

Research Paper

Relationship between Early Maladaptive Schemas and Social Anxiety among Athletes: The Mediating Role of Physical Self-ConceptHossein Poorabed¹, Fatemeh Bahrami²

1. Department of Counseling and Psychology, Faculty of Literature and Humanities, Quchan Azad University, Quchan, Iran

2. Assistant professor, Department of Educational Science, Faculty of Literature and Humanities, Sabzevari Hakim University, Sabzevar, Iran
(Corresponding Author)

Received:

07 Apr 2021

Accepted:

02 Aug 2021

Keywords:

Early
Maladaptive
Schemas, Social
Anxiety, Self-
Concept

Abstract

Social anxiety is affected by Genetic factors and personality traits, and many cognitive-behavioral components. Early maladaptive schemas are one of the cognitive factors that make social anxiety disorder persistent. Therefore, the present study examines the relationship between early maladaptive schemas and athletes' social anxiety with the mediating role of physical self-concept. After referring to different sports clubs, 280 athletes voluntarily participated in the present study and completed the Young Schema (YSQ), social anxiety, and physical self-concept questionnaires. The path analysis in Smart PLS software at a significant level of 0.05 showed that there is a positive and meaningful relationship between social anxiety and maladaptive schemas of the Disconnection and Rejection Domain, impaired autonomy and performance, impaired limits, other-directedness and hypervigilance, and inhibition. Also, there is a negative and meaningful relationship between physical self-concept and maladaptive schemas of the Disconnection and Rejection Domain, impaired autonomy and performance, hypervigilance, and inhibition. Besides, there is no significant relationship between maladaptive schemas of impaired limits and other-directedness and physical self-concept. Finally, there is a negative and significant relationship between physical self-concept and social anxiety. Although early maladaptive schemas increase social anxiety and decrease self-concept, self-concept does not mediate the relationship between early maladaptive schemas and social anxiety.

1. Email: poorabeddoctora@gmail.com

2. Email: f.bahrami@hsu.ac.ir



Creative Commons Attribution-NonCommercial-NoDerivatives 4.0 International Public License

Extended Abstract

Abstract

Athletes become anxious for a variety of reasons, including the importance of success and differences in their level of theoretical ability and performance. Studies have shown that events such as injury are associated with high levels of stress, depression and anxiety. (Rise et al,2016; Goutenbarg,Frings-Dresen and Sluiter, 2015).In the last two decades, researchers, while addressing the pathological aspects and symptoms of the disorder, have paid close attention to the higher contexts or association of other variables with social anxiety.(Hassanvand , Hasanvand and Ghadampour,2015).Cognitive factors maintain social anxiety disorder. A type of cognitive factors that play a role in the persistence of social anxiety disorder are schemas. Early maladaptive schemas are deep beliefs about oneself and others that distort the processing of external information in an inefficient way.(Thimm,2011; Leung,Pelissolo,2000; Kimbrel,2008;Turner,Aspin,Gillman,2019).Physical self-concept is one of the most important psychological phenomena that plays a decisive role in personal, social and mental health.(Bhattacharje, 2013).Self-concept is defined as the overall image of a person about himself, which includes real experiences and the interpretation of these experiences. (Shams and Akbari Kamrani ,2015). In a study, Alinejad and Rahmani(2018) have examined the relationship between

early maladaptive schemas, self-concept and anxiety in students. Also, Shavandi,karbalayi and Sabet(2016) have compared Anxiety, psychological adjustment, and maladaptive schemas between professional and non-professional athletes. but this The study did not address the relationship between these variables in athletes. Therefore, the aim of the present study was to investigate the relationship between early maladaptive schemas and athletes' social anxiety and to investigate the mediating role of physical self-concept in order to fill the existing scientific gap.

Material and Methods

The method of the present study was correlation-path analysis. The present study population was all athletes of different team and individual disciplines in Karaj who had at least three sessions of regular specialized sports per week and at least three years of experience in competition at the provincial level and above. From this community, 350 people were selected voluntarily by referring to different clubs and sports delegations, and out of this number, only 280 questionnaires were completely completed and provided to the researcher.

Young Schema Questionnaire(1998).

This questionnaire is the third short form of the Young Schema Questionnaire. This questionnaire is a 75-item tool for measuring initial inconsistent schemas with a Likert scale on a 6-point scale from



(Completely False = 1 to Completely True = 6). A high score on this scale means more incompatibility in the schemas. The items are grouped into 15 schemas and five domains. This questionnaire measures 15 inappropriate initial schemas which include emotional deprivation, separation / rejection, mistrust / abuse, social isolation / alienation, disability / shame, failure, dependence / inadequacy, vulnerability to harm and illness, suffering, suffering Self-sacrifice, Emotional restraint, Strict criteria, Eligibility / magnification, and Inadequate self. Divandari et al. (2009) tested the validity of this questionnaire using structural equation method and the fit indices were 0.75 to 0.83 and were confirmed. Also, the overall reliability of this questionnaire was reported by Cronbach's alpha method of 0.94.

Social Anxiety Questionnaire

This questionnaire was developed in 1996 by Jarabak to measure social anxiety. This questionnaire has 25 five-choice questions with almost always, often, sometimes, rarely, almost never. The internal consistency of the questionnaire with Cronbach's alpha method was reported to be 0.76. Movahediyan et al. (2020) The validity of this questionnaire was examined using structural equation method and the fit indices were 0.88 to 0.96, respectively, and were confirmed. Also, the overall reliability of this questionnaire was reported by Cronbach's alpha method 0.88.

Marsh Physical Self-Concept Questionnaire (1996).

This questionnaire has 47 items in 11 components (health, body fat, body appearance, coordination, tolerance, flexibility, health, exercise, strength, overall body self-concept and overall self-esteem). Responses were scored on a six-point Likert scale, ranging from false (score 1) to true (score 6). questionnaire was examined by factor analysis method and the fit indices were 0.92 to 0.97 and were confirmed. Also, the overall reliability of this questionnaire was reported by Cronbach's alpha method of 0.95.

Data processing Method

To investigate the causal relationships between the variables and the mediating role of the self-concept variable, path analysis was used in Smart PLS version 3.3 at a significance level of 0.05.

Results

72% of participants were male and 28% were female. results of the measurement model using Smart PLS software showed that Cronbach's alpha values for social anxiety were 0.97, For body self-concept equal to 0.95; For cut and exclusion equal to 0.93; Autonomy and impaired performance equal to 0.92; Disruptive limits equal to 0.92; Orientation equal to 0.89; And excessive ringing and inhibition is equal to 0.91. Cronbach's alpha values and reliability are above the acceptable value of 0.7, therefore, the questionnaires have good reliability. Also, the mean of variance extracted as the internal validity index of the measurement model showed



internal (convergent) validity for social anxiety with 0.90; For body self-concept equal to 0.67; For cut and exclusion equal to 0.88; Autonomy and impaired performance equal to 0.86; Disruptive limits equal to 0.86; Orientation equal to 0.82; And excessive ringing and inhibition is equal to 0.84. Therefore, the questionnaires used use convergent validity. Finally, the Fornell-Larker criterion showed that the mean squared variance squared of each latent variable is greater than the maximum correlation of that latent variable with other latent variables. Also, the commonality or cross-validity index showed that these values are positive for all variables. This index actually measures the ability of the path model to predict observable variables through the values of their corresponding hidden variables. Therefore, the measurement model has good divergent validity. The results of path analysis showed inconsistent schemas of cut and exclusion domains ($P = 0.003$, $T = 3.03$, $b = 0.34$), Self-control and impaired function ($P = 0.015$, $T = 2.43$, $B = 27.2$), disturbed constraints ($P = 0.001$, $T = 3.34$, $b = 0.42$), orientation ($P = 0.039$, $T = 2.06$, $b = 0.25$) and excessive angularity and inhibition ($P = 0.009$, $T = 2.62$, $b = 0.29$) have a positive and significant relationship with social anxiety. In addition, inconsistent schemas of cut and exclusion domains ($P = 0.000$, $T = 3.71$, $b = -0.18$), Self-control and impaired performance ($P = 0.027$, $T = 2.22$, $O = -0.19$), and excessive angulation and inhibition ($P = 0.035$, T

$= 2.11$, $b = 0.20$) have a negative and significant relationship with physical self-concept. In addition, no significant relationship was observed between incompatible schemas, the perturbations ($P = 0.536$, $T = 0.619$, $b = 0.06$) and orientation ($P = 0.392$, $T = 0.857$, $b = 0.07$) with physical self-concept. Also, body self-concept did not play a significant mediating role between early maladaptive schemas and social anxiety ($p > 0.05$). Finally, physical self-concept had a negative and significant relationship with social anxiety ($P = 0.046$, $T = 1.99$, $b = -0.10$). The Q-Do index in the Stone-Geisler model shows that they are all positive. The intensity of the model's predictive power over endogenous latent variables is strong. Also, the value of the coefficient of determination for the social anxiety variable is equal to 0.56 and for the endogenous variable of self-concept is equal to 0.10, which is desirable. Finally, the good fit index (GFV) for measuring the performance of the model is equal to 0.53, which is a sign of the average desirability of the model.

Discussion and Concolusion

The results of the present study showed that maladaptive schemas play an important role in social anxiety. The cut-off scheme is very important in creating and perpetuating social anxiety. Starcevic (2005) believed that the core of social anxiety was the fear of negative evaluation of others. Therefore, respecting the rights of others to prevent negative judgments of others is considered in anxious



people. Thus, in the area of maladaptive orientation schemes, over-attention to others and neglect of one's own needs develops (Rapee and Spence, 2004). Characteristics of the disruptive constraint scheme include no rational constraints, accountability, mutual cooperation, and goal setting. Therefore, in social situations, the person avoids social status despite the desire to develop his / her abilities due to lack of sufficient communication skills that can be due to the features of this schema. (Ghasemi and Elahi,2019; Pinto-Gouveia,Castilh,Galhardo &Cunha,2006). Finally, early maladaptive schemas in the domain of constrained constraints lead to difficulties in defining internal boundaries, responsible performance, or coherent action to achieve long-term goals, weakness, and inability. Therefore, people with these schemas have problems with respecting the rights of others, cooperating with others, committing or setting goals, and achieving realistic goals. (Ghasemi and Elahi,2019). In addition, the cut-off / exclusion domain schema is very important in creating and sustaining social anxiety. Which usually occur in emotionless, harassing environments (Naderzadeh, Salehi, Ja'fari Roshan, Kochak Entezar,2020). The results of the present study showed that there is a negative relationship between early maladaptive schemas and physical self-concept; That is, these early maladaptive schemas lead to lower scores on bodily self-concept. according to cognitive and attachment theories, it can be stated that negative

experiences of athletes can be internalized and lead to the formation of their unexpected responses in sports settings and other events. (Salehian and Gursoy .2020). In fact, people who have a clear, harmonious, and almost stable self-concept have better mental health. Therefore, people with physical self-concept are less affected by current events and social evaluations, and as a result, they experience fewer symptoms of anxiety and depression in the face of frustrating daily events. However, in the present study, physical self-concept has no role in the relationship between maladaptive schemas and social anxiety. In explaining these results, it can be pointed out that maladaptive schemas seem to explain a high percentage of the variance of social anxiety, and given that athletes' physical self-concept is usually high, low variability in the physical self-concept variable and explanation. A large part of the variance of the anxiety variable by schemas, in fact, there was little space for the effect of physical self-concept on the relationship between the two main variables. Finally, identifying schemas that contribute to the vulnerability of individuals is an effective step in the development and application of psychological interventions. Therefore, sports psychologists are advised to identify social maladaptive schemas and appropriate interventions to reduce social anxiety. Research on early maladaptive schemas and psychological symptoms has always emphasized the importance of the



existence of these schemas in the formation of these symptoms. Finally, since this study was limited to athletes' social anxiety, other researchers are

suggested to investigate the role of maladaptive schemas in athletes' competitive anxiety.



مقاله پژوهشی

ارتباط طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه با اضطراب اجتماعی ورزشکاران: نقش میانجی خودپنداره‌بدنی

حسین پور عابد^۱، فاطمه بهرامی^۲

۱. گروه مشاوره و روانشناسی، دانشکده ادبیات و علوم انسانی، دانشگاه آزاد اسلامی، قوچان، ایران
 ۲. استادیار گروه علوم تربیتی، دانشکده ادبیات و علوم انسانی، دانشگاه حکیم سبزواری، سبزوار، ایران (نویسنده مسئول)

چکیده

با شیوع بالای اضطراب اجتماعی و تداخل جدی این اختلال با زندگی شخصی و حرفه ای افراد، شناسایی عوامل مؤثر بر اضطراب اجتماعی مهم است. بنابراین، هدف پژوهش حاضر مطالعه ارتباط طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه با اضطراب اجتماعی ورزشکاران با نقش میانجی‌گر خودپنداره‌بدنی بود. بدین منظور با مراجعه به باشگاه‌های ورزشی مختلف، تعداد ۲۸۰ ورزشکار به صورت داوطلبانه در پژوهش حاضر شرکت کردند و پرسش‌نامه‌های طرح‌واره‌یانگ (۱۹۹۸)، اضطراب اجتماعی جرابک (۱۹۹۶) و خودپنداره‌بدنی مارش (۱۹۹۶) را تکمیل نمودند. نتایج تحلیل مسیر در نرم‌افزار اسمارت پی.ال.اس در سطح معناداری ۰/۰۵ نشان داد طرح‌واره‌های ناسازگار حوزه‌های بریدگی و طرد ($b=0/003, T=3/03, P=0/003$)، خودگردانی و عملکرد مختل ($b=0/015, T=2/43, P=0/015$)، محدودیت‌های مختل ($b=0/027, T=3/34, P=0/001$)، جهت‌مندی ($b=0/042, T=2/06, P=0/039$) و گوش‌به‌زنگی بیش از حد و بازداری ($b=0/009, T=2/62, P=0/009$) با اضطراب اجتماعی ارتباط مثبت و معناداری دارند. به علاوه، طرح‌واره‌های ناسازگار حوزه‌های بریدگی و طرد ($b=-0/18, T=3/71, P=0/000$)، خودگردانی و عملکرد مختل برابر ($b=-0/19, T=2/22, P=0/027$) و گوش‌به‌زنگی بیش از حد و بازداری ($b=0/035, T=2/11, P=0/035$) با خودپنداره‌بدنی ارتباط منفی و معناداری دارند. به علاوه، بین طرح‌واره‌های ناسازگار محدودیت‌های مختل برابر ($P=0/526$)، جهت‌مندی ($b=-0/06, T=0/619, P=0/392$) و خودپنداره‌بدنی ($b=0/07, T=0/857, P=0/392$) با خودپنداره‌بدنی ارتباط معناداری مشاهده نشد. خودپنداره‌بدنی بین طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه و اضطراب اجتماعی نقش میانجی معناداری نداشت ($P>0/05$). در نهایت، خودپنداره‌بدنی با اضطراب اجتماعی ارتباط منفی و معناداری داشتند ($b=-0/046, T=1/99, P=0/046$). به طور کلی، طرح‌واره‌ی ناسازگار اولیه نقش مهمی در افزایش اضطراب اجتماعی و کاهش خودپنداره بازی می‌کند، اما خودپنداره بدنی نقش قابل توجهی در ارتباط بین طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه و اضطراب اجتماعی بازی نمی‌کنند.

تاریخ دریافت:

۱۴۰۰/۰۱/۲۸

تاریخ پذیرش:

۱۴۰۰/۰۵/۱۱

واژگان کلیدی:

طرح‌واره‌های
 ناسازگار اولیه،
 اضطراب اجتماعی،
 خودپنداره

1. Email: poorabeddoctora@gmail.com

2. Email: f.bahrami@hsu.ac.ir



مقدمه

و اضطراب را در دانشجویان بررسی کرده بوده اند. همچنین، شونیدی و همکاران (۲۰۱۶) اضطراب، سازگاری روانی و طرح‌واره‌های ناسازگار در بین ورزشکاران حرفه‌ای و غیرحرفه‌ای را مقایسه کرده بودند. اما این مطالعه به رابطه بین این متغیرها در ورزشکاران نپرداخته بود. بنابراین، هدف پژوهش حاضر مطالعه ارتباط طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه با اضطراب اجتماعی ورزشکاران و بررسی نقش میانجی‌گر خودپنداره‌بدنی بود تا شکاف علمی موجود را پر کنند.

روش‌شناسی پژوهش

روش پژوهش حاضر از نوع همبستگی-تحلیل مسیر بود. جامعه پژوهش حاضر کلیه ورزشکاران رشته‌های مختلف تیمی و انفرادی شهر کرج بودند که حداقل در هفته سه جلسه به صورت منظم ورزش تخصصی و حداقل سه سال سابقه رقابت در سطح استانی و بالاتر را داشتند. از این جامعه تعداد ۳۵۰ نفر به صورت داوطلبانه با مراجعه به باشگاه‌ها و هیئت‌های ورزشی مختلف انتخاب شدند و از این تعداد فقط ۲۸۰ پرسش‌نامه به صورت کامل تکمیل در اختیار پژوهشگر قرار گرفت.

پرسش‌نامه طرح‌واره یانگ (۱۹۹۸). این پرسش‌نامه سومین فرم کوتاه پرسش‌نامه طرح‌واره یانگ است. این پرسش‌نامه یک ابزار ۷۵ سئوالی برای سنجش طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه با طیف لیکرت روی یک مقیاس ۶ درجه‌ای از (کاملاً نادرست=۱ تا کاملاً درست=۶) درجه‌بندی می‌شود. نمره بالا در این مقیاس به معنای ناسازگاری بیشتر در طرح‌واره‌ها است. گویه‌ها در ۱۵ طرح‌واره و پنج حوزه گروه‌بندی

ورزشکاران به دلایل مختلف از جمله اهمیت کسب موفقیت و تفاوت سطح توانایی‌های نظری و قابلیت‌های اجرایی خود دچار اضطراب می‌شود. مطالعات نشان داده‌اند اتفاقاتی مانند آسیب دیدگی با میزان بالایی از استرس، افسردگی و اضطراب همراه است (ریس و همکاران، ۲۰۱۶؛ گوتبرگ و همکاران،^۱ ۲۰۱۵). در دو دهه اخیر پژوهشگران، در عین پرداختن به جنبه‌های آسیب‌شناسی و نشانه اختلال مزبور، به زمینه‌های عالی یا ارتباطی متغیرهای دیگر با اضطراب اجتماعی توجه جدی نشان داده‌اند. (حسنوند و همکاران، ۲۰۱۴). عوامل شناختی، اختلال اضطراب اجتماعی را حفظ می‌کنند. نوعی از عوامل شناختی که در تداوم اختلال اضطراب اجتماعی نقش دارند، طرح‌واره‌ها هستند. طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه، باورهای عمیق در مورد خود و دیگران هستند که پردازش اطلاعات بیرونی را به مسیری ناکارآمد منحرف می‌کنند. (تیم و همکاران،^۲ ۲۰۱۱؛ لیونگ و همکاران،^۳ ۲۰۰۷؛ کیمبرل،^۴ ۲۰۰۸؛ تورنر و همکاران،^۵ ۲۰۱۹). خودپنداره‌بدنی یکی از مهم‌ترین پدیده‌های روان‌شناختی است که نقش تعیین‌کننده در زندگی فردی، اجتماعی و سلامت روان دارد. (بتاچارژ،^۶ ۲۰۱۳). خودپنداره به‌عنوان تصویر کلی فرد درباره خودش تعریف شده است که شامل تجربیات واقعی و تفسیر این تجربیات است (شمس و اکبری کامرانی، ۲۰۱۵). در مطالعه‌ای، علی نژاد و همکاران (۲۰۱۸) رابطه طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه، خودپنداره

1. Gouttebarga et al.
2. Thimm
3. Leung
4. Kimbrel
5. Turner et al.
6. Bhattacharjee



شده‌اند. این پرسش‌نامه ۱۵ طرح‌واره اولیه ناسازگار را می‌سجد که عبارتند از محرومیت هیجانی، جدایی/ طرد، بی‌اعتمادی/ بد رفتاری، انزوای اجتماعی/ بیگانگی، نقص/ شرم، شکست، وابستگی/ بی‌کفایتی، آسیب‌پذیری در برابر ضرر و بیماری، گرفتار/ خودتحوّل نایافته، اطاعت، قربانی‌کردن خود، بازداری هیجانی، معیارهای سخت‌گیرانه، استحقاق/ بزرگ‌منشی، و خود ناکافی. دیوانداری و همکاران (۲۰۰۹). روایی این پرسش‌نامه را با استفاده از روش معادلات ساختاری مورد بررسی قرار دادند و شاخص‌های برازش برابر با ۰/۷۵ تا ۰/۸۳ بود و مورد تأیید قرار گرفت. همچنین، پایایی کلی این پرسش‌نامه را نیز به روش آلفای کرونباخ ۰/۹۴ گزارش نمودند.

روش پردازش داده‌ها

برای بررسی روابط علی بین متغیرها و نقش میانجی متغیر خودپنداره از تحلیل مسیر در نرم افزار اسمارت پی.ال.اس نسخه ۳/۳ در سطح معناداری ۰/۰۵ استفاده شد.

یافته‌ها

۷۲ درصد شرکت کنندگان مرد و ۲۸ درصد زن بودند. نتایج آزمون مدل اندازه‌گیری با استفاده از نرم‌افزار اسمارت پی.ال.اس نشان داد که مقادیر آلفای کرونباخ برای اضطراب اجتماعی با ۰/۹۷؛ برای خودپنداره‌بندی برابر با ۰/۹۵؛ برای بریدگی و طرد برابر با ۰/۹۳؛ خودگردانی و عملکرد مختل برابر با ۰/۹۲؛ محدودیت‌های مختل برابر با ۰/۹۲؛ جهت‌مندی برابر با ۰/۸۹؛ و گوش‌به‌زنگی بیش از حد و بازداری برابر با ۰/۹۱ است. مقادیر آلفای کرونباخ و پایایی بالاتر از مقدار قابل قبول ۰/۷ هستند، بنابراین پرسش‌نامه‌ها از پایایی مطلوبی برخوردار هستند. همچنین، معیار میانگین واریانس استخراج شده به عنوان شاخص روایی درونی مدل اندازه‌گیری نشان داد روایی درونی (همگرا) برای اضطراب اجتماعی با ۰/۹۰؛ برای خودپنداره‌بندی برابر با ۰/۶۷؛ برای بریدگی و طرد برابر با ۰/۸۸؛ خودگردانی و عملکرد مختل برابر با ۰/۸۶؛ محدودیت‌های مختل برابر با ۰/۸۶؛ جهت‌مندی برابر با ۰/۸۲؛ و گوش‌به‌زنگی بیش از حد و بازداری برابر با ۰/۸۴ است. بنابراین،

شده‌اند. این پرسش‌نامه ۱۵ طرح‌واره اولیه ناسازگار را می‌سجد که عبارتند از محرومیت هیجانی، جدایی/ طرد، بی‌اعتمادی/ بد رفتاری، انزوای اجتماعی/ بیگانگی، نقص/ شرم، شکست، وابستگی/ بی‌کفایتی، آسیب‌پذیری در برابر ضرر و بیماری، گرفتار/ خودتحوّل نایافته، اطاعت، قربانی‌کردن خود، بازداری هیجانی، معیارهای سخت‌گیرانه، استحقاق/ بزرگ‌منشی، و خود ناکافی. دیوانداری و همکاران (۲۰۰۹). روایی این پرسش‌نامه را با استفاده از روش معادلات ساختاری مورد بررسی قرار دادند و شاخص‌های برازش برابر با ۰/۷۵ تا ۰/۸۳ بود و مورد تأیید قرار گرفت. همچنین، پایایی کلی این پرسش‌نامه را نیز به روش آلفای کرونباخ ۰/۹۴ گزارش نمودند.

پرسش‌نامه اضطراب اجتماعی: این پرسش‌نامه در سال ۱۹۹۶ توسط جرابک برای سنجش اضطراب اجتماعی ساخته شد. این ابزار دارای ۲۵ سؤال پنج گزینه‌ای با گزینه‌های تقریباً همیشه، اغلب اوقات، گاهی اوقات، بندرت، تقریباً هیچ وقت است. همسانی درونی پرسش‌نامه با روش آلفای کرونباخ ۰/۷۶ گزارش شده است. موحدیان و همکاران (۲۰۲۰) روایی این پرسش‌نامه را با استفاده از روش معادلات ساختاری مورد بررسی قرار دادند و شاخص‌های برازش به ترتیب برابر با ۰/۸۸ تا ۰/۹۶ بود و مورد تأیید قرار گرفت. همچنین، پایایی کلی این پرسش‌نامه را نیز به روش آلفای کرونباخ ۰/۸۸ گزارش نمودند.

پرسش‌نامه خودپنداره بدنی مارش

(۱۹۹۶): این پرسش‌نامه دارای ۴۷ عبارت در ۱۱ مؤلفه (سلامتی، چربی بدن، ظاهر بدن، هماهنگی، تحمل، انعطاف‌پذیری، تندرستی، ورزش، قدرت، خودپنداره بدنی کلی و عزت نفس کلی) است. پاسخ‌ها بر اساس مقیاس شش ارزشی لیکرت، در دامنه‌ای از



در مدل استون- گایسلر را نشان می‌دهد که همگی مثبت هستند. بنابراین، مدل ساختاری از کیفیت مناسبی برخوردار است. شدت قدرت پیش‌بینی مدل در مورد متغیرهای پنهان درون‌زا قوی است. همچنین، مقدار ضریب تعیین برای متغیر اضطراب اجتماعی برابر با ۰/۵۶ و برای متغیر درون‌زاد خودپنداره برابر با ۰/۱۰ است که مطلوب است. در نهایت، شاخص نیکویی برازش (جی.اف.او) برای سنجش عملکرد مدل برابر با ۰/۵۳ است که نشانه مطلوبیت متوسط مدل است.

بحث و نتیجه گیری

نتایج پژوهش حاضر نشان داد طرح‌واره‌های ناسازگارانه نقش مهمی در اضطراب اجتماعی دارند. طرح‌واره حوزه بریدگی - طرد اهمیت زیادی در ایجاد و تداوم اضطراب اجتماعی دارد. استارسوویچ (۲۰۰۵) عقیده داشت هسته اصلی اضطراب اجتماعی ترس از ارزیابی منفی دیگران است. بنابراین، رعایت حقوق دیگران برای جلوگیری از قضاوت‌های منفی دیگران، در افراد مضطرب مورد توجه قرار می‌گیرد. بنابراین، در حوزه طرح‌های ناسازگارانه جهت‌مندی، توجه بیش از حد به دیگران و نادیده گرفتن نیازهای خود، توسعه می‌یابد (رپی و اسپنس، ۲۰۰۴). خصوصیات طرح‌واره محدودیت‌های مختل شامل عدم ایجاد محدودیت‌های منطقی، مسئولیت‌پذیری، همکاری متقابل و هدف‌گزینی است. بنابراین، فرد در موقعیت‌های اجتماعی علی‌رغم داشتن میل به ظهور توانمندی‌های خویش به دلیل نداشتن مهارت‌های ارتباطی کافی که می‌تواند ناشی از ویژگی‌های این طرح‌واره باشد، از موقعیت اجتماعی اجتناب می‌ورزد (قاسمی و الهی، ۲۰۱۹؛ پینتوگایا و همکاران، ۲۰۰۶).

پرسش‌نامه‌های مورد استفاده از روایی همگرا مناسب برخوردار هستند. در نهایت، معیار فورنل-لارکر نشان داد مجذور میانگین واریانس استخراج شده هر متغیر پنهان بیشتر از حداکثر همبستگی آن متغیر پنهان با سایر متغیرهای پنهان است. همچنین، شاخص اشتراک یا روایی متقاطع نشان داد این مقادیر برای تمامی متغیرها مثبت است. این شاخص در واقع توانایی مدل مسیر را در پیش‌بینی متغیرهای مشاهده پذیر از طریق مقادیر متغیر پنهان متناظرشان می‌سنجد. بنابراین، مدل اندازه‌گیری از روایی واگرا مناسبی برخوردار است.

نتایج تحلیل مسیر نشان داد طرح‌واره‌های ناسازگار حوزه‌های بریدگی و طرد ($T=۳/۰۳$, $P=۰/۰۰۳$), خودگردانی و عملکرد مختل ($b=۰/۳۴$, $P=۰/۰۱۵$), محدودیت‌های مختل ($T=۲/۴۳$, $b=۰/۲۷$), جهت‌مندی ($T=۳/۳۴$, $P=۰/۰۰۱$), $b=۰/۴۲$), گوش‌به‌زنگی ($T=۲/۰۶$, $P=۰/۰۳۹$), $b=۰/۲۵$) و بازداری ($T=۲/۶۲$, $P=۰/۰۰۹$), $b=۰/۲۹$) با اضطراب اجتماعی ارتباط مثبت و معناداری دارند. به علاوه، طرح‌واره‌های ناسازگار حوزه‌های بریدگی و طرد ($T=۳/۷۱$, $P=۰/۰۰۰$), $b=-۰/۱۸$), خودگردانی و عملکرد مختل برابر ($T=۲/۲۲$, $P=۰/۰۲۷$), $T=۲/۱۱$, $P=۰/۰۳۵$), $b=۰/۲۰$) با خودپنداره‌بدنی ارتباط منفی و معناداری دارند. به علاوه، بین طرح‌واره‌های ناسازگار محدودیت‌های مختل برابر ($T=۰/۶۱۹$, $P=۰/۵۳۶$), $b=-۰/۰۶$) و جهت‌مندی ($T=۰/۸۵۷$, $P=۰/۳۹۲$), $b=۰/۰۷$) با خودپنداره‌بدنی ارتباط معناداری مشاهده نشد. همچنین، خودپنداره‌بدنی بین طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه و اضطراب اجتماعی نقش میانجی معناداری نداشت ($p>۰/۰۵$). در نهایت، خودپنداره‌بدنی با اضطراب اجتماعی ارتباط منفی و معناداری داشتند ($T=۱/۹۹$, $P=۰/۰۴۶$), $b=-۰/۱۰$). شاخص کیو-دو

1. Rapee & Spence



تأثیر وقایع روانه و ارزیابی های اجتماعی قرار می‌گیرند و در نتیجه در مواجهه با رویدادهای ناامیدکننده روزانه علائم اضطراب و افسردگی کمتری از خود بروز می‌دهند. هر چند، در مطالعه حاضر خودپنداره بدنی نقشی در رابطه بین طرح‌واره‌های ناسازگار و اضطراب اجتماعی ندارد. در تبیین این نتایج می‌توان به این امر اشاره کرد که به نظر می‌رسد طرح‌واره‌های ناسازگار درصد بالایی از واریانس اضطراب اجتماعی را تبیین می‌کنند و با توجه به این‌که خودپنداره بدنی ورزشکاران معمولاً بالا است، عدم تغییرپذیری پایین در متغیر خودپنداره بدنی و تبیین بخش زیادی از واریانس متغیر اضطراب توسط طرحواره‌ها، عملاً فضا برای اثرگذاری خودپنداره بدنی بر رابطه بین دو متغیر اصلی کم بوده است. در نهایت، شناسایی طرح‌واره‌هایی که در آسیب‌پذیری افراد نقش دارند، گام مؤثری در راستای تدوین و کاربرد مداخلات روان‌شناختی است. بنابراین، به روان‌شناسان ورزشی پیشنهاد می‌شود، با شناسایی طرح‌واره‌های ناسازگار و مداخله مناسب بر آنها زمینه را برای کاهش اضطراب اجتماعی فراهم کنند. پژوهش‌های انجام شده در رابطه با طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه و علائم روانی همواره بر اهمیت وجود این طرح‌واره‌ها در شکل‌گیری این علائم تأکید دارند. در نهایت، با توجه به این‌که این پژوهش محدود به اضطراب اجتماعی ورزشکاران بود، به محققان دیگر پیشنهاد می‌شود که نقش طرح‌واره‌های ناسازگار را در اضطراب رقابتی ورزشکاران بررسی کنند.

در نهایت، طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه حوزه محدودیت‌های مختل به مشکلاتی در تعیین مرزهای درونی، عملکرد مسئولانه یا فعالیت منسجم برای دستیابی به اهداف درازمدت، ضعف و ناتوانی منجر می‌شود. لذا افراد برخوردار از این طرح‌واره‌ها مشکلاتی در رابطه با رعایت حقوق دیگران، همکاری با دیگران، تعهد یا هدف‌گزینی و رسیدن به اهداف واقع‌بینانه دارند. (قاسمی و همکاران، ۲۰۱۹). به علاوه، طرح‌واره حوزه بریدگی/طرد اهمیت زیادی در ایجاد و تداوم اضطراب اجتماعی دارد، می‌تواند تغییرات بعدی نشانگان اضطراب اجتماعی را در طول زمان پیش‌بینی کند و از این رو به نظر می‌رسد طرح‌واره‌های این حوزه بیشترین تأثیر را بر اضطراب اجتماعی دارند که معمولاً در محیط‌های بی‌عاطفه، مضایقه‌گر به‌وجود می‌آیند. (نادرزاده همکاران، ۲۰۲۰).

نتایج پژوهش حاضر نشان داد بین طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه و خودپنداره بدنی ارتباط منفی وجود دارد؛ یعنی، این طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه منجر به نمرات پایین‌تر در خودپنداره بدنی می‌شوند. بر این اساس، با توجه به نظریه‌های شناختی و دلبستگی می‌توان اظهار نمود تجربیات منفی ورزشکاران می‌تواند درونی شده و منجر به شکل‌گیری پاسخ‌های دور از انتظار آنها در محیط‌های ورزشی و رویدادهای دیگر شود (صالحیان و گورسوی، ۲۰۲۰). در واقع افراد که دارای خودپنداره واضح و هماهنگ و تقریباً با ثبات هستند از سلامت روان‌شناختی بیشتری برخوردار هستند. بنابراین، افراد با خودپنداره بدنی کمتر تحت

منابع

1. Alinezhad, A., Rahmani, M. (2017). Early maladaptive schemas, self-concept, and social anxiety in students. *Contemporary Psychology* .12, (Suppl.), 1216-1221. In Persian
2. Bhattacharjee, A. (2013). Self-concept of cancer patients: a comparative



- study. *Voice of Research*, 1(4), 2277-7733.
3. Divandari, H., Ahi, G.H., Akbari, H., Mahdiyan, H. (2009). Young Schengen Questionnaire (SQ-SF): A Survey of Psychometric Properties and Factor Structure among Students of Islamic Azad University. Kashmar Branch: *Educational Research Journal*, 5(20). In Persian
 4. Gouttebauge, V., Frings-Dresen, M. H. W., & Sluiter, J. K. (2015). Mental and psychosocial health among current and former professional footballers. *Occupational Medicine*, 65(3), 190-196.
 5. Hassanvand, M., Hassanvand, A., Ghadampour, M. (2014). Predicting symptoms of social anxiety (fear, avoidance, and physiological distress) based on early maladaptive schemas. *Journal of New Psychological Research*, 8 (32), 89-110
 6. Kimbrel, N. A. (2008). A model of the development and maintenance of generalized social phobia. *Clinical Psychology Review*, 28(4), 592-612
 7. Leung, N., & Price, E. (2007). Core beliefs in dieters and eating disordered women. *Eating Behaviors*, 8(1), 65-72. Movahedian, Z., Nadi, M.A., Pazhoohi, T. (2020) Psychometric Properties of Social Anxiety Questionnaire for Adults (saq-A30) Among Students of University, *Middle Eastern Journal of Disability Studies*, IN Press. In Persian
 8. Rice, S. M., Purcell, R., De Silva, S., Mawren, D., McGorry, P. D., & Parker, A. G. (2016). The mental health of elite athletes: A narrative systematic review. *Sports Medicine (Auckland, N.z.)*, 46(9), 1333-1353.
 9. Shams, A., Akbari Kamrani, A. (2015). The Effect of Aerobic Activity Intensity on Self-Concept Dimensions among Elderly with 60 to 70 Years Old. *Sport Psychology Studies*, 4(11), 53-64. In Persian
 10. Shavandi, M., Karbalayi, M.M.A., Sabet, M. (2016). Comparison of levels of anxiety, psychological adjustment and early maladaptive schemas in professional and non-professional athletes. 2nd International Conference on Research in Engineering, Science and Technology. In Persian
 11. Starcevic, V. (2005). Social anxiety disorder (social phobia). In a anxiety disorders in adults: a clinical guide. 1st edition. *Oxford University Press*, 141-190. In Persian
 12. Thimm, J. C. (2011). Incremental validity of maladaptive schemas over five-factor model facets in the prediction of personality disorder symptoms. *Personality and Individual Differences*, 50(6), 777-782
 13. Turner, M. J., Aspin, G., & Gillman, J. (2019). Maladaptive schemas as a potential mechanism through which irrational beliefs relate to psychological distress in athletes. *Psychology of Sport and Exercise*, 44, 9-16

ارجاع دهی

پورعابد، حسین؛ و بهرامی، فاطمه؛ . (۱۴۰۰). ارتباط طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه با اضطراب اجتماعی ورزشکاران: نقش میانجی خودپنداره بدنی. *مطالعات روان‌شناسی ورزشی*، ۱۰(۳۸)، ۶۸-۱۵۷.
شناسه دیجیتال: 10.22089/SPSYJ.2021.10332.2142

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), 157-68. In Persian. DOI: 10.22089/SPSYJ.2021.10332.2142

