

◇ فصلنامه علمی پژوهشی زن و فرهنگ

سال دوم، شماره هفتم، بهار ۱۳۹۰

صفحات: ۶۳-۷۸

تاریخ وصول: ۱۳۹۰/۱/۲۸ - تاریخ پذیرش: ۱۳۹۰/۵/۱۱

رابطه خوداثربخشی و مقبولیت اجتماعی با اضطراب اجتماعی در دانشجویان دختر

فریبا زرگر شیرازی*
ناصر سراج خرمی**

چکیده

هدف از پژوهش حاضر بررسی رابطه خوداثربخشی و مقبولیت اجتماعی با اضطراب اجتماعی در دانشجویان دختر دانشگاه آزاد اسلامی شهر آبادان بود. نمونه شامل ۱۰۰ دانشجوی دختر بود که بصورت تصادفی مرحله ای انتخاب شدند. در پژوهش حاضر برای گردآوری داده‌ها از سه مقیاس پرسشنامه خوداثربخشی (GSE)، مقبولیت اجتماعی کراون و مارلو و اضطراب اجتماعی (SAD و FNE) استفاده شد. نتایج تحلیل داده‌ها با استفاده از روش‌های آماری ضریب همبستگی پیرسون و رگرسیون چند متغیری نشان داد که بین خوداثربخشی و مقبولیت اجتماعی با اضطراب اجتماعی دانشجویان دختر رابطه معنی داری وجود دارد. همچنین از بین متغیرهای پیش بین خوداثربخشی پیش بینی کننده مناسب تری برای اضطراب اجتماعی (متغیر ملاک) می‌باشد.

کلید واژگان: خوداثربخشی، مقبولیت اجتماعی، اضطراب اجتماعی، دانشجویان دختر

* گروه روانشناسی، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد آبادان، ایران.
** گروه روانشناسی، استادیار دانشگاه آزاد اسلامی، واحد دزفول، ایران.

مقدمه

ورود به دانشگاه مقطع بسیار حساسی در زندگی نیروهای کارآمد، فعال و جوان هر کشوری محسوب می شود و مستلزم تغییرات زیادی در انتظارات، و نقش های جدیدی در روابط اجتماعی و انسانی آنان می باشد. قرار گرفتن در چنین شرایطی غالباً با فشار و نگرانی توأم بوده و توانایی مهارت های ارتباطی و اجتماعی دانشجویان را برای به ظهور رساندن استعدادها و ظرفیت های بالقوه شان به چالش کشیده و از این طریق بر عملکرد و بازدهی آنان اثر می گذارد. در همین راستا یکی از عواملی که می تواند سلامت روانی دانشجویان را با اثرگذاری بر روابط اجتماعی و عملکرد تحصیلی به خطر بیندازد، اضطراب اجتماعی^۱ بویژه در دختران دانشجوی است (سردار آبادی و شیرازی، ۱۳۸۵). اضطراب اجتماعی بعنوان یکی از انواع خاص اضطراب و سومین مشکل بزرگ بهداشت روانی جهان امروز خواه بعنوان یک تشخیص بالینی و خواه بعنوان اضطراب زیاد در موقعیتهای اجتماعی، بدون درمان می تواند بر ظرفیتهای و قابلیت های اجتماعی، تحصیلی و حرفه ای فرد در سرتاسر عمر آسیب برساند (دیویس، مانسن و تارزا^۲، ۲۰۰۹). به عقیده میلر^۳ (۲۰۰۷) اضطراب اجتماعی یک ترس مشخص و مزمن از یک یا چند موقعیت اجتماعی است که فرد خود را در معرض موشکافی به وسیله دیگران می بیند و می ترسد مبادا کاری انجام دهد که باعث خجالت باشد یا تحقیر آمیز به نظر آید. شلنکر و لیری^۴ (۱۹۸۲) قبلاً اضطراب اجتماعی را بعنوان اضطرابی که منتج از وجود احتمال ارزیابی شخصی خود و یا ترس از شکست اجتماعی و مورد انتقاد واقع شدن می باشد، تعریف کرده اند. شکل بالینی و شدید اضطراب اجتماعی، طبق راهنمای تشخیص و آماری اختلال های روانی فوبی اجتماعی نامیده می شود که با ترس غیر منطقی، مشخص و پابرجا از موقعیت های اجتماعی که یک پاسخ اضطرابی را برانگیخته و به طرز قابل ملاحظه ای در زندگی روزانه فرد اختلال ایجاد می نماید، مشخص می شود. این ترس مشخص از نقص اجتماعی شامل هم عقاید مربوط به ارزشیابی خود و هم ارزشیابی توانایی های خود در موقعیت های اجتماعی است. وجود اضطراب اجتماعی غالباً هنگامی که تشخیص فوبی اجتماعی، مناسب، آسان یا عملی نباشد، مطرح و مورد آزمون قرار می گیرد (وان روی، کریستنسن، گرو هولت و کلنچ - آس^۵، ۲۰۰۹). پژوهشها پیشنهاد می کنند که اضطراب اجتماعی بر روی پیوستاری قرار می گیرد که در یک قطب آن فوبی اجتماعی و در قطب دیگر آن افزایش چشمگیر اضطراب در موقعیت های اجتماعی قرار دارد (نورتون، کاکس، هویت و مکلود^۶، ۱۹۹۷). به عقیده شلنکر و لیری (۱۹۸۲) دو عامل تبیین کننده اضطراب اجتماعی، یکی شامل ترس از ارزیابی منفی است (منعکس کننده نگرانی های خاص در خصوص موقعیتهایی معمولی) و دیگری خودپنداره منفی (منعکس کننده نگرانی های فرد در مورد شکستهای اجتماعی و

۱. Social Anxiety

۲. Davis, Munson & Tarcza

۳. Miller

۴. Schlenker & Leary

۵. Van Roy, Kristensen, Grohott & Clench-Aas

۶. Norton, Cox, Hewitt & McLeod

مورد انتقاد واقع شدن) است. با توجه به گزارش شیوع بالایی از اختلال اضطراب اجتماعی در پژوهش سردارآبادی و شیرازی (۱۳۸۵) در یک نمونه ۳۷۵ نفری از دانشجویان دختر و پسر به ویژه در بین دختران (۷۷/۶ درصد کل نمونه) و نیز تاثیر این مشکل بر مهارتهای کلامی، سخن گفتن و حضور در جمع، ارتباط کلامی با دیگران و نیز پائین بودن کنترل اجتماعی و بیانگری اجتماعی و در نتیجه اثرگذاری بر عملکرد تحصیلی (استراهان، ۲۰۰۲)، و بر انجام وظائف حرفه ای و مشکلات شغلی (آبراهامسون، ۲۰۰۹) و اینکه هنوز علت خاص این اختلال از نظر پژوهشگران مشخص نمی باشد (موری، ۲۰۱۰) و سرانجام بدلیل کمبود یا فقدان پژوهش های انجام شده بر عوامل واسطه ای یا پیش بین این اختلال، این پژوهش با هدف شناخت عوامل همبسته و پیش بین اضطراب اجتماعی و به منظور شکل دادن ملاحظات درمانی بویژه در محیط های دانشجویی و در بین دختران دچار این مشکلات به انجام رسید.

از بین متغیرهای زیادی که گمان می روند در رشد اضطراب اجتماعی مشارکت داشته باشند (اسپنس، رونووان، برچمن-توسانت^۴، ۱۹۹۹) خود اثربخشی^۵ است که تحقیقات نشان داده به لحاظ نظری در تعداد زیادی از مقولات هیجانی از جمله در ظهور اضطراب اجتماعی دارای رابطه و نقش می باشد (لیری و آرتون^۶، ۱۹۸۶، موریس^۷، ۲۰۰۲، هاسندوتیر و آلدیک^۸، ۲۰۰۷، موری، ۲۰۱۰). بندورا^۹ (۱۹۷۷) خودکارآمدی را اعتقاد یک فرد مبنی بر اینکه می تواند به نحو موفقیت آمیزی عمل نموده تا به پیامدها و نتایج دلخواه و مورد انتظار برسد، تعریف نموده است. به عقیده شرر و همکارانش^{۱۰} (۱۹۸۲) این عقیده تأثیری قوی بر تسلط فرد از انتظارات خود داشته و بعنوان بخشی از عقاید و انتظارات افراد از خودشان، نقش مهمی در شکل گیری و دوام اضطراب اجتماعی ایفاء می کند.

لیری و آرتون (۱۹۸۶) رابطه خاص بین خوداثربخشی و اضطراب اجتماعی را با مطرح کردن نظریه انتظار اثربخشی خود-نمایشی^{۱۱}، تبیین کردند و آن را به معنای انتظار رفتار نمودن به یک شیوه خاص برای انتقال یک اثرگذاری عمدی^{۱۲} دانستند. آنان بیان می کنند که هرچه عقاید یا انتظارات فرد مثبت تر باشد، اضطراب اجتماعی که یک فرد تجربه می کند، کمتر خواهد بود، و بالعکس، چنانچه فردی معتقد باشد نمی تواند در یک موقعیت اجتماعی بدرستی عمل نماید، این فقدان اعتماد به خود

۱. Strahan

۲. Abrahamsohn

۳. Moree

۴. Spence, donavan, Berchman-Toussaint

۵. Self-Efficacy

۶. Leary & Atherton

۷. Muris

۸. Hannnesdottir and Ollenkick

۹. Bandura

۱۰. Sherer & et al

۱۱. Self-presentation efficacy expertancy

۱۲. Intended impression

ممکنست منجر به افزایش سطوح اضطراب شده و ممکنست ادارهٔ ماهرانهٔ آن موقعیت را کاهش دهد (لیری و آرتون، ۱۹۸۶).

ویلر و لاد (۱۹۸۲) در پژوهش خود دریافتند که خوداثر بخشی اجتماعی با احساسات اضطراب اجتماعی در یک نمونهٔ ۱۳۸ نفری دارای همبستگی معنی داری به میزان ۴۱٪ می باشد. ماتسو و آرایبی^۲ (۱۹۹۸) نیز در دو مطالعهٔ خود بر روی رابطهٔ بین خود اثر بخشی و اضطراب اجتماعی در یک نمونهٔ ۴۳۶ نفری دریافتند که سطوح پائین تری از خود اثر بخشی به طور مستمر با سطوح بالاتری از اضطراب اجتماعی همراه می باشد. موریس (۲۰۰۲) رابطه خوداثر بخشی را در سه حوزهٔ هیجانی، تحصیلی و اجتماعی با چندین نوع از مشکلات اضطرابی (همچون فوبی اجتماعی، اختلالات اضطراب منتشر و اختلال اضطراب جدایی) در نوجوانان ۱۲ تا ۱۹ ساله مورد مطالعه قرار داد و یافته های وی نشان داد که سطوح پائین تری از خود اثر بخشی با سطوح بالاتری از اضطراب بویژه اضطراب اجتماعی دارای همبستگی می باشد. موریس (۲۰۰۲) همچنین دریافت که خوداثر بخشی اجتماعی پیش بین کنندهٔ بهتری برای اختلال های اضطرابی است تا برای اختلال های افسردگی. یافته های هاسندویتر و آلدیک (۲۰۰۷) در مطالعه ای بر روی تفاوت های بالقوه بین خوداثر بخشی و تاثیر آن بر اضطراب اجتماعی درون پهنه ای از روابط اجتماعی مختلف، با استفاده از نمونه ای شامل ۱۵۹ کودک ۱۰ تا ۱۴ ساله، نشان داد که خود اثر بخشی بیشتر از نوع موقعیت خاص اجتماعی می تواند شاخص میزان اضطراب اجتماعی در افراد باشد. از سوی دیگر دویتر^۳ (۲۰۰۴) نیز طی تحقیقی نشان داد که میزان خوداثر بخشی زنان نسبت به مردان کمتر بوده که این خود می تواند عاملی مؤثر بر میزان حضور در اجتماع این قشر باشد و احتمالاً به همین دلیل زنان در نقشهای اجتماعی و پستهای مدیریتی به میزان کمتری دیده می شوند. وی همچنین بر اساس این تحقیق متوجه شد که میزان احساس خود کار آمدی، بر عملکرد تحصیلی نیز افراد اثر شایانی دارد.

خیر، صفری و همکاران (۱۳۸۷) در مطالعهٔ خود بر روی ۸۳۰ دانش آموز دبیرستانی شامل ۴۲۹ دختر و ۴۰۱ پسر در شیراز، اثر واسطه گری توجه متمرکز- بر خود و خود اثر بخشی اجتماعی را بر اضطراب اجتماعی و سوگیری های داوری بررسی نموده و دریافتند که خو اثر بخشی اجتماعی و توجه متمرکز- بر خود، با اختلال اضطراب اجتماعی دارای همبستگی معناداری است و بر این مبنای خوداثر بخشی در موقعیت های اجتماعی می تواند تعیین کننده اضطراب اجتماعی دانسته شود. موری (۲۰۱۰) در بررسی رابطه بین خوداثر بخشی، خود گویی های منفی و اضطراب اجتماعی در کودکان دریافت که رابطه خوداثر بخشی با اضطراب اجتماعی بوسیلهٔ خود گویی های منفی مرتبط با خوداثر بخشی، تبیین می گردد و خود گویی های منفی است که خوداثر بخشی را بعنوان پیش بین اضطراب اجتماعی مطرح می نماید. قبلاً نیز در پژوهش کاشدان و رابرتز^۴ (۲۰۰۴) بر روی ۹۱ دانشجوی دختر

۱. Wileere & Ladd

۲. Matsuo & Arai

۳. Dewitz

۴. Kashdan & Roberts

و پسر دارای اختلال اضطراب اجتماعی، معلوم شد که اضطراب اجتماعی بر هیجان، کنجکاوی و خود اثر بخشی اجتماعی از طریق ایجاد توجه متمرکز بر خود اثر می گذارد. توجه متمرکز بر خود باعث گشته که فرد در تلاش برای اجتناب از طرد شدن، رفتارهای دوستانه و مقبول تری از نظر اجتماعی نشان دهند.

در تلاش برای یافتن عناصر روانی - اجتماعی خود - حمایت گرانه مرتبط با اضطراب اجتماعی، مقبولیت اجتماعی^۱ نیز از سوی برخی محققین بعنوان یکی از عوامل مرتبط با اضطراب (دادس، پرین و یول^۲، ۱۹۹۷) و نیز با اضطراب اجتماعی (پائولاس^۳، ۲۰۰۴، نقل از راگوزینو^۴، ۲۰۰۹)، لیری و کوواسکی^۵، ۱۹۹۵، شلنکر و لیری، ۱۹۸۲، هولت گریورز، ۲۰۰۴ به نقل از راگازینو، ۲۰۰۹) مطرح شده است. طبق تئوری خود-نمایشی اضطراب اجتماعی (لیری و کوواسکی، ۱۹۹۵، شلنکر و لیری، ۱۹۸۲) افراد زمانی دچار اضطراب اجتماعی می شوند که برانگیخته می گردند تا اثر مطلوبی از خود بر دیگران بگذارند، طبق این تئوری، پیش بینی می گردد که وقتی افراد برانگیخته اند تا تاثیر مطلوب ویژه ای از خود بر دیگران بجای نهاده و مهم تر از آن با تردید در این که آیا در این اثر گذاری مطلوب، موفق خواهند شد یا خیر، شدت اضطراب اجتماعی شان افزایش می یابد. بر این اساس به نظر پائولاس (۲۰۰۴، نقل از راگازینو، ۲۰۰۹) مقبولیت اجتماعی یا همان گرایش به پاسخ دادن به شیوه ای که فرد بهتر به نظر دیگران برسد، می تواند به دو طریق با اضطراب اجتماعی ارتباط یابد، یکی از طریق افزایش خود-فریبی^۶ و دیگری مدیریت^۸ اثر گذاری. افزایش خود-فریبی شیوه ای خود کار و غیر عمد برای در نظر گرفتن خود بصورت بسیار مثبت است، در حالی که مدیریت اثر گذاری، یک نوع پاسخهای هدفمند و ارادی برای مثبت تر جلوه دادن خود در نزد دیگران است. به عقیده کراون و مارلو^۹ (۱۹۶۰، نقل از راگازینو، ۲۰۰۹) افراد دارای ویژگی مقبولیت اجتماعی، سعی دارند با اغراق نمودن در صفات مثبت و انکار صفات منفی شان، خود را بسیار اخلاقی، درستکار و مبرا به نظر برسانند. بر این اساس هر عامل، یا موقعیت یا صفتی که با داشتن انگیزش بالا برای انتقال اثرات مطلوب بر دیگران، یا با اعتماد کم به توانایی خود برای ایجاد این اثرات مطلوب و دلخواه بر دیگران، رابطه داشته باشد می تواند اضطراب اجتماعی را افزایش دهد (گافمن^{۱۰}، ۱۹۵۹، شلنکر^{۱۱}، ۱۹۸۰، لیر^{۱۲}، ۱۹۹۵؛ نقل از لیری و کوواسکی، ۱۹۹۸).

۱. Self-focus attention
۲. Social desirability
۳. Dadds, Perin and Yule
۴. Paulhus
۵. Ragozzino
۶. Leary & Kowalski
۷. Self-deceptive enhancement
۸. Imperssion-management
۹. Crown & Marlowe
۱۰. Goffman
۱۱. Schlenker
۱۲. Leary

کروزیرو و آلدن^۱ (۲۰۰۵) نیز در مطالعه ای برای بررسی رابطه بین مقبولیت اجتماعی و اضطراب اجتماعی در کودکان دریافتند که کودکان دچار اضطراب اجتماعی در پاسخ به انجام تکالیف و اندازه گیری ها، جوابهایی با مقبولیت اجتماعی می دهند، آنان بر مبنای تحقیقات قبلی و پژوهش خود دریافتند که کودکان مضطرب نگرانی هایی در مورد ابراز خود داشته و ترس و حساسیت مفرط آنها به ارزیابی منفی دیگران و عملکرد اجتماعی ضعیف آنان سبب می شود که پاسخهایی دارای مقبولیت اجتماعی بالاتر بدهند (کندال و فلانرگ - شرودر^۲، ۱۹۹۸، شنیرینگ و همکاران^۳، ۲۰۰۰ به نقل از کروزیرو و آلدن، ۲۰۰۵). در تحقیق گراسبارد، کامینگ، استنداج، اسمیت و اسمال^۴ (۲۰۰۷)، نقل از لیری و هویلی^۵ (۲۰۰۹) معلوم شد که مقبولیت اجتماعی رابطه منفی با اضطراب اجتماعی عملکرد در زنان دارد. پژوهشها بین مقبولیت اجتماعی و نمرات خود اثر بخشی نیز همبستگی بالایی بدست داده اند (سیلورتون و گکوسکی^۶، ۱۹۹۵، نقل از لیری و هویلی، ۲۰۰۹). این دو محقق بر مبنای روش تحلیل رگرسیون نشان دادند که مقبولیت اجتماعی کراون و مارلو، رابطه قوی با نمرات مقیاس خوداثر بخشی و سازگاری داشته است. در تحقیق گراودال و سندال^۷ (۲۰۰۵)، نقل از لیری و هویلی (۲۰۰۹) نیز با مطالعه بر روی ۲۳۷ دانشجو برای بررسی رابطه خود اثر بخشی، استراژی های مقابله ای و مکانیزم های دفاعی، معلوم شد که مقبولیت اجتماعی یکی از عوامل مقابله ای فعال مرتبط با خود اثر بخشی می باشد. به عقیده موری (۲۰۱۰) خود اثر بخشی می تواند با داشتن رابطه با سایر متغیرهای مرتبط با اضطراب اجتماعی، مانند خود-گوئی های منفی^۸، نقش بزرگی در پدیدار شناسی و استمرار اضطراب اجتماعی داشته باشد.

در کل به لحاظ گزارش شیوع بالای اضطراب اجتماعی در دانشجویان به ویژه دختران دانشجو (سردار آبادی و شیرازی، ۱۳۸۵) و اهمیت توجه به وضعیت سلامت روانی دانشجویان که در حال گذراندن دوران حساسی برای دسترسی به اهداف آینده، موفقیت های اجتماعی، تحصیلی، و آینده شغلی می باشند و کمبود پژوهش های مرتبط با بررسی حاضر در جمعیت بزرگسال دانشجویی ایران، در این تحقیق پژوهشگر با بررسی رابطه بین خود اثر بخشی و مقبولیت اجتماعی با اضطراب اجتماعی دانشجویان دختر دانشگاه آزاد اسلامی واحد آبادان، به دنبال یافتن این پرسش علمی بود که آیا بین خوداثر بخشی، مقبولیت اجتماعی با اضطراب اجتماعی رابطه وجود دارد؟ تا با شناسایی و درک رابطه بین عواطف، هیجانها و فرایندهای شناختی دارای نقش در اضطراب اجتماعی، بتواند گامی در جهت یافتن راهکارهای پیشگیری و مداخله موثر درمانی بردارد.

۱. Crozier & Alden

۲. Kendall & Flannerg-Schroeder

۳. Schniering & et al.

۴. Grassbard, Cumming, Standage, Smith & Small

۵. Leary & Hoyle

۶. Silverthorn & Gekoski

۷. Gravdal & Sandal

۸. Negative self-statements

روش پژوهش

جامعه آماری و روش نمونه گیری

در این پژوهش جامعه آماری شامل کلیه دانشجویان دختر دانشگاه آزاد اسلامی واحد آبادان در سال تحصیلی ۹۰-۸۹ بودند. تعداد افراد نمونه ۱۰۰ نفر بودند که با روش نمونه گیری تصادفی چند مرحله ای از جامعه آماری انتخاب شدند. به این صورت که در مرحله اول از بین تمام رشته های مختلف دارای دانشجوی مختلط در روز خاص آزمون بصورت تصادفی کلاسهای پنج رشته پرستاری، مامائی، حسابداری، مدیریت، آموزش زبان انگلیسی تعیین شدند و سپس، از بین کلاسهای مذکور، یک کلاس انتخاب شد و از جمعیت هر کلاس طبق لیست اسامی دروس، ۲۰ نفر از دختران انتخاب شدند و پس از جلب همکاری آنان، مورد آزمون قرار گرفتند.

ابزار پژوهش

الف) پرسشنامه اضطراب اجتماعی (SAD^۱ و FNE^۲): این پرسشنامه به منظور بررسی و ارزیابی مشکلات و مسائل بیماران روانی که دارای روابط نامتعادل خانوادگی و عدم پیروی از هنجارهای اجتماعی هستند و منجر به بستری شدن آنها در بیمارستان می شود و همچنین وقتی افراد در مقایسه خود و دیگران در وضعیت های اجتماعی مضطرب می شوند و ممکنست نسبت به ارزیابی های دیگران راجع به خودشان دلواپس شوند، بوجود آمده است (عسگری، حیدری و همکاران، ۱۳۸۸). در ایران این پرسشنامه توسط ابراهیمی قوام (۱۳۶۵) بر روی ۲۰۰ نفر از دانش آموزان در دامنه سنی ۱۷-۱۱ سال اجراء گردید. پس از ترجمه و ویرایش ادبی آن مورد بررسی مقدماتی قرار گرفت و بر روی نمونه آزمون فرضیه ها اجراء گردید (بهارلویی، ۱۳۷۷). این آزمون دارای دو خرده مقیاس اجتناب اجتماعی و ترس از ارزشیابی منفی. و دارای ۵۸ ماده است که ۲۸ ماده مربوط به اجتناب اجتماعی و ۳۰ ماده آن مربوط به ترس از ارزشیابی منفی است. در خرده مقیاس اول (اجتناب اجتماعی) ۱۵ ماده پاسخ مثبت و ۱۳ ماده پاسخ منفی دارد و نمره بالاتر در آن نشانه اجتناب و پریشانی اجتماعی است. اما در خرده مقیاس دوم (ترس از ارزشیابی منفی) ۱۷ ماده پاسخ مثبت و ۱۳ ماده پاسخ منفی دارد و نمره بالاتر در آن نشانه ترس از ارزشیابی منفی بیشتر است. نمره کل با اضافه کردن مجموع تعداد پاسخهای «نادرست» برای بقیه ماده ها حاصل می شود. پیوستار پاسخها صفر و یک به هر پاسخ اختصاص یافته است (شفیعی نژاد، ۱۳۸۲). اعتبار این پرسشنامه برای اجتناب اجتماعی برابر ۰/۶۸ و برای ترس از ارزشیابی منفی برابر ۰/۷۸ گزارش شده است (واتسون و فرند، ۱۹۶۹). مهرابی زاده و همکاران (۱۳۷۸)، اعتبار این مقیاس را با استفاده از روش سازه ۰/۸۵ و با خرده مقیاس اضطراب اجتماعی ۰/۶۷ گزارش کرده اند و همچنین آنها ضریب پایایی این پرسشنامه را از طریق آلفای کرونباخ و روش باز آزمائی، به ترتیب، ۰/۹۲ و ۰/۸۹ گزارش دادند. در پژوهش حاضر نیز پایایی پرسشنامه اضطراب اجتماعی

۱. Social Avoidance and Distress

۲. Fear Negative evaluation

۳. Watson & Friend

با دو روش آلفای کرونباخ و تنصیف محاسبه گردید که به ترتیب برابر ۰/۸۸ و ۰/۶۴ می باشد که بیانگر ضریب پایایی قابل قبول پرسشنامه مذکور است.

ب) مقیاس خود اثر بخشی (۱) (GSE): این مقیاس توسط اولندیک و همکاران^۱ (اولندیک، ۱۹۸۴، اوزولد و کرو^۲، ۱۹۸۶؛ نقل از عسگری و همکاران، ۱۳۸۶) ساخته شده است و مبتنی بر نظریه یادگیری اجتماعی بندورا می باشد. این مقیاس ۱۷ ماده ای، خود گزارش دهی و مداد کاغذی و از نظر فهم برای افراد ۱۴ سال به بالا نوشته شده است. ضریب پایایی آزمون در تحقیقات قبلی از طریق اسپیرمن - براون با طول برابر ۰/۷۶ و با طول نابرابر ۰/۷۶ و از روش دونیمه کردن گاتمن برابر ۰/۷۶ بدست آمده و آلفای کرونباخ با همسانی کلی سئوالات برابر ۰/۷۹ به دست آمد که رضایت بخش می باشد. این آزمون دارای دو نوع اعتبار است: اعتبار سازه ای و اعتبار ملاکی. در تحقیقات پیشین این پرسشنامه با مقیاس کنترل درونی - بیرونی راتر همبستگی منفی و متوسط داشت و همچنین دو پرسشنامه خود اثر بخشی با مقیاس مربوط به موفقیت های نظامی، حرفه ای و آموزشی، خود اثر بخشی پیش بینی کننده و ویژگی مذکور در آزمودنی ها بود (براتی بختیاری، ۱۳۷۵). در تحقیق حاضر برای تعیین پایایی پرسشنامه خود اثر بخشی نیز از روش آلفای کرونباخ و تنصیف استفاده شد که برای کل پرسشنامه به ترتیب برابر ۰/۸۳ و ۰/۷۷ می باشد که بیانگر ضرایب پایایی قابل قبول پرسشنامه مذکور می باشد.

پ) پرسشنامه مقبولیت اجتماعی: این مقیاس که توسط کراون و مارلو^۴ در سال ۱۹۶۰ تهیه شده است، دارای ۳۳ سؤال است که بصورت صحیح و غلط جواب داده می شود. افرادی که بین ۲۰ تا ۳۲ امتیاز بدست می آورند، به تأییدهای اجتماعی به میزان زیادی توجه می کنند. رفتار واقعی چنین افرادی بسیار همناست و با قواعد و هنجارهای اجتماعی، سازگاری بسیار بالایی نشان می دهد (راتوس، ترجمه گنجی، ۱۳۸۱، نقل از نادری و همکاران، ۱۳۸۶).

در تحقیق باقری (۱۳۸۵) برای تعیین اعتبار این مقیاس آن را با نمرات پرسشنامه تأیید خویشتن راتوس همبسته کرد و مشخص شد که بین این دو، رابطه مثبت معنی داری وجود دارد ($p < 0.001$ و $r = 0.52$). هم چنین با استفاده از روش آلفای کرونباخ و تنصیف ضرایب پایایی آن را به ترتیب برابر با ۰/۷۴ و ۰/۵۸ به دست آمد که بطور کلی حاکی از ضرایب پایایی قابل قبول می باشد.

در تحقیق حاضر نیز برای تعیین پایایی پرسشنامه مقبولیت اجتماعی با استفاده از روش آلفای کرونباخ و تنصیف بترتیب مقادیر برابر با ۰/۷۰ و ۰/۶۰ بدست آمد که بطور کلی بیانگر ضرایب پایایی قابل قبول پرسشنامه یاد شده می باشد.

۱. General Self-Efficacy

۲. Oalandik & et al

۳. Ozold & Croow

۴. Crown & Marlow

یافته‌های پژوهش

یافته‌های توصیفی

یافته‌های توصیفی این پژوهش شامل شاخص‌های آماری مانند میانگین، انحراف معیار، حداکثر، حداقل برای کلیه متغیرهای مورد مطالعه در این پژوهش در جدول شماره ۱ ارائه شده است.

جدول ۱: میانگین، انحراف معیار، حداقل و حداکثر نمره آزمودنی‌ها در متغیر خود اثربخشی، مقبولیت اجتماعی و اضطراب اجتماعی

تعداد	حداکثر	حداقل	انحراف معیار	میانگین	شاخص‌های آماری
					متغیر
۱۰۰	۷۹	۴۱	۹/۲۴	۶۰/۲۹	خود اثربخشی
	۲۸	۸	۴/۳۸	۱۹/۴۸	مقبولیت اجتماعی
	۴۸	۵	۹/۵۹	۲۶/۹۱	اضطراب اجتماعی
	۲۵	۲	۵/۰۷	۱۰/۹۲	اجتناب و پریشانی اجتماعی
	۲۷	۳	۶/۲۵	۱۵/۹۹	ترس از ارزیابی منفی

همان طوری که در جدول شماره ۱ مشاهده می‌شود در متغیر خود اثربخشی میانگین و انحراف معیار به ترتیب ۶۰/۲۹ و ۹/۲۴، در متغیر مقبولیت اجتماعی ۱۹/۴۸ و ۴/۳۸، در متغیر اضطراب اجتماعی ۲۶/۹۱ و ۹/۵۹، در متغیر اجتناب و پریشانی اجتماعی ۱۰/۹۲ و ۵/۰۷ و در متغیر ترس از ارزیابی منفی میانگین و انحراف معیار به ترتیب ۱۵/۹۹ و ۶/۲۵ می‌باشد.

ب) یافته‌های مربوط به فرضیه‌های پژوهش

فرضیه اول: بین خود اثربخشی و اضطراب اجتماعی دانشجویان دختر رابطه وجود دارد.

جدول ۲: ضرایب همبستگی ساده بین خود اثربخشی و اضطراب اجتماعی دانشجویان دختر

تعداد نمونه (n)	سطح معنی داری (p)	ضریب همبستگی (r)	شاخص آماری	متغیر پیش بین
			متغیر ملاک	خود اثربخشی
۱۰۰	۰/۰۰۰۱	-۰/۶۰	اضطراب اجتماعی	

همان طوری که در جدول شماره ۲ مشاهده می‌شود بین خود اثربخشی و اضطراب اجتماعی دانشجویان دختر رابطه منفی معنی داری وجود دارد ($r = -0.60$ و $p = 0.0001$). بنابراین فرضیه اول تأیید می‌گردد. به عبارت دیگر، با افزایش خود اثربخشی دانشجویان دختر، اضطراب اجتماعی آنان کاهش یافته است.

فرضیه دوم: بین پذیرش اجتماعی و اضطراب اجتماعی دانشجویان دختر رابطه وجود دارد.

جدول ۳: ضرایب همبستگی ساده بین مقبولیت اجتماعی و اضطراب اجتماعی دانشجویان دختر

متغیر پیش بین	شاخص آماری متغیر ملاک	ضریب همبستگی (r)	سطح معنی داری (p)	تعداد نمونه (n)
مقبولیت اجتماعی	اضطراب اجتماعی	-۰/۲۳	۰/۰۲۰	۱۰۰

همان طوری که در جدول شماره ۳ ملاحظه می شود بین مقبولیت اجتماعی و اضطراب اجتماعی دانشجویان دختر رابطه منفی معنی داری وجود دارد ($p=0/020$ و $r=-0/23$). بنابراین فرضیه دوم تأیید می گردد. به عبارت دیگر، هر چه میزان مقبولیت اجتماعی دانشجویان دختر افزایش می یابد به همان اندازه اضطراب اجتماعی آنان کاهش پیدا می کند.

فرضیه سوم: خود اثر بخشی و مقبولیت اجتماعی با اضطراب اجتماعی دانشجویان دختر رابطه چند گانه دارند.

جدول ۴: ضرایب همبستگی چندگانه خود اثر بخشی و مقبولیت اجتماعی با اضطراب اجتماعی دانشجویان دختر با روش الف «ورود (Enter)» و ب «مرحله ای (Stepwise)»

الف	شاخصهای آماری متغیرهای پیش بین ملاک	همبستگی چندگانه MR	ضریب تعیین RS	ضرایب رگرسیون (β)	
				نسبت F احتمال P	۱
۱- خود اثر بخشی	۰/۶۰	۰/۳۶	۰/۶۰	F=۵۵/۷۵ p=۰/۰۰۰۱	$\beta=-0/60$ $t=-7/46$ $p=0/0001$
					۲- مقبولیت اجتماعی
ب	شاخصهای آماری متغیرهای پیش بین ملاک	همبستگی چندگانه MR	ضریب تعیین RS	ضرایب رگرسیون (β)	
				نسبت F احتمال P	خود اثر بخشی
۱- خود اثر بخشی	۰/۶۰	۰/۳۶	۰/۶۰	F=۵۵/۷۵ p=۰/۰۰۰۱	$\beta=-0/60$ $t=-7/46$ $p=0/0001$

همان طوری که در جدول شماره ۴ نشان داده شده است، طبق نتایج حاصل از تحلیل رگرسیون با روش ورود مکرر، ضریب همبستگی چند متغیری برای ترکیب خطی خود اثر بخشی و مقبولیت اجتماعی با اضطراب اجتماعی دانشجویان دختر برابر با $MR=0/60$ و $RS=0/36$ می باشد که در سطح $p=0/0001$ معنی دار می باشد. بنابراین فرضیه سوم تأیید می گردد. با توجه به مقدار ضریب تعیین (RS)، مشخص

شده که ۳۶ درصد واریانس اضطراب اجتماعی دانشجویان دختر توسط متغیرهای پیش بین قابل تبیین می باشد. همچنین با توجه به قسمت «ب» جدول مذکور مشاهده می شود که از میان متغیرهای خود اثر بخشی و مقبولیت اجتماعی به عنوان متغیرهای پیش بین، تنها متغیر خود اثر بخشی پیش بینی کننده برای اضطراب اجتماعی دانشجویان دختر می باشد و مقبولیت اجتماعی در پیش بینی کنندگی اضطراب اجتماعی نقشی ایفانمی کند.

بحث و نتیجه گیری

بر اساس سؤال مطرح شده، این پژوهش بدنبال آن بود تا مشخص نماید «آیا بین خود اثر بخشی و مقبولیت اجتماعی با اضطراب اجتماعی در دانشجویان دختر رابطه وجود دارد؟ «طبق یافته های حاصل از این تحقیق بین خود اثر بخشی و اضطراب اجتماعی دانشجویان دختر رابطه منفی معنی دار مشاهده شد ($r = -0/60$ و $p = 0/0001$). به عبارت دیگر با افزایش خود اثر بخشی دانشجویان، اضطراب اجتماعی آنان کاهش یافته است. بنابر این فرضیه اول تایید شد. نتایج حاصل از این فرضیه با یافته های تحقیقات موری (۲۰۱۰)، خیر و همکاران (۱۳۸۷)، هانسدویترو آلدنیک (۲۰۰۷)، کاشدان و رابرتز (۲۰۰۴)، موریس (۲۰۰۲)، ماتسو و آرایبی (۱۹۹۸)، ویلر و لاد (۱۹۸۲) همخوانی دارد.

در تبیین یافته حاضر چنین می توان استنباط کرد که، احتمالاً خود اثر بخشی بعنوان بخشی از عقاید و انتظارات دانشجویان از خودشان، نقش مهمی در شکل گیری اضطراب اجتماعی ایفاء می کند. هرچه عقاید یا انتظارات فرد از خود مثبت تر باشد، اضطراب اجتماعی که تجربه می کند، کمتر خواهد بود و بالعکس، چنانچه فردی معتقد باشد که نمی تواند در یک موقعیت اجتماعی به درستی عمل نماید، این فقدان اعتماد احتمالاً منجر به افزایش سطوح اضطراب شده و ممکن است کنترل ماهرانه آن موقعیت را کاهش دهد. همانطور که لیری و آترون (۱۹۸۶) در نظریه انتظار اثر بخشی خود -نمایشی نیز مطرح نمودند، خود اثر بخشی از طریق دستکاری شناختی بویژه از طریق خود گوئی های منفی، توجه متمرکز بر خود و سوگیری های داوری می تواند با اضطراب اجتماعی دارای رابطه باشد. دانشجویانی که احساس خود اثر بخشی مثبت و بالا داشته باشند، از موقعیت های اجتماعی هراس نداشته، در بحث ها و فعالیت های کلاسی و تحصیلی شرکت نموده و بدون ترس از ارزیابی منفی یا تحقیر، روابط اجتماعی رضایت بخشی خواهند داشت.

از سوی دیگر در تحقیق حاضر مشاهده شد، بین مقبولیت اجتماعی و اضطراب اجتماعی دانشجویان رابطه منفی معنا دار وجود دارد ($r = -0/23$ و $p = 0/020$). به عبارت دیگر هرچه میزان مقبولیت اجتماعی دانشجویان دختر افزایش می یابد، به همان اندازه اضطراب اجتماعی آنان کاهش پیدا می کند. بنابر این فرضیه دوم نیز تایید می شود. نتایج حاصل از فرضیه با یافته های تحقیقات گامنیگ و همکاران (۲۰۰۷)، کرویزر و آلدن (۲۰۰۵)، پائولاس (۲۰۰۴)، هولت گریوز (۲۰۰۴)، لیری و کوالسکی (۱۹۹۵)، شلنکر و لیری (۱۹۸۲)، همخوانی دارد.

در تبیین یافته های حاصل از بررسی این فرضیه می توان به نظر کرویزر و آلدن (۲۰۰۵) اشاره کرد.

برای دانشجویان احساس مورد پذیرش واقع شدن احساس مهمی است و برای اینکه پذیرفته شوند بایستی پاسخهای مطلوب ارائه دهند. افزایش مقبولیت اجتماعی می تواند ترس از ارزیابی منفی و عملکرد اجتماعی ضعیف در افراد دارای اضطراب اجتماعی بالا را کاهش دهد. به عقیده کرویزر و آلدن افراد دارای اضطراب اجتماعی در پاسخ به انجام تکالیف و اندازه گیری ها، برای کنترل نمودن سطح اضطراب و نگرانی هایشان در مورد ارزیابی های دیگران، بجای پاسخهای واقعی و قابل اعتماد، جوابهایی با مقبولیت اجتماعی بالا می دهند و لذانمره اضطراب اجتماعی آنان در ارزیابی ها کاهش پیدا می کند. دادن پاسخهایی با مقبولیت اجتماعی بالا نیاز فرد برای کنترل اضطرابهای ناشی از ارزیابی دیگران و چگونه جلوه نمودن خود در برابر ارزیابی های دیگران را نشان می دهد. به عقیده کراون و مارلو نیز، افراد دارای ویژگی مقبولیت اجتماعی سعی دارند با اغراق نمودن در صفات مثبت و انکار صفات منفی، خود را بسیار خوب جلوه دهند. طبق نظریه خود-نمایشی اضطراب اجتماعی، پیش بینی می شود وقتی افراد برانگیخته اند تا تاثیر مطلوب ویژه ای از خود بر دیگران بجای بگذارند شدت اضطراب اجتماعی شان افزایش می یابد، بنابر این هر چه در افراد احساس مورد پذیرش قرار گرفتن توسط دیگران بالا بوده و اعتماد به توانایی های خود برای ایجاد اثرات مطلوب در دیگران بالاتر باشد، ترس از ارزیابی منفی و مورد انتقاد واقع شدن و در نتیجه اضطراب اجتماعی آنان کمتر خواهد گشت.

همچنین بر اساس یافته های حاصل از این پژوهش، بین میزان خود اثر بخشی و مقبولیت اجتماعی با اضطراب اجتماعی رابطه چند گانه معنادار وجود دارد. به عبارت دیگر افزایش اضطراب اجتماعی، کاهش خود اثر بخشی و کاهش احساس مقبولیت اجتماعی را در پی دارد. بنابر این فرضیه سوم تأیید می گردد. نتایج حاصل از این فرضیه با یافته های تحقیقات پژوهشگرانی همچون لیری و آرتون (۱۹۸۶)، سیلورتون و گکوسکی (۱۹۹۵)، گراودال و سندال (۲۰۰۵)، کاشدان و رابرتز (۲۰۰۴)، لیری و کووالسکی (۱۹۹۸)، کرویزر و آلدن (۲۰۰۵)، موری (۲۰۱۰) همخوانی دارد.

در تبیین یافته حاضر می توان چنین استنباط کرد که طبق تئوری خود-نمایشی اضطراب اجتماعی لیری و کووالسکی (۱۹۹۵) که دربرگیرنده روابط متعامل این سه متغیر می باشد، افراد زمانی دچار اضطراب اجتماعی می شوند که از یک سو برانگیخته اند تا اثر مطلوبی از خود بر دیگران بگذارند و از سوی دیگر نسبت به کارآمدی و توانایی و اثر بخشی خود برای مدیریت این اثر گذاری مقبول، اعتماد نداشته باشند. براین مبنا می توان چنین استدلال کرد که چون دانشجویان دختر برای حضور موفق و داشتن عملکرد مطلوب در عرصه اجتماع و محیط دانشگاهی و برای تطابق و پاسخگویی لازم به نیازهای ارتباطی، خوب سخن گفتن، ابراز وجود و نشان دادن توانائی های درویشان در عملکرد آکادمیک باید عقاید خودآثر بخشی مثبتی داشته باشند، و از طرفی آنان باید بگونه ای رفتار کنند تا از سوی محیط اجتماعی شان، اطرافیان شان و همسالان پذیرفته شوند، در صورت بی اعتمادی شان نسبت به توانایی کلی خود در جلب پذیرش و مقبولیت اجتماعی از سوی دیگران، میزان بالایی از اضطراب اجتماعی را تجربه خواهند نمود. این مسئله خود سبب تنزل بسیاری از ویژگی های مثبت رفتار اجتماعی به شکل عدم برقراری ارتباطات وسیع، نداشتن جراتمندی لازم در ابراز عقیده، دوری از افراد دیگر، ترس از بیان احساسات و گاه احتمال خود کم بینی و احساس

حقارت در فرد می شود بنحوی که مایل به ایجاد ارتباط پویا با دیگران نمی باشند. اما در حالت عکس این وضعیت، افراد می توانند با عقاید خود اثربخشی بالا و مقابله با خود گویی های منفی علاوه برداشتن احساس واقعی مقبول و مورد پذیرش بودن در اجتماع و در بین دیگران، ترس از ارزیابی منفی، انتقاد و شکست در موقعیت های اجتماعی را در خود کاسته و در نتیجه بجای اجتناب از برقراری رابطه با دیگران، با اضطراب اجتماعی خود مقابله موثری نمایند.

در عین حال طی یافته های تحقیق حاضر مشخص شد از بین متغیرهای پیش بین، متغیر خود اثربخشی نسبت به مقبولیت اجتماعی پیش بین کننده بهتری برای متغیر ملاک اضطراب اجتماعی می باشد. این نتیجه نامعمولی نیست و پژوهش های پیشین تایید نموده اند که شرکت کنندگان در مقیاس های خود گزارش دهی پاسخهای سوگیرانه مقبول اجتماعی را آنچنان که دویترز (۲۰۰۴) به نقل از مک کرا و کوستانز گفته بدست می دهند. لذا متغیر مقبولیت اجتماعی با وجود داشتن رابطه با اضطراب اجتماعی، پیش بین معناداری در نمونه دختران دانشجوی این پژوهش برای متغیر ملاک بویژه در آزمون های خود گزارش دهی نیست. طبق تئوری خود-نمایشی اضطراب اجتماعی، برای همه افراد نگرانی هایی در خصوص فقدان شایستگی، جذاب نبودن، غیر اخلاقی جلوه نمودن و نامقبول دانسته شدن از نظر دیگران وجود دارد، و بنا به نقشی که مقبولیت اجتماعی در پذیرش و طرد افراد بازی می کند دارای رابطه با اضطراب اجتماعی می باشد، اما این متغیر خود اثربخشی است که بعنوان فرایند زیربنایی شناختی عقاید و انتظارات فرد در باره داشتن توانایی های کلی برای اداره همه امور شخصی و اجتماعی، شاخص و تعیین کننده اصلی اضطراب فرد در موقعیت های اجتماعی می باشد. طبق نظر بندورا (۱۹۹۷) خود اثربخشی بعنوان قسمتی از باورها و انتظارات فرد از خود می تواند بوسیله قرار دادن استانداردهای بالا، توجه متمرکز بر خود و خود گویی های منفی و سوگیری های داوری، اضطراب اجتماعی را ایجاد نموده و پیش بین خوبی برای آن باشد. در عین حال طبق نظر بندورا عقاید خود اثربخشی ثابت نیستند و می توانند با ارزیابی مستمر اطلاعات جدید تغییر یابند. بر این اساس می توان باروش های شناختی - رفتاری متمرکز بر تغییر عقاید خود اثربخشی و مثبت نمودن آنها، اضطراب اجتماعی را کاهش داد. بر مبنای نتایج تحقیق حاضر پیشنهاد می گردد در کنار سعی در اصلاح ارزیابی های شخصی فرد از خود منجمله احساس مقبولیت و پذیرش اجتماعی، بهتر است در مداخلات درمانی بیشتر به اصلاح و دستکاری افکار و عقاید فرد در مورد ارزشمندی اجتماعیش از نظر دیگران اقدام نمود. شخص دچار اضطراب اجتماعی باید بداند که ارزشمندی وجودی او و توانایی هایش مستقل از نظرات و ارزشیابی های دیگران می باشد. چنین مداخلات فزاینده عقاید خود اثربخشی هم در پیشگیری از ایجاد اضطراب اجتماعی و هم کاهش و درمان آن کمک کننده خواهد بود.

منابع

- باقری، نسترن (۱۳۸۵) تأثیر ورزش اروویک در خودپنداره، تأثیر خویشتن، شادکامی و پذیرش اجتماعی زنان رشت، پایان نامه کارشناسی ارشد روانشناسی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد اهواز.
- براتی بختیاری، سیامک (۱۳۷۵) بررسی رابطه ساده و چندگانه متغیرهای خودآثربخشی و عزت نفس و خودپایی با عملکرد تحصیلی دانش آموزان سال سوم نظام جدید متوسطه شهرستان اهواز، پایان نامه کارشناسی ارشد علوم تربیتی و روانشناسی، دانشگاه شهید چمران اهواز.
- بهارلویی، رویا (۱۳۷۷) رابطه کمال گرایی، هماهنگی مؤلفه های خود پنداشت، جایگاه مهار با اضطراب اجتماعی در دانشجویان با توجه به نقش تعدیل کننده حمایت اجتماعی، پایان نامه کارشناسی ارشد روانشناسی عمومی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد اهواز.
- خیر، محمد، صفری، استوار، لطیفیان، مرتضی، تقوی، محمدرضا، سامانی، سیامک (۱۳۸۷). اثر واسطه گری توجه متمرکز بر خود و خود کارآمدی اجتماعی بر ارتباط میان اضطراب اجتماعی و سوگیری های داوری. فصلنامه روانپزشکی و روانشناسی بالینی ایران، شماره ۵۲، بهار ۸۷، ص ۳.
- سردار آبادی، مهدی، شیرازی، حمید (۱۳۸۵). بررسی میزان شیوع فوبی اجتماعی، اضطراب، افسردگی و استرس در دانشکده علوم تربیتی و روان شناسی دانشگاه فردوسی مشهد، پایان نامه کارشناسی دانشگاه فردوسی مشهد.
- شفیعی نژاد، رویا (۱۳۸۲) رابطه پیشانید های مهم خود ناتوان سازی تحصیلی با این متغیر و ارتباط خود ناتوان سازی تحصیلی با عملکرد تحصیلی، اضطراب اجتماعی و آموزشگاهی دانش آموزان پسر پایه اول راهنمایی شهرستان اهواز، پایان نامه کارشناسی ارشد روانشناسی عمومی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد اهواز.
- عسگری، پرویز، حیدری، علیرضا، نادری، فرح، مرعشیان، فاطمه، نقی پور، سیما، ضمیری، امین (۱۳۸۸). راهنمای آزمونهای روانشناختی. نشر اهواز: دانشگاه آزاد اسلامی، اهواز،
- نادری، فرح، صفرزاده، سحر، مکوندی، فرزانه (۱۳۸۶). بررسی رابطه ابراز وجود و مقبولیت اجتماعی با احساس شادکامی در دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی واحد اهواز. مجله یافته های نو در روان شناسی، سال دوم، شماره ۵.
- مهرابی زاده هنرمند، مهناز، نجاریان، بهمن، بهارلو، رویا (۱۳۷۸) رابطه کمالگرایی و اضطراب اجتماعی در دانشجویان، مجله علمی- پژوهشی روانشناسی، سال سوم، شماره ۳، ص ۲۴۸-۲۳۱.

Abrahamson, R. (2009). The relationship between anxiety, self-efficacy and career interests in university students. UMI/Pro Quest dissertation & theses, NR44673.DAI-B69/12, P., 205.

American psychiatric association. (2000). Diagnostic and statistical manual of mental disorders (4th ed. text rev.). Washington, DC: Author.

Bandura. (1977). Self-efficacy: Toward a unifying theory of behavioral change. psychological Re-

- view , 84,191-215.
- Crozier,W.R.,Alden,L.E.(2005).Social anxiety as a clinical condition.The essential handbook of social anxiety for clinicians. <http://books.google.com>.John Wiley&Sons Ltd.
- Dadds,M.R., perin,S., Yule,w., (1998). Relationship between social desirability and self-repoety in young people.Journal of Abnormal child psychology,volume26,NO.1,311-317,Doi:101023/A:1022610702439
- Davisu,T.E., Munson,M., &Tarzca, E. (2009). Anxiety disorders and phobias.InJ. Matson(Ed.), social behavior and social skills in children (pp.219-244).NewYork:springer science and Busieness Media,LLC.
- Dewitz , M.A. (2004). Exploring the relationship between self-efficacy beliefs and purpose in life. Dissertation for the degree doctor of philosophy in the gradual school of the ohio state university.
- Hannesdottir , D.K.& Ollendick , T.H.(2007). Social cognition and social anxiety among Icelandic school children. Child andi family behavior therapy , 29 , 43-58.
- Kashdan ,T.B.& Roberts,J.E.(2004).Social anxietys impact on affect,curiosity,and social self-efficacy during a high self-focus social treat situation.Cognitive Therapy and Research, Vol. 28, No, 1,119-141.
- Leary,M.R.,&Athorn,S.C. (1986). Self-efficacy, social anxiety, and inhibition hn hnterpersonal encounters.Journal of social and clinical psychology.4(3),256-267.
- Leary,M.L., Hoyle, R.H. (2009). Handbook of individual differences in social behavior.<http://books.google.com>.
- Leary,M.L.,Kowalski,R.M.(1998).Self presentation and social anxiety: Social anxiety as an early warning system.<http://www.mcmaster.ca>.
- Matsuo, N. & Arai, K. (1998). Relationship among social anxiousness, public selfconsciousness, and social self-efficacy in children. Japanese Journal of Educational Psychology, 46, 21–30.
- Miller,C. (2007). Social anxiety disorder (social phobia) symptoms and trea treatment,Journal of clinical psychiatry 2001;62 suppl,12:24-9.
- Moree,B.(2010).The relationship among self-efficacy , negative ,self-statements , and social anxiety in children : A mediation. A thesis submitted to the graduate faculty of the Louisiana state university in partial of the requirements for the degree of master of arts in department of psychology.
- Muris , P.(2002). Relationships between self-efficacy and symptoms of anxiety disorders and depression in a normal adolescent sample. personality and individual differences 32,337-348.
- Norton , G.,Cox , B.J.,Hewitt , P.L.,&McLeod ,. (1997). Personality factors associated with generalized and non-generalized social anxiety. Personality and individual differences , 22,655-66.
- Ragozzino , R.,L.(2009). A study of social desirability and self-steam. 37th Annual wester pennsylvania undergraduated psychology conference. <http://academics.rmu.edu>.
- Schlenker , B.R.&Leary , M.R.(1982). Social anxiety and self-presentation : A conceptualization model. psychological bulletin , 92 , 641-669.
- Sherer, M., Maddux, J. E., Mercandante, B., Prentice-Dunn, S., Jacobs, B., & Rogers, R. W. (1982). The Self-Efficacy Scale: Construction and validation. Psychological Reports, 51, 663-67.
- Spence , S.H. , Donovan , C. , & Breckman – Toussaint , M. (1999). Social skills , social outcomes,

- and cognitive features of childhood social phobia. *Journal of abnormal psychology*, 108 , 211-221.
- Strahan , E. (2002). The effects of social anxiety and social skills on academic performance , personality and individual differences , volume 34 , Issue 2 , pages 347-366.
- Watson, D. & Friend, R. (1969). Measurement of social evaluative anxiety. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 33(4), 448-457.
- Wheeler, V. A. & Ladd, G. W. (1982). Assessment of children's self-efficacy for social interactions with peers. *Developmental Psychology*, 18, 795-805
- Van roy , B. , Kristensen , H. , Groholt , B. , & Clench – Aas , J. (2009). Prevalence and characteristics of significant social anxiety in children aged 8-13 years : A Norwegian cross-sectional population study , *social psychiatry psychiatric epidemiology* , 44 , 407-415.

Archive of SID