

Research Paper

Predicting Social Anxiety Based on Psychological Capital and Emotional Self-Disclosure in Second High School Adolescents in Lordegan City



Maryam Chorami^{1*} & Mojtaba Khalil Tahmasebi²

1. Department of Psychology and Counselling, Farhangian University, Tehran, Iran.

2. Master's degree in General Psychology, Faculty of Psychology, Shahrekord Branch, Islamic Azad University, Shahrekord, Iran.

Use your device to scan
and read article online



Article Info:

Received: 2019/06/02

Accepted: 2025/01/25

Available Online: 2025/03/18

Citation: Chorami, M. & Khalil Tahmasebi, M. (2025). [Predicting Social Anxiety Based on Psychological Capital and Emotional Self-Disclosure in Second High School Adolescents in Lordegan City (Persian)]. *Journal of School Psychology and Institutions*, 13(4):52-61. <https://doi.org/10.22098/jsp.2025.6149.3760>



doi 10.22098/jsp.2025.6149.3760

Extended Abstract

1. Introduction

Social anxiety disorder is one of the anxiety disorders that usually begins in childhood or early adolescence (American Psychiatric Association, 2013). This disorder is characterized by an overt and persistent fear of social or performance situations and stems from the individual's belief that he or she will behave in an embarrassing or humiliating manner in social situations (Sackl-Pammer, Jahn, Özlü-Erkilic, Pollack, Ohmann, et al, 2019). About 80% of people with this disorder experienced the first symptoms in adolescence (Mishra and Kiran, 2018); Also, this disorder has a great impact on the formation of other mental disorders (Garcia-Lopez, Bonilla, Muela-Martinez, 2016), Insomnia and alcohol consumption (Blumenthal, Taylor, Cloutier, Baxley and Lasslett, 2019), and reduced quality of life (Bruijnen, Young, Marx and Seedat, 2019) in adolescents.

Emotional self-disclosure is one of the factors related to anxiety disorders such as social anxiety (Petri, 2017). Self-disclosure is the ability to express secrets and hidden feelings through which one can receive sincere and supportive social relationships that make it possible for a person to bear tension and pressure (Bahadri KhosrowShahi & Habibi Kaliber, 2015). Self-disclosure has the components of emotional self-disclosure, informational self-disclosure, and instrumental self-disclosure. On the other hand, psychological capital can also be considered as an effective factor in the occurrence of anxiety disorders (Fathi&Talebzadehshoshtari, 2017; Bian & Leung, 2015). Psychological capital is a set of

positive characteristics and abilities of people and organizations that can play a key role in the development of people and organizations like a powerful resource. Psychological capital is defined as a person's understanding of himself, having a goal to achieve success and stability in the face of problems (Yousefi, Fattah Andabil, & Mashayekh, 2021). Although this structure was first proposed in the work environment, today there are researches about the effect of psychological capital on health (Ehsan and De Silva, 2015), academic performance (Oranye, Ezeah, & Ahmad, 2017) and sports performance (Bagheri, Zarei & Ashraf Ganjouei, 2021) has been done. The results of Fathi & Talebzadehshoshtari (2017) confirmed the relationship between psychological capital and social anxiety in the employees of National Drilling Company. Considering what has been discussed and emphasizing the consequences of social anxiety disorder on various aspects of teenagers' lives, it is very important to study in the context of identifying the predictors of this disorder and lay the ground for It provides more effective treatment plans. According to the few studies conducted abroad and inside the field of predicting social anxiety based on emotional self-disclosure and psychological capital, the present research seeks to answer the question whether emotional self-disclosure and psychological capital are able to predict social anxiety in high school teenagers?

2. Materials and Methods

The present research method is a correlational description. The statistical population of this research was formed by all the boys of the second secondary level of Lordegan city in the fall and winter of 2018,

*Corresponding Author:

Maryam Chorami

Address: Department of Psychology and Counselling, Farhangian University, Tehran, Iran.

Tel: +98 (916) 3105980

E-mail: maryam.chorami@cfu.ac.ir



Copyright © 2025 by Authors. Published by University of Mohaghegh Ardabili. This work is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 international license](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/). Non-commercial purposes uses of the work are permitted, provided the original work is properly cited.

and their number is about 550. To determine the statistical sample size, the sample size determination table of [Krejcie and Morgan \(1970\)](#) was used. Based on this, the statistical sample size in this research was considered to be 225 people. The sampling method was cluster random sampling; In this way, 3 schools were selected among the boys' secondary high schools of Lordegan city, and 4 classes were selected among them, and their students were examined.

In order to collect data, after obtaining a letter of introduction from the university and confirming the protection of education in Lordegan city, a sampling process was carried out and 3 schools were randomly selected, and 4 classes were randomly selected from among them, and the research tools were distributed among them. The analysis of this research was done using Pearson's correlation coefficient test and step-by-step regression analysis.

3. Results

In this study, 225 students with an average age of 17.15 years participated; Of these, 85 students (37.7%) were in the 10th grade, 82 students (36.44%) were in the 11th grade, and 58 students (25.77%) were in the 12th grade. As seen in Table 1, there is a significant negative relationship between self-efficacy, resilience and optimism with social anxiety; However, no significant relationship was found between hope and social anxiety dimension. Also, there is a significant negative relationship ($p < 0.05$) between the dimensions of self-disclosure in the field of depression, happiness, anxiety, anger and fear with social anxiety; However, there was no significant relationship ($p < 0.05$) between the dimensions of jealousy, peace of mind and numbness with social anxiety.

Table 1. Correlation of psychological capital components and emotional disclosure with social anxiety

Variable	Predictor variable components	P	r
Psychological capital	self-efficacy	0.001	-0.25
	Resilience	0.03	-0.15
	hope	0.07	.009
	optimism	0.001	-0.2
Emotional disclosure	depression	0.001	-0.17
	happiness	0.03	-0.15
	Jealousy	0.06	-0.09
	anxiety	0.001	-0.23
	anger	0.04	-0.14
	peace of mind	0.17	0.04
	numbness	0.16	0.03
	fear	0.04	-0.14

4. Discussion and Conclusion

The results of this research showed that emotional self-disclosure in the field of anxiety and depression is able to predict students' social anxiety. These results are in line with the research results of [Ahmad Beygi \(2014\)](#). In explaining the obtained result, it should be said that emotional self-disclosure includes providing love, affection and attention of others and getting strength from them, which leads to feeling valuable and being noticed ([Gable, Reis, Impett & Asher, 2004](#)). In fact, self-disclosure leads to the growth and facilitation of mutual understanding and mutual support ([Mikulincer & Nachshon, 1991](#)). Also, the results of the present study showed that the dimensions of social capital including self-efficacy, resilience and optimism were able to predict students' social anxiety. These results are in line with the research findings of [Fathi & Talebzadehshoshtari \(2017\)](#). In explaining this relationship, it can be said that the components of psychological capital such as self-efficacy, optimism and resilience can change a person's attitude in the field of performance in social situations and create a sense of efficiency in a person. Self-efficacy includes a person's belief about his abilities ([Bandura & Schunk, 2004](#)); However, a characteristic of social anxiety is the fear that a person will behave in a shameful

way in a social situation ([Ganji, 2019](#)). Based on this, it can be said that people who believe in their ability know that they are able to manage challenging social situations in an efficient and positive manner.

5. Ethical Considerations

Compliance with ethical guidelines

All ethical principles have been considered in this research. The participants were allowed to leave the study at any time. Also, the participants were informed about the purpose of the research and the research process. The information of the participants was kept confidential.

Funding

This research did not receive any grant from funding agencies in the public, commercial, or non-profit sectors.

Authors' contributions

All authors have participated in the design, implementation and writing of all sections of the present study.

Conflicts of interest

The authors declared no conflict of interest.

مقاله پژوهشی

پیش‌بینی اضطراب اجتماعی بر اساس سرمایه‌ی روان‌شناختی و خودافشاگری هیجانی در نوجوانان مقطع متوسطه‌ی دوم شهر لردگان

مریم چرامی^{۱*} ID و مجتبی خلیل طهماسبی^۲ ID

۱. گروه آموزش روانشناسی و مشاوره، دانشگاه فرهنگیان، تهران، ایران.

۲. کارشناسی ارشد روانشناسی عمومی، دانشکده‌ی روانشناسی، واحد شهر کرد، دانشگاه آزاد اسلامی، شهر کرد، ایران.



استاددهی: چرامی، م. و خلیل طهماسبی، م. (۱۴۰۳). پیش‌بینی اضطراب اجتماعی بر اساس سرمایه‌ی روان‌شناختی و خودافشاگری هیجانی در نوجوانان مقطع متوسطه‌ی دوم شهر لردگان. فصلنامه روانشناسی مدرسه و آموزشگاه، ۱۳(۴): ۶۱-۵۲. <https://doi.org/10.22098/jsp.2025.6149.3760>

doi 10.22098/jsp.2025.6149.3760

چکیده

اطلاعات مقاله:

تاریخ دریافت: ۱۳۹۸/۰۳/۱۲

تاریخ پذیرش: ۱۴۰۳/۱۱/۰۶

تاریخ انتشار: ۱۴۰۳/۱۲/۲۸

هدف: هدف پژوهش حاضر پیش‌بینی اضطراب اجتماعی بر اساس سرمایه‌ی روان‌شناختی و خودافشاگری هیجانی در نوجوانان مقطع متوسطه‌ی دوم بود.

روش‌ها: این تحقیق بر حسب هدف، کاربردی و بر اساس شیوه‌ی گردآوری داده‌ها، توصیفی از نوع همبستگی است. جامعه‌ی آماری این پژوهش را کلیه‌ی نوجوانان مقطع متوسطه‌ی دوم شهر لردگان در سال ۱۳۹۸-۱۳۹۷ تشکیل دادند که با روش نمونه‌گیری خوشه‌ای چندمرحله‌ای تعداد ۲۲۵ نفر انتخاب شدند. ابزار پژوهش شامل پرسشنامه‌ی سرمایه‌ی روان‌شناختی لوتانز و همکاران، خودافشاگری هیجانی اسنل و اضطراب اجتماعی کانر بود. داده‌ها با استفاده از همبستگی پیرسون و رگرسیون به شیوه‌ی گام به گام تحلیل شد.

یافته‌ها: نتایج نشان داد از بین ابعاد سرمایه‌ی روان‌شناختی، بعد خودکارآمدی، خوش‌بینی و تاب‌آوری پیش‌بینی‌کننده‌ی منفی اضطراب اجتماعی بودند ($p < 0.05$)؛ همچنین از بین ابعاد خودافشاگری هیجانی، بعد افشاگری در زمینه‌ی اضطراب و افسردگی توانست بطور منفی اضطراب اجتماعی را پیش‌بینی کند ($p < 0.05$).

نتیجه‌گیری: براساس نتایج بدست‌آمده می‌توان گفت که سرمایه‌ی روان‌شناختی و خودافشاگری هیجانی قادر به پیش‌بینی اضطراب اجتماعی در نوجوانان هستند.

کلیدواژه‌ها:

اضطراب اجتماعی، سرمایه‌ی روان‌شناختی، خودافشاگری هیجانی

مقدمه

اختلال اضطراب اجتماعی^۱ به عنوان یکی از اختلالات اضطرابی است که معمولاً در کودکی یا اوایل نوجوانی آغاز می‌شود (انجمن روانپزشکی آمریکا^۲، ۲۰۱۳). این اختلال با هراسی آشکار و مداوم از موقعیت‌های اجتماعی یا عملکردی مشخص می‌شود و از این باور فرد نشأت می‌گیرد که او در موقعیت‌های اجتماعی بصورت خجالت‌آور^۳ یا تحقیرآمیز^۴ رفتار خواهد کرد (ساکل-پامر، جان، اوزلو-ارکیلیک، پولاک، اوهمان^۵ و همکاران، ۲۰۱۹). حدود ۸۰ درصد از افراد مبتلا

به این اختلال، اولین نشانه‌ها را در نوجوانی تجربه کرده‌اند (میشرا و کیران^۶، ۲۰۱۸؛ عزتی بابی، نریمانی، میکائیلی و آقاجانی، ۱۴۰۳). همچنین، این اختلال تأثیر زیادی بر شکل‌گیری سایر اختلالات روانی

1. social anxiety
2. American Psychiatric Association
3. shameful
4. humiliating
5. Sackl-Pammer, Jahn, Özlü-Erkilic, Pollak, Ohmann
6. Mishra & Kiran

* نویسنده مسئول:

مریم چرامی

نشانی: گروه آموزش روانشناسی و مشاوره، دانشگاه فرهنگیان، تهران، ایران.

تلفن: ۰۹۸۰ (۹۱۶) ۳۱۰۵۹۸۰+

پست الکترونیکی: maryam.chorami@cfu.ac.ir



روان‌شناسی مدرسه و آموزشگاه

(گارسیا-لوپز، بونیا، مونلا-مارتینز^۱، ۲۰۱۶)، بی‌خوابی و مصرف الکل (بلومنتال، تایلر، کلوتیر، باکسلی و لاسلت^۲، ۲۰۱۹) و کاهش کیفیت زندگی (بروجن، یونگ، مارکس و سیدات^۳، ۲۰۱۹) در نوجوانان می‌گذارد. همچنین، مطالعات نشان داده است این نوجوانان احساس صلاحیت اجتماعی کمتر، احساس تنهایی بیشتر، ترک تحصیل و عملکرد تحصیلی ضعیف‌تر را تجربه می‌کنند (لیجستر، دیلمن، اتتر، دایکس، ویرنگا^۴ و همکاران، ۲۰۱۹). بر این اساس، شناسایی عواملی که می‌توانند در پیدایش اختلال هیجانی اضطراب اجتماعی در نوجوانی مؤثر باشند، بسیار اهمیت دارد.

خودافشاگری هیجانی^۵ یکی از عوامل مرتبط با اختلالات اضطرابی مانند اضطراب اجتماعی است (پتری^۶، ۲۰۱۷). خودافشاگری توانایی بیان کردن اسرار و احساسات پنهانی است که از طریق آن می‌توان روابط اجتماعی صمیمانه و حمایت‌کننده‌ای دریافت کرد که تحمل تنش و فشار را برای فرد میسر نماید (بهادری خسروشاهی و حبیبی کلیر، ۱۳۹۵). خودافشاگری دارای مؤلفه‌های خودافشاگری عاطفی، خودافشاگری اطلاعاتی و خودافشاگری ابزاری است. خودافشاگری عاطفی شامل فراهم آوردن مهر، عطف و توجه دیگران و قوت گرفتن از آن‌ها تا اینکه فرد احساس کند انسان ارزشمندی است که مورد توجه قرار گرفته است. خودافشاگری اطلاعاتی هنگامی رخ می‌دهد که فردی از طریق خودافشاگری به دیگران کمک می‌کند تا موقعیت تنیدگی‌زای او را بهتر درک کند و جریان خودافشاگری مشخص شود که کدام منبع و راهبرد مقابله‌ای می‌تواند برای روبه‌رو شدن با آن موقعیت مورد نیاز باشد. خودافشاگری ابزاری شامل دریافت کمک‌هایی مانند خدمات، کمک‌های مالی و دیگر وسایل یا کالاهای خاص از طریق خودافشاگری است (سعادت‌ی شامیر و غلامی، ۱۳۹۳). نتایج پژوهش احمدبیگی (۱۳۹۴) نیز نشان داد خودافشاگری پایین، نقش مهمی در بروز اضطراب اجتماعی ایفا می‌کند.

از سوی دیگر سرمایه‌های روان‌شناختی^۷ را نیز می‌توان به‌عنوان عاملی مؤثر در بروز اختلالات اضطرابی قلمداد کرد (فتحی و طالب‌زاده شوشتری، ۱۳۹۶؛ بیان، لانگ^۸، ۲۰۱۵). سرمایه‌ی روان‌شناختی عبارت است از مجموعه‌ای از ویژگی‌ها و توانایی‌های مثبت افراد و سازمان‌ها که قادر است مانند یک منبع قدرتمند در پیشرفت افراد و سازمان‌ها نقش کلیدی داشته باشد. امیدواری، خوش‌بینی، خودکارآمدی و تاب‌آوری مؤلفه‌های سرمایه‌ی روان‌شناختی هستند (چاووس و گوکچن^۹، ۲۰۱۴). سرمایه‌ی روان‌شناختی شامل درک شخص از خودش، داشتن هدف برای رسیدن به موفقیت و پایداری در برابر مشکلات تعریف می‌شود (یوسفی، فتاح‌اندبیل و مشایخ^{۱۰}، ۲۰۲۱). اگرچه این سازه ابتدا در محیط

کار مطرح شد، اما امروزه پژوهش‌هایی در خصوص تأثیر سرمایه‌ی روان‌شناختی بر سلامتی (احسان و دیسلیوا^{۱۱}، ۲۰۱۵)، عملکرد تحصیلی (اورانی، ازیه و احمد^{۱۲}، ۲۰۱۷) و عملکرد ورزشی (باقری، زارعی و اشرف گنجوی^{۱۳}، ۲۰۲۱) به انجام رسیده است. نتایج پژوهش فتحی و طالب‌زاده شوشتری (۱۳۹۶) رابطه‌ی سرمایه‌ی روان‌شناختی با اضطراب اجتماعی را در کارکنان شرکت ملی حفاری تأیید کردند.

با توجه به آنچه مطرح شد و با تأکید بر پیامدهای اختلال اضطراب اجتماعی بر ابعاد مختلف زندگی نوجوانان، مطالعه در زمینه‌ی شناسایی عوامل پیش‌بینی‌کننده‌ی این اختلال از اهمیت زیادی برخوردار است و زمینه را برای تدوین برنامه‌های درمانی مؤثرتر فراهم می‌کند. با توجه به مطالعات اندک صورت گرفته در خارج و داخل در زمینه‌ی پیش‌بینی اضطراب اجتماعی بر اساس خودافشاگری هیجانی و سرمایه‌ی روان‌شناختی، پژوهش حاضر به دنبال پاسخگویی به این سؤال بود که آیا خودافشاگری هیجانی و سرمایه‌ی روان‌شناختی قادر به پیش‌بینی اضطراب اجتماعی در نوجوانان مقطع متوسطه دوم هستند؟

روش پژوهش

روش پژوهش حاضر از نوع توصیفی و همبستگی بود.

جامعه‌ی آماری، نمونه و روش نمونه‌گیری: جامعه‌ی آماری این پژوهش را کلیه‌ی نوجوانان پسر مقطع متوسطه دوم شهر لردگان در پاییز و زمستان سال ۱۳۹۷ تشکیل دادند که تعداد آنان در زمان پژوهش حدود ۷۵۰ نفر بود. برای تعیین حجم نمونه‌ی آماری از جدول تعیین حجم نمونه کرجسی و مورگان^{۱۴} (۱۹۷۰) استفاده شد. بر این اساس، تعداد حجم نمونه‌ی آماری در این تحقیق ۲۲۵ نفر در نظر گرفته شد. روش نمونه‌گیری بصورت نمونه‌گیری تصادفی خوشه‌ای بود؛ بدین صورت که از بین مدارس پسرانه متوسطه‌ی دوم شهر لردگان ۳ مدرسه انتخاب و از بین آن‌ها ۴ کلاس انتخاب و دانش‌آموزان آن‌ها مورد بررسی قرار گرفتند. برای جمع‌آوری اطلاعات از پرسشنامه‌های زیر استفاده شد:

پرسشنامه اضطراب اجتماعی: مقیاس اضطراب اجتماعی کانر^{۱۵} (۲۰۰۰)

1. Garcia-Lopez, Bonilla, Muela-Martinez
2. Blumenthal, Taylor, Cloutier, Baxley, Lasslett
3. Bruijnen, Young, Marx, Seedat
4. Lijster, Dieleman, Utens, Direckx, Wierengta
5. Emotional self-disclosure
6. Pettry
7. psychological capital
8. Bian & Leung
9. Cavus & Gökçen
10. Yousefi, Fattah Andabil, & Mashayekh
11. Ehsan & De Silva
12. Oranye, Ezeah& Ahmad
13. Bagheri, M., Zarei, A., & Ashraf Ganjouei
14. Krejcie & Morgan
15. Connor

پاسخ داده می‌شود، مورد سنجش قرار گرفت. این پرسشنامه ۸ زیرمقیاس مختلف (افسردگی، شادی، حسادت، اضطراب، خشم، آرامش، بی‌حسی و ترس) را بصورت جداگانه مورد سنجش قرار می‌دهد. نمره‌ی بالاتر نشانگر خودافشاگری هیجانی بیشتر است. همچنین، اسنل، میلر و بلک (۱۹۸۸) برای ارزیابی این پرسشنامه، آن را بر روی دانشجویان اجرا کردند. با هدف اندازه‌گیری پایایی بازآزمون، شرکت‌کنندگان بعد از ۱۲ هفته مجدداً پرسشنامه را کامل کردند. پاسخ‌ها در طول زمان همسان بودند و نمرات بازآزمون در همه‌ی خرده‌مقیاس‌ها مطلوب گزارش شد. اندازه‌ی پایایی درونی (آلفای کرونباخ) در همه‌ی زیرمقیاس‌ها بین ۰/۸۳ تا ۰/۹۵ بدست آمد. در پژوهش حاضر پایایی این پرسشنامه بوسیله‌ی ضریب آلفای کرونباخ برای خرده‌مقیاس‌ها و نمره‌ی کل بین ۰/۷۳ تا ۰/۸۴ بدست آمد. همچنین، همبستگی این پرسشنامه با پرسشنامه‌ی کنترل عواطف (ویلیامز، کابلس، آهرنس، ۱۹۹۷) بررسی و همبستگی ۰/۷۶ بدست آمد.

پس از کسب معرفی‌نامه از دانشگاه و تأیید حراست آموزش و پرورش شهرستان لردگان، فرایند نمونه‌گیری انجام شد و بصورت تصادفی ۳ مدرسه انتخاب شدند و از آن بین نیز بصورت تصادفی ۴ کلاس انتخاب شدند و ابزار پژوهش بین آنان توزیع شد. تجزیه و تحلیل حاصل از این پژوهش با استفاده از آزمون ضریب همبستگی پیرسون و نیز رگرسیون گام به گام انجام پذیرفت.

یافته‌ها

در این مطالعه، ۲۲۵ دانش‌آموز با میانگین سنی ۱۷/۱۵ سال شرکت داشتند که از این تعداد ۸۵ نفر (۳۷/۷ درصد) در پایه‌ی دهم، ۸۲ نفر (۳۶/۴۴ درصد) در پایه‌ی یازدهم و ۵۸ نفر (۲۵/۷۷ درصد) در پایه‌ی دوازدهم، مشغول به تحصیل بودند.

جدول ۱ یافته‌های توصیفی متغیرهای پژوهش را نشان می‌دهد.

1. Luthans
2. Snell, Miller, & Belk
3. William, Chambless, Ahrens

جدول ۱. میانگین و انحراف معیار مؤلفه‌های اضطراب اجتماعی، سرمایه‌ی روان‌شناختی و خودافشاگری هیجانی

مؤلفه‌ها	Min	Max	M	SD
اضطراب اجتماعی	۲۱	۴۳	۳۱/۹۳	۴/۱۸
نمره‌ی کل				
نمره‌ی کل	۳۰	۸۸	۵۷/۶۴	۸/۹۷
خودکارآمدی	۶	۲۵	۱۳/۸۰	۳/۵۴
تاب‌آوری	۶	۳۰	۱۵/۶۳	۴/۵۵
امید	۶	۲۸	۱۳/۵۶	۴/۰۵
خوش‌بینی	۴	۲۶	۱۴/۶۰	۴/۳۹

۱۷ سؤال دارد که بر یک مقیاس پنج‌درجه‌ای لیکرتی (از هرگز=۰ تا بی‌نهایت=۴) پاسخ داده می‌شود. نمره‌ی بالاتر نشانگر اضطراب اجتماعی بیشتر است. اعتبار این مقیاس با روش بازآزمایی در گروه‌هایی با تشخیص اختلال هراس اجتماعی برابر با ۰/۷۸ تا ۰/۸۹ بوده و ضریب همسانی درونی آن (آلفای کرونباخ) در یک گروه بهنجار ۰/۹۴ گزارش شده است (فتحی آشتیانی، ۱۳۸۸). خزایی، شعیری، عطری‌فرد، جلالی، حیدری نسب (۱۳۹۴) پایایی این پرسشنامه را بر روی نوجوانان بررسی و تأیید کردند. همچنین، تحلیل عاملی این پرسشنامه در پژوهش آنان از برازش مطلوب برخوردار بود. پایایی این پرسشنامه در پژوهش حاضر ۰/۷۸ بدست آمد.

پرسشنامه‌ی سرمایه‌ی روان‌شناختی: این پرسشنامه بر اساس پرسشنامه‌ی لوتانز^۱ و همکاران (۲۰۰۷) ساخته شده است و شامل ۲۴ سؤال است. این پرسشنامه ۴ بُعد امیدواری، تاب‌آوری، خوش‌بینی و خودکارآمدی را مورد ارزیابی قرار می‌دهد. سؤالات پرسشنامه بصورت طیف ۷ گزینه‌ای از «کاملاً صحیح است=۶» تا «کاملاً غلط است=۱» تنظیم شده‌اند. لوتانز و همکاران (۲۰۰۷) در پژوهش خود روی نمونه‌هایی از دانشجویان رشته‌ی مدیریت، مدیران و تکنسین‌ها کمترین آلفای کرونباخ را ۰/۸۸ و در پژوهشی دیگر (لوتانز و همکاران، ۲۰۱۰) برای همه‌ی خرده‌مقیاس‌ها به جز تاب‌آوری بالاتر از ۰/۷۰ و برای تاب‌آوری ۰/۶۹ گزارش کردند. در پژوهش دهقان‌نژاد، حاج‌حسینی و اژه‌ای (۱۳۹۶) که بر روی نوجوانان صورت گرفت، پایایی پرسشنامه بر اساس آلفای کرونباخ ۰/۸۶ بدست آمد. همچنین، در پژوهش حاضر پایایی این پرسشنامه بوسیله‌ی ضریب آلفای کرونباخ برای ابعاد خودکارآمدی، امیدواری، خوش‌بینی، تاب‌آوری و نمره‌ی کل به ترتیب ۰/۸۷، ۰/۸۳، ۰/۸۹، ۰/۸۸، ۰/۸۶ بدست آمد.

پرسشنامه‌ی خودافشاگری هیجانی: خودافشاگری هیجانی در این پژوهش با استفاده از مقیاس ۴۰ سؤالی اسنل، میلر و بلک^۲ (۱۹۸۸) که بر یک مقیاس پنج‌درجه‌ای لیکرتی (کاملاً موافقم=۴ تا کاملاً مخالفم=۰)

مؤلفه‌ها	Min	Max	M	SD
نمره‌ی کل	۶۰	۱۵۰	۹۱/۳۱	۱۲/۵۷
افسردگی	۳	۲۰	۱۰/۸۵	۳/۰۵
شادی	۱	۲۰	۱۰/۵۳	۳/۱۲
حسادت	۴	۲۰	۱۱/۴۱	۲/۹۵
اضطراب	۱	۲۰	۱۱/۳۶	۳/۳۱
خشم	۲	۲۰	۱۱/۷۶	۳/۵۸
آرامش	۵	۱۹	۱۲/۰۸	۲/۸۹
بی‌حسی	۴	۱۸	۱۱/۴۶	۲/۹۲
ترس	۵	۲۰	۱۱/۸۷	۲/۸۱

رابطه بین متغیرهای پژوهش در جدول ۲ ارائه شده است.

جدول ۲. همبستگی مؤلفه‌های سرمایه‌ی روان‌شناختی و خودافشاگری هیجانی با اضطراب اجتماعی

متغیر	مؤلفه‌های متغیر پیش‌بین	r	P
سرمایه‌ی روان‌شناختی	خودکارآمدی	-۰/۲۵	۰/۰۰۱
	تاب‌آوری	-۰/۱۵	۰/۰۳
	امید	۰/۰۰۹	۰/۰۷
	خوش‌بینی	-۰/۲۱	۰/۰۰۱
	افسردگی	-۰/۱۷	۰/۰۰۱
خودافشاگری هیجانی	شادی	-۰/۱۵	۰/۰۳
	حسادت	-۰/۰۹	۰/۰۶
	اضطراب	-۰/۲۳	۰/۰۰۱
	خشم	-۰/۱۴	۰/۰۴
	آرامش	۰/۰۴	۰/۱۷
	بی‌حسی	۰/۰۳	۰/۱۶
	ترس	-۰/۱۴	۰/۰۴

خشم و ترس با اضطراب اجتماعی رابطه‌ی منفی معنادار ($p < 0.05$) وجود دارد؛ ولی بین ابعاد حسادت، آرامش و بی‌حسی با اضطراب اجتماعی رابطه‌ی معنادار ($p < 0.05$) بدست نیامد. نتایج تحلیل رگرسیون در جدول ۳ و ۴ ارائه شده است.

همان‌طور که در جدول ۲ مشاهده می‌شود بین بعد خودکارآمدی، تاب‌آوری و خوش‌بینی با اضطراب اجتماعی رابطه‌ی منفی معنادار وجود دارد؛ ولی بین بعد امید و اضطراب اجتماعی رابطه‌ی معنادار بدست نیامد. همچنین، بین ابعاد خودافشاگری در زمینه‌ی افسردگی، شادی، اضطراب،

جدول ۳. تحلیل رگرسیون جهت پیش‌بینی اضطراب اجتماعی بر مبنای مؤلفه‌های خودافشاگری هیجانی

گام‌ها	متغیر	B	SE	β	T	R	R ²	P
گام اول	اضطراب	-۰/۳۰	۰/۰۸	۰/۲۳	-۳/۶۸	۰/۲۳۹	۰/۰۵	۰/۰۰۱
	خودکارآمدی	-۰/۲۶	۰/۰۸	-۰/۲۱	-۳/۲۳	۰/۲۷۱	۰/۰۷	۰/۰۰۱
	خوش‌بینی	-۰/۱۷	۰/۰۹	-۰/۱۳	-۱/۹۸			۰/۰۰۱

اضطراب در گام اول و دوم به ترتیب به میزان ۰/۲۳ و ۰/۲۱ واحد نمره از اضطراب اجتماعی کاسته می‌شود. در گام دوم با اضافه شدن یک واحد نمره بر حسب انحراف معیار به خودافشاگری افسردگی، به میزان ۰/۱۳ واحد نمره بر حسب انحراف معیار از اضطراب اجتماعی کاسته می‌شود.

نتایج جدول ۳ نشان می‌دهد که در دو گام، خودافشاگری اضطراب ($t = -3.68$ و $p < 0.000$) و افسردگی ($t = -1.98$ و $p < 0.000$) پیش‌بینی‌کننده‌ی اضطراب اجتماعی بوده‌اند. ضریب بتا نشان داده که با افزایش یک واحد نمره بر حسب انحراف معیار به خودافشاگری

جدول ۴. تحلیل رگرسیون جهت پیش‌بینی اضطراب اجتماعی بر مبنای مؤلفه‌های سرمایه‌ی روان‌شناختی

گام‌ها	متغیر	B	SE	β	T	R	R ²	P
گام اول	خودکارآمدی	-۰/۳۰۳	۰/۰۷	-۰/۲۵	-۳/۹۶	۰/۲۵۷	۰/۰۶	۰/۰۰۱
	خودکارآمدی	-۰/۲۷	۰/۰۷	-۰/۲۳	-۳/۵۸	۰/۳۱۱	۰/۰۹	۰/۰۰۱
گام دوم	خوش‌بینی	-۰/۱۷	۰/۰۶	-۰/۱۷	-۲/۷۶			۰/۰۰۶
	خودکارآمدی	-۰/۲۶	۰/۰۷	-۰/۲۲	-۳/۵۶	۰/۳۴۰	۰/۱۱	۰/۰۰۱
گام سوم	خوش‌بینی	-۰/۱۶	۰/۰۶	-۰/۱۷	-۲/۷۰			۰/۰۰۷
	تاب‌آوری	-۰/۱۲	۰/۰۵	-۰/۱۳	-۲/۱۵			۰/۰۳

شود و از شکل‌گیری ترس از رفتار خجالت‌آور و تحقیرآمیز در حضور دیگران جلوگیری نماید (نریمانی، تقی زاده هیر و نریمانی، ۱۴۰۱). از سوی دیگر، افشاگری هیجانی در خصوص هیجانات منفی می‌تواند به عنوان عاملی پیشگیرانه در بروز اختلالات روانی مانند اضطراب اجتماعی تلقی شود؛ چراکه افشاسازی این هیجانات می‌تواند زمینه‌ساز دریافت خدمات روانشناختی حرفه‌ای گردد. همچنین، نتایج پژوهش حاضر نشان داد ابعاد سرمایه‌ی اجتماعی شامل خودکارآمدی، تاب‌آوری و خوش‌بینی قادر به پیش‌بینی اضطراب اجتماعی دانش‌آموزان بودند. این نتایج همسو با یافته‌های پژوهش فتحی و طالب‌زاده شوشتری (۱۳۹۶) است. در تبیین این رابطه می‌توان گفت مؤلفه‌های سرمایه‌ی روانشناختی مانند خودکارآمدی، خوش‌بینی و تاب‌آوری می‌تواند نگرش فرد در زمینه‌ی عملکرد در موقعیت‌های اجتماعی را تغییر دهد و احساس کارایی را در فرد ایجاد نماید. خودکارآمدی شامل باور فرد در مورد توانایی‌هایش است (بندورا و شاک، ۲۰۰۴)؛ حال آنکه یک ویژگی اضطراب اجتماعی، ترس از آن است که فرد در موقعیت اجتماعی به صورت شرم‌آور رفتار نماید (گنجی، ۱۳۹۴). بر این اساس، می‌توان گفت افرادی که به توانمندی خود باور دارند می‌دانند که قادر به مدیریت موقعیت‌های اجتماعی چالش‌آفرین به شیوه‌ی کارآمد و مثبت هستند. از سوی دیگر، خوش‌بینی یک پیش‌آمدگی عاطفی و شناختی در خصوص اتفاقات خوب و مثبت در زندگی است (کارر و شیور، ۲۰۰۳). بنابراین، افراد خوش‌بین کمتر درگیر هیجان‌ها و باورهای منفی نظیر ناتوانی در رفتار اجتماعی مناسب و اضطراب ناشی از آن می‌شوند. این افراد ارتباط اجتماعی بیشتری برقرار می‌کنند و سازگاری اجتماعی بالاتری دارند. این رفتارها و ویژگی‌ها بصورت معکوس در افراد دارای اضطراب اجتماعی وجود دارد؛ بنابراین، بنظر می‌رسد خوش‌بینی پیش‌بینی‌کننده‌ی منفی اضطراب اجتماعی باشد. از سوی

نتایج جدول ۴ نشان می‌دهد که در سه گام، خودکارآمدی ($p < 0.000$ و $t = -3.96$)، خوش‌بینی ($p < 0.000$ و $t = -2.76$) و تاب‌آوری ($p < 0.000$ و $t = -2.15$) پیش‌بینی‌کننده‌ی اضطراب اجتماعی بوده‌اند. ضریب بتا نشان داده که با افزایش یک واحد نمره برحسب انحراف معیار به خودکارآمدی در گام اول، دوم و سوم، به ترتیب به میزان ۰/۲۵، ۰/۲۳ و ۰/۲۲ واحد نمره از اضطراب اجتماعی کاسته می‌شود. در گام دوم و سوم با اضافه شدن یک واحد نمره بر حسب انحراف معیار به خوش‌بینی، به میزان ۰/۱۷ و ۰/۱۷ واحد نمره بر حسب انحراف معیار از اضطراب اجتماعی کاسته می‌شود و در گام سوم با اضافه شدن یک واحد نمره بر حسب انحراف معیار به تاب‌آوری، به میزان ۰/۱۳ واحد نمره برحسب انحراف معیار از اضطراب اجتماعی کاسته می‌شود.

بحث و نتیجه‌گیری

هدف پژوهش حاضر پیش‌بینی اضطراب اجتماعی بر اساس سرمایه‌ی روان‌شناختی و خودافشاگری هیجانی در دانش‌آموزان مقطع متوسطه‌ی دوم شهر لردگان بود. نتایج این پژوهش نشان داد خودافشاگری هیجانی در زمینه‌ی اضطراب و افسردگی قادر به پیش‌بینی اضطراب اجتماعی دانش‌آموزان است. این نتایج با نتایج پژوهش احمدیگی (۱۳۹۴) همسو است. در تبیین نتیجه‌ی بدست‌آمده باید گفت خودافشاگری عاطفی شامل فراهم آوردن مهر، عطف و توجه دیگران و قوت گرفتن از آنهاست که منجر به احساس ارزشمندی و مورد توجه قرار گرفتن می‌شود (گابل، ریس، ایمپت، آشر، ۲۰۰۴). در واقع، خود افشاسازی منجر به رشد و تسهیل ادراک متقابل و حمایت متقابل می‌شود (میکولینسر و ناچشون، ۱۹۹۱). حمایت اجتماعی ادراک‌شده در جریان خود افشاسازی مانع از شکل‌گیری ترس‌هایی در زمینه‌ی مورد تمسخر قرار گرفتن و تحقیر شدن می‌گردد؛ این در حالی است که افراد دارای اضطراب اجتماعی ترس‌های بسیار زیادی در این زمینه دارند. مطابق با این نظر، افشاگری هیجانی می‌تواند سبب دریافت بازخوردهای مثبت از جانب دیگران در زمینه‌ی توانایی عملکرد مناسب و معقول در موقعیت‌های اجتماعی

1. Gable, Reis, Impett & Asher
2. Mikulincer & Nachshon
3. Bandura & Schunk
4. Carver, Scheier

روان‌شناسی مدرسه و آموزشگاه

<https://www.virascience.com/thesis/840997>

بهداری خسروشاهی، ج.، حبیبی کلیر، ر. (۱۳۹۵). تأثیر آموزش مبتنی بر پذیرش و تعهد بر معناداری زندگی و خودافشایی هیجانی در مادران دارای فرزند کم توان ذهنی. *روانشناسی افراد استثنایی*، ۶(۲۳)، ۸۳-۱۰۵. [Doi:10.22054/jpe.2016.7368]

خزایی، ف.، شعیری، م.، عطری فرد، م.، جلالی، م.، حیدری نسب، ل. (۱۳۹۴). پرسشنامه‌ی هراس اجتماعی در نوجوانان: ساختار عاملی اکتشافی و تأییدی. *روانشناسی بالینی و شخصیت*، ۱۳(۱۲)، ۱۲۱-۱۳۲. https://cpap.shahed.ac.ir/article_2735.html

دهقان‌نژاد، س.، حاج حسینی، م.، اژه‌ای، ج. (۱۳۹۶). اثربخشی آموزش مهارت‌های مثبت اندیشی بر سازگاری اجتماعی و سرمایه‌ی روانشناختی دختران نوجوان ناسازگار. *مجله روان‌شناسی مدرسه*، ۶(۱)، ۴۸-۶۵. [Doi:10.22098/jsp.2017.537]

سعادت‌ی شامیر، ا.، غلامی، ف. (۱۳۹۳). تعیین ساختار عاملی مقیاس خودافشایی هیجانی در دانشجویان متأهل. *فصلنامه‌ی علمی پژوهش‌های یاددهی و یادگیری (پژوهشنامه‌ی تربیتی سابق)*. سال دهم، ۴۱، ۵۹-۷۶. <https://sanad.iau.ir/Journal/educ/Article/941458>

عزتی بابی، مریم؛ نریمانی، محمد؛ میکائیلی، نیلوفر و آقاجانی، سیف‌اله. (۱۴۰۳). اثربخشی آموزش تنظیم هیجانی بر بهبود خودکنترلی و اضطراب اجتماعی در دانش‌آموزان مبتلا به ناتوانی یادگیری. *مجله ناتوانی‌های یادگیری*، ۱۳(۳)، ۴۴-۵۷. [Doi:10.22098/jld.2024.14385.2141]

فتحی آشتیانی، علی. (۱۳۸۸). *آزمون‌های روان‌شناختی، ارزشیابی شخصیت و سلامت روان*. تهران: انتشارات بعثت. فتحی، ل.، طالب‌زاده شوشتری، م. (۱۳۹۶). بررسی رابطه‌ی سرمایه روان‌شناختی، رضایت شغلی و اضطراب اجتماعی با اعتماد سازمانی کارکنان شرکت ملی حفاری ایران. *مجله روان‌شناسی اجتماعی*. سال یازدهم، شماره ۴۲، ۱۳-۲۱.

<https://sanad.iau.ir/Journal/psychology/Article/924357>
گنجی، مهدی. (۱۳۹۸). *آسیب‌شناسی روانی بر اساس DSM-5*. تهران: انتشارات ساوالان.

نریمانی، محمد؛ تقی‌زاده هیر، سارا و نریمانی، آذین (۱۴۰۱). اثربخشی برنامه توانبخشی شناختی آرام بر بهبود حافظه کاری و توجه کودکان مبتلا به اختلالات یادگیری. *فصلنامه ناتوانی‌های یادگیری*، ۱۲(۱)، ۸۵-۹۷. [Doi:10.22098/jld.2022.11688.2046]

دیگر، افراد تاب‌آور نیز از موقعیت‌های اجتماعی چالش‌برانگیز اجتناب نمی‌کنند و با نشخوار فکری عدم توانایی و طرد از سوی دیگران یا انجام رفتارهای شرم‌آور روبه‌رو نیستند (احسان و دسیلوا، ۲۰۱۵)؛ چرا که این افراد می‌دانند بعد از رویارویی با چالش‌ها، می‌توانند دوباره به فعالیت سازنده‌ی خود بازگردند. پژوهش حاضر با محدودیت‌هایی روبه‌رو بوده است که از آن جمله می‌توان به محدود بودن مکان پژوهش به شهر لردگان و مقطع تحصیلی متوسطه‌ی دوم، کمبود پژوهش داخلی و خارجی پیرامون خودافشاگری هیجانی در نوجوانان و محدودیت در تعمیم نتایج به جمعیت بالینی اشاره کرد. با توجه به یافته‌های پژوهش، پیشنهاد می‌شود مشاوران مدارس با بهره‌گیری از نتایج پژوهش حاضر جلساتی را با هدف آموزش ابراز هیجان و افزایش سرمایه‌ی روانشناختی در دانش‌آموزان برگزار نمایند.

ملاحظات اخلاقی

پیروی از اصول اخلاق پژوهش

اصول اخلاقی تماماً در این پژوهش رعایت شده است. شرکت‌کنندگان اجازه داشتند هر زمان که مایل بودند از پژوهش خارج شوند. همچنین، همه‌ی شرکت‌کنندگان در جریان روند پژوهش بودند. اطلاعات آن‌ها محرمانه نگه داشته شد.

حامی مالی

این پژوهش هیچ‌گونه کمک مالی از سازمان‌های تأمین مالی در بخش‌های عمومی، تجاری یا غیرانتفاعی دریافت نکرده است.

مشارکت نویسندگان

تمام نویسندگان در طراحی، اجرا و نگارش همه بخش‌های پژوهش حاضر مشارکت داشتند.

تعارض منافع

بنابر اظهار نویسندگان، این مقاله تعارض منافع ندارد.

منابع

احمدیگی، ن. (۱۳۹۴). نقش ابرازگری عاطفی و خودافشایی در اضطراب اجتماعی با توجه به نقش میانجی بد تنظیمی هیجانی. *پایان‌نامه کارشناسی ارشد*، دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی، دانشگاه تبریز.

References:

- American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, Fifth Edition*. Arlington, VA, American Psychiatric Association. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3777342/>
- Ahmad Beygi, N. (2015). *The role of emotional expressiveness and self-disclosure in social anxiety with regard to the mediating role of emotional dysregulation*. M.Sc. Thesis, Faculty of Psychology & Educational Sciences, Tabriz University, Tabriz. (Persian) <https://www.virascience.com/thesis/840997>
- Bagheri, M., Zarei, A., & Ashraf Ganjoui, F. (2021). The impact of personality traits and psychological capital on sports commitment (Case Study: Ministry of Sports and Youth Staff). *Sport Psychology Studies*, 9(34), 103-122. [Doi: 10.22089/spsyj.2020.8959.1969]
- Bahadri Khosrowshahi, J., & Habibi Kaliber, R. (2016). The effectiveness of acceptance and commitment based training on the meaningfulness of life and emotional self-disclosure among mothers of children with intellectual disability. *Psychology of Exceptional Individuals*, 6(23), 83-105. (Persian) [Doi:10.22054/jpe.2016.7368]
- Bandura, A., & Schunk, D. H. (1981). Cultivating competence, self-efficacy, and intrinsic interest through proximal self-motivation. *Journal of Personality and Social Psychology*, 41(3), 586-598. [Doi: 10.1037/0022-3514.41.3.586]
- Bittner, A., Egger, H. L., Erkanli, A., Jane Costello, E., Foley, D. L., & Angold, A. (2007). What do childhood anxiety disorders predict?. *Journal of child psychology and psychiatry, and allied disciplines*, 48(12), 1174-1183. [Doi: 10.1111/j.1469-7610.2007.01812.x]
- Bian, M., Leung, L. (2015). Linking loneliness, shyness, smartphone addiction symptoms, and patterns of smartphone use to social capital. *Social Science Computer Review*, 33(1), 61-79. [Doi: 10.1177/08944393145287]
- Blumenthal, H., Taylor, D.J., Cloutier, R.M., Baxley, C., Lasslett, H. (2019). The links between social anxiety disorder, insomnia symptoms, and alcohol use disorders: Findings from a large sample of adolescents in the United States. *Behavior Therapy*, 50(1), 50-59. [Doi:10.1016/j.beth.2018.03.010]
- Bruijnen, C., Young, S.Y., Marx, M., Seedat, S. (2019). Social anxiety disorder and childhood trauma in the context of anxiety (behavioral inhibition), impulsivity (behavioral activation) and quality of life. *South African Journal of Psychiatry*, 25, 1-7. [Doi:10.4102/sajpsychiatry.v25i0.1189]
- Carver, C. S., & Scheier, M. F. (2003). Three human strengths. In L. G. Aspinwall & U. M. Staudinger (Eds.), *A psychology of human strengths: Fundamental questions and future directions for a positive psychology* (pp. 87-102). American Psychological Association. [Doi:10.1037/10566-007]
- Cavus, M. F., & Gokcen, A. (2014). Psychological capital: Definition, components and effects. *Journal of Education, Society and Behavioural Science*, 5(3), 244-255. [Doi: 10.9734/BJESBS/2015/12574]
- Connor, K. M., Davidson, J. R., Churchill, L. E., Sherwood, A., Foa, E., & Weisler, R. H. (2000). Psychometric properties of the Social Phobia Inventory (SPIN). New self-rating scale. *The British Journal of Psychiatry: the Journal of Mental Science*, 176, 379-386. [Doi:10.1192/bjp.176.4.379]
- Cunha, M., Gouveia, J.P., Salvador, M.C. (2008). Social fears in adolescence: The social anxiety and avoidance scale for adolescents. *European Psychologist*, 13(3), 197-213. [Doi: 10.1027/1016-9040.13.3.197]
- Dehghannezhad, S., Hajhosseini, M., & Ejei, J. (2017). Effectiveness of positive thinking skill training on social maladjusted adolescent girls' social adjustment and psychological capital. *Journal of School Psychology*, 6(1), 49-67. (Persian) . [Doi:10.22098/jsp.2017.537]
- Ehsan, A.M, & De Silva, M.J. (2015). Social capital and common mental disorder: A systematic review. *Journal of epidemiology and community health*, 69(10), 1021-1028. [Doi: 10.1136/jech-2015-205868]
- Ezzatibabi, M., Narimani, M., Mikaeili, N., & Aghajani, A. (2024). The effectiveness of emotional regulation training on improving self-control and social anxiety in students with learning disabilities. *Journal of Learning Disabilities*, 13(3), 44-57. (Persian) [Doi:10.22098/jld.2024.14385.2141]
- Fathi Ashtiani, A. (2009). *Psychological tests, personality assessment and mental health*. Tehran: be'athat Publications. (Persian)
- Ganji, M. (2019). *Psychopathology based on DSM-5*. Tehran: Savalan Publishing. (Persian)
- Fathi, L., & Talebzadehshoshtari, M. (2017). The relationship between psychological capital, job satisfaction and social anxiety with organizational trust in the employees of National Iranian Drilling Company. *Journal of Social Psychology*, 42, 13-21. (Persian) <https://sanad.iau.ir/Journal/psychology/Article/924357>
- Gable, S. L., Reis, H. T., Impett, E., & Asher, E. R. (2004). What do you do when things go right? The intrapersonal and interpersonal benefits of sharing positive events. *Journal of Personality and Social Psychology*, 87(2), 228-245. [Doi:10.1037/0022-3514.87.2.228]
- Garcia-Lopez, L.J., Bonilla, N., Muela-Martinez, J.A. (2016). Considering comorbidity in adolescents with social anxiety disorder, *Psychiatry Investigation*, 13(5), 574-576. [Doi:10.4306/pi.2016.13.5.574]
- Khazaei, F., Shairi, M., Atarifard, M., Jalali, M. & Heydari Nasab, L. (2014). Social anxiety questionnaire in adolescents: exploratory and confirmatory factor structure. *Clinical Psychology and Personality*, 22(12), 121-132. (Persian) https://cpap.shahed.ac.ir/article_2735.html
- Krejcie, R. V., & Morgan, D. W. (1970). Determining sample size for research activities. *Educational and Psychological Measurement*, 30(3), 607-610. <https://psycnet.apa.org/record/1971-03263-001>
- Lijster, J.M., Dieleman, G.C., Utens, E.M.W., Direckx, B., Wierengta, M. et al. (2019). Social and academic functioning in adolescents with anxiety disorders: A systematic review. *Journal of Affective Disorders*, 230(1), 108-117. [Doi: 10.1016/j.jad.2018.01.008]

- Luthans, F., Avolio, B.J., Avey, J.B., Norman, S.M. (2007). Positive psychological capital: measurement and relationship with performance and satisfaction. *Personnel Psychology*, 60(3), 541-72. [Doi:10.1111/j.1744-6570.2007.00083.x]
- Luthans, F., Avey, J. B., Avolio, B. J., & Peterson, S. J. (2010). The development and resulting performance impact of positive psychological capital. *Human Resource Development Quarterly*, 21(1), 41-67. [Doi: 10.1002/hrdq.20034]
- Mikulincer, M., & Nachshon, O. (1991). Attachment styles and patterns of self-disclosure. *Journal of Personality and Social Psychology*, 61(2), 321-331. [Doi:10.1037/0022-3514.61.2.321]
- Mishra, P., & Kiran, U.V. (2018). Parenting style and social anxiety among adolescents. *International Journal Applied Home Science*, 5 (1), 117-123.
- Narimani, M., Taghizadeh hir, S., & Narimani, A. (2022). Effectiveness of ARAM Cognitive Rehabilitation Package on Improvement of Working Memory and Attention in Children with Learning Disabilities. *Journal of Learning Disabilities*, 12(1), 85-97. (Persian) [Doi:10.22098/jld.2022.11688.2046]
- Oranye, N., Ezeah, E., Ahmad, N. (2017). Elements of social capital and academic performance of undergraduate students. *Social Indicators Research*, 131(1); 305-319. [Doi:10.1007/s11205-016-1249-x]
- Petty, S. (2017). *The association of high social anxiety and perceived responsiveness with self-disclosure*. A Thesis Submitted to the Faculty of Graduate Studies. In Partial Fulfillment of the Requirement for the Degree of Master of Arts. Department of University of Manitoba Winnipeg, Manitoba. <http://hdl.handle.net/1993/32577>
- Saadati Shamir, A., Gholami, F. (2013). Determining the factor structure of emotional self-disclosure scale in married students. *Educational Research Quarterly*. 10 (41), 59-76. (Persian) <https://sanad.iau.ir/Journal/educ/Article/941458>
- Sackl-Pammer, P., Jahn, R., Özlü-Erkilic, Z., Pollak, E., Ohmann, S. et al. (2019). Social anxiety disorder and emotion regulation problems in adolescents. *Child and Adolescent Psychiatry and Mental Health*, 13(37), 1-12. [Doi: 10.1186/s13034-019-0297-9]
- Snell, W. E., Miller, R. S., & Belk, S. S. (1988). Development of the emotional self-disclosure scale. *Sex Roles: A Journal of Research*, 18(1-2), 59-73. [Doi:10.1007/BF00288017]
- William, K.E., Chambless, D.L., Ahrens, A. (1997). Are emotions frightening? An extension of the fear concept. *Behavior Research and Therapy*, 35(3), 239-284. [Doi: 10.1016/s0005-7967(96)00098-8]
- Yousefi, M., Fattah Andabil, A., & Mashayekh, M. (2021). Predicting vulnerability to stress based on psychological capitals and personality traits in the treatment staff of Corona. *International Journal of Innovation Management and Organizational Behavior*, 1(4), 15-24. [Doi: 10.61838/kman.ijimob.1.4.2]