**ارتباط ميان اضطراب اجتماعي و سوگيري هاي شناختي در ورزشکاران نوجوان (پسر و دختر)**

**مقدمه**

اختلال اضطراب اجتماعي به ترس آشكار و پيوسته از موقعيت هاي اجتماعي يا عملكردي اشاره دارد و از اين باور فرد ناشي مي شود كه او در اين موقعيت ها به طرز خجالت آور يا تحقيرآميزي عمل خواهد كرد ( رينگولد ، هربرت و فرانكلين ،2003). افراد مبتلا به اختلال اضطراب اجتماعي ، به طور معمول از موقعيت هاي ترس آور پرهيز مي كنند و به ندرت خود را مجبور به تحمل موقعيت اجتماعي يا عملكردي مي نمايند، اما اگر با اين موقعيت ها روبه رو شوند دچار اضطراب شديدي خواهند شد. طي چند دهه گذشته الگوهاي نظري چندي براي تبيين مكانيزم هاي زيربنايي اختلال اضطراب اجتماعي ارائه گرديده است كه برخي از آنها بر فر آيندهاي شناختي تأكيد دارند.

يكي از فرضيه هاي اساسي رويكردهاي شناختي در زمينه اضطراب آن است كه اضطراب با پيش بيني رخداد يك رويداد منفي يا زيان بار و يا ادراك تهديد (بك و همكاران،1985) فراخوانده مي شود. ادراك افراد از تهديد به وسيله قضاوت هاي ذهني شان از پيش بيني رخداد يك رويداد منفي و پيامد يا تنفر از آن رويداد تبيين مي شود.

بنابراين افراد با اختلال هاي اضطرابي پيامدهاي رويد ادهاي منفي را بالاتر از افراد بهنجار برآورد مي كنند اگرچه احتمال دارد كه ،اين داوري هاي اغراق آميز با بيشتر اختلال هاي عاطفي همراه باشد، نظريه پردازان بر اين باورند كه داوري ها، ذهني و در هر اختلال اضطرابي ويژه است . بنا براين برآورد افراطي پيامد منفي رويدادهاي اجتماعي ، ويژه اختلال اضطراب اجتماعي است. فوا و همكاران(1996) نشان دادند كه در مقايسه با افراد بهنجار، افراد مضطرب اجتماعي ، پيامد منفي رويدادهاي اجتماعي را بالاتر برآورد مي كنند.

**روش تحقیق**

اين بررسي از نوع توصيفي - مقطعي است . آزمودني هاي پژوهش 125 نفر دانش آموز دختر و پسر سال اول و دوم راهنمايي ( 62 پسر و 63 دختر ) بودند كه به روش نمونه گيري تصادفي- خوشه اي انتخاب شدند . براي انتخاب نمونه از چهار ناحيه، يك ناحيه به تصادف انتخاب گرديد و سپس از ميان مدارس دخترانه و پسرانه ، دو مدرسه به تصادف انتخاب شدند (يك مدرسه دخترانه و يك مدرسه پسرانه). سپس مقياساضطراب اجتماعي براي نوجوانان **(SAS-A)** براي سرندكردن 449 نفر از كل دانش آموزان ، اول و دوم هر دو مدرسه به كار گرفته شد تا افراد با اختلال اضطراب اجتماعي بالا و پايين مشخص شوند . افرادي كه نمره هاي آنان دست كم يك انحراف معيار بالاي ميانگين در اين مقياس بود، به عنوان افراد با اضطراب اجتماعي بالا و افرادي كه نمره هاي آنان دست كم يك انحراف معيار پايين تر از ميانگين بود به عنوان افراد با اضطراب اجتماعي پايين مشخص شدند. بدين ترتيب 41 نفر نوجوان با شرايط اضطراب اجتماعي بالا ( 18 پسر و 23 دختر) و 84 نفر با شرايط اضطراب اجتماعي پايين ( 44 پسر و 40 دختر) انتخاب شدند.

**یافته ها**

ماتریس همبستگی متغیر های مورد بررسی در پژوهش

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 4 | 3 | 2 | 1 | نام متغییر |
|  |  |  | - | احتمال اجتماعی |
|  |  | - | 55/0\*\* | احتمال غیر اجتماعی |
|  | - | 08/0 | 35/0\* | پیامد اجتماعی |
| - | 68/0\*\* | 19/0 | 37/0\* | پیامد غیر اجتماعی |
| 17/0 | 60/0\*\* | 18/0 | 58/0\*\* | اضطراب اجتماعی |
| \*P˂0/05\*\*P˂0/0001 | | | | |

همان گونه كه جدول يادشده نشان مي دهد ، اضطراب اجتماعي با احتمال و پيامد رخداد رويدادهاي اجتماعي منفي همبستگي مثبت و معني داري نشان داده است (به ترتيب r=0/60 ،p<0/001 ؛ r=0/58 ،p<0/001) به بیان دیگر با افزايش اضطراب اجتماعي ، پيامد و احتمال برآورد رخداد رويدادهاي اجتماعي منفي نيز افزايش مي يابد . اين يافته ها نشان مي دهند كه نوجوانان با اضطراب اجتماعي بالا سوگيري بيشتري در تفسير رويدادهاي اجتماعي منفي نسبت به نوجوانان با اضطراب اجتماعي پايين نشان مي دهند.

**بحث و نتیجه گیری**

هدف پژوهش حاضر بررسي سوگيري شناختي نسبت به رويدادهاي اجتماعي و غير اجتماعي منفي در نوجوا نان

مضطرب اجتماعي بود . نتايج نشان داد كه نوجوانان با شرايط اختلال اضطراب اجتماعي بالا نسبت به نوجوانان با شرايط اضطراب اجتماعي پايين ، سوگيري بيشتري در تفسير رويدادهاي اجتماعي منفي نشان مي دهند. بدين ترتيب فرضيه هاي اول و دوم پژوهش تأييد شدند. در ارتباط با فرضيه سوم پژوهش نيز گروه با شرايط اختلال اضطراب اجتماعي بالا پيامد رخداد رويدادهاي غير اجتماعي را نيز بالاتر از گروه با شرايط اختلال اضطراب اجتماعي پايين گزارش كرده بودند.

بدين ترتيب فرضيه سوم پژوهش تأييد نشد . اين يافته ممكن است به اين دليل باشد كه نوجوانان داراي شرايط اختلال اضطراب اجتماعي تمام موقعيت هاي منفي را در يك سبك منفي داوري مي كنند. اين يافته ها با يافته هاي رينگولد و همكاران (2003)، فوا و همكاران (1996)، فوا و كوزاك (1985) و يورن و همكاران (2004)، هماهنگ است . افزون بر اين، اين يافته با نظريه هاي پردازش اطلاعات در مورد اضطراب نيز هماهنگ است.

يافته هاي بررسي حاضر هم سو با الگوها و نظريه ها ي شناختي است كه ويژگي اصلي اضطراب اجتماعي را تفسير نادرست رويدادهاي اجتماعي به صورت تهديدآميز مي دانند. اين ويژگي چرخه معيوبي را پديد مي آورد كه باعث تداوم ترس و پرهيز مي گردد. به بيان ديگر، محوري بودن سوگيري شناختي در تداوم اختلال اضطراب اجتماعي كه نوجوانان مضطرب اجتماعي پيامد و احتمال رخداد رويدادهاي منفي اجتماعي را به طور اغراق آميزي بالاتر از نوجوانان بدون اختلال اضطراب اجتماعي برآورد مي كنند ، تأييد گرديد. اين شرايط ممكن است باعث راه اندازي علايم فيزيولوژيكي اضطراب و الگوهاي رفتاري گردد كه بر تعاملات اجتماعي تأثير گذاشته و احتمال خودداري در آينده را افزايش دهد و از اين رو ممكن است اضطراب اجتماعي تا بزرگسالي ادامه يابد.

کلارک و ولز بر پایه الگوی شناختی توصیف شده در بخش پيشين، به شكل هاي تخصصي شناخت درماني دست يافته اند. در اين شيوه درماني آميز ه اي از فنون شناختي و رفتاري طراحي شده است كه افراد مضطرب اجتماعي را در راستاي شناسايي و اصلاح افكار و باورهاي تحريفي و اضطراب زا ياري مي رساند. اين روش درماني مي تواند كاهش احتمال و پيامد برآورد رخدادهاي منفي اجتماعي را به دنبال داشته باشد . براي نمونه فوا و همكاران (1996) دريافتند كه احتمال و پيامد برآورد رويدادهاي اجتماعي منفي پس از 12 هفته رفتاردرماني شناختي كاهش مي يابد.

در اين پژوهش جمعيت مورد بررسي نوجوانان غيرباليني بوده اند، بنابراين تعميم آن به جمعيت هاي باليني با محدوديت روبه رو است. پيشنهاد مي شود بررسي هاي مشابه در جمعيت هاي باليني انجام گيرد. طرح شبه آزمايشي اعمال شده در اين پژوهش تفسير نتايج را محدود نموده است . به ويژه در اين بررسي به گزارش هاي

ذهني آزمودني ها تكيه شده است ؛ بنابراين آنان ممكن است فرضيه هاي تحقيق را حدس بزنند و منجر به سوگيري در يافته ها گردند. از اين رو در پژوهش هاي آينده بايد از روش هاي ديگري از جمله پارادايم هاي آزمايشي بهره گرفت كه در تركيب با روش هاي ديگر براي بررسي سوگيري هاي تفسيري، اطلاعات ارزشمندي را فراهم مي كند. مفاهيمي كه به رويدادهاي منفي اجتماعي نسبت داده مي شوند ممكن است هم چنين تحت تأثير فرآيندهاي حافظه و توجه به مواد تهديدكننده قرار گيرند . بنابراين بررسي اين فرآيندها در پژوهش هاي آينده مي تواند به روشن شدن ماهيت پردازش اطلاعات در اضطراب اجتماعي كمك نمايد.

**منابع:**

1. Barrett, P. M., Rapee, R. M., Dadds, M. R., & Ryan, S. M.(1996). Family enhancement of cognitive style in anxious and aggressive children: Threat bias and the fear effect. ***Journal of Abnormal Child Psychology,*** *24,* 187-203.
2. Beck, A. T., Emery, G., & Greenberg, R. L. (1985). ***Anxiety disorders and phobias: A cognitive perspective.*** NewYork: Basic Books.
3. Beidel, D. C., Turner, S. M., & Morris, T. L. (1999). Psychopathology of childhood social phobia. ***Journal of the*** ***American Academy of Child and Adolescent Psychiatry,*** *38,* 643-650.
4. Butler, G., & Mathews, A. (1983). Cognitive processes in anxiety. ***Advances in Behavior Research and Therapy,*** *24,* 461-470.
5. Carr, A. T. (1974). Compulsive neurosis: A review of the literature. ***Psychological Bulletin****, 81,* 311-318.