



Research paper

## The Relationship Between Social Anxiety Disorder and Attachment Styles in Students: The Mediating Role of Social Skills

Fereshteh Rezazadeh Khalkhali<sup>1</sup>, Seyed Abolghasem Mehrinejad\*<sup>2</sup>, Roshanak Khodabakhsh Pirkalani<sup>3</sup>

### Abstract

This study aimed to examine the mediating role of social skills in the relationship between social anxiety disorder (SAD) and attachment styles in students. The method was a correlational study with a structural equation modeling design. The statistical population consisted of 302 university students in Tehran in 2021, who were selected by the convenience sampling method. The SAD Questionnaire by Connor et al., the Adult Attachment Questionnaire by Hazen and Shaver, and the Social Skills Questionnaire by Matson et al. were used to collect data. Pearson correlation and structural equation modeling were used to analyze the data. The results showed that the ambivalent and avoidant attachment styles had a positive and significant effect on SAD. The direct impact of social skills on SAD was negative and significant. The mediation results indicated that ambivalent, avoidant, and secure attachment styles had a significant indirect effect on SAD through the mediation of communication skills. The overall impact of attachment styles on SAD was significant. The findings suggest that enhancing social skills can reduce the negative impact of insecure attachment styles on SAD. These results emphasize the importance of educational and psychological interventions for improving communication skills.

**Keywords:** Attachment styles, social anxiety disorder, social skills, students.

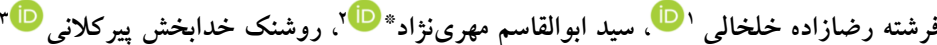
<sup>1</sup> M.A., of Clinical Psychology, Faculty of Education and Psychology, Alzahra University, Tehran, Iran

<sup>2</sup> Corresponding Author: Associate Professor, Department of Psychology, Faculty of Education and Psychology, Alzahra University, Tehran, Iran [s.mehrinejad@alzahra.ac.ir](mailto:s.mehrinejad@alzahra.ac.ir)

<sup>3</sup> Professor, Department of Clinical Psychology, Faculty of Education and Psychology, Alzahra University, Tehran, Iran

## ارتباط اختلال اضطراب اجتماعی با سبک‌های دلبستگی در دانشجویان: نقش میانجی

### مهارت‌های اجتماعی

فرشته رضازاده خلخالی<sup>۱</sup>، سید ابوالقاسم مهری‌نژاد\*<sup>۲</sup>، روشنک خدابخش پیرکلانی<sup>۳</sup> 

### چکیده

پژوهش حاضر با هدف بررسی نقش میانجی مهارت‌های اجتماعی در رابطه با اضطراب اجتماعی و سبک‌های دلبستگی دانشجویان انجام شد. روش این پژوهش همبستگی و از نوع معادلات ساختاری بود. جامعه آماری پژوهش ۳۰۲ نفر از دانشجویان دانشگاه‌های تهران در سال ۱۴۰۰ بود که به روش نمونه‌گیری در دسترس انتخاب شدند. جهت گردآوری اطلاعات از پرسشنامه‌های اضطراب اجتماعی کانور و همکاران، دلبستگی بزرگسالان هازن و شیور و پرسشنامه مهارت‌های اجتماعی ماتسون و همکاران بهره گرفته شد. برای تحلیل داده‌های پژوهش از همبستگی پیرسون و مدل‌یابی معادلات ساختاری استفاده شد. نتایج نشان داد که سبک‌های دلبستگی دوسوگرا و اجتنابی بر اضطراب اجتماعی اثر مثبت و معنادار دارند. اثر مستقیم مهارت‌های اجتماعی بر اضطراب اجتماعی منفی و معنادار بود. نتایج اثرات میانجی نشان داد که سبک‌های دلبستگی دوسوگرا، اجتنابی و ایمن با نقش میانجی مهارت‌های ارتباطی بر اضطراب اجتماعی اثر غیرمستقیم معنادار دارند. اثر کل سبک‌های دلبستگی دوسوگرا، اجتنابی و ایمن بر اضطراب اجتماعی معنادار بود. یافته‌های این پژوهش نشان می‌دهد که تقویت مهارت‌های اجتماعی می‌تواند تأثیر منفی سبک‌های دلبستگی ناایمن بر اضطراب اجتماعی را کاهش دهد. این نتایج بر اهمیت مداخلات آموزشی و روان‌شناختی برای بهبود مهارت‌های ارتباطی تأکید دارد.

**کلیدواژه‌ها:** اختلال اضطراب اجتماعی، دانشجویان، سبک‌های دلبستگی، مهارت‌های اجتماعی.

۱. کارشناسی ارشد روان‌شناسی بالینی، دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناسی، دانشگاه الزهراء، تهران، ایران.

۲. نویسنده مسئول: دانشیار گروه روان‌شناسی، دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناسی، دانشگاه الزهراء، تهران، ایران. [mehrinejad@alzahra.ac.ir](mailto:mehrinejad@alzahra.ac.ir)

۳. استاد گروه روان‌شناسی بالینی، دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناسی، دانشگاه الزهراء، تهران، ایران.

## مقدمه

رابطه می‌تواند بستری برای رشد و تقویت اعتماد به نفس باشد، اما در عین حال، زمینه‌ساز چالش‌هایی مانند استرس، ترس و اضطراب نیز خواهد بود. کیفیت روابط تعیین می‌کند که انسان در مسیر شکوفایی گام بردارد یا در دام آسیب‌های روانی گرفتار شود (جیانگ و نگین<sup>۱</sup>، ۲۰۲۰). اختلالات اضطرابی به‌عنوان ششمین عامل اصلی ناتوانی شناخته می‌شوند و اغلب با سایر مشکلات جسمانی و روانی همپوشانی دارند، که این امر فرایند تشخیص و درمان را پیچیده و چالش‌برانگیزتر می‌کند (لوچرینی-آنگلتی<sup>۲</sup> و همکاران، ۲۰۲۳). از این میان اختلال اضطراب اجتماعی یکی از رایج‌ترین اختلالات اضطرابی است که با محدود کردن توانایی‌های مبتلایان به آن، مشکلات مختلفی را در موقعیت‌های اجتماعی و عملکرد مرتبط با آن ایجاد می‌کند (جفریس و یونگار<sup>۳</sup>، ۲۰۲۰). اختلال اضطراب اجتماعی<sup>۴</sup> نوعی اختلال روانی است که با ترس شدید و مداوم از موقعیت‌های اجتماعی یا عملکردی همراه است، به‌گونه‌ای که فرد از قضاوت منفی دیگران هراس دارد. این اختلال می‌تواند منجر به اجتناب از تعاملات اجتماعی، کاهش عملکرد شغلی و تحصیلی، و افت کیفیت زندگی شود (انجمن روانپزشکی آمریکا<sup>۵</sup>، ۲۰۲۲). پنجمین ویرایش راهنمای تشخیصی و آماری اختلالات روانی (۲۰۲۲) نام اصلی این مشکل را اختلال اضطراب اجتماعی در نظر گرفته است، زیرا مشکلات به‌وجود آمده در اثر آن، در مقایسه با دیگر فوبیاهای معمولاً فراگیرتر است و در فعالیت‌های عادی فرد نابسامانی بیشتری به‌وجود می‌آورد. سالاری و همکاران (۲۰۲۴) در پژوهشی مروری و فراتحلیلی، با بررسی ۳۸ مطالعه، به بررسی شیوع جهانی اختلال اضطراب اجتماعی در کودکان، نوجوانان و جوانان پرداختند. نتایج نشان داد که این اختلال به‌صورت فزاینده‌ای از کودکی (۴/۷ درصد) به نوجوانی (۸/۳ درصد) و سپس به جوانی (۱۷ درصد) افزایش می‌یابد. یافته‌ها بر ضرورت تدوین راهکارهای پیشگیرانه و مداخلات هدفمند برای گروه‌های سنی مختلف تأکید دارند.

اختلال اضطراب اجتماعی تأثیرات منفی قابل توجهی بر ابعاد مختلف زندگی فرد از جمله جنبه‌های آموزشی، اجتماعی، خانوادگی و روابط بین فردی اعمال می‌کند (لووان<sup>۶</sup> و همکاران، ۲۰۲۲). هم مطالعات همه‌گیرشناسی گذشته‌نگر و هم مطالعات بالینی آینده‌نگر نشان می‌دهد که این اختلال طی سالیان متمادی می‌تواند آشفتگی و مشکلات عمیقی را در زندگی فرد ایجاد کند (میرهوف<sup>۷</sup> و همکاران، ۲۰۲۱). به‌طور کلی اختلالات اضطرابی و از آن میان اختلال اضطراب اجتماعی با رنج فردی و هزینه‌های اجتماعی قابل توجهی همراه است (آرچبل و کوپلان<sup>۸</sup>، ۲۰۲۲). یافته‌های پژوهشی نشان می‌دهد که اضطراب اجتماعی یک چالش مهم در حوزه سلامت عمومی است که می‌توان با شناسایی زودهنگام و مداخلات پیشگیرانه مؤثر، از پیشرفت و پیامدهای منفی آن جلوگیری کرد (جیسوآل<sup>۹</sup> و همکاران، ۲۰۲۰). این اختلال در مقایسه با دیگر اختلالات اضطرابی معمولاً روندی پیوسته و

1. Jiang & Ngien

2. Lucherini Angeletti

3. Jefferies & Ungar

4. Social Anxiety Disorder

5. American Psychiatric Association

6. Luan

7. Meyerhoff

8. Archbell & Coplan

9. Jaiswal

مزمّن دارد و با دوران کودکی و خانواده فرد بیشتر مرتبط است (آزتورک<sup>۱</sup> و همکاران، ۲۰۲۰). بنابراین، بررسی عواملی همچون سبک دلبستگی در سبب‌شناسی اضطراب اجتماعی نه‌تنها ضروری، بلکه امری بنیادین در درک و مداخله مؤثر در این اختلال است (کونارد<sup>۲</sup> و همکاران، ۲۰۲۱). در این زمینه، کوزان و ارسلان<sup>۳</sup> (۲۰۲۲) ارتباطات بین اضطراب اجتماعی، ناامنی دلبستگی و طرحواره‌های عاطفی را در میان دانشجویان دانشگاه بررسی کردند. در این مطالعه ۵۰۲ دانشجوی دانشگاه شرکت کردند. نتایج نشان داد که دانشجویان زن امتیازات بالاتری در بعد اجتناب اجتماعی نسبت به دانشجویان مرد داشتند. افزون بر این، تحلیل‌ها نشان داد که ناامنی دلبستگی (شامل سبک‌های دلبستگی اجتنابی و اضطرابی) و طرحواره‌های عاطفی پیش‌بینی‌کننده‌های معناداری برای اضطراب اجتماعی در دانشجویان دانشگاه بودند. به‌ویژه، سبک دلبستگی اضطرابی و اجتنابی ارتباط مثبتی با اضطراب اجتماعی داشتند، به‌طوری‌که این سبک‌ها باعث افزایش میزان اضطراب اجتماعی در دانشجویان شدند. همچنین، طرحواره‌های عاطفی نیز به‌طور معناداری با سطح اضطراب اجتماعی ارتباط داشتند و توانستند نقش مهمی در پیش‌بینی اضطراب اجتماعی ایفا کنند. در نهایت، این مطالعه نشان می‌دهد که ترکیب این عوامل (ناامنی دلبستگی و طرحواره‌های عاطفی) به‌طور قابل توجهی بر اضطراب اجتماعی تأثیر دارد.

دلبستگی پیوند عاطفی بین نوزاد و مراقب است که با رفتارهای خاصی در کودکان مانند نزدیکی به مراقب هنگام تهدید مشخص می‌شود (پینی<sup>۴</sup> و همکاران، ۲۰۲۵). دلبستگی دارای چهار سبک ایمن<sup>۵</sup>، اجتنابی<sup>۶</sup>، دوسوگرا<sup>۷</sup> و آشفته<sup>۸</sup> است (بالبی<sup>۹</sup>، ۱۹۸۲). تصور می‌شود که نوزادانی که مادران آنها به نیازهایشان پاسخگو هستند، نوزادانی با سبک دلبستگی ایمن هستند که معتقدند می‌توانند به مادران خود اعتماد کنند؛ بنابراین هنگام کاوش در محیط اطراف خود می‌دانند که در صورت نیاز می‌توانند به سمت مادران خود بازگردند (اوزبای و سلیک<sup>۱۰</sup>، ۲۰۲۴). در بزرگسالی افرادی که سبک دلبستگی ایمن دارند قادر به ایجاد روابط سالم هستند که به آنها اجازه می‌دهد علی‌رغم حفظ فردیت و استقلال‌شان بتوانند با دیگران در ارتباط باشند (هازن و شیور<sup>۱۱</sup>، ۱۹۷۸). در مقابل بین افراد دارای سبک دلبستگی اضطرابی یا اجتنابی با اختلالات اضطرابی در کودکی و بزرگسالی، همبستگی مثبت وجود دارد، همچنین افراد دارای سبک دلبستگی ناامین برای تسکین اضطراب خود به گروه‌هایی با سطوح بالای چسبندگی نیاز دارند (الینگ<sup>۱۲</sup> و همکاران، ۲۰۲۲). در همین راستا، مطالعه‌ای که توسط ایرفان<sup>۱۳</sup> و همکاران (۲۰۲۳) انجام شد، رابطه بین سبک‌های دلبستگی اضطرابی و اجتنابی و اضطراب اجتماعی در میان دانشجویان مقطع کارشناسی را بررسی کرد. نتایج نشان داد که رابطه‌ای مثبت و معنادار بین سبک دلبستگی اضطرابی و اضطراب اجتماعی وجود دارد. به‌طور خاص، سبک دلبستگی اضطرابی توانست

1. Öztürk

2. Conrad

3. Kozan & Arslan

4. Pini

5. Secure

6. Avoidant

7. Ambivalent

8. Disorganized

9. Bowlby

10. Özbay & Çelik

11. Hazan & Shaver

12. Elling

13. Irfan

۷۶..... ارتباط اختلال اضطراب اجتماعی با سبک‌های دلبستگی در دانشجویان: نقش میانجی ...

۱۹ درصد از واریانس اضطراب اجتماعی را پیش‌بینی کند. تفاوت معناداری از نظر جنسیت در اضطراب اجتماعی و سبک دلبستگی اضطرابی مشاهده شد، به طوری که زنان سطوح بالاتری از اضطراب نشان دادند. با این حال، هیچ تفاوت معناداری از نظر جنسیت برای سبک دلبستگی اجتنابی پیدا نشد. یافته‌ها نشان می‌دهند که نیاز به مداخلات بالینی متناسب و گروه‌های حمایتی وجود دارد، به ویژه با تمرکز بر درمان‌های حساس به جنسیت برای زنان که ممکن است چالش‌های اجتماعی خاصی در زمینه‌های تحصیلی و شغلی داشته باشند. افزون بر این، شناسایی سبک‌های دلبستگی می‌تواند به بهبود روابط صمیمی کمک کند و راهنمایی برای استراتژی‌های درمانی جامع‌تر فراهم آورد. پژوهش درین<sup>۱</sup> و همکاران (۲۰۲۲) نشان داد که پس از کنترل جنسیت نوجوانان و سطح تحصیلات والدین، غفلت عاطفی دوران کودکی و وضعیت اقتصادی به طور معناداری افزایش خطر ابتلا به اختلال اضطراب اجتماعی در نوجوانان را پیش‌بینی کردند. افزون بر این، سبک‌های دلبستگی نیز ارتباط معناداری با اضطراب اجتماعی داشتند، به ویژه در نوجوانانی که تجربه غفلت عاطفی در کودکی داشته‌اند. در پژوهشی دیگر، آزتورک و همکاران (۲۰۲۰) به این نتیجه رسیدند که سبک دلبستگی ناایمن نقش مهمی در سبب شناسی و درمان اختلال اضطراب اجتماعی ایفا می‌کند.

نبود سبک دلبستگی ایمن در بلندمدت می‌تواند منجر به اختلال در تعاملات اجتماعی و تشدید اضطراب اجتماعی شود (کوران<sup>۲</sup> و همکاران، ۲۰۲۱) و همچنین ممکن است فرصت رشد مهارت‌های اجتماعی در روابط با همسالان را محدود کرده و سازگاری اجتماعی فرد را تحت تأثیر قرار دهد (اوکانو و نومورا<sup>۳</sup>، ۲۰۲۳). مهارت‌های اجتماعی، محور اصلی رشد اجتماعی، شکل‌گیری روابط اجتماعی، سازگاری اجتماعی و حتی سلامت روان فرد است (شی<sup>۴</sup> و همکاران، ۲۰۲۳). مهارت‌های اجتماعی توانایی بیان احساسات و برقراری ارتباط از روی علاقه و لذت با دیگران تعریف شده است. این مهارت‌های انطباقی، رفتارهای آموخته شده‌ای هستند که به فرد کمک می‌کنند با دیگران روابط متقابل داشته باشد و پاسخ مناسب در برابر رفتار دیگران نشان دهد و از بروز پاسخ‌های نامناسب اجتناب کند (فتا<sup>۵</sup> و همکاران، ۲۰۲۵). به طور کلی نقص در مهارت‌های اجتماعی، به افزایش پیامدهای اجتماعی منفی، از جمله قضاوت و ارزیابی منفی توسط دیگران، شناخت‌های ناکارآمد، اجتناب از موقعیت‌های اجتماعی و در نهایت نقص بیشتر این مهارت‌های اجتماعی منجر می‌گردد (پرزپیورکا<sup>۶</sup> و همکاران، ۲۰۲۱). در این زمینه، نتایج پژوهش گرینبرگ و دلاس ریس<sup>۷</sup> (۲۰۲۲) حاکی از نقش مهارت‌های اجتماعی در کاهش اضطراب اجتماعی شرکت‌کنندگان داشت. یافته‌های مطالعه گلین<sup>۸</sup> و همکاران (۲۰۱۹) نیز مشخص کرد دانشجویانی که دارای سطوح بالایی از مهارت‌های اجتماعی بودند بهتر می‌توانستند در شرایط تنش‌زا و اضطراب‌آور فعالیت خود را ادامه دهند و بهترین عملکرد را ارائه دهند.

بر اساس مطالعات انجام‌شده، یکی از شایع‌ترین مشکلات در بین دانشجویان دانشگاه؛ علائم اختلال اضطراب اجتماعی است که به نابسامانی و نشانه‌های افسردگی می‌انجامد (احمدی و همکاران، ۲۰۲۵) و بر روابط و عملکرد تحصیلی آنها تأثیر منفی

1. Derin

2. Curran

3. Okano, H., & Nomura

4. She

5. Fatta

6. Przepiorka

7. Greenberg & De Los Reyes

8. Glenn

می‌گذارد (فلزمن<sup>۱</sup> و همکاران، ۲۰۲۳). سال‌های دانشگاه سال‌های آخر بلوغ است، در نتیجه افراد برای نظر دیگران در مورد خود اهمیت زیادی قائل هستند و در صورت برآورده نشدن انتظارات‌شان اضطراب زیادی را تجربه می‌کنند (آپولازا<sup>۲</sup> و همکاران، ۲۰۱۹). این اضطراب جامعه‌محور که با ترس از ارزیابی منفی مرتبط است، ممکن است بر تعامل دانشجویان تأثیر منفی بگذارد؛ به عنوان مثال برخی از دانشجویان گزارش می‌دهند که به دلیل نگرانی از قضاوت منفی دیگران، از پاسخ دادن به سؤالات و یا به اشتراک گذاشتن ایده‌های خود در محیط کار گروهی خودداری می‌کنند (خاواجا<sup>۳</sup> و همکاران، ۲۰۲۳). در پژوهش نوبری و فریتاس<sup>۴</sup> (۲۰۲۱) به مرور ادبیات تحقیقاتی ۲۰ ساله (۱۹۹۷ تا ۲۰۱۷) پیرامون ارتباط بین مهارت‌های اجتماعی و اضطراب اجتماعی در نوجوانی پرداختند. نتایج نشان داد که بین برخی انواع خاص مهارت‌های اجتماعی، مانند مهارت‌های ارتباطی و مهارت‌های تعامل اجتماعی، و اضطراب اجتماعی همبستگی منفی وجود دارد. به عبارت دیگر، نوجوانانی که مهارت‌های اجتماعی ضعیف‌تری داشتند، احتمال بیشتری برای تجربه اضطراب اجتماعی داشتند.

اختلال اضطراب اجتماعی، در صورت عدم مدیریت، می‌تواند به یک عامل خطر جدی تبدیل شود و پیامدهایی همچون ترک تحصیل، فرار از آموزش، اعتیاد به مواد مخدر، بارداری ناخواسته و افزایش آسیب‌پذیری در برابر مشکلات روان‌شناختی از جمله استرس، افسردگی و اضطراب را به دنبال داشته باشد. درک مکانیسم‌های روان‌شناختی زیربنایی که در شکل‌گیری و تداوم این اختلال نقش دارند، فرصتی ارزشمند برای مداخلات زودهنگام و پیشگیری از گسترش آن فراهم می‌کند. با توجه به این ضرورت، پژوهش حاضر با هدف بررسی نقش میانجی‌گرانه مهارت‌های اجتماعی در ارتباط میان اضطراب اجتماعی و سبک‌های دلبستگی در دانشجویان انجام شده است. این مطالعه با پرداختن به شکاف پژوهشی موجود، می‌کوشد تا شناخت دقیق‌تری از این روابط ارائه دهد و زمینه را برای طراحی مداخلات مؤثر در راستای کاهش اضطراب اجتماعی و ارتقای سلامت روان دانشجویان فراهم سازد. در همین زمینه، با توجه به هدف پژوهش که بررسی نقش میانجی‌گرانه مهارت‌های اجتماعی در رابطه بین اضطراب اجتماعی و سبک‌های دلبستگی در دانشجویان است، فرضیات زیر مطرح می‌شوند:

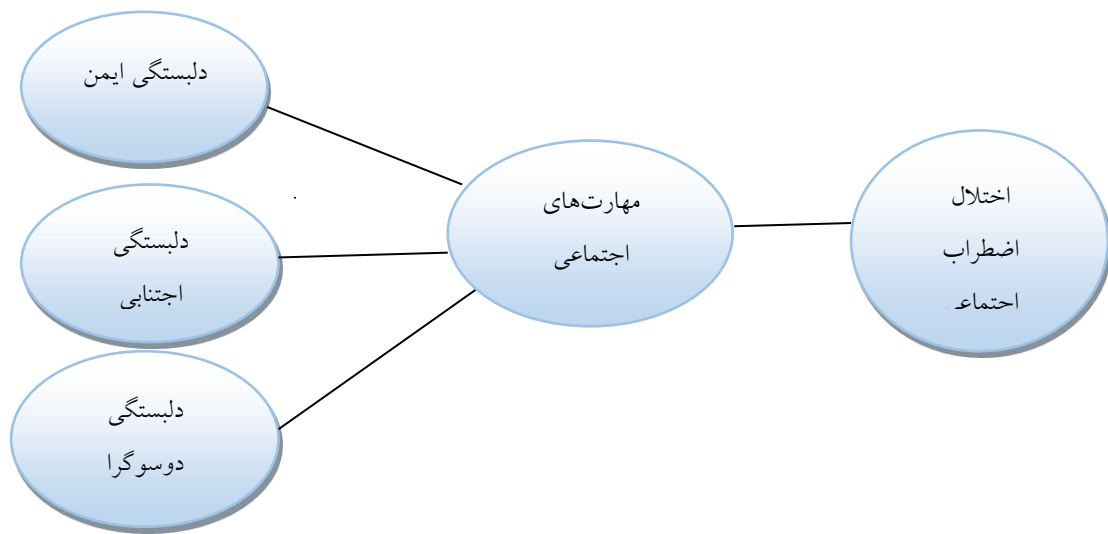
- بین سبک‌های دلبستگی و اضطراب اجتماعی در دانشجویان رابطه معناداری وجود دارد.
- بین مهارت‌های اجتماعی و اضطراب اجتماعی رابطه معناداری وجود دارد.
- مهارت‌های اجتماعی نقش میانجی در رابطه بین سبک‌های دلبستگی و اضطراب اجتماعی ایفا می‌کنند.

1. Felsman

2. Apaolaza

3. Khawaja

4. Nobre & Freitas



شکل شماره ۱. مدل مفهومی پژوهش

## روش پژوهش

روش پژوهش حاضر، توصیفی از نوع معادلات ساختاری است که با استفاده از روش مدلیابی معادله ساختاری درصد بررسی همزمان روابط میان متغیرهای پژوهش در قالب یک الگو است. جامعه آماری پژوهش شامل تمامی دانشجویان دانشگاه‌های تهران در سال تحصیلی ۱۴۰۰-۱۳۹۹ بود. با توجه به مجازی شدن تحصیلات دانشگاهی در ایام پاندمی کرونا و دشواری دسترسی به دانشجویان، نمونه‌گیری به روش در دسترس انجام گرفت. تعداد نمونه‌ها ۳۰۲ نفر بود که با در اختیار قرار دادن پرسشنامه آنلاین (ساخته شده با برنامه پرس لاین) در گروه‌های مجازی (واتساپ، تلگرام، اینستاگرام) نمونه‌گیری به روش در دسترس اجرا شد. برای محاسبه، تعداد نمونه مورد نیاز از نرم افزار جی‌پاور نسخه ۳/۱ استفاده شد که با توجه به اطلاعات حاصل از این نرم افزار در نمودار (۱) و با در نظر گرفتن طرح پژوهش همبستگی در مطالعه حاضر، برای آزمون یک دامنه، با توان آماری ۰/۹۹، و با اندازه اثر ۰/۰۳ و خطای ۰/۰۱ به ۲۲۲ نفر نمونه نیاز است که جهت اطمینان بیشتر به روایی و قدرت تعمیم نتایج این پژوهش از ۳۰۲ نفر نمونه استفاده شد. رضایت شخصی، تعلق به گروه مورد بررسی، دسترسی به اینترنت، مبتلا نشدن به مشکلات روان شناختی و جسمانی محدودکننده به‌عنوان ملاک‌های ورود به پژوهش در نظر گرفته شد. همچنین ملاک‌های خروج از مطالعه شامل نیمه‌کاره رها کردن پرسشنامه بود. نکات اخلاق در پژوهش نیز به‌صورت کامل رعایت شد که از جمله مهمترین آنها می‌توان به آگاهی از اهداف پژوهش، داوطلبانه بودن، محرمانه بودن اطلاعات هویتی افراد و تحلیل جمعی داده‌های پژوهش اشاره کرد

## ابزار

**چک‌لیست اطلاعات جمعیت‌شناختی<sup>۱</sup>:** این پرسشنامه اطلاعاتی در مورد جنس، سن، مقطع تحصیلی، وضعیت تأهل و رشته تحصیلی بود.

**مقیاس اضطراب اجتماعی<sup>۲</sup>:** این مقیاس توسط کانور<sup>۳</sup> و همکاران (۲۰۰۰) با هدف ارزیابی اضطراب اجتماعی در ۱۶ گویه طراحی شد. سه زیرمقیاس آن شامل ترس از خجل شدن<sup>۴</sup> (۶ گویه)، اجتناب<sup>۵</sup> (۶ گویه) و علائم فیزیولوژیکی<sup>۶</sup> (۴ گویه) می‌شود که در یک طیف لیکرت پنج درجه‌ای بین ۰ (اصلاً) تا ۴ (خیلی زیاد) نمره‌گذاری می‌شود. پایایی این مقیاس به روش همسانی درونی با ضریب آلفا در افراد بهنجار به طور کلی برابر با ۰/۹۴ و برای سه زیرمقیاس فرعی ترس، ۰/۸۹، اجتناب ۰/۹۱ و علائم فیزیولوژیکی ۰/۸۰ گزارش شده است. روایی سازه این ابزار با استفاده از تحلیل عامل تأییدی مورد بررسی قرار گرفته است. نتایج تحلیل عامل نشان داد که این ابزار از ساختار سه‌عاملی (ترس، اجتناب و علائم فیزیولوژیکی) برخوردار است که با مدل نظری اولیه همخوانی دارد. سه عامل مذکور مجموعاً حدود ۵۴ درصد از واریانس کل را تبیین می‌کنند. همچنین، بارهای عاملی گویه‌ها بر عوامل متناظر، در دامنه‌ای بین ۰/۵۲ تا ۰/۸۳ گزارش شده‌اند که نشان‌دهنده کفایت و همبستگی مناسب گویه‌ها با عوامل مربوطه است (کانور و همکاران، ۲۰۰۰). در ایران، روایی مقیاس اضطراب اجتماعی توسط نورافکن و همکاران (۱۴۰۳) مورد بررسی قرار گرفته است. روایی سازه این ابزار از طریق تحلیل عامل تأییدی نشان داده‌است که ساختار سه‌عاملی آن (ترس، اجتناب و علائم فیزیولوژیکی) با مدل نظری اولیه همخوانی دارد. همچنین، پایایی مقیاس با استفاده از روش آلفای کرونباخ با ضرایب آلفا برای زیرمقیاس‌های ترس ۰/۷۴، اجتناب ۰/۷۵ و علائم فیزیولوژیکی ۰/۷۵ گزارش شده‌اند. ضریب آلفای کرونباخ برای کل مقیاس نیز ۰/۸۷ به‌دست آمده است، آلفای کرونباخ این مقیاس در پژوهش حاضر ۰/۹۴ به‌دست آمد.

**پرسشنامه دل‌بستگی بزرگسالان<sup>۷</sup>:** این ابزار توسط هازن و شیور (۱۹۷۸) تدوین شده است، دارای ۱۵ گویه است که به هر یک از سه سبک دل‌بستگی ایمن، اجتنابی و دوسوگرا، پنج گویه تعلق می‌گیرد (هازن و شیور، ۱۹۷۸). نمره‌گذاری در این پرسشنامه بر اساس یک مقیاس لیکرت ۵ درجه‌ای (کاملاً مخالفم تا کاملاً موافقم) است. حداقل نمره شرکت‌کننده در زیرمقیاس‌های این پرسشنامه ۵ و حداکثر نمره قابل کسب نیز ۲۵ است که نمره بیشتر در هر مقیاس بیانگر شدت بیشتر آن ویژگی است. پایایی این مقیاس با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ برای زیرمقیاس‌های ایمن (۰/۸۴)، اجتنابی (۰/۸۱) و دوسوگرا (۰/۷۹) گزارش شده است. در یک مطالعه با نمونه‌ای بزرگ‌تر (۱۴۸۰ نفر)، ضرایب آلفای کرونباخ به ترتیب برای زیرمقیاس ایمن ۰/۹۱، اجتنابی ۰/۸۹ و دوسوگرا ۰/۸۸ به‌دست آمده است. روایی سازه این ابزار از طریق تحلیل عامل تأییدی حاکی از تأیید ساختار سه‌عاملی

1. Demographic Information Checklist

2. Social Phobia Inventory

3. Connor

4. Fear of embarrassment

5. Avoidance

6. Physiological symptoms

7. Adult Attachment Questionnaire

۸۰..... ارتباط اختلال اضطراب اجتماعی با سبک‌های دلبستگی در دانشجویان: نقش میانجی ...

(ایمن، اجتنابی و دوسوگرا) بوده است. سه عامل مذکور جمعاً ۵۶ درصد از واریانس کل را تبیین کرده‌اند. در ایران، براساس پژوهش عموسلطانی و همکاران (۱۴۰۱)، روایی سازه ابزار از طریق تحلیل عامل تأییدی بررسی شد و نتایج حاکی از تأیید ساختار سه‌عاملی بود و سه عامل مذکور مجموعاً ۵۳ درصد از واریانس کل را تبیین کردند. ضرایب پایایی ابزار نیز با استفاده از روش آلفای کرونباخ برای هر یک از زیرمقیاس‌ها به ترتیب برای زیرمقیاس‌های ایمن ۰/۸۸، اجتنابی ۰/۸۵ و دوسوگرا ۰/۸۴ گزارش شد. آلفای کرونباخ به‌دست‌آمده در پژوهش حاضر، برای سبک دلبستگی اجتنابی ۰/۷۳، ایمن، ۰/۵۰ و دوسوگرا ۰/۶۷ است.

**پرسشنامه ارزیابی مهارت‌های اجتماعی:** این پرسش‌نامه ۵۶ گویه دارد که به بررسی ابعاد مختلف مهارت‌های اجتماعی می‌پردازد. مقیاس‌های فرعی این پرسشنامه شامل مهارت‌های اجتماعی مناسب<sup>۲</sup> (گویه ۱ تا ۱۸)، رفتارهای غیر اجتماعی<sup>۳</sup> (گویه ۱۹ تا ۲۹)، پرخاشگری، رفتارهای تکانشی<sup>۴</sup> (گویه ۳۰ تا ۴۱)، برتری‌طلبی و اطمینان زیاد به خود<sup>۵</sup> (گویه ۴۲ تا ۴۷)، و رابطه با همسالان<sup>۶</sup> (گویه ۴۸ تا ۵۶) است (ماتسون<sup>۷</sup> و همکاران، ۱۹۸۳). نمره‌گذاری در این ابزار بر اساس یک مقیاس لیکرت ۵ درجه‌ای (کاملاً مخالفم تا کاملاً موافقم) است و دامنه نمرات از ۵۶ تا ۲۸۰ در نوسان است. شیوه نمره‌گذاری در گویه‌های ۱۹ تا ۴۷، ۴۹، ۵۰، ۵۲، ۵۴، ۵۵ به‌صورت معکوس و نمره بیشتر به معنی مهارت اجتماعی بهتر است. ضریب پایایی این ابزار از طریق آلفای کرونباخ برابر ۰/۸۵ گزارش شده است (ماتسون و همکاران، ۲۰۱۰). روایی سازه این پرسشنامه با استفاده از تحلیل عامل اکتشافی مورد تأیید قرار گرفته است. در تحلیل عامل، پنج عامل اصلی مطابق با ساختار نظری پرسشنامه استخراج شده‌اند که عبارتند از: مهارت اجتماعی مناسب، رفتارهای غیر اجتماعی، پرخاشگری و رفتارهای تکانشی، برتری‌طلبی، و رابطه با همسالان. این پنج عامل مجموعاً حدود ۶۱ درصد از واریانس کل مهارت‌های اجتماعی را تبیین می‌کنند. بارهای عاملی گویه‌ها بر عامل‌های مربوطه عمدتاً بالاتر از ۰/۴۰ گزارش شده است که نشان‌دهنده کفایت ساختاری ابزار در ارزیابی مؤلفه‌های مدنظر است (ماتسون و همکاران، ۲۰۱۰). در ایران نیز پایایی این پرسشنامه از طریق ضریب آلفای کرونباخ و تنصیف برای نمره کل یکسان و برابر با ۰/۸۶ گزارش شد که مقادیر این دو ضریب برای دختران به ترتیب برابر با ۰/۸۵ و ۰/۸۶ و برای پسران به ترتیب برابر با ۰/۸۷ و ۰/۸۵ به‌دست آمد. روایی همزمان این مقیاس نیز با پرسشنامه حل مسئله مطلوب گزارش گردید (محمدی و همکاران، ۱۳۹۹). در این پژوهش نیز ضریب آلفای کرونباخ برای کل آزمون در پژوهش حاضر ۰/۸۷ به‌دست آمد و روایی واگرایی آن با مقیاس اضطراب اجتماعی مناسب گزارش شد.

1. Matson Evaluation of Social Skills with Youngsters

2. Appropriate Social Skills

3. Non-Social Behaviors

4. Aggression and Impulsive Behaviors

5. Superiority and Overconfidence

6. Peer Relations

7. Matson

## روش اجرا

پس از کسب رضایت آگاهانه از شرکت‌کنندگان، لینک گوگل فرم برای آنها ارسال شد و در یک زمانی که دسترسی خوبی به اینترنت داشتند به سؤالات مربوطه پاسخ دادند. همچنین در انتها نیز یک راه ارتباطی برای شرکت‌کنندگان ارسال شد تا در صورت نیاز خلاصه‌ای از نتایج برایشان ارسال شود. به منظور رعایت نکات اخلاقی در ابتدا شرکت‌کنندگان رضایت‌نامه را تکمیل نمودند. همچنین قبل از پاسخ دادن به سؤالات در چند خط برای شرکت‌کنندگان هدف و اهمیت پژوهش، اصل رازداری و محرمانه ماندن اطلاعات شخصی و انجام تحلیل به صورت کلی بیان شد. در پژوهش حاضر برای تحلیل داده‌ها از شاخص‌ها و روش‌های تحلیل آماری توصیفی-استنباطی استفاده شده است. بدین صورت که از شاخص توصیفی برای به دست آوردن میانگین و انحراف استاندارد و از آمار استنباطی برای بررسی همبستگی پیرسون و مدل‌یابی معادلات ساختاری متغیرهای پژوهش با بهره‌گیری از نرم افزارهای آماری SPSS و Amos نسخه‌های ۲۴ انجام شد.

## یافته‌ها

بررسی اطلاعات جمعیت‌شناسی شرکت‌کنندگان نشان داد میانگین سنی (انحراف معیار) دانشجویان (۴/۳۱) (۲۲/۸۶) بود. از این بین ۶۱ درصد دختر بودند. از منظر تحصیلی نیز بیشتر آنها (۶۲ درصد) در مقطع کارشناسی قرار داشتند. همچنین ۳۶ درصد از دانشجویان متأهل و ۴۳ درصد در رشته‌های علوم انسانی مشغول به تحصیل بودند. در این مطالعه ۳۲۰ نفر مشارکت داشتند، اما در مجموع ۳۰۲ داده، قابلیت تحلیل داشتند.

در جدول شماره ۱ اطلاعات توصیفی متغیرها و ضرایب همبستگی پیرسون بین متغیرها ارائه شده است. بر اساس نتایج جدول شماره ۱، نتایج شاخص‌های کجی و کشیدگی نشان داد که همه در محدوده ۲ الی ۲- قرار دارند، بر این اساس می‌توان گفت داده‌ها دارای توزیع نرمال است. نتایج آزمون ضریب همبستگی پیرسون نشان داد که اضطراب اجتماعی به طور منفی و معنادار با دلبستگی ایمن ( $r = -0/43$ ) و مهارت‌های اجتماعی ( $r = 0/43$ ) رابطه دارد؛ اما در مقابل اضطراب اجتماعی با دلبستگی اجتنابی ( $r = 0/53$ ) و دلبستگی دوسوگرا ( $r = 0/41$ ) همبستگی مثبت و معنادار دارد ( $P < 0/05$ ).

جدول شماره ۱. آماره‌های توصیفی و ضرایب همبستگی پیرسون

متغیرها	اضطراب اجتماعی	دلبستگی ایمن	دلبستگی اجتنابی	دلبستگی دوسوگرا	مهارت‌های اجتماعی
اضطراب اجتماعی	۱				
دلبستگی ایمن	$-0/43^{**}$	۱			
دلبستگی اجتنابی	$0/53^{**}$	$-0/54^{**}$	۱		
دلبستگی دوسوگرا	$0/41^{**}$	$-0/47^{**}$	$0/40^{**}$	۱	
مهارت‌های اجتماعی	$-0/43^{**}$	$0/26^{**}$	$-0/29^{**}$	$-0/20^{**}$	۱

۸۲ ..... ارتباط اختلال اضطراب اجتماعی با سبک‌های دلبستگی در دانشجویان: نقش میانجی ...

میانگین	۱۵/۹۶	۱۷/۴۵	۱۲/۶۷	۱۲/۷۱	۲۱۳/۱۰
انحراف معیار	۱۲/۷۰	۲/۶۹	۳/۳۸	۲/۹۸	۲۴/۴۷
کجی	۰/۹۹	-۰/۰۴	۰/۰۳	۰/۹۸	-۰/۷۳
کشیدگی	۰/۷۶	۰/۶۳	-۰/۴۳	-۰/۰۲	۰/۲۴

جهت بررسی نقش میانجی مهارت‌های اجتماعی در رابطه بین سبک‌های دلبستگی و اضطراب اجتماعی، از مدل‌یابی معادلات ساختاری و آزمون بوت‌استرپ با ۲۰۰۰ بار بازنمونه‌گیری استفاده شد. قبل از اجرای آنها، مقدار خودهمبستگی در باقی‌مانده‌ها<sup>۱</sup> با استفاده از آزمون دوربین واتسون<sup>۲</sup> (۱/۷۹) مطلوب گزارش شد، با توجه به اینکه در دامنه ۱/۵۰ الی ۲/۵۰ قرار دارد، این پیش‌فرض برقرار است. همچنین چندخطی (همخطی)<sup>۳</sup> بین متغیرهای پیش‌بین وجود نداشت؛ چرا که مقدار تلورانس برای متغیر پیش‌بین و میانجی بین ۰/۶۳ الی ۰/۹۰ محاسبه شد، همچنین مقدار تورم واریانس<sup>۴</sup> برای هر کدام از آنها بین ۱/۱۱ الی ۱/۵۸ محاسبه شد. در ادامه شاخص‌های برازش برای مدل‌یابی معادلات ساختاری ارائه شدند؛ نتایج در جدول شماره ۲ ارائه شده است.

با توجه به جدول شماره ۲، شاخص‌های برازندگی حاصل از مدل‌یابی معادلات ساختاری در جدول شماره ۲ نشان می‌دهد که مدل پیشنهادی پس اصلاح و حذف داده‌های پرت، از برازش قابل قبول با داده‌های گردآوری شده برخوردار است ( $\chi^2/df=3/89$ ). (CFI = 0/94 و RMSEA = 0/07)، بر این اساس می‌توان گفت که مدل پیشنهادی از برازش مطلوب برخوردار است.

جدول شماره ۲. شاخص‌های برازش مدل اندازه‌گیری

شاخص‌های برازندگی	مدل اولیه	مدل پس از اصلاح	نقطه برش
مجذور کای (X2)	۲۰۲/۴۵	۱۳۶/۴۲	-
درجه آزادی (df)	۳۷	۳۵	-
مجذور کای/درجه آزادی (X2/df)	۵/۴۷	۳/۸۹	کمتر از ۵
شاخص نیکویی برازش (GFI)	۰/۸۸	۰/۹۳	> 0/90
شاخص نیکویی برازش اصلاح شده (AGFI)	۰/۷۹	۰/۸۷	> 0/850
شاخص برازش مقایسه‌ای (CFI)	۰/۹۰	۰/۹۴	> 0/90
ریشه میانگین مربعات خطای برآورد (RMSEA)	۰/۰۹	۰/۰۷	< 0/08

همچنین جدول شماره ۳ ضرایب مسیر مستقیم و غیرمستقیم ارائه شده است. بر اساس جدول شماره ۳، نتایج اثرات مستقیم نشان داد که سبک‌های دلبستگی دوسوگرا ( $\beta=0/19$ ) و اجتنابی ( $\beta=0/31$ ) بر اضطراب اجتماعی اثر مثبت و معنادار دارند؛ اما در مقابل اثر دلبستگی ایمن ( $\beta=-0/09$ ) بر اضطراب اجتماعی معنادار نبود. اثر سبک‌های دلبستگی دوسوگرا ( $\beta=-0/14$ ).

1. Autocorrelation in the residuals  
 2. Durbin Watson  
 3. Multicollinearity (Collinearity)  
 4. Variance Inflation Factor (VIF)

اجتنابی ( $\beta = -0/21$ ) و ایمن ( $\beta = 0/22$ ) بر مهارت‌های اجتماعی معنادار بود؛ اثر سبک‌های دلبستگی دوسوگرا و اجتنابی منفی و اثر سبک دلبستگی ایمن مثبت بود. همچنین نتیجه دیگر نشان داد که اثر مستقیم مهارت‌های اجتماعی بر اضطراب اجتماعی ( $\beta = -0/24$ ) منفی و معنادار بود ( $P < 0/05$ ). نتایج اثرات میانجی نشان داد که سبک‌های دلبستگی دوسوگرا ( $\beta = 0/03$ )، اجتنابی ( $\beta = 0/05$ ) و ایمن ( $\beta = -0/05$ ) با نقش میانجی مهارت‌های ارتباطی بر اضطراب اجتماعی اثر غیرمستقیم معنادار دارند. همچنین نتیجه دیگر نشان داد که اثر کل سبک‌های دلبستگی دوسوگرا ( $\beta = 0/22$ )، اجتنابی ( $\beta = 0/36$ ) و ایمن ( $\beta = -0/14$ ) بر اضطراب اجتماعی معنادار بود ( $P < 0/05$ ).

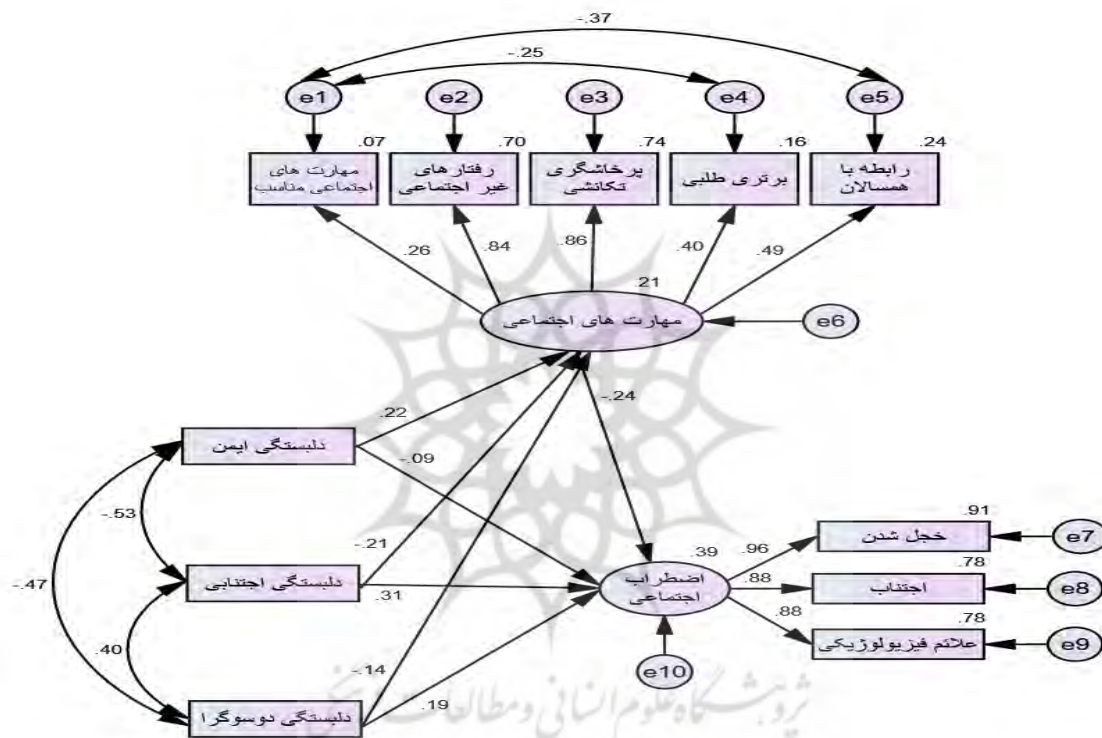
جدول شماره ۳. اثرات مستقیم، غیر مستقیم و کل متغیرها در مدل

مقدار معناداری	حد بالا	حد پایین	مقدار C.R	خطا	ضریب مسیر	مسیرها
0/02	0/28	0/09	3/35	0/06	0/19	دلبستگی دوسوگرا--اضطراب اجتماعی
0/01	0/41	0/21	5/36	0/06	0/31	دلبستگی اجتنابی-- اضطراب اجتماعی
0/12	0/02	-0/20	-1/49	0/06	-0/09	دلبستگی ایمن -- اضطراب اجتماعی
0/02	-0/04	-0/25	-1/99	0/06	-0/14	دلبستگی دوسوگرا--مهارت‌های اجتماعی
0/01	-0/11	-0/31	-2/51	0/06	-0/21	دلبستگی اجتنابی--مهارت‌های اجتماعی
0/02	0/33	0/11	2/58	0/06	0/22	دلبستگی ایمن --مهارت‌های اجتماعی
0/01	-0/13	-0/24	-3/03	0/06	-0/24	مهارت اجتماعی -- اضطراب اجتماعی
0/02	0/07	0/01	--	0/02	0/03	دلبستگی دوسوگرا--مهارت‌های اجتماعی -- اضطراب اجتماعی
0/01	0/09	0/02	--	0/02	0/05	دلبستگی اجتنابی--مهارت‌های اجتماعی -- اضطراب اجتماعی
0/01	-0/02	-0/10	--	0/02	-0/05	دلبستگی ایمن --مهارت‌های اجتماعی -- اضطراب اجتماعی
0/01	0/32	0/12	--	0/06	0/22	اثر کل دلبستگی دوسوگرا
0/01	0/46	0/26	--	0/06	0/36	اثر کل دلبستگی اجتنابی
0/01	-0/05	-0/25	--	0/06	-0/14	اثر کل دلبستگی ایمن

با توجه به نتایج مدل معادلات ساختاری (شکل شماره ۲)، اثرات مستقیم، غیرمستقیم و کلی متغیرها در رابطه با اضطراب اجتماعی و مهارت‌های اجتماعی به وضوح مشخص شد. دلبستگی دوسوگرا و اجتنابی تأثیر مثبت و معناداری بر اضطراب اجتماعی داشتند، در حالی که دلبستگی ایمن تأثیر منفی ولی غیرمعناداری بر اضطراب اجتماعی نشان داد. همچنین، مهارت‌های اجتماعی به‌طور مستقیم و منفی بر اضطراب اجتماعی تأثیر داشتند. در مدل میانجی، دلبستگی دوسوگرا و اجتنابی از طریق

۸۴ ..... ارتباط اختلال اضطراب اجتماعی با سبک‌های دلبستگی در دانشجویان: نقش میانجی ...

مهارت‌های اجتماعی به‌طور غیرمستقیم اضطراب اجتماعی را پیش‌بینی کردند، در حالی که اثر میانجی دلبستگی ایمن منفی و معنادار بود. اثر کلی سبک‌های دلبستگی نیز بر اضطراب اجتماعی معنادار بود و نشان داد که دلبستگی ایمن و دوسوگرا نقش قابل توجهی در کاهش اضطراب اجتماعی دارند. این نتایج نشان‌دهنده اهمیت تقویت مهارت‌های اجتماعی و توجه به سبک‌های دلبستگی در مداخلات روان‌شناختی برای کاهش اضطراب اجتماعی است. همان‌گونه که در شکل شماره ۲ مشاهده می‌شود، سبک‌های دلبستگی با میانجی‌گری مهارت‌های اجتماعی بر اضطراب اجتماعی اثر دارد و در مجموع ۳۹ درصد از واریانس را تبیین می‌کنند.



شکل شماره ۲. مدل تجربی در حالت ضرایب استاندارد

## بحث و نتیجه‌گیری

پژوهش حاضر با هدف بررسی نقش میانجی‌گرانه مهارت‌های اجتماعی در رابطه با اضطراب اجتماعی و سبک‌های دلبستگی دانشجویان انجام شد. نتایج به‌دست‌آمده نشان داد که سبک‌های دلبستگی دوسوگرا و اجتنابی بر اضطراب اجتماعی اثر مثبت و معنادار دارند. همچنین نتایج اثرات میانجی نشان داد که سبک‌های دلبستگی دوسوگرا، اجتنابی و ایمن با نقش میانجی مهارت‌های ارتباطی بر اضطراب اجتماعی اثر غیرمستقیم معنادار دارند. یافته‌های به‌دست‌آمده در راستای نتایج پژوهش‌های کوزان و ارسلان، ۲۰۲۲؛ پینی و همکاران، ۲۰۲۵؛ اوزبای و سلیک، ۲۰۲۴ و الینگ و همکاران (۲۰۲۲) قرار دارد.

بر اساس نظر بالبی (۱۹۸۲)، تجارب اولیه دلبستگی نقش اساسی در شکل‌گیری ادراک فرد از خود و جهان اطرافش دارد. زمانی که والدین حمایت‌گر و قابل‌اعتماد هستند، دلبستگی ایمن شکل می‌گیرد، اما در صورت عدم پاسخگویی مناسب، سبک دلبستگی نایمن ایجاد می‌شود. این تجارب اولیه، منجر به شکل‌گیری طرحواره‌های ذهنی می‌شود که بر انتظارات و رفتارهای فرد در روابط بین‌فردی آینده تأثیر می‌گذارد (لووان و همکاران، ۲۰۲۲). نظریه دلبستگی تأکید دارد که الگوهای فعال درونی ناشی از دلبستگی اولیه، موجب سوگیری‌های شناختی در ارزیابی فرد از خود و دیگران می‌شود (آرچبل و کوپلان، ۲۰۲۲). در همین راستا، افراد دارای دلبستگی نایمن، نسبت به خود و دیگران احساس منفی داشته و مستعد سوگیری‌های اسنادی منفی هستند که این امر منجر به اضطراب اجتماعی و برانگیختگی منفی در موقعیت‌های اجتماعی می‌شود (ایرفان و همکاران، ۲۰۲۳). از سوی دیگر، افراد مبتلا به اضطراب اجتماعی، ترس شدیدی از ارزیابی منفی، تحقیر و طرد شدن دارند (انجمن روان‌پزشکی آمریکا، ۲۰۲۲).

یکی از یافته‌های مهم پژوهش حاضر، رابطه منفی دلبستگی ایمن با اضطراب اجتماعی بود، که همسو با نتایج پژوهش‌های کونارد و همکاران (۲۰۲۱) و آرچبل و کوپلان (۲۰۲۲) است. افراد دارای دلبستگی ایمن، عزت نفس بالاتر، اعتماد بین‌فردی بیشتر، و توانایی حفظ روابط سالم‌تری دارند. همچنین، این افراد به دلیل خودکارآمدی بیشتر، در موقعیت‌های اجتماعی تعامل بهتری برقرار کرده و اضطراب کمتری را تجربه می‌کنند. در مقابل، افراد دارای دلبستگی اجتنابی به دلیل عدم دریافت حمایت کافی از دیگران در گذشته، نگرش منفی‌تری نسبت به روابط بین‌فردی دارند (آزتورک و همکاران، ۲۰۲۰). این افراد ممکن است طرد شدن از سوی دیگران را پیش‌بینی کنند، زیرا در کودکی یاد گرفته‌اند که به دیگران اعتماد نکنند (درین و همکاران، ۲۰۲۲). مطالعات نشان داده‌اند که این افراد اغلب از راهبردهای مقابله‌ای ناکارآمد نظیر فاصله‌گیری، انکار استرس و عدم ارتباط شناختی و رفتاری استفاده می‌کنند (الینگ و همکاران، ۲۰۲۲). با استناد به نظریه دلبستگی بالبی (۱۹۸۲)، می‌توان گفت که کیفیت روابط اجتماعی در بزرگسالی، بازتابی از کیفیت تعاملات و حمایت ادراک‌شده در دوران کودکی است. افراد با دلبستگی نایمن، اعتماد لازم به خود و دیگران را ندارند و با پیش‌گرفتن راهکارهای اجتنابی، از برقراری روابط مؤثر ناتوان هستند.

یکی دیگر از یافته‌های پژوهش حاضر، نقش میانجی مهارت‌های اجتماعی در رابطه بین سبک‌های دلبستگی و اضطراب اجتماعی بود. نتایج مدل مفهومی نشان داد که اثر مستقیم دلبستگی دوسوگرا و اجتنابی بر اضطراب اجتماعی معنادار است و مهارت‌های اجتماعی به‌عنوان یک متغیر میانجی، اثر این رابطه را تعدیل می‌کند. این یافته‌ها همسو با مطالعات گرینبرگ و همکاران (۲۰۲۲)، گلین و همکاران (۲۰۱۹)، شی و همکاران (۲۰۲۳)، کوران و همکاران (۲۰۲۱) و پرزیپورکا و همکاران (۲۰۲۱) است.

مهارت‌های اجتماعی به عنوان یک متغیر کلیدی در اضطراب اجتماعی نقش دارد و بررسی‌های گذشته نیز نشان داده‌اند که ارتباط معناداری میان سبک‌های دلبستگی و مهارت‌های اجتماعی وجود دارد (کوران و همکاران، ۲۰۲۱). بر اساس نظریه بالبی (۱۹۸۲)، تعامل با مراقبین اولیه، زمینه‌ساز شکل‌گیری انتظارات و طرحواره‌هایی درباره روابط اجتماعی آینده است. افرادی که دلبستگی ایمن دارند، از مراقبین پاسخگو برخوردار بوده‌اند و به دلیل داشتن یک پایگاه امن، راحت‌تر به تعامل با دنیای بیرون پرداخته و مهارت‌های اجتماعی خود را گسترش می‌دهند. در مقابل، افراد دارای دلبستگی نایمن، در روابط بین‌فردی بیشتر دچار

۸۶..... ارتباط اختلال اضطراب اجتماعی با سبک‌های دلبستگی در دانشجویان: نقش میانجی ...

انزوا، درماندگی، و رفتارهای ناسازگارانه می‌شوند که این امر موجب اختلال در رشد مهارت‌های اجتماعی آنان می‌شود (اوکانو و نومورا، ۲۰۲۳).

نتایج این مطالعه نشان داد که افراد با دلبستگی ایمن، در موقعیت‌های اجتماعی احساس راحتی بیشتری دارند (فتا و همکاران، ۲۰۲۵). این افراد به حمایت اجتماعی و پذیرش دیگران اطمینان داشته و در نتیجه در تعاملات اجتماعی عملکرد بهتری نشان می‌دهند که این امر به رشد بیشتر مهارت‌های اجتماعی آنها کمک می‌کند (گلین و همکاران، ۲۰۱۹). در مقابل، افراد دارای دلبستگی ناایمن-اضطرابی علی‌رغم تمایل بالا به برقراری ارتباط، دچار نشخوار فکری درباره‌ی طرد شدن و ارزیابی منفی دیگران هستند. این افراد احساس دوست‌داشتنی بودن خود را وابسته به پذیرش از سوی دیگران می‌بینند و در عین حال، نسبت به خود نگرشی منفی و نسبت به دیگران نگرشی مثبت دارند. در مقابل، افراد دارای دلبستگی ناایمن-اجتنابی، نگرش منفی نسبت به دیگران دارند و خوداتکایی را مهم‌ترین اصل می‌دانند (گرینبرگ و همکاران، ۲۰۲۲). این افراد، به دلیل پیش‌بینی احتمال طرد شدن، نیازهای دلبستگی خود را انکار کرده و از تعامل اجتماعی اجتناب می‌کنند، که این امر منجر به ضعف در رشد مهارت‌های اجتماعی آنها می‌شود (پرزپیورکا و همکاران، ۲۰۲۱).

در مجموع، یافته‌های این پژوهش نشان داد که مهارت‌های اجتماعی ضعیف تنها مختص اضطراب اجتماعی نیست، بلکه می‌تواند به‌عنوان یک عامل آسیب‌پذیری عمومی در مشکلات روانی اجتماعی در نظر گرفته شود (کوران و همکاران، ۲۰۲۱). این یافته‌ها با این واقعیت سازگار است که اختلال در مهارت‌های اجتماعی یکی از جنبه‌های کلیدی اضطراب اجتماعی است. از یک سو، فقدان مهارت‌های اجتماعی لازم برای مدیریت موقعیت‌های چالش‌برانگیز، می‌تواند اضطراب اجتماعی را تشدید کند. از سوی دیگر، به دلیل ماهیت مزمن اضطراب اجتماعی و راهکارهای اجتنابی، فرصت‌های یادگیری مهارت‌های اجتماعی کاهش می‌یابد. این رابطه دوطرفه باعث می‌شود که فرد در یک چرخه معیوب از اضطراب و اجتناب اجتماعی گرفتار شود. پژوهش‌ها نشان داده‌اند که اضطراب می‌تواند عملکرد اجتماعی مناسب را مهار کند و در مقابل، ضعف در مهارت‌های اجتماعی نیز باعث افزایش اضطراب اجتماعی می‌شود (شی و همکاران، ۲۰۲۳).

مطالعه حاضر دریچه‌ای جدید به روی پژوهشگران گشود و نشان داد که مهارت‌های اجتماعی نه‌تنها متغیری کلیدی در اضطراب اجتماعی است، بلکه می‌تواند رابطه بین سبک‌های دلبستگی و اضطراب اجتماعی را تعدیل کند. این یافته‌ها بر اهمیت برنامه‌های مداخله‌ای مبتنی بر آموزش مهارت‌های اجتماعی و اصلاح سبک‌های دلبستگی در کاهش اضطراب اجتماعی تأکید دارند. با وجود ارائه یافته‌های ارزشمند، این پژوهش با محدودیت‌هایی همراه است که ممکن است تأثیر آن را بر تعمیم نتایج محدود کند. یکی از محدودیت‌ها، استفاده از روش نمونه‌گیری در دسترس است که ممکن است نتایج را تنها به گروه خاصی از دانشجویان تعمیم دهد. افزون بر این، این مطالعه تنها بر دانشجویان دانشگاه‌های تهران متمرکز بوده است، که ممکن است شرایط فرهنگی و اجتماعی دیگر دانشگاه‌ها و مناطق مختلف را در نظر نگرفته باشد. پیشنهاد می‌شود در تحقیقات آینده از نمونه‌های تصادفی و متنوع‌تری استفاده شود تا نتایج گسترده‌تری به‌دست آید. همچنین، پژوهش‌های آتی می‌توانند به بررسی تأثیر مداخلات روان‌شناختی و آموزشی بر مهارت‌های اجتماعی و اضطراب اجتماعی در بلندمدت بپردازند. توجه به تفاوت‌های فردی و

سبک‌های دل‌بستگی دانشجویان در طراحی برنامه‌های پیشگیرانه و درمانی نیز می‌تواند تأثیرات مثبت بیشتری به همراه داشته باشد.

### تشکر و قدردانی

این مقاله مستخرج شده از پایان‌نامه کارشناسی ارشد روانشناسی بالینی نویسنده نخست از دانشگاه الزهراء (س) است. بدین وسیله نویسندگان از تمامی شرکت‌کنندگان این پژوهش کمال تشکر و قدردانی را دارند.

### حمایت مالی

این پژوهش بدون حمایت مالی انجام شده است.

### تعارض منافع

بر اساس اعلام نویسندگان در این مقاله هیچ‌گونه تعارض منافی وجود ندارد.

### منابع

- عموسلطانی، صفورا؛ عامری، فریده؛ مهری‌نژاد، سید ابوالقاسم؛ احدی، بتول. (۱۴۰۱). مقایسه اثربخشی درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد و روان‌نمایشگری بر دل‌بستگی و بهزیستی روان‌شناختی زنان درگیر تعارض زناشویی. *مطالعات روان‌شناختی*، ۱۸(۱)، ۵۵-۶۸. doi: 10.22051/psy.2021.18083.2388
- محمدی، محمد؛ فرید، ابوالفضل؛ حبیبی کلپیر، رامین؛ مصرآبادی، جواد. (۱۳۹۹). اثربخشی آموزش ابراز وجود بر جرئت‌ورزی و حل مسئله اجتماعی دانش‌آموزان پسر قربانی قلدری. *مطالعات روان‌شناختی*، ۱۶(۴)، ۹۳-۱۰۷. doi: 10.22051/psy.2021.30461.2165
- نورافکن، الناز؛ کشاورز، سمیه؛ کاکاوند، علیرضا. (۱۴۰۳). رابطه بین ادراک کیفیت دل‌بستگی و اضطراب اجتماعی نوجوانان: نقش واسطه‌ای بهزیستی معنوی. *مطالعات روان‌شناختی*، ۲۰(۱)، ۷۱-۸۵. doi: 10.22051/psy.2024.45669.2895
- American Psychiatric Association. (2022). Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (5th ed., text rev.). *American Psychiatric Association Publishing*. <https://doi.org/10.1176/appi.books.9780890425787>
- Amoosoltani, S., Ameri, F., Mehrinejad, A., & Ahadi, B. (2022). Comparison of the effectiveness of acceptance and commitment therapy and psychodrama on attachment and psychological wellbeing in Women Involved in Marital Conflicts. *Journal of Psychological Studies*, 18(1), 55-68. doi: 10.22051/psy.2021.18083.2388 (Text in Persian)
- Apaolaza, V., Hartmann, P., D'Souza, C., & Gilsanz, A. (2019). Mindfulness, compulsive mobile social media use, and derived stress: The mediating roles of self-esteem and social anxiety. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 22(6), 388-396. <https://doi.org/10.1089/cyber.2018.0681>
- Archbell, K. A., & Coplan, R. J. (2022). Too anxious to talk: Social anxiety, academic communication, and students' experiences in higher education. *Journal of Emotional and Behavioral Disorders*, 30(4), 273-286. <https://doi.org/10.1177/10634266211023844>
- Bowlby, J. (1982). Attachment and loss: retrospect and prospect. *American Journal of Orthopsychiatry*, 52(4), 664. <https://doi.org/10.1111/j.1939-0025.1982.tb01456.x>

- Connor, K. M., Davidson, J. R., Churchill, L. E., Sherwood, A., Weisler, R. H., & Foa, E. (2000). Psychometric properties of the Social Phobia Inventory (SPIN): New self-rating scale. *The British Journal of Psychiatry*, 176(4), 379-386. <https://doi.org/10.1192/bjp.176.4.379>
- Conrad, R., Forstner, A. J., Chung, M. L., Mücke, M., Geiser, F., Schumacher, J., & Carnehl, F. (2021). Significance of anger suppression and preoccupied attachment in social anxiety disorder: a cross-sectional study. *BMC Psychiatry*, 21, 1-9. <https://doi.org/10.1186/s12888-021-03193-2>
- Curran, T., Meter, D., Janovec, A., Brown, E., & Caban, S. (2021). Maternal adult attachment styles and mother-child transmissions of social skills and self-esteem. *Journal of Family Studies*, 27(4), 491-505. <https://doi.org/10.1080/13229400.2020.1778752>
- Derin, S., Selman, S. B., Alyanak, B., & Soylu, N. (2022). The role of adverse childhood experiences and attachment styles in social anxiety disorder in adolescents. *Clinical Child Psychology and Psychiatry*, 27(3), 644-657. <https://doi.org/10.1177/13591045221104918>
- Elling, C., Forstner, A. J., Seib-Pfeifer, L. E., Mücke, M., Stahl, J., Geiser, F., ... & Conrad, R. (2022). Social anxiety disorder with comorbid major depression—why fearful attachment style is relevant. *Journal of Psychiatric Research*, 147, 283-290. <https://doi.org/10.1016/j.jpsychires.2022.01.019>
- Fatta, L. M., Laugeson, E. A., Bianchi, D., Italian Peers® team support group, Laghi, F., & Scattoni, M. L. (2025). Program for the education and enrichment of relational skills (PEERS®) for Italy: A randomized controlled trial of a social skills intervention for autistic adolescents. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 55(1), 202-220. <https://doi.org/10.1007/s10803-024-05389-5>
- Felsman, P., Seifert, C. M., Sinco, B., & Himle, J. A. (2023). Reducing social anxiety and intolerance of uncertainty in adolescents with improvisational theater. *The Arts in Psychotherapy*, 82, 101985. <https://doi.org/10.1016/j.aip.2023.101985>
- Glenn, L. E., Keeley, L. M., Szollos, S., Okuno, H., Wang, X., Rausch, E., ... & De Los Reyes, A. (2019). Trained observers' ratings of adolescents' social anxiety and social skills within controlled, cross-contextual social interactions with unfamiliar peer confederates. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 41, 1-15. <https://doi.org/10.1007/s10862-019-09764-5>
- Greenberg, A., & De Los Reyes, A. (2022). When adolescents experience co-occurring social anxiety and ADHD symptoms: links with social skills when interacting with unfamiliar peer confederates. *Behavior Therapy*, 53(6), 1109-1121. <https://doi.org/10.1016/j.beth.2022.05.006>
- Hazan, C., & Shaver, P. (1987). Romantic love is conceptualized as an attachment process. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52, 511-524. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.52.3.511>
- Irfan, H., Munir, M., & Majeed, S. (2023). Exploring the relationship between insecure attachment styles and social anxiety in undergraduate students. *Journal of Business and Social Review in Emerging Economies*, 9(3), 315-324. <https://doi.org/10.26710/jbseer.v9i3.2122>
- Jaiswal, A., Manchanda, S., Gautam, V., Goel, A. D., Aneja, J., & Raghav, P. R. (2020). Burden of internet addiction, social anxiety and social phobia among University students, India. *Journal of Family Medicine and Primary Care*, 9(7), 3607. <https://doi.org/10.4103/jfmpe.jfmpe.712.20>
- Jefferies, P., & Ungar, M. (2020). Social anxiety in young people: A prevalence study in seven countries. *PloS one*, 15(9), e0239133. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0239133>
- Jiang, S., & Ngien, A. (2020). The effects of Instagram use, social comparison, and self-esteem on social anxiety: A survey study in Singapore. *Social Media+ Society*, 6(2), 2056305120912488. <https://doi.org/10.1177/2056305120912488>

- Khawaja, A., Ahmad, M. B., Ramzan, M., & Durrani, M. K. (2023). Social anxiety, self-efficacy and academic achievement in matric students of Lahore Pakistan. *Journal of Policy Research (JPR)*, 9(1), 20-27.
- Kozan, H. İ. Ö., & Arslan, C. (2022). Social anxiety among college students: Predictive roles of attachment insecurity and emotional schemas. *International Journal of Psychology and Educational Studies*, 9(1), 22-31. <https://doi.org/10.5281/zenodo.6283775>
- Luan, Y. S., Zhan-Ling, G., Mi, L., Ying, L., Lan, B., & Tong, L. (2022). The experience among college students with social anxiety disorder in social situations: A qualitative study. *Neuropsychiatric Disease and Treatment*, 1729-1737. <https://doi.org/10.2147/NDT.S359747>
- Lucherini Angeletti, L., Scalabrini, A., Ricca, V., & Northoff, G. (2023). Topography of the anxious self: Abnormal rest-task modulation in social anxiety disorder. *The Neuroscientist*, 29(2), 221-244. <https://doi.org/10.1177/10738584221101827>
- Matson, J. L., Neal, D., Fodstad, J. C., Hess, J. A., Mahan, S., & Rivet, T. T. (2010). Reliability and validity of the Matson Evaluation of Social Skills with Youngsters. *Behavior Modification*, 34(6), 539-558. <https://doi.org/10.1177/0145445510384844>
- Matson, J. L., Rotatori, A. F., & Helsel, W. J. (1983). Development of a rating scale to measure social skills in children: The Matson Evaluation of Social Skills with Youngsters (MESSY). *Behaviour Research and Therapy*, 21(4), 335-340. [https://doi.org/10.1016/0005-7967\(83\)90001-3](https://doi.org/10.1016/0005-7967(83)90001-3)
- Meyerhoff, J., Liu, T., Kording, K. P., Ungar, L. H., Kaiser, S. M., Karr, C. J., & Mohr, D. C. (2021). Evaluation of changes in depression, anxiety, and social anxiety using smartphone sensor features: longitudinal cohort study. *Journal of Medical Internet Research*, 23(9), e22844. <https://doi.org/10.2196/22844>
- Mohammadi, M., Farid, A., Habibi Kalibar, R., & Mesrabadi, J. (2021). Effectiveness of Assertiveness Training on Assertion and Social Problem Solving of Male Students Who are Victims of Bullying. *Journal of Psychological Studies*, 16(4), 93-107. doi: 10.22051/psy.2021.30461.2165 (Text in Persian)
- Nobre, M. R., & Freitas, L. C. (2021). Social skills and social anxiety in childhood and adolescence: A literature review. *Psicologia: Teoria e Prática*, 23(2), 1-24. <https://doi.org/10.5935/1678-0525.20210001>
- Nourafkan, E., Keshavarz, S., & Kakavand, A. (2024). The relationship between perception of attachment quality and social anxiety in adolescents: the mediating role of spiritual well-being. *Journal of Psychological Studies*, 20(1), 71-85. doi: 10.22051/psy.2024.45669.2895 (Text in Persian)
- Okano, H., & Nomura, M. (2023). Examining social anxiety and dual aspects of social comparison orientation: the moderating role of self-evaluation of social skills. *Frontiers in Psychology*, 14, 1270143. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1270143>
- Özbay, A., & Çelik, M. (2024). The mediating role of psychological resilience, anger, and hostility in university students' attachment styles and life satisfaction. *Children and Youth Services Review*, 163, 107752. <https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2024.107752>
- Öztürk, Y., Özyurt, G., Turan, S., Mutlu, C., Tufan, A. E., & Akay, A. P. (2020). Relationships between theory of mind (ToM) and attachment properties in adolescent with social anxiety disorder. *Archives of Neuropsychiatry*, 57(1), 65. <https://doi.org/10.29399/npa.24881>
- Pini, S., Milrod, B., Nardi, B., Massimetti, G., Bonelli, C., Baldwin, D. S., ... & Carpita, B. (2025). Relationship between anhedonia, separation anxiety, attachment style and suicidality in a large cohort of individuals with mood and anxiety disorders. *Journal of Affective Disorders*, 379, 421-428. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2024.11.106>

۹۰.....ارتباط اختلال اضطراب اجتماعی با سبک‌های دل‌بستگی در دانشجویان: نقش میانجی ...

- Przepiorka, A., Błachnio, A., Cudo, A., & Kot, P. (2021). Social anxiety and social skills via problematic smartphone use for predicting somatic symptoms and academic performance at primary school. *Computers & Education, 173*, 104286. <https://doi.org/10.1016/j.compedu.2021.104286>
- She, R., han Mo, P. K., Li, J., Liu, X., Jiang, H., Chen, Y., ... & fai Lau, J. T. (2023). The double-edged sword effect of social networking use intensity on problematic social networking use among college students: The role of social skills and social anxiety. *Computers in Human Behavior, 140*, 107555. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2023.107555>
- Salari, N., Heidarian, P., Hassanabadi, M., Babajani, F., Abdoli, N., Aminian, M., & Mohammadi, M. (2024). Global prevalence of social anxiety disorder in children, adolescents and youth: a systematic review and meta-analysis. *Journal of Prevention, 45(5)*, 795-813. <https://doi.org/10.1007/s10935-024-00789-9>



This article is an open-access article distributed under the terms and conditions of the Creative Commons Attribution-Noncommercial 4.0 International (CC BY-NC-ND 4.0 license) (<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/>).

