



The Relationship between Defensive Self-Expression Strategies and Existential Expression with Social Anxiety in Students of Shahid Chamran University of Ahvaz

Mohsen Alipour^{1*}, Soodabeh Bassaknejad², Yadollah Zargar³

1- Master of Clinical Psychology, Faculty of Educational Sciences and Psychology, Shahid Chamran University of Ahvaz, Ahvaz, Iran

2- Professor, Department of Psychology, Faculty of Educational Sciences and Psychology, Shahid Chamran University of Ahvaz, Ahvaz, Iran

3- Associate Professor, Department of Psychology, Faculty of Educational Sciences and Psychology, Shahid Chamran University of Ahvaz, Ahvaz, Iran

Citation: Alipour, M., Bassaknejad, S., & Zargar, Y. (2021). The relationship between defensive self-expression strategies and existential expression with social anxiety in Students of Shahid Chamran University of Ahvaz. *Clinical Psychology Achievements*, 6(4), 39-48

Abstract

Social anxiety is one of the most common psychological disorders that prevent a person from being efficient in the occupational, academic, and social fields. In this regard, this research aimed to investigate the relationship between defensive self-expression strategies and existential expression with social anxiety in students of the Shahid Chamran University of Ahvaz. For this purpose, a sample of 340 students from the Shahid Chamran University of Ahvaz was selected by multi-stage random sampling method, and the self-expression questionnaire and social anxiety dimensions' questionnaire were used. Correlation and regression methods were used for data analysis. The results of the data analysis showed that strategies of defensive self-expression and existential self-expression were predictors of students' social anxiety. Therefore, the results indicate that self-expression variables can predict social anxiety.

Keywords: defensive self-presentation strategies, assertive, social anxiety, students

* **Corresponding Author:** Mohsen Alipour

E-mail: mohsen.alipour@yahoo.com





رابطه راهبردهای خودابرازی دفاعی و اظهار وجودی با اضطراب اجتماعی در دانشجویان دانشگاه شهید چمران اهواز

محسن علیپور^۱، سودابه بساک‌نژاد^{۲*}، یداله زرگر^۳

- ۱- کارشناسی ارشد روان‌شناسی بالینی، دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناسی، دانشگاه شهید چمران اهواز، اهواز، ایران
۲- استاد گروه روان‌شناسی، دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناسی، دانشگاه شهید چمران اهواز، اهواز، ایران
۳- دانشیار گروه روان‌شناسی، دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناسی، دانشگاه شهید چمران اهواز، اهواز، ایران

چکیده

اضطراب اجتماعی یکی از شایع‌ترین اختلالات روان‌شناسی می‌باشد که مانع از حضور کارآمد فرد در عرصه‌های شغلی، تحصیلی و اجتماعی می‌شود. در این راستا هدف از این پژوهش حاضر بررسی رابطه راهبردهای خود ابرازی دفاعی و اظهار وجودی با اضطراب اجتماعی در دانشجویان دانشگاه شهید چمران اهواز می‌باشد. به این منظور نمونه‌ای به حجم ۳۴۰ نفر دانشجویان از دانشگاه شهید چمران اهواز به روش نمونه‌گیری تصادفی چندمرحله‌ای انتخاب شدند و ابزار پژوهش شامل پرسش‌نامه خود ابرازی و پرسش‌نامه ابعاد اضطراب اجتماعی ارائه گردید. برای تحلیل داده‌ها از روش همبستگی و رگرسیون استفاده شد. نتایج تحلیل داده‌ها نشان داد که راهبردهای خودابرازی دفاعی و خودابرازی اظهار وجودی پیش‌بینی‌کننده اضطراب اجتماعی دانشجویان هستند، بنابراین نتایج حاکی از این واقعیت است که متغیرهای خود ابرازی می‌تواند اضطراب اجتماعی را پیش‌بینی کند:

کلیدواژه‌ها: راهبردهای خودابرازی دفاعی، اظهار وجودی، اضطراب اجتماعی، دانشجویان

مقدمه

یکی از معضلاتی که موجب کاهش عملکرد تحصیلی-اجتماعی دانشجویان می‌شود، اختلال اضطراب اجتماعی است. اختلال اضطراب اجتماعی به عنوان یکی از شایع‌ترین اختلالات اضطرابی در گروه اختلالات با خطر بالینی شناخته شده است پونتیلو و همکاران (Pontillo, 2017) و با شیوع ۱/۱۲ درصدی در جمعیت عمومی، چهارمین اختلال روان‌پزشکی می‌باشد دالریمپل و زیمرمان (Dalrymple & Zimmerman 2011) اختلال اضطراب اجتماعی به عنوان ترس بیش از حد قضاوت منفی دیگران و یکی از ناتوان‌کننده‌ترین شرایط بهداشت روانی محسوب می‌شود (McEnery et al., 2019). مبتلایان به این اختلال از تحقیر شدن و شرمساری در موقعیت‌های اجتماعی خاص مانند گفتگو در جمع به شدت می‌ترسند (Hofmann & Otto, 2017)، در موقعیت‌های اجتماعی عملکرد خود را منفی ارزیابی می‌کنند (Nordahl et al., 2016) و وقتی که وارد یک موقعیت اجتماعی هراس‌آور می‌شوند، بر اساس تجربه‌ی اولیه، باورهای منفی را در مورد خود و دنیای اجتماعی‌اشان شکل می‌دهند که منجر می‌شود فرد موقعیت‌های اجتماعی مربوط را خطرناک ارزیابی کند و پیش‌بینی کند که در دستیابی به سطح عملکرد مورد نظر خود شکست خواهد خورد و این مسئله باعث می‌شود که فرد اغلب نشانه‌های اجتماعی خوش خیم یا مبهم را به عنوان علائم ارزیابی منفی توسط دیگران تفسیر کند (Leigh, & Clark, 2018).

اختلال اضطراب اجتماعی زمانی روی می‌دهد که فرد در موقعیت‌های اجتماعی از قبیل محیط کار، جمع‌های خانوادگی و فامیلی، رویدادهای خاص و اجتماعی قرار گیرد باررا و نورتون (Barrera & Norton, 2009) مطالعات نشان دادند، این اختلال جنبه‌های گوناگونی از زندگی فرد را تحت تأثیر قرار می‌دهد و افراد را با مشکلات زیادی از قبیل برانگیختگی‌های فیزیولوژیک و پاسخ‌های دستگاه قلبی عروقی، تفسیر سوگیرانه از موقعیت‌های اجتماعی مبهم (Miers et al., 2008)، سلامت روان، زندگی اجتماعی، عملکرد تحصیلی و شغلی، کیفیت زندگی شخصی و خانوادگی مواجه می‌کند (Clerkin et al., 2017; Dryman et al., 2016; Aderka et al., 2016).

نظریه‌های مختلفی در رابطه با اختلال اضطراب اجتماعی شکل گرفته است که یکی از آن‌ها نظریه مدیریت برداشت (خودابرازی) است. شنکر (Schlenker, 2003) بیان کرد نظریه مدیریت برداشت پیش‌بینی می‌کند که در تعاملات اجتماعی مردم در تلاش‌اند تا برداشت دیگران از خود را کنترل کنند و سعی می‌کنند تا یک برداشت خوب در تعاملات اجتماعی برای دیگران ایجاد کنند، بنابراین مردم رفتار خودابرازی‌شان را تعدیل می‌کنند برای این‌که در نگاه دیگران مطلوب ارزیابی شوند و بتوانند به خواسته‌های خود برسند. جکسون (Jackson, 2006) بیان کرد افرادی که تلاش می‌کنند خود را به صورت مثبت و شایسته نشان دهند احتمالاً پاسخ‌های زیرکانه و دقیقی برای موقعیت‌های اجتماعی پیدا می‌کنند و بنابراین در تلاش‌اند تا یک تصویر مثبتی از خود برای دیگران ارائه دهند و او این ارائه تصویر مثبت برای دیگران را خودابرازی نامید. طبق دیدگاه خودابرازی، اضطراب اجتماعی با انگیزه و توانمندی برداشت تعیین می‌شود، یعنی این‌که هر چه انگیزه برداشت بالاتر باشد و سطح توانمندی برداشت پایین‌تر باشد، میزان اضطراب اجتماعی نیز بالاتر خواهد رفت، یعنی زمانی که این افراد متوجه می‌شوند که قادر نیستند خودشان را به شیوه مطلوب ارائه دهند و خود را فاقد توانمندی لازم می‌بینند به این اختلال دچار می‌شوند (Leary & Kowalski, 1995). در زمینه ارتباط خودابرازی و اضطراب اجتماعی پیکونیس (Pilkonis, 2002) بیان می‌کند که افراد دارای اضطراب اجتماعی تمایل دارند از موقعیت‌هایی که اضطراب آن‌ها را افزایش می‌دهند یا اجتناب کنند، یا به طور دائمی آن موقعیت را ترک کنند و اگر قادر نباشند از این موقعیت‌ها اجتناب کنند آن‌ها گرایش دارند تا از راهبردهای خودابرازی محافظت کننده مانند صحبت کردن یا عدم فاش‌سازی شخصیت واقعی خود برای دیگران استفاده کنند. روت و همکاران (Roth et al., 2005) نشان دادند بین خودابرازی مساعد و مطلوب و پذیرش اجتماعی رابطه مثبتی وجود دارد و بین خودابرازی به شیوه نامطلوب و اضطراب اجتماعی رابطه وجود دارد و نشان دادن خود به شیوه نامطلوب منجر به بالا رفتن اضطراب اجتماعی در روابط بین‌فردی می‌شود. پاشا (۱۳۹۷) و کیاء، شعبانی، احقر و مدانلو (۱۳۹۵) در مطالعات خود نشان دادند که آموزش ابراز وجود بر کاهش اضطراب اجتماعی و افزایش عزت‌نفس و وقایعیت فراگیران مؤثر است. همچنین آموزش ابراز وجود به افراد کمک می‌کند تا نوع مناسبی از رفتار را برای هر موقعیتی انتخاب کنند که به افزایش اعتمادبه‌نفس، بیان افکار و

احساسات و همچنین اکتساب پیشرفت در مسیر مطابق با موقعیت‌شان منجر گردد (Avşar & Alkaya, 2017). در مطالعه‌ای دیگر روت و همکاران (Roth et al., 2005) نشان دادند بین خود ابرازی به شیوه مطلوب و مناسب و خود سنجی و پذیرش اجتماعی رابطه مثبتی دیده می‌شود با این حال آن‌ها دریافتند ارائه خود ابرازی به شیوه نامطلوب ارتباط مثبت و مستقیمی با اضطراب اجتماعی دارد. لیوایز و نیگبوز (Lewis & Neighbors, 2005) نشان دادند افرادی که در ارتباطات اجتماعی به طور وسیع وابسته هستند از راهبردهای دفاعی توجیه و پوزش خواهی یا خود پایینی استفاده می‌کنند. همچنین تحقیقات جونز و همکاران (Jones et al., 1998) نشان داد مردمی که در مورد خودشان شک دارند از دو استراتژی می‌توانند استفاده کنند آن‌ها می‌توانند تلاش‌های زیادی برای به حداقل رساندن شانس شکست به کار گیرند، یعنی این که از راهبردهای خود ابرازی اظهار وجودی استفاده کنند، یا این که می‌توانند دست به خود ناتوان‌سازی بزنند به وسیله ایجاد موانعی بر عملکردشان برای این که ضعف عملکردی‌شان را توجیه کنند، یعنی از راهبردهای خود ابرازی دفاعی استفاده کنند (cited in Arkin et al., 2000). با توجه به بررسی‌های متون پژوهشی در ایران تاکنون پژوهشی در زمینه راهبردهای خودابرازی دفاعی و اظهار وجودی به عنوان پیش‌بین‌های ابعاد اختلال اضطراب اجتماعی صورت نگرفته است. با توجه به این که اضطراب اجتماعی دارای پیامدهای نامطلوب زیادی، از جمله عملکرد تحصیلی ضعیف، ترس از ابراز وجود در میان جمع، ناتوانی در نشان دادن شایستگی خود و ... می‌شود، ضرورت دارد که پیش‌بین‌های آن مورد بررسی قرار گیرد تا در جهت پیشگیری از آن بتوان اقدامات لازم را به عمل آورد؛ بنابراین هدف پژوهش حاضر بررسی رابطه راهبردهای خود ابرازی دفاعی و اظهار وجودی با ابعاد اضطراب اجتماعی در دانشجویان دانشگاه شهید چمران اهواز می‌باشد.

روش

جامعه، نمونه و روش نمونه‌گیری

این پژوهش از نوع توصیفی-همبستگی است. جامعه آماری در این پژوهش شامل کلیه دانشجویان دختر و پسر دانشگاه شهید چمران هستند که در سال ۹۳-۹۲ مشغول به تحصیل بودند. در این تحقیق از دو نمونه استفاده می‌شود: یک نمونه ۱۰۰ نفری برای بررسی ویژگی روان‌سنجی (پایایی و روایی) ابزارهایی که برای اولین بار استفاده شدند و نمونه دیگر ۳۴۰ نفر به منظور آزمون فرضیه مورد استفاده قرار گرفتند. برای انتخاب هر دو گروه نمونه از روش نمونه‌گیری تصادفی چندمرحله‌ای استفاده می‌شد. بدین صورت که از بین دانشکده‌ها، چند دانشکده به صورت تصادفی انتخاب و از هر دانشکده به صورت تصادفی چند کلاس انتخاب و در هر کلاس تعدادی از دانشجویان به پرسش‌نامه‌ها پاسخ دادند. سپس داده‌ها جمع‌آوری شده و با بسته آماری SPSS در سطح معنی‌داری $P < 0/05$ مورد تحلیل و بررسی قرار گرفتند.

ابزار پژوهش

پرسش‌نامه خودابرازی (Self-Presentation Scale): این پرسش‌نامه تدسچی و لیندسکولد (Tedeschi & Lindskold, 1976) ساخته شد. پرسش‌نامه خودابرازی یک ابزار مداد کاغذی است که ۶۳ گویه دارد که شامل ۱۲ خرده مقیاس می‌باشد. پنج نوع راهبرد خودابرازی دفاعی توجیه، خود ناتوان‌سازی، عذرخواهی، سلب مسئولیت، پوزش خواهی که هر کدام شامل پنج گویه است و هفت راهبرد خودابرازی اظهار وجودی محبوب نمائی، ارباب، التماس، تشخص جوئی، مترقی جوئی، انفجاری و اسوه‌گرائی را که هر کدام دارای پنج گویه است به غیر از راهبرد محبوب نمائی که دارای هشت گویه است را بررسی می‌کند. شیوه نمره‌گذاری لیکرتی بین ۱ (خیلی کم) تا ۹ (خیلی زیاد) می‌باشد که نمره بیشتر به معنی استفاده بیشتر از راهبردهای خود ابرازی است. این پرسش‌نامه برای اولین بار توسط تدسچی و لیندسکولد (Tedeschi & Lindskold, 1976) ساخته شد و بعد توسط تدسچی و ملبورگ (Tedeschi & Melburg, 1984) مورد

تجدیدنظر قرار گرفت و در آن راهبردهای خود ابرازی به دو طبقه خود ابرازی دفاعی و اظهار وجودی تقسیم می‌شوند. تدسچی و ملبورگ (Tedeschi & Melburg, 1984) پایایی این مقیاس را با استفاده از آلفای کرونباخ به دست آوردند که ضریب پایایی برای راهبردهای خود ابرازی دفاعی، راهبردهای خود ابرازی اظهار وجودی و پایایی کل مقیاس خود ابرازی به ترتیب ۰/۸۶، ۰/۹۱، ۰/۹۳ به دست آمده بود. در پژوهش حاضر ضریب پایایی به روش آلفای کرونباخ برای راهبردهای خود ابرازی دفاعی و راهبردهای خود ابرازی اظهار وجودی و کل مقیاس خود ابرازی به ترتیب ۰/۸۰، ۰/۸۷ و ۰/۸۹ می‌باشد. همبستگی درونی پرسش‌نامه خود ابرازی در پژوهش تدسچی و ملبورگ (Tedeschi & Melburg, 1984) برابر با $r=0/80$ گزارش شد. در پژوهش حاضر برای بررسی روایی همگرا پرسش‌نامه، همبستگی بین پرسش‌نامه خود ابرازی تدسچی و ملبورگ (Tedeschi & Melburg, 1984) و پرسش‌نامه ابراز وجود برای جوانان (رضائی، ۱۳۷۷) استفاده شد و ضریب همبستگی $r=0/42$ به دست آمد که در سطح $p < 0/05$ معنی‌دار می‌باشد. این نتایج نشان می‌دهد که این مقیاس از ویژگی‌های روان‌سنجی مطلوبی برخوردار است.

پرسش‌نامه اضطراب اجتماعی (Social Anxiety Scale): پرسش‌نامه اضطراب اجتماعی یک پرسش‌نامه مداخله‌ی کاغذی است که شامل ۳۰ گویه است و سه بعد علائم عصبی اضطراب، خودپنداشت اجتماعی و ترس از ارزیابی منفی را می‌سنجد. این پرسش‌نامه توسط داودی و نجاریان (۱۳۷۶) به فارسی ترجمه گردید. ۱۵ سؤال از این سؤالات مربوط به علائم عصبی اضطراب هستند و هفت سؤال آن ترس از ارزیابی منفی را می‌سنجد و هشت سؤال آن نیز مربوط به خودپنداشت اجتماعی (روابط میان فردی) است، داودی و نجاریان (۱۳۷۹) میزان پایایی هر یک ابعاد اضطراب اجتماعی را که شامل ترس از ارزیابی منفی، خود پنداشت اجتماعی و علائم عصبی اضطراب است را گزارش دادند که در پژوهش آن‌ها میزان پایایی برای هر کدام از ابعاد به ترتیب برابر با ۰/۸۵، ۰/۸۰، ۰/۹۰ و میزان پایایی برای کل پرسش‌نامه اضطراب اجتماعی ۰/۹۳ به دست آمده بود. پژوهش حاضر ضریب پایایی برای ترس از ارزیابی منفی، خودپنداشت اجتماعی، علائم اضطراب و کل مقیاس به ترتیب ۰/۸۲، ۰/۸۳، ۰/۸۶، ۰/۸۷ به دست آورده است. هم‌چنین در پژوهش حاضر جهت تعیین روایی پرسش‌نامه ابعاد اضطراب اجتماعی از همبستگی زیر مقیاس‌ها با نمره کل مقیاس استفاده گردید که میزان همبستگی خرده مقیاس‌های ترس از ارزیابی منفی، علائم اضطراب، خودپنداشت اجتماعی با نمره کل به ترتیب ۰/۶۵، ۰/۷۱، ۰/۷۳ بوده است.

تجزیه و تحلیل داده‌ها

به منظور تجزیه و تحلیل اطلاعات مورد نظر از نرم‌افزارهای SPSS-24 (statistical package for social science) و روش‌های آمار توصیفی (میانگین، انحراف معیار، حداقل و حداکثر نمره) و استنباطی (رگرسیون چندگانه) استفاده گردید.

یافته‌ها

میانگین و انحراف معیار نمره‌های دانشجویان در متغیرهای مورد بررسی آورده شده است.

جدول ۱. میانگین و انحراف معیار دانشجویان در متغیرهای پژوهش

متغیر	پسر		دختر		کل
	میانگین	انحراف معیار	میانگین	انحراف معیار	
ترس از ارزیابی منفی	۱۹/۱۳	۳/۶۹	۲۰/۴۵	۴/۰۷	۳/۸۲
خودپنداشت اجتماعی	۲۲/۶۹	۳/۷۴	۲۴/۰۱	۳/۸۹	۳/۲۳
علائم عصبی اضطراب	۴۰/۹۸	۷/۴۳	۴۱/۸۶	۸/۳۳	۶/۶۷
راهبردهای خود ابرازی اظهار وجودی	۱۷۵/۲۳	۳۵/۵۳	۱۶۳/۸۲	۲۸/۴۹	۳۷/۳۱
راهبردهای خود ابرازی دفاعی	۱۳۱/۱۲	۲۲/۲۲	۱۵۵/۷۵	۲۱/۳۷	۴۳/۳۰

اطلاعات توصیفی پژوهش در جدول ۱ نشان می‌دهد که میانگین و انحراف معیار مؤلفه‌ی ترس از ارزیابی منفی در پسرها ۱۹/۱۳ (انحراف معیار ۳/۶۹) و دخترها ۲۰/۴۵ (انحراف معیار ۴/۰۷)، مؤلفه‌ی خودپنداشت اجتماعی در پسرها ۲۲/۶۹ (انحراف معیار ۳/۷۴) در دخترها ۲۴/۰۱ (انحراف معیار ۳/۸۹)، مؤلفه‌ی علائم عصبی اضطراب در پسرها ۴۰/۹۸ (انحراف معیار ۷/۴۳) در دخترها ۴۱/۸۶ (انحراف معیار ۸/۳۳)، مؤلفه‌ی راهبردهای خودابرازی وجودی در پسرها ۱۷۵/۲۳ (انحراف معیار ۳۵/۵۳) در دخترها ۱۶۳/۸۲ (انحراف معیار ۲۸/۴۹)، مؤلفه‌ی راهبردهای خودابرازی دفاعی در پسرها ۱۳۱/۱۲ (انحراف معیار ۲۲/۲۲) در دخترها ۱۵۵/۷۵ (انحراف معیار ۲۱/۳۷) است.

جدول ۲. ضریب همبستگی متغیرهای پژوهش

۳	۲	۱	انحراف معیار	میانگین	
		۱	۱۴/۱۲	۶۸/۴۵	اضطراب اجتماعی
		۰/۲۶			
	۱	۰/۰۲	۳۷/۳۱	۱۶۹/۳۹	خودابرازی وجودی
	۰/۸۵	۰/۳۲			
۱	۰/۰۰۱	۰/۰۱	۳۴/۳۰	۱۴۳/۳۸	خودابرازی دفاعی

نتایج جدول ۲ نشان می‌دهد که خود ابرازی وجودی و خودابرازی دفاعی به ترتیب ($r=0/26$, $p < 0/05$) و ($r=0/85$, $p < 0/001$) رابطه مثبت و معنی‌داری با اضطراب اجتماعی دارد، همچنین بین خود ابرازی وجودی و خودابرازی دفاعی ($r=0/85$, $p < 0/001$) رابطه مثبت و معنی‌داری یافت شد.

جدول ۳. نتایج حاصل از تحلیل رگرسیون چندگانه پیش‌بین اضطراب اجتماعی براساس راهبردهای خودابرازی اظهار وجودی و خودابرازی دفاعی آن به روش گام‌به‌گام

ضرایب رگرسیون	PF	R ²	R	متغیر پیش بین	متغیر ملاک
۲					
				۱	
				$\beta=0/31$	خودابرازی وجودی
				$t=5/10$	اضطراب اجتماعی
				$P<0/001$	
				$P=0/002$	
				$\beta=0/44$	خودابرازی دفاعی
				$t=6/58$	
				$P<0/001$	
				$P=0/001$	

نتایج مشخصه‌ی آماری رگرسیون در جدول ۳ نشان می‌دهد که مقدار F مشاهده شده معنی‌دار است ($p < 0/05$) و خودابرازی وجودی و خودابرازی دفاعی پیش‌بینی‌کننده اضطراب اجتماعی هستند و با توجه به آماره‌ی t، از بین متغیرهای پیش‌بین سهم خودابرازی وجودی ($\beta=0/31$) و سهم خودابرازی دفاعی ($\beta=0/34$) است.

بحث و نتیجه‌گیری

پژوهش حاضر با هدف بررسی رابطه راهبردهای خودابرازی اظهار وجودی و دفاعی با اضطراب اجتماعی در دانشجویان دانشگاه شهید چمران اهواز انجام شد. نتایج پژوهش نشان داد که راهبردهای خودابرازی اظهار وجودی و دفاعی پیش‌بینی‌کننده اضطراب اجتماعی در دانشجویان دانشگاه شهید چمران اهواز بود. پژوهش حاضر نشان داد که

راهبردهای دفاعی پیش‌بینی‌کننده اختلال اضطراب اجتماعی است. این یافته همسو با پژوهش‌های پاشا (۱۳۹۷) و کیاء و همکاران (۱۳۹۵) است که در مطالعات خود نشان دادند آموزش ابراز وجود بر کاهش اضطراب اجتماعی و افزایش عزت‌نفس و وقایعیت فراگیران مؤثر است. برگلاس و جونز (Berglas & Jones, 1978) نشان دادند که اضطراب اجتماعی باعث می‌شود تا افراد از راهبردهای دفاعی خاصی مانند خود ناتوان‌سازی و توجیه استفاده کنند. اکبرزاده و همکاران (۱۳۹۴) بیان کردند که ابراز وجود میزان اضطراب اجتماعی در دانشجویان کاهش می‌دهد. بساک‌نژاد و شهنی ییلاق (۱۳۸۶) دریافتند بین نشانگان وانمود گرایی و راهبردهای خودابرازی دفاعی رابطه وجود دارد. افراد زمانی که احساس می‌کنند رویدادی هویت مطلوب و قابل قبول، آن‌ها را دچار آسیب می‌کند تلاش می‌کنند دست به انجام روش‌هایی بزنند که هویت مورد نظرشان حفظ شود و آسیب یا خدشه‌ای به آن وارد نشود و ممکن است برای دفاع از این هویت خودشان را ضعیف و ناتوان نشان دهند، یا ممکن است به روش‌های خاص دیگری مانند بهانه‌تراشی یا توجیه دست زنند تا هویت مطلوب آن‌ها مورد سؤال واقع نشود. این افراد به خاطر دست زدن به چنین رفتارهایی که در زندگی خود برای حفظ هویت مطلوبشان به وجود می‌آورند دائماً احساس ترس و اضطراب می‌کنند که این احساس ترس روند زندگی روزانه آن‌ها را تخریب می‌کند. افرادی که از راهبردهای خودابرازی دفاعی استفاده می‌کنند، حاضر نمی‌شوند شخصیت واقعی خودشان را نشان دهند و همیشه به گونه‌ای از آن فرار می‌کنند، زیرا آن را مغایر با شخصیت آرمانی و مورد مطلوب خودشان احساس می‌کنند. از حضور در جمع و داشتن روابط اجتماعی به گونه‌ای مشخص می‌ترسند، زیرا می‌دانند برای حضور مؤثر و مورد مقبول در جمع باید به گونه‌ای رفتار کنند که دیگران نیز آن‌ها را مطابق با شخصیت واقعی‌شان بدانند؛ بنابراین می‌توان بیان کرد افرادی که دست به راهبردهای خودابرازی دفاعی می‌زنند در زندگی‌شان معمولاً اضطراب اجتماعی را تجربه خواهند کرد. همچنین در تبیین رابطه اضطراب اجتماعی و خودابرازی اظهار وجودی می‌توان گفت، افرادی که در زندگی از راهبردهای خودابرازی اظهار وجودی استفاده می‌کنند سعی دارند خودشان را فراتر از آن چیزی که هستند نشان دهند و معمولاً دست به راهبردهایی می‌زنند که خودشان را در مقابل دیگران بزرگ جلوه دهند. آن‌ها طوری رفتار می‌کنند که کامل به نظر می‌رسند، دارای دانش وسیع هستند و در کارهایشان همیشه موفق هستند و از رضایت شغلی و تحصیلی برخوردارند (Wojciszki, 2002). کسانی که از راهبردهای ابراز وجودی خوداظهاری استفاده می‌کنند خود واقعی‌شان را فراتر از آنچه هستند نشان می‌دهند و به گونه‌ای رفتار می‌کنند که در زندگی خود توانسته‌اند به موفقیت‌های زیادی برسند و دارای شخصیتی کمال‌یافته و رشد یافته‌اند، در حالی که این جنبه‌ها خود واقعی فرد را نشان نمی‌دهد. مسلم است کسانی که شخصیت واقعی خود را ابراز نمی‌کنند همیشه با خود ترس و اضطرابی را در زندگی روزمره به همراه دارند و این ترس و اضطراب می‌تواند مغل روند روابط اجتماعی و زندگی روزمره آن‌ها باشد که همسو با این مسئله هری و کرینگ (۲۰۰۷) معتقد بودند که افزایش خود ابرازی موجب ایجاد برداشت منفی می‌شود و واکنش همراه با ترس را با خود به همراه دارند، بدین وسیله اضطراب اجتماعی در فرد ایجاد می‌شود. در حالی که افرادی که اندیشه‌های منفی در زندگی خود ندارند رفتارهای خودابرازی کمتری در زندگی‌شان به معرض نمایش می‌گذارند، بنابراین در روابط اجتماعی کمتر ناراحت هستند و اضطراب کمتری را تحمل می‌کنند. پس می‌توان بیان کرد افرادی که از خود واقعی‌شان دور می‌شوند، سعی دارند خودشان را بالاتر یا فراتر از آنچه هستند نشان دهند، همیشه با خود ترسی را به همراه دارند و از این می‌ترسند که شخصیت واقعی آن‌ها در جمع فاش شود؛ بنابراین این افراد در روابط اجتماعی خود همیشه مضطرب و نگران خواهند بود و همچنین همسو با این نتایج شلنکر و پونتاری (۲۰۰۰) است که معتقدند استفاده از راهبردهای خودابرازی اظهار وجودی می‌تواند منجر به افزایش اضطراب اجتماعی گردد. افرادی که از راهبردهای خودابرازی استفاده می‌کنند به میزان بیشتری ابعاد اضطراب اجتماعی را به کار می‌برند. این افراد درصددند تا در ارتباط اجتماعی و روابط بین‌فردی خود با دیگران تصورات دیگران درباره خودشان را کنترل کنند و آن‌ها را تحت تأثیر قرار دهند و قصدشان از چنین راهبردهایی در ارتباط اجتماعی‌شان، ایجاد اثربخشی مثبت و مطلوب بر روی دیگران است و برای این کار ممکن است دست به هر رفتاری بزنند که شخصیت آن‌ها را در نگاه دیگران موجه جلوه دهد و حال ممکن است با فریب دادن، وانمود کردن یا حتی قربانی کردن دیگران یا با استفاده از ترس، محبوب‌سازی تصویری

مثبتی از خود در نگاه دیگران به نمایش بگذارند؛ بنابراین می‌توان بیان کرد افرادی که شیوه خودابرازی را در زندگی‌شان به کار می‌گیرند در روابط اجتماعی خود همیشه از ارزیابی شدن توسط دیگران می‌ترسند و هدفشان از به کارگیری چنین راهبردهایی مورد قبول به نظر رسیدن در نگاه دیگران است و این افراد چون دچار ترس از ارزیابی منفی از سوی دیگران هستند، معمولاً دست به استفاده از چنین روش‌هایی می‌زنند و بنابراین این افراد در روابط اجتماعی خود با دیگران خیلی زود دستپاچه می‌شوند، افکارشان آشفته می‌شود، توانایی کلی و اختصاصی آن‌ها کاهش پیدا می‌کند، هنگام حضور در جمع به دلیل عدم نمایش شخصیت واقعی خود دچار دلهره می‌گردند و توانایی کلامی‌شان افت خواهد کرد در ارتباط با این مسئله لیری و همکاران (Leary et al., 2001) بیان کردند افرادی که دارای اضطراب اجتماعی هستند تعاملات بین فردی‌شان را کمتر مثبت ارزیابی می‌کنند و کمتر دوست دارند که در تعاملات اجتماعی شرکت کنند. این افراد به دلیل اینکه در روابط اجتماعی خود در مورد توانایی‌هایشان شک کرده و در مورد ارزیابی خود توسط دیگران همیشه ناراحت‌اند و انتظار عملکرد موفقیت‌آمیز و نمایش یک تصویر مثبت در تعاملات اجتماعی را ندارند قادر نخواهند بود با نمایش دادن خود واقعی‌شان به روابط اجتماعی‌شان ادامه دهند، زیرا انتظار هیچ‌گونه موفقیتی در تعاملات اجتماعی خود را ندارند. افرادی که دچار اضطراب اجتماعی‌اند همیشه از مورد ارزیابی واقع شدن توسط دیگران واهمه دارند و دیدشان نسبت به خودشان در روابط اجتماعی بسیار پایین است و دیگران را خیلی برتر و بالاتر از خود در نظر می‌گیرند و از این می‌ترسند که دیگران آن‌ها را افرادی ناپخته و کسل‌کننده در نظر بگیرند و از موقعیت‌هایی که ممکن است مورد داوری اطرافیان قرار بگیرند به شدت می‌ترسند، به تبع همین خودپنداشت و ترس از ارزیابی منفی قرار گرفتن در نگاه دیگران در روابط اجتماعی‌شان آشفته می‌شوند، انسجام فکری در روابط اجتماعی ندارند و حضور در جمع برایشان دشوار است. افراد دارای اضطراب اجتماعی نه تنها نگران‌اند که برداشت‌های اطرافیان از آن‌ها بد باشد، بلکه حتی پسخوراندایی که از دیگران دریافت می‌کنند به شیوه منفی تعبیر می‌کنند (Depaulo et al., 2002). این افراد به دلیل این‌که برداشت‌های منفی از خود دارند تمایل خیلی کمی به ارتباط با دیگران دارند و هنگامی که ناچار می‌شوند در تعاملات اجتماعی شرکت کنند مجبور می‌شوند دست به راهبردهای خودابرازی بزنند و این همسو با تحقیق لیری و همکاران (Leary et al., 2001) است که معتقدند هنگامی که مردم تحریک می‌شوند تا یک برداشت خاص را برای دیگران آشکار سازند، اما شک دارند از این‌که قادر باشند آن‌ها را انجام دهند، دچار اضطراب خواهند شد، زیرا آن‌ها انتظار دارند تا یک برداشت واکنشی ناخرسند از سوی دیگران دریافت کنند. هم‌چنین روت و همکاران (Roth et al., 2005) نشان دادند بین خود ابرازی به شیوه واقعی و مطلوب و پذیرش اجتماعی رابطه مثبت وجود دارد و بین خودابرازی به صورت غیرواقعی و ترس از ارزیابی دیگران و مقبول واقع نشدن در نگاه دیگران رابطه مثبت وجود دارد. آرکین (Arkin, 2000) بیان می‌کند افراد مضطرب اجتماعی در مورد شیوه خود ابرازی‌شان زمانی دید مثبتی خواهند داشت که به این باور برسند که دیگران قبلاً یک دید مثبتی نسبت به آن‌ها شکل دادند. اگر دیگران آن‌ها را قبلاً دوست داشتند و در مورد آن‌ها برداشت خوبی داشتند این افراد ممکن است کمتر در مورد خویشتن احساس منفی داشته باشند؛ بنابراین تحت چنین شرایطی افراد مضطرب اجتماعی نسبت به عملکرد موفقیت‌آمیز در تعاملات آینده‌شان خوش‌بین می‌شوند و کمتر عبارت منفی را به کار می‌گیرند.

بدین ترتیب، نتایج این پژوهش شناخت ما را از طبیعت اختلال اضطراب اجتماعی در افراد گسترش می‌دهد. در عین حال لازم به ذکر است اگرچه این پژوهش به شناخت جامع‌تری از مؤلفه خود ابراز گری دست یافته است اما به نظر می‌رسد خودابراز گری به عنوان فعالیتی توأمان شناختی و اجتماعی از عوامل ناشناخته دیگری نیز متأثر است؛ که پیشنهاد می‌شود در تحقیقات آتی مورد بررسی قرار گیرند. همچنین به بررسی عوامل فردی، خانوادگی، محیطی در میزان خودابراز گری و ارتباط آن‌ها با اختلال اجتماعی مورد پژوهش قرار گیرد.

سپاس‌گزاری

در پایان از دست‌اندرکارانی که در جهت اجرای مطلوب این پژوهش همکاری نمودند، به‌ویژه اساتید و دانشجویان

دانشگاه شهید چمران اهواز کمال تشکر و قدردانی صورت می‌گیرد.

منابع

- بساکنزاد، سودابه، مهرابی‌زاده هنرمند، مهناز، شهنی‌یلاق، منیجه، شکرکن، حسین، و حقیقی، جمال (۱۳۸۴). بررسی روابط ساده و چندگانه ترس از موفقیت، عزت‌نفس، کمال‌گرایی، ترس از ارزیابی منفی با نشانگان وانمودگرایی در دانشجویان تحصیلات تکمیلی دانشگاه شهید چمران اهواز. *نشریه علوم تربیتی و روان‌شناسی*، ۱۲(۳)، ۱-۲۴.
- داودی، ایران و نجاریان، بهمن (۱۳۷۶). *ساخت و اعتباریابی مقیاسی برای سنجش ویژگی‌های اسکیزوتیپی*. پنجمین کنگره‌ی پژوهش‌های روان‌پزشکی و روان‌شناسی. دانشگاه شهید بهشتی، تهران.
- پاشا، رضا (۱۳۹۷). تأثیر آموزش ابراز وجود بر عزت‌نفس، اضطراب اجتماعی و قاطعیت دانش‌آموزان. *دوفصلنامه مطالعات آموزشی و آموزشگاهی*، ۳(۴)، ۹۹-۱۱۴.
- کیاء، سیما، شعبانی، حسن، احقر، قدسی، و مدانلو، مهناز (۱۳۹۵). تأثیر آموزش مهارت ابراز وجود بر عزت‌نفس دانش‌آموزان. *روان‌پرستاری*، ۴(۱)، ۳۸-۴۶.
- اکبرزاده، داود، اکبرزاده، حسن، و احمدی، عزت‌اله (۱۳۹۴). همبستگی ابراز وجود، بهزیستی روان‌شناختی و پرخاشگری با اضطراب اجتماعی. *دانشگاه علوم پزشکی قم*، ۹، ۱ و ۲، ۲۲-۲۹.
- داودی، ایران و نجاریان، بهمن (۱۳۷۹). *ساخت و اعتباریابی مقیاسی برای سنجش اضطراب اجتماعی در دانشجویان دانشگاه شهید چمران اهواز و بررسی آن با برخی از ویژگی‌های تحصیلی و شغلی*. طرح پژوهشی با نظارت معاونت پژوهشی دانشگاه شهید چمران اهواز.
- Aderka, I. M., Hofmann, S. G., Nickerson, A., Hermesh, H., Gilboa-Schechtman, E., & Marom, S. (2012). Functional impairment in social anxiety disorder. *Journal of Anxiety Disorders*, 26(3), 393-400.
- Arkin, R. M. (2000). *Self-presentational styles*. In: J. T. Tedeschi (Ed.), *Impression management theory and social psychological research* (pp.311-333). New York: Academic Press.
- Avşar, F., & Alkaya, S. A. (2017). The effectiveness of assertiveness training for school-aged children on bullying and assertiveness level. *Journal of Pediatric Nursing*, 36, 186-190.
- Barrera, T. L., & Norton, P. J. (2009). Quality of life impairment in generalized anxiety disorder, social phobia, and panic disorder. *Journal of Anxiety Disorders*, 23(8), 1086-1090.
- Berglas, S., & Jones, E. E. (1978). Drug choice as a self-handicapping strategy in response to noncontingent success. *Journal of Personality and Social Psychology*, 36, (4), 405.
- Clerkin, E. M., Sarfan, L. D., Parsons, E. M., & Magee, J. C. (2017). Mindfulness facets, social anxiety, and drinking to cope with social anxiety: testing mediators of drinking problems. *Mindfulness*, 8(1), 159-170.
- Dalrymple, K. L., & Zimmerman, M. (2011). Treatment-seeking for social anxiety disorder in a general outpatient psychiatry setting. *Psychiatry Research*, 187(3), 375-381.
- Depaulo, B. M., Epstein J. A., & Lemay, C. S. (2002) Response of social anxious to the prospect of interpersonal evaluation. *Journal of Personality*, 58, 623-643.
- Dryman, M. T., Gardner, S., Weeks, J. W., & Heimberg, R. G. (2016). Social anxiety disorder and quality of life: How fears of negative and positive evaluation relate to specific domains of life satisfaction. *Journal of Anxiety Disorders*, 38, 1-8.

- Hofmann, S. G., & Otto, M. W. (2017). *Cognitive behavioral therapy for social anxiety disorder: Evidence-based and disorder specific treatment techniques*. Routledge.
- Jackson, T. (2006). Appraisal and coping in romantic relationship narratives: Effects of shyness, gender, and connoted affect of relationship events. *Individual Differences Research*, 4(1), 2-15
- Leary, M. R. Tchividjian, L. R., & Kraxberger, B. E. (2001). Self presentation can be hazardous to your health; Impression management and health risk. *Health Psychology*, 13, 461-470.
- Leary, M. R., & Kowalski, R. M. (1995). *Social anxiety – newyork*. NY: Guilford Press.
- Leigh, E., & Clark, D. M. (2018). Understanding social anxiety disorder in adolescents and improving treatment outcomes: Applying the cognitive model of Clark and Wells (1995). *Clinical Child and Family Psychology Review*, 21(3), 388-414.
- Lewis, M. A., & Neighbors, C. (2005). Self-determination and the use of self-presentation strategies. *The Journal Of Social Psychology*, 145(5), 469-489.
- McEnery, C., Lim, M. H., Tremain, H., Knowles, A., & Alvarez-Jimenez, M. (2019). Prevalence rate of social anxiety disorder in individuals with a psychotic disorder: a systematic review and meta-analysis. *Schizophrenia Research*, 208, 25-33.
- Miers, A. C., Blöte, A. W., Bögels, S. M., & Westenberg, P. M. (2008). Interpretation bias and social anxiety in adolescents. *Journal of Anxiety Disorders*, 22(8), 1462-1471.
- Nordahl, H. M., Nordahl, H., & Wells, A. (2016). Metacognition and perspective-taking predict negative self-evaluation of social performance in patients with social anxiety disorder. *Journal of Experimental Psychopathology*, 7(4), 601-607.
- Pontillo, M., Guerrera, S., Santonastaso, O., Tata, M. C., Averna, R., Vicari, S., & Armando, M. (2017). An overview of recent findings on social anxiety disorder in adolescents and young adults at clinical high risk for psychosis. *Brain Sciences*, 7(10), 127.
- Roth, D. L. Harris, R. N. & Snyder, C. R. (2005). An individual differences measure of attributive and repudiative tactics of favorable Self-presentation. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 6, 159 -170.
- Schlenker, B. R. (2003). *Self-presentation*. In M. R. Leary & J. P. Tangney (Eds.), *Handbook of self and identity* (pp. 492-518). New York: Guilford Press.
- Tedeschi, J. T., & Lindskold, S. (1976). *Social psychology: Interdependence, interaction, and influence*. John Wiley & Sons.
- Tedeschi, J. T., & Melburg, V. (1984). Impression management and impudence in the organization. *Research in The Sociology of Organization*, 3, 31-58.
- Wojciszki, P. T (2002). Control theory: A useful conceptual framework for personality-social, clinical, and health psychology. *Psychological Bulletin*, 92, 111-135.