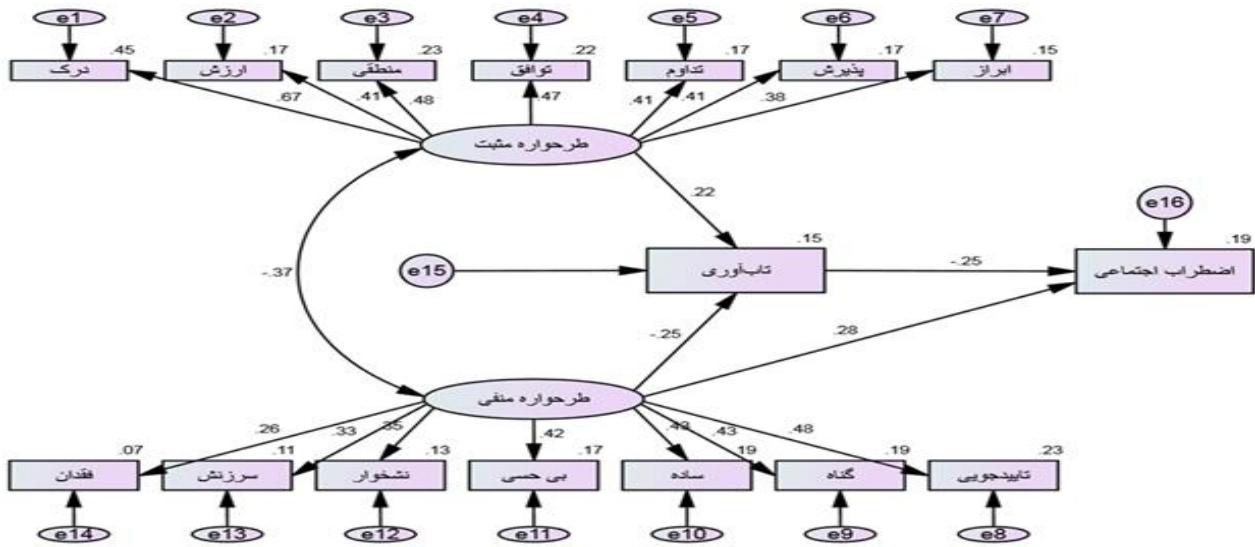
مبنتی بر جدول ۱، میانگین و انحراف معیار در متغیر اضطراب اجتماعی ( $48.09 \pm 7.69$ )، در متغیر طرحواره‌های هیجانی مثبت ( $48.97 \pm 4.68$ )، در متغیر طرحواره‌های هیجانی منفی ( $48.17 \pm 4.09$ )، و در متغیر تاب‌آوری

جدول ۲: ماتریس همبستگی بین متغیرهای پژوهش

متغیرهای پژوهش	۱	۲	۳	۴
اضطراب اجتماعی	۱			
طرحواره‌های هیجانی مثبت	-۰/۲۵*	۱		
طرحواره‌های هیجانی منفی	۰/۲۷*	-۰/۲۰*	۱	
تاب‌آوری	-۰/۳۴*	۰/۲۶*	-۰/۲۴*	۱

که آماره دوربین واتسون برابر با ۲/۰۶ بود؛ با توجه به اینکه این آماره در دامنه مطلوبیت ۱/۵ تا ۲/۵ قرار دارد. می‌توان گفت پیش‌فرض استقلال باقی‌مانده خطاها برقرار است. همچنین، نتایج آزمون هم‌خطی برای مقدار تولرانس برای متغیرهای طرحواره‌های هیجانی مثبت ۱/۱۰، طرحواره هیجانی منفی ۱/۰۹ و تاب‌آوری ۱/۱۲ و آماره تحمل برای متغیرهای طرحواره‌های هیجانی مثبت ۰/۹۰، منفی ۰/۹۱ و تاب‌آوری ۰/۸۹ گزارش شد. با توجه به این‌که مقدار تولرانس کمتر از ۱۰ و آماره تحمل، بیشتر از ۰/۱ است، در نتیجه، مفروضه عدم هم خطی چندگانه رعایت شده است. در شکل ۱ ضرایب مسیر بین متغیرهای پژوهش ارائه شده است.

نتایج جدول ۲ نشان می‌دهد که اضطراب اجتماعی با طرحواره‌های هیجانی مثبت ( $r=0.25$ ) همبستگی منفی و معنادار و با طرحواره‌های هیجانی منفی ( $r=0.27$ ) همبستگی مثبت و معنادار دارد. بین اضطراب اجتماعی و تاب‌آوری ( $r=-0.34$ ) و بین طرحواره‌های هیجانی منفی و طرحواره‌های هیجانی مثبت ( $r=-0.20$ ) همبستگی منفی معناداری وجود دارد. همچنین، نتایج نشان داد که تاب‌آوری با طرحواره‌های هیجانی منفی ( $r=-0.24$ ) رابطه منفی معناداری دارد ( $p < 0.05$ ). همچنین، شاخص‌های چولگی و کشیدگی در دامنه ۲ و ۲- قرار دارد که نشان‌دهنده‌ی این است که متغیرها دارای توزیع طبیعی است. در ادامه، جهت بررسی نقش میانجی تاب‌آوری در پیش‌بینی اضطراب اجتماعی نوجوانان پسر براساس طرحواره‌های هیجانی از مدل‌یابی معادلات ساختاری استفاده شد. قبل از استفاده از این آزمون، پیش‌فرض‌های آماری بررسی شدند. نتایج نشان داد



شکل ۱. مدل اصلاح شده نقش میانجی تاب‌آوری در پیش‌بینی اضطراب اجتماعی نوجوانان پسر براساس طرحواره‌های هیجانی

در شکل ۱ مدل اصلاح شده پژوهش حاضر پس از حذف مسیرهای غیرمعدار رسم شده است. بدین معنا که مسیرهایی که معنادار نبودند، اصلاح و حذف شدند ( $p < 0.01$ ) و مسیرهای مستقیم و غیرمستقیم بین متغیرهای پژوهش در جدول ۳ و ۴ ذکر شده است.

جدول ۳: ضرایب مسیر مستقیم و معناداری سازه‌های مدل مفهومی پژوهش

مسیر	ضریب استاندارد	انحراف استاندارد	دامنه پایین	دامنه بالا	سطح معناداری
طرحواره‌های هیجانی مثبت بر تاب‌آوری	۰/۲۲	۰/۰۵	۰/۱۲	۰/۳۲	۰/۰۰۷
طرحواره‌های هیجانی منفی بر اضطراب اجتماعی	۰/۲۸	۰/۰۵	۰/۱۸	۰/۳۸	۰/۰۰۲
طرحواره‌های هیجانی منفی بر تاب‌آوری	-۰/۲۴	۰/۰۵	-۰/۱۴	-۰/۳۴	۰/۰۰۹
تاب‌آوری بر اضطراب اجتماعی	-۰/۲۵	۰/۰۵	-۰/۱۵	-۰/۳۵	۰/۰۰۱

نتایج نشان داد که اثر مستقیم طرحواره‌های هیجانی مثبت بر تاب‌آوری ( $\beta = 0.22$ )، طرحواره‌های هیجانی منفی بر اضطراب اجتماعی ( $\beta = 0.28$ )، طرحواره‌های هیجانی منفی بر تاب‌آوری ( $\beta = -0.24$ )، تاب‌آوری بر اضطراب اجتماعی ( $\beta = -0.25$ ) معنادار بود. در ادامه، نتایج تحلیلی میانجی در جدول ۴ ارائه شده است.

جدول ۴: اثر میانجی تاب‌آوری در پیش‌بینی اضطراب اجتماعی نوجوانان پسر براساس طرحواره‌های هیجانی

مسیر	ضریب استاندارد	خطای استاندارد	دامنه پایین	دامنه بالا	سطح معناداری
طرحواره‌های هیجانی مثبت- تاب‌آوری- اضطراب اجتماعی	-۰/۵۵	۰/۰۵	-۰/۴۵	-۰/۶۵	۰/۰۳
طرحواره‌های هیجانی منفی- تاب‌آوری- اضطراب اجتماعی	۰/۹۲	۰/۰۵	۰/۸۲	۰/۱۰۲	۰/۰۴

نتایج آزمون بوت استرپ نشان داد که تاب‌آوری در رابطه بین طرحواره‌های هیجانی منفی و اضطراب اجتماعی در نوجوانان پسر ( $\beta = -0.55$ )، اضطراب اجتماعی در نوجوانان پسر ( $\beta = 0.92$ ) نقش میانجی داشت ( $p < 0.03$ ). نتایج آزمون بوت استرپ نشان داد که

جدول ۵: شاخص‌های برازش

شاخص‌ها	CMIN	df	CMIN/df	IFI	CFI	NFI	AGFI	GFI	RMSEA
مدل	۱۰۸/۱۸	۱۰۱	۱/۰۷	۰/۹۸	۰/۹۸	۰/۸۹	۰/۹۵	۰/۹۸	۰/۰۱
بازه قبول	۱۰۵/۲۱	۱۰۰	۱/۰۵	۰/۹۱	۰/۹۳	۰/۰۷	۰/۹۲	۰/۹۳	۰/۰۳

نتایج جدول ۵ نشان می‌دهد که شاخص‌های برازندگی حاصل از مدل یابی معادلات ساختاری مدل مفهومی پژوهش از برازش مطلوب مدل پژوهشی با داده‌های گردآوری شده حمایت می‌کنند ( $df = 1105$ ،  $CFI = 0.93$  و  $RMSEA = 0.03$ ). بر این اساس می‌توان گفت که مدل پیشنهادی از برازش مطلوبی برخوردار است.

## بحث و نتیجه‌گیری

مطالعه حاضر با هدف پیش‌بینی اضطراب اجتماعی نوجوانان بر اساس طرحواره‌های هیجانی با نقش واسطه‌ای تاب‌آوری در بین نوجوانان انجام شد. نتایج بررسی پژوهش‌ها نشان می‌دهد که بین طرحواره‌های هیجانی مثبت و تاب‌آوری رابطه مستقیم دارد. هیجانات مثبت سبب می‌شوند که افراد بهتر بتوانند در مقابل استرس‌ها و اضطراب‌های روزمره مقابله کنند و به همین سبب افرادی که هیجانات مثبت بیشتری را تجربه می‌کنند در برابر موقعیت‌های استرس‌زا تاب‌آورتر و مقاوم‌تر عمل می‌کنند و عملکرد بهتری از خود نشان می‌دهند. نتایج این پژوهش با نتایج پژوهش فاراجی و همکاران (۲۰۲۱) همسو است. بر اساس نتیجه پژوهشی فاراجی و همکاران (۲۰۲۱) می‌توان این‌گونه استدلال کرد که در پژوهش خود نشان دادند که چهار طرحواره هیجانی مانند نشخوار فکری، تأییدطلبی از دیگران، دیدگاه ساده‌انگارانه و پذیرش هیجانات، تاب‌آوری را به شیوه معنادار پیش‌بینی می‌کنند. همچنین، بر اساس تحلیل همبستگی بین طرحواره هیجانی مثبت مانند ابراز احساسات، دریافت تأیید از دیگران، دیدگاه ساده‌انگارانه، ارزش‌های والاتر، توافق و پذیرش احساسات و تاب‌آوری رابطه مثبت معنادار و بین طرحواره هیجانی منفی مانند نشخوار فکری با تاب‌آوری رابطه منفی وجود داشت. زیرا، طرحواره‌های هیجانی مثبت سبب می‌شود که فرد به شیوه‌های مؤثرتری با هیجانات منفی مقابله کند و از راهبردهای هیجانی کارآمدتری در برخورد با موقعیت‌های هیجانی استفاده کند که همین امر سبب می‌شود فرد در موقعیت‌های اجتماعی و در برخورد با سایر افراد عملکرد منطقی‌تر و تاب‌آورانه‌تری از خود نشان دهد.

یکی دیگر از نتایج پژوهش نشان داد که بین طرحواره‌های هیجانی منفی و اضطراب اجتماعی در نوجوانان رابطه مستقیم وجود دارد. این یافته با نتایج پژوهشی فاستینو و همکاران (۲۰۲۱)، رزاقی و همکاران (۲۰۲۵) و محمدخانی و همکاران (۲۰۲۲) همسو است. در تبیین این یافته می‌توان بر اساس نتیجه پژوهشی فاستینو و همکاران (۲۰۲۱) این‌گونه تبیین کرد که طرحواره‌های هیجانی منفی به‌طور طبیعی در کارکردهای روان‌شناختی افراد، خلل ایجاد می‌کنند. زمانی که فرد دچار حالاتی همچون محرومیت هیجانی، رهاسدگی، انزوای اجتماعی و احساس بی‌کفایتی می‌شود و هیجانات منفی را تجربه می‌کند و نمی‌تواند آن‌ها را بپذیرد موجب می‌شود که اقدام به استفاده از راهبردهای ناکارآمد و سرکوبی هیجانات و نشخوار فکری نماید و به‌خصوص در هنگام شرکت در برابر جمع یا هنگامی که احتمال دهد عملکردش در جمع مورد قضاوت منفی قرار می‌گیرد دچار اضطراب می‌شود که باعث بالا رفتن هیجانات منفی و به‌کارگیری راهبردهای هیجانی ناکارآمد می‌شود و فرد به نوبه درگیر انزوای اجتماعی و محرومیت می‌شود که همین عامل خود باعث افزایش میزان اضطراب در فرد می‌شود.

یافته دیگر پژوهش نشان داد که بین طرحواره‌های هیجانی منفی و تاب‌آوری در نوجوانان رابطه مستقیم وجود دارد. این یافته با نتایج پژوهشی فاراجی و همکاران (۲۰۲۱) همسو است. در تبیین این یافته می‌توان اظهار داشت که برخی از افراد به‌منظور مقابله با مشکلات و رویدادهای منفی زندگی در دوران کودکی بعضی از این طرحواره‌ها و راهبردهای مقابله‌ای ناسازگارانه

را ایجاد می‌کنند. اگرچه طرحواره‌ها در دوران کودکی عملکرد خوبی دارند اما استفاده از آن‌ها در سال‌های بعدی زندگی ناسازگارانه است. زیرا ادراک جهان مشابه دوران کودکی نیست؛ در واقع، فعال شدن طرحواره‌های هیجانی منفی منجر به ارزیابی منفی و تعبیر محرک‌ها به‌صورت منفی و تهدیدآمیز می‌شود. این امر باعث می‌شود که فرد موقعیت فشارزا و توانایی خود برای مقابله با آن را به‌صورت منفی ارزیابی کند و در یک راهبرد مقابله‌ای منفعل و منفی مانند مقابله‌ای هیجان‌مدار درگیر شود (فاراجی و همکاران، ۲۰۲۱). یکی دیگر از نتایج پژوهش بیانگر آن بود که بین تاب‌آوری و اضطراب اجتماعی در نوجوانان رابطه مستقیم وجود دارد. این نتیجه با نتایج پژوهشی لی و ژنگ (۲۰۲۵)، کو و چنگ (۲۰۱۹)، یان و همکاران (۲۰۲۴)، اوترو و همکاران (۲۰۲۰)، جین و همکاران (۲۰۲۱) و لیو و همکاران (۲۰۱۷) همسو است. در تبیین آن می‌توان این‌گونه اظهار داشت، تاب‌آوری ضعیف سبب می‌شود که فرد در برابر حوادث و رویدادهای اضطراب‌زا کنترل هیجانی نداشته باشد و این تنش و هیجانات منفی موجب تشدید اضطراب شده که به مرور روی روابط بین فردی نوجوان تأثیر منفی می‌گذارد (اوترو و همکاران، ۲۰۲۰).

یکی از نتایج نشان داد که مسیر بین طرحواره‌های هیجانی مثبت با اضطراب اجتماعی معنادار نیست اما بین طرحواره‌های هیجانی مثبت و اضطراب اجتماعی با در نظر گرفتن نقش واسطه‌ای تاب‌آوری ارتباط وجود دارد. طبق بررسی‌های صورت گرفته، پژوهش مشابهی یافت نشد و نمی‌توان در مورد همسویی و ناهمسویی این یافته با پژوهش‌های پیشین اظهار نظر کرد؛ هر چند پژوهش‌های فاستینو و واسکو (۲۰۲۱)، محمدخانی و همکاران (۲۰۲۲) و فاراجی و همکاران (۲۰۲۲) به صورت ضمنی با این نتایج همسو بودند. نتیجه بدست آمده را می‌توان بر اساس نتایج فاستینو و واسکو (۲۰۲۱) این‌گونه استدلال کرد تنها در شرایطی طرحواره‌های هیجانی مثبت با اضطراب اجتماعی رابطه معنادار دارد که ابتدا طرحواره‌های هیجانی مثبت موجب افزایش تاب‌آوری در نوجوانان شده و از این طریق بتواند از میزان اضطراب اجتماعی آن‌ها بکاهد. زیرا، از آن‌جا که ساختار روانی فرد بر اساس این طرحواره‌های هیجانی شکل می‌گیرد؛ به همین سبب، نحوه‌ی برقراری ارتباط با دیگران، تجربه هیجان و تفسیر واکنش دیگران نسبت به هیجان‌های خود نوعی فعالیت شناختی است و مشخص می‌کند که همچون طرحواره‌های شناختی یانگ تجربیات گذشته و تکراری آن‌ها موجب شده تا طرحواره‌ها ساختار شخصیت فرد را شکل دهند. بر اساس تبیین محمدخانی و همکاران (۲۰۲۲) تاب‌آوری سازه‌ای شناختی است و موجبات تطابق فرد با آسیب‌ها و فشارهای سخت روانی را فراهم کرده و باعث تقویت فرد می‌شود. به این ترتیب افراد با تاب‌آوری بالا در شرایط تنش‌زا و موقعیت‌های ناگوار اجتماعی قادر به حفظ سازگاری خود هستند و بدین وسیله باعث افزایش کارایی و احساس رضایت‌مندی در فرد می‌شوند. همچنین، این پژوهشگران به این نتیجه دست یافته‌اند که تاب‌آوری با افزایش عزت‌نفس و حرمت به خود به عنوان یک مکانیسم واسطه‌ای منجر به انطباق‌پذیری مثبت با شرایط پیش‌آمده عمل می‌کند و بین عوامل خطرزا و عوامل محافظتی درونی و بیرونی سبب رهایی یا سازگاری با رویدادها و هیجانات منفی زندگی می‌شود. در واقع، افرادی که از راهبردهای سازگارانه هیجانی و طرحواره‌های هیجانی

**تقدیر و تشکر**

پژوهشگران از تمامی دانش‌آموزانی که در تکمیل پرسشنامه‌ها مشارکت داشتند، تشکر می‌کنند.

**تعارض منافع**

نویسندگان اعلام می‌کنند که مطالعه حاضر هیچ تعارض منافی ندارد.

**منابع مالی**

این مقاله بدون حمایت مالی انجام شده است.

**ملاحظات اخلاقی**

به جهت حفظ رعایت اصول اخلاقی در این پژوهش سعی شد تا جمع‌آوری اطلاعات پس از جلب رضایت شرکت‌کنندگان انجام شود. به شرکت‌کنندگان درباره رازداری در حفظ اطلاعات شخصی و ارائه‌ی نتایج پژوهش بدون قید مشخصات اطمینان داده شد. همچنین، به دلیل این‌که کار مداخله‌ای نبوده و رضایت آگاهانه در جهت تکمیل پرسشنامه‌ها گرفته شده و آسیبی به لحاظ حقوق انسانی نبوده، جهت دریافت کد اخلاق اقدام نشده است.

**دسترسی به داده‌ها**

داده‌های تحلیل شده در اختیار نویسنده است و چنانچه درخواست شود، در اختیار داوران قرار می‌گیرد.

**نقش نویسندگان**

محب‌الدین ملت خواه: جمع‌آوری داده و نگارش اولیه.

آزاده چوب فروش زاده: طراحی مطالعه.

زهرا احمدی اردکانی: تحلیل داده‌ها.

الهه خداشناس: نگارش و ویرایش متن نهایی.

مثبت مانند ابراز احساسات، دریافت تأیید از دیگران، دیدگاه ساده‌انگارانه، ارزش‌های والاتر، توافق و پذیرش احساسات و تاب‌آوری استفاده می‌کنند، نسبت به سایر افراد از تاب‌آوری بیشتری برخوردار خواهند بود و به همین دلیل، به میزان کمتری دچار اختلالات روان‌شناختی مانند اضطراب اجتماعی می‌شوند.

اخیرین نتیجه پژوهش نشان داد، بین طرحواره‌های هیجانی منفی با اضطراب اجتماعی از طریق تاب‌آوری در نوجوانان رابطه غیرمستقیم وجود دارد. طبق بررسی‌های صورت گرفته پژوهش مشابهی یافت نشد و نمی‌توان در مورد همسویی و ناهم‌سویی این یافته با پژوهش‌های پیشین اظهارنظر کرد این یافته‌ها با پژوهش‌ها، فاستینو و واسکو (۲۰۲۱) و محمدخانی و همکاران (۲۰۲۲) به صورت ضمنی همسو هستند. در تبیین این یافته می‌توان بر اساس نتیجه پژوهشی محمدخانی و همکاران (۲۰۲۲) بیان کرد، برخلاف طرحواره‌های هیجانی مثبت، وجود طرحواره‌های هیجانی منفی در نوجوانان در افزایش تنش و فشارهای محیط یا حوادث فشارزا اثرگذار بوده و موجب می‌شود اضطراب اجتماعی آن‌ها نیز افزایش یابد. در واقع، طرحواره‌های هیجانی منفی نوعی فرایند شناختی منفی است که باعث افزایش و تداوم خلق منفی و عدم پذیرش احساسات می‌شود؛ به همین سبب، یکی از مهم‌ترین مکانیسم‌های شناختی کنترل برانگیختگی و هیجانات، تاب‌آوری است که به افراد کمک می‌کند در شرایط بحرانی عملکرد مطلوبی از خود نشان دهند.

در حالت کلی، یافته‌های به‌دست‌آمده از پژوهش حاضر مشخص شد که تاب‌آوری نقش میانجی بین طرحواره‌های هیجانی و اضطراب اجتماعی ایفا می‌کند که افزایش آن سبب کاهش اضطراب اجتماعی و افزایش به‌کارگیری طرحواره‌های هیجانی مثبت می‌شود. همچنین، تاب‌آوری موجب کاهش اثر طرحواره‌های هیجانی منفی نیز می‌شود و اضطراب اجتماعی را در دانش‌آموزان کاهش می‌دهد.

از محدودیت‌های پژوهش حاضر، استفاده از ابزار خودگزارشی و محدود بودن گروه نمونه پژوهش به شهرستان فین هرمزگان و مدارس متوسطه دوم بود. پیشنهاد می‌شود، در زمینه پژوهشی، در مطالعات آتی در مدارس شهرستان‌های دیگر این پژوهش و مدارس اول متوسطه نیز اجرا شود. همچنین، بر اساس یافته‌های بدست آمده از اجرای پژوهش و تأیید نقش میانجی تاب‌آوری در رابطه میان اضطراب اجتماعی و طرحواره‌های هیجانی منفی معلمان، مدیران و مدارس، برنامه‌های آموزش تاب‌آوری را در دستور کار مدارس قرار داده تا دانش‌آموزان راهبردهای مقابله‌ی مطلوبی در برابر شرایط هیجانی منفی مانند اضطراب اجتماعی و ترس از ارزیابی و قضاوت دیگران بیاموزند. همچنین، در زمینه کاربردی، رابطه طرحواره‌های هیجانی منفی با اضطراب اجتماعی و نقش واسطه‌ای تاب‌آوری به عنوان نتیجه پژوهش حاضر می‌تواند مبنای پژوهش‌های دیگر بوده تا رابطه‌ی به دست آمده را در قالب پژوهش‌های اثربخشی و دیگر انواع مدل‌یابی مورد بررسی قرار دهند.

## References

- American Psychiatric Association. (2022). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders (DSM-5)*. American Psychiatric Pub. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3777342/>
- Aune, T., Nordahl, H. M., & Beidel, D. C. (2022). Social anxiety disorder in adolescents: prevalence and subtypes in the Young-HUNT3 study. *Journal of Anxiety Disorders*, 87, 102546. DOI: [10.1016/j.janxdis.2022.102546](https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2022.102546)
- Babić, R., Babić, M., Rastović, P., Ćurlin, M., Šimić, J., & Mandić, K. (2020). Resilience in Health and Illness. *Psychiatr Danub*, 32, 226–32. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32970640/>
- Chau, A. K. C., So, S. H. W., & Barkus, E. (2023). The role of loneliness and negative schemas in the moment-to-moment dynamics between social anxiety and paranoia. *Scientific Reports*, 13, 20775. <https://doi.org/10.1038/s41598-023-47912-0>
- Connor, K. M., & Davidson, J. R. (2003). Development of a new resilience scale: The Connor-Davidson resilience scale (CD-RISC). *Depression and anxiety*, 18(2), 76-82. DOI: [10.1002/da.10113](https://doi.org/10.1002/da.10113)
- Curley, S., Smout, M. F., & Denson, L. A. (2019). Does Behavioural Activation Lack Credibility Among Those Who Need It Most? A Comparison of Responses to Rationales for Behavioural Activation and Schema Therapy. *Behavioural and Cognitive Psychotherapy*, 47(4), 493-498. DOI: [10.1017/S135246581800067X](https://doi.org/10.1017/S135246581800067X)
- Edwards, E. R., Liu, Y., Ruiz, D., Brosowsky, N. P., & Wupperman, P. (2020). Maladaptive Emotional Schemas and Emotional Functioning: Evaluation of an Integrated Model Across Two Independent Samples. *J Ration Emot Cogn Behav Ther*, 39(3), 428–55. DOI: [10.1007/s10942-020-00379-8](https://doi.org/10.1007/s10942-020-00379-8)
- Faraji, H., Utar, K., & Berfu Boran, N. (2022). Relationship Between Early Maladaptive Schemas and Psychological Resilience. *Asya Studies-Academic Social Studies / Akademik Sosyal Araştırmalar*, 6(19), 203-214. <https://doi.org/10.31455/asya.1012952>
- Faustino, B., & Vasco, A. B. (2021). Emotional schemas mediate the relationship between emotion regulation and symptomatology. *Current Psychology*, 1-7. DOI: [10.1007/s12144-021-01560-7](https://doi.org/10.1007/s12144-021-01560-7)
- Faustino, B., Vasco, A. B., Silva, A. N., & Marques, T. (2020). Relationships between emotional schemas, mindfulness, self-compassion and unconditional self-acceptance on the regulation of psychological needs. *Research in Psychotherapy: Psychopathology, Process, and Outcome*, 23(2), 442. DOI: [10.4081/ripppo.2020.442](https://doi.org/10.4081/ripppo.2020.442)
- Gholami, S. (2015). *Comparing the effectiveness of PAN resilience and integrated resilience on cognitive emotion regulation and reducing students' emotional problems*. Master's thesis. University of Tabriz. [in Persian]
- Hannush, M. J. (2021). The term resilience is defined as the capacity of individuals to effectively adapt, cope with, or overcome adversity or potential stress and disruptions. *Markers of Psychosocial Maturation*, 251-257. DOI: [10.1007/978-3-030-74315-4\\_16](https://doi.org/10.1007/978-3-030-74315-4_16)
- Hedblom, M. M., Kutz, O., & Neuhaus, F. Chapter 4 Image Schemas and Concept Invention. *Concept Invention*, 99-132. doi: [10.1007/978-3-319-65602-1\\_4](https://doi.org/10.1007/978-3-319-65602-1_4)
- Heydarianfard, Z., Bakhshipour, B., & Faramarzi, M. (2015). The effectiveness of group cognitive behavioral therapy on social anxiety, social self-efficacy and rumination in students with social anxiety disorder. *Clinical Psychology Studies*, 6(21), 152-175. URL: <https://ensani.ir/fa/article/353614/> [in Persian]
- Hoffart Lunding, S., & Hoffart, A. (2016). Perceived parental bonding, early maladaptive schemas and outcome in schema therapy of cluster c personality problems. *Clinical psychology & psychotherapy*, 23(2), 107-117. DOI: [10.1002/cpp.1938](https://doi.org/10.1002/cpp.1938)
- Hoppen, T. H., & Chalder, T. (2018). Childhood adversity as a transdiagnostic risk factor for affective disorders in adulthood: A systematic review focusing on biopsychosocial moderating and mediating variables. *Clin Psychol Rev*, 65, 81–151. doi: [10.1016/j.cpr.2018.08.002](https://doi.org/10.1016/j.cpr.2018.08.002)
- Jin, X., Xu, X., Qiu, J., Xu, Z., Sun, L., & Wang, Z. (2021). Psychological Resilience of Second-Pregnancy Women in China: A Cross-sectional Study of Influencing Factors. *Asian Nurs Res*, 15(2), 121–8. DOI: [10.1016/j.anr.2021.01.002](https://doi.org/10.1016/j.anr.2021.01.002)
- Khanzadeh, M., Idrisi, F., Mohammadkhani, S. & Saeedian, M. (2013). Investigating the factor structure and psychometric properties of the Emotional Schemas Scale in students. *Clinical Psychology*, 11 (3), 92-119. URL: <https://www.sid.ir/paper/497086/fa> [in Persian]
- Ko, C. Y. A., & Chang, Y. (2019). Investigating the relationships among resilience, social anxiety, and procrastination in a sample of college students. *Psychological Reports*, 122(1), 23124. DOI: [10.1177/0033294118755111](https://doi.org/10.1177/0033294118755111)
- Leahy, R. L. (2002). A model of emotional schemas. *Cognitive and behavioral practice*, 9(3), 177-190. [https://doi.org/10.1016/S1077-7229\(02\)80048-7](https://doi.org/10.1016/S1077-7229(02)80048-7)
- Leahy, R. L. (2007). Emotional schemas and resistance to change in anxiety disorders. *Cognitive and behavioral Practice*, 14(1), 36-45. <https://doi.org/10.1016/j.cbpra.2006.08.001>
- Leahy, R. L. (2009). Resistance: An emotional schema therapy (EST) approach. *Cognitive behaviour therapy: A guide for the practising clinician*, 2, 187-204. <https://psycnet.apa.org/record/2008-17692-012>
- Leahy, R. L. (2019). Introduction: Emotional Schemas and Emotional Schema Therapy. *Int J Cogn Ther*, 12(1), 1–4. DOI: [10.1007/s41811-018-0038-5](https://doi.org/10.1007/s41811-018-0038-5)
- Li, Y., & Zheng, P. (2025). Trait resilience protects against social anxiety in college students through emotion regulation and coping strategies. *Scientific Reports*, 15, 28143. <https://www.nature.com/articles/s41598-025-13674-0>
- Liao, Y., Ye, B., Jin, P., Xu, Q., & Li, A. (2017). The effect of resilience on mobile phone addiction among minority preparatory students in Han District: Moderated mediating effect. *Psychol Dev Educ*, 33(4), 487–95. doi: [10.16187/j.cnki.issn1001-4918.2017.04.13](https://doi.org/10.16187/j.cnki.issn1001-4918.2017.04.13)

- Mehrabizadeh Honarmand, M., Najarian, B., & Baharlou, R. (1999). The relationship between perfectionism and social anxiety in students. *Journal of Psychology*, 3(3), 226-246. [Persian] URL: <https://ensani.ir/fa/article/276856>
- Moghtader, L., & Shamloo, M. (2019). The Correlation of Perceived Social Support and Emotional Schemas With Students' Social Anxiety. *J Holist Nurs Midwifery*, 29(2), 106-112. URL: <http://hnmj.gums.ac.ir/article-1-904-en.html> [in Persian]
- Mohammadkhani, S., Foroutan, A., Akbari, M., & Shahbahrani, M. (2022). Emotional schemas and psychological distress: Mediating role of resilience and cognitive flexibility. *Iranian Journal of Psychiatry*, 17(3), 284. [Persian] doi: 10.18502/ijps.v17i3.9728.
- Myers, L. S., Gamst, G., & Guarino, A. J. (2006). *Applied multivariate research: Design and interpretation*. Sage Publications: Thousand Oaks. <https://www.scirp.org/reference/referencespapers?referenceid=2119780>
- Otero, J., Muñoz, M. A., Fernández-Santaella, M.C., Verdejo-García, A., & Sánchez-Barrera, M. B. (2020). Cardiac defense reactivity and cognitive flexibility in high- and low-resilience women. *Psychophysiological Research*, 62(5). DOI: [10.1111/psyp.13656](https://doi.org/10.1111/psyp.13656)
- Razzaghi, M., Zemestani, M., & Mashhadi, A. (2025). Effectiveness of Emotional Schema Therapy on Anxiety Symptoms, Emotion Regulation, and Marital Satisfaction in Women with Anxiety Disorders: A Preliminary Study. *International Journal of Cognitive Behavioral Therapy*, 18, 334-358
- Raisi, F., Sharifi, B., & Najarasl, S. (2015). The relationship between stress and parental burnout with the mediating role of resilience in parents with adolescent children. *Rooyesh-e-Raashghani*, 14(2), 82-73. URL: <http://frooyesh.ir/article-1-5601-fa.html> [in Persian]
- Razzaghi, M., Zemestani, M., & Mashhadi, A. (2025). Effectiveness of Emotional Schema Therapy on Anxiety Symptoms, Emotion Regulation, and Marital Satisfaction in Women with Anxiety Disorders: A Preliminary Study. *International Journal of Cognitive Behavioral Therapy*, 18, 334-358. DOI: [10.1007/s41811-025-00238-3](https://doi.org/10.1007/s41811-025-00238-3)
- Rimes, K. A., & Chalder, T. (2010). The Beliefs about Emotions Scale: validity, reliability and sensitivity to change. *Journal of psychosomatic research*, 68(3), 285-292. DOI: [10.1016/j.jpsychores.2009.09.014](https://doi.org/10.1016/j.jpsychores.2009.09.014).
- Scanlon, C. L., Del Toro, J., & Wang, M. T. (2020). Socially anxious science achievers: The roles of peer social support and social engagement in the relation between adolescents' social anxiety and science achievement. *Journal of Youth and Adolescence*, 49, 1005-1016. DOI: [10.1007/s10964-020-01224-y](https://doi.org/10.1007/s10964-020-01224-y)
- Sheerin, C. M., Lind, M. J., Brown, E. A., Gardner, C. O., Kendler, K. S., & Amstadter, A. B. (2018). The impact of resilience and subsequent stressful life events on MDD and GAD. *Depression and Anxiety*, 35(2), 140-147. <https://doi.org/10.1002/da.22700>
- Soltani, A., Akbarzadeh, M., & Bagherzadeh Gholmakani, Z. (2024). Comparison of the Effectiveness of Existential Therapy and Cognitive Therapy Based on Mindfulness on Meta-Worry and Distress Tolerance in Adolescents with Social Anxiety Disorder. *Journal of Modern Psychological Researches*, 19(76), 163-165. DOI: [10.22034/jmpr.2024.63410.6397](https://doi.org/10.22034/jmpr.2024.63410.6397) [in Persian]
- Støre, S. J., Zalk, N. V., Schwartz, W. G., Nilsson, V., & Tillfors, M. (2024). The Relationship Between Social Anxiety Disorder and ADHD in Adolescents and Adults: A Systematic Review. *Journal of Attention Disorders*, 28(9), 1299-1319. DOI: [10.1177/10870547241247448](https://doi.org/10.1177/10870547241247448).
- Taylor, C. D., Bee, P., & Haddock, G. (2017). Does schema therapy change schemas and symptoms? A systematic review across mental health disorders. *Psychology and Psychotherapy: Theory, Research and Practice*, 90(3), 456-479. DOI: [10.1111/papt.12112](https://doi.org/10.1111/papt.12112).
- United Nations Children's Fund, (2023). *Investing in a safe, healthy and productive transition from childhood to adulthood is critical*. <https://data.unicef.org/topic/adolescents/overview/>
- Watson, D., & Friend, R. (1969). Measurement of social-evaluative anxiety. *Journal of consulting and clinical psychology*, 33(4), 448. <https://doi.org/10.1037/h0027806>
- World Health Organization, (2021). *Mental health of adolescents*. <https://www.who.int/news-room/factsheets/detail/adolescent-mental-health>
- Yan, M., Zhang, L., Qin, D., Zhou, Z., Wu, Y., Hou, N., & Tao, X. (2024). Examining the effects of psychological resilience and wellbeing on perceived stress and depressive symptoms among undergraduate nursing interns: testing a moderated mediation model. *Front Public Health*, 24(12), 1497076. DOI: [10.3389/fpubh.2024.1497076](https://doi.org/10.3389/fpubh.2024.1497076)