

ORIGINAL RESEARCH PAPER

Prediction of Social Anxiety of School Teachers for Special Needs Based on Ruminations and Maladaptive Schemas

S.Motevalizadeh Bafghi¹, H. Pakmehr^{*2}

¹ Master's Student in Educational Researchs, Islamic Azad University, Bafgh Branch, Yazd, Iran.

² Ph.D. in Curriculum Studies, Department of Educational Science, Imam Reza International University, Mashhad, Iran.

ABSTRACT

Keywords:

Early maladaptive schemas;
Rumination;
Social anxiety;
Special needs school;
Teachers.

1 .Corresponding author
Hamideh.pakmehr@gmail.com

Background and Objectives: The aim of this study was to predict social anxiety based on rumination and early maladaptive schemas in teachers for special education. **Methods:** The current research is applied in purpose and descriptive correlational in nature regarding data collection. The statistical population consisted of all the teachers at special needs primary schools in Yazd province during the academic year 2023-2024. A total of 120 individuals were selected through convenience sampling and completed the Social Anxiety Questionnaire by Jerabak (1996), Young's Maladaptive Schemas Questionnaire (1990), and the Rumination Scale by Nolen-Hoeksema and Morrow (1991) online. The data were analyzed using SPSS software and multiple simultaneous regression analysis. **Findings:** The results indicated a significant positive relationship between social anxiety and the total score of rumination, with the component of expressing being able to predict social anxiety among teachers. Additionally, there was a significant positive relationship between social anxiety and the maladaptive schema of abandonment/instability and disconnection/rejection, which was also capable of predicting social anxiety. **Conclusion:** According to the findings, rumination and the schemas of abandonment/instability and disconnection/rejection can predict the level of social anxiety in special needs school teachers.

ISSN (Online):

DOI: 10.48310/reek.2024.16576.1326


Received: 2024/06/25

Reviewed: 2024/07/11

Accepted: 2024/07/24

PP: 112-125

Citation (APA): Motevalizadeh Bafghi,S. Pakmehr,H. Prediction of Social Anxiety of Special Needs School Teachers Based on Rumination and Maladaptive Schemas, *The journal of research in elementary education*, 6(11)112-125.

 <https://doi.org/10.48310/reek.2024.16576.1326>



پیش‌بینی اضطراب اجتماعی معلمان مدارس نیاز ویژه بر اساس نشخوار فکری و طرحواره‌های ناسازگار

مقاله پژوهشی / مروری

سمانه السادات متولی‌زاده بافقی^۱، حمیده پاک‌مهر^{۲*}

۱. دانشجوی کارشناسی ارشد تحقیقات آموزشی، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد بافق، یزد، ایران.
۲. دکتری برنامه‌ریزی درسی، گروه علوم تربیتی، دانشگاه بین‌المللی امام رضا (ع)، مشهد، ایران.

چکیده

پیشینه و اهداف: هدف این مطالعه، پیش‌بینی اضطراب اجتماعی بر اساس نشخوار فکری و طرحواره‌های ناسازگار اولیه در معلمان مدارس نیاز ویژه بود. **روش:** پژوهش حاضر از منظر هدف کاربردی و از حیث گردآوری داده‌ها، توصیفی از نوع همبستگی است. جامعه آماری تمام معلمان مدارس ابتدایی نیاز ویژه استان یزد در سال تحصیلی ۱۴۰۳-۱۴۰۲ بودند. تعداد ۱۲۰ نفر با روش نمونه‌گیری در دسترس انتخاب و به‌صورت آنلاین، پرسشنامه‌های اضطراب اجتماعی جرابک (1996)، طرحواره‌های ذهنی ناسازگار یانگ (1990) و نشخوار فکری نالن-هوکسما و مارو (1991) را تکمیل کردند. داده‌ها با روش تحلیل رگرسیون چندگانه به شیوه همزمان تحلیل شد. یافته‌ها: نتایج نشان داد رابطه مثبت و معنی‌دار بین اضطراب اجتماعی با نمره کل نشخوار فکری وجود دارد و مؤلفه بروز داد قادر به پیش‌بینی اضطراب اجتماعی معلمان بود. همچنین، رابطه مثبت و معنی‌دار بین اضطراب اجتماعی با طرحواره ناسازگار اولیه بریدگی و طرد وجود داشت و این طرحواره قادر به پیش‌بینی اضطراب اجتماعی بود. نتیجه‌گیری: طبق یافته‌های به‌دست‌آمده، نشخوار فکری و طرحواره بریدگی و طرد می‌توانند میزان اضطراب اجتماعی معلمان مدارس با نیاز ویژه را پیش‌بینی کند.

DOI:

10.48310/reek.2024.16576.1326

واژه‌های کلیدی:

اضطراب اجتماعی؛
طرحواره‌های ناسازگار اولیه؛
معلمان مدارس نیاز ویژه؛
نشخوار فکری.

۱. نویسنده مسئول

Hamideh.pakmehr@gmail.com

تاریخ دریافت: ۱۴۰۳/۰۴/۰۵

تاریخ بازنگری: ۱۴۰۳/۰۴/۲۱

تاریخ پذیرش: ۱۴۰۳/۰۵/۰۳

شماره صفحات: ۱۲۵-۱۱۲

پژوهشگاه علوم انسانی و مطالعات فرهنگی
پرتال جامع علوم انسانی

مقدمه

اضطراب یکی از شایع‌ترین مسائلی است که در اکثر حوزه‌ها یافت می‌شود (کشاورز افشار و همکاران، ۱۴۰۱) و از آنجا که معلمین در کنار تعلیم و تربیت دانش‌آموزان به صورت ناخودآگاه با انتقال حالات و رفتار خود، نقش بسزایی در تامین و حفظ آرامش روحی آنان دارند، لذا تاثیرگذاری مطلوب از معلم به شاگرد، مستلزم عدم وجود اضطراب معلم است (مولوی نجومی و همکاران، ۱۳۸۱). معلمان مدارس با نیاز ویژه نیز به عنوان بخشی از نیروی انسانی نظام آموزشی از این قاعده کلی مستثنی نیستند. آنان به علت فعالیت‌های آموزشی و مشکلاتی که در مدرسه با دانش‌آموزان، والدین و همکاران پیدا می‌کنند و همچنین زحمات فراوانی که در محیط کار برای کنترل رفتارهای دانش‌آموزان صرف می‌کنند، دائماً در اضطراب و تنش به سر می‌برند. لذا، شناخت عوامل موثر می‌تواند فشارهای ناشی از محیط مدرسه را تحت کنترل آنان درآورد (مهرابی زاده هنرمند و همکاران، ۱۳۹۲).

علی‌رغم طبیعی بودن اضطراب، برخی از افراد به هنگام حضور در موقعیت‌های اجتماعی دچار ترس شدیدی می‌شوند. آنان حتی در پیش‌بینی مواجه شدن با این موقعیت‌ها به شدت مضطرب می‌شوند و از این موقعیت‌ها اجتناب می‌کنند. به این نوع اضطراب که بر عملکرد اجتماعی، شغلی و تحصیلی تأثیر منفی می‌گذارد، اضطراب اجتماعی^۱ می‌گویند (فلامرزی و سیف، ۱۳۹۹). اختلال اضطراب اجتماعی با اضطراب مداوم یا اجتناب از موقعیت‌های اجتماعی به دلیل ترس از ارزیابی منفی تعیین می‌شود. (Wolitzky-Taylor & LeBeau, 2023). افراد مبتلا به اختلال اضطراب اجتماعی نگران هستند که با رفتار یا نشانه‌های اضطراب خویش، تحقیر شوند. لذا موقعیت‌های استرس‌آور منجر به برانگیختگی شدید، پریشانی و اضطراب در آنان می‌شود (Kilford et al, 2023). اضطراب اجتماعی منجر به اجتناب از تعاملات اجتماعی شده و با آسیب روانی قابل توجهی در حوزه‌های اجتماعی، شغلی، تحصیلی و کاهش کیفیت زندگی همراه است (Wolitzky-Taylor et al, 2023). افراد مبتلا به اضطراب اجتماعی تمرکز زیاد نسبت به رفتارها و افکار خود و توجه کمتر نسبت به اطلاعات محیط اطراف نشان می‌دهند و احساس تنهایی و مشکلات سازگاری اجتماعی را تجربه خواهند کرد (حاجیلو و همکاران، ۱۴۰۱). این افراد همچنین، مشکلات بین‌فردی^۲ را گزارش می‌کنند و در ارتباط با دیگران نیز طیف وسیعی از هراس مداوم را خواهند داشت (Strand et al, 2023).

یکی از متغیرهای پیش‌بینی‌کننده اضطراب اجتماعی، نشخوار فکری^۳ است (Mitolo et al, 2023). نشخوار، رفتارها و افکاری را شامل می‌شود که به طور منفعلانه توجه فرد را روی نشانه‌های افسردگی و علل این نشانه‌ها متمرکز می‌کند (Orvell et al, 2023). در واقع، نشخوار به عنوان تفکری تکرارشونده و مقاوم تعریف شده و پاسخی رایج به خلق منفی است (Layous et al, 2023). در چینی حالت‌هایی، فرد به تامل افراطی از احتمال حوادث منفی و مسئولیت خود در ایجاد یا پیش‌گیری از پیامدهای اتفاقات مرتبط با افکار زده و سعی می‌کند تا این افکار را کنترل کند (Moberly & Dickson, 2016). پژوهش‌ها نشان داده که نشخوار فکری عامل مهمی در بروز اختلالات روانی چون عواطف منفی، افسردگی، قدرت حل مسئله ضعیف، بی‌انگیزگی، بازداری رفتاری، عدم تمرکز، استرس و اضطراب اجتماعی در افراد است (Smith & Alloy, 2009).

از عوامل دیگری که می‌تواند بر اختلال اضطراب اجتماعی معلمان تأثیر داشته باشد، طرحواره‌های ذهنی ناسازگار اولیه است. نیازهای بنیادین نظیر دل‌بستگی ایمن، خودتنظیمی، بیان نیاز و هیجانات سالم و خودانگیختگی به طور معمول از ارضا نشدن نیازهای اولیه، به ویژه نیازهای عاطفی دوران کودکی افراد حاصل می‌شود (Carlucci et al, 2018). طرحواره‌ها، باورهایی هستند که افراد در مورد خود، دیگران و محیط اطراف دارند. طرحواره‌های ذهنی ناسازگار نیز، الگوهای شناختی خود آسیب‌رسان اطلاق می‌شوند که از تجارب بد دوره کودکی و برآورده نشدن نیازهای اولیه کودک ایجاد می‌شوند (شولتز و شولتز، ۱۴۰۲). طرحواره ناسازگار اولیه، یک الگوی وسیع و تشکیل شده از خاطره‌ها، هیجانات، شناخت‌ها و احساسات نسبت به خود و از روابط با دیگران است که در طول کودکی و نوجوانی رشد می‌کند (Orue et al, 2014). به طور کلی این طرحواره‌ها، باورهای فرد درباره خود او هستند که بر اساس آن‌ها خود را ضعیف، بی‌تاثیر و درمانده می‌داند و در پنج زمینه بریدگی و طرد، خودگردانی و عملکرد مختل، محدودیت‌های مختل، دیگر

¹ Social anxiety

² Interpersonal problems

³ Rumination

⁴ Schultz, D P., & Schultz, S E

جهت‌مندی و گوش به زنگی بیش از حد است که اثراتی اساسی بر زندگی افراد در حیطه‌های شغلی، تحصیلی، اجتماعی و... دارد (Vieira et al, 2023).

نتایج مطالعات متعدد حاکی از وجود اضطراب در بین معلمان مدارس نیاز ویژه در مقایسه با معلمان مدارس عادی است (پورعلی و خادمی، ۱۴۰۲؛ نیک‌آیین راوری، ۱۴۰۳). همچنین مطالعاتی تاثیر مستقیم و غیرمستقیم طرحواره‌های ناسازگار اولیه (ندری و همکاران، ۱۴۰۱؛ یارمحمدی واصل و همکاران، ۱۳۹۷؛ مجدآرا، ۱۳۹۶؛ Tariq et al, 2021) و نشخوار فکری (امیری هنزایی و نوری مقدم، ۱۴۰۱؛ اسماعیل‌پور و همکاران، ۱۴۰۰؛ عقیلی و جعفری، ۱۳۹۹؛ آقابالازاده و مطلبی، ۱۳۹۸؛ Hu et al, 2023) بر اضطراب اجتماعی در گروه‌های دانشجویان و دانش‌آموزان نشان داده است. به علاوه، طبق مبانی نظری، اضطراب اجتماعی در معلمان متأثر از متغیرهای روانشناختی متعددی است و مطالعه در زمینه آسیب‌شناسی و سبب‌شناسی آن بسیار حائز اهمیت است؛ معلمانی که از اختلالات اضطرابی رنج می‌برند زودتر ترک شغل کرده و کمتر در حوزه تدریس و آموزش پیشرفت می‌کنند. لذا، بررسی میزان اضطراب اجتماعی در معلمان بر اساس نشخوار فکری و طرحواره‌های ناسازگار اولیه موضوع قابل توجهی در گروه معلمان مدارس با نیاز ویژه است که مغفول مانده و نیازمند انجام پژوهش‌های علمی و تجربی است. چرا که، این متغیرها بیشتر در گروه‌های افراد دارای اختلالات مختلف روانی و دانشجویان انجام شده است؛ در حالی که اضطراب اجتماعی متغیری است که نیازمند مطالعات گسترده‌تر در گروه معلمان و به‌خصوص معلمان مدارس با نیاز ویژه است. حال با توجه به این که نشخوار فکری و طرحواره‌های ناسازگار اولیه به‌طور معناداری توانایی پیش‌بینی کردن اضطراب اجتماعی را دارند و به علاوه، اضطراب اجتماعی یکی از شایع‌ترین اختلالات اضطرابی است که پژوهش‌های زیادی به خود معطوف کرده است؛ هدف از این پژوهش پیش‌بینی میزان اضطراب اجتماعی در معلمان مدارس با نیاز ویژه بر اساس نشخوار فکری و طرحواره‌های ناسازگار اولیه است.

روش

پژوهش حاضر توصیفی از نوع همبستگی است. جامعه آماری شامل کلیه معلمان مشغول به تحصیل در مدارس با نیاز ویژه مقطع ابتدایی استان یزد و شهرستان‌های آن در سال تحصیلی ۱۴۰۳-۱۴۰۲ بود (حدود ۳۲۰ نفر). با روش نمونه‌گیری در دسترس حجم نمونه بر اساس نظریه استیونس ۱۲۰ نفر به دست آمد. از دیدگاه استیونس با در نظر گرفتن ۱۵ مشاهده به ازای هر متغیر پیش‌بین در تحلیل رگرسیون چندگانه با روش معمولی کمترین مجذورات استاندارد، یک قاعده سر انگشتی خوب به حساب می‌آید (هومن، ۱۴۰۲). بر این اساس طبق تعداد متغیرهای پیش‌بین نشخوار فکری (۳ مؤلفه) و طرحواره‌های ناسازگار اولیه (۵ مؤلفه) ۱۲۰ نفر محاسبه شد. در مطالعه حاضر، ابزارهای پژوهش شامل مقیاس اضطراب اجتماعی، پرسشنامه نشخوار فکری و مقیاس کوتاه طرحواره‌های ذهنی ناسازگار یانگ بود که در زیر تشریح می‌شود.

مقیاس اضطراب اجتماعی: این پرسشنامه در سال ۱۹۹۶ توسط جرابک برای سنجش اضطراب اجتماعی ساخته شده و دارای ۲۵ سوال ۵ گزینه‌ای با گزینه‌های تقریباً، همیشه، اغلب اوقات، گاهی اوقات، به ندرت، تقریباً هیچ‌وقت است. گزینه تقریباً همیشه نمره ۵ و گزینه تقریباً هیچ‌وقت نمره ۱ می‌گیرد. این پرسشنامه ۵ خرده‌مقیاس ترس از بیگانگان (سوالات ۳ و ۴ و ۵ و ۸ و ۱۲ و ۱۳ و ۱۵ و ۱۷)، ترس از ارزیابی توسط دیگران (سوالات ۱۶ و ۱۹ و ۲۱ و ۲۲)، ترس از صحبت کردن در جمع (سوالات ۱ و ۱۸ و ۲۳ و ۲۴)، ترس از انزوای اجتماعی (سوالات ۲ و ۷ و ۹ و ۲۰ و ۲۵) و ترس از آشکار شدن علائم اضطراب (سوالات ۶ و ۱۰ و ۱۱ و ۱۴) را شامل می‌شود (Jerabak, 1996). این پرسشنامه در ایران اجرا شده و روایی و پایایی آن مطلوب گزارش شده است. همچنین، با استفاده از روش تحلیل عاملی، ۵ عامل مذکور استخراج شده که این ۵ عامل ۴۷/۲۳ درصد واریانس کل تست را تبیین می‌کنند (صوابی نیری، کاظمی، ۱۴۰۱).

پرسشنامه نشخوار فکری: این پرسشنامه دارای ۲۲ سؤال بوده و بر اساس طیف چهارگزینه‌ای لیکرت تقریباً هرگز نمره ۱ تا همیشه نمره ۴ است و دامنه نمرات بین ۲۲ تا ۸۸ است که نمره بالاتر نشان‌دهنده نشخوار فکری بیشتر است (Nolen-Hoeksema and Morrow, 1991). این مقیاس سه خرده‌مقیاس بروز دادن (بازتاب)، سوالات ۷، ۱۱، ۱۲،

۲۰ و ۲۱؛ در فکر فرو رفتن: سوالات ۵، ۱۰، ۱۳، ۱۵ و ۱۶ و افسردگی: سوالات ۱ تا ۴، ۶، ۸، ۹، ۱۴، ۱۷، ۱۸، ۱۹ و ۲۲ را دارد. ضریب آلفای این مقیاس ۰/۹۰ و اعتبار باز آزمایی ۰/۶۷ گزارش شده است (Giorgio et al, 2010). روایی این مقیاس در ایران تایید و ضریب آلفای کرونباخ ۰/۸۸ به دست آمده است (ایلاتی زاده و همکاران، ۱۴۰۲).

فرم تجدید نظر شده طرحواره‌های ذهنی ناسازگار: پرسشنامه مذکور بر پایه مشاهدات تجربه شده توسط متخصصان بالینی ساخته شده و دارای دو فرم بلند و کوتاه است. فرم بلند این پرسشنامه خود گزارشی و دارای ۲۰۵ ماده و برای اندازه گیری شانزده طرحواره غیرانطباقی اولیه طراحی شده است. اما فرم کوتاه تر این پرسشنامه به دلیل داشتن ویژگی های نسخه اصلی و از سوی دیگر سهولت اجرا بیشتر مورد استقبال قرار گرفته است. این مقیاس شامل ۷۵ گویه در طیف لیکرت ۶ درجه ای (کاملاً غلط تا کاملاً درست) پاسخ داده می شود و ۵ حوزه بریدگی و طرد، خودگردانی و عملکرد مختل، محدودیت های مختل، دیگر جهت مندی و گوش به زنگی بیش از حد و بازداری (هر حوزه با ۱۵ سوال) را شامل می شود (Young, 1988). این پرسشنامه در ایران ترجمه و اعتباریابی شده و با مقیاس های پریشانی روانشناختی و اختلالات شخصیت همبستگی بالایی را نشان می دهد. همسانی درونی آن را برحسب آلفای کرونباخ در گروه مذکر ۰/۹۸ و در گروه مؤنث ۰/۹۷ گزارش شده است (لطفی و همکاران، ۱۳۹۵).

روش اجرای پژوهش حاضر آنلاین بود. مقیاس های پژوهش به صورت الکترونیکی طراحی در گروه های اجتماعی مجازی معلمان مدارس نیاز ویژه استان یزد ارسال شد. از جمله ملاحظات اخلاقی، عدم درج مشخصات افراد بود و افراد می توانستند هر زمان تمایل نداشتند به پرسشنامه پاسخ ندهند. تجزیه و تحلیل داده ها، شاخص های آمار توصیفی فراوانی، درصد، میانگین، انحراف استاندارد و آمار استنباطی ضریب همبستگی پیرسون و تحلیل رگرسیون چندگانه به شیوه همزمان انجام شد.

یافته ها

در این بخش نتایج حاصل از گردآوری داده ها در سه بخش اطلاعات جمعیت شناختی، یافته های توصیفی متغیرها و یافته های مربوط به سوالات پژوهش ارائه شده است.

نتایج مندرج در جدول ۱ نشان می دهد ۸۴/۲ درصد (۱۰۱ نفر) از معلمان خانم و ۱۵/۸ درصد (۱۹ نفر) آقا هستند. ۱۰ درصد (۱۲ نفر) از معلمان دارای مدرک کاردانی، ۶۰/۸ درصد (۷۳ نفر) مدرک کارشناسی، ۲۹/۲ درصد (۳۵ نفر) مدرک کارشناسی ارشد دارند. ۱۲/۵ درصد (۱۵ نفر) دارای سابقه شغلی بین ۱ تا ۵ سال، ۳۴/۲ درصد (۴۱ نفر) دارای سابقه شغلی ۶ تا ۱۰ سال، ۲۴/۲ درصد (۲۹ نفر) دارای سابقه شغلی ۱۱ تا ۱۵ سال، ۸/۳ درصد (۱۰ نفر) دارای سابقه شغلی ۱۶ تا ۲۰ سال و ۲۰/۸ درصد (۲۵ نفر) دارای سابقه شغلی بیشتر از ۲۰ سال هستند. ۴۲/۵ درصد (۵۱ نفر) از معلمان رسمی، ۴۸/۳ درصد (۵۸ نفر) پیمانی و ۹/۹ درصد (۱۱ نفر) متفرقه حق التدریس و خرید خدمات هستند. در جدول ۱ شاخص های آمار توصیفی (میانگین، انحراف معیار، کمینه و بیشینه) نمرات اضطراب اجتماعی، نشخوار فکری و طرحواره های ناسازگار اولیه معلمان ارائه می شود.

جدول ۱. شاخص های توصیفی متغیرهای پژوهش

شاخص های توصیفی				متغیر
بیشینه	کمینه	انحراف معیار	میانگین	
۴۰	۲۲	۳/۹۶	۳۱/۵۵	ترس از بیگانگان
۲۰	۶	۲/۸۶	۱۷/۵۰	ترس از ارزیابی توسط دیگران
۲۰	۱۰	۲/۹۵	۱۷/۳۰	ترس از صحبت کردن در جمع
۲۵	۱۳	۳/۲۶	۲۱/۵۱	ترس از انزوای اجتماعی

۲۰	۷	۲/۷۳	۱۶/۰۸	ترس از آشکار شدن علائم اضطراب
۱۲۵	۷۳	۱۳/۴۱	۱۰۳/۹۷	اضطراب اجتماعی کل
۱۳	۶	۱/۶۵	۱۰/۳۳	بروز دادن
۱۵	۶	۲/۰۹	۱۱/۵۱	در فکر فرو رفتن
۲۸	۱۵	۲/۸۱	۲۰/۹۶	افسردگی
۵۵	۳۱	۴/۹۵	۴۲/۸۱	نشخوار فکری کل
۶۵	۴۰	۴/۹۴	۵۳/۱۸	بریدگی و طرد
۶۷	۳۵	۷/۱۶	۵۰/۶۳	خودگردانی و عملکرد مختل
۵۸	۲۸	۶/۹۹	۴۷/۰۰	محدودیت‌های مختل
۶۹	۲۳	۷/۲۲	۴۷/۸۹	دیگر جهت‌مندی
۷۶	۱۸	۹/۲۲	۴۸/۰۷	گوش به زنگی بیش از حد و بازداری
۳۰۳	۱۷۷	۲۶/۱۵	۲۴۶/۷۸	طرحواره‌های ناسازگار اولیه کل

پاسخ سوال اول پژوهش

۱- نشخوار فکری تا چه میزان قادر به پیش‌بینی اضطراب اجتماعی در معلمان مدارس نیاز ویژه استان یزد است؟ برای پاسخ به این سوال از ضریب همبستگی پیرسون و رگرسیون چندگانه استفاده شد؛ پیش‌فرض نرمال بودن داده‌ها با استفاده از کجی و کشیدگی نشان داد که میزان این آماره‌ها برای اضطراب اجتماعی و هر ۵ مؤلفه آن بین ۲ و ۲- است؛ لذا داده‌های مربوط به متغیر ملاک نرمال است. همچنین، بررسی مفروضه استقلال خطاها یا عدم خودهمبستگی با استفاده از آماره دوربین-واتسون ۲/۰۹۳ بود و چون کمتر از ۴ است، نشان‌دهنده عدم وجود خود همبستگی است. در جدول ۲ ضرایب همبستگی بین مؤلفه‌های نشخوار فکری با اضطراب اجتماعی ارائه شده است. بر اساس نتایج مندرج در این جدول رابطه مثبت و معنی‌دار بین اضطراب اجتماعی با نمره کل نشخوار فکری ($r=۰.۳۲۷$) و مؤلفه‌های بروز دادن ($r=۰.۳۱۶$) و افسردگی ($r=۰.۲۷۸$) وجود دارد. به این معنا که با افزایش میزان نشخوار فکری و مؤلفه‌های بروز دادن و افسردگی، میزان اضطراب اجتماعی نیز در معلمان مدارس نیاز ویژه افزایش می‌یابد و بالعکس.

جدول ۲. همبستگی نشخوار فکری و اضطراب اجتماعی

متغیر	اضطراب اجتماعی
r	p
بروز دادن	۰/۳۱۶
در فکر فرو رفتن	۰/۰۸۵
افسردگی	۰/۲۷۸
نمره کل نشخوار فکری	۰/۲۲۷

میزان پیش‌بینی‌کنندگی متغیر اضطراب اجتماعی مدارس نیاز ویژه از طریق مؤلفه‌های نشخوار فکری ۱۲ درصد به دست آمد. در ادامه، نمره کل اضطراب اجتماعی به عنوان متغیر ملاک و مؤلفه‌های نشخوار فکری یعنی بروز دادن و افسردگی که در جدول ۲ همبستگی معناداری را با اضطراب اجتماعی داشتند، به عنوان متغیر پیش‌بین وارد مدل

تحلیل رگرسیون شدند. نتایج تحلیل واریانس اضطراب اجتماعی در جدول ۳ نشان می‌دهد که به طور کلی، مؤلفه‌های بروز دادن و افسردگی می‌توانند اضطراب اجتماعی مدارس نیاز ویژه را پیش‌بینی کنند ($p=0/000$).

جدول ۳. تحلیل واریانس پیش‌بینی اضطراب اجتماعی معلمان

منبع تغییرات	SS	df	MS	F	p	مقدار R^2	مقدار R^2 تطبیق یافته
پیش‌بینی	۲۶۴۳/۷۸۱	۲	۱۳۲۱/۸۹۰				
باقی‌مانده	۱۸۷۷۲/۰۸	۱۱۷	۱۶۰/۴۴۵	۸/۲۳۹	۰/۰۰۰	۰/۱۲۳	۰/۱۰۸
کل	۲۱۴۱۵/۸۶۷	۱۱۹	---				

جدول ۴ ضرایب پیش‌بینی مؤلفه‌های بروز دادن و افسردگی برای پیش‌بینی اضطراب اجتماعی نشان می‌دهد. نتایج نشان می‌دهد تنها مؤلفه بروز دادن ($t=2/480, p=0/015$) قادر به پیش‌بینی اضطراب اجتماعی معلمان است.

جدول ۴. ضرایب رگرسیون نشخوار فکری

متغیرهای پیش‌بین	ضرایب رگرسیون b	خطای انحراف معیار	ضرایب استاندارد شده β	t	P
بروز دادن	-۱/۹۳۸	۰/۷۸۱	-۰/۲۳۹	-۲/۴۸۰	۰/۰۱۵
افسردگی	-۰/۸۲۱	۰/۴۶۰	-۰/۱۷۲	-۱/۷۸۵	۰/۰۷۷

پاسخ سوال دوم پژوهش

طرحواره‌های ناسازگار اولیه تا چه میزان قادر به پیش‌بینی اضطراب اجتماعی در معلمان مدارس نیاز ویژه استان یزد است؟ برای پاسخ به این سوال از ضریب همبستگی پیرسون و رگرسیون چندگانه استفاده شد؛ پیش‌فرض نرمال بودن داده‌ها با استفاده از کجی و کشیدگی نشان داد که میزان این آماره‌ها برای اضطراب اجتماعی و هر ۵ مؤلفه آن بین ۲ و -۲ است؛ لذا داده‌های مربوط به متغیر ملاک نرمال است. همچنین، بررسی مفروضه استقلال خطاها یا عدم خودهمبستگی با استفاده از آماره دوربین-واتسون ۲/۰۸۹ بود و چون کمتر از ۴ است، نشان‌دهنده عدم وجود خودهمبستگی است. بنابراین مفروضه استقلال خطاها برای سوال دوم برقرار است. در جدول ۵ ضرایب همبستگی بین طرحواره‌های ناسازگار اولیه با اضطراب اجتماعی ارائه شده است. بر اساس نتایج مندرج در این جدول از بین طرحواره‌های ناسازگار اولیه، فقط طرحواره بریدگی و طرد رابطه مثبت و معنی‌داری در سطح ۰/۰۵ با نمره کل اضطراب اجتماعی دارد. به این معنا که با افزایش میزان طرحواره بریدگی و طرد، اضطراب اجتماعی نیز در معلمان مدارس نیاز ویژه افزایش می‌یابد و بالعکس.

جدول ۵. همبستگی طرحواره‌های ناسازگار اولیه و اضطراب اجتماعی

متغیر	r	p
بریدگی و طرد	۰/۲۰۹	۰/۰۲۲
خودگردانی و عملکرد مختل	۰/۰۲۱	۰/۸۲۲
محدودیت‌های مختل	۰/۰۲۶	۰/۷۷۹
دیگر جهت‌مندی	۰/۰۷۰	۰/۴۴۸

گوش به زنگی بیش از حد و بازداری	۰/۰۱۸	۰/۸۴۹
نمره کل طرحواره‌ها	۰/۰۶۵	۰/۴۷۸

میزان پیش‌بینی‌کنندگی متغیر اضطراب اجتماعی از طریق طرحواره بریدگی و طرد حدود ۴ درصد به دست آمد. در ادامه، نمره کل اضطراب اجتماعی به عنوان متغیر ملاک و طرحواره بریدگی و طرد که در جدول ۶ همبستگی معناداری را با اضطراب اجتماعی داشت، به عنوان متغیر پیش‌بین وارد مدل تحلیل رگرسیون شد. نتایج تحلیل واریانس اضطراب اجتماعی معلمان در جدول ۸ نشان می‌دهد که طرحواره بریدگی و طرد می‌تواند میزان اضطراب اجتماعی معلمان را پیش‌بینی کند ($p=0/022$).

جدول ۶. تحلیل واریانس پیش‌بینی اضطراب اجتماعی معلمان

منبع تغییرات	SS	df	MS	F	p	مقدار R^2	مقدار R^2 تطبیق‌یافته
پیش‌بینی	۹۳۷/۳۹۱	۱	۹۳۷/۳۹۱	۵/۴۰۱	۰/۰۲۲	۰/۰۴۴	۰/۰۳۶
باقی‌مانده	۲۰۴۷۸/۴۷۵	۱۱۸	۱۷۳/۵۴۶				
کل	۲۱۴۱۵/۸۶۷	۱۱۹	---				

در جدول ۷ ضریب پیش‌بینی نشان می‌دهد که فقط طرحواره بریدگی و طرد قادر به پیش‌بینی اضطراب اجتماعی معلمان مدارس با نیاز ویژه بوده است ($t=2/324, p=0/022$).

جدول ۷. ضرایب رگرسیون طرحواره بریدگی و طرد

متغیر پیش‌بین	ضرایب رگرسیون b	انحراف معیار	ضرایب استاندارد شده β	t	P
بریدگی و طرد	۰/۵۶۷	۰/۲۴۴	۰/۲۰۹	۲/۳۲۴	۰/۰۲۲

بحث و نتیجه‌گیری

مطالعه در زمینه آسیب‌شناسی و سبب‌شناسی اختلال اضطراب اجتماعی معلمان و به‌خصوص معلمان مدارس استثنایی بسیار حائز اهمیت است؛ چرا که شناخت، درمان و پیشگیری از این اختلال می‌تواند ما را در فهم و درمان اختلال‌هایی که همبودی بالایی با این اختلال دارند کمک کند (Polo et al, 2011). لذا مطالعه حاضر با هدف پیش‌بینی اضطراب اجتماعی بر اساس نشخوار فکری و طرحواره‌های ناسازگار اولیه در معلمان مدارس نیاز ویژه انجام شد. اولین یافته نشان داد رابطه مثبت و معنی‌داری بین اضطراب اجتماعی با نشخوار فکری وجود دارد و می‌توانست میزان اضطراب اجتماعی مدارس نیاز ویژه را پیش‌بینی کند. همسو با این یافته، نتایج مطالعات متعددی حاکی از رابطه نشخوار فکری با اضطراب اجتماعی در گروه‌های دانشجویان و نوجوانان بوده است (امیری هنزایی و همکاران، ۱۴۰۱؛ اسماعیل‌پور و همکاران، ۱۴۰۰؛ عقیلی و جعفری، ۱۳۹۹؛ آقابالازاده و مطلبی، ۱۳۹۸؛ Hu et al, 2023).

با توجه به نتایج حاصل از داده‌ها، نشخوار فکری در پیش‌بینی اضطراب اجتماعی معلمان مدارس با نیاز ویژه نقش دارند؛ معلمان مبتلا به اضطراب اجتماعی درباره ارزیابی دیگران از عملکرد خود، نگران هستند و نشخوار فکری با محدود کردن منابع شناختی و تمرکز بر پیش‌بینی و مرور تجارب منفی، شرایطی را برای ارزیابی درونی فراهم می‌کند که اضطراب اجتماعی فرد را افزایش می‌دهد (امیری هنزایی و همکاران، ۱۴۰۱). از سوی دیگر، نشخوار فکری به عنوان

یک عامل خطر فراتشخیصی نه تنها برای افسردگی و اضطراب، بلکه برای مجموعه‌ای از اختلالات روانی دیگر نیز است (Lyubomirsky et al, 2015). مفهوم‌سازی‌های معاصر در نشخوار فکری بیان می‌کنند که مشکل در کنترل مواد منفی در حافظه کاری یک مکانیسم اولیه است که در پاسخ‌های نشخوارکننده به استرس و اضطراب است. همچنین، مطابق با مدل‌های شناختی نشخوار فکری، محققان مستند کرده‌اند نقص در کنترل مواد منفی در حافظه کاری با سطوح نشخوار مرتبط است (LeMoult, 2020). برای افرادی که نشخوار می‌کنند، یا حوادث استرس‌زای قبلی را در ذهن خود تکرار می‌کنند، اثرات فیزیولوژیکی عامل اضطراب ممکن است طولانی‌تر باشد، که این مسئله می‌تواند از طریق بهبودی فیزیولوژیکی کندتر اتفاق بیفتد (Laicher et al, 2022). طبق مدل‌های شناختی اختلال اضطراب اجتماعی، پردازش پیش‌بینی و پردازش پس از رویداد مکانیسم‌های اصلی در حفظ اختلال اضطراب اجتماعی هستند که منجر به مقابله ناکارآمد با موقعیت‌های اجتماعی از طریق خودارزیابی منفی و افزایش اضطراب اجتماعی می‌شود (Lidle & Schmitz, 2021). لذا، بر اساس فرایندهای شناختی، نشخوار شامل تداوم و تشدید عاطفه منفی بوده و بنابراین به راهبردهای تنظیم عاطفی ناهنجار مرتبط می‌شود. نشخوار پاسخی است که ممکن است به خاطر رویدادهای مختلفی که در زندگی فرد رخ می‌دهد یا هیجان‌های منفی مختلف نظیر خشم، افسردگی یا اضطراب، به وجود آید. در واقع، نشخوار فکری می‌تواند نوع خاصی از افکار خودکار در نظر گرفته شود که با عوامل استرس‌زای قبلی مرتبط است و به عنوان تفکری تکرارشونده و نیز پاسخی رایج به خلق منفی منجر به بروز علائم اضطراب در افراد می‌شود (Layous et al, 2023).

یافته دوم پژوهش، حاکی از آن بود که از بین طرحواره‌های ناسازگار اولیه، فقط طرحواره بریدگی و طرد رابطه مثبت و معنی‌داری با اضطراب اجتماعی داشته و قادر به پیش‌بینی اضطراب اجتماعی معلمان مدارس با نیاز ویژه بود. همسو با این یافته، نتایج مطالعات متعدد حاکی از تاثیر مستقیم و غیرمستقیم طرحواره‌های ناسازگار اولیه بر اختلال اضطراب اجتماعی دانشجویان و دانش‌آموزان دبیرستانی بوده است (ندری و همکاران، ۱۴۰۱؛ یارمحمدی واصل و همکاران، ۱۳۹۷؛ مجدآرا و همکاران، ۱۳۹۶؛ Tariq et al, 2021).

طبق مبانی نظری، افرادی که تحول‌هایشان در حوزه بریدگی و طرد قرار دارد، نمی‌توانند دل‌بستگی‌های ایمن با دیگران برقرار کنند و باور دارند نیاز آن‌ها به ثبات امنیت محبت عشق و تعلق خاطر برآورده نخواهد شد. کسانی که طرحواره‌هایشان در این حوزه قرار دارد اغلب بیشترین آسیب را می‌بینند؛ بسیاری از آن‌ها کودکی تکان‌دهنده‌ای داشته، از برقراری روابط بین‌فردی نزدیک اجتناب کرده و در نتیجه این طرحواره، زمینه‌ساز بروز نشانگان اضطراب اجتماعی می‌شود (Gilbert, 2013). چنین، افرادی به منظور انطباق با طرحواره‌ها پاسخ‌های مقابله‌ای ناسازگار را به وجود می‌آورند تا مجبور نشوند هیجان‌های شدید را تجربه کنند؛ این کار منجر به تداوم طرحواره‌ها می‌شود و به این پاسخ‌ها سبک‌های مقابله‌ای ناسازگار گفته می‌شود. هر چند سبک‌های مقابله‌ای گاهی اوقات به افراد کمک می‌کنند تا از طرحواره اجتناب کند ولی در عمل باعث بهبود طرحواره نمی‌شود و برای افراد اضطراب‌آور است (خراسانی‌زاده و همکاران، ۱۳۹۸).

به علاوه، افرادی که در این حوزه قرار دارند، با رهاشدگی و بی‌ثباتی معتقدند روابطشان با افراد مهم زندگی ثابتی ندارد. آنان احساس می‌کنند افراد مهم زندگی‌شان در کنار آن‌ها نمی‌مانند؛ زیرا از نظر هیجانی غیر قابل پیش‌بینی هستند و موقتاً کنار آن‌ها حضور دارند و در آخر می‌میرند یا اینکه آن‌ها را به حال خود رها می‌کنند. همچنین، افراد با بی‌اعتمادی بدرفتاری انتظار دارند که دیگران به انسان‌ها ضربه بزنند بدرفتاری کنند، سرافکننده‌شان کنند دروغ بگویند و دغلكار و سودجو باشند. افراد با محرومیت هیجانی انتظار ندارند تمایل آن‌ها برای برقراری رابطه عاطفی با دیگران به‌طور کافی و کامل ارضا شود، محرومیت هیجانی از محبت یا فقدان عاطفه و توجه، محرومیت از همدلی یا درک نشدن و محرومیت از حمایت، راهنمایی نشدن از سوی دیگران است که باعث اضطراب می‌شود. کسانی که طرحواره نقص و شرم را دارند احساس می‌کنند افرادی حقیر و بی‌ارزش هستند اگر خود را در معرض نگاه دیگران قرار دهند بدون شک طرد می‌شوند. این طرحواره معمولاً با احساس شرم نسبت به نقایص ادراک‌شده همراه است. این کمبودها ممکن است، شخصی (مثل خودخواهی، پرخاشگری یا تمایلات جنسی غیر قابل قبول) باشد و یا عمومی (مثل ظاهر غیرجذاب، نابرازندگی اجتماعی) باشد و در نهایت، افراد دارای انزوای اجتماعی بیگانگی بر این باورند که با دیگران تفاوت دارند و وصله ناجور اجتماع هستند. در واقع این طرحواره حس متفاوت بودن فرد یا عدم تناسب با اجتماع را در

بر می‌گیرد، این افراد احساس می‌کنند به هیچ گروه یا جامعه‌ای تعلق ندارند، لذا با قرارگیری در جمع، مضطرب می‌شوند (Gilbert, 2013).

در مجموع، می‌توان گفت که نشخوارگری از محتمل‌ترین مکانیسم‌هایی است که رابطه بین پاسخ‌دهی منفی و نگرش‌های ناکارآمد را تبیین کرده و این روند به تدریج منجر به اختلال اضطراب اجتماعی می‌شود (Spasojevic & Alloy, 2001). زمانی که فرد با موقعیت‌هایی تنش‌زا مواجه می‌شود، فرد در مورد هر علامتی از طرد و یا شکست، احتمال آن را در ذهن خود مرور کرده و بیشتر به ابعاد منفی آن رویداد توجه می‌کند که این امر نیز، شرایط نشخوار فکری بیشتری را در فرد ایجاد کرده و باعث می‌شود فرد اضطراب اجتماعی بیشتری تجربه کند (مجدآرا، ۱۳۹۷). در تبیین این یافته در خصوص شرکت‌کنندگان در پژوهش حاضر باید گفت نشخواری ذهنی بالا در معلمان شاغل در مدارس با نیاز ویژه باعث می‌شود که آنان در مورد وقایع منفی رخ داده در محل کار، بیشتر به واکاوی ذهنی بپردازند و در ذهن خود این روی داده‌های منفی را تکرار کنند که این روند به تدریج باعث می‌شود آن‌ها دچار خودکم‌بینی و عزت نفس پایین شوند، از حضور در اجتماع دچار مشکل، و اضطراب اجتماعی در آن‌ها به تدریج افزایش یابد. از سوی دیگر، ویژگی‌های شخصیتی از جمله طرحواره‌های ناسازگار اولیه، می‌توانند در شکل‌گیری ترس و اضطراب اجتماعی نقش داشته باشند که در این مطالعه، حوزه بریدگی و طرد با اضطراب اجتماعی ارتباط داشت. در همین راستا، نشخوار فکری هم به صورت مستقیم و هم از طریق ارتباط طرحواره‌های ناسازگار اولیه به صورت غیرمستقیم بر سطح اضطراب اجتماعی نقش داشته است (مجدآرا، ۱۳۹۷).

یافته‌های این مطالعه شواهدی را برای روانشناسان و مشاوران آموزش و پرورش ارائه می‌دهد تا طرحواره‌های ناسازگار اولیه و نشخوار فکری را در پیشگیری، مداخله و مدیریت اختلال اضطراب اجتماعی معلمان در مدارس با نیاز ویژه، مورد هدف قرار دهند. مهم‌ترین محدودیت این پژوهش، عدم دسترسی به نمونه آماری بود که باعث شد تا تکمیل ابزارهای پژوهش به صورت آنلاین انجام شود و به همین دلیل، امکان کنترل متغیرهای مزاحم وجود نداشت. به علاوه، این مطالعه بر روی معلمان مدارس نیاز ویژه استان یزد انجام شده و قابل تعمیم به معلمان مدارس عادی و سایر استان‌ها نیست. انجام مطالعه‌ای مشابه بر روی معلمان عادی و مقایسه با معلمان مدارس نیاز ویژه با حجم نمونه بالاتر و همچنین پژوهشی در راستای مطالعات تحلیل مسیر برای بررسی اثرات غیرمستقیم متغیرها پیشنهاد می‌شود.

مشارکت نویسندگان

مقاله ارسالی حاصل از استخراج پایان‌نامه خانم سمانه السادات متولی زاده بافقی در دانشگاه آزاد اسلامی واحد بافق است که تحت راهنمایی خانم دکتر حمیده پاک‌مهر انجام شده است.

تشکر و قدردانی

از تمامی معلمان مدارس ابتدایی با نیاز ویژه استان یزد که در انجام مطالعه مشارکت کرده‌اند قدردانی می‌شود.

تعارض منافع

«هیچ‌گونه تعارض منافی توسط نویسندگان وجود ندارد».

COPYRIGHTS



©2021 The author(s). This is an open access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution (CC BY 4.0), which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, as long as the original authors and source are cited. No permission is required from the authors or the publishers.

منابع

- اسماعیل‌پور، خلیل؛ پاک، راضیه؛ جوربنیان، افسانه (۱۴۰۰). بررسی رابطه کانون توجه متمرکز بر خود و نشانه‌های اختلال اضطراب اجتماعی با واسطه نشخوار فکری. *فصلنامه ایده‌های نوین روانشناسی*، ۱۰ (۱۴)، ۱۰-۱.
- آقابالازاده، لیلا؛ مطلبی، مهرداد (۱۳۹۸). بررسی نقش نشخوارگری ذهنی و کمال‌گرایی در تبیین اختلال اضطراب اجتماعی دانشجویان دانشگاه آزاد ارومیه در سال تحصیلی ۱۳۹۷-۹۸. *مجله پرستاری و مامایی*، ۱۷ (۱)، ۱۱-۲۰.

- امیری هنزائی، زهره؛ نوری مقدم، ثنا (۱۴۰۱). *اضطراب اجتماعی در دانشجویان: نقش سبک‌های خودگویی و نشخوار فکری*، اولین کنگره ملی مطالعات علوم اعصاب و روان‌شناسی، اردبیل.
- ایلاتی زاده، فاطمه؛ شاکری‌نیا، ایرج؛ حسین خانزاده، عباسعلی (۱۴۰۲). مقایسه نشخوار فکری و اضطراب در مادران دانش‌آموزان با و بدون نیازهای ویژه در دوران همه‌گیری کووید-۱۹. *تعلیم و تربیت استثنایی*، ۱ (۱۷۳)، ۲۴-۳۴.
- پورعلی، پریناز؛ خادمی آستانه، زهرا (۱۴۰۲). *بررسی و مقایسه میزان استرس و اضطراب بین معلمان مدارس استثنایی و عادی*، چهارمین همایش بین‌المللی روان‌شناسی، علوم تربیتی مطالعات اجتماعی و فرهنگی، همدان.
- حاجی‌لو، حوریه؛ اسکندری، فاطمه؛ زارع‌زادگان، مسعود (۱۴۰۱). *اختلال اضطراب اجتماعی*. مجله برند آفرین، ۳ (۳۲)، ۱-۸.
- خراسانی‌زاده، عاطفه؛ پور شریفی، حمید؛ رنجبری‌پور، طاهره؛ باقری، فریبرز؛ پویامنش، جعفر (۱۳۹۸). *الگوی ساختاری رابطه بین الگوهای ارتباط والد-فرزند و طرحواره‌های ناسازگار اولیه با میانجی‌گری سبک‌های دلبستگی*. *روان‌شناسی کاربردی*، ۱۳ (۱)، ۷۶-۵۵.
- شولتز، دوان پی؛ و شولتز، سیدنی ال (۱۴۰۲). *نظریه‌های شخصیت*. ترجمه یحیی سیدمحمدی. ویرایش. صوابی نیری، وحید؛ کاظمی، رضا (۱۴۰۱). مقایسه مکانیزم‌های دفاعی، اختلال در تنظیم هیجان و عدم تحمل بالتکلیفی در دانشجویان با علائم وسواس احتکار و اضطراب اجتماعی. *فصلنامه مشاوره مدرسه*، ۲ (۱)، ۱۹-۱.
- عقیلی، سید مجتبی؛ جعفری، مهرانوش (۱۳۹۹). *بررسی رابطه بین نشخوار فکری و خودتنظیمی منفی با اختلال اضطراب اجتماعی و هراس خاص در نوجوانان دختر*. *توانمندسازی زنان و جامعه پایدار*، ۱ (۳)، ۲۹-۱۶.
- فلامرزی، نگار؛ سیف، دیبا (۱۳۹۹). *پیش‌بینی اضطراب اجتماعی بر مبنای حمایت اجتماعی و خودکارآمدی اجتماعی در نوجوانان معلول جسمی- حرکتی*. *روان‌شناسی افراد استثنایی*، ۱۰ (۳۷)، ۱۱۲-۹۱.
- کشاوری افشار، حسین؛ صفاری فرد، راضیه؛ نوایی، گلاره (۱۴۰۱). *راهبرد درمان راه‌حل‌مدار بر اضطراب اجتماعی نوجوانان*. *روان‌شناسی مدرسه و آموزشگاه*، ۱۱ (۱)، ۹۱-۸۰.
- لطفی، راضیه (۱۳۹۵). *مقایسه طرحواره‌های ناسازگار اولیه با اختلالات شخصیت افراد سالم*، پایان‌نامه کارشناسی ارشد دانشگاه الزهرا.
- مجدآرا، الهه (۱۳۹۶). *نقش میانجی نشخوار فکری در رابطه بین اضطراب اجتماعی و افسردگی با طرحواره‌های ناسازگار اولیه*. *فصلنامه پژوهش‌های نوین روان‌شناختی*، ۴۷، ۲۰۳-۱۸۱.
- مهرابی‌زاده هنرمند، مهناز؛ آتش‌افروز، عسکر؛ شهنی بیلاق، منیجه؛ رضایی، شبنم (۱۳۹۲). *مقایسه سلامت عمومی، استرس شغلی و فرسودگی شغلی معلمان مدارس استثنایی و عادی*. *روان‌شناسی بالینی و شخصیت (دانشور رفتار)*، ۲۰ (۹)، ۶۴-۵۳.
- مولوی نجومی، مرضیه؛ صادقی عابدینی، مرتضی؛ رضوان طلب، رضا (۱۳۸۱). *بررسی شیوع اضطراب در معلمان مقطع دبیرستان شهر تهران*. *مجله پایش*، ۱ (۳)، ۱۷-۵.
- ندری، مجتبی؛ صادقی، مسعود؛ و رضایی، فاطمه (۱۴۰۱). *ارائه مدل علی اختلال اضطراب اجتماعی بر اساس طرحواره‌های ناسازگار اولیه و تروماهای کودکی با نقش واسطه‌ای راهبرد مقابله هیجان‌مدار*. *پژوهش‌های علوم شناختی و رفتاری*، ۱۲ (۲)، ۷۲-۴۹.
- نیک‌آیین راوری، روح‌الله (۱۴۰۳). *بررسی افسردگی و اضطراب در بین معلمان مدارس استثنایی*. *فصلنامه تحقیقات راهبردی در تعلیم و آموزش و پرورش*، ۱ (۱۶)، ۶۰-۴۷.
- هومن، حیدرعلی (۱۴۰۲). *استنباط آماری در پژوهش رفتاری*. سمت.
- یارمحمدی واصل، مسیب؛ قنادی، فاطمه؛ نادری‌پور، حسین؛ فرامرزی، علی (۱۳۹۶). *بررسی رابطه بین اضطراب اجتماعی با طرحواره‌های ناسازگار اولیه و سبک‌های مقابله‌ای*، اولین همایش ملی دانشجو، جوانان و آسیب‌های اجتماعی (ایمن‌سازی و مقابله)، مشهد.

References

- Aghili, S M., & Jaafari, M. (2019). Examining the relationship between rumination and negative self-regulation with social anxiety disorder and specific phobia in adolescent girls. *Women Empowerment & Sustainable Society*, 1 (3), 16-29.[In Persian.]
- Amiri-Hanzaee, Z., & Noorimoghaddam, S. (2021). *Social anxiety in students: the role of self-talk and rumination styles*, the first national congress of neuroscience and psychology studies, Ardabil. [In Persian].
- Carlucci, L, D'Ambrosio, I., Innamorati, M., Saggino, A., & Balsamo, M. (2018). Co-rumination, anxiety, and maladaptive cognitive schemas: when friendship can hurt. *Psychol Res Behav Manag*, 11 (11),133-144. doi: 10.2147/PRBM.S144907.
- EyalatiZadeh, F., Shakrinia, I., & Hossein Khanzadeh, AA. (2022). Comparison of rumination and anxiety in mothers of students with and without special needs during the covid-19 pandemic. *Exceptional education and training*, 1 (173), 24-34.[In Persian].
- Falamarzi, N., & Seif, D. (2019). Prediction of social anxiety based on social support and social self-efficacy in physically-motor disabled teenagers. *Psychology of Exceptional Individuals*, 10(37), 91-112. [In Persian].
- Gilbert, F. (2013). The association between early maladaptive schema and PD traits in an offender population. *Psychology, Crime & Law*, 19(10), 933-946. doi:10.1080/1068316X.2013.770852.
- Giorgio, J. M., Sanflippo, J., Kleiman, E., Reilly, D., Bender, R. E., Wagner, C. A., Liu, R. T., & Alloy, L. B. (2010). An experiential avoidance conceptualization of depressive rumination: three tests of the model. *Behavior research and therapy*, 48(10), 1021-1031. <https://doi.org/10.1016/j.brat.2010.07.004>.
- Hajiloo, H., Eskandari, F., & Zarezadegan, M. (2021). Social anxiety disorder. *Afarinesh Magazine*, 3 (32), 1-8. [In Persian].
- Hooman, H A. (2022). *Statistical inference in behavioral research*. Samt. [In Persian].
- Hu, B., Mao, Y., & Kim, K. (2023). How social anxiety leads to problematic use of conversational AI: The roles of loneliness, rumination, and mind perception. *Computers in Human Behavior*, 145, 21-42. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2023.107760>.
- Keshavarz-Afshar, H., Safari Fard, R., & Navaei, G. (1401). A solution-oriented treatment strategy for adolescent social anxiety. *School and Educational Psychology*, 11(1), 80-91.
- Khorasanizadeh, A., Pour Sharifi, H., Ranjbaripour, T., Bagheri, F., & Poyamanesh, J. (2018). The structural model of the relationship between parent-child communication patterns and primary maladaptive schemas with the mediation of attachment styles. *Applied Psychology*, 13 (1), 55-76.[In Persian].
- Kilford, E., Foulkes, L., & Blakemore, S. (2023). Associations between age, social reward processing and social anxiety symptoms. *Current Psychology*, 1-18. <https://doi.org/10.1007/s12144-023-04551-y>.
- Laicher, H., Int-Veen, I., & Torcka, F. (2023). Trait rumination and social anxiety separately influence stress-induced rumination and hemodynamic responses. *Sci Rep*, 12(1), 55-12. <https://doi.org/10.1038/s41598-022-08579-1>.
- Layous, K., Kumar, S. A., Arendtson, M., & Najera, A. (2023). The effects of rumination, distraction, and gratitude on positive and negative affect. *Journal of Personality and Social Psychology*, 124(5), 1053-1078. <https://doi.org/10.1037/pspp0000440>.

- LeMoult, J. (2020). From stress to depression: bringing together cognitive and biological science. *Curr Direct Psychol Sci*, 29, 592–598. <https://doi.org/10.1177/0963721420964039>.
- Lidle, L.R., & Schmitz, J. (2021). Rumination in Children with Social Anxiety Disorder: Effects of Cognitive Distraction and Relation to Social Stress Processing. *Res Child Adolesc Psychopathol*, 49, 1447–1459. <https://doi.org/10.1007/s10802-021-00837-6>.
- Lotfi, R. (2015). *Comparison of primary maladaptive schemas with personality disorders of healthy individuals*, master's thesis of Alzahra University. [In Persian].
- Lyubomirsky, S., Layous, K., Chancellor, J., & Nelson, SK. (2015). Thinking about rumination: the scholarly contributions and intellectual legacy of Susan Nolen-Hoeksema. *Annu Rev Clin Psychol*, 11, 1-22. <https://doi.org/10.1146/annurev-clinpsy-032814-112733>.
- Majdara, E. (2016). The mediating role of rumination in the relationship between social anxiety and depression with early maladaptive schemas. *New Psychological Research Quarterly*, 47, 181-203. [In Persian].
- Mehrabizadeh-Honarmand, M., AtashAfrooz, A., Shahni Yeilagh, M., & Rezaei, Sh. (2012). Comparison of general health, job stress and job burnout of exceptional and normal school teachers. *Clinical Psychology and Personality (Science of Behavior)*, 20(9), 53-64. [In Persian].
- Mitolo, M., D'Adda, F., Evangelisti, S., Pellegrini, L., Gramegna, L. L., Bianchini, C., Talozzi, L., Manners, D. N., Testa, C., Berardi, D., Lodi, R., Menchetti, M., & Tonon, C. (2024). Emotion dysregulation, impulsivity and anger rumination in borderline personality disorder: the role of amygdala and insula. *European archives of psychiatry and clinical neuroscience*, 274(1), 109–116. <https://doi.org/10.1007/s00406-023-01597-8>.
- Molavi-Nojoomi, M., Sadeghi Abedini, M., & Reza R. (2002). Examining the prevalence of anxiety among high school teachers in Tehran. *Journal of Monitoring*, 1 (3), 5-17. [In Persian].
- Nederi, M., Sadeghi, M., & Rezaei, F. (2021). Presenting a causal model of social anxiety disorder based on early maladaptive schemas and childhood traumas with the mediating role of emotion-oriented coping strategy. *Cognitive and Behavioral Science Research*, 12 (2), 49-72. [In Persian].
- NikAeen-Ravari, R. (2024). *Investigating depression and anxiety among exceptional school teachers*, International Conference on Psychology, Educational Sciences, Tehran. [In Persian].
- Orvell, A., Bruehlman-Senecal, E., Vickers, B., Kross, E., & Ayduk, Ö. (2023). From the laboratory to daily life: Preliminary evidence that self-distancing training buffers vulnerable individuals against daily rumination and depression over time. *Psychology of Consciousness: Theory, Research, and Practice*, 10(2), 164–180. <https://doi.org/10.1037/cns0000323>.
- Platte, S., Wiesmann, U., Tedeschi, R. G., Taku, K., & Kehl, D. (2023). A short form of the posttraumatic growth and posttraumatic depreciation inventory - expanded (PTGDI-X-SF) among German adults. *Psychological trauma: theory, research, practice and policy*, 15(5), 838–845. <https://doi.org/10.1037/tra0001378>.
- Polo, A. J., Alegria, M., Chen, C. N., & Blanco, C. (2011). The prevalence and comorbidity of social anxiety disorder among United States Latinos: a retrospective analysis of data from 2 national surveys. *The Journal of clinical psychiatry*, 72(8), 1096–1105. <https://doi.org/10.4088/JCP.08m04436>.

- PoorAli, P., & Khademi, Z. (2022). *Investigating and comparing the level of stress and anxiety between exceptional and normal school teachers, the 4th international conference of psychology*, educational sciences, social and cultural studies, Hamadan. [In Persian].
- SavabiNayeri, V., & Kazemi, R. (2021). Comparison of defense mechanisms, emotion regulation disorder and uncertainty intolerance in students with symptoms of hoarding and social anxiety. *School Counseling Quarterly*, 2(1), 1-19.[In Persian].
- Scaini, S., Palmieri, S., Caselli, G., & Nobile, M. (2021). Rumination thinking in childhood and adolescence: a brief review of candidate genes. *Journal of affective disorders*, 280, 197–202. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2020.11.008>.
- Schultz, D P., & Schultz, S E. (2022). *Personality theories*. Translated by Yahya Seyed Mohammadi. Virayesh. [In Persian].
- SmaeelPour, Kh., Pak, R., & Ghorbanian, A. (2020). Investigating the relationship between self-focused attention and symptoms of social anxiety disorder through rumination. *New Ideas of Psychology Quarterly*, 10 (14), 1-10.[In Persian] .
- Smith, J. M., & Alloy, L. B. (2009). A roadmap to rumination: a review of the definition, assessment, and conceptualization of this multifaceted construct. *Clinical psychology review*, 29(2), 116–128. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2008.10.003>.
- Spasojević, J., & Alloy, L. B. (2001). Rumination as a common mechanism relating depressive risk factors to depression. *Emotion*, 1(1), 25–37. <https://doi.org/10.1037/1528-3542.1.1.25>.
- Strand, E. R., Nordahl, H., Hjemdal, O., & Nordahl, H. M. (2023). Metacognitive beliefs predict interpersonal problems in patients with social anxiety disorder. *Scandinavian journal of psychology*, 64(6), 819–824. <https://doi.org/10.1111/sjop.12943>.
- Tariq, A., Quayle, E., Lawrie, S. M., Reid, C., & Chan, S. W. Y. (2021). Relationship between Early Maladaptive Schemas and Anxiety in Adolescence and Young Adulthood: A systematic review and meta-analysis. *Journal of affective disorders*, 295, 1462–1473. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2021.09.031>.
- Vieira, C., Kuss, D. J., & Griffiths, M. D. (2023). Early maladaptive schemas and behavioural addictions: A systematic literature review. *Clinical psychology review*, 105, 102340. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2023.102340>.
- Wisco, B. E., Vrshek-Schallhorn, S., May, C. L., Campbell, A. A., Nomamiukor, F. O., & Pugach, C. P. (2023). Effects of trauma-focused rumination among trauma-exposed individuals with and without posttraumatic stress disorder: An experiment. *Journal of traumatic stress*, 36(2), 285–298. <https://doi.org/10.1002/jts.22905>.
- Wolitzky-Taylor, K., & LeBeau, R. (2023). Recent advances in the understanding and psychological treatment of social anxiety disorder. *Faculty reviews*, 12, 8. <https://doi.org/10.12703/r/12-8>.
- Yarmohammadi-Vaseli, M., Qanadi, F., Naderipour, H., & Faramarzi, A. (2016). *Investigating the relationship between social anxiety with primary maladaptive schemas and coping styles*, the first national conference of students, youth and social harms (immunization and coping), Mashhad.[In Persian].