

تاریخ دریافت: ۹۹/۱۰/۱۹

فصلنامه مدیریت و چشم انداز آموزش

تاریخ پذیرش: ۱۴۰۰/۰۶/۰۸

دوره ۳ شماره ۲، تابستان ۱۴۰۰ (پیاپی ۸)



Journal of Management and  
educational perspective, Summer 2021

Received: Friday, January 8  
Accepted: Monday, August 30

## **The relationship between shyness and students' social anxiety using the mediating role of perceived fear of failure and stress**

Sima Alizadeh<sup>۱</sup>

### ***Extended Abstract***

#### ***Abstract***

The aim of this study was to investigate the mediating role of fear of failure and perceived stress in the relationship between shyness and social anxiety of Payame Noor University students in Marand branch. The research method is essentially descriptive-correlative. The statistical population of the study consists of 6433 students of Payame Noor University, Marand Branch. The sample size of the study was 165 people by cluster random sampling. Cheek and Briggs (1990) Shyness Questionnaire, Cohen et al. (1983) Perceived Stress Questionnaire, Conroy Fear of Failure (2001) and Ilina (1996) Social Anxiety Questionnaire were used to collect data. Its authenticity was confirmed by the supervisor and academic experts and its reliability was also confirmed by Cronbach's alpha coefficient test. In order to

---

<sup>۱</sup> Ph.D. Student, Distance Education Planning, Payame Noor University, Tehran, Iran  
alizadeh870@gmail.com

analyze the data, the structural equation technique was used using Lisrel statistical software and Spss statistical software. Findings show that students with high perceived stress due to extreme self-assessment of their performance and that their main focus is on the negative aspects of events that happen to them are more likely to develop shyness. Due to high fear of not Acceptance and fear of being criticized by others, these people experience more shyness than people with low self-criticism.

### **Introduction**

Excessive fear, anxiety, and abnormal behaviors associated with these symptoms are common and main features of anxiety disorders. In the absence of danger or despite the insignificant danger, the person in these disorders feels that there is a great danger lurking, so it is strongly aroused physiologically and emotionally (Akrami, Nazhvani Shirvani, Zamani, 2020). Perceived stress is one of the major problems of human society and a great number of people are struggling with it. Stress seems to be an essential component and an inevitable result of human interaction with the environment. Stress involves the physical, mental, and emotional reactions that are experienced as a result of changes and needs in a person's life. Changes can be large or small. People respond differently to life changes. Positive stress can be a motivator, while negative stress can occur when these changes and needs fail. Perceived stress is a psychological state or process in which a person perceives his or her physical and psychological well-being as threatening. In other words, perceived stress is a person's perceived abilities and reassurance in the face of environmental demands. Stresses related to education has a greater impact on students' stress levels than stressors related to emotional and health relationships (Talebzadeh, Shahreiri, 2019). Social anxiety disorder is an extreme or unusual fear of situations in which a person's behavior or performance may be examined or evaluated by others. Social anxiety is a distressing or stressful feeling that is difficult to describe and control and that one experiences when one is in a social situation. People with social anxiety disorder have many psycho-social problems and this disorder has negative effects on their social, educational, occupational and mental performance (Haghighayegh, Mosavi, 2019). Shyness is a painful



feeling that is associated with many psychological problems, including aggression, depression, physical disorder, anxiety, obsessive-compulsive disorder, interpersonal sensitivity, personality disorders, drug use, post-traumatic stress disorder, and low self-esteem. Gilbert and Tanji (1998), edited by Gilbert and Miles, 2000) argue that the experience of criticism, understanding social status, and blame styles play an important role in shyness and social anxiety. They also believe that criticism and social setbacks can lead to feelings of shyness, especially if the person being criticized believes the criticism is correct and realizes that its undesirable and unattractive aspects have been observed by others (Doost Mohammadi, 2020). Higher education organizations such as Payame Noor University of, Marand Branch are one of the most important and key organizations in training knowledge-based human resources. Therefore, it is very important to pay attention to the correct category of education and keep students from the existing margins that cause damage to their educational process. Given that shyness is very common in today's societies, especially among adolescents and young people, so paying attention to this category and controlling it is very important. According to the contents of this study, an attempt is made to answer the question of whether fear of failure and perceived stress play a mediating role in the relationship between shyness and social anxiety of students of Payame Noor University, Marand Branch?

### **Theoretical framework**

Educational technology is the analysis of learning problems and methods and the design, development, implementation, evaluation and management of educational and non-educational processes and resources to improve learning and performance in various educational centers, special training environments and job centers. Using technology for education is a way that higher education organizations such as Payame Noor University, Marand Branch is one of the most important and key organizations in training knowledge-based human resources. Therefore, it is very important to pay attention to the correct category of education and keep students from the existing margins that cause damage to their educational process. Given that shyness is very common in today's societies, especially among adolescents and young

people, paying attention to this category and controlling it is very important. Reese's (2011) research showed that shyness has a mediating effect between self-criticism on variables based on social support, positive and negative life events, and satisfaction in close relationships, and in turn, provides the conditions to help contribute to the symptoms of depression.

### **Methodology**

The present study was a descriptive correlative study. The statistical population of this study consists of 6433 students of Payame Noor University, Marand Branch. In the end, 163 responses were selected as the final sample size. The method of sampling is cluster random. To collect data related to the shyness variable, the Check and Brigger Questionnaire, Cohen et al. (1983) Questionnaire of Assessing Fear of Failure in Conroy Performance (2001) and Ilina (1996) Social Anxiety Questionnaire has been used.. Descriptive statistics (frequency, percentage, mean and standard deviation) was accomplished by SPSS 22 software, and to test the research hypotheses, first Kolmogorov-Smirnov test was used to check the normality of the research data distribution and then the structural equation technique by LISREL statistical software was used.

### **Discussion and Results**

"t-value" is used to evaluate the significance of the relationship between variables. Since significance is checked at the error level of 0.05, if the amount of observed factor loads is calculated by t-value test is less than 1.96, the relationship is not significant and will be displayed in red in LISREL software. The standard factor load of confirmatory factor analysis to measure the strength of the relationship between each factor (hidden variable) and its visible variables (questionnaire items) in all cases is greater than 0.3. Therefore, the operating structure of the questionnaire will be confirmed.

The standard factor load of confirmatory factor analysis to measure the strength of the relationship between each factor (hidden variable) and its visible variables (questionnaire items) in all cases is greater than 0.3. Therefore, the operating structure of the questionnaire will be confirmed. After calculating the standard operating load, a significant test should be performed. Based on the results observed in Figure (2),



the factor load of t-statistic of the measurement indices of each of the studied dimensions at the 5% confidence level is greater than 1.96. The standard factor load of confirmatory factor analysis to measure the strength of the relationship between each factor (hidden variable) and its visible variables (questionnaire items) in all cases is greater than 0.3. Therefore, the operating structure of the questionnaire will be confirmed.

The standard factor load of confirmatory factor analysis to measure the strength of the relationship between each factor (hidden variable) and its visible variables (questionnaire items) in all cases is greater than 0.3. Therefore, the operating structure of the questionnaire will be confirmed. In order to investigate the mediating effect of fear of failure and perceived stress in the hypothesis in question, the direct effect of two structures with indirect effect in the case of mediating variables should be examined so that if the effect increases, the mediating effect can be considered acceptable. In the present hypothesis, the direct effect is 0.33. The indirect effect in the presence of the mediating variable of fear of failure is:  $0.63 \times 0.67 = 0.422$

Indirect effect in the presence of the mediating variable of perceived stress is:  $0.59 \times 0.64 = 0.377$

Due to the fact that the direct path effect is less than the indirect path, so the existence of mediating variables increases the fear of failure and perceived stress and the mediating role in the present hypothesis is confirmed.

### **Conclusion**

The research hypothesis assesses the mediating role of fear of failure and perceived stress in the relationship between shyness and social anxiety of students of Payame Noor University, Marand Branch. In the present hypothesis, the direct effect is 0.33. Due to the fact that the direct path effect is less than the indirect path, so the existence of a mediating variable increases the fear of failure and perceived stress and the mediating role in the present hypothesis is confirmed. The results of the research hypothesis test are consistent and supported by the research findings of (Doost Mohammadi, 2020., Samadi, et al. , 2018., Pirfalak, 2018., Ran & et al, 2018). The hypothesis test results explain that students

with high perceived stress are more likely to develop shyness due to extreme self-assessment of their performance and that their main focus is on the negative aspects of what is happening to them. , Due to high fear of rejection and fear of being criticized by others, these people experience more shyness than people with low self-criticism. On the other hand, the fear of failure in affairs makes the person worry about losing the reputation of his friends, and this in turn will cause him to withdraw from the group of friends. Finally, given that reducing social anxiety can increase a person's ability to communicate well with others and reduce anxiety in social situations, social inhibitions, or interpersonal behaviors due to concerns about interpersonal evaluation; it can play a role in reducing shyness and its components.

**Keywords :** Fear of failure, Perceived stress, Shyness, Social anxiety



## رابطه میان کمرویی و اضطراب اجتماعی دانشجویان با استفاده از نقش میانجی ترس از شکست و استرس ادراک شده

سیما علیزاده<sup>۱</sup>

### چکیده

هدف تحقیق حاضر، بررسی نقش میانجی ترس از شکست و استرس ادراک شده در رابطه میان کمرویی و اضطراب اجتماعی دانشجویان دانشگاه پیام نور واحد مرند بوده است. روش تحقیق به لحاظ ماهیت، توصیفی-همبستگی است. جامعه آماری تحقیق را دانشجویان دانشگاه پیام نور واحد مرند به تعداد ۶۴۳۳ نفر تشکیل می دهند. حجم نمونه تحقیق با روش نمونه گیری تصادفی خوشه ای ۱۶۵ نفر به دست آمد. جهت گردآوری داده ها از پرسش نامه های کمرویی چیک و بریگز (۱۹۹۰)، استرس ادراک شده کوهن و همکاران (۱۹۸۳)، ترس از شکست کانروی (۲۰۰۱) و اضطراب اجتماعی ایلینا (۱۹۹۶) استفاده گردید که روایی آن ها توسط استاد راهنما و صاحب نظران دانشگاهی مورد تأیید قرار گرفت و پایایی آن ها نیز از طریق آزمون ضریب آلفای کرونباخ مورد تأیید قرار گرفت. به منظور تحلیل داده ها از تکنیک معادلات ساختاری با استفاده از نرم افزار آماری **Lisrel** و نیز نرم افزار آماری **Spss** استفاده شد. یافته های تحقیق نشان داد دانشجویان دارای استرس ادراک شده بالا به دلیل خودارزیابی افراطی از عملکردشان و اینکه تمرکز اصلی آن ها بر جنبه های منفی وقایعی است که برایشان اتفاق می افتد احتمال ابتلا به کمرویی بالایی دارند، این افراد به علت ترس بالا از عدم پذیرش و ترس از موردانتقاد قرار گرفتن از سوی دیگران کمرویی بیشتری را نسبت به افراد با خود انتقادی پایین تجربه می کنند.

**واژه های کلیدی:** ترس از شکست، استرس ادراک شده، کمرویی، اضطراب اجتماعی.

---

۱. دانش آموخته دکتری، گروه مدیریت آموزشی، دانشگاه پیام نور، تهران، ایران. [alizadeh870@gmail.com](mailto:alizadeh870@gmail.com)

## مقدمه

ترس بیش از اندازه، اضطراب و رفتارهای نابهنجار مرتبط با این علائم، ویژگی اصلی و مشترک اختلالات اضطرابی است. در این اختلالات، فرد بدون وجود خطر یا با وجود خطری کم اهمیت، احساس می کند خطر بزرگی در کمین اوست، به همین خاطر از نظر فیزیولوژیک و هیجانی شدیداً برانگیخته می شود (Akrami, Nazhvani Shirvani, Zamani, 2020). استرس ادراک شده یکی از عمده ترین مشکلات جامعه بشری است و تعداد زیادی از انسان ها با آن دست به گریبان هستند. به نظر می رسد استرس جزء ضروری و نتیجه اجتناب ناپذیر تعامل انسان با محیط است. استرس واکنش های فیزیکی، ذهنی و عاطفی را در برمی گیرد که در نتیجه تغییرات و نیازهای زندگی فرد، تجربه می شوند. تغییرات می توانند بزرگ یا کوچک باشند. پاسخ افراد به تغییرات زندگی متفاوت است. استرس مثبت می تواند یک انگیزش دهنده باشد در حالی که استرس منفی می تواند در زمانی که این تغییرات و نیازها، فرد را شکست می دهند، ایجاد شود. استرس ادراک شده حالت یا فرآیندی روان شناختی است که طی آن فرد بهزیستی جسمی و روان شناختی خود را تهدیدآمیز ادراک می کند. به عبارت دیگر استرس ادراک شده توانایی ها و اطمینان خاطر ادراک شده فرد در مواجهه با درخواست های محیطی است. استرس هایی که با تحصیل ارتباط دارند نسبت به استرس های مرتبط با روابط عاطفی و سلامتی بر سطوح استرس دانشجویان تأثیر بیشتری می گذارند (Talebzadeh, Shahreiri, 2019).

اضطراب اجتماعی اختلالی رایج و ناتوان کننده است که تأثیرات منفی زیادی بر بسیاری از حوزه های زندگی، به ویژه تجارب تحصیلی بر جای می گذارد. اضطراب اجتماعی ناشی از پیش بینی یا وجود ارزیابی های بین فردی در موقعیت های اجتماعی واقعی یا فرضی است که با تجربه استرس، پریشانی و ترس در موقعیت های اجتماعی مشخص می شود. این اختلال سومین اختلال روانی شایع، بعد از افسردگی و سوء مصرف الکل است. این اختلال با ترس یا اضطراب محسوس در مورد یک یا چند موقعیت اجتماعی که در آن ها فرد با احتمال بررسی





دقیق دیگران مواجه شود، مشخص می‌شود. سن متوسط هنگام شروع اختلال اضطراب اجتماعی در ایالات متحده ۱۳ سالگی است و ۷۵ درصد افراد، سن شروع ۸ تا ۱۵ سال دارند (Naderzadeh, Salehi, Jafari Roshan, Koochak Entezar, 2019). اختلال اضطراب اجتماعی ترس افراطی یا غیرمعمول از موقعیت‌هایی است که رفتار یا عملکرد فرد ممکن است مورد واریسی یا ارزیابی دیگران قرار بگیرد. اضطراب اجتماعی یک احساس ناراحت‌کننده یا فشاری است که توصیف و کنترل آن دشوار بوده و فرد هنگام قرار گرفتن در یک موقعیت اجتماعی آن را تجربه می‌کند. مبتلایان به اختلال اضطراب اجتماعی، مشکلات روانی - اجتماعی بسیاری داشته و این اختلال اثرات منفی بر عملکرد اجتماعی، تحصیلی، شغلی و سلامت روانی آن‌ها می‌گذارد (Haghayegh, Mosavi, 2019).

در ادبیات روان‌شناسی بالینی نقش کمرویی در همه طبقه‌های اصلی آسیب مرتبط با اختلال، شناسایی شده است. کمرویی به‌عنوان یک پدیده پیچیده و مرکب ذهنی، روانی و اجتماعی تعریف شده است که با اضطراب در موقعیت‌های اجتماعی، بازداری اجتماعی یا رفتارهای بین‌فردی ناشی از نگرانی درباره ارزیابی بین‌فردی مشخص می‌شود. اگرچه تعاریف متعددی از کمرویی ارائه شده است ولی کمرویی عموماً به‌عنوان ناراحتی و بازداری در غیاب افراد دیگر تعریف شده است (ArazGoldi, 2018). کمرویی احساس دردناکی است که با بسیاری از مشکلات روانی از جمله پرخاشگری، افسردگی، اختلال جسمی، اضطراب، اختلال وسواس، حساسیت بین فردی، اختلال‌های شخصیتی، مصرف مواد مخدر، اختلال استرس پس از سانحه و عزت‌نفس پایین، ارتباط دارد. تحقیقات ریس (۲۰۱۱) نشان داد که کمرویی یک اثر میانجی بین خود انتقاد در متغیرهای مبتنی بر حمایت اجتماعی، وقایع مثبت و منفی زندگی و رضایت در روابط نزدیک دارد و به‌نوبه خود، شرایطی را برای کمک به ایجاد علائم افسردگی فراهم می‌کند. گیلبرت و تانجی (۱۹۹۸)، برگرفته از گیلبرت و مایلز، (۲۰۰۰) معتقدند تجربه انتقاد، درک مرتبه اجتماعی و سبک‌های سرزنش، نقش مهمی در کمرویی و اضطراب اجتماعی ایفا می‌کنند. همچنین، آن‌ها بر این باورند که انتقاد و پسرفت اجتماعی می‌تواند به



احساس کمرویی منجر شود، به‌ویژه اگر شخص موردانتقاد معتقد باشد، انتقاد صحیح است و متوجه شود که جنبه‌های نامطلوب و غیرجذابش، توسط دیگران مشاهده شده است (Zarinkhah, Doost Mohammadi, 2020).

سازمان‌های آموزش عالی مانند دانشگاه پیام نور واحد مرند یکی از سازمان‌های مهم و کلیدی در تربیت نیروی انسانی دانش‌محور است. بدین لحاظ توجه به مقوله صحیح آموزش و حفظ دانشجویان از حاشیه‌های موجود که موجب لطمه‌زدن به روند تحصیلی آن‌ها است امری بسیار ضروری است. با توجه به اینکه کمرویی در جوامع امروزی و به‌خصوص میان نوجوانان و جوانان بسیار شایع است، لذا توجه به این مقوله و کنترل آن امری بسیار مهم جلوه می‌کند. با توجه به مطالب بیان‌شده در این پژوهش تلاش می‌شود تا به این سؤال پاسخ داده شود که آیا ترس از شکست و استرس ادراک‌شده در رابطه میان کمرویی و اضطراب اجتماعی دانشجویان دانشگاه پیام نور واحد مرند نقش میانجی دارند؟

### پیشینه پژوهش

زرین‌خواه و دوست‌محمدی (۲۰۲۰) در پژوهشی به بررسی رابطه بین خود انتقادی، شفقت خود و کمرویی با افسردگی در دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی سمنان پرداختند. ایشان در این پژوهش به این نتیجه دست یافتند. ضرایب همبستگی ساده نشان داد که بین متغیرهای خود انتقادی با افسردگی و کمرویی با افسردگی رابطه مثبت و معنی‌دار بین متغیر شفقت خود با افسردگی رابطه منفی و معنی‌دار وجود دارد. تحلیل رگرسیون چندمتغیری نیز معلوم کرد متغیرهای پیش‌بین خود انتقادی، شفقت خود و کمرویی پیش‌بین‌های معنادار افسردگی هستند. به‌طورکلی می‌توان بیان کرد که در میان افراد درگیر رابطه نزدیک مانند دیگر افراد، خود انتقادی به‌عنوان یک ویژگی شخصیتی آسیب‌پذیر در برابر افسردگی با کمرویی و شفقت خود در ارتباط است (Zarinkhah, Doost Mohammadi, 2020).



پیرفلک (۲۰۱۸)، پژوهشی با عنوان «تأثیر آموزش مهارت جرئت‌ورزی بر اضطراب اجتماعی و کمرویی دانش‌آموزان» انجام داد. جامعه آماری شامل دانش‌آموزان پسر متوسطه دوم شهرستان نیمروز بودند. روش نمونه‌گیری تصادفی ساده بود. طرح پژوهش حاضر، آزمایشی از نوع پیش‌آزمون - پس‌آزمون با گروه گواه بود. نتایج پژوهش نشان داد که آموزش جرئت‌ورزی بر کاهش اضطراب اجتماعی دانش‌آموزان مؤثر است. آموزش جرئت‌ورزی بر کاهش مؤلفه‌های اضطراب اجتماعی شامل اجتناب اجتماعی و ارزیابی منفی دانش‌آموزان مؤثر بوده است. نتایج نشان داد آموزش جرئت‌ورزی بر کاهش کمرویی دانش‌آموزان مؤثر بوده است (Pirfalak, 2018).

ران و همکاران (۲۰۱۸)، پژوهشی با عنوان «بین کمرویی و اضطراب اجتماعی: نقش میانجی رفتار و اعتمادبه‌نفس» انجام دادند. جامعه آماری دانشجویان بین سنین ۱۸-۲۵ سال در دانشگاه‌های مراکش بودند. روش پژوهش توصیفی-همبستگی و روش نمونه‌گیری خوشه‌ای بود. نتایج پژوهش نشان داد کمرویی و اضطراب اجتماعی رابطه معناداری دارند و میزان مهار رفتار و اعتمادبه‌نفس در رابطه میان کمرویی و اضطراب اجتماعی نقش میانجی داشته‌اند (Ran, Zhang, Huang, 2018).

وندر وی (۲۰۱۸)، پژوهشی با عنوان رابطه هوش فردی و استرس ادراک‌شده انجام دادند. جامعه آماری شامل مدیران سازمان‌های خدماتی فرانسه می‌باشند. روش پژوهش پیمایشی و روش نمونه‌گیری خوشه‌ای است. نتایج پژوهش نشان داد میان ابعاد هوش فردی و استرس ادراک‌شده رابطه منفی و معناداری وجود دارد (van der Wee, 2018).

لی و همکاران (۲۰۱۸)، پژوهشی با عنوان مقایسه‌ای از استرس ادراک‌شده و کیفیت زندگی در میان دانشجویان کارشناسی ارشد داروسازی و غیرداروسازی انجام دادند. جامعه آماری شامل دانشجویان کارشناسی ارشد داروسازی و غیرداروسازی کشور چین می‌باشند. روش پژوهش توصیفی و روش نمونه‌گیری تصادفی ساده است. نتایج پژوهش نشان داد میان

استرس ادراک شده با کیفیت زندگی دانشجویان رابطه منفی و معناداری وجود دارد (Lee, Kim, Bae, Kim, Shin, Yoon, & Kim, 2018).

پوول و همکاران (۲۰۱۷)، پژوهشی با عنوان «بررسی ارتباط میان کمرویی و اضطراب اجتماعی: نقش جامعه‌شناسی» انجام دادند. جامعه آماری دانشجویان تحصیلات تکمیلی در کشور بلغارستان بودند. روش پژوهش توصیفی-مقطعی و روش نمونه‌گیری تصادفی بود. نتایج پژوهش نشان داد میان کمرویی و اضطراب اجتماعی دانشجویان رابطه مثبت و معناداری وجود دارد و دیدگاه جامعه‌شناختی در ارتباط میان دو متغیر فوق نقش تعدیل‌گر داشته است (Poole, Jetha, Schmidt, 2017).

چن (۲۰۱۷)، پژوهشی با عنوان «رابطه فرهنگ با کمرویی دانش‌آموزان» انجام دادند. جامعه آماری دانش‌آموزان مشغول به تحصیل در تایوان بودند. روش پژوهش توصیفی و روش نمونه‌گیری تصادفی ساده بود. نتایج پژوهش نشان داد میان سبک فرهنگی دانش‌آموزان و ابعاد آن با میزان کمرویی دانش‌آموزان رابطه مستقیمی داشته است و فرآیندهای اجتماعی در تأثیرگذاری این دو متغیر نقش تعدیل‌گر داشته‌اند (Chen, 2017).

پلیسولو و موخیبر (۲۰۱۶)، پژوهشی با عنوان «رابطه بین کمرویی و اضطراب اجتماعی» انجام دادند. جامعه آماری دانش‌آموزان پسر شهر وین بودند. روش پژوهش پیمایشی و روش نمونه‌گیری تصادفی طبقه‌ای بود. نتایج پژوهش نشان داد بین کمرویی و اضطراب اجتماعی دانش‌آموزان رابطه معناداری وجود دارد (Pelissolo & Moukheiber, 2016).

## روش شناسی پژوهش

با توجه به اینکه در پژوهش حاضر ارتباط بین متغیرهای ترس از شکست، استرس ادراک شده، کمرویی و اضطراب اجتماعی مورد مطالعه قرار گرفت، لذا پژوهش حاضر توصیفی از نوع همبستگی بود. جامعه آماری این پژوهش را دانشجویان دانشگاه پیام نور واحد مرند به تعداد ۶۴۳۳ نفر تشکیل می‌دهند. با توجه به حجم بالای جامعه آماری، محقق جامعه



آمارای خود را به دانشجویان کارشناسی در رشته روانشناسی و معماری محدود نمود. بدین ترتیب، محقق به طور تصادفی از هر رشته تحصیلی سه کلاس درس انتخاب نمود. بدین ترتیب جمعاً شش کلاس درس انتخاب شدند که حجم دانشجویان آنها ۱۶۵ نفر بوده است. لازم به ذکر است که تعداد ۲ دانشجو به سؤالات پاسخ ندادند که از مجموع سؤالات حذف شدند و در نهایت ۱۶۳ پاسخ به عنوان حجم نمونه نهایی انتخاب شد. روش نمونه گیری تصادفی خوشه‌ای است.

جهت گردآوری داده‌های مربوط به متغیر کمرویی از پرسش‌نامه چیک و بریگر استفاده شده است. این پرسش‌نامه ۱۴ سؤال داشته و هدف آن بررسی میزان کمرویی افراد از ابعاد مختلف (۱- کمبود قاطعیت و نداشتن اعتماد به نفس ۲- پریشانی و دوری‌گزینی اجتماعی ۳- گستره کمرویی در ارتباط با افراد ناآشنا) است. طیف نمره‌گذاری آن براساس طیف لیکرت پنج‌گزینه‌ای (کاملاً مخالفم = ۱ تا کاملاً موافقم = ۵) است. در این مقیاس دامنه نمره‌ها می‌تواند بین ۱۴ تا ۷۰ متغیر باشد، که نمره بالا بیانگر میزان بالاتر کمرویی و خجالتی بودن آزمودنی است.

جهت گردآوری داده‌های مربوط به متغیر استرس ادراک شده از پرسش‌نامه کوهن و همکاران (۱۹۸۳) استفاده شده است. این پرسش‌نامه در ۱۴ گویه و بر اساس طیف لیکرت ۵ گزینه‌ای (کاملاً مخالف (۱)، مخالف (۲)، تا حدودی موافق (۳)، موافق (۴)، کاملاً موافق (۵)) تنظیم شده است و برای سنجش استرس عمومی ادراک شده در یک ماه گذشته به کار می‌رود و افکار و احساسات درباره حوادث استرس‌زا، کنترل، غلبه، کنار آمدن با فشار روانی و استرس‌های تجربه شده را مورد سنجش قرار می‌دهد و شامل دو بعد ادراک منفی از استرس و ادراک مثبت از استرس است (Kooehen & et al, 1983).

جهت گردآوری داده‌های مربوط به متغیر ترس از شکست از پرسش‌نامه ارزیابی ترس از شکست در عملکرد کانروی (۲۰۰۱) استفاده گردیده است. این مقیاس دارای ۵ زیر مقیاس و

۴۱ ماده است که زیر مقیاس و ۴۱ ماده است. نمره گذاری این پرسش نامه بر اساس طیف ۵ درجه ای لیکرت انجام شده است (Kanroy, 2001).

جهت گردآوری داده های مربوط به متغیر اضطراب اجتماعی از پرسش نامه اضطراب اجتماعی ایلینا (۱۹۹۶) استفاده شده که این ابزار دارای ۲۵ سؤال ۵ گزینه ای با گزینه های تقریباً همیشه، اغلب اوقات، گاهی اوقات، بندرت، تقریباً هیچ وقت است. با استفاده از روش تحلیل عاملی، ۵ عامل شامل ترس از بیگانگان، ترس از ارزیابی توسط دیگران، ترس از صحبت کردن در جمع، ترس از انزوای اجتماعی، و ترس از آشکار شدن علائم اضطراب استخراج شده است که این ۵ عامل ۴۷/۲۳ درصد واریانس کل آزمون را تبیین می کنند. روش نمره گذاری در این ابزار به شکل مستقیم است، بدین ترتیب که گزینه تقریباً همیشه نمره ۵ و گزینه تقریباً هیچ وقت نمره ۱ می گیرد. همچنین نمره بالا در این مقیاس نشان دهنده عدم اضطراب اجتماعی است (Elina 1996).

برای تعیین روایی محتوا پرسش نامه مذکور در اختیار تعدادی از اساتید قرار داده شد تا اطمینان حاصل شود که پرسش نامه مذکور برای سنجش متغیرهای مورد نظر در پژوهش از روایی محتوایی کافی برخوردار است. همچنین به جهت بررسی روایی صوری پرسش نامه مذکور، هم زمان با سنجش پایایی اولیه تلاش گردید تا از قابل فهم بودن و شیوا بودن گویه ها برای سنجش متغیرها از سوی ۳۰ نفر پاسخ دهندگان اولیه اطمینان حاصل گردد. برای تأیید پایایی پرسش نامه، پرسش نامه ها میان ۳۰ نفر از دانشجویان توزیع گردید و پس از جمع آوری و تحلیل پرسش نامه ها، آلفای کرونباخ آن ها به دست آمد.

جدول ۱. پایایی پرسش نامه ها

متغیر	آلفای کرونباخ
کمروبی	۰,۸۷
استرس ادراک شده	۰,۸۵
ترس از شکست	۰,۸۲
اضطراب اجتماعی	۰,۸۹



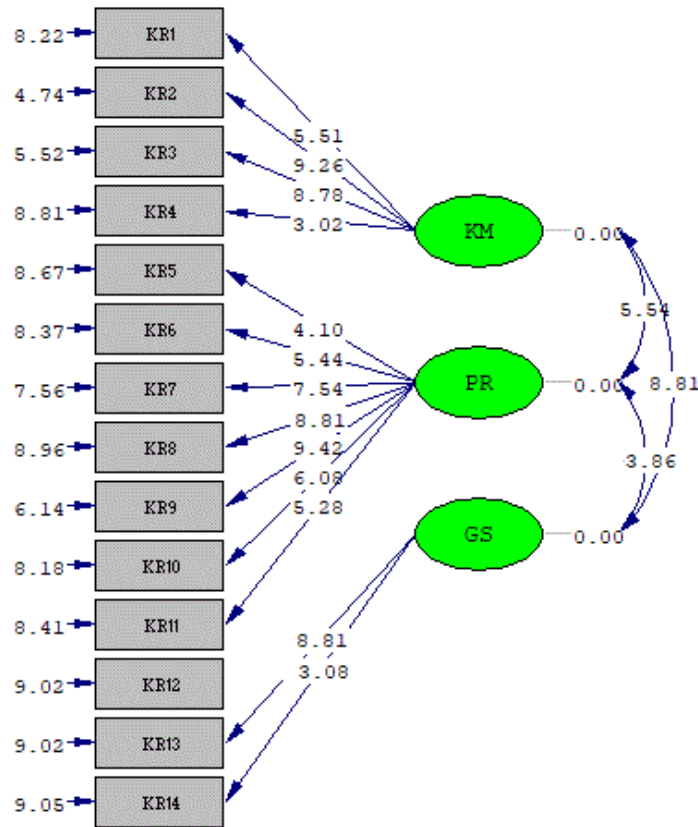
جدول ۱ مربوط به پایایی سؤال‌های پرسش‌نامه‌های کمرویی، استرس ادراک‌شده، ترس از شکست و اضطراب اجتماعی است که آلفای کرونباخ آن‌ها به ترتیب برابر با ۰,۸۷ و ۰,۸۵ و ۰,۸۲ و ۰,۸۹ است که پایایی قابل قبول و منطقی است. بنابر نتایج فوق می‌توان گفت که پرسش‌نامه‌ها از اعتبار درونی کافی برخوردار بوده، بدین معنی که پاسخ‌های داده‌شده ناشی از شانس و تصادف نبوده، بلکه به خاطر اثر متغیرهایی بوده که مورد آزمون قرار گرفته است. جهت گردآوری داده‌ها از روش کتابخانه‌ای و میدانی استفاده شده است. به منظور تجزیه و تحلیل داده‌های گردآوری‌شده از آمار توصیفی (توصیف فراوانی، درصد، میانگین و انحراف معیار) توسط نرم‌افزار SPSS ۲۲ و جهت آزمون فرضیه‌های پژوهش ابتدا از آزمون کولموگروف اسمیرنوف جهت بررسی نرمال بودن توزیع داده‌های پژوهش استفاده شد و سپس از تکنیک معادلات ساختاری توسط نرم‌افزار آماری LISREL استفاده شد..

### یافته‌های پژوهش

جهت بررسی معنادار بودن رابطه بین متغیرها از آماره آزمون  $t$  یا همان  $t$ -value استفاده می‌شود. چون معناداری در سطح خطای ۰/۰۵ بررسی می‌شود بنابراین اگر میزان بارهای عاملی مشاهده شده با آزمون  $t$ -value از ۱/۹۶ کوچک‌تر محاسبه شود، رابطه معنادار نیست و در نرم‌افزار لیزرل با رنگ قرمز نمایش داده خواهد شد.

بار عاملی استاندارد تحلیل عاملی تأییدی برای سنجش قدرت رابطه بین هر عامل (متغیر پنهان) با متغیرهای قابل مشاهده آن (گویه‌های پرسشنامه) در تمامی موارد بزرگ‌تر از ۰/۳ به دست آمده است. بنابراین ساختار عاملی پرسشنامه قابل تأیید است.

پس از محاسبه بار عاملی استاندارد، باید آزمون معناداری صورت گیرد. بر اساس نتایج مشاهده شده در شکل (۱) بار عاملی آماره  $t$  شاخص‌های سنجش هر یک از ابعاد مورد مطالعه در سطح اطمینان ۵٪ مقداری بزرگ‌تر از ۱/۹۶ است.

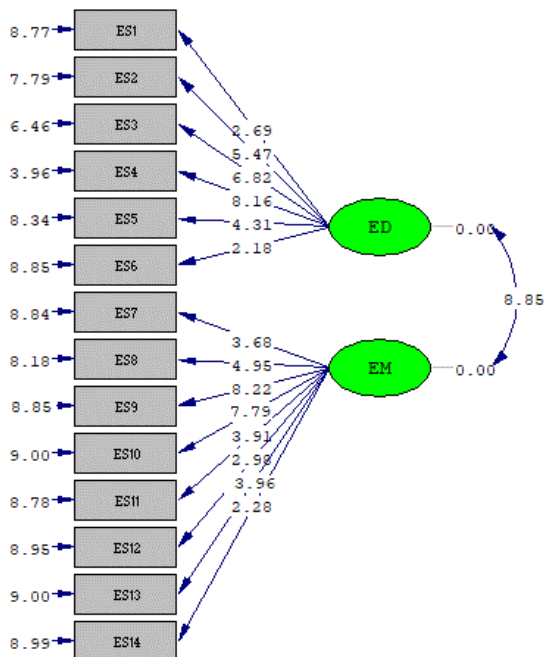


Chi-Square= 213.81, df=74, P-value=1.00000, RMSEA=0.013

شکل ۱. آماره معناداری (t-value) تحلیل عاملی تأییدی پرسشنامه استاندارد کمرویی

بار عاملی استاندارد تحلیل عاملی تأییدی برای سنجش قدرت رابطه بین هر عامل (متغیر پنهان) با متغیرهای قابل مشاهده آن (گویه‌های پرسشنامه) در تمامی موارد بزرگ‌تر از  $0/3$  به دست آمده است. بنابراین ساختار عاملی پرسشنامه قابل تأیید است. پس از محاسبه بار عاملی استاندارد، باید آزمون معناداری صورت گیرد. بر اساس نتایج مشاهده شده در شکل (۲) بار عاملی آماره t شاخص‌های سنجش هریک از ابعاد مورد مطالعه در سطح اطمینان ۵٪ مقداری بزرگ‌تر از  $1/96$  است.

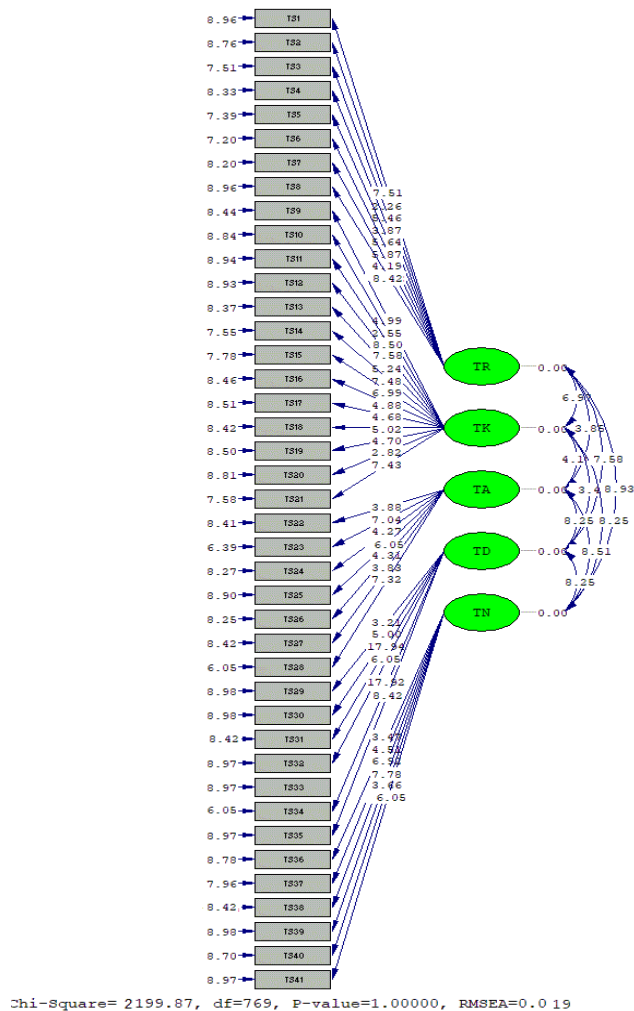




Chi-Square=212.03, df=76, P-value=0.00000, RMSEA=0.012

شکل ۲. آماره معناداری (t-value) تحلیل عاملی تأییدی پرسشنامه استرس ادراک شده

بار عاملی استاندارد تحلیل عاملی تأییدی برای سنجش قدرت رابطه بین هر عامل (متغیر پنهان) با متغیرهای قابل مشاهده آن (گویه‌های پرسشنامه) در تمامی موارد بزرگ‌تر از ۰/۳ به دست آمده است. بنابراین ساختار عاملی پرسشنامه قابل تأیید است. پس از محاسبه بار عاملی استاندارد، باید آزمون معناداری صورت گیرد. بر اساس نتایج مشاهده شده در شکل (۳) بار عاملی آماره t شاخص‌های سنجش هریک از ابعاد مورد مطالعه در سطح اطمینان ۵٪ مقداری بزرگ‌تر از ۱/۹۶ است.

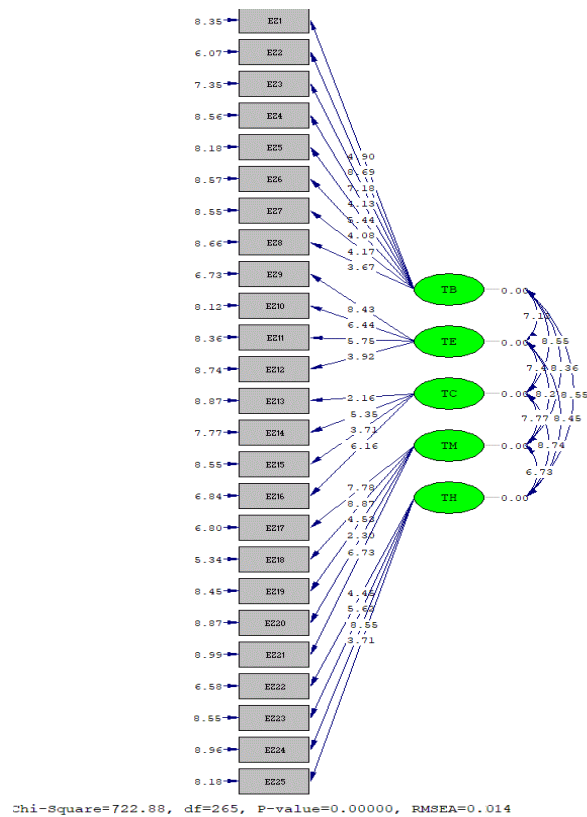


شکل ۳. آماره معناداری (t-value) تحلیل عاملی تأییدی پرسشنامه ترس از شکست

بار عاملی استاندارد تحلیل عاملی تأییدی برای سنجش قدرت رابطه بین هر عامل (متغیر پنهان) با متغیرهای قابل مشاهده آن (گویه‌های پرسشنامه) در تمامی موارد بزرگ‌تر از ۰/۳ به دست آمده است. بنابراین ساختار عاملی پرسشنامه قابل تأیید است.



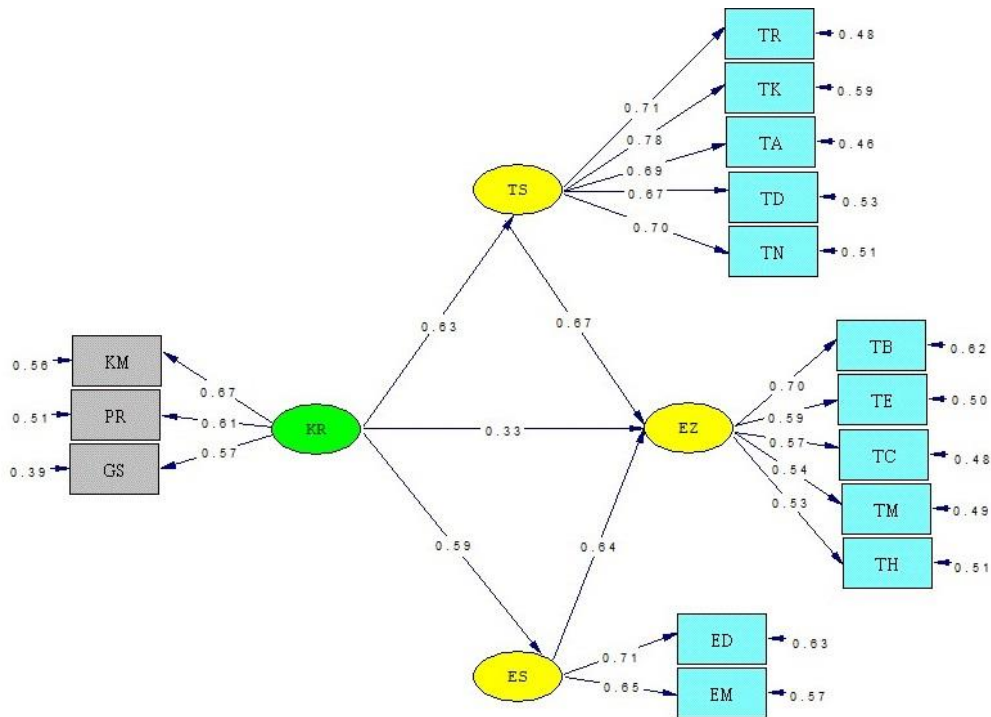
پس از محاسبه بار عاملی استاندارد، باید آزمون معناداری صورت گیرد. بر اساس نتایج مشاهده شده در شکل (۴) بار عاملی آماره  $t$  شاخص‌های سنجش هر یک از ابعاد مورد مطالعه در سطح اطمینان ۵٪ مقداری بزرگ‌تر از  $1/96$  است.



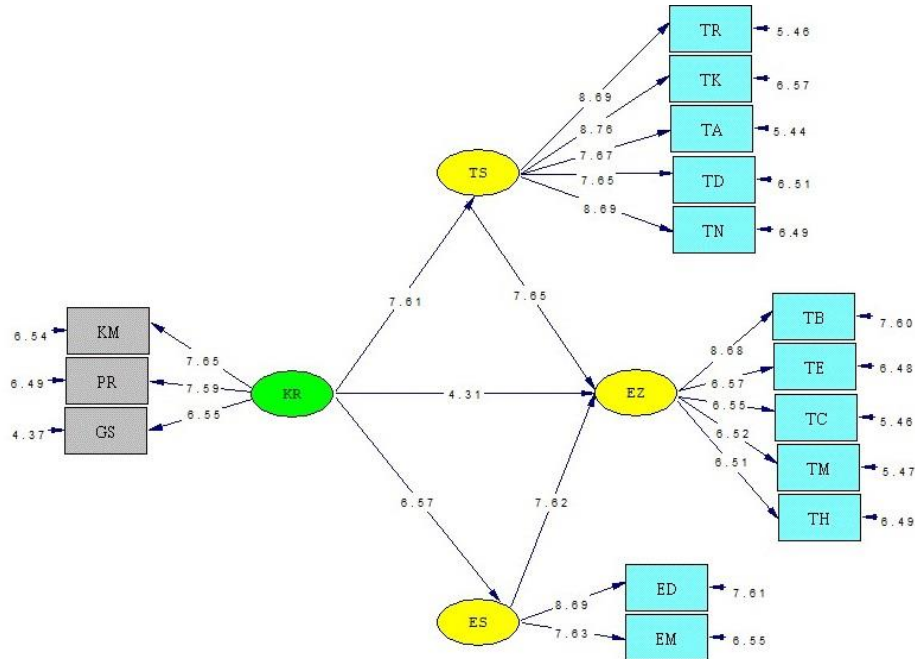
شکل ۴. آماره معناداری (t-value) تحلیل عاملی تأییدی پرسشنامه اضطراب اجتماعی

مدل معادلات ساختاری نهایی برای سنجش نقش میانجی ترس از شکست و استرس ادراک شده در رابطه میان کمرویی با اضطراب اجتماعی دانشجویان دانشگاه پیام نور واحد مرند

استفاده شده است. مدل فرضیه اصلی در شکل های (۵) و (۶) ارائه شده است. این مدل با اقتباس از برون داد نرم افزار لیزرل ترسیم شده است.



شکل ۵. نتایج تأیید مدل معادلات ساختاری فرضیات پژوهش



شکل ۶. آماره معناداری (t-value) نتایج تائید مدل معادلات ساختاری فرضیه پژوهش

به منظور بررسی اثر میانجی ترس از شکست و استرس ادراک شده در فرضیه مورد بحث، بایستی اثر مستقیم دو سازه را با اثر غیرمستقیم در حالت دخیل ساختن متغیرهای میانجی مورد بررسی قرارداد تا در صورت افزایش اثر بتوان اثر میانجی را قابل قبول دانست. در فرضیه حاضر اثر مستقیم برابر  $0/33$  است. اثر غیرمستقیم در صورت وجود متغیر میانجی

$$\text{ترس از شکست عبارت است از: } 0/63 \times 0/67 = 0/422$$

اثر غیرمستقیم در صورت وجود متغیر میانجی استرس ادراک شده عبارت است از:  $0/59 \times$

$$0/64 = 0/377$$

با توجه به کمتر بودن اثر مسیر مستقیم از مسیرهای غیرمستقیم بنابراین وجود متغیرهای میانجی ترس از شکست و استرس ادراک شده تأثیر را افزایش می دهد و نقش میانجی در فرضیه حاضر مورد تأیید واقع می شود.

## بحث و نتیجه گیری

فرضیه پژوهش به سنجش نقش میانجی ترس از شکست و استرس ادراک شده در رابطه میان کمرویی با اضطراب اجتماعی دانشجویان دانشگاه پیام نور واحد مرند پرداخته است. در فرضیه حاضر اثر مستقیم برابر ۰/۳۳ است. با توجه به کمتر بودن اثر مسیر مستقیم از مسیرهای غیرمستقیم بنابراین وجود متغیر میانجی ترس از شکست و استرس ادراک شده تأثیر را افزایش می دهد و نقش میانجی در فرضیه حاضر مورد تأیید واقع می شود.

نتایج آزمون فرضیه پژوهش با یافته های پژوهشی (Doost Mohammadi, 2020., Samadi, et al, 2018., Pirfalak, 2018., Ran & et al, 2018) مطابقت داشته و پشتیبانی می شود.

نتیجه حاصل از آزمون فرضیه، بدین صورت تبیین شده است که دانشجویان دارای استرس ادراک شده بالا به دلیل خودارزیابی افراطی از عملکردشان و اینکه تمرکز اصلی آنها بر جنبه های منفی وقایعی است که برایشان اتفاق می افتد احتمال ابتلا به کمرویی بالایی دارند، این افراد به علت ترس بالا از عدم پذیرش و ترس از مورد انتقاد قرار گرفتن از سوی دیگران کمرویی بیشتری را نسبت به افراد با خود انتقادی پایین تجربه می کنند. از طرفی ترس از شکست خورد در امورات باعث می شود که فرد نگران از دست دادن آبرو نزد دوستان خود شود و این امر به نوبه خود باعث کناره گیری وی از گروه دوستان خواهد شد. نهایتاً اینکه با توجه به اینکه کاهش اضطراب اجتماعی می تواند توانایی فرد را برای برقراری ارتباط صحیح با دیگران افزایش و اضطراب در موقعیت های اجتماعی، بازداری اجتماعی، یا رفتارهای بین فردی ناشی از نگرانی درباره ارزیابی بین فردی را کاهش دهد، می تواند در کاهش کمرویی و مؤلفه های آن نقش داشته باشد.

بر اساس فرضیه سنجش نقش میانجی ترس از شکست و استرس ادراک شده در رابطه میان کمرویی با اضطراب اجتماعی دانشجویان دانشگاه پیام نور واحد مرند پیشنهاد می شود تا با آموزش های مستمر و مناسب در زمینه افزایش دیدگاه های خوش بینانه و کاهش استرس



دانشجویان تلاش شود و همچنین ارائه خدمات مشاوره‌ای به دانشجویانی که دارای اضطراب اجتماعی بالایی هستند. با توجه به اینکه میزان سلامت روانی دانشجویانی متفاوت است نیاز است با میزان سلامت روانی، مشاوران و روان‌شناسان به ارائه خدمات مشاوره‌ای بپردازند. با توجه به محدودیت‌های موجود در انجام پژوهش می‌توان به عدم تعمیم نتایج پایان‌نامه به سازمان‌های آموزش عالی جهت پیاده‌سازی نتایج پژوهش حاضر و ثابت فرض کردن متغیرهای جمعیت‌شناختی (از قبیل جنسیت و رشته تحصیلی) در تحلیل داده‌های پژوهش اشاره کرد.

## Reference

- Akrami, N., Nazhvani Shirvani, M., Zamani, S. (2020). Structural Equation Model for Predicting Anxiety Disorders in Children Based on Relationship with Parents, Attachment to God through self-esteem and control. *Journal of Clinical Psychology & Personality*, Vol. 18, No. 1, Serial 34, pp.: 99-113. (In Persian)
- ArazGoldi, Sh. (2018). The effect of life skills training on reducing shyness, aggression and promoting self-esteem in children aged 7 to 12 years, *Thesis for receiving a master's degree in clinical psychology*, Islamic Azad University, Shahroud Branch.
- Chen, X. (2017). Culture and shyness in childhood and adolescence. *New Ideas in Psychology*.
- Lee, J. Y., Kim, S. Y., Bae, K. Y., Kim, J. M., Shin, I. S., Yoon, J. S., & Kim, S. W. (2018). The association of gratitude with perceived stress and burnout among male firefighters in Korea. *Personality and Individual Differences*, 123, 205-208.
- Naderzadeh, H., Salehi, M., Jafari Roshan, M., Koochak Entezar, R. (2019). A structural equation model of relationship between Social Anxiety symptoms, Early Maladaptive schemas and Cognitive Distortions in Adolescents. *Journal of Research in Psychological Health*, volume 13, issue 1. (In Persian)
- Pelissolo, A., & Moukheiber, A. (2016). The relationship between social anxiety, shyness and blushing. *European*.

- Pirfalak, M. (2018). The effect of assertiveness training on students' social anxiety and shyness, *Thesis for receiving a master's degree in psychology*, Sistan and Baluchestan University.
- Poole, K. L., Jetha, M. K., & Schmidt, L. A. (2017). Linking child temperament, physiology, and adult personality: Relations among retrospective behavioral inhibition, salivary cortisol, and shyness. *Personality and Individual Differences*, 113, 68-73.
- Ran, G., Zhang, Q., & Huang, H. (2018). Behavioral inhibition system and self-esteem as mediators between shyness and social anxiety. *Psychiatry research*, 270, 568-573.
- Haghighayegh, A., Mosavi, H. (2019). Efficacy of Psychodrama on Social Anxiety, Self-esteem and Psychological Well-being of University Students that met Diagnosis of Social Anxiety Disorder. *Knowledge & Research in Applied Psychology Vol 20. No. 3 (Continuous No. 77)PP: 22-30. (In Persian)*
- Talebzadeh, M., Shahreiri, S. (2019). The relationship between perceived stress, hardiness and happiness with the level of social adjustment in female students of Payame Noor University. *Journal of Social Psychology* 13, No. 50, PP: 94-83. (In Persian)
- Van der Wee, N. J. (2018). Subcortical brain volumes, cortical thickness and cortical surface area in families genetically enriched for social anxiety disorder—A multiplex multigenerational neuroimaging study. *EBioMedicine*, 36, 410-428.
- Zarinkhah, E., Doost Mohammadi, A. (2020). Investigating the Relationship between Self-Criticism, Self-Compassion and Shyness with Depression in Students of Semnan Islamic Azad University. *7th National Conference on Modern Studies and Research in the Field of Educational Sciences, Psychology and Counseling, Iran. (In Persian)*