

تاریخ دریافت مقاله: ۸۳/۱۲/۱۵

تاریخ بررسی مقاله: ۸۴/۲/۴

تاریخ پذیرش مقاله: ۸۴/۹/۴

مجله علوم تربیتی و روانشناسی  
دانشگاه شهید چمران اهواز، ۱۳۸۴  
دوره سوم، سال دوازدهم، شماره ۳  
ص ص: ۱۳۷-۱۵۲

## بررسی رابطه ساده و چندگانه متغیرهای عزت نفس، اضطراب عمومی، حمایت اجتماعی ادراک شده و سرسختی روانشناختی با اضطراب اجتماعی دختران دانش آموز پایه اول دبیرستانهای شهرستان آبادان

دکتر عبدالکاسم نیسی \*

دکتر منیجه شهنی ییلاق \*

افسانه فراشبندی \*\*

چکیده

هدف از انجام این پژوهش بررسی رابطه ساده و چندگانه متغیرهای عزت نفس، اضطراب عمومی، حمایت اجتماعی ادراک شده و سرسختی روانشناختی با اضطراب اجتماعی دختران دانش آموز پایه اول دبیرستانهای شهرستان آبادان می باشد. نمونه تحقیق شامل ۲۰۰ دختر دانش آموز می باشد که به طور تصادفی از بین دانش آموزان دختر انتخاب گردیدند. در این پژوهش از پنج پرسشنامه شامل پرسشنامه های عزت نفس کوپر اسمیت، اضطراب عمومی (ANQ)، حمایت اجتماعی (SSI)، اضطراب اجتماعی و سرسختی روانشناختی جهت جمع آوری داده ها استفاده گردید. جهت تجزیه و تحلیل داده ها از ضریب همبستگی ساده و رگرسیون چندمتغیری استفاده شد. نتایج تحقیق نشان دادند که متغیرهای عزت نفس، حمایت اجتماعی ادراک شده، سرسختی روانشناختی و اضطراب عمومی با اضطراب اجتماعی رابطه مثبت معنی دار دارند. همچنین، نتایج تحلیل رگرسیون نشان داد که از بین متغیرهای پیشین، متغیرهای اضطراب عمومی، حمایت اجتماعی ادراک شده و سرسختی روانشناختی بهترین پیش بینهای اضطراب اجتماعی می باشند.

**کلیدواژگان:** اضطراب اجتماعی، اضطراب عمومی، حمایت اجتماعی ادراک شده، عزت نفس، سرسختی روانشناختی

\* - عضو هیأت علمی دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی دانشگاه شهید چمران اهواز

\*\* - کارشناس ارشد روانشناسی تربیتی

## مقدمه

واقعیت مورد قبول همگان این است که زندگی انسان از بدو ولادت در میان افراد دیگر آغاز می‌شود و از همان ابتدای حیات با آنها ارتباط برقرار می‌کند. همین ارتباط به شکل‌گیری رفتار او می‌انجامد. بدین ترتیب یادگیری اجتماعی آغاز می‌شود و رفتارهای کودک رنگ اجتماعی پیدا می‌کنند. رشد اجتماعی کودک به تدریج گسترش پیدا می‌کند و تقریباً همه فعالیت‌های او تحت تأثیر اطرافیانش قرار می‌گیرند. منظور از رشد اجتماعی نضج فرد در روابط اجتماعی است به طوری که بتواند با افراد جامعه‌اش هماهنگ و سازگار باشد. به عبارت دیگر، کودک هنگام تولد نه اجتماعی است و نه غیر اجتماعی، بلکه این خصلت را از طریق تبادل با محیط اجتماعی خود کسب می‌کند. تربیت اجتماعی مطلوب و سازگاری با گروه‌های اجتماعی در تنهایی و بدون فراهم شدن فرصت مناسب صورت نخواهد گرفت.

محرومیت کودک از رشد و تکامل باعث می‌شود که او با مردم کمتر تماس بگیرد، به زندگی اجتماعی بی‌علاقگی نشان دهد، قدرت ابتکارش ضعیف شود و در طرح نقشه زندگی برای آینده ناتوان جلوه کند. ادامه محرومیت‌ها ممکن است مشکلاتی در رابطه با اجتماعی شدن و همزیستی موفقیت‌آمیز با دیگران در دوران نوجوانی و سالهای بعد از آن ایجاد

نماید. یکی از مشکلات بزرگ نوجوانان در حال حاضر انزوا، گوشه‌گیری و دوری از ایجاد روابط موفقیت‌آمیز با دیگران است که ممکن است علت آن اضطراب اجتماعی فرد باشد. اگر چه، در گذشته انزوا و گوشه‌گیری با اکتفا به یک ارتباط محدود و کم وسعت برای افراد ممکن بود، امروزه دیگر امکان ندارد و هر لحظه نیاز است که فرد دامنه ارتباط خود را با هموعاش گسترش دهد. رسیدن به اوج قله‌های خودباوری و خودشکوفایی و کسب مطلوبیت فرهنگی و اجتماعی مستلزم داشتن روابط اجتماعی سالم و سازنده می‌باشد (شریعتمداری، ۱۳۷۷).

اضطراب اجتماعی که از آن به عنوان تجربه ناراحت کننده در حضور دیگران تعریف می‌شود، یکی از عواملی است که در روند رشد و تکامل اجتماعی افراد خلل ایجاد می‌کند و مانع از شکوفایی استعدادها و اثبات وجود افراد می‌شود. این پدیده که در دوران نوجوانی نسبتاً شایع است می‌تواند اثرهای بازدارنده‌ای در کارایی و پویایی نوجوانان بر جای گذارد و باعث تخریب عملکرد شخصی و اجتماعی آنان در زمینه‌های گوناگون گردد. فردی که دچار اضطراب اجتماعی است هیچ گونه تمایلی به آغاز ارتباط با دیگران ندارد و با احساسی از ترس و پایداری غیرمعمول از هر موقعیت که ممکن است در معرض داوری دیگران قرار بگیرد، اجتناب می‌ورزد. همه

جدید و صحبت کردن در مقابل چند شنونده مضطرب می‌شوند. این افراد اغلب درباره اشتباه کردن، نادانی و حرفهای احمقانه فکر می‌کنند. ترس دارند که دیگران آنها را ضعیف پندارند و به آنها بازخورد منفی بدهند. آنها انتظار دارند که در تعاملات اجتماعی به صورت ضعیف عمل کنند، لذا، در پی راهی هستند که نشان دهند دیگران آنان را قبول ندارند و این امر را به خود تلقین می‌کنند. این افراد ممکن است احساس عدم اعتماد به نفس کنند، زیرا تصور می‌کنند که دیگران آنان را دوست ندارند. علاوه بر آن، این افراد ترس از انتقاد، اجتناب از تماس چشمی و ترس از ابراز وجود نیز دارند (هرمزی‌نژاد، ۱۳۸۰).

اضطراب اجتماعی ممکن است تحت تأثیر متغیرهای مختلفی قرار گیرد که عده‌ای از آنها از قبیل اضطراب عمومی زمینه را برای اضطراب اجتماعی مساعد و عده‌ای دیگر از قبیل عزت نفس، حمایت اجتماعی ادراک شده و سرسختی روانشناختی نقش بازدارنده این پدیده داشته باشند.

اضطراب عمومی که زمینه ساز اضطراب اجتماعی است به یک حالت هیجانی ناخوشایند و مبهم اطلاق می‌شود که با پریشانی، وحشت و هراس همراه می‌باشد (ربر به نقل از میردريکوند، ۱۳۷۲).

منظور از حمایت اجتماعی ادراک شده، ادراک قابلیت دسترسی و کفایت انواع مختلف

انسانها دوست ندارند که بخشی از رفتار یا جنبه‌های مختلف شخصیتشان توسط دیگران مورد ارزیابی قرار گیرند، اما آن دسته از کودکان و بزرگسالان که به طور عادی دچار ترس یا اضطراب اجتماعی هستند، کمترین تمایلی برای حضور در موقعیتهای اجتماعی و ارتباط با دیگران ندارند، چرا که همه موقعیتهای اجتماعی و تعامل بین فردی را صحنه‌های ارزیابی و انتقاد تلقی می‌کنند. بعضی از کودکان، نوجوانان و بزرگسالان غالباً در هر موقعیت اجتماعی که ممکن است رفتارشان مورد ارزیابی قرار گیرد، دچار اضطراب شدید می‌شوند. برای این قبیل افراد، اضطراب یک واقعیت گذرا و موقت نیست، بلکه یک ویژگی محسوب می‌شود. برخی محققان اعتقاد دارند که ترس از ارزیابی منفی علت اصلی اضطراب اجتماعی است. ترس از ارزیابی منفی، افراد مضطرب را وادار می‌کند که از برخورد با دیگران پرهیز کنند و بدین طریق ترس خود را کاهش دهند. به طور خلاصه، سبک تعامل افراد مضطرب نوعی استراتژی حفاظت از خود می‌باشد (مهرابی‌زاده هنرمند، ۱۳۷۸). افراد دارای اضطراب اجتماعی ویژگیهایی دارند که آنان را از دیگران متمایز می‌سازند. این افراد در هنگام صحبت کردن با دیگران احساس خجالت و عصبانیت می‌کنند. نگران این هستند که اشخاص دیگر درباره آنها چگونه فکر می‌کنند و در هنگام آشنایی با افراد

اضطراب وابستگی رابطه منفی معنی‌داری وجود دارد.

الیزابت<sup>۴</sup> (۲۰۰۵) در بررسی سلامت عمومی بزرگسالان آمریکا، نقش حمایت اجتماعی مثبت و منفی‌گرایی اجتماعی را در روابط بین شخصی مورد مطالعه قرار داد. در این مطالعه ۴۶۸۸ نفر بین سنین ۲۱ تا ۵۴ سالگی به عنوان نمونه انتخاب گردیدند. نتایج تحقیق نشان دادند که منفی‌گرایی اجتماعی رابطه مثبتی با اضطراب دارد، در حالی که حمایت اجتماعی مثبت رابطه‌ای منفی با اضطراب دارد.

ملیسا و دروئی<sup>۵</sup> (۲۰۰۵) نقش حمایت اجتماعی را به عنوان متغیر تعدیل کننده بین قربانی شدن خشونت‌ها از یک طرف و اضطراب و افسردگی از طرف دیگر در بین جوانان آفریقایی-آمریکایی مورد مطالعه قرار دادند. در این پژوهش ۶۸۱ جوان مورد مطالعه قرار گرفتند. نتایج این مطالعه نشان دادند که حمایت اجتماعی بین قربانی شدن در اثر خشونت و اختلالات اضطراب و افسردگی نقش تعدیل کننده بازی کرده است، بدین معنا که جوانانی که قربانی خشونت شده و از طرف خانواده و دوستان حمایت شده بودند در مقایسه با جوانانی که از این حمایتها

حمایت می‌باشد. پژوهشهای مختلف انجام شده در طول سالهای اخیر، نقش سازه سرسختی را به عنوان تعدیل کننده رابطه بین استرس و فشار روانی تأیید کرده‌اند. یک از نظریات معروف نظریه کوباسا<sup>۱</sup> (۱۹۷۹) است. به نظر وی شخصیت کسانی که در برابر استرس مقاوم هستند، دارای سرسختی است. افرادی که دارای این خصلت هستند زندگی را با معنی می‌دانند، خود بر سرنوشت خویش حاکم هستند و در مقابل ناملایمات مقاوم و استوار می‌باشند.

در مورد ارتباط بین تک تک متغیرهای مذکور و اضطراب اجتماعی تحقیقات متعددی صورت گرفته است. ونیدی، کاکس و جاستین<sup>۲</sup> (۱۹۹۳) در مطالعه خود رابطه بین اضطراب ناشی از کار را با اضطراب اجتماعی ۳۲ نفر از موسیقی دانان بررسی کردند. نتایج تحقیق نشان دادند که اضطراب ناشی از کار یکی از عوامل عمده اضطراب اجتماعی آنان است.

دیوید و میفن<sup>۳</sup> (۲۰۰۵) در مطالعه خود که در آن رابطه حمایت اجتماعی ادراک شده را با اضطراب وابستگی بر روی ۳۵۵ دانشجوی دانشگاه مورد بررسی قرار داده بودند، نشان دادند که بین حمایت اجتماعی ادراک شده و

<sup>1</sup> - Kobassa

<sup>2</sup> - Wendy, Cox, & Justin

<sup>3</sup> - David & Meifen

<sup>4</sup> - Elizabeth

<sup>5</sup> - Melissa & Dorothy

محروم بودند، کمتر دچار اضطراب و افسردگی شده بودند .

مایکل<sup>۱</sup> (۱۹۹۹) در مطالعه خود رابطه بین فشارزاهای شغلی و اختلالات روانی را با توجه به حمایت اجتماعی به عنوان متغیر تعدیل کننده روی ۹۰ کارگر مورد بررسی قرار داد. نتایج این مطالعه نشان دادند که حمایت اجتماعی بین فشارزاهای شغلی و افسردگی، اضطراب و اختلالات روانی اثر تعدیل کننده دارد. کوباسا (به نقل از مهرابی زاده هنرمند و دیگران، ۱۳۷۸) در مطالعه خود نشان دادند که مردانی که مشاغل خود را از دست داده و حمایت اجتماعی کمتری دریافت کرده بودند بیشتر دچار اضطراب اجتماعی شدند .

رابرت، جوئل و گری<sup>۲</sup> (۲۰۰۵) در مطالعه رابطه بین اضطراب اجتماعی و حمایت اجتماعی که روی ۳۵۷ جوان صورت گرفت، به این نتیجه رسیدند که حمایت اجتماعی و اضطراب اجتماعی یکدیگر را تحت تأثیر قرار می دهند و رابطه بین آنها دو جانبه است .

ثامتی (۱۳۷۵) در مطالعه خود که تحت عنوان ساخت و اعتباریابی مقیاسی برای سنجش حمایت اجتماعی و رابطه آن با فشارزاهای روانی بوده است، نشان داد که بین حمایت اجتماعی و افسردگی و اضطراب رابطه منفی وجود دارد .

مهرابی زاده هنرمند، نجاریان و بهارلو (۱۳۷۸) نیز در مطالعه خود تحت عنوان رابطه کمال گرایی و اضطراب اجتماعی در دانشجویان نشان دادند که بین حمایت اجتماعی ادراک شده و اضطراب اجتماعی رابطه منفی وجود دارد .

ویسلا و رابرت<sup>۳</sup> (۱۹۹۱) طی مطالعه ای، عناصر اجتماعی اضطراب بازنشستگی را مورد بررسی قرار دادند. در این مطالعه ۳۰۸ مرد و ۳۸۴ زن بین سنین ۲۵ تا ۷۶ سالگی مورد بررسی قرار گرفتند. نتایج تحقیق نشان دادند که افرادی که سرسختی آنها پایین بود بیشتر دچار اضطراب بازنشستگی شدند .

تریسی، براندن و دانیال<sup>۴</sup> (۲۰۰۳) در مطالعه خود اثرهای استرسهای ناشی از حوادث زندگی و سرسختی روانشناختی را بر روی پندار پیرامونی در موقعیتهای واقعی زندگی مورد بررسی قرار دادند. افراد نمونه در این مطالعه در یک موقعیت استرس زا که شامل دو ساعت انجام دادن کار رقابتی بود قرار داده شدند. نتایج تحقیق نشان دادند که افرادی که سرسختی روانشناختی آنها بالا بود بهتر می توانند با اضطراب ناشی از استرس کنار بیایند .

<sup>3</sup> - Wesla & Robert

<sup>4</sup> - Tracie, Brandon, & Daniel

<sup>1</sup> - Michael

<sup>2</sup> - Robert, Joel, & Gary

اوفارا<sup>۱</sup> (۲۰۰۴) طی مطالعه‌ای، ۱۴۳ نفر جوان را که به دلیل خدمت سربازی مجبور به ترک منزل شده بودند مورد بررسی قرار داد. نتایج نشان دادند که جوانانی که سرسختی روانشناختی آنها پایین بود نسبت به جوانانی که این خصلت در آنها بیشتر بود، بیشتر دچار اضطراب جدایی از خانواده شده بودند.

روث، لیزا و جودیث<sup>۲</sup> (۱۹۹۳) طی مطالعه‌ای رابطه بین عزت نفس و اضطراب اجتماعی را در ۲۲۲ نفر زن مورد بررسی قرار دادند. نتایج این مطالعه نشان دادند که عزت نفس رابطه‌ای منفی با اضطراب اجتماعی دارد. آریندل<sup>۳</sup> (به نقل از هرمزی‌نژاد، ۱۳۸۰) در پژوهشهای متعدد همبستگی رفتار غیرجرات ورزانه را با عزت نفس پایین و فقدان اعتماد به نفس نشان داده است.

سُرانو و ردیگز<sup>۴</sup> (۱۹۹۳) در تحقیقی تأثیر خصوصیات فردی را در کارآیی مذاکره کنندگان که عزت نفس و سلطه‌گری بالایی داشتند مورد بررسی قرار دادند. نتایج پژوهش آنان نشان دادند که اضطراب اجتماعی آنها نسبت به دیگر افرادی که این خصلتها در آنها پایین بود، کمتر بوده است.

مدی<sup>۵</sup> (۱۹۹۰) در بررسی خود نشان داد که اشخاص سرسخت در ارتباطات بین فردی فعالتر و قاطع‌ترند و مایلند به اشخاصی که از سرسختی بالایی برخوردارند نزدیک شوند. لی<sup>۶</sup> (۱۹۹۱) در مطالعه خود در مورد ارتباط بین سرسختی و سازگاری روانی- اجتماعی بر روی افرادی که یک نوع بیماری خاص داشتند، دریافت که سرسختی روانشناختی با سازگاری بلند مدت روانی- اجتماعی بیماران رابطه مثبت دارد.

کلانتر (۱۳۷۷) در مطالعه خود با عنوان بررسی رابطه متغیرهای سرسختی روانشناختی، تیپ الف، و فشارزاهای روانی اشاره کرده است که بین سرسختی روانشناختی و اضطراب رابطه منفی وجود دارد.

با توجه به پیشینه تحقیق و اهمیت موضوع اضطراب اجتماعی، به طور کلی پژوهش حاضر در صدد پاسخگویی به این سؤال است که چه رابطه‌ای بین اضطراب عمومی، عزت نفس، حمایت اجتماعی ادراک شده و سرسختی روانشناختی با اضطراب اجتماعی وجود دارد؟ در پاسخگویی به این سؤال پنج فرضیه مطرح گردید که به شرح زیرند:

۱. بین اضطراب عمومی و اضطراب اجتماعی رابطه مثبت وجود دارد.

1 - Ofra

2 - Ruth, Lisa, & Judith

3 - Arendal

4 - Surrano & Rodriguez

5 - Maddi

6 - Lee

دارای دو خرده مقیاس است. اجتناب و پریشانی<sup>۲</sup> (SAD) و ترس از ارزیابی منفی. در این پژوهش از مقیاس SAD استفاده گردید. این مقیاس دارای ۲۸ ماده می‌باشد و پیوستار پاسخها بر پایه طیف درست و نادرست مشخص شده است و نمره‌های صفر و یک به هر پاسخ اختصاص یافته است. ۱۵ ماده پاسخ مثبت و ۱۳ ماده پاسخ منفی دارند. ضریب پایایی این پرسشنامه در تحقیقات گذشته بین ۰/۶ تا ۰/۸۳ محاسبه شده است (واتسون و فرند، ۱۹۶۹، هرمرزی‌نژاد، ۱۳۸۰). در پژوهش حاضر ضریب پایایی با استفاده از آلفای کرونباخ برابر با ۰/۷۵ و با روش تصنیف برابر با ۰/۶۷ محاسبه گردید. ضریب اعتبار این پرسشنامه در تحقیقات گذشته که از طریق اعتبار ملاکی همزمان محاسبه شده بود بین ۰/۵۴ تا ۰/۶۸ بوده است (واتسون و فرند، ۱۹۶۹، هرمرزی‌نژاد، ۱۳۸۰). در پژوهش حاضر این ضریب از طریق همبسته کردن نمره‌های کل پرسشنامه با نمره حاصل از یک سؤال کلی محاسبه گردید و مقدار آن برابر با ۰/۵۱ می‌باشد که در سطح ۰/۰۰۰۱ معنی‌دار می‌باشد.

## ۲. مقیاس اضطراب عمومی (ANQ)

این مقیاس ۲۷ ماده دارد و آزمودنی به یکی از چهار گزینه هرگز، به ندرت، گاهی

۲. بین عزت نفس و اضطراب اجتماعی رابطه منفی وجود دارد.

۳. بین حمایت اجتماعی ادراک شده و اضطراب اجتماعی رابطه منفی وجود دارد.

۴. بین سرسختی روانشناختی و اضطراب اجتماعی رابطه منفی وجود دارد.

۵. بین اضطراب عمومی، عزت نفس، حمایت اجتماعی ادراک شده و سرسختی روانشناختی با اضطراب اجتماعی رابطه چندگانه وجود دارد.

## روش

### جامعه آماری، نمونه و روش نمونه‌گیری

جامعه آماری این پژوهش شامل کلیه دانش‌آموزان دختر سال اول دبیرستانهای شهرستان آبادان می‌باشند که در سال تحصیلی ۸۰-۸۱ به تحصیل اشتغال داشتند. نمونه تحقیق شامل ۲۰۰ نفر دانش‌آموز دختر می‌باشد که با روش نمونه‌گیری تصادفی چندمرحله‌ای از جامعه آماری انتخاب گردید.

### ابزار پژوهش

در این پژوهش از پنج پرسشنامه به شرح زیر استفاده گردید.

#### ۱. پرسشنامه اضطراب اجتماعی

این پرسشنامه توسط واتسون و فرند<sup>۱</sup> (۱۹۶۹) ساخته شده است. این پرسشنامه

<sup>2</sup> - Social Avoidance and Distress

<sup>1</sup> - Watson & Frennd

(۱۹۷۶) که از روش بازآزمایی استفاده کرده بودند بین ۰/۷ تا ۰/۸۸ محاسبه گردید. در پژوهش حاضر ضریب پایایی این پرسشنامه با استفاده از روش آلفای کرونباخ برابر با ۰/۷۰ و با استفاده از روش تنصیف برابر با ۰/۶۳ محاسبه گردید. در پژوهش حاضر برای تخمین اعتبار این پرسشنامه از طریق همبسته کردن نمره‌های این پرسشنامه با نمره‌های مقیاس حمایت اجتماعی استفاده گردید. ضریب اعتبار برابر با ۰/۵۳ محاسبه گردید که در سطح ۰/۰۰۰۱ معنی‌دار بود.

#### ۴. پرسشنامه حمایت اجتماعی

این پرسشنامه توسط ثامتی، نجاریان و شکرکن (۱۳۷۴) ساخته شد و دارای ۲۸ ماده است. این پرسشنامه دارای پیوستار پاسخ بر پایه طیف درست و نادرست رتبه‌بندی شده است و به ترتیب نمره‌های صفر و یک به هر پاسخ اختصاص یافته است. ضریب پایایی این پرسشنامه که توسط سازندگان آن و با استفاده از روش بازآزمایی محاسبه گردید، برابر با ۰/۷۳ بوده است. در پژوهش حاضر با استفاده از روش آلفای کرونباخ این ضریب برابر با ۰/۸۵ و با استفاده از روش تنصیف برابر با ۰/۷۵ محاسبه شده است. ضریب اعتبار این مقیاس در پژوهش ثامتی و دیگران (۱۳۷۴) از طریق همبسته کردن نمره‌های این پرسشنامه با نمره‌های مقیاس حمایت اجتماعی فلیمنگ

اوقات و اغلب اوقات پاسخ گفته و بر اساس مقادیر ۰، ۱، ۲ و ۳ نمره‌گذاری می‌شود. گرفتن نمره بالا در این مقیاس نشان دهنده اضطراب عمومی بالا می‌باشد. این مقیاس توسط نجاریان و ثامتی (۱۳۷۵) تهیه و اعتباریابی شده است.

ضریب پایایی این مقیاس در پژوهشهای گذشته بین ۰/۶۶ تا ۰/۹۰ محاسبه گردید (ابوالقاسمی، ۱۳۷۴). در مطالعه حاضر این ضریب با استفاده از روش آلفای کرونباخ برابر با ۰/۷۴ و با روش تنصیف برابر با ۰/۶۶ محاسبه گردید. مطالعات گذشته ضریب اعتبار این پرسشنامه را که با استفاده از روش اعتبار ملاکی محاسبه شده بود بین ۰/۵۹ تا ۰/۶۴ گزارش نمودند (ابوالقاسمی، ۱۳۷۴). در پژوهش حاضر برای محاسبه ضریب اعتبار از روش همبسته کردن نمره‌های مقیاس اضطراب عمومی با نمره‌های اضطراب اجتماعی استفاده گردید. ضریب اعتبار ۰/۶۹ محاسبه گردید که در سطح ۰/۰۰۰۱ معنی‌دار بود.

#### ۳. پرسشنامه عزت نفس کوپر اسمیت

این پرسشنامه توسط کوپر اسمیت (۱۹۷۶) ساخته شد و دارای ۵۸ ماده می‌باشد که دارای پاسخ بلی و خیر است و ۸ ماده آن دروغ‌سنج هستند. شیوه نمره‌گذاری این مقیاس به صورت صفر و یک است. ضریب پایایی این پرسشنامه در تحقیق کوپراسمیت و همکاران



(۱۳۷۶) که با استفاده از روش ملاکی محاسبه شده بود، برابر با ۰/۵۵ گزارش شده است. در پژوهش حاضر این ضریب از طریق همبسته کردن نمره‌های کل پرسشنامه با نمره یک سؤال کلی ۱۵ درجه‌ای با نمره‌های آنها در کل پرسشنامه استفاده گردید. ضریب اعتبار محاسبه شده برابر با ۰/۵۸ بوده که در سطح ۰/۰۰۰۱ معنی‌دار می‌باشد. که در سطح ۰/۰۰۰۱ معنی‌دار است.

برابر با ۰/۷۰ گزارش شده است. در پژوهش حاضر برای تخمین ضریب اعتبار از طریق همبسته کردن نمره‌های افراد در یک سؤال کلی ۱۵ درجه‌ای با نمره‌های آنها در کل پرسشنامه استفاده گردید. ضریب اعتبار محاسبه شده برابر با ۰/۵۸ بوده که در سطح ۰/۰۰۰۱ معنی‌دار می‌باشد.

#### ۵. پرسشنامه سرسختی روانشناختی

**طرح تحقیق**  
این تحقیق توصیفی از نوع همبستگی می‌باشد.

این مقیاس توسط کیامرثی و نجاریان (۱۳۷۶) ساخته شد و دارای ۲۷ ماده می‌باشد. هر ماده دارای چهار گزینه پاسخ است که شامل هرگز، به ندرت، گاهی اوقات و اغلب اوقات می‌باشد و به ترتیب نمره‌های ۰، ۱، ۲ و ۳ می‌گیرند. ضریب پایایی این مقیاس در مطالعه کیامرثی و نجاریان (۱۳۷۶) که با استفاده از روش بازآزمایی محاسبه شده بود، برابر با ۰/۸۴ گزارش شده است. در پژوهش حاضر ضریب پایایی با استفاده از روش آلفای کرونباخ برابر با ۰/۷۳ و با استفاده از روش تنصیف برابر با ۰/۷۲ محاسبه گردید. ضریب اعتبار این مقیاس در مطالعه کیامرثی و نجاریان

#### یافته‌های تحقیق

**یافته‌های توصیفی مربوط به متغیرهای تحقیق**

این یافته‌ها در جدول ۱ نشان داده شده‌اند. همان طور که در جدول ۱ مشاهده می‌شود، میانگین و انحراف معیار برای هر یک از متغیرها به ترتیب، عزت نفس ۳۹/۰۳ و

جدول ۱. میانگین، انحراف معیار، حداقل و حداکثر نمره کسب شده مربوط به متغیرهای تحقیق

متغیرها	شاخصهای آماری	میانگین	انحراف معیار	حداقل نمره کسب شده	حداکثر نمره کسب شده	تعداد افراد نمونه
عزت نفس	۳۹/۰۳	۵/۳۱	۱۸	۴۸	۱۹۰	
اضطراب اجتماعی	۱۹/۶۳	۲/۳۳	۱۱	۲۵	۱۹۰	
سرسختی روانشناختی	۴۳/۱۵	۸/۱۴	۲۵	۵۷	۱۹۰	
اضطراب عمومی	۵۷/۹	۶/۸۷	۴۱	۷۲	۱۹۰	
حمایت اجتماعی	۱۷/۵۸	۳/۷۵	۱۱	۲۸	۱۹۰	

یافته‌های جدول ۲ نشان می‌دهند که بین اضطراب عمومی و اضطراب اجتماعی رابطه مثبت معنی‌داری وجود دارد ( $p < 0/0001$ ) و  $r = 0/7$ . با توجه به این یافته فرضیه یک تحقیق تأیید می‌گردد. همچنین، بین عزت نفس و اضطراب اجتماعی دانش‌آموزان رابطه منفی معنی‌داری وجود دارد ( $p < 0/0001$ ) و  $r = -0/52$ . بنابراین، فرضیه دو تحقیق تأیید

۵/۳۱، اضطراب اجتماعی ۱۹/۶۳ و ۲/۳۳، سرسختی روانشناختی ۴۳/۱۵ و ۸/۱۴ اضطراب عمومی ۵۷/۹ و ۶/۸۷ و حمایت اجتماعی ادراک شده ۱۷/۵۸ و ۳/۷۵ می‌باشند.

#### یافته‌های مربوط به فرضیه‌های تحقیق

این یافته‌ها در جدول ۲ نشان داده شده‌اند.

جدول ۲. نتایج مربوط به ضرایب همبستگی بین متغیرهای تحقیق

سرسختی روانشناختی		حمایت اجتماعی ادراک شده		اضطراب عمومی		عزت نفس		متغیرها
سطح	ضریب	سطح	ضریب	سطح	ضریب	سطح	ضریب	اضطراب اجتماعی
معنی‌داری	همبستگی	معنی‌داری	همبستگی	معنی‌داری	همبستگی	معنی‌داری	همبستگی	
۰/۰۰۰۱	-۰/۶۹	۰/۰۰۰۱	-۰/۹	۰/۰۰۰۱	۰/۷	۰/۰۰۰۱	-۰/۵۲	

اجتماعی رابطه چندگانه وجود دارد. بنابراین، فرضیه پنجم تحقیق تأیید می‌گردد. همچنین نتایج این تحلیل نشان می‌دهند که از بین چهار متغیر پیش‌بین سه متغیر به ترتیب، حمایت اجتماعی، سرسختی روانشناختی و اضطراب عمومی بهترین پیش‌بینهای اضطراب اجتماعی شناخته شدند. حمایت اجتماعی با ۰/۷۷ ضریب تعیین بهترین پیش‌بینی کننده اضطراب اجتماعی شناخته شد. در درجه دوم، سرسختی روانشناختی با ۰/۰۴ ضریب تعیین دومین پیش‌بینی کننده و در درجه سوم اضطراب عمومی با ۰/۰۲ ضریب تعیین سومین پیش‌بینی

می‌شود. این یافته‌ها همچنین نشان می‌دهند که بین حمایت اجتماعی و اضطراب اجتماعی رابطه منفی معنی‌داری وجود دارد ( $p < 0/0001$ ) و  $r = -0/9$  بین سرسختی روانشناختی و اضطراب عمومی نیز رابطه منفی معنی‌دار وجود دارد ( $p < 0/0001$  و  $r = -0/69$ ). با توجه به این نتایج فرضیه‌های سوم و چهارم تحقیق نیز تأیید گردیدند.

یافته‌های جدول ۳ نشان می‌دهند که بین متغیرهای پیش‌بین شامل حمایت اجتماعی، سرسختی روانشناختی، اضطراب عمومی و عزت نفس و متغیر ملاک یا اضطراب

چنین شخصی هرگز اجازه نمی‌دهد که احساس اضطراب یا نبود احساس امنیت خاطر او را مکدر کند. بنابراین، شخص با دید مثبت از خویش در موقعیتهای مختلف زندگی و به خصوص در تقابل با دیگران با قاطعیت و به طور مؤثر عمل خواهد کرد. نتایج تحقیق نیز نشان دادند که بین اضطراب عمومی و اضطراب اجتماعی رابطه مثبت وجود دارد. این یافته‌ها با یافته‌های وندی، کاکس و جاستین (۱۹۹۳) همخوانی دارند. در تبیین این یافته‌ها می‌توان گفت که هر چه نگرانی و دلشوره شخص در موقعیتهای عمومی زندگی بیشتر باشد این نگرانی در موقعیتهای اجتماعی زمینه مساعدتری را برای بروز اضطراب اجتماعی ایجاد خواهند کرد. همچنین، یافته‌های تحقیق حاضر نشان دادند که بین حمایت اجتماعی ادراک شده و اضطراب اجتماعی رابطه منفی معنی‌دار وجود دارد. این یافته‌ها با یافته‌های دیوید و میفن (۲۰۰۵)، الیزابت (۲۰۰۵)، ملیسا و دروئی (۲۰۰۵)، رابرت، جوئل و گری (۲۰۰۵)، مایکل (۱۹۹۹) و مهرابی‌زاده‌هنرمند، نجاریان و بهارلو (۱۳۷۸) که رابطه‌ای منفی را بین حمایت اجتماعی و اضطراب اجتماعی نشان داده‌اند، همخوانی دارد. در تبیین این یافته‌ها می‌توان گفت که با توجه به این که حمایت اجتماعی به یک احساس ذهنی تعلق داشتن، پذیرفته شدن و مورد عشق و محبت

کننده اضطراب اجتماعی در این مطالعه شناخته شد.

### بحث و نتیجه‌گیری

همان‌طور که در قسمتهای پیشین این مقاله اشاره گردید، هدف از این تحقیق بررسی رابطه بین برخی متغیرهای تسهیل‌کننده اضطراب اجتماعی از قبیل اضطراب عمومی و برخی متغیرهای بازدارنده از قبیل عزت نفس، حمایت اجتماعی ادراک شده و سرسختی روانشناختی با اضطراب اجتماعی است. بر اساس یافته‌های حاصل از این پژوهش که در جدول ۲ نشان داده شده‌اند، بین عزت نفس و اضطراب اجتماعی رابطه منفی معنی‌دار یافت شد. این نتایج با نتایج پژوهشهای قبلی از قبیل نتایج تحقیق روث، ستریگل، لیزا و جودیث (۱۹۹۳)، سرانو و ردیگز (۱۹۹۳) و آریندل (۱۹۹۱) (به نقل از هرمزی‌نژاد، ۱۳۸۰) که ارتباطی منفی بین عزت نفس و اضطراب اجتماعی یافته بودند، همخوانی دارد. در تبیین این یافته‌ها می‌توان گفت که عزت نفس عقیده‌ای است که فرد درباره مجموعه تواناییها، ویژگیها و شایستگیهای خود دارد. همچنین، عزت نفس درجه تصویب، تأیید، پذیرش و ارزشمندی است که شخص نسبت به خود احساس می‌کند. بنابراین، کسی که عزت نفس بالا دارد در برخورد با دیگران از قدرت ابراز وجود بیشتری برخوردار است.

جدول ۳. نتایج تحلیل رگرسیون چندمتغیری بین حمایت اجتماعی، سرسختی روانشناختی، اضطراب عمومی و عزت نفس با اضطراب اجتماعی با روش ورود مکرر (الف) و روش مرحله‌ای (ب)

ضرایب رگرسیون (ب) روش (الف)				نسبت F و احتمال آن (P)	ضریب تعیین RS	ضریب همبستگی چندمتغیری MR	متغیرهای پیش‌بین	متغیر ملاک
عزت نفس	اضطراب عمومی	سرسختی روانشناختی	حمایت اجتماعی ادراک شده					
			$\beta = 0/87$ $t = 25/24$ $P < 0/0001$	637/03 $P < 0/0001$	0/77	0/87	حمایت اجتماعی ادراک شده	اضطراب اجتماعی
		$\beta = -0/26$ $t = -6/79$ $P < 0/0001$	$\beta = -0/72$ $t = -18/81$ $P < 0/0001$	418/400 $P < 0/0001$	0/81	0/9	سرسختی روانشناختی	
	$\beta = -0/15$ $t = -3/68$ $P < 0/0001$	$\beta = -0/24$ $t = -6/52$ $P < 0/0001$	$\beta = -0/63$ $t = -14/02$ $P < 0/0001$	301/94 $P < 0/0001$	0/83	0/91	اضطراب عمومی	
$\beta = -0/05$ $t = -1/8$ $P < 0/16$	$\beta = -0/13$ $t = -3/17$ $P < 0/0001$	$\beta = -0/22$ $t = -5/29$ $P < 0/0001$	$\beta = -0/62$ $t = -14/09$ $P < 0/0001$	228/04 $P < 0/0001$	0/83	0/91	عزت نفس	
ضرایب رگرسیون (ب) روش (الف)				نسبت F و احتمال آن (P)	ضریب تعیین RS	ضریب همبستگی چندمتغیری MR	متغیرهای پیش‌بین	متغیر ملاک
اضطراب عمومی	سرسختی روانشناختی	حمایت اجتماعی ادراک شده						
			$\beta = 0/87$ $t = 25/24$ $P < 0/0001$	637/03 $P < 0/0001$	0/77	0/78	حمایت اجتماعی ادراک شده	اضطراب اجتماعی
	$\beta = -0/26$ $t = -6/79$ $P < 0/0001$	$\beta = -0/72$ $t = -18/81$ $P < 0/0001$		418/80 $P < 0/0001$	0/81	0/90	سرسختی روانشناختی	
$\beta = -0/15$ $t = -3/62$ $P < 0/0001$	$\beta = -0/24$ $t = -6/52$ $P < 0/0001$	$\beta = -0/63$ $t = -14/02$ $P < 0/0001$		301/9 $P < 0/0001$	0/83	0/91	اضطراب عمومی	

نقش حمایتی سرسختی روانشناختی را در کاهش اضطراب اجتماعی نشان داده بودند، همخوانی دارند. در تبیین این یافته‌ها می‌توان گفت که سرسختی زاییده دانشی است که بر مبنای آن شخص به منابع بیشتری جهت پاسخدهی به فشارها دسترسی پیدا می‌کند و باعث می‌شود که فرد فشارها را به صورتی واقع بینانه و با بلند نظری مورد توجه قرار دهد. به عبارتی، سرسختی یک احساس بنیادی از کنترل است که به فرد امکان ترسیم و دسترسی به فهرستی از راهبردهای مفید از عهده برآیی را می‌دهد. در واقع سرسختی سپری در برابر برانگیختگی شدید فیزیولوژیکی در اثر حوادث استرس‌زاست که سلیه (۱۹۵۶) و دیگر محققان معتقدند عامل آسیب‌پذیری در مقابل بیماریها می‌باشد (کوباسا، ۱۹۸۳). به عبارت دیگر، هر چه احساس کنترل فرد بر حوادث فشارزا و اضطراب‌آور بالاتر باشد و مقاومت و سرسختی او بیشتر باشد، زمینه بروز اضطراب به ویژه در موقعیتهای اجتماعی کاهش خواهد یافت.

قرار گرفتن اطلاق می‌گردد، حمایت برای هر فرد یک رابطه امن و اطمینان بخش را به وجود می‌آورد که احساس صمیمیت و نزدیکی از ویژگیهای اصلی آن است. حمایت اجتماعی یک کمک دو جانبه است که موجب خلق تصور مثبت از خود، پذیرش خود و احساس عشق و ارزشمندی می‌گردد. تمام اینها به فرد فرصت خودشکوفایی و رشد می‌دهد. بنابراین، چنانچه فردی از حمایت اجتماعی برخوردار باشد، اضطراب اجتماعی او به میزان زیادی کاهش خواهد یافت، چه این حمایت به عنوان سپری محافظ برای او عمل می‌کند. از طرف دیگر، عدم وجود حمایت و نبود رابطه امن که در پرتو حمایت اجتماعی دیگران به وجود می‌آید، موجب کاهش تصور مثبت فرد از خود و در نتیجه زمینه بروز اضطراب اجتماعی می‌شود. یافته‌های این پژوهش نیز نشان دادند که بین سرسختی روانشناختی و اضطراب اجتماعی رابطه منفی معنی‌داری وجود دارد. این یافته‌ها با یافته‌های ویسلا و رابرت (۱۹۹۱)، ترسی، براندن و دانیال (۲۰۰۳)، اوفارا (۲۰۰۴)، مدی (۱۹۹۰)، لی (۱۹۹۱) و کلاتر (۱۳۷۷) که

## منابع

## فارسی

ثامتی، ناهید (۱۳۷۵). ساخت و اعتباریابی مقیاسی برای سنجش حمایت اجتماعی و رابطه آن با فشارزاهای دانشجویی، عملکرد تحصیلی، تیپ الف، افسردگی و اضطراب در دانشجویان دانشگاه شهید چمران، پایان نامه کارشناس ارشد، دانشگاه شهید چمران اهواز .

شریعتمداری، علی (۱۳۷۷). روانشناسی تربیتی. تهران انتشارات امیرکبیر .

کلانتر، هرمز (۱۳۷۵). ساخت و اعتباریابی مقیاسی برای سنجش سرسختی روانشناختی، پایان نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه شهید چمران اهواز .

کیامرثی، آذر (۱۳۷۶). ساخت و اعتباریابی مقیاسی برای سنجش سرسختی روانشناختی و بررسی رابطه آن با تیپ شخصیتی الف، کانون مهار، عزت نفس و عملکرد تحصیلی دانشجویان دختر و پسر دانشگاه آزاد اسلامی واحد اهواز. پایان نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه آزاد اسلامی واحد اهواز .

مهرابی زاده هنرمند، مهناز، نجاریان، بهمن، بهارلو، رویا (۱۳۷۸). رابطه کمال‌گرایی و اضطراب اجتماعی، مجله روانشناسی، شماره ۳ .

میردريکوند (۱۳۷۲). بررسی احساس تنهایی با عملکرد تحصیلی، اضطراب، افسردگی و عزت نفس دانش‌آموزان پسر مدارس راهنمایی پلدختر. پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه شهید چمران اهواز .

هرمزی‌نژاد، معصومه (۱۳۸۰). رابطه ساده و چندگانه متغیرهای عزت نفس کمال‌گرایی و اضطراب اجتماعی با ابراز وجود دانشجویان دانشگاه شهید چمران، پایان نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه شهید چمران اهواز

## لاتین

David, L., Vogel, Meifen. Wei (2005). Adult attachment and help-seeking intent: The mediating roles of psychological distress and perceived social support. *Journal of Counseling Psychology*, Jul. Vol 52, iss 3; pp 347-357.

- Elizabeth, M. Bertera (2005). Mental health in U.S.: The role of positive social support and social negativity in personal relationships. *Journal of Social and Personal Relationships*, Vol, 22, iss. 1; pp 33-40.
- Kobassa, S. C. (1979). Stressful life events personality and health. *Journal of Personality and Social Psychology*, 37, 1-9.
- Kobassa, S.C., & Puccetti, M.E. (1983). Personality and social resources in stress resistance. *Journal of Personality and Social Psychology*, 45, 839- 850.
- Lee, E.N. (1991). The relationship between hardiness and psychological adjustment of persons with colostomies, *Kanho Hakhoe-Chi*, 21 218-229.
- Meddis, R. (1990). The effectiveness of hardiness training. *c 'onsultiong Psychology Journa4* 50, 78-86.
- Melissa, K. Holt, Dorothy, L. Espelage (2005). Social support as a moderator between dating violence victimization and depression! anxiety among African Americans and Caucasians. *School Psychology Review*, Vol. 34, Iss. 3; pp 309-329.
- Michael Frese (1999). Social support as a moderator of the relationship between work stressors and psychological dysfunctioning; A longitudinal study with objective measures. *Journal Occupational Health Psychology*, July. Vol. 4, Iss 3; pp 179-185.
- Ofra Mayseless (2004). Home leaving to military service: Attachment concerns, transfer of attachment functions from parents to peers, and adjustment. *Journal of Adolescent Research*, Sep. Vol 19. ISS 5; pp 533-543.
- Robert, J. Calsyn, Joel. P. Winter, Gary. K. Burger (2005). The relationship between social anxiety and social support in adolesents: A test of competing causal models. *Adolescence. Roslyn Heights. Spring*. Vol 4, Iss 157, pp 103-114.
- Ruth, H. Striegel-Moore, Lisa. R. Silberstein, Judith, Rodin (1993). The social self in bulimia nervosa; Public self- consciousness, social anxiety, and perceived fraudulence. *Journal of Abnormal Psychology*. May, Vol. 102, pp 297-318.
- Surrano, G., & Rodriguez, D. (1993). Individual characteristics of successful negotiators. *Boletin-De-Psicologia-Spain*, Vol 40, 53-65.
- Tracie, J. Rogers, Brandon, L. Alderman, Daniel, M. Laders (2003). Effects of life-event stress and hadiness on peripheral vision in a real-life stress situation. *Behavioral Medicine*, Washington: Spring. Vol 29, Iss. 1; pp 21-27.

Wendy, J., Cox. B.Sc. & Justin Kenardy (1993). Performance anxiety, social phobia, and setting effectstrumental music students. *Journal of Anxiety Disorders*, Vol 7, Issue 1, January- February, pp 49-60.

Wesla, L. Fletcher, Robert, O. Hansson (1991). Assessing the social components of retirement anxiety. *Psychology and aging*. March. Vol. 6, Iss 1; p 76.