

Research Article

The Relationship Between Social Competence and Social Anxiety in Adolescents: Modelling the Mediating Role of Emotion Regulation

Sara Yousefi¹ , Mehrangiz Shoa kazemi^{2*}  & Solmaz Dabiri³

1. Department of Psychology, Faculty of Humanities, North Tehran Branch, Islamic Azad University, Tehran, Iran.

2. Associate Professor, Department of womans and Family studies, Faculty of social sciences and Economics, Alzahra University, Tehran, Iran. Email: m.shkazemi@alzahra.ac.ir

3. Assistant Professor, Department of Psychology, North Tehran Branch, Islamic Azad University, Tehran, Iran.

Abstract

Aim: Effective approaches to addressing mental health challenges in adolescents require a comprehensive understanding of the factors that contribute to their optimal development, well-being, and resilience. This study aimed to examine the mediating role of emotion regulation in the relationship between social competence and social anxiety in adolescents.

Method: This correlational study included 449 adolescents (251 girls and 198 boys) aged 14 to 17 years, selected through a multistage sampling method. Participants completed the Social Anxiety Scale for Adolescents (Puklek, 2004), the Social Competence Questionnaire (Zhou & Ee, 2012), and the Emotion Regulation Questionnaire (Gross & John, 2003). Structural equation modeling was used to test the causal model of relative mediation.

Results: The findings indicated that the proposed model demonstrated a good fit with the data. All path coefficients between the latent variables were statistically significant, explaining 50% of the variance in social anxiety through social competence and emotion regulation.

Conclusion: Overall, the results suggest that social competence, as a multidimensional construct encompassing cognitive, emotional, motivational, and behavioral aspects, serves as a protective factor against internalizing problems such as social anxiety in adolescents.

Key words: *Social Anxiety, Social Competence, Emotion Regulation, Adolescents*

Citation: Yousefi, S., Shoa kazemi, M., & Dabiri, S. (2024). The Relationship Between Social Competence and Social Anxiety in Adolescents: Modelling the Mediating Role of Emotion Regulation. *Appl. Psychol* 18 (4):147-169.

رابطه کفایت‌مندی اجتماعی و اضطراب اجتماعی در نوجوانان:

مدل‌یابی میانجیگری نظم‌بخشی هیجانی

سارا یوسفی^۱، مهرانگیز شعاع‌کازمی^{۲*} و سولماز دبیری^۳

۱. گروه روان‌شناسی، دانشکده علوم انسانی، واحد تهران شمال، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران، ایران.

۲. دانشیار، گروه آموزشی مطالعات زنان و خانواده، دانشکده علوم اجتماعی و اقتصاد، دانشگاه الزهرا (س)، تهران، ایران. ایمیل: m.shkazami@alzahra.ac.ir.

۳. استادیار، گروه روان‌شناسی، واحد تهران شمال، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران، ایران.

چکیده

هدف: در رویکردهای کارآمد درباره چالش‌های سلامت روانی نوجوانان بر فهم عمیق علل مراقبت‌گر تحول‌بهنه، بهزیستی و بالندگی نوجوانان، تأکید می‌شود. بر این اساس، در این پژوهش، محققان با هدف پیش‌بینی اضطراب اجتماعی نوجوانان از طریق کفایت‌مندی اجتماعی آن‌ها بر نقش میانجیگری نظم‌بخشی هیجانی، اصرار ورزیدند.

روش: در این پژوهش هیستگي، ۴۴۹ نوجوان (۲۵۱ دختر و ۱۹۸ پسر) در بازه سنی ۱۴ تا ۱۷ سال، که با استفاده از روش نمونه‌گیری چندمرحله‌ای انتخاب شدند، به مقیاس اضطراب اجتماعی نوجوانان (پاکلک، ۲۰۰۴)، پرسشنامه شایستگی اجتماعی (ژو و ای، ۲۰۱۲) و پرسشنامه نظم‌بخشی هیجانی (گراس و جان، ۲۰۰۳) پاسخ دادند. به منظور آزمون مدل علی میانجیگری نسبی، از روش آماری مدل‌یابی معادله ساختاری، استفاده شد.

یافته‌ها: نتایج نشان داد که مدل مفروض میانجیگری نظم‌بخشی هیجانی در رابطه کفایت‌مندی اجتماعی با اضطراب اجتماعی در نوجوانان، با داده‌ها برازش مطلوبی داشت. در مدل پیشنهادی، تمامی ضرایب مسیر بین متغیرها از نظر آماری، معنادار بودند و ۵۰ درصد از واریانس نمرات اضطراب اجتماعی از طریق کفایت‌مندی اجتماعی و نظم‌بخشی هیجانی، تبیین شد.

نتیجه‌گیری: به طور کلی، نتایج نشان داد که کفایت‌مندی اجتماعی، که شامل جنبه‌های مختلف شناختی، هیجانی، انگیزشی و رفتاری است، می‌تواند از نوجوانان در برابر مشکلات روانی مانند اضطراب اجتماعی محافظت کند.

کلید واژه‌ها: اضطراب اجتماعی، کفایت‌مندی اجتماعی، نظم‌بخشی هیجانی، نوجوانان

استناد به این مقاله: یوسفی، سارا، شعاع‌کازمی، مهرانگیز و دبیری، سولماز. (۱۴۰۳). رابطه کفایت‌مندی اجتماعی و اضطراب اجتماعی در نوجوانان: مدل‌یابی میانجیگری نظم‌بخشی هیجانی. فصلنامه روان‌شناسی کاربردی، ۱۸ (۴)، ۱۶۹-۱۴۷.

مقدمه

نوجوانی، حساس‌ترین وهله تحولی در گستره حیات آدمی، تلقی می‌شود. تقارن تجربه تغییراتی بنیادین در ساحات جسمانی، روان‌شناختی و اجتماعی با واقعیاتی متکثر مانند بلوغ، فشار اجتماعی و انتظارات تحصیلی، بیش از پیش بر پیچیدگی‌های وهله نوجوانی می‌افزاید (ژو و همکاران، ۲۰۲۴). در طول این وهله، معمول است که نوجوان حدود جهان پیرامونش را کشف و اغلب با رجوع به رفتارهایی مخاطره‌آمیز، تکلیف تحولی چالش‌زای تثبیت هویت خود و ساخت برنامه زندگی‌اش را در اولویت قرار دهد (آراماتاریو و همکاران، ۲۰۲۴). بنابراین، انباشت رخدادهای فشارزا و چالش‌هایی که جزء لاینفک تحول بهنجار نوجوانی است، بر سلامت نوجوان تاثیر می‌گذارد و او را مستعد مواجهه با مشکلات سلامت روانی، قرار می‌دهد. به دیگر سخن، نوجوانان، جامعه‌ای در خطر برای تجربه دشواری‌های متعارف سلامت روانی مانند اضطراب و افسردگی، تلقی می‌شوند (چنگ، هوانگ و لای، ۲۰۲۴).

در این وهله، تحول کفایت‌مندی هیجانی و اجتماعی نوجوان، برای ارتقای سازگاری مثبت و کاهش خطر در او، عاملی اساسی تلقی می‌شود. با این وجود، تعدادی از نوجوانان، به دلیل نقایصی اجتماعی - هیجانی، در معرض طیف وسیعی از مشکلات سلامت روانی قرار می‌گیرند (چن و همکاران، ۲۰۲۴). اضطراب اجتماعی به مثابه یکی از مشکلات اساسی وهله نوجوانی، ضمن تداخل با کُنش‌وری فردی و اجتماعی نوجوان، موافق با شواهد موجود، سطح بالایی از آشفتگی و ناراحتی را در او فرامی‌خواند (چیو، کلارک و لایت، ۲۰۲۱). اضطراب اجتماعی بیانگر استرس شدیدی است که افراد به دلیل ترس بیش از حد از ارزیابی منفی دیگران، در موقعیت‌های اجتماعی، تجربه می‌کنند (کوئلا، مارچانتی و رومائو، ۲۰۲۲). به بیان دیگر، اضطراب اجتماعی به مثابه اضطرابی پایدار است که وقتی فرد خویشتن را در موقعیت‌های اجتماعی از جانب دیگران در معرض ارزیابی تلقی می‌کند، پدیدار می‌شود (کراز و همکاران، ۲۰۲۳). در وهله نوجوانی، پیوستاری از اضطراب اجتماعی وجود دارد که در انتهای پایین آن، نگرانی درباره موقعیت یا موقعیت‌های اجتماعی خاص و در انتهاالیه بالای آن نیز اضطراب اجتماعی شدید و اجتناب از طیف وسیعی از موقعیت‌های اجتماعی، وجود دارد (هافی و همکاران، ۲۰۲۴). محققان مختلف در تعاقب پیامدهای منفی اضطراب اجتماعی در نوجوانان بر پذیرش کمتر از طرف همسالان، تجربه آسیب در رابطه با دوستان هم‌جنس و روابط عاطفی، طرد از جانب همسالان، دشواری‌های تحصیلی، رفتارهای خودآسیب‌زا، قربانی‌شدگی قلدری و قربانی‌آفرینی قلدرمابانه، اصرار ورزیده‌اند (ژو و همکاران، ۲۰۲۴). علاوه بر این، نتایج مطالعات دیگر نشان داده‌اند که این نوجوانان کمتر در فعالیت‌های فوق برنامه مشارکت می‌کنند و اغلب از انجام تکالیف درسی می‌گریزند، بیشتر از دیگر

نوجوانان از مدرسه غیبت می‌کنند و حتی تعدادی از آن‌ها ترک تحصیل را نیز برمی‌گزینند (جیانگ و یو، ۲۰۲۴). برخی از محققان نیز تأکید کردند که اضطراب اجتماعی از طریق به چالش کشاندن مدل رابطه نوجوانان با همسالان‌شان و تشریک مساعی با آن‌ها و همچنین فقدان فرصت‌های تحولی مثبت در بافتار تامل با همسالان، در نمایش رفتارهای جامعه‌پسندانه نیز، محدودیت دارند (جستاد و همکاران، ۲۰۲۴). بر این اساس، اغلب نوجوانان دارای اضطراب اجتماعی با ارزیابی منفی همسالان‌شان روبرو می‌شوند و تجربه چنین بافتاری، پسایندهای ناسازگارانه روانی و اجتماعی مانند عزت نفس پایین و احساس تنهایی را سبب می‌شود (ژئو، زو و گانگ، ۲۰۲۴). به بیان دیگر، اضطراب اجتماعی، مشکلی روانی - اجتماعی است که برای درک رفتار بین‌فردی از اهمیت زیادی برخوردار است (دانادل و عاشوری، ۲۰۲۴).

وارسی کارآمد پیچیدگی‌ها و چالش‌های سلامت روانی در وهله نوجوانی نیازمند آن است که نه فقط درباره عامل‌های خطر، که حتی پیرامون عامل‌های مراقبتی و تسهیل‌گر سلامت روانی نوجوانان نیز، فهمی عمیق فراهم آید (داگان و میتین، ۲۰۲۳). در این بافتار، رصد مشخصه‌های کُنشی کفایت‌مندی‌های اجتماعی و هیجانی نوجوانان در فهم شناساننده‌های سازگار/ناسازگار تحول بهینه، بهزیستی و سلامت روانی آنها، به طور ویژه، اولویت می‌یابد (گی و همکاران، ۲۰۲۴). مرور پیشینه تجربی و مدل‌های مفهومی در قلمرو کفایت‌مندی اجتماعی و هیجانی نشان می‌دهد که بین صاحب‌نظران درباره جستجوی نشانگرهای عملیاتی کننده گستره معنایی این کیفیت روانی، اجماع‌نظری وجود ندارد (هاگ، باگرادیا و بانانا، ۲۰۲۴). علاوه بر این، تعدد اصطلاحاتی فنی مانند هوش هیجانی و اجتماعی، سواد هیجانی و کفایت‌مندی اجتماعی و هیجانی، بر ناهمگرایی‌ها در این قلمرو صحنه می‌گذارد (کاریم، ۲۰۲۴). جو و همکاران (۲۰۱۲) با تاسی از مدل کسل (همیارانگی برای یادگیری تحصیلی، اجتماعی و هیجانی^۱)، به مثابه مدلی جامع در قلمرو مطالعاتی یادگیری اجتماعی و هیجانی، چهارچوبی مفهومی از کفایت‌مندی اجتماعی و هیجانی را با شمول شناساگرهایی مانند خودآگاهی^۲، آگاهی اجتماعی^۳، خودمدیریتی^۴، مدیریت رابطه^۵ و تصمیم‌گیری مسئولانه^۶، توسعه دادند (کاک، گا و لای، ۲۰۲۴؛ مارین - گاتیرز و همکاران، ۲۰۲۴). در این مدل مفهومی، خودآگاهی با شمول مهارت‌های بازشناسی و تشخیص توانمندی‌ها و نقایص فردی، احساسات و هیجانات و فهم چگونگی اثرگذاری‌شان بر کُنش‌وری فردی، مشخص می‌شود. خودمدیریتی نیز به توانایی فرد برای مدیریت تکانه‌ها و هیجانات فردی

1. casel (collaborative for academic, social, and emotional learning) model

2. self-awareness

3. social awareness

4. self-management

5. relationship management

6. responsible decision-making

و البته، آگاهی اجتماعی به توانایی خوانش سرنخ‌های اطلاعاتی دیگر افراد و فهم و پاسخ‌دهی مفکی به احساسات آنها، مربوط می‌شود. مدیریت رابطه نیز بر مدیریت کارا و مسئولانه مطالبات انگیزاننده بافتار پیوند با دیگری و در نهایت، تصمیم‌گیری مسئولانه، به توانایی ملحوظ داشتن تدابیری اخلاقی، ایمنی‌زا و اجتماعی در بافت تصمیم‌گیری در موقعیت‌های تحصیلی و اجتماعی، اشاره می‌کند (لان و همکاران، ۲۰۲۴؛ لطیف و همکاران، ۲۰۲۳).

کفایت‌مندی اجتماعی و هیجانی بر مدیریت کارآمد تجارب هیجانی - اجتماعی درون - برون فردی، به طریقی که بالندگی خود/ دیگری را برانگیزاند، اشاره می‌کند (آربان، گارسیا - فرناندز و انگلز، ۲۰۲۴). به بیان دیگر، کفایت‌مندی اجتماعی بیانگر توانایی فرد برای استفاده از منابع فردی و محیطی با هدف حصول نتایج اجتماعی مثبت است و مهارت‌هایی رفتاری، شناختی، هیجانی و اجتماعی را شامل می‌شود (میلت و همکاران، ۲۰۲۴). کفایت‌مندی اجتماعی و هیجانی با شمول ویژگی‌هایی مانند ثبات هیجانی، همدلی، دیدگاه‌گیری، ارزش‌های جامعه‌پسندانه و مسئولیت‌پذیری، یکی از بلوک‌های پازل تجارب موفقیت‌آمیز فردی را در قلمرو کنش‌وری اجتماعی شکل می‌دهد (نگپال و رادلیف، ۲۰۲۴). نوجوانان برخوردار از کفایت‌مندی هیجانی و اجتماعی، نه فقط میزان کمتری از مشکلات رفتاری درونی‌ساز و برونی‌ساز را نشان می‌دهند (رامپانن و همکاران، ۲۰۲۱)، که سطوح بالاتری از تاب‌آوری، خودکارآمدی، خودشفقت‌ورزی و مفاهیم خود مثبت را نیز گزارش می‌کنند (جیستاد و همکاران، ۲۰۲۴). علاوه بر این، محققان در وهله نوجوانی، بر پیوند بین کفایت‌مندی اجتماعی و هیجانی و اشتاق‌مندی تحصیلی، سازگاری با آموزشگاه و تحول و موفقیت شغلی مادام‌العمر، اصرار ورزیده‌اند (چنگ، هوانگ و لای، ۲۰۲۴). در مقابل، فقدان کفایت‌مندی اجتماعی با شمول مهارت‌های گفتگوی کلامی و غیر کلامی ضعیف، فقر انگیزش اجتماعی و دانش اجتماعی کمتر، نوجوان را در معرض آسیب ناشی از دشواری‌هایی درونی‌ساز مانند اضطراب و افسردگی، قرار می‌دهد (رودریگویز - و جیمینز و همکاران، ۲۰۲۴). موافق با مدل‌های بین‌فردی دشواری‌های درونی‌ساز، عدم کفایت‌مندی نوجوانان سبب می‌شود که در بافتار تعامل با همسالان، مواجهه با چالش‌های اجتماعی، خطر تجربه طرد از جانب همسالان و روابط اجتماعی منفی را در آن‌ها فزونی می‌بخشد (میلت و همکاران، ۲۰۲۴).

موافق با شواهد موجود، اگر کفایت‌های اجتماعی و هیجانی در بافتار پیش‌بینی برخی از اشکال مشکلات سلامت روانی در نوجوانان مانند اضطراب اجتماعی، نقش می‌آفرینند، تلاش برای فهم سازوکارهای علی پیوند بین قلمروهای مفهومی، واجد اهمیت مضاعف است (سیریلی و کلاک، ۲۰۲۴). در این بخش، مرور مدل‌های مفهومی معطوف بر ویژگی‌های کارکردی کفایت‌مندی‌های اجتماعی و هیجانی نشان می‌دهد که یکی از تعیین‌کننده‌ترین مکانیزم‌های توضیح‌دهنده چرایی

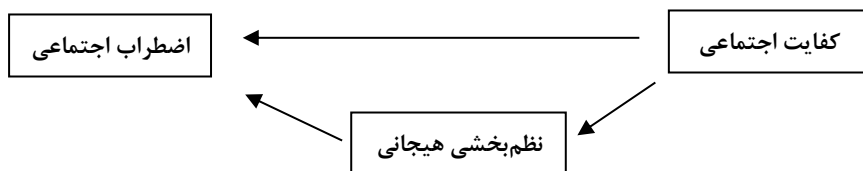
و چگونگی پیوند بین کفایت‌های اجتماعی و مصونیت در برابر مشکلات رفتاری درونی‌ساز در نوجوانان، بر توان تفسیری راهبردهای نظم‌بخشی هیجانی، مبتنی است (سوسا و همکاران، ۲۰۲۳). به طور کلی، راهبردهای نظم‌بخشی به راهبردهایی شناختی اشاره می‌کند که افراد هنگام مواجهه با رخداد‌های انگیزاننده زندگی با هدف مدیریت و تغییر هیجان‌شان، مورد استفاده قرار می‌دهند (مک‌رای و گراس، ۲۰۲۰). به بیان دیگر، نظم‌بخشی هیجانی به تلاش‌هایی برای تاثیرگذاری بر هیجان‌ها در خویشتن و دیگران، اشاره می‌کند (یادلوسکی، موری و پیمنتال، ۲۰۲۳). یکی از چهارچوب‌های مفهومی معطوف بر ایده نظم‌بخشی هیجانی، مدل فرایندی نظم‌بخشی هیجانی^۱ نام دارد (گراس، ۲۰۱۵). در این مدل، راهبردهای نظم‌بخشی هیجانی در مرحله‌ای با شمول احساس نیازمندی به استفاده از راهبردهای نظم‌بخشی، انتخاب یک راهبرد و عملیاتی‌سازی آن و در نهایت، پایش موفقیت متعاقب استفاده از راهبرد، مشخص می‌شوند. در مدل فرایندی گراس (گراس، ۲۰۱۵) تمیز راهبرد نظم‌بخشی با ارزیابی شناختی از راهبرد سرکوب/ فرونشانی در اولویت قرار می‌گیرد. در بین راهبردهای نظم‌بخشی هیجانی، ارزیابی شناختی بیانگر بازاندیشی فعالانه^۲ درباره یک رخداد یا موقعیت است تا پاسخ هیجانی فرد نسبت به آن رخداد / موقعیت، تغییر کند (گراس، ۲۰۱۵). به بیان دیگر، یکی از مهم‌ترین عوامل اثرگذار بر واکنش هیجانی افراد نسبت به رخداد‌های پیرامونی، بر کیفیت ارزیابی‌های شناختی آن‌ها از این تجارب مبتنی است (ژو و همکاران، ۲۰۲۴). بر اساس شواهد موجود، ارزیابی شناختی به‌عنوان یک شیوه سازگارانۀ معنایی برای تجارب پیرامونی، بر واکنش هیجانی افراد تأثیر می‌گذارد (گراس، ۲۰۱۵). بنابراین، ارزیابی شناختی یکی از انطباقی‌ترین شیوه‌های معناگذاری و واکنش هیجانی افراد به موقعیت‌های فشارزای اطراف تلقی می‌شود. شواهد موجود در قلمروهایی متفاوت مانند گنش‌وری تحصیلی، سلامت جسمانی و سلامت روانی نوجوانان، به طور تجربی، حمایت کرده‌اند (مک‌رای و گراس، ۲۰۲۰). در مقابل، تعاقب کارکرد راهبرد سرکوب و دوری‌گزینی، در موقعیت‌های مختلف، بر نتایج مغایر با ارزیابی شناختی، اصرار می‌ورزد (مک‌رای و گراس، ۲۰۲۰؛ وانگ و همکاران، ۲۰۲۴).

موافق با شواهد موجود، اگر چه تعداد زیادی از محققان کوشیده‌اند در بافتار توضیح اشکال متکثری از مشکلات رفتاری نوجوانان، بیش از پیش بر توان تفسیری عامل‌های خطر فردی و بافتی تأکید کنند، اما ضرورت تحلیل تمیز در گنش‌های ناسازگارانۀ نوجوانان با رجوع به ویژگی‌های کارکردی عللی مراقبتی مانند شایستگی‌های اجتماعی و هیجانی، سبب می‌شود که

^۱. process model of emotion regulation

^۲. active rethinking

محققان در این قلمرو مطالعاتی به فهمی عمیق‌تر و واقع‌نگرانانه‌تر از مشکلات سلامت روانی نوجوانان، دست یابند. بر این اساس، این پژوهش با هدف آزمون نقش میانجی‌گر راهبردهای نظم‌بخشی هیجانی در رابطه شایستگی‌های اجتماعی و هیجانی و اضطراب اجتماعی در نوجوانان، انجام شد (شکل ۱). در این بخش، مرور دنباله نظری و تجربی مسئله منتخب نشان می‌دهد که منطق اولویت‌یافتگی و البته نوآورانگی ایده آزمون مدل علی میانجی‌گری نظم‌بخشی هیجانی در رابطه کفایت‌مندی اجتماعی و اضطراب اجتماعی در نوجوانان، حداقل به دو طریق نظری و روش‌شناختی، با قبول فرض پیوند ناگسستنی‌شان، محتمل است. یکم، تعاقب دغدغه اضطراب اجتماعی به مثابه یکی از شایع‌ترین مشکلات رفتاری درونی‌ساز در وهله نوجوانی از منظرگاه آموزه‌های منتج از مدل کفایت‌مندی اجتماعی، به عنوان روی آوردی مثبت، ناهمسو با طریق غالب در پیشینه تجربی موجود، ضرورت‌گذار از آموزه‌های مستخرج از مدل‌های نقص‌محور را در بافتار فهم مشکلات سلامت روانی نوجوانان، بیش از پیش، اولویت بخشید. بنابراین، بنیان نهادن بنای مفهومی مدل منتخب بر آموزه‌های منتج از رویکردی غیرنقص‌محور، در قلمرو مطالعاتی مشکلات سلامت روانی، از وجهی تکمیلی برخوردار است. دوم، تعمیق خاستگاه نظری ایده منتخب سبب می‌شود که موافق با پیشنهاد روش‌شناسان، در قلمرو متدولوژی علی میانجی‌گری، اعتماد به استنتاج‌های علی منتج از تعبیری همبستگی، بیش از پیش، قوت گیرد.



شکل ۱. نمودار مسیر مدل مفروض پژوهش

روش

در این پژوهش توصیفی از نوع همبستگی، از جامعه آماری دانش‌آموزان متوسطه اول و دوم مناطق ۱، ۵، ۸، ۱۳ و ۱۹ آموزش و پرورش شهر تهران، در سال تحصیلی ۱۴۰۳-۱۴۰۲، از مجموع ۹۵۸۴۲۳ دانش‌آموز، تعداد ۴۴۹ نوجوان (۲۵۱ دختر و ۱۹۸ پسر) با میانگین سنی ۱۷/۷ و انحراف استاندارد ۱/۰۶ سال، در بازه سنی ۱۴ تا ۱۷ سال، به کمک روش نمونه‌گیری چندمرحله‌ای انتخاب شدند. موافق با منطق پیشنهادی کلاین (۲۰۱۵)، به مثابه یکی از

متعارف‌ترین شیوه‌های برآورد حجم نمونه، برای استفاده از روش‌های آماری مبتنی بر مدل‌یابی علی با مدل‌یابی معادله ساختاری، بر تطابق بین پارامترهای اندازه‌گیری شده مدل با تعداد مشارکت‌کنندگان، تأکید شد. تأکید شد. در این پژوهش، تعداد ۲۰ پارامتر در مدل پیشنهادی آزمون می‌شود. بنابراین، با رجوع به قاعده ۲۲ به ۱، به ازای هر پارامتر، بیش از ۲۲ مشارکت‌کننده، انتخاب شدند. در این پژوهش، مهمترین ملاک ورود، عضویت در جامعه دانش‌آموزان دوره‌های اول و دوم متوسطه در مناطق ۱، ۵، ۸، ۱۳ و ۱۹ آموزش و پرورش شهر تهران بودند. علاوه بر این، مهمترین ملاک خروج از مطالعه حاضر نیز عدم پاسخگویی به بیش از ۵ درصد کل سوالات بسته سنجش بود. در این پژوهش، در مرحله غربالگری داده‌ها، هیچ یک از مشارکت‌کنندگان حذف نشدند.

ابزارهای پژوهش

۱. مقیاس اضطراب اجتماعی نوجوانان^۱ (SAS-A)

این مقیاس با ۲۸ ماده، نگرانی‌ها، ترس‌ها و رفتارهای اجتنابی نوجوانان را در موقعیت‌های اجتماعی مختلف مانند تعامل با دوستان و در مدرسه، اندازه‌گیری می‌کند. با افزایش نمره مشارکت‌کنندگان، میزان اضطراب اجتماعی آن‌ها بیشتر می‌شود. این مقیاس از دو زیرمقیاس بیم و ترس از ارزیابی منفی (بعد شناختی) و تنش و بازداری در برخورد اجتماعی (بعد رفتاری)، تشکیل شده است. مشارکت‌کنندگان به هر ماده بر روی طیفی پنج درجه‌ای پاسخ می‌دهند. نتایج مطالعات مختلف از ویژگی‌های روان‌سنجی روایی و پایایی مقیاس اضطراب اجتماعی برای نوجوانان، حمایت کرده‌اند (خدایی، شکری، پاکلک، گراوند و طولابی، ۲۰۱۱؛ پاکلک، ۲۰۰۴؛ پاکلک و ویدیک، ۲۰۰۸). در پژوهش خدایی و همکاران (۱۳۹۰) نتایج تحلیل عاملی تاییدی از ساختاری مشتمل بر دو عامل بیم و ترس از ارزیابی منفی و تنش و بازداری در برخورد اجتماعی، به طور تجربی حمایت کرد. در پژوهش خدایی و همکاران (۲۰۱۱) ضرایب همسانی درونی با استفاده از آلفای کرونباخ برای زیرمقیاس‌های بیم و ترس از ارزیابی منفی و تنش و بازداری در برخورد اجتماعی و نمره کلی اضطراب اجتماعی به ترتیب برابر با ۰/۸۴، ۰/۷۰ و ۰/۸۳، به دست آمد. در پژوهش حاضر ضریب آلفای کرونباخ این پرسشنامه ۰/۷۴ به دست آمد.

1. social anxiety scale for adolescents

۲. پرسشنامه شایستگی اجتماعی^۱ (SCQ)

ژو و ای (۲۰۱۲) پرسشنامه شایستگی اجتماعی را با هدف سنجش شایستگی اجتماعی در دانش‌آموزان نوجوان طراحی کردند. این پرسشنامه با ۲۵ ماده، پنج مولفه خودآگاهی، آگاهی اجتماعی، خودمدیریتی، مدیریت رابطه و تصمیم‌گیری مسئولانه را می‌سنجد. در این پرسشنامه، مشارکت کنندگان به هر ماده بر روی طیفی پنج درجه‌ای پاسخ می‌دهند. در این ابزار، با افزایش نمره مشارکت کنندگان، نمره آن‌ها در خصیصه کفایت‌مندی اجتماعی افزایش می‌یابد. نتایج مطالعات مختلف از ویژگی‌های روان‌سنجی روایی و پایایی در این پرسشنامه حمایت کرده‌اند (ژو و ای، ۲۰۱۲). در پژوهش ژو و ای (۲۰۱۲) نتایج روش آماری تحلیل عاملی تاییدی از ساختاری مشتعل بر پنج عامل خودآگاهی، آگاهی اجتماعی، خودمدیریتی، مدیریت رابطه و تصمیم‌گیری مسئولانه، در پرسشنامه شایستگی اجتماعی، به طور تجربی حمایت کرد. در پژوهش نتایج ژو و ای (۲۰۱۲) ضرایب همسانی درونی با استفاده از آلفای کرونباخ برای پنج عامل خودآگاهی، آگاهی اجتماعی، خودمدیریتی، مدیریت رابطه و تصمیم‌گیری مسئولانه به ترتیب برابر با ۰/۷۲، ۰/۷۷، ۰/۷۳، ۰/۷۱ و ۰/۷۶ به دست آمد. در پژوهش امامقلی‌وند، کدیور و پاشاشریفی (۱۳۹۷) ضرایب همسانی درونی زیرمقیاس‌های پرسشنامه شایستگی اجتماعی با استفاده از روش آلفای کرونباخ بین ۰/۷۷ تا ۰/۸۰ به دست آمد. علاوه بر این، نتایج روایی عاملی با استفاده از روش آماری تحلیل عاملی از ساختاری مشتعل بر پنج عامل خودآگاهی، آگاهی اجتماعی، خودمدیریتی، مدیریت رابطه و تصمیم‌گیری مسئولانه، به طور تجربی حمایت کرد. در پژوهش حاضر، ضریب همسانی درونی پرسشنامه شایستگی اجتماعی با استفاده از آلفای کرونباخ برابر با ۰/۸۹ به دست آمد.

۳. پرسشنامه نظم‌بخشی هیجانی^۲ (ERQ)

گراس و جان (۲۰۰۳) این پرسشنامه را با هدف اندازه‌گیری نظم‌بخشی هیجانی، توسعه دادند. این پرسشنامه شامل ۱۰ ماده است و دو زیرمقیاس بازآرزیابی (۶ ماده) و فرونشانی یا سرکوبی (۴ ماده) را اندازه‌گیری می‌کند. مشارکت کنندگان به هر ماده بر روی طیفی هفت درجه‌ای، از کاملاً مخالف (۱) تا کاملاً موافق (۷) پاسخ می‌دهند. در پژوهش گراس و جان (۲۰۰۳) نتایج تحلیل عاملی از ساختار دو عاملی پرسشنامه نظم‌بخشی هیجانی، حمایت کرد. در پژوهش گراس و جان (۲۰۰۳) ضرایب همسانی درونی زیرمقیاس‌های بازآرزیابی و فرونشانی/سرکوب با استفاده

1. social competence questionnaire

2. emotion regulation questionnaire

از روش آلفای کرونباخ به ترتیب برابر با ۰/۷۹ و ۰/۷۳، به دست آمد. در پژوهش قاسم‌پور، ایل‌بیگی و حسن‌زاده (۱۳۹۱) نتایج تحلیل عاملی نسخه فارسی پرسشنامه نظم‌بخشی هیجانی با تکرار ساختاری مشتمل بر دو عامل بازاریابی و فرونشانی/ سرکوب، شواهد مضاعفی در دفاع از روایی سازه این ابزار فراهم آورد. در پژوهش قاسم‌پور و همکاران (۱۳۹۱)، ضرایب همسانی درونی زیرمقیاس‌های بازاریابی و سرکوب با استفاده از روش آلفای کرونباخ برابر با ۰/۷۰ و ۰/۸۰ به دست آمد. در پژوهش حاضر، ضریب همسانی درونی پرسشنامه نظم‌بخشی هیجانی با استفاده از آلفای کرونباخ برابر با ۰/۸۰ به دست آمد.

یافته‌ها

جدول ۱ میانگین، انحراف استاندارد و ضرایب همبستگی بین وجوه کفایت‌مندی اجتماعی شامل خودآگاهی، آگاهی اجتماعی، خود مدیریتی، مدیریت رابطه و تصمیم‌گیری مسئولانه، ابعاد نظم‌بخشی هیجانی شامل راهبردهای بازاریابی مجدد و سرکوبی و وجوه اضطراب اجتماعی شامل ترس از ارزیابی منفی و تنش/بازداری در برخورد اجتماعی را نشان می‌دهد. جدول ۱ نشان می‌دهد که همبستگی بین ابعاد کفایت‌مندی اجتماعی با راهبرد بازاریابی، مثبت و معنادار و با راهبرد فرونشانی، منفی و معنادار بود. همچنین، نتایج نشان داد که همبستگی بین ابعاد کفایت‌مندی با وجوه اضطراب اجتماعی، منفی و معنادار بود. در نهایت، همبستگی بین راهبرد بازاریابی با وجوه اضطراب اجتماعی، منفی و معنادار و همبستگی بین راهبرد فرونشانی با ابعاد اضطراب اجتماعی، مثبت و معنادار بود.

جدول ۱. میانگین، انحراف استاندارد و ضرایب همبستگی بین متغیرهای پژوهش

	۹	۸	۷	۶	۵	۴	۳	۲	۱
۱. خودآگاهی									-
۲. آگاهی اجتماعی								۰/۶۱**	-
۳. خودمدیریتی							۰/۴۸**	۰/۴۴**	-
۴. مدیریت رابطه						۰/۴۴**	۰/۶۰**	۰/۶۳**	-
۵. تصمیم‌گیری مسئولانه					۰/۶۸**	۰/۵۰**	۰/۶۱**	۰/۶۸**	-
۶. راهبرد بازاریابی				۰/۴۲**	۰/۴۵**	۰/۳۸**	۰/۴۵**	۰/۴۷**	-
۷. راهبرد سرکوبی			۰/۲۷**	۰/۳۶**	۰/۳۸**	۰/۱۶**	۰/۲۴**	۰/۲۹**	-
۸. ترس از ارزیابی منفی		۰/۳۸**	۰/۵۲**	۰/۳۹**	۰/۳۶**	۰/۳۳**	۰/۳۵**	۰/۴۳**	-
۹. تنش/بازداری		۰/۵۶**	۰/۳۰**	۰/۴۲**	۰/۳۴**	۰/۳۰**	۰/۱۸**	۰/۲۲**	۰/۲۹**
میانگین	۳۰/۶۳	۳۵/۱۵	۱۵/۴۱	۲۶/۹۵	۲۰/۸۰	۲۰/۷۳	۱۷/۴۱	۱۹/۵۰	۲۰/۷۹
انحراف استاندارد	۶/۳۱	۸/۵۰	۴/۰۸	۷/۶۸	۵/۶۷	۵/۰۰	۴/۶۰	۴/۲۳	۵/۶۰
چولگی	-۰/۴۰	-۰/۱۹	۰/۱۷	۰/۳۰	۰/۴۵	۰/۷۷	-۰/۲۲	-۰/۳۹	-۰/۷۴
کشیدگی	-۰/۴۲	-۱/۰۵	-۰/۷۲	-۰/۵۶	-۰/۷۱	-۰/۵۹	-۰/۳۳	-۰/۰۵	۰/۰۲

**P<۰/۰۱

در این پژوهش، قبل از استفاده از روش آماری مدل‌یابی معادله ساختاری، در مرحله غربالگری داده‌ها، طبق دیدگاه کلاین (۲۰۱۵) و میرز، گامست و گارینو (۲۰۱۶) مفروضه‌های بهنجاری تک‌متغیری با رجوع به آماره‌های چولگی و کشیدگی، مفروضه بهنجاری باقیماده‌ها، با استفاده از نمودار احتمالاتی نرمال برای باقیمانده‌های استاندارد شده ابعاد اضطراب اجتماعی شامل ترس از ارزیابی منفی و تنش / بازداری در برخورد اجتماعی، هم‌خطی چندگانه با استفاده از آماره‌های تحمل و عامل تورم واریانس و در نهایت، مفروضه همگنی پراکنش^۱، با استفاده از نمودار پراکندگی نقاط استاندارد شده پیش‌بینی و خطا برای ابعاد اضطراب اجتماعی شامل ترس از ارزیابی منفی و تنش / بازداری در برخورد اجتماعی، آزمون و تایید شدند. در ادامه، مقادیر چولگی و کشیدگی، بهنجاری چندمتغیری به کمک ضریب مردیا^۲ و مقادیر پرت از طریق روش فاصله ماهالانوبیس^۳ آزمون و تایید شدند. در این پژوهش، موافق با پیشنهاد تاباچنیک و فیدل (۲۰۱۳) از آنجا مقدار ضریب مردیا برابر با $4/52$ و کمتر از عدد ۵ به دست آمد، بنابراین، مفروضه بهنجاری چندمتغیری برقرار بود. علاوه بر این، در این پژوهش، برای اطلاع از وجود داده‌های پرت چندمتغیری، برای هر یک از مشارکت‌کنندگان، فاصله ماهالانوبیس، محاسبه شد. آماره فاصله ماهالانوبیس، فاصله چندمتغیری بین هر مشارکت‌کننده و میانگین چندمتغیری گروهی را - که سنترئوئید نامید می‌شود، - مشخص می‌کند. هر مشارکت‌کننده با استفاده از توزیع خی دو و سطح آلفای دقیق $0/001$ ، ارزیابی می‌شود. مشاهداتی که به این حد از معناداری می‌رسند، پرت چندمتغیری بوده و کاندید احتمالی حذف، قرار می‌گیرند. در این پژوهش، سطح معناداری آزمون آماری برای هیچ یک از مشارکت‌کنندگان، کوچکتر مساوی $0/001$ به دست نیامد. در نهایت، در پژوهش حاضر، منظور مدیریت داده‌های گمشده از روش بیشینه انتظار^۴ استفاده شد. علاوه بر این، در این پژوهش، از آنجا که مفروضه بهنجاری برقرار بود، برای برآورد مدل از روش بیشینه درست‌نمایی^۵ نیز استفاده شد.

جدول ۲ شاخص‌های برازندگی مدل اندازه‌گیری و مدل ساختاری را نشان می‌دهد.

1. homoscedasticity

2. mardia's coefficient

3. mahalanobis distance

4. expectation maximization

5. maximum likelihood

جدول ۲. شاخص‌های برازش مدل‌های اندازه‌گیری و ساختاری

نقطه برش ^۱	مدل ساختاری	مدل اندازه‌گیری		شاخص‌های برازندگی
		مدل اصلاح‌شده	مدل اولیه	
-	۵۷/۰۱	۲۵/۶۷	۵۰/۲۱	مجذور کای
-	۲۳	۱۲	۱۳	درجه آزادی مدل
کمتر از ۳	۲/۴۸	۲/۱۴	۳/۸۶	χ^2/df
۰/۹۰ >	۰/۹۷۴	۰/۹۸۵	۰/۹۶۷	GFI
۰/۸۵۰ >	۰/۹۴۹	۰/۹۶۴	۰/۹۲۹	AGFI
۰/۹۰ >	۰/۹۸۱	۰/۹۹۰	۰/۹۷۴	CFI
۰/۰۸ <	۰/۰۵۷	۰/۰۵۰	۰/۰۸۰	RMSEA

جدول ۲ نشان می‌دهد که به‌استثنای شاخص χ^2/df دیگر شاخص‌های برازندگی حاصل از تحلیل عاملی تأییدی از برازش قابل قبول مدل اندازه‌گیری با داده‌های گردآوری شده حمایت نمودند. با توجه به اهمیت شاخص χ^2/df در برازش مدل با داده‌ها، شاخص‌های اصلاح ارزیابی و براساس آن با ایجاد کوواریانس بین خطاهای دو نشانگر مدیریت رابطه و تصمیم‌گیری مسئولانه مدل اصلاح و همچنان که جدول ۲ نشان می‌دهد، به‌دنبال اصلاح شاخص‌های برازندگی حاصل شد که نشان می‌دهد مدل اندازه‌گیری با داده‌های گردآوری شده برازش مطلوب دارد. بزرگترین بار عاملی متعلق به نشانگر ترس از ارزیابی منفی ($\beta=0/۸۸۱$) و کوچکترین بار عاملی متعلق به نشانگر خودمدیریتی ($\beta=0/۵۸۷$) بود. بدین ترتیب با توجه به این که بارهای عاملی همه نشانگرها بالاتر از ۰/۳۲ بود، می‌توان گفت همه آن‌ها از توان لازم برای اندازه‌گیری متغیرهای مکنون پژوهش حاضر برخوردار بودند. به‌دنبال اطمینان از برازش قابل قبول مدل اندازه‌گیری با داده‌ها، در مرحله دوم شاخص‌های برازندگی مدل ساختاری برآورد و ارزیابی شد. جدول ۲ نشان می‌دهد که شاخص‌های برازندگی حاصل از تحلیل، از برازش قابل قبول مدل ساختاری با داده‌های گردآوری شده حمایت می‌کنند. جدول ۳ ضرایب مسیر در مدل ساختاری را نشان می‌دهد.

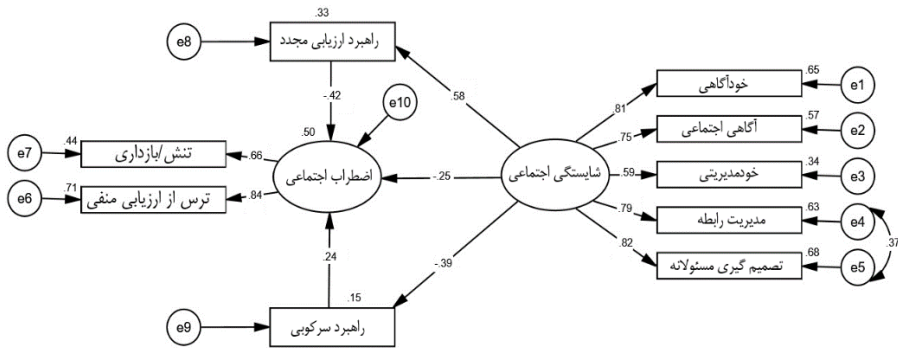
^۱. نقاط برش براساس دیدگاه کلاین (۲۰۱۶)

جدول ۳. ضرایب مسیر کل، مستقیم و غیر مستقیم بین متغیرهای پژوهش در مدل ساختاری

متغیرها	b	S. E	β	p
شایستگی اجتماعی ← راهبرد سرکوبی	-۰/۳۵۲	۰/۰۵۵	-۰/۳۹۱	۰/۰۰۱
شایستگی اجتماعی ← راهبرد بازاریابی	۰/۹۸۵	۰/۰۹۶	۰/۵۷۸	۰/۰۰۱
راهبرد سرکوبی ← اضطراب اجتماعی	۰/۴۷۴	۰/۰۹۴	۰/۲۴۱	۰/۰۰۱
راهبرد بازاریابی ← اضطراب اجتماعی	-۰/۴۳۲	۰/۰۵۹	-۰/۴۱۶	۰/۰۰۱
ضریب مسیر مستقیم شایستگی اجتماعی ← اضطراب اجتماعی	-۰/۴۳۸	۰/۱۲۲	-۰/۲۴۷	۰/۰۰۱
ضریب مسیر غیرمستقیم شایستگی اجتماعی ← اضطراب اجتماعی	-۰/۵۹۳	۰/۰۸۷	-۰/۳۳۵	۰/۰۰۱
ضریب مسیر کل شایستگی اجتماعی ← اضطراب اجتماعی	-۱/۰۳۱	۰/۱۰۸	-۰/۵۸۲	۰/۰۰۱

جدول ۴ نشان می‌دهد که ضریب مسیر بین راهبرد سرکوبی تنظیم هیجان ($P = 0/001$)، $\beta = 0/241$ ، با اضطراب اجتماعی مثبت و ضریب مسیر بین راهبرد بازاریابی تنظیم هیجان ($P = 0/001$)، $\beta = -0/416$ ، با اضطراب اجتماعی، منفی و معنادار است. ضریب مسیر کل بین شایستگی اجتماعی و اضطراب اجتماعی ($P = 0/001$)، $\beta = -0/582$ ، منفی و معنادار بود. جدول ۳ نشان می‌دهد که ضریب مسیر غیرمستقیم بین شایستگی اجتماعی با اضطراب اجتماعی، منفی و معنادار است ($P = 0/001$)، $\beta = -0/335$ ، همچنان که در شکل ۲ ملاحظه می‌شود در مدل پژوهش دو میانجی (راهبردهای بازاریابی و سرکوبی) وجود داشت. به همین دلیل به منظور تعیین معناداری یا عدم معناداری نقش میانجیگر هر یک از دو متغیر میانجی از فرمول بارون و کنی (۱۹۸۶) استفاده شد. استفاده از فرمول بارون و کنی نشان داد که ضریب مسیر بین شایستگی اجتماعی و اضطراب اجتماعی از طریق راهبرد سرکوب ($P = 0/001$)، $\beta = -0/094$ ، و از طریق راهبرد بازاریابی ($P = 0/001$)، $\beta = -0/240$ ، تنظیم هیجان منفی و معنادار است. بر این اساس

چنین نتیجه‌گیری شد که در بین نوجوانان راهبردهای سرکوبی و بازاریابی تنظیم هیجان به‌صورت منفی و معنادار رابطه بین شایستگی اجتماعی و اضطراب اجتماعی را میانجی‌گری می‌کند. شکل ۲ پارامترهای استاندارد در مدل ساختاری پژوهش را نشان می‌دهد.



شکل ۲. پارامترهای استاندارد در مدل ساختاری پژوهش

شکل فوق نشان می‌دهد که مجموع مجذور همبستگی‌های چندگانه (R^2) برای متغیر اضطراب اجتماعی ۰/۵۰ به‌دست آمده است، این موضوع بیانگر آن است که شایستگی اجتماعی و راهبردهای تنظیم هیجان در مجموع ۵۰ درصد از واریانس اضطراب اجتماعی را در نوجوانان تبیین می‌کند.

بحث و نتیجه‌گیری

این پژوهش به منظور فهم کارکرد مراقبتی کفایت‌مندی اجتماعی در پیش‌بینی اضطراب اجتماعی به مثابه یکی از مشکلات سلامت روانی نوجوانان با رجوع به نقش میانجی‌گر سازوکار نظم‌بخشی هیجانی، انجام شد. در این بخش، نتایج نشان داد که موافق با یافته‌های مطالعات شکر و همکاران (۲۰۲۰)، جیستاد دو همکاران (۲۰۲۴)، شکر و پورشهریار (۲۰۱۹)، ژو و همکاران (۲۰۲۴)، انگ و همکاران (۲۰۲۳) و سوسا و همکاران (۲۰۲۳) در مجاورت دیگر قلمروهایی مانند ثبات هیجانی، همدلی، دیدگاه‌گیری، ارزش‌های جامعه‌پسندانه و مسئولیت‌پذیری، یکی دیگر از مکانیزم‌های توضیح دهنده چرایی پیوند علی بین کفایت‌مندی اجتماعی و اضطراب اجتماعی در نوجوانان، راهبردهای نظم‌بخشی هیجانی نام دارد. در بافتار مطالعه‌کنش‌وری هیجانی - اجتماعی نوجوانان، نتایج مطالعات مختلف با هدف توضیح مشخصه‌های کنشی

شایستگی‌های روانی مثبت در بطن رابطه بین فردی یادآور می‌شوند که یادگیرندگان کفایت‌مند اجتماعی / هیجانی نسبت به کنش‌وری‌شان در قلمروهای چندگانه اجتماعی و تحصیلی، دیدگاه مثبتی دارند، در مواجهه با تجارب بین‌فردی انگیزاننده، از عرت نفسی مثبت و خودباوری برخوردارند، با دیگران مهم، پیوندهای مثبت دارند و از این طریق، تامین ملزومات تحول فردی / اجتماعی‌شان را تسهیل می‌کنند، هنجارهای اجتماعی و فرهنگی را تکریم می‌کنند، خود/ دگرشفقت‌ورز هستند و در نهایت، برای محیط مجاور و اجتماع‌شان، خدمات مثبتی را فراهم می‌آورند (کاریم، ۲۰۲۴؛ مارین - گاتیرز و همکاران، ۲۰۲۴).

نتایج این پژوهش موافق با یافته‌های مطالعات آراماتاریو و همکاران (۲۰۲۴)، بدارد و همکاران (۲۰۱۴)، چن و همکاران (۲۰۲۴) و چنگ و همکاران (۲۰۲۴) با هدف توضیح تمایز در کنش‌وری اجتماعی نوجوانان با تأکید بر آموزه‌های منتج از مدل‌های بین‌فردی، بر توان تبیینی کفایت‌مندی‌های اجتماعی آن‌ها تأکید می‌شود. موافق با آموزه‌های ملهم از رویکرد پردازشگری شناختی اطلاعات اجتماعی، به مثابه یکی از روی آوردهای معطوف بر کفایت‌مندی اجتماعی نوجوانان، تمایل‌مندی نوجوانان کفایت‌مند اجتماعی به استفاده از تفاسیر خودتوانمندساز^۱ در مقایسه با تفاسیر خودناتوان‌ساز^۲، در رویارویی با تجارب فشارزای بین‌فردی سبب می‌شود که آن‌ها کمتر از رویه‌های گریزمحور و معطوف بر اجتناب، سود جویند (کاک و همکاران، ۲۰۲۴؛ چپو و همکاران، ۲۰۲۱؛ کایلا و همکاران، ۲۰۲۲). موافق با نتایج مطالعات دیگر، تمایل‌مندی نوجوانان کفایت‌مند اجتماعی به استفاده از ارزیابی‌های شناختی غیرتهدیدمحور و چالشی^۳ در بافتار مواجهه با تجارب انگیزاننده بین‌فردی سبب می‌شود که با فزونی احتمال بهره‌گیری از شیوه‌های سازگارانۀ نظم‌بخشی هیجانی، از رجوع به مدل‌های رفتاری ناظر بر بازداری و خودنگری‌های منفی بپرهیزند. در این بخش نتایج مطالعات نشان می‌دهد نوجوانان کفایت‌مند اجتماعی که استفاده از طرق انطباقی نظم‌بخشی هیجانی را بر شیوه‌های ناسازگارانۀ مدیریت هیجانی، ارجح می‌دانند، در بافتار رویارویی با تجارب چالش‌زای بین‌فردی، به دلیل پرهیز از خودانتقادگری‌های افراطی^۴ و البته، خودکم‌نگری‌های واقع‌گريزانه، مواجهه‌ای فعالانه، ابراز‌مندانۀ و تاب‌آورانه را بر مقابله‌ای اجتنابی و گریزمحور، ترجیح می‌دهند (لان و همکاران، ۲۰۲۴؛ شکری و همکاران، ۲۰۲۰؛ شکری و پورشهریار، ۲۰۱۹؛ ژو و همکاران، ۲۰۲۴).

در بخشی دیگر، نتایج این پژوهش موافق با یافته‌های مطالعات لطیف و همکاران (۲۰۲۳)، آربولوا و همکاران (۲۰۲۴)، کراز و همکاران (۲۰۲۳)، دانادل و عاشوری (۲۰۲۴) و داگان و متین

1. empowering interpretations

2. disempowering interpretations

3. challenging appraisals

4. over-self-criticism

(۲۰۲۳) نشان می‌دهد که کفایت‌مندی اجتماعی در مجاورت دیگر مسیرهایی مفروض مانند آمایه‌های ذهنی رشدمحور^۱ در مقایسه با آمایه‌های ذهنی تثبیت شده^۲، اسنادگزینی‌های علی خوش‌بینانه^۳ در مقایسه با اسنادگزینی‌های علی بدبینانه^۴، هدف‌گزینی‌های سازگارانه برد - برد^۵ در مقایسه با هدف‌گزینی‌های نائطباقی برد - باخت یا باخت - برد^۶، راهبردهای همیارانه حل تعارض^۷ در مقایسه با راهبردهای تهاجمی حل تعارض^۸، ضمن‌بازداری از بدتنظیمی هیجانی و البته، تسهیل‌گری رویه‌های معطوف بر بازاریابی شناختی مطالبه‌گری‌های فشارزای فراروی، با تحریض انگیزش شکوفاندن خود و دیگری، از نوجوانان در برابر مشکلات درونی‌ساز/ برونی‌ساز سلامت روانی، حمایت می‌کند. در مطالعاتی دیگر، محققان تأکید می‌کنند که نوجوانان کفایت‌مند اجتماعی به دلیل پرباری ذخایر مقابله‌ای‌شان به مهارت‌هایی مانند فن مذاکره و اقناع‌گری، راهبردهای حل مسئله اجتماعی و مواجهه‌های جرات‌ورزانه، ضمن آن که می‌توانند انگیزاننده‌ترین تجارب فشارزای بین‌فردی را به طریقی بسنده، مدیریت کنند، به طور معناداری، در چنین موقعیت‌هایی، کمتر در معرض تجربه اضطراب اجتماعی قرار می‌گیرند (مک‌رای و گراس، ۲۰۲۰؛ فرد و گراس، ۲۰۱۸؛ گامز و همکاران، ۲۰۲۴؛ هاگ و همکاران، ۲۰۲۴؛ هامبور و همکاران، ۲۰۱۸).

موافق با دیدگاه فرد و گراس (۲۰۱۸) تلاش برای فهم نقش باورهای افراد بر فرایند نظم‌بخشی هیجانی در آن‌ها و متعاقب آن توسعه ایده باورهای معطوف بر نامطلوبیت هیجان^۹ و عدم کنترل هیجان^{۱۰}، سهم تفاوت‌های فردی را در تمایزگذاری بین باورهای هیجانی، بیش از پیش، تصریح می‌کند. موافق با شواهد موجود، یکی از مهمترین همبسته‌های مفهومی و تعیین‌کننده باورهای هیجانی در نوجوانان، کفایت‌مندی اجتماعی آن‌ها است. وافق با مواضع مفهومی فرد و گراس (۲۰۱۸) نوجوانان کفایت‌مند اجتماعی به دلیل تمایل‌مندی به راهبردهای سازگارانه نظم‌بخشی هیجانی مانند بازاریابی مثبت و پذیرش و البته پرهیز از شیوه‌های ناسازگارانه نظم‌بخشی هیجانی مانند خودسرزنشگری، دگرسرزنشگری، فاجعه‌آمیزی و نشخوارگری ذهنی، روی آوردشان نسبت به تجارب هیجانی از طریق مطلوبیت در برابر عدم مطلوبیت هیجان و کنترل‌پذیری در برابر کنترل‌ناپذیری هیجان، مشخص می‌شود. در این بخش، محققان یادآوری می‌کنند که اغلب عدم

1. growth-mindsets

2. fixed mindsets

3. optimistic attributions

4. -pessimistic attributions

5. win-win goals of relations

6. goal of win-lose or goal of lose-

win

7. collaborative conflict management skills

8. aggressive conflict management skills

9. emotion undesirability

10. emotion uncontrollability

کفایت‌مندی اجتماعی از طریق فراخوانی سطوح بالاتری از باورمندی به نامطلوبیت هیجان، استفاده از راهبردهای نائطباقی اجتناب‌محورِ نظم‌بخشی هیجانی مانند سرکوب/ فرونشانی و دوری‌گزینی/ فاصله‌گذاری را با هدف متوقف‌سازی احساس ناخرسندی هیجانی، موجب می‌شود. علاوه بر این، در این بخش تأکید می‌شود که نقصان انگیزشِ معطوف بر عملگری و مداومت در رجوع به راهبردهای نائطباقی نظم‌بخشی هیجانی، از طریق تضعیف توانش مدیریت تجارب هیجانی نوجوانان، سبب می‌شود که آن‌ها در بافتار تعامل با دیگران، استفاده از رویه‌های معطوف بر گریز و اجتناب را بر شیوه‌های فعالانه رویارویی، ترجیح دهند (آربان و همکاران، ۲۰۲۴؛ سیرلی و کلاک، ۲۰۲۴). فُرد و گراس (۲۰۱۹) خاطرنشان می‌سازند که سطوح بالاتر کنترل‌ناپذیری و نامطلوبیت هیجانی با میزان کمتر بهزیستی و سطوح بالاتر اضطراب و افسردگی در نوجوانان، رابطه نشان می‌دهد. در این بخش، نتایج پژوهش‌های دیگر نشان می‌دهد که فراگستری باورهای منفی درباره تجارب هیجانی با راهبرد فرونشانی هیجانی^۱ (کنیلند و داویدو، ۲۰۲۰)، سرکوب بیانگرانه^۲ (آرتنر و پنی‌کامپ، ۲۰۲۰)، نشخوارگری^۳ (آرتنر و پنی‌کامپ، ۲۰۲۰)، نگرانی آسیب‌شناسانه^۴ (فُرد و همکاران، ۲۰۱۸)، رفتار اجتنابی و کنارگیرانه^۵ و نشانه‌های اضطراب و افسردگی، رابطه نشان می‌دهد (ویلاکس و همکاران، ۲۰۲۱).

اگر چه، سهم پیشبران این پژوهش در فهم مشخصه‌های مراقبتی کفایت‌مندی اجتماعی نوجوانان در بافتار مشکلات سلامت روانی آن‌ها با میانجیگری نظم‌بخشی هیجانی، ناممکن است، اما چند محدودیت دارد. اول، با وجود آن که استفاده از متدولوژی علی میانجیگری در قلمرو مطالعاتی توان محافظتی کفایت‌مندی اجتماعی نوجوانان، در تقویت اعتماد به استنتاج‌های علی منتج از تئوری علی میانجیگری، نقش می‌آفریند اما با گذار از مطالعه‌ای مقطعی به سوی پژوهشی طولی، فزونی بر اعتماد حاصل از استنباط‌های علی، به طریقی آشکارا، محقق خواهد شد. دوم، اگر چه جمع‌آوری داده‌ها در دو گروه مشارکت‌کنندگان دختر و پسر انجام شد اما آزمودن آن، به طریقی نوابسته به جنس، اولویت یافت. بنابراین، با گذار از مدلی فقط میانجیگر به سوی مدلی ترکیبی و با شمول همزمان دو تئوری علی میانجیگری و تعدیل‌گری، و البته به طور مشخص، مدل میانجیگری تعدیل شده، وزن آوردنگی اطلاعاتی تئوری علی منتخب، به طور پروضح، افزایش خواهد یافت. سوم، عضویت مشارکت‌کنندگان به مناطق آموزشی محدودی از شهر تهران،

1. emotional suppression

2. expressive suppression

3. rumination

4. pathological worry

5. avoidance and withdrawal behavior

سبب می‌شود که دغدغه‌تعمیم‌پذیری یافته‌ها به جامعه نوجوانان، با رعایت جمیع جوانب احتیاط، انجام شود.

در مجموع، نتایج نشان داد که کفایت‌مندی اجتماعی به مثابه یک خصیصه بسیط با شمول همزمان وجوه و قلمروهای چندگانه شناختی، هیجانی، انگیزشی و رفتاری از نوجوانان در برابر مشکلات درونی‌ساز آسیب‌روانی مانند اضطراب اجتماعی، مراقبت می‌کند.

مشارکت نویسندگان

نویسنده اول محقق اصلی این پژوهش است. نویسنده دوم استاد راهنما و نویسنده سوم استاد مشاور رساله است.

موازین اخلاقی

این مقاله برگرفته از رساله دکتری نویسنده اول در رشته روان‌شناسی دانشگاه آزاد اسلامی، در واحد تهران شمال با کد اخلاق ID IR.IAU.TNB.REC.1402.118 است. به‌منظور حفظ اصول اخلاقی در این پژوهش، سعی شد پس از کسب رضایت شرکت‌کنندگان، داده‌ها جمع‌آوری شود. همچنین به شرکت‌کنندگان در خصوص محرمانه ماندن اطلاعات شخصی و ارائه نتایج بدون ذکر نام و مشخصات افراد اطمینان داده شد.

تعارض منافع

بنا به اظهار نویسندگان، این مقاله حامی مالی و تعارض منافع ندارد.

سپاسگزاری

از تمامی مشارکت‌کنندگان عزیز که در این پژوهش، مسئولانه یاری‌مان کردند، تشکر و قدردانی می‌کنیم.

References

Aromatario, O., Velardo, F., Martel, E., Couralet, D., Cambon, L., & Martin-Fernandez, J. (2024). Improving personal, social, and life skills in adolescents: A scoping review of key components in interventions. *Journal of Public Health*, <https://doi.org/10.1007/s10389-024-02256-5>. [Link]

- Bedard, K., Bouffard, T., & Pansu, P. (2014). The risks for adolescents of negatively biased self-evaluations of social competence: The mediating role of social support. *Journal of Adolescence*, 37, 787-798. [Link]
- Chen, L., Bai, S., Zhang, L., Zhou, Y., & Liu, P. (2024). Interoception and social-emotional competence among adolescents: the role of emotion regulation. *Current Psychology*, 43, 26317-26325. [Link]
- Cheng, M., Huang, S., & Lai, X. (2024). Examining digital parental mediation, social and emotional competence, and well-being on cyberbullying roles across different cohorts of Chinese children. *The Asia-Pacific Education Researcher*, <https://doi.org/10.1007/s40299-024-00838-1>. [Link]
- Chiu, K., Clark, D. M., & Leigh, E. (2021). Prospective associations between peer functioning and social anxiety in adolescents: A systematic review and meta-analysis. *Journal of Affective Disorders*, 279, 650-661. [Link]
- Coelho, V. A., Marchante, M., & Romao, A. M. (2022). Adolescents' trajectories of social anxiety and social withdrawal: Are they influenced by traditional bullying and cyberbullying roles? *Contemporary Educational Psychology*, 69, 102053. [Link]
- Cruz, S., Sousa, M., Marchante, M., Coelho, V. A. (2023). Trajectories of social withdrawal and social anxiety and their relationship with self-esteem before, during, and after the school lockdowns. *Scientific Reports*, 13, 16376-16386. [Link]
- Danadel, M., & Ashori, M. (2024). Effects of emotion regulation training on social problem-solving in hard-of-hearing adolescents. *Current Psychology*, 43, 15366-15375. [Link]
- Doğan, R. K., & Metin, E. N. (2023). Exploring the relationship between mindfulness and life satisfaction in adolescents: The role of social competence and self-esteem. *Child Indicators Research*, 16, 1453-1473. [Link]
- Ford, B. Q., & Gross, J. J. (2018). Emotion regulation: Why beliefs matter. *Canadian Psychology*, 59(1), 1-14. [Link]
- Ford, B. Q., & Gross, J. J. (2019). Why beliefs about emotion matter: An emotion-regulation perspective. *Current Directions in Psychological Science*, 28(1), 74-81. [Link]
- Ford, B. Q., Lwi, S. J., Gentzler, A. L., Hankin, B., & Mauss, I. B. (2018). The cost of believing emotions are uncontrollable: Youths' beliefs about

- emotion predict emotion regulation and depressive symptoms. *Journal of Experimental Psychology: General*, 147(8), 1170–1190.[[Link](#)]
- Ge, W., Wang, H., Chen, J., Yang, X., & Wang, X. Y. (2024). How general control beliefs relate to depressive symptoms in adolescents: The role of emotion controllability beliefs and emotion regulation. *Current Psychology*, <https://doi.org/10.1007/s12144-024-06489-1>[[Link](#)]
- Gomes, S. D. S., Ferreira, P. D. C., Pereira, N., & Simao, A. M. V. (2024). Comparative analysis of adolescents' emotions and emotion regulation strategies when witnessing different cyberbullying scenarios. *Heliyon*, 10, e29705.[[Link](#)]
- Gross, J. J. (2015). The extended process model of emotion regulation: Elaborations, applications, and future directions. *Psychological Inquiry*, 26, 130–137.[[Link](#)]
- Haag, A. C., Bagrodia, R., & Bonanno, G. A. (2024). Emotion regulation flexibility in adolescents: A systematic review from conceptualization to methodology. *Clinical Child and Family Psychology Review*, <https://doi.org/10.1007/s10567-024-00483-6>[[Link](#)]
- Hambour, V. K., Zimmer-Gembeck, M. J., Clear, S., Rowe, S., & Avdagic, E. (2018). Emotion regulation and mindfulness in adolescents: Conceptual and empirical connection and associations with social anxiety symptoms. *Personality and Individual Differences*, 134, 7–12.[[Link](#)]
- Hauffe, V., Vierrath, V., Tuschen-Caffier, B., & Schmitz, J. (2024). Daily-life reactivity and emotion regulation in children with social anxiety disorder. *Journal of Anxiety Disorders*, 106, 102907.[[Link](#)]
- Imamgholivand, F., Kadivar, P., & Pash Sharifi, H. (2018). Psychometric indexes students' of the Social Emotional Competence Questionnaire (SECQ). *Quarterly of Educational Measurement*, 9 (33), 79-101. [In Persian].[[Link](#)]
- Jiang, L., & Yoo, Y. (2024). Adolescents' short-form video addiction and sleep quality: the mediating role of social anxiety. *BMC Psychology*, 12, 369-378. [[Link](#)]
- Jystad, I., Haugan, T., Bjerkeset, O., Sund, E. R., Aune, T., Nordahl, H. M., & Vaag, J. R. (2024). School completion and progression to higher education in adolescents with social anxiety: a linkage between Young-HUNT3 and national educational data (2008–2019), Norway. *BMC Public Health*, 24, 833-843.[[Link](#)]
- Khodaei, A., Shokri, O., Paklek, M., Geravand, F., & Toulabi, S. (2011). Factorial structure and psychometric properties of the Social Anxiety Scale

- for Adolescents. *Journal of Behavioral Sciences*, 5 (3), 209-216. [In Persian]. [[Link](#)]
- Kline, R. B. (2015). *Principles and practices of Structural Equation Modeling* (2nd Eds.). New York: Guilford. [[Link](#)]
- Korem, A. (2024). A three-stage model for developing social competence in teased students. *European Journal of Psychology of Education*, 39, 237–251. [[Link](#)]
- Kwok, S. Y. C. L., Gu, M., & Lai, K. Y. (2024). A longitudinal study of perceived social support from friends and hope in adolescents: Emotional intelligence as the mediator. *Current Psychology*, 43, 21518–21529. [[Link](#)]
- Lan, L., Liu, W., Liu, C., Wang, H., Wang, M., Abbey, C., Singh, M. K., Rozelle, S., She, X., & Tong, L. (2024). Effects of mindfulness and life-skills training on emotion regulation and anxiety symptoms in Chinese migrant children: A randomized controlled trial. *Journal of Adolescent Health*, 75, 404-415. [[Link](#)]
- Lateef, H., Horton, D., Brugger, L., Yu, M., Jellesma, F. C., Boahen-Boaten, B. B., & Borgstrom, E. (2023). Goal orientation and adolescent social competence: Ubuntu as a mediator among black American adolescents. *Journal of Prevention*, 44, 325–339. [[Link](#)]
- Marín-Gutiérrez, M., Caqueo-Urizar, A., Castillo-Francino, J., & Escobar-Soler, C. (2024). The 5Cs of positive youth development: their impact on symptoms of depression, anxiety, stress, and emotional distress in Chilean adolescents. *BMC Psychology*, 12, 372-382. [[Link](#)]
- McRae, K., & Gross, J. J. (2020). Emotion regulation. *Emotion*, 20(1), 1–9. . [[Link](#)]
- Meyers, L. S., Gamest, G., & Goarin, A. J. (2016). *Applied multivariate research, design and interpretation*. Thousand oaks. London. New Deihi, Sage publication. [[Link](#)]
- Mylett, M. L., Boucher, T. Q., Scheerer, N. E., & Iarocci, G. (2024). Examining the relations between social competence, autistic traits, anxiety and depression in autistic and non-autistic children. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 54, 3094–3106. [[Link](#)]
- Nagpal, M., & Radliff, K. (2024). A systematic review of mindfulness-based school interventions on social emotional outcomes with adolescents. *Child & Youth Care Forum*, 53, 563–610. [[Link](#)]
- Puklek, M. (2004). Development of the two forms of social anxiety in adolescence. *Horizons of Psychology*, 13, 27-40. [[Link](#)]

- Puklek, M., & Videc, M. (2008). Psychometric properties of the Social Anxiety Scale for Adolescents (SASA) and its relation to positive imaginary audience and academic performance in Slovene adolescents. *Studia Psychologica*, 50 (1), 49-65. [[Link](#)]
- Rodriguez-Jimenez, T., Vidal-Arenas, V., Falcó, R., Moreno-Amador, B., Marzo, J. C., & Piqueras, J. A. (2024). Assessing emotional distress in adolescents: Psychometrics of the Spanish version of the Social Emotional Distress Scale-Secondary. *Child & Youth Care Forum*, 53, 367–387. [[Link](#)]
- Romppanen, E., Korhonen, M., Salmelin, R. K., Puura, K., & Luoma, I. (2021). The significance of adolescent social competence for mental health in young adulthood. *Mental Health & Prevention*, 21, 200198. [[Link](#)]
- Sireli, O., & Colak, M. (2024). The relationship between adolescents' social anxiety level and parental acceptance-rejection and control: the mediating role of interpersonal cognitive distortions. *Current Psychology*, 43 15202–15212. [[Link](#)]
- Shokri, O., & PourShahriar, H. (2019). The effectiveness of the enrichment of interpersonal relationship skills program on causal attributions, interpersonal conflict solution strategies, cognitive coping skills and perceived positive relations with others. *Journal of Developmental Psychology: Iranian Psychologists*, 15 (59), 287-308. [In Persian]. [[Link](#)]
- Shokri, O., Salehi Fadardi, J., Fathabadi, J., Nejati, V., & Zabihzadeh, A. (2020). Developing and testing the effectiveness of school based social cognition instructional package on proactive aggression among children. *Journal of Developmental Psychology: Iranian Psychologists*, 17 (66), 167-179. [In Persian]. [[Link](#)]
- Sousa, V., Silva, P. R., Romão, A. M., & Coelho, V. M. (2023). Can an universal school-based social emotional learning program reduce adolescents' social withdrawal and social anxiety? *Journal of Youth and Adolescence*, 52, 2404–2416. [[Link](#)]
- Tabachnick, B. G., & Fidell, L. S. (2013). *Using Multivariate Statistics* (6th ed.). Boston, MA: Pearson.
- Urbán, D. J. A., García-Fernández, J. M., & Ingles, C. J. (2024). Social anxiety profiles and psychopathological symptom differences in Spanish adolescents. *Child Psychiatry & Human Development*, <https://doi.org/10.1007/s10578-024-01756-5> [[Link](#)]
- Wang, Z. J., Liu, C. Y., Wang, Y. M., & Wang, Y. (2024). Childhood psychological maltreatment and adolescent depressive symptoms: Exploring

- the role of social anxiety and maladaptive emotion regulation strategies. *Journal of Affective Disorders*, 344, 365–372. [[Link](#)]
- Yadlosky, L. B., Mowrey, W. B., & Pimentel, S. S. (2023). Risky business: Considerations of emotion regulation and high-risk behaviors in anxious adolescents. *Journal of Anxiety Disorders*, 99, 102760. [[Link](#)]
- Zhou, M., & Ee, J. (2012). Development and validation of the Social Emotional Competence Questionnaire (SECQ). *The International Journal of Emotional Education*, 4 (2), 27-42. [[Link](#)]
- Zhou, J., Wang, L., Zhu, D., & Gong, X. (2024). Social anxiety and peer victimization and aggression: Examining reciprocal trait-state effects among early adolescents. *Journal of Youth and Adolescence*, 53, 701–717. [[Link](#)]
- Zhou, J., Zou, F., & Gong, X. (2024). The reciprocal relations between parental psychological control and social anxiety and the mediating role of self-concept clarity among Chinese early adolescents. *Journal of Youth and Adolescence*, <https://doi.org/10.1007/s10964-024-02015-5>. [[Link](#)]
- Zhu, G., Zheng, J., Ratner, K., Li, Q., Estevez, M., & Burrow, A. L. (2024). How trait and state positive Emotions, negative Emotions, and self-regulation relate to adolescents' perceived daily learning progress. *Contemporary Educational Psychology*, 77, 102275. [[Link](#)]