

მაღადაპტური სქემები სოციალური შფოთვის დროს

ნათია ბადრიშვილი^{1*}

არჩილ ბეგიაშვილი²

სოფიკო ქიტიაშვილი³

მაგდა ლომაია⁴

^{1, 2, 3, 4} გრიგოლ რობაქიძის უნივერსიტეტი, საქართველო

*პასუხისმგებელი პირი: natia.badrishvili@gruni.edu.ge

რეზიუმე. სტატიის მიზანია აჩვენოს კავშირი სოციალურ შფოთვისა და იანგის მიერ გამოყოფილ მაღადაპტურ სქემებს შორის, კერძოდ, სოციალური შფოთვის ხარისხის მიმართება 18 მაღადაპტურ სქემასთან (5 დომეინთან). კვლევის შედეგებმა აჩვენა, რომ სოციალური შფოთვის ხარისხის ზრდა კორელაციურ კავშირშია ნეგატივიზმი/პესიმიზმის სქემასთან და დომეინთან - ზესიფიზიზმ/თავშეკავება. სტატისტიკურად სანდო კავშირი გამოიკვეთა სოციალური შფოთვის ცვლადსა და არასრულფასოვნება/სირცხვილის სქემას შორისაც. სოციალური შფოთვის მაღალი ხარისხის მქონე ინდივიდები მაღალ/საშუალო ქულებს იღებდნენ იანგის სქემების კითხვარში. სოციალური შფოთვის საზომი კითხვარის მეშვეობით, შესაძლებელი გახდა იმ სიტუაციებისა და ინტერაქციისა სპეციფიკის იდენტიფიცირება, რომელიც ყველაზე მეტადაა კავშირში სოციალური შფოთვის მაღალ დონესთან. გაირკვა, რომ ფორმალურ ინტერაქციასთან დაკავშირებული სოციალური სიტუაციები, კერძოდ, საჯარო გამოსვლა/აუდიტორიის წინაშე თვითპრეზენტირება ყველაზე მეტად აღძრავს შფოთვის კვლევის რესპონდენტებში.

საკვანძო სიტყვები: სოციალური შფოთვა, მაღადაპტური სქემები, ნეგატივიზმი/პესიმიზმის სქემა, ზესიფიზიზმ/თავშეკავების დომეინი

შფოთვა სხვადასხვა სოციალურ სიტუაციაში ბევრ ჩვენგანს განუცდია და ეს ნორმალურია. ადამიანებისთვის გარშემომყოფების აზრს გარკვეული მნიშვნელობა აქვს. როდესაც შფოთვის ხარისხი მაღალია მაღალია, ინდივიდს უჩნდება ნეგატიური შინაარსის აზრები, რაც გავლენას ახდენს ქცევის ეფექტურობაზე. სოციალური შფოთვა (სოციალური ფობია) განიშრება, როგორც ერთ ან რამდენიმე სოციალურ სიტუაციასთან დაკავშირებული შიშის ან შფოთვის გამოხატული ხარისხი, რომელიც დაკავშირებულია ჭარბ სენსიტიურობასთან სხვებისგან სავარაუდო დაკვირვებისა და შეფასების მიღების მიმართ (ლომაია, 2022, გვ. 498-499; Alden, L. & Wallace, 1995, pp. 146-148; Hope et al., 1990, pp. 185-195). ასეთი ტიპის სოციალურ ინტერაქციებს მიეკუთვნება: ინტერპერსონალური სიტუაციები - ადამიანების გაცნობა, პირისპირ საუბარი, ქცევის შესრულება სხვების თანდასწრებით, როგორებიცაა მაგალითად, საჯარო სივრცეში კვება, მუშაობა სხვისი დაკვირვების ქვეშ, სხვების წინაშე გამოსვლა - სიტყვის წარმოთქმა, მოხსენების წარდგენა (Clark, 1999, pp. 6-8; Hackmann et al., 1998, pp. 3-12).

ამერიკის შფოთვისა და დეპრესიის ასოციაციის (ADAA) 2020 წლის მონაცემებით, 15 მილიონზე მეტი (18 წელს ზემოთ) ამერიკელი განიცდის სოციალური შფოთვის მაღალ, ინტენსიურ დონეს, რაც პოპულაციის 7.1% შეადგენს (Facts & Statistics, 2020). სტატისტიკა მზარდია. საქართველოში არსებული მდგომარეობის შესახებ ინფორმაცია ცნობილი არაა, თუმცა, შფოვითი აშლილობების მიზეზით სპეციალისტებთან მიმართვიანობის სიხშირე სულ უფრო იზრდება. ფსიქიკურ ჯანმრთელობასთან დაკავშირებული თემების მნიშვნელობა, ინტერესი და ღიაობა შესამჩნევ პროგრესს განიცდის. სწორედ, ამიტომ, საკითხის აქტუალობა მაღალია. უნდა აღინიშნოს, რომ სოციალურ შფოთვისა და დაკავშირებით არსებული ქართულენოვანი სამეცნიერო ლიტერატურა მწირი და ლიმიტირებულია, მით უფრო ნაკლებადაა შესწავლილი მაღადაპტური სქემები. შესაბამისად, საკვლევ საკითხთან დაკავშირებული ქართულენოვანი მასალა არ არის ხელმისაწვდომი. მიღებული მონაცემები ხელს შეუწყობს საკითხის კვლევის ახალი არეალის ფორმირებას და თემასთან დაკავშირებული სამომავლო კვლევითი ინტერესების ზრდას.

კვლევის მიზანია დაადგინოს კავშირები სოციალური შფოთვის დონესა და მაღადაპტურ სქემებს შორის (Riso et. al., 2007, pp. 3-11), კერძოდ, გაარკვიოს, იზრდება თუ არა მაღადაპტური სქემების ინტენსივობა შფოთვის დონის ზრდასთან ერთად. ამასთან, განისაზღვროს, 18 მაღადაპტური სქემიდან რომელთან აქვს ყველაზე მკვეთრი კავშირები სოციალური შფოთვის ცვლადს და როგორია მათი ურთიერთმიმართებათა სპეციფიკა.

დობსონის მიხედვით (დობსონი, 2013, გვ. 200-201), სქემები მყარი წარმოდგენებია საგნების, ადამიანებისა და ცნებების შესახებ, რომელიც, ასევე, თითოეულ მათგანს შორის ურთიერთობას მოიცავს. სქემათა ფორმირება ადრეული ბავშვობიდან იწყება და ემყარება გარემოს მიერ აღიარებულ, ნახსენებ და დამკვიდრებულ აზრებსა და იდეებს. ზრდასთან ერთად, უკვე მიღებული და დამახსოვრებული ინფორმაცია რეალურ გამოცდილებებს ერწყმის, რაც, განამტკიცებს ან გამოწვევის წინაშე აყენებს სქემებს (Brozovich & Heimberg, 2011, pp. 224-235; Caveste et.al. 2013, pp. 278-288). სქემები მიმართულია საკუთარი თავის, სხვებისა და სამყაროსკენ. სქემები გავლენას ახდენს კოგნიტურ პროცესებზე. მათ შორის, მნიშვნელოვანია, მეხსიერების მიკერძოება, რომელიც, განამტკიცებს სქემებს (Cole et. al., 2001, pp. 651-665; Hastie & Kumar, 1979, pp. 25-38; Wenzel, 2012, pp. 17-34).

კვლევის მიზნებიდან გამომდინარე, საზომ ინსტრუმენტებად გამოყენებულ იქნა ლიბოვიცის სოციალური შფოთვის შესაფასებელი სკალა (LSAS) და იანგის სქემების კითხვარი (YSQ-L3). აღნიშნული კითხვარები 2 სექციად გაერთიანდა Google Form-ში და დაეგზავნა რესპონდენტებს, რომლებიც ხელმისაწვდომობის პრინციპით შეირჩნენ. კვლევის მიზნის, საკვლევი ინსტრუმენტებისა და პროცედურის შესახებ საჭირო ინფორმაცია კითხვარის ინსტრუქციაში იქნა განთავსებული. მონაწილეებისათვის ცნობილი იყო, რომ ანონიმურობისა და კონფიდენციალობის ეტიკა დაცული იქნებოდა. ლიბოვიცის სოციალური შფოთვის საზომი კითხვარი (Liebowitz Social Anxiety Scale) ზომავს ინდივიდის სოციალური შფოთვის ხარისხს სოციალური ინტერაქციისა და სოციალურ სიტუაციებში ქცევის განხორციელების პროცესში (Liebowitz, 2023, pp. 2-8). იანგის სქემების კითხვარი (YSQ-L3) მიზნად ისახავს 18-ვე სქემის გაზომვას. დებულებები შინაარსობრივად

გამოხატავენ რწმენა-შეხედულებებს, აზრებსა თუ ვარაუდებს. რესპონდენტი აფასებს თუ რამდენად ეთანხმება თითოეულ მათგანს, ანუ, რამდენად მიესადაგება დებულებები თავად მას (Young et. al., 2003 pp. 63-91).

სოციალური შფოთვისა და მაღადაპტურ სქემების კავშირი სხვადასხვა ავტორების მიერ არის შესწავლილი (Gewelt, 2017, pp. 11-16; Gkika et.al., 2017 pp. 10-30; Hiemisch et. al., 2002, pp. 103-114). აღმოჩნდა, რომ კვლევის 360 მონაწილიდან, მათ, ვისაც სოციალური შფოთვის მაღალი მაჩვენებლი გამოუვლინდათ, მაღალი ქულები აჩვენეს იზოლაცია/უარყოფის დომეინში. კვლევამ ასევე დაადგინა, რომ ტემპერამენტი მნიშვნელოვან გავლენას ახდენს დაძლევის სტრატეგიათა არჩევაში. სოციალური შფოთვის შემთხვევაში, რესპონდენტები, რომლებიც მეტად იყვნენ ინტროვერტული, იყენებდნენ ამრიდებულ ქცევას, როგორც დაძლევის სტრატეგიას (Miaret et. al., 2014, pp. 171-190).

2006 წელს პორტუგალიაში ჩატარებული კვლევებით, გაირკვა, რომ სოციალური შფოთვის მქონე ინდივიდები მკაფიოდ მაღალ ქულებს იღებდნენ თითქმის ყველა მაღადაპტური სქემის შემთხვევაში იმ მონაწილეებთან შედარებით, რომლებსაც არ აღენიშნებოდათ შფოთვის გამოკვეთილი დონე. აღმოჩნდა, რომ სოციალური შფოთვის მქონე ინდივიდები ნაკლებად ფიქრობენ, რომ მათი საჭიროება სტაბილური, სანდო და ემპათიაზე დამყარებული ურთიერთობების შესახებ საკმარისად დაკმაყოფილებული იქნება (Pinto-Gouveira, 2006, pp. 571-584).

2008 წლის კვლევაში დაადგინეს, რომ სოციალური შფოთვა დაკავშირებულია სქემათა კლასთან, რომელიც ეხება მიტოვებულობას, წარუმატებლობასა და ემოციურ შეკავებას. სოციალური შფოთვის მაღალი მაჩვენებლის მქონე რესპონდენტებისთვის დამახასიათებელი აღმოჩნდა შიში, რომ სხვები მიატოვებენ, იქნებიან წარუმატებელი და აღმოჩნდებიან არაკომპეტენტური. ისინი მიიჩნევდნენ, რომ საჭიროა რეალური გრძნობების დამალვა, იმისთვის, რომ სხვებისგან უარყოფა არ მიიღონ (Calvete & Orue, 2008, pp. 5-21).

როგორც ჩანს, რომ სოციალური შფოთვა მყარ კავშირში უნდა იყოს ისეთ შინაარსობრივ პატერნებთან, რომელიც უკავშირდება ემოციური საჭიროებების დაკმაყოფილების დეფიციტს, ნეგატიურ სოციალურ მოლოდინს, მიტოვებისა და წარუმატებლობის შიშს, ინტერპერსონალურ შფოთვას და ა.შ. (Jesinoski, 2010, pp. 28-30).

კვლევების შედეგებისა და შინაარსობრივი კავშირების ანალიზიდან გამომდინარე, შესაძლოა ვივარაუდოთ, რომ სოციალური შფოთვის დონის ზრდა კავშირშია სქემების ინტენსივობის ხარისხის ზრდასთან. მაღალი ალბათობით მკაფიო კავშირები უნდა გამოვლინდეს ისეთ სქემებთან მიმართებით, როგორიცაა: მიტოვებულობა/არასტაბილურობა, ემოციური თავშეკავება, წარუმატებლობა, ნეგატივიზმი/პესიმიზმი, ემოციური დეპრივაცია, არასრულფასოვნება/სირცხვილი, სხვებზე ორიენტირების დომეინი (Hirsch & Matthews, 2000, pp. 705-712; Lerray & Jongman-Sereno, 2014, pp. 471-486; Stopa et. al., 2010, pp. 955-965).

ჩვენს კვლევაში სოციალური შფოთვის სკალაზე მონაწილე 115 რესპონდენტიდან 30-ს გამოუვლინდა საშუალოზე მაღალი შფოთვის დონე. ლიბოვიცის სკალაზე მაქსიმალური მაჩვენებელი მერყეობს 80-95-ს შორის და ზემოთ. კვლევაში სოციალური შფოთვის

მაქსიმალური მაჩვენებელი არ გამოვლენილა არც ერთ რესპონდენტთან. შედეგად, ზომიერად გამოხატული სოციალური შფოთვის მაჩვენებელი რესპონდენტთა 26%-ში გამოვლინდა. მათგან 23 იყო მდედრობითი, ხოლო - 7 მამრობითი სქესის წარმომადგენელი. (მდ. - 77%, მამრ. - 23%). კვლევაში მონაწილე 11 რესპონდენტს აღმოაჩნდა ქულა სოციალური შფოთვის მინიმალურ ზღვარს ქვემოთ. მონაწილეთა უმრავლესობის შედეგები კი დაბალ და საშუალო დონეებზე გადანაწილდა (63%). მიღებული მონაცემები დამუშავდა SPSS-ის საშუალებით (ლომაია, 2022, გვ. 71-76).

სოციალური შფოთვის დონესა და იანგის მაღადაპტური სქემების დომეინებს შორის კავშირის დასადგენად ჩატარდა მონაცემთა კორელაციური ანალიზი. სოციალურ შფოთვისა და მაღადაპტური სქემების დომეინებს შორის გამოვლინდა სტატისტიკურად სანდო კორელაცია. კერძოდ, ყველაზე ძლიერი, დადებითი კორელაცია დამყარდა სოციალურ შფოთვისა და ზესიფხიზლე/თავშეკავების დომეინს შორის ($r=0.772$, $P<0.01$). მკაფიოდ დადებითი კორელაციური მიმართებები გამოიკვეთა სოციალური შფოთვის დონესა და იზოლირება/უარყოფის ($r=0.626$, $P<0.01$), სხვებზე ორიენტირების ($r=0.651$, $P<0.01$) დომეინებს შორის. რაც შეეხება შესუსტებული ავტონომიურობის/დამოკიდებულების დომეინს, შედარებით მცირე, თუმცა დადებითი კორელაციური კავშირი გამოჩნდა ($r=0.407$, $P<0.01$). შესუსტებული შეზღუდვების დომეინსა და სოციალურ შფოთვის შორის დამყარდა სუსტად გამოხატული ნეგატიური კავშირი ($r=-0.289$, $P<0.01$). მკაფიოდ გამოხატული სოციალური შფოთვის მქონე რესპონდენტების ($N=30$) საშუალო ქულები, რომელიც თითოეული სქემის მიმართ დაფიქსირდა, დამუშავდა მაღადაპტური სქემების გამოვლენის ხარისხის სიხშირის დასადგენად (სკალის მიხედვით, მაქს. ქულა არის 6) (ლომაია, 2022, გვ. 71-76).

მიღებული მონაცემებით კონსტრუირდა მაღადაპტური სქემების რეიტინგები. აღმოჩნდა, რომ ყველაზე მაღალი საშუალო ქულა ნეგატივიზმი/პესიმიზმის სქემას ეკუთვნის ($M=5.1$). სიხშირისა და სიმწვავის მიხედვით მეორე ადგილზეა მკაცრი სტანდარტების სქემა ($M=4.5$). სხვა სქემების თანმიმდევრობა ასე გამოიყურება: სოციალური იზოლაცია/გაუცხოვება ($M=4.3$), უნდობლობა/შეურაცხყოფა ($M=4.2$). თავგანწირვის, არასრულფასოვნება/სირცხვილის და მოწყვლადობის სქემებში თანაბარი საშუალო ქულა გამოვლინდა ($M=4$). ჩატარდა იმ სქემების კორელაციური ანალიზი სოციალური შფოთვის ცვლადთან, რომლებიც მაღალი საშუალო მაჩვენებლით გამოვლინდა სოციალური შფოთვის მაღალი მონაცემის მქონე რესპონდენტებთან. სქემების მაჩვენებლები გაიზომა ყველა რესპონდენტის სოციალური შფოთვის ქულასთან მიმართებაში (ლომაია, 2022, გვ. 71-76).

კორელაციური ანალიზის შედეგად დადგინდა, რომ სოციალური შფოთვის დონესთან ყველაზე მაღალ, დადებით კორელაციურ კავშირშია ნეგატივიზმი/პესიმიზმის სქემა ($r=0.524$, $P<0.01$). სტატისტიკურად სანდო კორელაცია გამოჩნდა სოციალური შფოთვის დონესა და არასრულფასოვნება/სირცხვილის სქემას შორისაც ($r=0.411$, $P<0.01$). იზოლაცია/გაუცხოვების სქემა ასევე კორელაციურ ურთიერთობაშია სოციალურ შფოთვის დონესთან ($r=0.311$, $P<0.01$). სხვა სქემებსა და სოციალურ შფოთვის შორის სუსტი კორელაციური კავშირი იქნა დამყარებული. მაგალითად, თავგანწირვა ($r=0.289$, $P<0.01$), მკაცრი სტანდარტები ($r=0.138$, $P<0.01$), უნდობლობა/შეურაცხყოფა ($r=0.128$, $P<0.01$),

მოწყვლადობა ($r=0.123$, $P<0.01$). კვლევის საფუძველზე დადგინდა, რომ არსებობს მკაფიო კავშირები სოციალური შფოთვის ცვლადსა და რამდენიმე მაღადაპტურ სქემას შორის. კერძოდ, ყველაზე მაღალი კორელაციური კავშირი გამოიკვეთა სოციალურ შფოთვისა და ნეგატივიზმი/პესიმიზმის სქემას შორის ($r=0.524$). ამასთან, აღმოჩნდა, რომ სოციალური შფოთვის ზრდასთან ერთად იზრდება არასრულფასოვნება/სირცხვილის სქემის ინტენსივობაც ($r=0.411$). რაც შეეხება დომეინების გადანაწილებას, სოციალურ შფოთვის ყველაზე მყარი კავშირი გამოჩნდა მე-5 დომეინთან, რომელიც ზესიფხიზლე/თავშეკავების სახელწოდებით არის დასათაურებული ($r=0.722$) (ლომაია, 2022, გვ. 71-76).

კვლევით დადგინდა, რომ სოციალური შფოთვის მქონე ინდივიდები მეტად მაღალ ქულებს იღებენ მაღადაპტური სქემების კითხვარში. სოციალური სიტუაციის კლასიფიცირების კუთხით დადგინდა, რომ რესპონდენტთა უმრავლესობისათვის შფოთვის მაღალი ხარისხი დაკავშირებულია საჯარო გამოსვლასთან (30.6%) (ლომაია, 2022, გვ. 71-76).

შედეგების ანალიზი

სოციალური შფოთვა და იზოლირება/უარყოფის და სხვებზე ორიენტირების დომეინები

სოციალური შფოთვის ფუნდამენტური ნიშანია წინასწარი ღელვა/შფოთვა/რუმინაცია იმ ნეგატიურ სცენარებზე, რომელიც, შესაძლებელია განვითარდეს სოციალურ სიტუაციაში მოხვედრისას. ეს ფაზა სწორედ პრერუმინაციას უკავშირდება. სოციალური შფოთვის მქონე ინდივიდი მიმართულია მხოლოდ უარყოფით ან, პოტენციურად უარყოფით ნიშნებსა და მოლოდინებზე, რაც ასახულია ჰაიმბერგის მოდელში. (Clark & Wells, 1995, pp. 69-93) სწორედ ყურადღების მიკერძოების გავლენით ფოკუსს მიღმა რჩება პოზიტიური ასპექტები (Clark & Beck, 2010, pp. 31-58; Clark, 2001; Hirsch & Matthews, 2000, pp. 705-712).

სოციალური შფოთვა და არასრულფასოვნება/სირცხვილის სქემა

სოციალური შფოთვის სტრუქტურათა დამახიათებელი მოდელების მიხედვით, (Clark & Wells, 1995, pp. 69-93) ინდივიდი მიმართულია როგორც გარეგანი სტიმულებისაკენ (აუდიტორია), ასე ინტერნალური მახასიათებლებისაკენ. ამ მახასიათებელთა შორის ყველაზე კომპლექსური და გენერალიზებული არის სელფის კონცეფცია (Leary et. al., 1995, pp. 518-530; Lerray & Jongman-Sereno, 2014, pp. 471-486) რომელიც, თავის მხრივ, თვითშეფასებისა და ბანდურას თვით-ეფექტურობის პატერნებს ემყარება. ხშირად, სოციალური შფოთვის მქონე ინდივიდებს სწორედ მწირი თვით-ეფექტურობის განცდა აღენიშნებათ. ამასთან ერთად, ისინი ორიენტირებული არიან ქცევის მუდმივ მონიტორინგზე, რათა თავიდან აირიდონ მათთვის ყველაზე არასასურველი შედეგი - გარიყულობის/მიუღებლობის განცდა. მოცემული დებულება იანგის სქემების კითხვარიდან წარმოადგენს შუალედურ რწმენა-შეხედულებას, რომელიც, ერთი მხრივ, გამოხატავს დაბალი თვითეფექტურობის განცდის ხარისხს, მეორე მხრივ კი - ორიენტირებულია იმ ნეგატიური შედეგისკენ, რომელიც სოციალური უკუკავშირის გზით შეიძლება მიიღოს ინდივიდმა. სწორედ ამიტომ, ის სტაბილურად ახორციელებს თვითმონიტორინგს (ლომაია, 2022, გვ. 76-81; Clark, 2001, pp. 405-430).

რეკომენდაციები

შედეგები ქმნის პერსპექტივას სამომავლო კვლევების დიზაინისთვის, რომელიც, სიღრმისეულად შეისწავლის ცვლადების სპეციფიკასა და ურთიერთმიმართებას. საკითხთან მიმართებით, კვლევის შედეგების ინფორმაციული ხარისხის გასაზრდელად რეკომენდებულია ფენომენებთან დაკავშირებული მახასიათებლების კონკრეტიზაცია - მაგალითად, სოციალური შფოთვის კონკრეტული კოგნიტური თუ ემოციური/ქცევითი პატერნების კლასიფიცირება და თითოეულის მნიშვნელობის კვლევა. ამასთან, მაღადაპტური სქემების თეორია ქმნის მასშტაბურ არეალს კვლევითი ინტერესებისთვის. მოცემული თემის ფარგლებში საინტერესო იქნება დამატებითი ცვლადების შემოტანაც, რომელიც უფრო მკაფიოს გახდის სოციალური შფოთვის ფენომენსა და სქემებს შორის კავშირის თავისებურებას (ლომაია, 2022, გვ. 82).

გამოყენებული ლიტერატურა

- დობსონი, დ., დობსონი, ქ.ს. (2013). მტკიცებულებებზე დაფუძნებული კოგნიტურ-ბიჰევიორული თერაპიის პრაქტიკა, გვ. 200-201.
- ლომაია, მ. (2022). სოციალური შფოთვა და მაღადაპტური სქემები. სამაგისტრო ნაშრომი.
- Alden, L. E., Wallace, S. T. (1995). Social Phobia and social appraisal in successful and unsuccessful social interactions. *Behaviour Research and Therapy*, 33(5), 497–505. [https://doi.org/10.1016/0005-7967\(93\)90091-8-2](https://doi.org/10.1016/0005-7967(93)90091-8-2)
- Beck, A., Emery, G., Greenberg R. (1985). *Anxiety Disorders and Phobias. A cognitive Perspective*. New York: Basic Books, pp. 146-148.
- Brozovich, F., Heimberg, G. (2011). *The Relationship of Post-Event Processing to Self-Evaluation of Performance in Social Anxiety*. Behavior Therapy.
- Calvete, E., Orue, I. (2008). Social anxiety and dysfunctional cognitive schemas. *Behavioral Psychology*, 16(1), pp. 5-21.
- Caveste, E. et.al. (2013). Early Maladaptive schemas and social anxiety in adolescents: The mediating role of anxious automatic thoughts. *Journal of Anxiety Disorders*, 27(3). www.sciencedirect.com.
- Clark, D. M. (1999). Anxiety Disorders: Why they persist and how to treat them. *Behaviour Research and Therapy*, 37. www.jonabram.web.unc.edu. (S 6-8)
- Clark, D. M. (2001). A cognitive perspective on social phobia. In W. R. Crozier & L. E. Alden (Eds.), *International handbook of social anxiety: Concepts, research and interventions relating to the self and shyness*. John Wiley & Sons Ltd., pp. 405–430.
- Clark, D. M., Wells, A. (1995). *A cognitive model of social phobia.*, R.G Heimberg et.al. Social Phobia: Diagnosis, assessment, and treatment. New York: The Guilford Press, pp. 69-93.
- Clark, D.A., Beck, A.T. (2010). *Cognitive Therapy and Anxiety Disorders*. New York: Guilford Press;
- Cole, M. E. et.al. (2001). Effect of varying levels of anxiety within social situations: Relationship to memory perspective and attributions in social phobia. *Behaviour Research and Therapy*, 39(6).
- Facts & Statistics: Anxiety and Depression Association of America, ADAA*. Retrieved December 20, 2023, from <https://adaa.org/understanding-anxiety/facts-statistics>

- Gewelt, S. E. (2017). *Early Maladaptive Schemas in Anxiety Disorders – An Investigation of Schemas' Relation to Symptoms in a Complex Sample*. Universitet I Oslo.
- Gkika, S. et.al. (2017). Social cognition and metacogniton in social anxiety: A systematic review. *Clinical Psychology & Psychotherapy*, 25 (1).
- Hackmann, A., Surway, C., Clark, D. M. (1998). Seeing yourself through others' eyes: A study of spountaneously occuring images in social phobia. *Behavioral and Cognitive Psychotherapy*, 26(1). www.cambridge.org.
- Hastie, R. Kumar, P.A. (1979). Person memory: Personality traits as organizing principles in memory for behavior, *Journal of Personality and Social Psychology*, 37(1). pp. 25-38.
- Hiemisch, A. et.al. (2002). Mindsets in social anxiety: a new look at selective information processing. *Behaviour Therapy and Experimental Psychiatry*, 33(2). www.sciencedirect.com, pp. 103-114.
- Hirsch, C. R., Matthews, A. (2000). Impaired positive interential bias in social phobia. *Journal of Abnormal Psychology*, 109(4). www.psycnet.apa.org. pp. 705-712.
- Hirsch C., Clark D. M. 2004. Information-proccesing bias in social phobia. *Clinical Psychology Review*, 24(7). 799-825. www.sciencedirect.com, pp. 799-825.
- Hope, D. A., Heimberg R. G., Klein J. F. (1990). Social anxiety and the recall of interpersonal information. *Journal of Cognitive Psychoteraphy*, 4(2).
- Jesinoski, M. (2010). *Young's Schema Theory: Exploring the Direct and Indirect Links Between Negative Childhood Experiences and Temperament to Negative Affecivity In Adulthood*. Utah State University.
- Leary, M. R., Downs, D. L. et. al. (1995). Self-esteem as an interpersonal monitor: The sociometer Hypotesis. *Journal of Personality and Social Psychology*, 68 (3), pp. 518-530.
- Lerray M. R., Jongman-Sereno K.P. (2014). Social Anxiety as an early warning system: A refinement and extention of the self-respresentation theory of social anxiety. *Elviser Academic Press*, pp. 471-486.
- Liebowitz M. R, Guidelines for Using the Liebowitz Social Anxiety Scale (LSAS), Version Date: June 5, 2003. https://heilbrigdisvisindastofnun.hi.is/files/2022-12/LSAS_Manual.pdf
- Miaret K. et. al. (2014). How Important is Temperament? The relationship Between Copying Styles, Early Maladaptive Schemas and Social Anxiety. *International Journal of Psychology and Psychological Therapy*, 14(2). www.redalyc.org, pp. 171-190.
- Pinto-Gouvera, J. (2006). Early Maladaptive Schemas and Social Phobia. *Cognitive Therapy and Research*, 30(5). www.researchgate.net, pp. 571-584.
- Riso, L. P. et. al. (2007). *Cognitive Schemas and Core Beliefs in Psychological Problems*. USA: APA.
- Stopa, L. et. al. (2010). Constructing a self: The role of self-structure and self-certainty in social anxiety. *Behaviour Research and Therapy*, 48 (10). www.researchgate.net
- Wells, A. (2009). *Metacognitive Therapy for Anxiety and Depression*, by Adrian Wells. Ch. 1 :*Theory and Nature of Metacognitive Therapy*. New York: Guilford Press, pp.1-22.
- Wells, A. et. al. (2021). Metacogniton, Cognition and Social anxiety: A test of Temporal and Reciprocal Relationships. *Journal of Anxiety Disorders*, 86 (3). www.researchgate.net
- Wenzel, A. (2012). Modification of Core Beliefs in Cognitive Therapy. *Standard and Innovative Strategies in Cognitive Behavior Therapy*, Dr. Irismar Reis De Oliveira (Ed.), pp. 17-34.
- Young, et. al. (2003). *Schema Therapy*. New York: Guilford Press.

Maladaptive Schemas in Social Anxiety

Natia Badrishvili^{1*}

Archil Begiashvili²

Sopiko Khitiashvili³

Magda Lomaia⁴

^{1, 2, 3, 4} Grigol Robakidze University, Georgia

***Corresponding author:** natia.badrishvili@gruni.edu.ge

Abstract: The purpose of the study is to determine relationship between Social Anxiety and Young's Maladaptive Schemas. Specifically, to examine connection between 18 Early Maladaptive Schemas (5 Domains) and the degree of Social Anxiety, to identify which maladaptive schemas are strongly associated with high degree of Social Anxiety. The results of the study showed that an increased degree of Social Anxiety is correlated with the Negativity/Pessimism Schema and the Overvigilance/Inhibition Domain. Respondents with higher degree of Social Anxiety showed higher levels of Early Maladaptive Schemas. Through The Social Anxiety Scale, we identified types of Social Situations and interactions that are strongly associated with high levels of Social Anxiety. Research showed that Social Situations related to formal interactions: Public Speaking/Self-presentation in front of an audience) were the most anxiety-inducing Social Triggers among the respondents. The results of the study create a perspective for interpretations based on specific cognitive patterns associated with Social Anxiety.

Key words: Social Anxiety, Maladaptive schemas, Negativity/Pessimism Schema, Overvigilance/Inhibition Domain