

مقایسه رابطه طرحواره‌های ناسازگار اولیه با بهزیستی روان‌شناختی و نقش میانجی‌گر راهبردهای تنظیم شناختی هیجان در نوجوانان با و بدون سابقه طلاق والدین

A Comparison of the Relationship between Early Maladaptive Schemas and Psychological Well-Being and the Mediating Role of Cognitive Emotion Regulation Strategies in Teenagers with and Without a History of Parental Divorce

Sara naderi, MSc student

Masoud Gholamali Lavasani, PhD[✉]

Sogand Ghasemzadeh, PhD

سارا نادری^۱

مسعود غلامعلی لواسانی^۲

سوگند قاسم‌زاده^۳

Abstract

The aim of the present study was comparing the relationship between early maladaptive schemas and psychological well-being and the mediating role of cognitive emotion regulation strategies in two groups of teenagers with and without a history of parental divorce. The descriptive research method was the correlation type and based on the applied goal. The statistical population of the research included all teenage girls in the second secondary school in Tehran in the academic year 1400-1401. 240 students were selected to complete the questionnaires using random cluster sampling. The research tools included Rijekboar and Debo Children's Schema Questionnaire (SIC), Garnofsky and Kraij's Cognitive Emotion Regulation Strategies Questionnaire (CERQ) and Riff's Psychological Well-Being Scale (RSPWB). Structural equation modeling method was used for data analysis. The findings showed that the relationship between early maladaptive schemas and psychological well-being was negative and significant. Also, the relationship between early maladaptive schemas and positive strategies for cognitive regulation of emotion is negative and significant, and the relationship between early maladaptive schemas and negative strategies for cognitive regulation of emotion was positive and significant. The relationship between positive emotion regulation strategies and psychological well-being was positive and significant. these schemas had an inverse and significant effect on psychological well-being through positive cognitive regulation strategies ($\beta=-0.2, p<0.001$). Also, there was a significant difference between the relationship between the early maladaptive schemas and the positive and negative strategies of cognitive emotion regulation and psychological well-being in two groups. **Keywords:** Early maladaptive schemas, psychological well-being, cognitive emotion regulation strategies, teenagers

چکیده

هدف پژوهش حاضر شناخت مقایسه‌ای رابطه طرحواره‌های ناسازگار اولیه با بهزیستی روان‌شناختی و نقش میانجی‌گر راهبردهای تنظیم شناختی هیجان در دو گروه نوجوانان با و بدون سابقه طلاق والدین است. روش پژوهش توصیفی از نوع همبستگی و بر اساس هدف کاربردی است. جامعه آماری پژوهش تمامی نوجوانان دختر دوره متوسطه دوم شهر تهران در سال تحصیلی بودند. ۲۴۰ نفر دانش‌آموز با استفاده از نمونه‌گیری تصادفی خوشه‌ای، برای تکمیل پرسشنامه‌ها انتخاب شدند. ابزارهای پژوهش سیاهه طرحواره کودکان ریجکبوآر و دیو (SIC)، پرسشنامه راهبردهای تنظیم شناختی هیجان گارنوفسکی و کرایج (CERQ) و پرسشنامه بهزیستی روان‌شناختی ریف (RSPWB) بودند. برای تحلیل داده‌ها از روش مدل‌یابی معادلات ساختاری استفاده شد. یافته‌ها نشان داد بین طرحواره‌های ناسازگار اولیه با بهزیستی روان‌شناختی رابطه منفی و معنادار وجود دارد. همچنین رابطه طرحواره‌های ناسازگار اولیه با راهبردهای مثبت تنظیم شناختی هیجان منفی و معنادار و رابطه طرحواره‌های ناسازگار اولیه با راهبردهای منفی تنظیم شناختی هیجان نیز مثبت و معنادار بودند. رابطه راهبردهای مثبت تنظیم شناختی هیجان با بهزیستی روان‌شناختی نیز مثبت و معنادار بود. طرحواره‌های ناسازگار از طریق راهبردهای مثبت تنظیم شناخت اثری معکوس و معنادار بر بهزیستی روان‌شناختی داشت ($\beta=-0.2, P<0.001$). همچنین بین رابطه طرحواره‌های ناسازگار اولیه با راهبردهای مثبت و منفی تنظیم شناختی هیجان و بهزیستی روان‌شناختی در دو گروه، تفاوت معناداری وجود داشت.

واژه‌های کلیدی: طرحواره‌های ناسازگار اولیه، بهزیستی روان‌شناختی، راهبردهای تنظیم شناختی هیجان، نوجوانان

دریافت مقاله: ۱۴۰۱/۶/۶ تصویب نهایی: ۱۴۰۱/۱۱/۱۸

۱. دانشکده روان‌شناسی و علوم تربیتی، دانشگاه تهران، تهران، ایران.

۲. گروه روان‌شناسی تربیتی و مشاوره، دانشکده روان‌شناسی و علوم تربیتی دانشگاه تهران، تهران، ایران. (نویسنده مسئول)

۳. گروه روان‌شناسی و آموزش کودکان استثنایی، دانشکده روان‌شناسی و علوم تربیتی دانشگاه تهران، تهران، ایران.

● مقدمه

خانواده، به عنوان مهم‌ترین و اصلی‌ترین نهاد اجتماعی و فرهنگی، اثرات پایداری بر هر یک از اعضای خویش دارد؛ به گونه‌ای که باورها، عواطف و رفتارهای افراد عمیقاً تحت تأثیر این نهاد قرار می‌گیرد (خدادادی و همکاران، ۱۳۹۹). همه سازه‌های مربوط به خانواده با زندگی فرزندان ارتباط تنگاتنگی دارد و آسیب کارکردهای خانواده، سلامت روانی فرزندان را تحت تأثیر قرار می‌دهد (میشل و همکاران، ۲۰۱۵). یکی از مهم‌ترین چالش‌هایی که خانواده ممکن است با آن رو به رو شود، پدیده طلاق والدین است. طلاق پدیده‌ای است که نه تنها بهزیستی و تعادل روانی دو انسان، بلکه تعادل فرزندان و اطرافیان را نیز بر هم می‌زند (عبدی و همکاران، ۲۰۱۳). از طرفی، از آنجا که نوجوانی دوره‌ای است که امکان تجربه عوامل تنش‌زا در حوزه‌های مختلف زندگی وجود دارد (لیسی و همکاران، ۲۰۲۰) و بسیاری از تغییرات مهم روان‌شناختی نیز در این دوره رخ می‌دهد، پدیده طلاق والدین در این دوره اهمیت مضاعف پیدا می‌کند (دلپا و کرانسنی، ۲۰۱۸).

یکی از عمده‌ترین مشکلاتی که فرزندان خانواده‌های طلاق با آن روبه‌رو هستند، برهم خوردن بهزیستی روان‌شناختی (psychological well-being) است (گرچین‌پور و همکاران، ۱۳۹۹). ریف (۲۰۱۴)، بهزیستی روان‌شناختی را تلاش فرد برای محقق ساختن توانایی‌های بالقوه‌اش در نظر می‌گیرد. امروزه اهمیت بهزیستی روان‌شناختی و سلامت روانی در مطالعات بسیاری مورد توجه قرار گرفته است. بدین صورت افرادی که از نظر روانی احساس رضایت بیشتری می‌کنند، هیجانات مثبت بیشتری را نیز تجربه کرده و زندگی خود را به گونه‌ای مثبت ارزیابی می‌کنند (لومان، ۲۰۱۷). مدل ریف (۱۹۹۵)، از مهم‌ترین مدل‌های حوزه بهزیستی روان‌شناختی به شمار می‌رود. بر اساس الگوی ریف، بهزیستی روان‌شناسی از ۶ مؤلفه پذیرش خود، زندگی هدفمند، رشد شخصی، تسلط بر محیط، تعامل مثبت با دیگران و خودمختاری تشکیل می‌شود (ریف، ۲۰۱۴).

یکی از مؤلفه‌های تأثیرگذار بر بهزیستی روان‌شناختی، تنظیم هیجانی (emotion regulation) است که به عنوان فرایند تعدیل پاسخ‌های هیجانی در نظر گرفته می‌شود (گروس، ۱۹۹۸). به عبارت دیگر، تنظیم هیجان فرایند حفظ، تعدیل، تغییر و مدیریت هیجانات در به سرانجام رساندن اهداف فرد تعریف می‌شود (کالوو و همکاران، ۲۰۱۸). گراس و تامپسون (۲۰۰۷)، برای تنظیم هیجان راهبردهای شناختی و رفتاری را در نظر می‌گیرند. راهبردهای تنظیم شناختی هیجان به نحوه تفکر افراد در رویارویی با واقعه آسیب‌زا اشاره دارد. در همین راستا گارنفسکی و کرایچ (۲۰۰۱)، ۹ راهبرد برای تنظیم شناختی هیجان در نظر می‌گیرند: سرزنش خود، پذیرش، نشخوار ذهنی، تمرکز مثبت مجدد، ارزیابی مثبت مجدد، دیدگاه‌پذیری، برنامه‌ریزی، فاجعه‌سازی و سرزنش دیگران؛ که از این میان، راهبردهای سرزنش خود، سرزنش دیگران، نشخوار ذهنی و فاجعه‌سازی تحت عنوان راهبردهای شناختی منفی تنظیم هیجان و راهبردهای پذیرش، تمرکز مثبت مجدد، ارزیابی مثبت مجدد، دیدگاه‌پذیری و برنامه‌ریزی تحت عنوان راهبردهای مثبت تنظیم شناختی هیجان طبقه‌بندی می‌شود. پژوهش‌ها حاکی از این است افرادی که در شرایط پرفشار و استرس‌آور از راهبردهای مثبت تنظیم هیجان استفاده می‌کنند سطوح بالاتری از بهزیستی روان‌شناختی را تجربه می‌کنند (قره‌داغی و همکاران، ۱۳۹۹).

یکی از عوامل مؤثر بر به کارگیری راهبردهای منفی تنظیم هیجان، طرحواره‌های ناسازگار اولیه (early maladaptive schemas) هستند (شینر و گلدمارک، ۲۰۱۵). به گونه‌ای که پژوهش‌ها حاکی از این است که با تشدید طرحواره‌های ناسازگار اولیه، انتخاب راهبردهای مثبت تنظیم هیجان توسط فرد کاهش و اتخاذ راهبردهای منفی افزایش می‌یابد (میرزایی و همکاران، ۱۴۰۰). طرحواره‌های ناسازگار اولیه ساختارها و الگوهای خودآسیب‌رسانی هستند که به دلیل ارضا نشدن ۵ نیاز اساسی دل‌بستگی ایمن، خودگردانی، خودانگیختگی، آزادی در بیان نیازها و محدودیت‌های واقع‌بینانه در دوران کودکی به وجود می‌آیند (سیمپسون و همکاران، ۲۰۱۹). شواهد بسیاری حاکی از این است که طرحواره‌های ناسازگار اولیه ارتباط عمیقی با مشکلات روان‌شناختی دارند (وان ویک-هربرینک و همکاران، ۲۰۱۸). از آنجا که طرحواره‌ها عمیق‌ترین سطوح شناختی افراد را در بر دارند، نقش مهمی در بهزیستی روان‌شناختی و بهداشت روانی آنان ایفا می‌کنند (اورنگ و همکاران، ۱۳۹۶).

اگرچه در پژوهش‌های متعددی به مقایسه ویژگی‌های روان‌شناختی فرزندان با و بدون تجربه طلاق والدین پرداخته شده است، اما پرداختن به نقش طرحواره‌های ناسازگار اولیه در بهزیستی روان‌شناختی این دو گروه همچنان نوظاست. از طرفی نوجوانی دوره‌ای است

که فرد با تغییرات سریع احساسی، فیزیکی و اجتماعی مواجه می‌شود (اکستریمر و همکاران، ۲۰۱۷)؛ حال اگر با فشارها و تغییرات مضاعف دیگری مانند طلاق والدین رو به رو شود، زمینه برای بروز مشکلات روان‌شناختی فراهم خواهد شد. به همین دلیل است که در این پژوهش به مقایسه دو گروه نوجوانان با و بدون تجربه طلاق والدین پرداخته شد تا بتوانیم تفاوت‌های مشاهده شده در گروه نوجوانان با تجربه طلاق والدین را به تأثیرات پدیده طلاق والدین در مورد فرزندان نسبت دهیم، نه به تغییرات طبیعی دوره نوجوانی. نتایج پژوهش‌ها در این موضوع می‌تواند به والدین، معلمان، مشاوران و دست‌اندرکاران سلامت روانی کمک کند تا با آگاهی بیشتر در این زمینه، به نوجوانان در راستای بهبود سلامت روانی و بهزیستی روان‌شناختی از طریق طرحواره درمانی و جایگزین کردن راهبردهای مثبت تنظیم شناختی هیجان به جای راهبردهای منفی اقدام نمایند. بنابراین با توجه به اهمیت این دوره و نیاز به پژوهش‌های بیشتر در این زمینه، در این پژوهش به شناخت مقایسه‌ای رابطه طرحواره‌های ناسازگار اولیه با بهزیستی روان‌شناختی و نقش میانجی‌گر راهبردهای شناختی تنظیم هیجان در دو گروه نوجوانان با و بدون سابقه طلاق والدین پرداخته‌ایم.



شکل ۱. مدل مفهومی بررسی مقایسه‌ای رابطه طرحواره‌های ناسازگار اولیه با بهزیستی روان‌شناختی و نقش میانجی‌گر راهبردهای شناختی تنظیم هیجان در دو گروه نوجوانان با و بدون سابقه طلاق والدین

• روش

این پژوهش از لحاظ هدف کاربردی است. به منظور دستیابی به اهداف پژوهش، از روش‌های توصیفی-همبستگی و برای بررسی آثار مستقیم و غیرمستقیم متغیرهای پژوهش از روش معادلات ساختاری استفاده شد. جامعه آماری پژوهش شامل تمامی نوجوانان دختر دوره متوسطه دوم در شهر تهران در سال تحصیلی ۱۴۰۱-۱۴۰۰ بودند. ۲۴۰ نفر دانش‌آموز با استفاده از نمونه‌گیری تصادفی خوشه‌ای، برای تکمیل پرسشنامه‌ها انتخاب شدند و در نهایت ۲۴۰ نفر باقی ماندند. معیارهای ورود به پژوهش شامل: دانش‌آموزان در دوره متوسطه دوم مشغول به تحصیل باشند. دانش‌آموزان ساکن شهر تهران باشند. حداقل ۵ سال از طلاق والدینشان گذشته باشد. تمایل به همکاری در پژوهش داشته باشند و سابقه ابتلا به اختلال‌ها خلقی و رفتاری نداشته باشند. پس از مشخص شدن نحوه پاسخ‌گویی به سوالات و اهداف پژوهش، افراد با پرسشنامه‌ها آشنا شدند.

برای اجرای پژوهش ابتدا معرفی‌نامه از دانشگاه تهران دریافت و به مدارس منتخب در شهر تهران مراجعه شد. در ادامه هدف از پژوهش مورد نظر به مسئولان ذی‌ربط توضیح داده شد و شفاف‌سازی‌های لازم به عمل آمد. سپس با موافقت مسئولان مدارس این فرصت داده شد که فرم‌های اطلاع‌رسانی را پخش کرده و با افرادی که تمایل داشتند تا در تکمیل پرسشنامه شرکت کنند، صحبت شود و اطلاعات لازم در اختیار آنها قرار گیرد. در مرحله بعد مبتنی بر ملاک‌های ورود و خروج پژوهش تعدادی دانش‌آموز انتخاب شد و پرسشنامه‌ها به شرکت‌کنندگان داده شد تا تکمیل نمایند. اطلاعات به دست آمده وارد نرم‌افزار آماری شد و تجزیه و تحلیل داده‌ها رقم خورد.

• ابزارها

الف) سیاهه طرحواره کودکان (schema inventory for children- SIC): سیاهه طرحواره کودک شامل ۴۰ ماده است (ریچکبوار و دبو، ۲۰۱۰) و ۱۱ طرحواره را در کودک می‌سنجد. سوال‌ها برای کودکان سنین ۸-۱۳ سال طراحی شده و به تجربیات مشترک در زندگی کودکان اشاره می‌کند. سیاهه حاضر در نتیجه تحلیل عاملی پرسشنامه ۷۵ ماده‌ای طرحواره یانگ به دست آمده است. هشت طرحواره از ۱۵ طرحواره پرسشنامه یانگ در کودکان نیز ردیابی شد. ترکیب طرحواره باقی مانده، منجر به شکل‌گیری ۳ طرحواره

جدید به نام‌های تنهایی، آسیب‌پذیری و سلطه‌پذیری در کودکان شد. طرحواره تنهایی در نتیجه ترکیب دو طرحواره محرومیت هیجانی و انزوای اجتماعی به دست آمد. طرحواره جدید دیگر در کودکان در نتیجه ترکیب طرحواره‌های رهاشدگی و آسیب‌پذیری در پرسشنامه یانگ به دست آمد و با نام طرحواره آسیب‌پذیری مشخص شد. سومین طرحواره جدید در کودکان با نام طرحواره سلطه‌پذیری مشخص شد که در نتیجه ترکیب ۳ طرحواره اطاعت، بازداری هیجانی، و وابستگی/بی‌کفایتی به دست آمده است. در سیاهه حاضر ۱۱ خرده‌مقیاس به منظور بررسی ۱۱ طرحواره در کودکان به در نظر گرفته شده است. خرده‌مقیاس‌ها شامل این موارد هستند: تنهایی (۵ ماده)، سلطه‌پذیری (۵ ماده)، بی‌اعتمادی/بدرفتاری (۳ ماده)، نقص (۳ ماده)، شکست (۳ ماده)، آسیب‌پذیری (۶ ماده)، خود تحول نیافته (۳ ماده)، ایثار (۳ ماده)، معیارهای سرسختانه (۳ ماده)، استحقاق/بزرگ‌منشی (۳ ماده) و خویش‌ن‌داری ناکافی (۳ ماده). خرده‌مقیاس تنهایی از حاصل جمع نمرات ماده‌های ۱۰، ۱۵، ۱۹، ۳۰ و ۴۰ خرده‌مقیاس آسیب‌پذیری از حاصل جمع نمرات ماده‌های ۴، ۹، ۱۶، ۱۷، ۲۳ و ۲۷ خرده‌مقیاس بی‌اعتمادی/بدرفتاری از حاصل جمع نمرات ماده‌های ۲۰، ۳۱ و ۳۵ خرده‌مقیاس نقص از حاصل جمع نمرات ماده‌های ۲، ۳ و ۱۱ خرده‌مقیاس شکست از حاصل جمع نمرات ماده‌های ۱۸، ۳۶ و ۳۸ خرده‌مقیاس سلطه‌پذیری از حاصل جمع نمرات ماده‌های ۷، ۲۱، ۲۲ و ۲۹ خرده‌مقیاس معیارهای سرسختانه از حاصل جمع نمرات ماده‌های ۵، ۲۶ و ۲۹ خرده‌مقیاس ایثار از حاصل جمع نمرات ماده‌های ۱۳، ۲۸ و ۳۳ خرده‌مقیاس خود تحول نیافته از حاصل جمع نمرات ماده‌های ۱، ۸ و ۱۲ خرده‌مقیاس استحقاق/بزرگ‌منشی از حاصل جمع نمرات ماده‌های ۲۴، ۳۲ و ۳۴ و خرده‌مقیاس خویش‌ن‌داری ناکافی از حاصل جمع نمرات ماده‌های ۶، ۱۴ و ۳۷ در پرسشنامه به دست می‌آید. هر ماده، توسط مقیاس چهار درجه‌ای لیکرت نمره‌گذاری می‌شود (۱ = کاملاً غلط، ۲ = تقریباً غلط، ۳ = تقریباً درست، ۴ = کاملاً درست). در پژوهش ریجکبوار و دبو (۲۰۱۰)، اعتبار به روش بازآزمایی محاسبه شد و متوسط همبستگی ۰/۶۷ برای تمام خرده‌مقیاس‌ها به دست آمد. روایی در پژوهش غمخوارفرد و همکاران (۱۳۹۱)، از طریق روش روایی هم‌زمانی با پرسشنامه تجدید نظر شده خلق و خوی اولیه نوجوانان (EATQ-R؛ ایس و روتهاپارت، ۲۰۰۱)، محاسبه و ارتباط معناداری بین متغیرهای درونی دو پرسشنامه (به استثنای خرده‌مقیاس‌های ایثار و خود تحول نیافته) دریافت شد. آلفای کرونباخ در این پرسشنامه در پژوهش حاضر ۰/۸۷ بود.

ب) پرسشنامه تنظیم شناختی هیجان (cognitive emotion regulation questionnaire- CERQ): پرسشنامه تنظیم شناختی هیجان گارنفسکی و کرایچ (۲۰۰۶)، یک ابزار ۱۸ ماده‌ای است که راهبردهای تنظیم شناختی هیجان‌ها را در مواجهه با رویدادهای تهدیدکننده زندگی در اندازه‌های پنج درجه‌ای لیکرت (از هرگز تا همیشه) برحسب ۹ زیرمقیاس به این شرح می‌سنجد: سرزنش خود، پذیرش، نشخوار ذهنی، تمرکز مثبت مجدد، ارزیابی مثبت مجدد، دیدگاه‌پذیری، برنامه‌ریزی، فاجعه‌سازی و سرزنش دیگران. حداقل و حداکثر نمره در هر زیرمقیاس به ترتیب ۶ و ۱۰ است. هر چه نمره بالاتر باشد بیانگر استفاده بیشتر فرد از آن راهبرد شناختی است. راهبردهای شناختی تنظیم هیجان در این پرسشنامه به دو دسته کلی راهبردهای انطباقی و راهبردهای غیرانطباقی تقسیم می‌شوند. راهبردهای سرزنش خود، سرزنش دیگران، نشخوار ذهنی و فاجعه‌سازی تحت عنوان راهبردهای شناختی غیر انطباقی و راهبردهای پذیرش، تمرکز مثبت مجدد، ارزیابی مثبت مجدد، دیدگاه‌پذیری و برنامه‌ریزی تحت عنوان راهبردهای انطباقی تنظیم شناختی هیجان طبقه‌بندی می‌شود. همسانی درونی غالب مقیاس‌ها با ضرایب آلفای ۰/۸ تأیید شده و اعتبار بازآزمایی نیز ثبات نسبی راهبردها را گزارش می‌کند (گارنفسکی و کرایچ، ۲۰۰۶). در ایران نیز بشارت و بزازیان (۱۳۹۳) اعتبار بازآزمایی (از ۰/۷ برای سرزنش خود تا ۰/۸۳ برای برنامه‌ریزی)، آلفای کرونباخ (از ۰/۷۳ برای سرزنش خود تا ۰/۹ برای فاجعه‌سازی) و همسانی درونی این پرسشنامه را مورد تأیید قرار دادند. آلفای کرونباخ در این پرسشنامه در پژوهش حاضر ۰/۹۲ بود.

ج) فرم کوتاه شده مقیاس بهزیستی روان‌شناختی ریف (Ryff Scale of Psychological Wellbeing-Short Form): نسخه اصلی این مقیاس را ریف در سال ۱۹۸۹ طراحی کرد که در سال ۲۰۰۲ مورد تجدید نظر قرار گرفته است. این نسخه، مشتمل بر ۶ عامل است. ماده‌های ۹، ۱۲ و ۱۸، عامل استقلال؛ ماده‌های ۱، ۴ و ۶، عامل تسلط بر محیط؛ ماده‌های ۷، ۱۵ و ۱۷، عامل رشد شخصی؛ ماده‌های ۳، ۱۱ و ۱۳، عامل ارتباط مثبت با دیگران؛ ماده‌های ۵، ۱۴ و ۱۶، عامل هدف‌مندی در زندگی و ماده‌های ۲، ۸ و ۱۰، عامل پذیرش خود را می‌سنجد. مجموع نمرات این ۶ عامل به عنوان نمره کلی بهزیستی روان‌شناختی محاسبه می‌شود. این آزمون نوعی ابزار خودسنجی است که در یک پیوستار ۶ درجه‌ای لیکرت از "کاملاً موافقم" تا "کاملاً مخالفم" پاسخ داده می‌شود. نمره بالاتر در این مقیاس، نشان‌دهنده بهزیستی روان‌شناختی بهتر است. از بین کل سوالات، ۱۰ ماده به صورت مستقیم و ۸ ماده به شکل معکوس نمره‌گذاری می‌شود (سفیدی

و فرزاد، ۲۰۱۲). همبستگی نسخه کوتاه مقیاس بهزیستی روان‌شناختی ریف با مقیاس اصلی از ۰/۷ تا ۰/۸۹ در نوسان بوده است (ریف و سینگر، ۲۰۰۶). در پژوهش خانجانی و همکاران (۱۳۹۳) نتایج تحلیل عامل تأییدی نشان داد که در کل نمونه و در دو جنس، الگوی ۶ عاملی این مقیاس از برازش خوبی برخوردار است. اعتبار این مقیاس با استفاده از روش آلفای کرونباخ در ۶ عامل پذیرش خود، تسلط بر محیط، ارتباط مثبت با دیگران، هدف‌مندی در زندگی، رشد شخصی و استقلال به ترتیب برابر ۰/۷۳، ۰/۷۲ و ۰/۷۱ برای کل مقیاس ۰/۷۱ به دست آمد. آلفای کرونباخ در این پرسشنامه در پژوهش حاضر ۰/۹۰ بود.

جهت تجزیه و تحلیل داده‌ها، پاسخ به سوالات و دستیابی به اهداف پژوهش از روش‌های آمار توصیفی و استنباطی مانند: انحراف استاندارد، میانگین، فراوانی و درصد فراوانی، همبستگی پیرسون و آزمون هم‌خطی استفاده شد. همچنین جهت بررسی نرمال بودن داده‌ها از شاخص‌های کجی و کشیدگی استفاده شد. تحلیل داده‌ها با استفاده از نرم‌افزار SPSS-24 (بررسی آمار توصیفی و استنباطی) و نرم‌افزار Amos-24 (رسم مدل) استفاده شد.

• یافته‌ها

در این پژوهش جهت بررسی متغیرهای جمعیت‌شناختی اعم از پایه تحصیلی شرکت‌کنندگان، وضعیت تأهل والدین، تحصیلات پدر و مادر از شاخص‌های توصیفی فراوانی و درصد فراوانی استفاده شد. جهت بررسی سن شرکت‌کنندگان نیز از آماره‌های میانگین و انحراف استاندارد استفاده شد. یافته‌های مرتبط با متغیرهای جمعیت‌شناختی نشان داد که از ۲۴۰ نفر نمونه پژوهش، بیشترین شرکت‌کنندگان در پژوهش در پایه دهم (۴۵/۸ درصد) مشغول به تحصیل بوده‌اند. از نظر وضعیت تأهل والدین از هر دو گروه (والدین با هم، والدین جداشده از هم) به یک اندازه نمونه گرفته شده است. تحصیلات اغلب مادران و پدران نیز دیپلم بود. همچنین بررسی متغیر سن نشان داد که میانگین سنی افراد حاضر در پژوهش ۱۶/۶۲ با انحراف استاندارد ۰/۷۲ است.

مطابق جدول ۱ همبستگی میان تمامی متغیرهای پژوهش مثبت و در سطح ۰/۰۱ معنادار است. بیشترین میانگین و انحراف استاندارد مربوط به طرحواره‌های ناسازگار بوده و کمترین میانگین و انحراف استاندارد مربوط به راهبردهای منفی تنظیم شناخت است. در مورد دو شاخص کجی و کشیدگی (پاشاشریفی و همکاران، ۱۳۹۹) که مقدار قدر مطلق کجی کمتر از ۳ و قدر مطلق کشیدگی کمتر از ۱ را نشان نرمال بودن داده‌ها می‌داند، می‌توان بیان کرد که متغیرهای پژوهش دارای توزیع نرمال هستند.

جدول ۱. اطلاعات توصیفی و ضرایب همبستگی متغیرهای پژوهش

متغیر	۱	۲	۳	۴
۱. طرحواره‌های ناسازگار	۱			
۲. راهبردهای منفی تنظیم شناخت	۰/۴۰**	۱		
۳. راهبردهای مثبت تنظیم شناخت	-۰/۴۷**	-۰/۴۱**	۱	
۴. بهزیستی روان‌شناختی	-۰/۶۶**	-۰/۱۶*	۰/۱۴*	۱
میانگین	۹۵/۷۷	۲۴/۶۱	۲۸/۹۲	۷۱/۳۱
انحراف استاندارد	۱۶/۷۴	۴/۹۵	۵/۷۶	۱۲/۶۵
کجی	۰/۱۶	-۰/۴۴	-۰/۱۶	-۰/۲۴
کشیدگی	-۰/۳۷	۰/۶۸	۰/۵۷	-۰/۷۷

* $P < 0.05$, ** $P < 0.01$

در ادامه، برقرار بودن مفروضه‌های اساسی هم‌خطی چندگانه و استقلال خطاها بررسی شد. جهت بررسی هم‌خطی چندگانه از عامل تورم واریانس و آماره تحمل استفاده شد. مقادیر مجاز برای آماره تورم واریانس بیشتر از ۰/۱ و برای آماره تحمل کمتر از ۱۰ می‌باشد و چنانچه مقادیر این دو آماره از مقادیر گفته شده تخطی کند، بیانگر وجود هم‌حسی چندگانه است. بنابراین، مطابق مقادیر جدول زیر، می‌توان بیان داشت که شرط عدم وجود هم‌خطی چندگانه بین متغیرها برقرار است.

جدول ۲. شاخص‌های هم‌خطی چندگانه

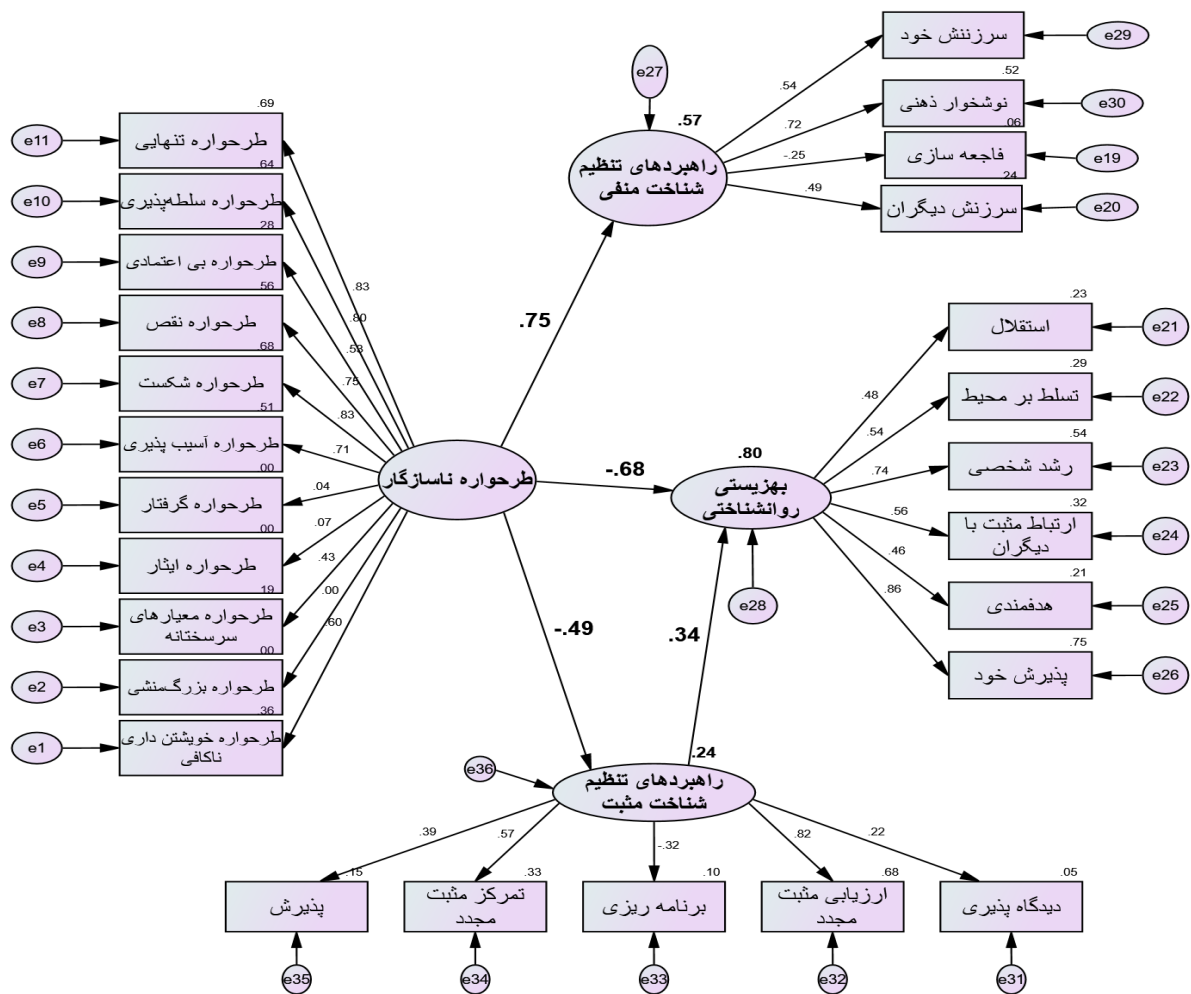
عامل	VIF	Tolerance
طرحواره‌های ناسازگار	۱/۲۲	۰/۸۲
راهبردهای منفی تنظیم شناخت	۱/۴۶	۰/۶۸

سپس شاخص‌های برازش مدل بررسی شد که نتایج آن در جدول ۳ قابل مشاهده است.

جدول ۳. شاخص‌های برازش مدل

شاخص	مقدار بدست آمده	مقدار مطلوب	وضعیت
خی‌دو	۳/۲۸	۵-۱	مطلوب
RMSEA	۰/۰۶۴	< ۰/۰۸	مطلوب
GFA	۰/۹۲	> ۰/۹	مطلوب
AGFA	۰/۹۳	> ۰/۹	مطلوب
CFI	۰/۹۱	> ۰/۹	مطلوب
IFI	۰/۹۲	> ۰/۹	مطلوب

باتوجه به جدول ۳ و مقادیر به دست آمده مطابق نظر کلاین (۲۰۱۵) مقدار مناسب شاخص خی دو بین ۱ تا ۵ است. همچنین برای شاخص ریشه میانگین مربعات خطای برآورد مقدار کمتر از ۰/۰۸ را مناسب می‌داند. برای شاخص نیکویی برازش، شاخص نیکویی برازش تعدیل شده، شاخص برازش تطبیقی و شاخص برازش افزایشی نیز مقدار بیش از ۰/۹ را مناسب می‌داند. لذا می‌توان بیان داشت که مدل پژوهش دارای برازش مناسبی است.



شکل ۲. مدل نهایی پژوهش در حالت ضرایب مسیر استاندارد

در ادامه جهت بررسی مدل بین این دو گروه از آزمون مولتی گروپ (multi-group test) استفاده شد که در جدول ۴ گزارش شده است. مطابق جدول ۴، مسیر طرحواره‌های ناسازگار به راهبردهای تنظیم مثبت و معنادار است. همچنین مسیر طرحواره‌های ناسازگار به بهبودی روانشناختی و راهبردهای مثبت تنظیم شناخت، منفی و معنادار است. لازم به ذکر است تمامی این سه مسیر در

دو گروه تفاوت معنادار و آشکاری دارد. مسیر غیر مستقیم طرحواره‌های ناسازگار نیز در دو گروه معنادار بوده و تفاوت دو گروه در این مسیر نیز معنادار است.

جدول ۴. نتایج آزمون مولتی گروپ

والدین جدا شده		والدین با هم		Z	P	Estimate	P	Estimate		
P	Estimate	P	Estimate							
۰/۰۰۱	۱/۴۵	۰/۹۵	۰/۰۰۱	۰/۰۰۱	۰/۰۰۱	۰/۹۵	۰/۰۰۱	۰/۹۵	←- راهبردهای منفی تنظیم شناخت	طرحواره ناسازگار
۰/۰۰۱	-۱/۳۴	-۰/۹۷	۰/۰۰۱	۰/۰۰۱	۰/۰۰۱	-۰/۹۷	۰/۰۰۱	-۰/۹۷	←- راهبردهای مثبت تنظیم شناخت	طرحواره ناسازگار
۰/۰۰۱	-۱/۴۲	-۰/۹۷	۰/۰۰۱	۰/۰۰۱	۰/۰۰۱	-۰/۹۷	۰/۰۰۱	-۰/۹۷	←- بهزیستی روان‌شناختی	طرحواره ناسازگار
۰/۰۰۱	-۰/۹۴	-۰/۵۸	۰/۰۰۱	۰/۰۰۱	۰/۰۰۱	-۰/۵۸	۰/۰۰۱	-۰/۵۸	←- بهزیستی روان‌شناختی	طرحواره ناسازگار (میانجی‌گری راهبردهای مثبت تنظیم شناختی هیجان)
۰/۰۰۱	-۰/۴۳	-۰/۶۳	۰/۴۱	۰/۰۰۱	۰/۰۰۱	-۰/۶۳	۰/۴۱	-۰/۶۳	←- بهزیستی روان‌شناختی	راهبردهای منفی تنظیم شناختی هیجان
۰/۰۰۱	۰/۸۳	۱/۱۳	۰/۰۰۱	۰/۰۰۱	۰/۰۰۱	۱/۱۳	۰/۰۰۱	۱/۱۳	←- بهزیستی روان‌شناختی	راهبردهای مثبت تنظیم شناختی هیجان

***P<۰/۰۰۱،**P<۰/۰۱

مطابق جدول ۴، مسیر طرحواره‌های ناسازگار به راهبردهای منفی تنظیم شناخت مثبت و معنادار است. همچنین مسیر طرحواره‌های ناسازگار به بهزیستی روان‌شناختی و راهبردهای مثبت تنظیم شناختی هیجان، منفی و معنادار است. مسیر راهبردهای مثبت تنظیم شناختی هیجان به بهزیستی روان‌شناختی نیز مثبت و معنادار است. لازم به ذکر است تمامی این مسیرها در دو گروه تفاوت معنادار و آشکاری دارد. اثر غیر مستقیم طرحواره‌های ناسازگار بر بهزیستی روان‌شناختی از طریق راهبردهای مثبت تنظیم شناختی هیجان نیز در دو گروه معنادار بوده و تفاوت دو گروه در این مسیر نیز معنادار می‌باشد.

• بحث

هدف پژوهش حاضر شناخت مقایسه‌ای رابطه طرحواره‌های ناسازگار اولیه با بهزیستی روان‌شناختی و نقش میانجی‌گر راهبردهای تنظیم شناختی هیجان در دو گروه نوجوانان با و بدون سابقه طلاق بود.

در رابطه با یافته اول پژوهش، یافته‌ها حاکی از این است که با افزایش طرحواره‌های ناسازگار اولیه، بهزیستی روان‌شناختی کاهش می‌یابد. در تبیین این یافته می‌توان گفت که طرحواره‌های ناسازگار اولیه در نتیجه تجارب ناگوار زندگی شکل گرفته و به شدت ناکارآمد هستند (یانگ و همکاران، ۲۰۰۳) و همچنین گاهی آنقدر نیرومند می‌شوند که افکار خودآیند منفی را تحریک می‌کنند و فرا می‌خوانند (رایت و همکاران، ۲۰۱۷). بنابراین، با تداوم در طول زندگی روی بهزیستی روان‌شناختی و سلامت ذهنی افراد تأثیر می‌گذارند. از این رو، پر واضح است افرادی که طرحواره‌های ناسازگار بیشتر، شدیدتر و عمیق‌تری را تجربه می‌کنند، از سطوح پایین‌تری از بهزیستی روان‌شناختی برخوردار باشند. از طرف دیگر قوی‌تر بودن این رابطه در نوجوانان با تجربه طلاق والدین نیز بیانگر این است که فرزندان تحت تأثیر تغییر ناگهانی محیط خانوادگی خود و همچنین تأثیرات روند طلاق والدین قرار می‌گیرند. این شرایط بر وضعیت روانی فرزندان از جمله ایجاد مشکلات رفتاری، خودپنداره منفی، مشکلات اجتماعی، مشکلات در روابط با والدین و شکل‌گیری طرحواره‌ها تأثیر می‌گذارد.

در رابطه با یافته دوم و سوم پژوهش، رابطه طرحواره‌های ناسازگار اولیه با راهبردهای مثبت تنظیم شناختی هیجان منفی و معنادار و با راهبردهای منفی تنظیم شناختی هیجان مثبت و معنادار است. به عبارتی با افزایش طرحواره‌های ناسازگار اولیه، راهبردهای مثبت تنظیم شناختی هیجان کاهش می‌یابد و با افزایش طرحواره‌های ناسازگار اولیه، راهبردهای منفی تنظیم شناختی هیجان افزایش می‌یابد. همچنین این رابطه در گروهی که تجربه طلاق والدین را داشته‌اند به طور معناداری قوی‌تر است. این یافته‌ها همسو با نتایج پژوهش میرزایی و همکاران (۱۴۰۰) است. در تبیین این یافته می‌توان بیان کرد از آنجایی که طرحواره‌های ناسازگار اولیه در موقعیت‌های استرس‌زا فعال می‌شوند، باعث می‌شود فرد نتواند به خوبی هیجانات خود را کنترل کرده و یا راهبردهای مثبت را اتخاذ نمایند. از طرف دیگر افرادی که از طرحواره‌های ناسازگار بیشتری برخوردار باشند، به جای راهبردهای مثبت از راهبردهای منفی استفاده کرده تا بتوانند آشفتگی درونی خود را کاهش دادند. در مورد تفاوت این رابطه در دو گروه نوجوانان با و بدون تجربه طلاق نیز می‌توان همین‌گونه تبیین کرد. بدین صورت که نوجوانانی که تجربه جدایی والدین را دارند، طرحواره‌های ناسازگار بیشتری در آنان شکل گرفته است و

لذا کمتر از نوجوانان عادی توانایی مهار و کنترل هیجانات خود را دارند. آنان طرحواره‌های ناسازگار بیشتری دارند تا در موقعیت‌های پرفشار فعال شود؛ از این رو، در چنین شرایطی آشفتگی بیشتری را تجربه کرده و کمتر می‌توانند راهبردهای مثبت را اتخاذ کنند. یافته بعدی پژوهش بدین‌گونه است که رابطه راهبردهای مثبت تنظیم شناختی هیجان با بهزیستی روان‌شناختی مثبت و معنادار است. به عبارتی با افزایش راهبردهای مثبت تنظیم شناختی هیجان، بهزیستی روان‌شناختی افزایش می‌یابد. همچنین این رابطه در گروهی که تجربه طلاق والدین را نداشته‌اند به طور معناداری قوی‌تر است. این یافته‌ها همسو با نتایج پژوهش قره داغی و همکاران (۱۳۹۹) است. افرادی که در شرایط پرفشار و استرس‌آور از راهبردهای مثبت تنظیم هیجان استفاده می‌کنند سطوح بالاتری از بهزیستی روان‌شناختی را تجربه می‌نمایند. در تبیین این یافته می‌توان گفت افرادی که در شرایط بحرانی و استرس‌زا توانایی مدیریت و مهار هیجانات خود را دارند و می‌توانند شرایط را تحت کنترل خود در آورند، سازگاری بیشتری با محیط پیدا کرده و برداشت درست‌تری از شرایط ایجاد شده دارند. از طرف دیگر، فرد با اتخاذ راهبردهای مثبت تنظیم شناختی هیجان، فشار روانی و احساسات منفی خود را کاهش می‌دهد و به دنبال آن احساس رضایت و بهزیستی را تجربه می‌کند. در تبیین تفاوت دو گروه نیز می‌توان چنین بیان کرد که به طور طبیعی نوجوانانی که جدایی والدین را تجربه می‌کنند با تغییرات، فشار و استرس بیشتری روبه‌رو می‌شوند. بنابراین بیشتر از سایر نوجوانان با شرایط عادی در موقعیت‌های بحرانی قرار می‌گیرند. از این رو، اگر این نوجوانان توانایی کنترل هیجانات و استفاده از راهبردهای مثبت تنظیم هیجان را کسب کرده باشند، می‌توانند تا حد بسیار زیادی بهزیستی روان‌شناختی خود را در سطح مطلوب نگه دارند.

در رابطه با یافته آخر پژوهش، طرحواره‌های ناسازگار از طریق راهبردهای مثبت تنظیم شناختی اثری معکوس و معنادار بر بهزیستی روان‌شناختی دارد. همچنین این تفاوت در گروهی که تجربه طلاق والدین را داشته‌اند به طور معناداری قوی‌تر است. همان‌طور که گفته شد، بین طرحواره‌های ناسازگار اولیه با راهبردهای مثبت و منفی تنظیم هیجان رابطه معناداری وجود دارد. بدین صورت که هرچه فرد طرحواره‌های ناسازگار بیشتر و عمیق‌تری داشته باشد، محدودیت‌های درونی بیشتری را تجربه کرده و قادر به کنترل و مهار هیجانات خود نیست. چنین فردی در موقعیت‌های فشارآور که طرحواره‌هایش فعال شده است، برای کاهش فشار درونی و کنترل هیجانات خود از راهبردهای منفی تنظیم هیجان استفاده می‌کند. اما افرادی که طرحواره‌های ناسازگار کمتری دارند، در موقعیت‌های بحرانی می‌توانند با بررسی دقیق موقعیت و تمرکز بر نکات مثبت، راهبردهای مثبت تنظیم هیجان را اتخاذ کنند. از طرف دیگر بین راهبردهای مثبت تنظیم هیجان و بهزیستی روان‌شناختی نیز رابطه معناداری وجود دارد. فردی که در موقعیت‌های بحرانی، توانایی مهار و کنترل هیجانات خود را دارد و می‌تواند راهبردهای مثبت تنظیم هیجان را اتخاذ کند، ناراحتی و فشار روانی حاصل از آن موقعیت را به نحو مطلوبی کاهش داده و باعث بالا نگه داشتن سطوح بهزیستی روان‌شناختی می‌شود. چنین فردی می‌تواند به مؤلفه‌های بهزیستی روان‌شناختی نظیر پذیرش خود، تسلط بر محیط، خودمختاری و دست پیدا کند.

• نتیجه‌گیری

همان‌طور که در قبل گفته شد راهبردهای مثبت تنظیم شناختی هیجان رابطه طرحواره‌های ناسازگار اولیه با بهزیستی روان‌شناختی را در دو گروه نوجوانان با و بدون سابقه طلاق والدین میانجی‌گری می‌کند. از طرف دیگر، نوجوانانی که تجربه طلاق والدین را دارند، طرحواره‌های ناسازگار بیشتر و عمیق‌تری دارند، موقعیت‌های استرس‌زای بیشتری را تجربه کرده و کمتر از سایرین قادر به اتخاذ راهبردهای مثبت تنظیم شناختی هیجان هستند و به همین خاطر سطوح پایین‌تری از بهزیستی را نیز تجربه می‌کنند. آسیب‌های ناشی از شکل‌گیری و تداوم طرحواره‌های ناسازگار اولیه در نوجوانان و به‌ویژه نوجوانان با تجربه جدایی والدین، باعث می‌شود تا آنان در شرایط بحرانی و فشارآور توانایی ارزیابی درست موقعیت را از دست داده و نتوانند راهبردهای مناسبی را برای مهار و کنترل هیجانات خود برگزینند. اگرچه گاه ممکن است انتخاب راهبردهای منفی تنظیم شناختی هیجان در کوتاه‌مدت باعث تعدیل و کاهش فشار گردد، اما در طولانی‌مدت اثرات مخربی بر سلامت روانی نوجوان خواهد داشت. نتایج بیانگر این نکته است نوجوانانی که طرحواره‌های ناسازگار کمتر و ضعیف‌تری داشتند، بیشتر از نوجوانان با طرحواره‌های ناسازگار قوی، قادر به انتخاب راهبردهای مثبت تنظیم هیجان بودند؛ به همین خاطر، سطوح بالاتری از بهزیستی روان‌شناختی را تجربه می‌کنند. از طرف دیگر، نتایج پژوهش بیانگر این نکته است که نوجوانان با تجربه طلاق والدین تفاوت معناداری در هر سه مؤلفه بهزیستی روان‌شناختی، راهبردهای تنظیم هیجان و طرحواره‌های ناسازگار اولیه

با نوجوانان بدون تجربه جدایی والدین داشتند. از این رو، با توجه به اهمیت طرحواره‌های ناسازگار اولیه، پیشگیری از شکل‌گیری این طرحواره‌ها از طریق تأمین نیازهای اساسی اولیه و آگاه بودن به اصول فرزندپروری صحیح، می‌تواند در حکم ایمن‌سازی روانی در برابر بسیاری از آسیب‌های روان‌شناختی عمل کند؛ بنابراین، نتایج پژوهش حاضر می‌تواند به مشاوران، معلمان، والدین و سایر دست‌اندرکاران بهداشت و سلامت روانی کمک کند تا با ایجاد آگاهی در این زمینه تا حد امکان از شکل‌گیری و تداوم این طرحواره‌ها جلوگیری نمایند. همچنین می‌توان آموزش‌هایی برای آشنایی با هیجانات و توانایی انتخاب راهبردهایی متناسب برای تنظیم و کنترل آنها را در برنامه‌ریزی‌های آموزشی و درمانی در نظر گرفت.

در استفاده از نتایج باید دقت داشت که یافته‌های این تحقیق، محدود به دانش‌آموزان شهر تهران بوده است، بنابراین در تعمیم نتایج به دیگر دانش‌آموزان در سایر شهرها باید محتاطانه عمل کرد. از محدودیت‌های دیگر پژوهش این بود که اطلاعات جمع‌آوری شده صرفاً به وسیله گزارش‌های خود دانش‌آموزان به‌دست آمده است، استفاده از منابع چندگانه دریافت اطلاعات از جمله دیگر اعضای خانواده و معلمان به غنی‌تر شدن یافته‌های مطالعه حاضر منجر خواهد شد. دشواری در جلب رضایت برخی دانش‌آموزان برای شرکت در پژوهش و پاسخگویی به سوالات پرسشنامه‌ها یکی دیگر از محدودیت‌های پژوهش بود. در راستای رفع محدودیت‌های پژوهش پیشنهاد می‌شود دانشجویان و پژوهشگران چنین پژوهش‌هایی را در سایر شهرها تکرار کنند تا شواهدی از روابط به‌دست آمده فراهم شود. پژوهشگران، مدل پژوهش حاضر را بر اساس سنین مختلف و در سایر مقاطع تحصیلی در مدارس و دانشگاه‌ها آزمون کنند. استفاده از مطالعات طولی و سایر روش‌های تحقیق (ترکیبی شامل کیفی و کمی) می‌تواند برای بررسی این مطالعه سودمندتر باشد.

• تعارض منافع

در پژوهش حاضر هیچ‌گونه تعارض منافی توسط نویسندگان گزارش نشده است.

• تشکر و قدردانی

در پایان از تمامی عزیزانی که ما را در این انجام این پژوهش یاری کردند، صمیمانه سپاسگزاری و قدردانی می‌شود.

• منابع

- اورنگ، سهیلا؛ هاشمی رزینی، هادی و عبداللهی، محمدحسین. (۱۳۹۶). بررسی رابطه طرحواره‌های ناسازگار اولیه با معنای زندگی و بهزیستی روان‌شناختی سالمندان. *نشریه علمی پژوهشی سالمند*. ۱۲(۳)، ۳۲۶-۳۴۵.
- بشارت، محمدعلی و بزازیان، سعیده. (۱۳۹۳). بررسی ویژگی‌های روان‌سنجی پرسشنامه تنظیم شناختی هیجان در نمونه‌ای از جامعه ایرانی. *فصلنامه پیشرفت در پرستاری و مامایی*. ۱۴(۸۴)، ۶۱.
- خانجانی، مهدی؛ شهیدی، شهریار؛ فتح‌آبادی، جلیل؛ مظاهری، محمدعلی و شکری، امید. (۱۳۹۳). ساختار عاملی و ویژگی‌های روان‌سنجی فرم کوتاه (۱۸ سوالی) مقیاس بهزیستی روان‌شناختی ریف در دانشجویان دختر و پسر. *اندیشه و رفتار در روان‌شناسی بالینی*. ۹(۳۲)، ۲۷-۳۶.
- خدادادی، جعفر؛ کلائی، اعظم و گوهری پور، مرتضی. (۱۳۹۹). تدوین الگوی مفهومی رضایت از ازدواج در بستر خانواده سالم: مبتنی بر بافت فرهنگی. *مجله فرهنگ مشاوره*. ۱۱(۱)، ۲۷-۶۰.
- غمخوار فرد، زهرا؛ امراللهی نیا، مونا و آزاد فلاح، پرویز. (۱۳۹۱). بررسی پیش‌بینی کننده‌های اضطراب دوره کودکی بر اساس طرحواره‌های ناسازگار کودک و سبک‌های فرزندپروری مادر. *مجله علوم رفتاری*. ۳(۶)، ۲۲۲-۲۵۳.
- قره داغی، علی؛ زمستانی، مهدی و ولیئی، زهره. (۱۳۹۹). بررسی رابطه بین عملکرد خانواده و تنظیم شناختی هیجان با بهزیستی روان‌شناختی دانش‌آموزان. *روان‌شناسی مدرسه*. ۹(۲)، ۱۰۸-۱۲۲.
- گرجین پور، فاطمه؛ علی پور، غلامرضا؛ جلوه، مازیار و عبدی، منصوره. (۱۳۹۹). اثربخشی درمان مبتنی بر شفقت بر حرمت خود و انعطاف‌پذیری کنشی نوجوانان طلاق. *مجله خانواده درمانی کاربردی*. ۱(۲)، ۱-۲۲.
- مرادی، شهاب و اخانی، الهه. (۱۳۹۸). مقایسه اختلال‌های روان‌شناختی فرزندان طلاق با همتایان عادی. *نشریه رویش روان‌شناسی*. ۸(۱۱)، ۱۱۱-

میرزانی، شهرزاد؛ رضایی، اذرمیدخت؛ خیر، محمد و سهرابی، نادره. (۱۴۰۰). نقش واسطه‌گری تنظیم شناختی هیجان برای طرحواره‌های ناسازگار و عواطف منفی در جوانان. فصلنامه علمی - پژوهشی روشها و مدل‌های روان‌شناختی. ۴۳(۱۲)، ۱-۱۳.

- Abdi, M. R., Porebrahim, T., Nazari, A. M. (2013). Effectiveness of Children of Divorce Intervention Program on Children's Adjustment with their Parental Divorce. *Journal of Family Research*. 9(35), 343-358. (Persian)
- Calvo, N., Valero, S., Arntz, A., Andi6n, 6., Matal6, J. L., Navascues, V., & Ferrer, M. (2018). Validation of the Spanish version of the Borderline Personality Disorder Checklist (BPD Checklist) in a sample of BPD patients: Study of psychometric properties. *The European Journal of Psychiatry*. 32(1), 26-35.
- Delia, J., & Krasny, M. E. (2018). Cultivating positive youth development, critical consciousness, and authentic care in urban environmental education. *Frontiers in psychology*. 8, 23 -40.
- Ellis, L. K., & Rothbart, M. K. (2001, April). Revision of the early adolescent temperament questionnaire. In *Poster presented at the 2001 biennial meeting of the society for research in child development, Minneapolis, Minnesota*.
- Extremera, N., Dur6n, A., & Rey, L. (2007). Perceived emotional intelligence and dispositional optimism-pessimism: Analyzing their role in predicting psychological adjustment among adolescents. *Personality and Individual Differences*, 42(6), 1069-1079.
- Garnefski, N., Kraaij, V., & Spinhoven, P. (2001). Negative life events, cognitive emotion regulation and emotional problems. *Personality and Individual differences*. 30(8), 1311-1327.
- Garnefski, N., & Kraaij, V. (2006). Cognitive emotion regulation questionnaire-development of a short 18-item version (CERQ-short). *Personality and individual differences*, 41(6), 1045-1053.
- Gross, J. J. (1998). Antecedent-and response-focused emotion regulation: divergent consequences for experience, expression, and physiology. *Journal of personality and social psychology*. 74(1), 224.
- Gross, J. J., & Thompson, R. A. (2007). Emotion Regulation: Conceptual Foundations. *Handbook of Emotion Regulation*. The Guilford Press.
- Lisi, G., Rossi, R., Ribolsi, M., Di Lorenzo, G., Parisi, C., Siracusano, M., & Siracusano, A. (2020). 'Too many BeEPs in our teens!' Behavioral and emotional problems in a large group of Italian adolescents. *Psychological Medicine*. 1-10.
- Luhmann, M. (2017). Using big data to study subjective well-being. *Current Opinion in Behavioral Sciences*. 18, 28-33.
- Mizani, S., Rezaei, A., Khayyer, M., & Shegefti, N. S. (2021). The Mediating Role of Cognitive Emotion Regulation for Maladaptive Schemas and Negative Affects Among Youth. *Quarterly Journal of Psychological Methods and Models Spring*, 12(43). (Persian)
- Mitchell, C., McLanahan, S., Notterman, D., Hobcraft, J., Brooks-Gunn, J., & Garfinkel, I. (2015). Family structure instability, genetic sensitivity, and child well-being. *American Journal of Sociology*. 120(4), 1195-1225.
- Rijkeboer, M. M., & de Boo, G. M. (2010). Early maladaptive schemas in children: Development and validation of the schema inventory for children. *Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry*, 41(2), 102-109.
- Ryff, C. D., & Keyes, C. L. M. (1995). The structure of psychological well-being revisited. *Journal of personality and social psychology*. 69(4), 719-727.
- Ryff, C. D., & Singer, B. H. (2006). Best news yet on the six-factor model of well-being. *Social science research*, 35(4), 1103-1119.
- Ryff, C. D. (2014). Psychological well-being revisited: Advances in the science and practice of eudaimonia. *Psychotherapy and psychosomatics*. 83(1), 10-28.
- Schneier, F., & Goldmark, J. (2015). Social anxiety disorder. In *Anxiety disorders and gender* (pp. 49-67). Springer, Cham.
- Sefidi, F. A. T. E. M. E. H., & Farzad, V. (2012). Validated measure of Ryff psychological well-being among students of Qazvin University of Medical Sciences (2009). *Journal of Inflammatory Diseases*, 16(1), 65-71.
- Simpson, S., Simionato, G., Smout, M., van Vreeswijk, M. F., Hayes, C., Sougleris, C., & Reid, C. (2019). Burnout amongst clinical and counselling psychologist: The role of early maladaptive schemas and coping modes as vulnerability factors. *Clinical psychology & psychotherapy*. 26(1), 35-46.
- Van Wijk-Herbrink, M. F., Bernstein, D. P., Broers, N. J., Roelofs, J., Rijkeboer, M. M., & Arntz, A. (2018). Internalizing and externalizing behaviors share a common predictor: The effects of early maladaptive schemas are mediated by coping responses and schema modes. *Journal of abnormal child psychology*. 46(5), 907-920.
- Young, J. E., Klosko, J. S., & Weishaar, M. E. (2003). Schema therapy. *New York: Guilford*, 254.
- Wright, J. H., Brown, G. K., Thase, M. E., & Basco, M. R. (2017). *Learning cognitive-behavior therapy: An illustrated guide*. American Psychiatric Pub.