

## The Prediction of Social Phobia based on the Abandonment Schema and Rumination among Female University Students

**SabaSadat Mearaji**

MSc. Student in Clinical Psychology, Shahrood Branch, Islamic Azad University, Shahrood, Iran

**Ali Tavakoli Benizi\***

Assistant Professor, Department of Psychology. Yadegar-e Imam Khomeini Branch, Islamic Azad University, Shahre Rey, Iran

### Extended Abstract

#### Introduction

Students experience various academic pressures and may encounter significant adverse life events that can influence their mental and emotional states. These experiences may impair learning, hinder life adjustment, and contribute to the development of social anxiety. Social anxiety, often referred to as social phobia (Spain et al., 2018), occurs when individuals fear being negatively evaluated in social situations (Heimberg et al., 2014). Empirical evidence indicates that rumination predicts social anxiety among students (Amiri Hanzaei & Nourimoghadam, 2022). Rumination is more prevalent among individuals with phobic tendencies and has been identified as a significant predictor of anxiety, depression, and low self esteem (Shen et al., 2022). In this cognitive process, individuals repeatedly focus on the

---

\* Corresponding Author: [psycho.ir747@gmail.com](mailto:psycho.ir747@gmail.com)



© 2026 The Author(s). This is an open access article under the terms of the Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International (CC BY-NC 4.0) License.

DOI: <https://doi.org/10.22034/rip.2025.495860.1077>

Received: 29 Dec 2024 Revised: 29 Jan 2025 Accepted: 23 Feb 2025 Published online: 08 Mar 2025

causes, consequences, and emotional impact of stressful events or negative emotions after they occur (Satici et al., 2020).

Conversely, childhood maltreatment is a strong predictor of later psychological disorders such as depression and panic. Early maladaptive schemas play a crucial role in the development and maintenance of social phobia (Naderzadeh et al., 2019; Poorabed & Bahrami, 2022). These schemas, consistent with cognitive hierarchical models of social phobia, influence multiple levels of cognition and may affect social anxiety both directly and indirectly through family functioning (Hassani & Naderzadeh, 2020). Previous studies have linked social phobia to the abandonment schema assessed by the Young Schema Questionnaire, demonstrating a strong association with experiences of instability, humiliation, and emotional deprivation (Alba et al., 2018). The abandonment schema reflects an expectation that close others may eventually become ill, die, leave, act unpredictably, or disappear, placing individuals in a persistent state of fear, anxiety, and hypervigilance for signs of abandonment. Given that students constitute a substantial segment of society and that a considerable proportion experience social phobia—creating challenges for themselves, their families, and society—this study aimed to predict social phobia based on abandonment schema and rumination among female students.

## Method

This study employed a descriptive design using a correlational methodology. The statistical population consisted of all female senior students enrolled in the Faculty of Humanities at Shahroud Azad University, totaling 860 individuals according to the university records. To determine the appropriate sample size, Green's formula (1991)—particularly suited to regression analyses and based on the number of predictor variables—was applied:  $n = 20m + 50$ , where  $n$  represents the sample size and  $m$  represents the number of predictor variables. With four predictors in the present study (three rumination subscales from the RRS and one abandonment factor), the calculated sample size was 130 participants. Considering the possibility of incomplete responses or participant attrition, 150 participants were ultimately selected through convenience sampling.

The research background was developed using library resources, while field methods including observations, interviews, and questionnaires were used to test the research hypotheses. The questionnaires were administered online using Google Forms, and the collected data were analyzed using SPSS version 24. The research instruments included the Social Phobia Inventory (SPIN), the short form of the Schema Questionnaire--Short Form (SQ-SF), and the Ruminative Responses Scale (RRS).

## Results

Among the 150 participants, 26.7 % were aged 19-23 years, 22 % were 24-28 years, 27.3 % were 29-33 years, and 24 % were 34-40 years old. Descriptive statistics indicated that all study variables were normally distributed. Multivariate outliers were assessed using Mahalanobis distance, and based on a chi square distribution with  $\alpha = 0.001$ , no observations exceeded the critical value, confirming the absence of multivariate outliers. Collinearity, including variance

inflation factor (VIF) and tolerance values, indicated no problematic linear relationships among the predictors. The Durbin–Watson statistic (1.86) suggested that the residuals were independent and free from autocorrelation.

After verifying the statistical assumptions, a multiple regression analysis was conducted to predict social phobia based on abandonment schema and rumination. The results indicated that the two predictors jointly explained 32.4 % of the variance in social phobia among senior female students in the Faculty of Humanities at Shahrood Azad University. The standardized regression coefficients were  $\beta = 0.17$  for abandonment schema and  $\beta = 0.48$  for rumination, both of which were statistically significant at the 95 % confidence level ( $P < 0.05$ ).

### **Discussion and Conclusion**

This study aimed to predict social phobia based on abandonment schema and rumination. The findings indicated that both abandonment schema and rumination were positively and significantly associated with social phobia. These findings are consistent with previous research (Kraft et al., 2021; Poorabed, & Bahrami, 2021).

The abandonment schema refers to emotional experiences and cognitive patterns associated with fear of abandonment, difficulty forming stable relationships, and feelings of separation and lack of support. Individuals with this schema may perceive significant others as emotionally unstable, unreliable, or unpredictable. Consequently, they may believe that important people in their lives may die or could leave them and become interested in someone else. Such beliefs can intensify feelings of insecurity and contribute to social anxiety, as individuals may constantly worry about rejection or criticism in social interactions. Maladaptive beliefs rooted in earlier life experiences may further increase vulnerability to social phobia by impairing individuals' ability to form and maintain interpersonal relationships (Salmalian et al., 2010).

Personality and social cognitive theories, including those proposed by Karen Horney and Albert Bandura, suggest that negative schemas about the self and interpersonal relationships can contribute to the development of anxiety disorders. Feelings of rejection and lack of support may heighten concerns about negative evaluation in social contexts. From the perspective of cognitive models, maladaptive schemas and unrealistic beliefs about social relationships may lead to biased interpretations and pervasive worries about social situations, which in turn exacerbate social phobia.

Rumination refers to repetitive and persistent thinking about negative experiences or problems, which can worsen psychological distress and intensify negative emotions. Continuous focus on negative thoughts and social concerns may amplify perceptions of threat in social situations. Individuals who engage in rumination often repeatedly analyze past failures or perceived social mistakes, which can increase anxiety and reinforce social phobia. By consuming cognitive resources and encouraging constant evaluation of potential negative outcomes, rumination can contribute to heightened social anxiety (Amiri Hanzaei & Nourimoghadam, 2014).

Overall, the findings suggest that both abandonment schema and rumination independently contribute to the experience of social phobia among female students. One limitation of this study is the relatively short research period. Future research is recommended to employ longitudinal

designs in order to better examine causal relationships. It is also recommended that universities provide ongoing psychological counseling services for students in order to reduce the impact of early maladaptive schemas associated with social anxiety. Educational interventions targeting rumination and workshops focusing on schema based approaches may also help prevent or reduce social phobia among students.

### **Ethical Considerations**

**Compliance with ethical guidelines:** Informed consent was obtained from all participants after providing the necessary explanations about the study. Throughout the research process, ethical principles and legal standards were observed, and participants were assured that their information would remain confidential.

**Funding:** This research is a personal study without financial support.

**Authors' contribution:** All stages of conducting the research and preparing the manuscript were shared equally by the authors.

**Conflict of interest:** The authors declare no conflicts of interest.


**Acknowledgements:** The authors express their sincere gratitude to all individuals who supported and contributed to this research.

**Keywords:** early maladaptive schemas, rumination, social phobia.


**Citation:** Mearaji, S., & Tavakoli Benizi, A. (2026). The Prediction of Social Phobia based on the Abandonment Schema and Rumination among Female University Students. *Recent Innovations in Psychology*, 3(1), 91-104. <https://doi.org/10.22034/rip.2025.495860.1077>.

## پیش‌بینی هراس اجتماعی بر اساس طرحواره رهاشدگی و نشخوار فکری در دانشجویان دختر

دانشجوی کارشناسی ارشد روان‌شناسی بالینی، واحد شاهرود، دانشگاه آزاد اسلامی، شاهرود، ایران

سبا سادات معراجی 

استادیار، گروه روان‌شناسی، واحد یادگار امام خمینی (ره)، دانشگاه آزاد اسلامی، شهرری، ایران

علی توکلی بنیزی  \*

### چکیده

هدف از این پژوهش پیش‌بینی هراس اجتماعی بر اساس طرحواره رهاشدگی و نشخوار فکری در دانشجویان دختر بود. در یک طرح همبستگی تعداد ۱۵۰ نفر از دانشجویان دختر دانشکده علوم انسانی دانشگاه آزاد اسلامی واحد شاهرود با روش نمونه‌گیری در دسترس انتخاب شدند. گردآوری داده‌ها با سیاهه هراس اجتماعی (SPIN)، فرم کوتاه پرسشنامه طرحواره (SQ-SF) و مقیاس پاسخ‌های نشخواری (RRS) انجام شد. یافته‌ها نشان داد بین هراس اجتماعی با طرحواره رهاشدگی و نشخوار فکری رابطه معناداری وجود دارد ( $P < 0/01$ ). رگرسیون چندگانه نیز نشان داد که طرحواره رهاشدگی ( $\beta = 0/17$ ) و نشخوار فکری ( $\beta = 0/48$ ) به طور مثبت و معناداری هراس اجتماعی دانشجویان دختر را پیش‌بینی می‌کنند. یافته‌های این پژوهش نشان داد که با افزایش میزان رهاشدگی و نشخوار فکری در دانشجویان دختر، میزان هراس اجتماعی آنان نیز افزایش می‌یابد. بر این اساس در تبیین هراس اجتماعی باید به نقش طرحواره‌های ناسازگار اولیه و نیز نشخوار فکری توجه شود.

**کلیدواژه‌ها:** طرحواره‌های ناسازگار اولیه، نشخوار فکری، هراس اجتماعی

**استناد:** معراجی، سبا سادات، و توکلی بنیزی، علی. (۱۴۰۴). پیش‌بینی هراس اجتماعی بر اساس طرحواره رهاشدگی و نشخوار فکری در دانشجویان دختر. *نوآوری‌های اخیر در روان‌شناسی*، ۳(۱)، ۹۱-۱۰۴.

<https://doi.org/10.22034/rip.2025.495860.1077>

تاریخ دریافت: ۱۴۰۳/۱۰/۰۹ تاریخ بازنگری: ۱۴۰۳/۱۱/۱۰ تاریخ پذیرش: ۱۴۰۳/۱۲/۰۵ انتشار برخط: ۱۴۰۳/۱۲/۱۸

\* نویسنده مسئول: [psycho.ir747@gmail.com](mailto:psycho.ir747@gmail.com)

## مقدمه

دانشجویان با انواع فشارهای تحصیلی مواجه هستند که با تغییرات در وضعیت روانی آن‌ها همراه بوده و می‌تواند منجر به یادگیری ناکارآمد، کاهش سازگاری زندگی و حتی هراس اجتماعی<sup>۱</sup> شود. هراس اجتماعی در موقعیت‌هایی رخ می‌دهد که افراد در آن مورد ارزیابی‌های منفی دیگران قرار می‌گیرند (اسپین و همکاران، ۲۰۱۸). هراس اجتماعی چهارمین اختلال روانی شایع است که میزان بالایی از همبودی با اختلال افسردگی را نشان می‌دهد (درایمن و هایمبرگ، ۲۰۱۸). از ویژگی بارز هراس اجتماعی می‌توان به ترس از خطا، مضطرب به نظر رسیدن، کسل‌کننده یا ناتوان شناخته شدن اشاره کرد (جفریز و اونگار، ۲۰۲۰). هراس اجتماعی یک اضطراب رایج بین دانشجویان است که با ترس غیرمنطقی از ارزیابی منفی در موقعیت‌های اجتماعی مشخص می‌شود (ابراکار و همکاران، ۲۰۲۳). اختلال در ارتباطات بین فردی از مشخصه شروع این اختلال است (لوچرینی آنجلتی و همکاران، ۲۰۲۳). این سندرم یک انحراف ذهنی رایج و مداوم است که باعث ایجاد اضطراب و بی‌قراری عمیق در افراد مبتلا می‌شود و به شدت عملکرد اجتماعی و تحصیلی آن‌ها را تضعیف می‌کند (چو و همکاران، ۲۰۲۳).

بدرفتاری در دوران کودکی، با شکل دهی به طرحواره‌های ناسازگار اولیه، پیش‌بینی‌کننده قوی اختلالات روان‌شناختی است. طرحواره‌های ناسازگار اولیه نقش مهمی در افزایش هراس اجتماعی دارند (نادرزاده و همکاران، ۱۳۹۸؛ پورعابد و بهرامی، ۱۴۰۰). طرحواره‌های ناسازگار اولیه در پنج حوزه حوزه‌ی بریدگی و طرد، خودگردانی و عملکرد مختل، محدودیت‌های مختل، دیگرجهت‌مندی و گوش به زنگی زیاد یا بازداری افراطی قرار دارند. تعدادی از مطالعات نشان دادند که هراس اجتماعی به شدت با حوزه رهاشدگی<sup>۲</sup>، که از تجارب بی‌ثباتی، تحقیر و محرومیت عاطفی ناشی می‌شود، مرتبط است (آلبا و همکاران، ۲۰۱۸). رهاشدگی به این معناست که افراد انتظار دارند نزدیک‌ترین کسان خود را از دست بدهند و معتقدند بالاخره افراد نزدیک‌شان، بیمار می‌شوند، می‌میرند، به خاطر یک نفر دیگر آن‌ها را ترک می‌کنند، به گونه‌ای غیرقابل پیش‌بینی عمل می‌کنند یا اینکه ناگهان غیب‌شان می‌زند؛ بنابراین آن‌ها همیشه در حالت ترس و نگرانی زندگی می‌کنند و مدام گوش‌به‌زنگ علامتی هستند حاکی از اینکه دیگران آن‌ها را ترک می‌کنند. علی‌بخشی و سلگی (۲۰۲۲) در پژوهشی نشان دادند که طرحواره‌های ناسازگار اولیه تأثیر مستقیم و معناداری بر هراس اجتماعی دارند. قاسمی و الهی (۱۳۹۸) نیز نشان دادند که هراس اجتماعی با طرحواره رهاشدگی ارتباط دارد. این یافته در مطالعات گرجی و همکاران (۱۳۹۸) و پورعابد و بهرامی (۱۴۰۰) نیز تکرار شد. در مطالعه دیگری زادحسن و سراج خرمی (۱۳۹۵) نشان دادند که بین طرحواره‌های ناسازگار اولیه با هراس اجتماعی رابطه مثبت و معنی‌دار وجود داشت و طرحواره‌های ناسازگار اولیه توان پیش‌بینی معنی‌دار هراس اجتماعی را دارند. حسنی و نادرزاده (۱۴۰۲) نیز نشان دادند که طرحواره‌های ناسازگار اولیه به‌طور مستقیم و با میانجی‌گری عملکرد خانواده بر هراس اجتماعی تأثیر دارند.

هراس اجتماعی، به عنوان مانع مهمی برای رشد روانی و فیزیولوژیکی، از روی نشخوار فکری<sup>۳</sup> پیش‌بینی می‌شود (دوس سانتوس و پریر، ۲۰۲۱؛ وو و همکاران، ۲۰۲۴). نشخوار فکری در افرادی که از طرد هراس رنج می‌برند بیشتر رخ می‌دهد و تأثیر پیش‌بینی‌کننده قابل توجهی بر اضطراب، افسردگی و حقارت فردی دارد (شن و همکاران، ۲۰۲۲). نشخوار فکری یک حالت تفکر است که در آن فرد پس از تجربه رویدادهای استرس‌زا، به‌طور مکرر در

1. social anxiety disorder  
2. abandonment  
3. ruminant thinking

مورد تأثیر، نتایج و علل رویدادهای استرس زا یا احساسات منفی فکر می‌کند (ساتیسی و همکاران، ۲۰۲۰؛ هرتل و همکاران، ۲۰۲۱). نشخوار فکری یک ویژگی شخصیتی نسبتاً پایدار و نوعی سبک پاسخ منفی و طرز تفکر در هنگام بروز مشکل است. نشخوار فکری می‌تواند منجر به عواقب نامطلوب شود (ژو و همکاران، ۲۰۲۳). پژوهش‌ها نشان داده است که نشخوار فکری ممکن است سلامت روان را تهدید کند و خلق و خوی منفی را افزایش دهد و از جمله مواردی است که در بسیاری از آسیب‌های روانی دیده می‌شود (مالکو و همکاران، ۲۰۲۳). کرافت و همکاران (۲۰۲۱) نشان دادند که افراد با نشانه‌های هراس اجتماعی پس از قرارگیری در موقعیت‌های اجتماعی بیشتر دچار نشخوار فکری می‌شوند. امیری هنزائی و نوری مقدم (۱۴۰۱) در پژوهشی دریافتند که سبک‌های خودگویی و نشخوار فکری در پیش‌بینی اضطراب اجتماعی دانشجویان نقش دارند؛ افراد مبتلا به اضطراب اجتماعی درباره ارزیابی دیگران از عملکرد خود، نگران هستند و خودگویی منفی و نشخوار فکری با محدود کردن منابع شناختی و تمرکز بر پیش‌بینی و مرور تجارب منفی، شرایطی را برای ارزیابی درونی فراهم می‌کند که اضطراب اجتماعی فرد را افزایش می‌دهد. مجدآرا و همکاران (۱۳۹۶) نیز در پژوهشی دریافتند که طرحواره‌های ناسازگار اولیه و نشخوار فکری به طور معناداری می‌توانند اضطراب اجتماعی و افسردگی را پیش‌بینی کنند.

دانشجویان، بخش عمده‌ای از جمعیت هر جامعه را تشکیل می‌دهند و ممکن است وضعیت روان‌شناختی آنان برای خودشان، خانواده‌ها و جامعه مشکلاتی را به دنبال داشته باشد. از آنجا که دانشجویان زمان زیادی را در محیط‌های جمعی همانند کلاس درس، خوابگاه‌ها و انجمن‌های علمی و صنفی صرف می‌کنند، در صورت وجود نشانگان هراس اجتماعی ممکن است عملکردشان تحت تأثیر این هراس کاهش یابد و تبعات روان‌شناختی و اجتماعی بیشتری را برایشان به دنبال داشته باشد. علاوه بر آن علی‌رغم اینکه پژوهش‌ها (همانند سلمانی و توکلی بنیزی، ۱۴۰۳؛ کرمانی و ایمانی، ۱۴۰۴؛ بابائی نشاط و شاکری نسب، ۱۴۰۴) نشان دهنده وجود تفاوت‌های جنسیتی در اختلالات اضطرابی مشابه هستند. اما اطلاعات اندکی در خصوص تفاوت‌های جنسیتی در این رابطه وجود دارد. بر این اساس بررسی عوامل پیشنهاد هراس اجتماعی می‌تواند راهگشای روان‌درمانگران، مشاوران و مسئولین دانشگاه باشد تا به آموزش‌های لازم برای کاهش مشکلات دانشجویان و افزایش کیفیت زندگی آن‌ها بپردازند. با این حال مطالعات اندکی نقش طرحواره‌های ناسازگار اولیه و نشخوار فکری را به طور همزمان برای پیش‌بینی هراس اجتماعی مورد بررسی قرار داده‌اند و به نظر می‌رسد اکثر این مطالعات بر روی افراد نابهنجار انجام شده است. بر این اساس هدف از این پژوهش پیش‌بینی هراس اجتماعی بر اساس طرحواره‌ها شدگی و نشخوار فکری در دانشجویان دختر بود.

## روش

این پژوهش از نظر هدف بنیادی و از نظر روش گردآوری داده‌ها از نوع همبستگی بود. جامعه آماری پژوهش شامل دانشجویان دختر دوره کارشناسی ارشد دانشکده علوم انسانی دانشگاه آزاد اسلامی واحد شاهرود در سال تحصیلی ۱۴۰۳-۱۴۰۴ بود. برای تعیین حجم نمونه بر اساس معادله  $(n=m \times 20 + 50)$  پیشنهاد شده گرین (۱۹۹۱)، با توجه به وجود چهار متغیر پیش‌بین (یا همان  $m$ ) حداقل حجم نمونه ۱۳۰ نفر تعیین شد و برای اطمینان بیشتر این تعداد به ۱۵۰ نفر افزایش یافت. نمونه‌گیری با روش در دسترس انجام شد. بدین ترتیب که پرسشنامه‌ها به صورت الکترونیکی در گوگل فرم طراحی شده و لینک آن در شبکه‌های اجتماعی و در یک بازه زمانی ۱۵ روزه برای دانشجویان ارسال شد. ملاک ورود به پژوهش عدم ابتلا به اختلالات روان‌پزشکی و دریافت درمان‌های دارویی در این زمینه بود. این

امر به صورت خوداظهاری و با یک سوال در ابتدای فرم الکترونیکی مورد بررسی قرار گرفت. ملاک خروج از پژوهش نیز عدم تکمیل بیش از ۱۰ درصد عبارت‌های پرسشنامه‌ها بود. در ابتدای فرم الکترونیکی اطلاعاتی در خصوص اهداف پژوهش ارائه شد. پرسشنامه‌ها بدون نام بودند و تکمیل هیچ عبارتی الزامی نبود. گردآوری داده‌ها با پرسشنامه‌های ذیل صورت گرفت:

سیاهه هراس اجتماعی<sup>۱</sup> (SPIN): این سیاهه توسط کانور و همکاران (۲۰۰۰) تدوین شده و یک ابزار خودگزارشی ۱۷ عبارتی است که برای غربالگری و اندازه‌گیری شدت هراس اجتماعی طراحی شده است. نمره‌دهی بر اساس طیف لیکرت پنج درجه‌ای از اصلاً (صفر) تا بسیار زیاد (۴) انجام می‌شود و دامنه نمره کل از ۰ تا ۶۸ متغیر است. نقطه برش بالینی نمره ۱۹ یا بالاتر برای تشخیص احتمالی اختلال هراس اجتماعی پیشنهاد شده است. در مطالعه اصلی آلفای کرونباخ ۰/۸۷ و ضرایب بازآزمایی ۰/۷۸ تا ۰/۸۹ گزارش شده است. آنتونی و همکاران (۲۰۰۶) نیز ضرایب آلفای کرونباخ ۰/۹۲ و ۰/۹۵ را گزارش کردند. حسونند عموزاده (۱۳۹۴) در پژوهشی ویژگی‌های روان‌سنجی این سیاهه را در نمونه غیربالینی بررسی کرد و روایی همزمان در ارتباط با هراس و همسانی درونی ۰/۹۶ را به دست آورد. در این پژوهش ضریب آلفای کرونباخ ۰/۸۶ به دست آمد.

فرم کوتاه پرسشنامه طرحواره<sup>۲</sup> (SQ-SF): نسخه اصلی این پرسشنامه توسط یانگ و براون (۱۹۹۴) ارائه شده است. فرم کوتاه این ابزار ۷۵ عبارت دارد که در طیف لیکرت شش درجه‌ای از کاملاً نادرست (۱) تا کاملاً درست (۶) نمره‌دهی می‌شوند. پانزده طرحواره بر اساس این پرسشنامه سنجیده می‌شوند و نمره بالاتر به معنای وضعیت بدتر است (والر و همکاران، ۲۰۰۱). کالوته و همکاران (۲۰۰۵) ساختار ۱۵ عاملی مرتبه اول، روایی همگرا در ارتباط با اضطراب، افسردگی و نشانه‌های روانشناختی و آلفای کرونباخ ۰/۹۷ و بازآزمایی ۰/۹۰ را گزارش کردند. دیوانداری و همکاران (۱۳۸۸) در مطالعه‌ای روایی عاملی اکتشافی فرم فارسی را مطلوب گزارش کردند. آنان آلفای کرونباخ ۰/۷۵ را برای آن گزارش کردند. ضریب آلفای کرونباخ در این پژوهش ۰/۸۷ به دست آمد.

مقیاس پاسخ‌های نشخواری<sup>۳</sup> (RRS): این مقیاس توسط نولن-هوکسما و همکاران (۱۹۹۱) تدوین شده و دارای ۲۲ سوال است که در طیف چهار درجه‌ای لیکرت از هرگز (۱) تا همیشه (۴) نمره گذاری می‌شوند. حداقل و حداکثر نمره در این مقیاس ۲۲ و ۸۸ بوده و نمرات بالاتر به معنای پاسخ نشخواری بیشتر افراد در هنگام مواجهه با موقعیت‌های استرس‌آور است. ضرایب آلفای کرونباخ از ۰/۸۸ تا ۰/۹۲ و ضریب بازآزمایی برابر با ۰/۶۷ گزارش شده است (لومینت، ۲۰۰۴). باقری نژاد و همکاران (۱۳۹۹) در نمونه‌ای از دانشجویان ضریب آلفای کرونباخ ۰/۸۸ را به دست آوردند. آنان همبستگی مثبت و معناداری را میان پاسخ نشخواری با اضطراب و افسردگی گزارش کردند. آلفای کرونباخ برای این مقیاس در مطالعه حاضر ۰/۸۷ به دست آمد.

به‌منظور تجزیه و تحلیل داده‌ها از شاخص‌های آمار توصیفی، ضریب همبستگی پیرسون و رگرسیون چندگانه همزمان استفاده شد. تحلیل‌ها با نرم‌افزار SPSS نسخه ۲۴ انجام شد.

## یافته‌ها

توصیف جمعیت‌شناختی نمونه نشان داد که ۴۰ نفر (۲۶/۷ درصد) در سنین ۱۹ تا ۲۳ سال، ۳۳ نفر (۲۲ درصد) در سنین ۲۴-۲۸ سال، ۴۱ نفر (۲۷/۳ درصد) در سنین ۲۹-۳۳ سال و ۳۶ نفر (۲۴ درصد) در سنین ۳۴ تا ۴۰ سال قرار

1. the Social Phobia Inventory (SPIN)  
2. the Schema Questionnaire-Short Form (SQ-SF)  
3. the Ruminative Responses Scale (RRS)

داشتند. غربالگری داده‌ها نشان داد که داده پرت تک متغیره‌ای وجود ندارد. جهت بررسی مقادیر پرت چندمتغیره از فاصله ماھالانوبیس<sup>۱</sup> استفاده شد. نتایج نشان دهنده عدم وجود داده‌های پرت چندمتغیره بود. شاخص‌های توصیفی متغیرها در جدول ۱ آورده شده است.

جدول ۱. شاخص‌های آمار توصیفی متغیرهای پژوهش

متغیرها	میانگین	انحراف معیار	کجی	کشیدگی	۱	۲	۳
۱. رهاشدگی	۱۴/۱۹	۱/۹۶	۰/۲۸	-۰/۴۳	-		
۲. نشخوار فکری	۴۸/۴۹	۱۱/۶۶	۰/۴۴	-۰/۵۶	۰/۴۷**	-	
۳. هراس اجتماعی	۲۰/۰۷	۶/۲۰	۰/۴۲	-۰/۸۲	۰/۴۰**	۰/۶۱**	-

\*\*P<۰/۰۱ \*P<۰/۰۵

جدول ۱ نشان می‌دهد که بین تمامی متغیرها همبستگی مثبت و معناداری وجود دارد ( $P < 0/01$ ). در بررسی مفروضات رگرسیون، جدول ۱ نشان می‌دهد که مقادیر کجی و کشیدگی در دامنه مطلوبی قرار دارند. نرمال بودن چندمتغیره نیز با بررسی توزیع مقادیر باقیمانده استاندارد شده، محقق شد. آماره دوربین واتسون نیز برابر با  $1/86$  بوده و نشان از استقلال خطاها داشت. مقادیر شاخص تحمل نیز در دامنه مطلوب ( $0/40$  تا  $1$ ) قرار داشتند و نشان دهنده عدم همخطی چندگانه متغیرهای پیش بین بودند. خلاصه مدل و ضرایب رگرسیون در جدول ۲ آورده شده است.

جدول ۲. خلاصه مدل و ضرایب رگرسیون در مدل پیش‌بینی هراس اجتماعی

متغیرها	R	R <sup>2</sup>	R <sup>2</sup> Adj	F	ضرایب استاندارد نشده					
					سطح معناداری	b	خطای استاندارد	$\beta$	t	سطح معناداری
طرحواره رهاشدگی	۰/۵۸	۰/۳۳	-۰/۳۲	۳۶/۷۲	۰/۰۰۱	۰/۳۲	۰/۱۵	۰/۱۷	۲/۳۲	۰/۰۲۸
نشخوار فکری						۰/۴۶	۰/۰۵	۰/۴۸	۸/۶۴	۰/۰۰۱

جدول ۲ نشان می‌دهد که طرحواره رهاشدگی ( $\beta = 0/17$ ) و نشخوار فکری ( $\beta = 0/48$ ) به طور مثبت و معناداری قادر به پیش‌بینی هراس اجتماعی هستند. در این میان نشخوار فکری سهم بیشتری در پیش‌بینی رهاشدگی دارد.

### بحث و نتیجه‌گیری

این پژوهش با هدف پیش‌بینی هراس اجتماعی بر اساس طرحواره رهاشدگی و نشخوار فکری در دانشجویان دختر انجام شد. نتایج نشان داد طرحواره رهاشدگی و نشخوار فکری با هراس اجتماعی در دانشجویان رابطه مثبت و معنی‌دار دارد. این نتایج با پژوهش‌های کرافت و همکاران (۲۰۲۱)؛ علی بخشی و سلگی (۲۰۲۲)؛ زادحسن و سراج خرمی (۱۳۹۵)؛ مجدآرا و همکاران (۱۳۹۶)؛ قاسمی و الهی (۱۳۹۸)؛ گرجی و همکاران (۱۳۹۸)؛ امیری هنزائی و نوری مقدم (۱۴۰۱) و پورعابد و بهرامی (۱۴۰۰) همسو بود. طرحواره رهاشدگی به احساسات و تجربیات مرتبط با ترک شدن، ناتوانی در برقراری ارتباط مؤثر و احساس جدایی اشاره دارد. این الگوی عاطفی و شناختی به احساسات رهاشدگی و بی‌پشتیبانی در روابط اجتماعی مربوط می‌شود. افراد دارای این طرحواره از لحاظ هیجانی بی‌ثبات، غیرقابل پیش‌بینی، اعتماد ناپذیر و نامنظم هستند. آن‌ها معتقد هستند هر لحظه امکان دارد افراد مهم زندگی‌شان بمیرند یا اینکه او را رها کنند و به فردی دیگری علاقه‌مند شوند. احساسات منفی مرتبط با رهاشدگی می‌تواند باعث افزایش

1. mahalanobis distance

اضطراب اجتماعی شود؛ زیرا فرد ممکن است نگران انتقاد یا طرد شدن از سوی دیگران باشد یا در موقعیت‌های اجتماعی احساس عدم امنیت کنند. باورهای غلط و نادرست ناشی از دوران گذشته در افزایش هراس اجتماعی مؤثر است زیرا دختران دانشجو قادر به شکل دادن روابط و حفظ روابط خویش با دیگران نیستند (سلملیان و همکاران، ۱۳۹۹). احساسات منفی مربوط به طرد و عدم حمایت می‌تواند به افزایش نگرانی‌ها و اضطراب در موقعیت‌های اجتماعی منجر شود. از دیدگاه مدل‌های شناختی، طرحواره‌های منفی و باورهای غیرواقعی درباره روابط اجتماعی می‌تواند به تفسیرهای نادرست و نگرانی‌های فراگیر درباره موقعیت‌های اجتماعی منجر شوند که در نتیجه هراس اجتماعی را تشدید می‌کند. در مجموع، رابطه مثبت بین طرحواره رهاشدگی و هراس اجتماعی به دلیل تأثیرات روان‌شناختی طرحواره‌های رهاشدگی بر احساسات عدم امنیت و نگرانی‌های اجتماعی است.

از سوی دیگر نتایج نشان داد که نشخوار فکری سهم بیشتری در پیش بینی هراس اجتماعی دارد. نشخوار فکری به تفکر مکرر و مداوم درباره مشکلات و مسائل منفی اشاره دارد که می‌تواند به بدتر شدن وضعیت روانی و احساسات منفی منجر شود. نشخوار فکری می‌تواند اضطراب اجتماعی را افزایش دهد زیرا فرد به‌طور مداوم بر روی مشکلات و نگرانی‌های اجتماعی خود تمرکز می‌کند و این امر ممکن است باعث شود که این نگرانی‌ها بزرگ‌تر و بیشتر به نظر برسند. از طرفی طرحواره رهاشدگی نیز با تأثیرات روانی منفی همراه است و هر دو سازه به‌طور مستقل و در تعامل با یکدیگر بر تجربه هراس اجتماعی تأثیر می‌گذارند. نشخوار فکری با محدود کردن منابع شناختی و تمرکز بر پیش‌بینی و مرور تجارب منفی، شرایطی را برای ارزیابی درونی فراهم می‌کند که اضطراب اجتماعی فرد را افزایش می‌دهد (امیری هنزائی و نوری مقدم، ۱۴۰۱).

بر اساس یافته‌های این پژوهش به نظر می‌رسد که هراس اجتماعی با طرحواره رهاشدگی و نشخوار فکری در دانشجویان دختر رابطه دارد. از جمله محدودیت‌های پژوهشی می‌توان به مقطعی بودن و اجرا در یک بافت دانشگاهی خاص اشاره کرد و لازم است در تعمیم یافته‌ها احتیاط شود. از این رو به پژوهشگران پیشنهاد می‌شود این روابط را در میان دانشجویان سایر دانشگاه‌ها نیز مورد بررسی قرار دهند. علاوه بر آن بهتر است نقش تعدیل‌کننده سن و وضعیت تأهل نیز در این زمینه مورد بررسی قرار گیرد. به مشاوران و درمانگران مراکز مشاوره دانشجویی نیز توصیه می‌شود در بررسی هراس اجتماعی دانشجویان به نقش طرحواره‌های ناسازگار اولیه، و به‌طور ویژه طرحواره رهاشدگی توجه کنند.

### ملاحظات اخلاقی

در هنگام اجرای پرسشنامه، توضیحاتی در مورد اهداف پژوهش به شرکت‌کنندگان داده شد و به آنها اطمینان خاطر داده شد که اطلاعات تنها در اختیار پژوهشگران باقی خواهد ماند. پرسشنامه‌ها بدون نام بودند و شرکت‌کنندگان کاملاً داوطلبانه آنها را تکمیل کردند.

### حمایت مالی و سپاسگزاری

این پژوهش از حمایت مالی برخوردار نبوده است. نویسندگان مراتب قدردانی خود را از تمامی شرکت‌کنندگان در پژوهش اعلام می‌دارند.

### تعارض منافع

در این مقاله هیچ‌گونه تعارض منافی وجود ندارد.

## منابع

- امیری هنزائی، زهره، و نوری مقدم، ثنا. (۱۴۰۱). *اضطراب اجتماعی در دانشجویان: نقش سبک‌های خودگویی و نشخوار فکری*. مجموعه مقالات اولین کنگره ملی علوم اعصاب و روان‌شناسی. URL: <https://isnac.ir/XEEG-HFAZC>.
- بابائی نشاط، محمد، و شاکری نسب، محسن. (۱۴۰۴). رابطه فعالیت سیستم‌های مغزی رفتاری و ناگویی خلقی با اضطراب اجتماعی در دانشجویان دختر. *نوآوری‌های اخیر در روان‌شناسی*، ۳(۱)، ۶۱-۴۸. <https://doi.org/10.22034/rip.2025.513048.1089>
- باقری نژاد، مینا، صالحی فدردی، جواد، و طباطبایی، سیدمحمود. (۱۳۹۹). رابطه بین نشخوار فکری و افسردگی در نمونه ای از دانشجویان ایرانی. *پژوهش‌نامه مبانی تعلیم و تربیت*، ۱۱(۱)، ۳۸-۲۱. <https://doi.org/10.22067/fe.v11i1.2246>
- پورعابد، حسین، و بهرامی، فاطمه. (۱۴۰۰). ارتباط طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه با اضطراب اجتماعی ورزشکاران: نقش میانجی خودپنداره‌بندی. *مطالعات روان‌شناسی ورزشی*، ۱۰(۳۸)، ۱۶۸-۱۵۷. <https://doi.org/10.22089/spsyj.2021.10332.2142>
- حسنوند عموزاده، مهدی. (۱۳۹۴). هنجاریابی سیاهه فویبای اجتماعی (SPIN) در نمونه غیربالینی ایرانی. *مطالعات علوم پزشکی*، ۲۶(۱)، ۳۰-۱۷. URL: <http://umj.umsu.ac.ir/article-1-2717-en.html>
- حسینی، کاظم، و نادرزاده، هومن. (۱۴۰۲). ارائه الگوی ساختاری اضطراب اجتماعی بر اساس طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه با میانجیگری عملکرد خانواده. *خانواده و پژوهش*، ۲۰(۴)، ۱۳۸-۱۱۹. URL: <https://qjfr.ir/article-1-1778-fa.html>
- دیوانداری، حسن؛ آهی، قاسم؛ اکبری، حمزه و مهدیان، حسین (۱۳۸۸). فرم کوتاه پرسشنامه طرح‌واره یانگ: بررسی ویژگی‌های روانسنجی و ساختار عاملی بین دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی واحد کاشمر سال تحصیلی ۸۶-۱۳۸۵. *پژوهشنامه تربیتی*، ۲۰(۲)، ۱۰۳-۱۳۳. URL: <https://sanad.iau.ir/Journal/educ/Article/941160>
- زادحسن، زهرا، و سراج خرمی، ناصر. (۱۳۹۵). رابطه نگرانی از تصویر بدنی، طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه و ناگویی خلقی با هراس اجتماعی در بین دانشجویان دختر دانشگاه آزاد اسلامی. *روانشناسی اجتماعی*، ۳(۳۸)، ۸۰-۶۱. URL: <https://dori.net/dor/20.1001.1.23455098.1395.3.38.6.4>
- سلمانی، محمود، و توکلی بنیزی، علی. (۱۴۰۳). اثربخشی آموزش گروهی شناختی-رفتاری بر مدیریت عواطف و خودارزشمندی دانش‌آموزان دختر تک‌والد دارای اضطراب اجتماعی. *نوآوری‌های اخیر در روان‌شناسی*، ۲(۳)، ۹۰-۷۵. <https://doi.org/10.22034/rip.2024.470222.1049>
- سلملیان، هانیه، ملکی پیربازاری، معصومه، و صالحی، سیروس. (۱۳۹۹). رابطه طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه دانش‌آموزان با تحلیل رفتگی تحصیلی و اضطراب اجتماعی آنان (یک همبستگی بنیادی). *علوم تربیتی*، ۲۷(۱)، ۲۰۲-۱۸۳. <https://doi.org/10.22055/educ.2020.32778.3005>
- قاسمی، کبری، و الهی، طاهره. (۱۳۹۸). رابطه طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه با اضطراب بیماری: نقش واسطه‌ای اجتناب تجربی. *پژوهش در سلامت روانشناختی*، ۱۳(۳)، ۵۵-۴۷. <http://dx.doi.org/10.52547/rph.13.3.47>
- کرمانی، مانده، و ایمانی، سعید. (۱۴۰۴). نقش میانجی انعطاف‌پذیری شناختی در رابطه اعتیاد اینترنتی با اضطراب و افسردگی در نوجوانان: ارزیابی تغییرناپذیری بر اساس جنسیت. *نوآوری‌های اخیر در روان‌شناسی*، ۳(۱)، ۱۶-۱. <https://doi.org/10.22034/rip.2025.514124.1092>
- گرچی، معصومه، روحانی، نیره السادات، سید موسوی، مه‌ری، عزیز، معصومه، و صمیمی، زبیر. (۱۳۹۸). پیش‌بینی اضطراب اجتماعی بر اساس طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه و تاب‌آوری دختران دانش‌آموز. *مطالعات روان‌شناختی*، ۱۵(۳)، ۳۸-۲۳. <https://doi.org/10.22051/psy.2019.23657.1804>
- مجدآرا، الهه، مکوند حسینی، شاهرخ، عرب‌قائنی، ماریه، و اسبقی، الهام. (۱۳۹۶). نقش میانجی نشخوار فکری در رابطه بین اضطراب اجتماعی و افسردگی با طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه. *پژوهش‌های نوین روانشناختی*، ۱۲(۴۷)، ۲۰۳-۱۸۱. URL: [https://psychologyj.tabrizu.ac.ir/article\\_7011.html?lang=fa](https://psychologyj.tabrizu.ac.ir/article_7011.html?lang=fa)
- نادرزاده، هومن، صالحی، مهدیه، جعفری روشن، مرجان، و کوچک انتظار، رویا. (۱۳۹۸). مدل یابی معادلات ساختاری رابطه علایم اختلال اضطراب اجتماعی با طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه و تحریف‌های شناختی در نوجوانان. *پژوهش در سلامت روانشناختی*، ۱۳(۱۹)، ۵۷-۴۰. <http://dx.doi.org/10.52547/rph.13.1.40>

## References

- Abarkar, Z., Ghasemi, M., Manesh, E. M., Sarvestani, M. M., Moghbeli, N., Rostamipoor, N., ... & Ardakani, M. B. (2023). The effectiveness of adolescent-oriented mindfulness training on academic burnout and social anxiety symptoms in students: experimental research. *Annals of Medicine and Surgery*, 85(6), 2683. <https://doi.org/10.1097/MS9.000000000000081>
- Alba, J., Calvete, E., Wante, L., Van Beveren, M. L., & Braet, C. (2018). Early Maladaptive Schemas as Moderators of the Association between Bullying Victimization and Depressive Symptoms in Adolescents. *Cognitive Therapy and Research*, 42, 24–35. <https://doi.org/10.1007/s10608-017-9874-5>
- Alibakhshi, Z., & Solgi, Z. (2022). Structural Equation Modeling Relationship between Symptoms of Social Anxiety Disorder Based on Early Maladaptive Schemas, Anxiety Sensitivity Components, and Perfectionism in Adolescents. *International Journal of Behavioral Sciences*, 16(1), 9-16. <https://doi.org/10.30491/ijbs.2022.306568.1658>
- Amiri Hanzaei, Z., & Nourimoghadam, S. (2022). *Social Anxiety in Students: The Role of Self-Talk Styles and Ruminative Response*. Proceeding of the First National Congress of Neuroscience and Psychology Studies (In Persian). URL: <https://isnac.ir/SA/XEEG-HFAZC>
- Antony, M. M., Coons, M. J., McCabe, R. E., Ashbaugh, A., & Swinson, R. P. (2006). Psychometric properties of the social phobia inventory: Further evaluation. *Behaviour Research and Therapy*, 44(8), 1177–1185. <https://doi.org/10.1016/j.brat.2005.08.013>
- Babaei Neshat, M., & Shakerinasab, M. (2025). The Relationship Between the Behavioral Inhibition/Activation Systems and Alexithymia with Social Anxiety Among Female University Students. *Recent Innovations in Psychology*, 3(1), 48-61 (In Persian). <https://doi.org/10.22034/rip.2025.513048.1089>
- Bagherinezhad, M., Salehi Fadardi, J., & Tabatabayi, S. M. (2010). The relationship between rumination and depression in a sample of Iranian student. *Foundations of Education*, 11(1), 21-38 (In Persian). <https://doi.org/10.22067/fe.v11i1.2246>
- Calvete, E., Estévez, A., López de Arroyabe, E., & Ruiz, P. (2005). The Schema Questionnaire--Short Form: Structure and Relationship with Automatic Thoughts and Symptoms of Affective Disorders. *European Journal of Psychological Assessment*, 21(2), 90–99. <https://doi.org/10.1027/1015-5759.21.2.90>
- Chu, Y., Zhang, Y., Yang, D., Wang, S., Liang, C., Wang, X., & Dai, H. (2023). Influence of family function on social anxiety among Chinese nursing students: The mediating role of alexithymia. *Nursing Open*, 10(3), 1356-1366. <https://doi.org/10.1002/nop2.1385>
- Connor, K. M., Davidson, J. R., Churchill, L. E., Sherwood, A., Weisler, R. H., & Foa, E. (2000). Psychometric properties of the Social Phobia Inventory (SPIN): A new self-rating scale. *The British Journal of Psychiatry*, 176(4), 379–386. <https://doi.org/10.1192/bjp.176.4.379>
- Divandari, H., Ahi, Gh., Akbari, H., & Mahdian, H. (2010). The young schema questionnaire – short form (SQ-SF): investigation psychometric properties and factor structure between students in Islamic Azad university, Kashmar Branch. *Journal of Teaching and Learning Research*, 5(2), 1-29. (In Persian). URL: <https://sanad.iau.ir/en/Journal/educ/Article/941160>
- Dos Santos, M. F., & Pereira, C. R. (2021). The social psychology of a selective national inferiority complex: Reconciling positive distinctiveness and system justification. *Journal of Experimental Social Psychology*, 95, 104118. <https://doi.org/10.1016/j.jesp.2021.104118>
- Dryman, M. T., & Heimberg, R. G. (2018). Emotion regulation in social anxiety and depression: A systematic review of expressive suppression and cognitive reappraisal. *Clinical psychology review*, 65, 17-42. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2018.07.004>
- Ghasemi, K., & Elahi, T. (2019). The relationship between early maladaptive schemas and illness anxiety: The mediating role of experiential avoidance. *Research in psychological health*, 13(3), 47-55 (In Persian). <http://dx.doi.org/10.52547/rph.13.3.47>
- Gorji, M., Rowhany, N. S., Seyed Mousavi, M., Azizi, M., & Samimi, Z. (2019). Prediction of Social Anxiety Based on Early Maladaptive Schemas and Resilience of Girl Students. *Journal of Psychological Studies*, 15(3), 23-38 (In Persian). <https://doi.org/10.22051/psy.2019.23657.1804>
- Green, S. B. (1991). How Many Subjects Does It Take To Do A Regression Analysis. *Multivariate Behavioral Research*, 26(3), 499-510. [https://doi.org/10.1207/s15327906mbr2603\\_7](https://doi.org/10.1207/s15327906mbr2603_7)
- Hassani, K., & Naderzadeh, H. (2024). Presenting a Structural Model of Social Anxiety Based on Early Maladaptive Schemas Mediated by Family Functioning. *Quarterly Journal of Family and Research*, 20(4), 119-138 (In Persian). URL: <https://qjfr.ir/article-1-1778-en.html>

- Hassanvand Amouzadeh, M. (2015). The standardization of Social Phobia Inventory (SPIN) in Nonclinical Iranian Samples. *Studies in Medical Sciences*, 26(1), 17-30 (In Persian). URL: <http://umj.umsu.ac.ir/article-1-2717-en.html>
- Heimberg, R. C., Brozovich, F. A., & Rapee, R. M. (2014). A cognitive-behavioral model of social anxiety disorder. In S. G. Hofmann & P. M. DiBartolo (Eds.), *Social anxiety: Clinical, developmental, and social perspectives* (3rd ed., pp. 705–728). Elsevier Academic Press. <https://doi.org/10.1016/B978-0-12-394427-6.00024-8>
- Hertel, P. T., Herrera, P., & Shamapant, P. (2021). Rumination: Practicing Retrieval of Autobiographical Memories *Cognitive Therapy and Research*, 45, 858-868. <https://doi.org/10.1007/s10608-020-10118-z>
- Kermani, M., & Imani, S. (2025). The Mediating Role of Cognitive Flexibility in the Relationship Between Internet Addiction and Anxiety and Depression in Adolescents: A Gender Invariance Analysis. *Recent Innovations in Psychology*, 3(1), 1-16 (In Persian). <https://doi.org/10.22034/rip.2025.514124.1092>
- Kraft, J. D., Grant, D. M., White, E. J., Taylor, D. L., & Frosio, K. E. (2021). Cognitive mechanisms influence the relationship between social anxiety and depression among college students. *Journal of American college health*, 69(3), 245-251. <https://doi.org/10.1080/07448481.2019.1661844>
- Lucherini Angeletti, L., Scalabrini, A., Ricca, V., & Northoff, G. (2023). Topography of the anxious self: Abnormal rest-task modulation in social anxiety disorder. *The Neuroscientist*, 29(2), 221-244. <https://doi.org/10.1177/10738584211030497>
- Luminet, O. (2004). Measurement of Depressive Rumination and Associated Constructs. In C. Papageorgiou & A. Wells (Eds.), *Depressive Rumination: Nature, Theory and Treatment* (pp. 187–215). Wiley. URL: <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/book/10.1002/9780470713853>
- Majd Ara, E., Makvand Hoseini, S., Arab Ghaeni, M., & Asbaghi, E. (2017). Mediating Role of Rumination in the Relationship between Social Anxiety and Depression and Early Maladaptive Schemas. *Journal of Modern Psychological Researches*, 12(47), 181-203 (In Persian). URL: [https://psychologyj.tabrizu.ac.ir/article\\_7011.html?lang=en](https://psychologyj.tabrizu.ac.ir/article_7011.html?lang=en)
- Malko, A., Duenser, A., Kangas, M., Mollá-Aliod, D., & Paris, C. (2023). Message similarity as a proxy to repetitive thinking: Associations with non-suicidal self-injury and suicidal ideation on social media. *Computers in Human Behavior Reports*, 100320. <https://doi.org/10.1016/j.chbr.2023.100320>
- Naderzadeh, H., Salehy, M., Jafariroshan, M., Kochakentazar, R. (2019). A structural equation model of relationship between Social Anxiety symptoms, Early Maladaptive schemas and Cognitive Distortions in Adolescents. *Research in psychological health*, 13(1), 40-57 (In Persian). <http://dx.doi.org/10.52547/rph.13.1.40>
- Nolen-Hoeksema, S., & Morrow, J. (1991). A prospective study of depression and posttraumatic stress symptoms after a natural disaster: The 1989 Loma Prieta earthquake. *Journal of Personality and Social Psychology*, 61(1), 115–121. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.61.1.115>
- Poorabed, H., & Bahrami, F. (2022). Relationship between Early Maladaptive Schemas and Social Anxiety among Athletes: The Mediating Role of Physical Self-Concept. *Sport Psychology Studies*, 10(38), 157-168 (In Persian). <https://doi.org/10.22089/spsyj.2021.10332.2142>
- Salmalian, H., Maleki Pirbazari, M., & Salehi, S. (2020). The relationship early maladaptive schemas of students with their academic burnout and social anxiety (A Canonical Correlation). *Journal of Educational Sciences*, 27(1), 183-202 (In Persian). <https://doi.org/10.22055/edus.2020.32778.3005>
- Salmani, M., & Tavakoli Banizi, A. (2025). Effectiveness of Group Cognitive Behavioral Training on Emotion Management and Self-Worth in Single Parent Female Students with Social Anxiety. *Recent Innovations in Psychology*, 2(3), 75-90 (In Persian). <https://doi.org/10.22034/rip.2024.470222.1049>
- Satici, B., Saricali, M., Satici, S. A. & Griffiths, M. D. (2020). Intolerance of uncertainty and mental wellbeing: Serial mediation by rumination and fear of COVID-19. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 1-12 . <https://doi.org/10.1007/s11469-020-00305-0>
- Shen, H. Li, M. & Li, L. (2022). Influence of social exclusion on the inferiority feeling of community youth. *Iranian Journal of Public Health*, 51(7), 1576- 1584. <https://doi.org/10.18502/ijph.v51i7.10091>
- Spain, D. Sin, J. Linder, K. B. McMahon, J. & Happé, F. (2018). Social anxiety in autism spectrum disorder: A systematic review. *Research in Autism Spectrum Disorders*, 52, 51-68. <https://doi.org/10.1016/j.rasd.2018.04.007>
- Waller, G., Meyer, C., & Ohanian, V. (2001). Psychometric properties of the long and short versions of the Young Schema Questionnaire: Core beliefs among bulimic and comparison women. *Cognitive Therapy and Research*, 25(2), 137-147. URL: <https://psycnet.apa.org/record/2001-17764-002>
- Wu, P., Cao, K., Feng, W., & Lv, S. (2024). Cross-lagged analysis of rumination and social anxiety among Chinese college students. *BMC Psychology*, 12, 28. <https://doi.org/10.1186/s40359-023-01515-6>

- Young, J. E., & Brown, G. (1994). Young Schema Questionnaire-Short Form. New York: Cognitive Therapy Centre of New York. URL: <https://tr.ir/ieh8lz>
- ZadeHassan, Z., & SerajKhorrami, N. (2016). The relationship between body image concern, early maladaptive schemas and alexithymia with social anxiety among female students of Islamic Azad university. *Journal of Social Psychology*, 3(38), 61-80 (In Persian). URL: <https://dorl.net/dor/20.1001.1.23455098.1395.3.38.6.4>
- Zhu, Z., Lei, X., & Zhang, J. (2023). The intervention effect of humanistic ideological and political management on ruminant thinking of college students and on depression and anxiety. *CNS Spectrums*, 28(S1), S25-S26. <https://doi.org/10.1017/S1092852923000974>