The Role of Early Maladaptive Schemas and Cognitive Emotion Regulation Strategies in Predicting Resilience

Masoomeh Gorji: M.A., department of conseling, Islamic Azad university, south Tehran branch, Tehran, Iran. m.gorji1975@yahoo.com

Somaieh Salehi*: Ph.D., department of conseling, Islamic Azad university, south Tehran branch, Tehran, Iran 2dr.salehi@gmail.com

Abstract

Introduction: Resilient individuals and groups are equipped with a set of common features that prepare them to overcome the highs and lows of life. The present study was conducted to determine the role of early maladaptive schemas and cognitive emotion regulation strategies in predicting resilience.

Methods: This was a descriptive correlational study. The statistical population of this study included all master's degree students in family counseling at the faculty of psychology and educational sciences of the Islamic Azad University of Tehran's south branch. Two-hundred students were selected through a convenience sampling method. The tools of this research include Young schema questionnaire-short form1996, cognitive emotion regulation questionnaire: Garnovski, Kriaj, and Spinhoven2001; Connor-Davidson's resilience scale2003. Inferential statistics correlation coefficient and regression were used to analyze the data.

Results: The findings showed that early maladaptive schemas and the cognitive emotion regulation strategies could predict the resilience and quality of life. The results showed thirty-six percent of the resilience changes are related to early maladaptive schemas and the cognitive emotion regulation strategies.

Conclusions: Considering the predictability of the resilience through early maladaptive schemas and the cognitive emotion regulation strategies, the implementation of workshops with the theoretical basis of early maladaptive schemas and cognitive-emotion regulation strategies seems necessary among counseling students. Also, providing psychological services and counseling available to the general public is another necessity in promoting people's health.

Keywords

Early Maladaptive Schemas

Cognitive Emotion Regulation Strategies

Resilience

*Corresponding Author

Study Type: Original
Received: 26 Nov 2018
Accepted: 30 Jun 2019

Please cite this article as follows: Gorji M, and Salehi S. The role of early maladaptive schemas and cognitive emotion regulation strategies in predicting resilience. Quarterly journal of social work. 2019; 8 (4); 52-60

[Downloaded from socialworkmag.ir on 2026-11-09]

تعیین نقش طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه و راهبردهای نظم‌جویی شناختی هیجان در پیش‌بینی تاب‌آوری

معصومه گرجی: کارشناسی ارشد گروه مشاوره، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد تهران جنوب، تهران، ایران. m.gorji1975@yahoo.com
سمیه صالحی*: دکتری تخصصی، گروه مشاوره، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد تهران جنوب، تهران، ایران. 2dr.salehi@gmail.com

واژگان کلیدی

طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه

راهبردهای نظم‌جویی شناختی هیجان

تاب‌آوری

چکیده

مقدمه: افراد و گروه‌های تاب‌آور، مجهز به مجموعه‌ای از ویژگی‌های مشترک‌اند که آن‌ها را برای غلبه بر دگرگونی‌ها و فراز و نشیب‌های زندگی آماده می‌کند. پژوهش حاضر با هدف تعیین نقش طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه و راهبردهای نظم‌جویی شناختی هیجان در پیش‌بینی تاب‌آوری انجام شد.

روش: این پژوهش به لحاظ روش توصیفی از نوع همبستگی بود. جامعه‌آماری این پژوهش شامل کلیه دانشجویان کارشناسی ارشد رشته مشاوره خانواده دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی دانشگاه آزاد اسلامی واحد تهران جنوب بود. تعداد دویست نفر به روش نمونه‌گیری در دسترس از بین دانشجویان کارشناسی ارشد رشته مشاوره خانواده دانشگاه آزاد اسلامی واحد تهران جنوب انتخاب شدند. ابزارهای پژوهش شامل فرم کوتاه پرسشنامه طرح‌واره ناسازگار اولیه یانگ۱۹۹۶؛ پرسشنامه نظم‌جویی شناختی هیجان گارنفسکی کرایجو اسپینهاون۲۰۰۱؛ مقیاس تاب آوری کانر و دیویدسون۲۰۰۳ بود. به‌منظور تحلیل داده‌ها از آمار استنباطی-ضریب همبستگی و رگرسیون استفاده شد.

نتایج: یافته‌ها نشان داد طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه و راهبردهای نظم‌جویی شناختی هیجان توان پیش‌بینی تاب‌آوری را داشتند. نتایج نشان داد که سی و شش درصد تغییرات تاب‌آوری به طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه و راهبردهای نظم‌جویی شناختی هیجان مربوط می‌شود.

بحث و نتیجه‌گیری: با توجه به نقش طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه و راهبردهای نظم‌جویی شناختی هیجان در پیش‌بینی تاب‌آوری، اجرای کارگاه‌های آموزشی با مبنای نظری طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه و راهبردهای نظم‌جویی شناختی هیجان، برای دانشجویان رشته مشاوره ضروری به‌نظر می‌رسد. علاوه بر این فراهم نمودن خدمات روان‌شناختی و مشاوره در دسترس عموم از دیگر ضرورت‌ها در ارتقا سلامت افراد است.

* نویسنده مسئول
نوع مطالعه: پژوهشی
تاریخ دریافت: ۱۳۹۷/۰۹/۰۵
تاریخ پذیرش: ۱۳۹۸/۰۴/۰۹

نحوه استناد به مقاله: معصومه گرجی و سمیه صالحی. تعیین نقش طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه و راهبردهای نظم‌جویی شناختی هیجان در پیش‌بینی تاب‌آوری. فصلنامه مددکاری اجتماعی، ۱۳۹۸؛ ۸ (۴): ۶۰-۵۲

[Downloaded from socialworkmag.ir on 2026-11-09]

مقدمه

تاب آوری، یکی از سازه‌های مهم و مطرح در روانشناسی مثبت‌گرا است. نیومن۲۰۰۳ تاب‌آوری را فرآیند یا توانایی انطباق دادن خود با چالش‌ها، تهدیدها و غلبه بر آن‌ها می‌داند. وی بیان می‌دارد که افراد و گروه‌های تاب‌آور، مجهز به مجموعه‌ای از ویژگی‌های مشترک هستند که آن‌ها را برای غلبه بر دگرگونی‌ها و فراز و نشیب‌های زندگی آماده می‌کند.(۱) هوگ، آیوستین و پولاک۲۰۰۷ عقیده دارند که تاب‌آوری، صرفا فقدان اختلال روانی نیست، بلکه اکتساب ویژگی‌هایی است که به حفظ بهداشت روانی در هنگام مواجهه با عوامل خطر کمک می‌کند.(۲) افرادی که تاب‌آوری بالایی دارند، در برابر آسیب‌ها و استرس‌زاهای غیر قابل اجتناب، مقاومت بیشتری دارند(۳) و احتمال بیشتر ی دارد معنای مثبتی در استرس‌هایی که تجربه می‌کنند، پیدا کنند و به‌طرز موثری با چالش‌های زندگیشان مواجه شوند، و خود را با استرس‌های زندگی انطباق دهند.(٤) مطالعات تروی و ماوس۲۰۱۱ نشان داده است از آنجایی که وقایع استرس‌زا، ذاتا بسیار هیجانی هستند، توانایی افراد در نظم‌جویی هیجاناتشان می‌تواند عامل بسیار مهمی در تاب‌آوری آن‌ها باشد.(۵) اهمیت مهارت نظم‌جویی هیجان برای حفظ سلامت روانی در تحقیقات زیادی تایید شده است.(٦) نظم‌جویی هیجان، همچنین به‌عنوان یکی از مهارت‌های اساسی برای تاب‌آوری افراد در نظر گرفته شده است.(۷) نظم‌جویی هیجانی، شامل استفاده از استراتژی‌های رفتاری و شناختی برای تغییر در مدت زمان یا شدت تجربه یک هیجان است.(۸) افراد در مواجهه با رویدادهای استرس‌زا، از راهبردهای نظم‌جویی هیجان متفاوتی برای اصلاح یا تعدیل تجربه هیجانی خود استفاده می‌کنند. یکی از متداول‌ترین راهبردهای نظم‌جویی هیجان استفاده از راهبردهای شناختی است. شناخت‌ها یا فرآیندهای شناختی به افراد کمک می‌کند که هیجان‌ها و احساس‌های خود را نظم‌جویی نموده تا به‌وسیله شدت هیجان‌ها مغلوب نشوند.(۹)

راهبردهایی که افراد برای نظم‌جویی هیجاناتشان استفاده می‌کنند، در پژوهش‌های نظری و کاربردی بسیاری مورد بررسی قرار گرفته و تحت عنوان راهبردهای سازگارانه و ناسازگارانه مورد بحث واقع شده است. در همین راستا دانستن و سرزنش خود، پذیرش یا تفکر با محتوای پذیرش و تسلیم رخداد، نشخوار ذهنی یا اشتغال ذهنی درباره احساسات و تفکرات مرتبط با واقعه منفی، تمرکز مجدد مثبت یا فکر کردن به موضوع لذت‌بخش و شاد به‌جای تفکر درباره حادثه واقعی، تمرکز مجدد بر برنامه‌ریزی یا فکر کردن درباره مراحل فایق آمدن بر واقعه منفی یا تغییر آن، ارزیابی مجدد مثبت یا تفکر درباره جنبه‌های مثبت واقعه یا ارتقای شخصی، اتخاذ دیدگاه یا تفکرات مربوط به کم اهمیت بودن واقعه یا تاکید بر نسبیت آن در مقایسه با سایر وقایع، فاجعه آمیز پنداری یا تفکر با محتوای وحشت از حادثه و سرزنش دیگران یا تفکر با محتوای مقصر دانستن و سرزنش دیگران به‌خاطر آنچه اتفاق افتاده است معرفی کرده‌اند.(۱۰)

نحوه ارزیابی فرد از افکار ناخواسته و مزاحم آموخته شده در طی زندگی در روند سلامت تاثیر گذارند. این امور به‌عنوان طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه معمولا شناخته می‌شوند. یانگ طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه را الگوها یا درون مایه‌های عمیق و فراگیری می‌داند که در دوران کودکی یا نوجوانی شکل گرفته و در مسیر زندگی تدوام دارند، درباره رابطه خود با دیگران بوده و به شدت ناکارآمدند. به اعتقاد بک، طرح‌واره، ساختاری شناختی است برای گزینش، رمز گردانی و ارزیابی محرک‌هایی که بر ارگانیسم فرد اثر می‌گذارند. طرح‌واره ناسازگار اولیه را که در پنج گروه سازمان یافته‌اند به شرح زیر مطرح نموده‌اند.(۱۱) گروه اول،بریدگی-طرد: محدودیت هیجانی، رها شدگی-بی‌ثباتی، بی‌اعتمادی-بد رفتاری، انزوای اجتماعی-بیگانگی، نقص-شرم. گروه دوم، خودگردانی و عملکرد مختل: شکست، وابستگی-بی‌کفایتی، آسیب‌پذیری نسبت به زیان یا بیماری، خود تحول نیافته-گرفتار. گروه سوم، محدودیت‌های مختل: استحقاق-بزرگ منشی و خویشتن داری-خود انضباطی ناکافی. گروه چهارم، دیگر جهت‌مندی: تمرکز افراطی بر نیازها، تمایلات و احساسات دیگران، اطاعت و از خود گذشتگی. گروه پنجم، گوش به زنگی بیش از حد و بازداری: بازداری هیجانی و معیارهای سرسختانه-عیب‌جویی افراطی.(۱۲) شاو، شین زانگ و لین۲۰۱۷ پژوهشی با عنوان رابطه بین طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه و معنی زندگی و سلامت روان سالمندان، بر روی دویست نفر از افراد مسن شاما نود و شش زن و صد و چهار مرد و با استفاده از پرسشنامه طرح‌واره‌های ناسازگار فرم کوتاه یانگ، پرسشنامه معنی زندگی و مقیاس روان‌شناختی رفاه روانی انجام داد، نتایج نشان داد که طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه-استانداردهای غیرمستقیم، خودکار، محرومیت هیجانی، انزوا و ناتوانی هیجانی؛ توان پیش‌بینی معنای زندگی و رفاهی را دارند که ممکن است بر سلامت روان سالمندان تاثیر گذارد.(۱۳)

wnloaded from socialworkmag.ir on 2026-11-09]

نتایج پژوهش سسرو، مارمون، بیتیل، هوتز و جونز۲۰۱۳، با عنوان رابطه طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه و احساس بی‌لذتی بین صد و پنجاه نفر از دانشجویان زن متاهل دانشگاه هاروارد نشان داد چهار طرح‌واره که بیشترین نقش را به خود اختصاص داده بودند شامل: نقص-شرم، خودکنترلی ناکافی، آسیب‌پذیری و وابستگی-بی‌کفایتی است.(۱۴)

رایکه بوئر و دی بو۲۰۱۱ در پژوهش خود با عنوان رابطه رضایت از زندگی و طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه، در بین صد و هشتاد نفر از دانشجویان متاهل دانشگاه سوییس و با استفاده از مقیاس‌های رضایت از زندگی داینر و طرح‌واره‌های یانگ فرم کوتاه، نشان دادند که بین طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه و رضایت از زندگی در دانشجویان متاهل رابطه منفی وجود دارد.(۱۵) همچنین نتایج پژوهش کشاورز۱۳۹۵ نشان داد راهبرد تنظیم هیجان مثبت و تاب‌آوری به‌صورت مثبت قادر به پیش‌بینی شادکامی دانش‌آموزان می‌باشد.(۱۵) مطالعه انجام شده در ایران نشان داد که افراد مبتلا به اختلال وسواس جبری دارای سطوح بالاتری از طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه بوده و در مواجهه با رویدادهای منفی، از راهبردهای ناسازگار و منفی تنظیم‌شناختی هیجان استفاده می‌کنند.(۱۰)

تحقیقات انجام شده داخلی و خارج از ایران به‌طور جداگانه به رابطه طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه و راهبردهای نظم‌جویی شناختی هیجان با جنبه‌های مختلف سلامت روان پرداخته‌اند. از آنجا که طرح‌واره‌ها بنیادهای شناختی فرد را تشکیل داده و می‌توانند رفتارهای فرد را شکل داده و به آن سمت و سو دهند، لذا می‌توان بین طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه به‌عنوان بخش زیرین و سخت شناخت‌های افراد که اغلب در دوره‌های تحولی رشد شکل گرفته‌اند، با رفتارهای سازگار و یا ناسازگارانه در مقاطع بعدی رشد فرد، رابطه برقرار نمود. طرح‌واره‌ها از جمله علل فردی و روان‌شناختی است که در مطالعه ابعاد بهزیستی روان‌شناختی از جمله تاب‌آوری از اهمیت ویژه‌ای برخوردارند، طرح‌واره‌ها موجب سوگیری در تفسیرهای فرد از رویدادها شده و این سوگیری‌ها خود را به‌صورت نگرش‌های تحریف شده، گمانه‌های نادرست، اهداف و چشم‌داشت‌های غیرواقع‌بینانه نشان می‌دهند.

در باب ضرورت این پژوهش و بر اساس یافته‌های مطالعات گذشته، با آگاهی از اهمیت الگوهای شناختی در سلامت روانی می‌توان به تعدیل طرح‌واره‌ها پرداخت و با درک ریشه مشکلات و ناسازگاری‌ها، به بازنگری و ارزیابی مجدد این باورها و تفکرات قالبی پرداخت. همچنین کنترل هیجانات و مسولیت‌پذیری درقبال سرنوشت را می‌توان از پیامدهای تعدیل طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه دانست که تحقیق پیش رو در تلاش برای روشنگری و دستیابی به آن است. قابل ذکر است که کمک به دانشجویان در امر نظم‌جویی هیجان، بخش ضروری و اجتناب ناپذیر برنامه‌های آموزشی است. بنابراین این پژوهش نیز با همین محوریت می‌باشد. چراکه مشکلات هیجانی در جامعه رو به افزایش است و سبب افزایش پرخاشگری و مشکلات عاطفی و رفتاری شده است. مطالعات انجام شده نشان داد که رابطه طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه و راهبردهای نظم‌جویی هیجان با ابعاد سلامت روان به‌صورت جداگانه بررسی شده و به‌ویژه تحقیقات داخلی این موضوع را به‌صورت جامع در بین دانشجویان رشته مشاوره بررسی نکرده‌اند. با توجه به خلا مطالعاتی و اهمیت طرح‌واره‌های ناسازگارانه در ایجاد اختلال در سلامت روانی دانشجویان، این پژوهش به بررسی نقش طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه و راهبردهای نظم‌جویی شناختی هیجان در پیش‌بینی تاب‌آوری پرداخته است.

روش

جامعه‌آماری این پژوهش توصیفی-همبستگی را تعداد تقریبی چهارصد نفر از دانشجویان کارشناسی ارشد رشته مشاوره خانواد دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی دانشگاه آزاد اسلامی واحد تهران جنوب در سال ۱۳۹۷-۱۳۹۶ تشکیل داده‌اند. دانشگاه آزاد اسلامی واحد تهران جنوب، در هر سال تحصیلی در هر ترم، پنجاه دانشجوی جدید را با آزمون و پنجاه دانشجو را بدون آزمون می‌پذیرد که با احتساب دانشجویان سال‌های قبل تعداد تقریبی دانشجویان چهارصد نفر است. حجم نمونه با استفاده ازجدول مورگان دویست نفر برآورد گردید. به‌علت دسترسی نداشتن همزمان به دانشجویان، برای انتخاب نمونه از روش نمونه‌گیری در دسترس استفاده شد. برای گردآوری داده‌ها از پرسشنامه‌های استاندارد مقیاس تاب‌آوری کانر و دیویدسون۲۰۰۳، پرسشنامه نظم‌جویی شناختی هیجان و فرم کوتاه پرسشنامه طرح‌واره ناسازگار اولیه یانگ۱۹۹۶ استفاده شده است. تجزیه و تحلیل داده‌ها با بهره‌گیری از آمار توصیفی-میانگین و انحراف معیار، و آمار استنباطی-ضریب

wnloaded from socialworkmag.ir on 2026-11-09]

همبستگی و رگرسیون انجام گرفت.

ملاک‌های ورود و خروج

ملاک‌های ورود: دانشجویان کارشناسی ارشد رشته مشاوره خانواد. دانشگاه آزاد اسلامی واحد تهران جنوب.

ملاک‌های خروج: تمایل نداشتن به تکمیل پرسشنامه‌ها، دانشجویان سایر مقاطع تحصیلی.

ملاحظات اخلاقی: داوطلبان بدون نوشتن نام و نام خانوادگی در این پژوهش شرکت کردند. به هر کدام یک کد اختصاص داده‌شد و در تمامی مراحل پژوهش نیز داده‌ها بر اساس کد شرکت‌کننده مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت. فرایند پژوهش برای دانشجویان توضیح داده و موافقت آنان برای شرکت در مصاحبه جلب گردید. همچنین به آنان اطمینان داده شد که تمامی اطلاعات مربوط به پژوهش محرمانه تلقی می‌شود.

روش تحلیل داده‌ها: تجزیه و تحلیل داده‌ها به دو طریق مورد ارزیابی قرار گرفت: برای توصیف داده‌ها از مقیاس تاب‌آوری کانر و دیویدسون۲۰۰۳ استفاده شد.

ابزارهای پژوهش

مقیاس تاب‌آوری کانر و دیویدسون ۲۰۰۳: تهیه‌کنندگان این مقیاس بر این باورند که این پرسشنامه به خوبی قادر به تفکیک افراد تاب‌آور از غیرتاب‌آور در گروه‌های بالینی و غیربالینی بوده و می‌تواند در موقعیت‌های پژوهشی و بالینی مورد استفاده قرار گیرید. اعتبار خارجی نمرات مقیاس تاب‌آوری با نمرات مقیاس سرسختی کوباسا همبستگی مثبت معنادار و با نمرات مقیاس استرس ادراک شده ومقیاس آسیب‌پذیری نسبت به استرس شیهان همبستگی منفی معناداری داشتند که این نتایج حاکی از اعتبار همزمان این مقیاس است.(۱۶) کانر و دیویدسون ضریب آلفای کرونباخ مقیاس تاب‌آوری را هشتاد و نه صدم گزارش کرده‌اند. همچنین ضریب اعتبار حاصل از روش بازآزمایی در یک فاصله چهار هفته‌ای هشتاد و هفت صدم بوده است. در بررسی ویژگی‌های روان‌سنجی این مقیاس در شش گروه جمعیت عمومی، مراجعه‌کنندگان به بخش مراقبت‌های اولیه، بیماران سرپایی روان‌پزشکی، بیماران با مشکل اختلال اضطراب فراگیر، و دو گروه از بیماران مبتلا به استرس پس از سانحه انجام شده است. در ایران توسط محمدی۱۳۸٤ هنجاریابی شده است. وی برای تعیین اعتبار مقیاس تاب‌آوری کانر و دیویدسون از روش آلفای کرونباخ بهره گرفته و ضریب اعتبار هشتاد و نه صدم را گزارش کرده است. نمرات مقیاس تاب‌آوری کانر و دیویدسون با نمرات مقیاس سرسختی کوباسا همبستگی مثبت معنادار و با نمرات مقیاس استرس ادراک شده و مقیاس آسیب‌پذیری نسبت به استرس شیهان همبستگی منفی معناداری داشتند که این نتایج حاکی از اعتبار همزمان این مقیاس است. همچنین نمرات مقیاس تاب‌آوری کانر و دیویدسون در هنگام شروع آزمایش و همچنین هنگام خاتمه با نمرات مقیاس تجربه جنسی آریزونا همبستگی معناداری نداشت. این مطلب حاکی از اعتبار افتراقی آزمون است. برای تعیین روایی این مقیاس نخست همبستگی هر عبارت با نمره کل مقوله محاسبه و سپس از روش تحلیل عاملی بهره گرفته شد. محاسبه همبستگی هر نمره با نمره کل به‌جز عبارت سه، ضریب‌های بین چهل و یک صدم تا شصت و چهار صدم را نشان داد.(۱۷) در این پژوهش اعتبار پرسشنامه با استفاده از روش آلفای کرونباخ نود و یک صدم محاسبه گردیده است.

پرسشنامه نظم جویی شناختی هیجان: این پرسشنامه توسط گارنفسکی کرایجو اسپینهاون۲۰۰۱ در کشور هلند تهیه شده و دارای دو نسخه انگلیسی و هلندی است. برخلاف سایر پرسشنامه‌های مقابله‌ای که به‌صورت آشکار بین افکار فرد و اعمال واقعی وی تمایز قایل نمی‌شوند، این پرسشنامه افکار فرد را پس از مواجهه با یک تجربه منفی با وقایع آسیب‌زا ارزیابی می‌کند. اجرای این پرسشنامه خیلی آسان است و برای افراد دوازده سال به بالا قابل استفاده است.(۱۸)

در بررسی مشخصات روان‌سنجی آزمون گارنفسکی و همکاران۲۰۰۱ روایی آزمون از طریق همبستگی نمره کل با نمرات خرده مقیاس‌ها آزمون بررسی شد که دامنه‌ای از چهل صدم تا هشتاد و شش صدم با میانگین پنجاه و شش صدم را در بر می‌گرفت که همگی آن‌ها معنادار بوده‌اند. اعتبار آزمون را با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ به ترتیب برابر با نود و یک صدم، هشتاد و هفت صدم، نود و سه صدم به‌دست آوردند.(۱۸) نسخه فارسی پرسشنامه تنظیم شناختی هیجان در ایران توسط حسنی۱۳۸۹ اعتباریابی شده است. در مطالعه او، آلفای کرونباخ نه زیر مقیاس نسخه فارسی پرسشنامه تنظیم شناختی هیجان بین هفتاد و شش صدم تا نود و دو صدم قرار داشت. همچنین اعتبار مقیاس براساس روش همسانی درونی وبازآزمایی با دامنه همبستگی پنجاه و یک صدم تا هفتاد و هفت صدم و روایی پرسشنامه مذکور از طریق تحلیل مولفه اصلی با استفاده از چرخش وایرمکس، همبستگی بین خرده مقیاس‌ها با دامنه همبستگی سی و دو صدم تا شصت و هفت صدم و روایی ملاکی

wnloaded from socialworkmag.ir on 2026-11-09]

مطلوب گزارش شده است. در این پژوهش، اعتبار پرسشنامه با استفاده از روش آلفای کرونباخ به مقدار هشتاد صدم محاسبه گردیده است.(۱۹)

فرم کوتاه پرسشنامه طرح‌واره ناسازگار اولیه یانگ۱۹۹۶: این پرسشنامه در سال ۱۹۸۸ توسط یانگ ساخته شده است. این پرسشنامه هفتاد و پنج پرسش دارد و برای سنجش پانزده طرح‌واره ناسازگار اولیه ساخته شده است.(۲۰) میزان همسانی درونی را در پانزده زیر مقیاس از هفتاد و شش صدم تا نود و سه صدم گزارش نموده‌اند.(۲۰) در بررسی دیگر اعتبار بازآزمایی با فاصله پانزده روز در مورد پانزده طرح‌واره بین شصت و هفت صدم تا هشتاد و چهار صدم به‌دست آمد. در تحلیل عاملی این پرسشنامه هجده طرح‌واره از ثبات درونی بالایی برخوردار بودند.(۲۱) ضرایب روایی همگرا و واگرای طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه با سیاهه افسردگی، مقیاس عاطفه مثبت و منفی، پرسشنامه و و اعتماد به‌نفس چک لیست بازنگری شده علایم SCL-90 به‌ترتیب سی و هفت صدم، سی و نه صدم، سی و شش صدم و سی و نه صدم گزارش شده است. اعتبار به روش آلفای کرونباخ نود و چهار صدم و روایی آن به روش بررسی همبستگی با آزمون باورهای غیرمنطقی سی و چهار صدم محاسبه شده است.(۲۰) فتی، موتابی، محمدخانی و کاظم زاده۱۳۸۸ نسخه فارسی پرسشنامه را روی نمونه‌ای پانصد و سیزده نفری از دانشجویان ایرانی هنجاریابی کردند. همسانی درونی آن بر حسب آلفای کرونباخ در گروه مونث نود و هفت صدم و در گروه مذکر نود و هشت صدم گزارش شده است. همچنین پرسشنامه طرح‌واره ناسازگار اولیه یانگ با مقیاس‌های پریشانی روان‌شناختی و اختلالات شخصیت همبستگی بالایی دارد و بنابراین از روایی مطلوبی برخوردار است.(۲۲) اعتبار این پرسشنامه به روش آلفای کرونباخ در این پژوهش نود و سه صدم به‌دست آمده است و از فرم کوتاه پرسشنامه استفاده شده است.

یافته ها

در این پژوهش بیشترین فراوانی متعلق به گروه سنی بیست و پنج تاسی سال معادل هفتاد و یک درصد و کمترین فراوانی متعلق به گروه‌های سنی سی و پنج تا چهل سال هفت و پنج دهم درصد و بالاتر از چهل و پنج سال هفت و پنج دهم درصد بوده است. همچنین فراوانی گروه سنی سی تا سی و پنج سال چهارده درصد بوده است. میانگین و انحراف استاندارد تاب‌آوری۶۵/۱۱، ۳/۴۹ نظم‌جویی شناختی۵۷/۱۰۳، ۱۶/۷۱ و طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه ۴۵/۱۹۲، ۴۹/۴۴ است. به‌منظور بررسی رابطه بین طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه با تاب‌آوری، از آزمون پیرسون استفاده شد. یافته‌های جدول شماره یک نشان می‌دهد، بین متغیر طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه با متغیر تاب‌آوری رابطه معناداری وجود دارد. همچنین بین تمامی مولفه‌های این دو متغیر روابط معناداری است. اما بین مولفه‌های گردآوری با تاثیرات معنوی، معیارهای سرسختانه با اعتماد به غرایز فردی و کنترل، مولفه استحقاق با تمامی مولفه‌های تاب‌آوری رابطه معنی‌دار نبود. به‌منظور بررسی رابطه بین راهبرهای نظم‌جویی شناختی هیجان با تاب‌آوری، از آزمون پیرسون استفاده شد. یافته‌های مربوط به بررسی این فرضیه، در جدول شماره دو ارایه شده است. همان‌طور که جدول مذکور نشان می‌دهد، بین راهبرهای نظم‌جویی شناختی هیجان و تاب‌آوری ارتباط معناداری وجود دارد. همچنین بین مولفه‌های راهبرهای نظم‌جویی شناختی هیجان و تاب‌آوری نیز رابطه معناداراست. اما بین ملامت خویش و پذیرش با مولفه‌های تاب‌آوری، نشخوارگری با کنترل، دیدگاه‌گیری با کنترل، فاجعه‌سازی با تاثیرات

جدول(۱) نتایج آزمون همبستگی پیرسون بین مولفه‌های طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه و تاب‌آوری

متغیرها		تصور از شایستگی فردی	اعتماد به غرایز فردی	پذیرش مثبت تغییر	کنترل	تاثیرات معنوی	تاب‌آوری
محرومیت هیجانی	همبستگی	-۰/۲۲۵**	-۰/۲۱۸**	-۰/۳۰۳**	-۰/۳۲۸**	-۰/۲۸۰**	-۰/۳۰۹**
رها شدگی	همبستگی	-۰/۳۱۳**	-۰/۳۶۲**	-۰/۳۱۵**	-۰/۳۲۹**	-۰/۱۸۹**	-۰/۳۷۶**
بی اعتمادی-بدرفتاری	همبستگی	-۰/۳۹۷**	-۰/۲۵۲**	-۰/۳۰۱**	-۰/۴۰۲**	-۰/۲۶۷**	-۰/۳۸۹**
انزوای اجتماعی بیگانگی	همبستگی	-۰/۳۳۸**	-۰/۱۹۱**	-۰/۲۴۷**	-۰/۴۰۷**	۰/۲۰۰**	-۰/۳۲۹**
نقصشرم	همبستگی	-۰/۴۱۱**	-۰/۳۵۵**	-۰/۴۲۴**	-۰/۴۸۰**	-۰/۳۴۷**	-۰/۴۷۹**
شکست	همبستگی	-۰/۲۸۱**	-۰/۲۴۰**	-۰/۳۴۵**	-۰/۳۸۶**	-۰/۳۰۶**	-۰/۳۵۹**
وابستگی بی‌کفایتی	همبستگی	-۰/۴۱۸**	-۰/۳۷۱**	-۰/۴۶۹**	-۰/۴۸۳**	-۰/۴۰۴**	-۰/۵۰۶**
آسیب‌پذیری دربرابر بیماری	همبستگی	-۰/۴۱۳**	-۰/۳۶۸**	-۰/۴۵۷**	-۰/۴۱۷**	-۰/۲۹۶**	-۰/۴۷۶**
گرفتاری	همبستگی	-۰/۳۰۷**	-۰/۱۸۰*	-۰/۲۵۵**	-۰/۳۰۷**	-۰/۱۳۶	-۰/۲۹۳**
اطاعت	همبستگی	-۰/۴۵۳**	-۰/۳۸۶**	-۰/۳۶۱**	-۰/۳۸۷**	-۰/۲۴۱**	-۰/۴۵۹**
ایثار	همبستگی	۰/۱۵۵*	۰/۱۶۸*	۰/۱۸۹**	۰/۱۴۵*	۰/۲۲۲**	۰/۲۰۴**
بازداری هیجانی	همبستگی	-۰/۳۱۷**	-۰/۴۴۴**	-۰/۲۷۵**	-۰/۳۷۰**	۰/۲۰۴**	-۰/۳۳۹**
معیارهای سرسختانه	همبستگی	۰/۱۴۳*	۰/۱۱۷	۰/۱۴۵*	۰/۱۰۴	۰/۲۵۴**	۰/۱۷۱*
استحقاق	همبستگی	۰/۰۳	۰/۰۳	۰/۰۰۲	-۰/۰۳	۰/۰۶	۰/۰۲
خویشتن داری	همبستگی	-۰/۳۱**	-۰/۲۳۸**	-۰/۲۴۸**	-۰/۳۸۶**	-۰/۱۵۰*	-۰/۳۲۴**
طرح‌واره‌های ناکارآمد اولیه	همبستگی	-۰/۴۱**	-۰/۲۳۸**	-۰/۴۰۰**	-۰/۴۸**	۰/۲۶۸**	-۰/۴۶۱**

** وجود رابطه با ۹۹٪ اطمینان و سطح معناداری ۰/۰۰۱
* وجود رابطه با ۹۵٪ اطمینان و سطح معناداری ۰/۰۵

جدول(۲) نتایج آزمون همبستگی پیرسون بین مولفه‌های بین راهبرهای نظم‌جویی شناختی هیجان و تاب‌آوری

متغیرها		تصور از شایستگی فردی	اعتماد به غرایز فردی	پذیرش مثبت تغییر	کنترل	تاثیرات معنوی	تاب‌آوری
ملامت.خویش	همبستگی	-۰/۰۲۳	-۰/۰۷۹	-۰/۰۰۵	-۰/۱۳۳	۰/۰۱۴	-۰/۰۵۲
پذیرش	همبستگی	-۰/۰۶۵	-۰/۱۱۵	-۰/۰۰۷	-۰/۰۵۹	۰/۱۲۴	-۰/۰۵۳
نشخوارگری	همبستگی	۰/۱۸۱*	۰/۱۷۰*	۰/۲۶۵**	۰/۱۱۶	۰/۲۰۳**	۰/۲۲۶**
تمرکز مجدد مثبت	همبستگی	۰/۴۴۹**	۰/۵۶۳**	۰/۴۵۲**	۰/۴۱۹**	۰/۳۶۶**	۰/۵۵۶**
تمرکز مجدد برنامه‌ریزی	همبستگی	۰/۴۳۸**	۰/۴۹۸**	۰/۳۷۵**	۰/۴۱۲**	۰/۳۵۱**	۰/۵۰۹**
ارزیابی. مجدد مثبت	همبستگی	۰/۵۳۰**	۰/۵۱۳**	۰/۳۵۲**	۰/۴۴۶**	۰/۳۳۵**	۰/۵۴۴**
دیدگاه‌گیری	همبستگی	۰/۲۳۹**	۰/۱۹۲**	۰/۲۲۷**	۰/۱۲۲	۰/۱۷۴*	۰/۲۴۱**
فاجعه‌سازی	همبستگی	-۰/۲۵۱**	-۰/۲۲۸**	-۰/۲۵۷**	-۰/۳۲۱**	۰/۰۸۶	-۰/۲۸۴**
ملامت دیگران	همبستگی	۰/۲۳۶**	-۰/۲۰۶**	-۰/۲۲۵**	-۰/۱۵۵*	-۰/۲۴۶**	-۰/۲۵۸**
راهبردهای نظم‌جویی	همبستگی	۰/۲۸۵**	۰/۳۰۰**	۰/۲۶۰**	۰/۲۰۰**	۰/۲۷۰**	۰/۳۲۳**

** وجود رابطه با ۹۹٪ اطمینان و سطح معناداری ۰/۰۰۱
* وجود رابطه با ۹۵٪ اطمینان و سطح معناداری ۰/۰۵

جدول(۳) تحلیل رگرسیون پیش‌بینی تاب‌آوری بر اساس طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه و راهبردهای نظم‌جویی شناختی هیجان

متغیر	R	R^2	adjR^2	F	Beta	t	P	شاخص‌های غیرهم‌خطی Std. Error	B	دوربین واتسون
راهبردهای نظم‌جویی شناختی‌هیجان	۰/۶۰۵	۰/۳۶۶	۰/۳۶۰	۵۶/۹۰۲	۰/۳۶۹	۶/۹۱۹	۰/۰۰۱	۰/۰۱۲	۰/۰۸۳	۲/۰۴۶
طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه					-۰/۵۱۷	-۹/۰۲۱	۰/۰۰۱	۰/۰۰۴	-۰/۰۳۷	

wnloaded from socialworkmag.ir on 2026-11-09]

معنوی، رابطه معنا دار نبود.

به‌منظور بررسی توان پیش‌بینی تاب‌آوری توسط طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه و راهبردهای نظم‌جویی شناختی هیجان، از آزمون رگرسیون استفاده گردیده است. یافته‌های مربوط به بررسی این فرضیه، در جدول شماره سه، ارایه شده است. همبستگی متغیرهای طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه و راهبردهای نظم جویی شناختی هیجان با تاب‌آوری برابر با ششصد و پنج هزارم است.

ضریب تعیینسیصد وشصت و شش هزارم به‌دست آمده و این مقدار نشان می‌دهد که سی و شش درصد تغییرات تاب‌آوری به طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه و راهبردهای نظم‌جویی شناختی هیجان مربوط می‌شود. چون این مقدار درجه آزادی را در نظر نمی‌گیرد. لذا از ضریب تعیین تعدیل شده برای این منظور استفاده می‌شود که آن هم در این آزمون برابر با سی و شش صدم است.

آزمون T مربوط به ضرایب رگرسیون نیز در جدول شماره سه برای متغیر مستقل نشان داده شده است که این مقدار برای متغیرهای راهبردهای نظم‌جویی شناختی هیجان و طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه برابر با یک هزارم بوده، در نتیجه در تاب‌آوری موثر می باشد.

بحث و نتیجه گیری

یافته‌ها نشان داد طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه و راهبردهای نظم‌جویی شناختی هیجان توان پیش‌بینی تاب‌آوری را داشتند. نتایج نشان داد که سی وشش درصد تغییرات تاب‌آوری به طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه و راهبردهای نظم‌جویی شناختی هیجان مربوط می‌شود. بر طبق بررسی‌های انجام شده در مورد فرضیه بین طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه با تاب‌آوری رابطه مستقیم وجود دارد، نتایج نشان داد بین متغیر طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه با متغیر تاب‌آوری رابطه معناداری وجود دارد. همچنین بین تمامی مولفه‌های این دو متغیر روابط معناداری وجود دارد به‌جز مولفه‌های گرفتاری با تاثیرات معنوی، معیارهای سرسختانه با اعتماد به غرایز فردی و کنترل، مولفه استحقاق با تمامی مولفه‌های تاب‌آوری که روابط بین آن‌ها معنادار نیست. این یافته با یافته‌های کلوسکو و ویشیار۲۰۰۳، شاو، شین زانگ و لین۲۰۱۳، بختیاری مقدم و جمهری۲۰۱٦، رایکه بوئر و دی بو۲۰۱۱، کارر۲۰۰٤، طالع بکتاش، یعقوبی و یوسفی۱۳۹۲، سسرو، مارمون، بیتیل، هوتز و جونز۲۰۱۳(۱۱، ۱۲، ۱۳، ۱٤، ۲۳، ۲٤، ۲۵و۲٦) همسو شده است. در تبیین یافته‌های به‌دست آمده می‌توان چنین گفت که برخی از افراد به‌منظور مقابله با مشکلات و رویدادهای منفی زندگی در دوران کودکی بعضی از این طرح‌واره‌ها و راهبردهای مقابله‌ای ناسازگارانه را ایجاد می‌کنند. اگرچه طرح‌واره‌ها در دوران کودکی کارکرد خوبی دارند اما استفاده از آن‌ها در سال‌های بعدی زندگی ناسازگارانه است . زیرا ادراک جهان مشابه دوران کودکی نیست.(۵) وجود این طرح‌واره‌ها در دوران بزرگسالی باعث مقابله با مشکلات در راه‌های ناسازگارانه می‌شود و تهدیدی برای بهزیستی افراد به‌شمار می‌رود. فعال شدن طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه منجربه ارزیابی منفی و تعبیر محرک‌ها به‌صورت منفی و تهدیدآمیز می‌شود. این امر باعث می‌شود که فرد موقعیت فشارزا و توانایی خود برای مقابله با آن را به‌صورت منفی ارزیابی کند و در نتیجه در یک راهبرد مقابله‌ای منفعل و ناسازگارانه مانند مقابله‌ای هیجان‌مدار درگیر شود. در تبیین وجود نداشتن رابطه معنادار بین مولفه‌های گرفتاری با تاثیرات معنوی، معیارهای سرسختانه با اعتماد به غرایز فردی و کنترل، مولفه استحقاق با تمامی مولفه‌های تاب‌آوری می‌توان نداشتن درک کافی افراد از روابط بین مولفه‌ها اشاره کرد و اینکه لازم است افراد شناخت دقیقتری نسبت به آن‌ها داشته باشند. همچنین بررسی‌های انجام شده در مورد فرضیه دوم: وجود رابطه مستقیم بین راهبردهای نظم‌جویی شناختی هیجان با تاب‌آوری، نشان داد بین این دو رابطه معناداری وجود دارد. همچنین بین مولفه‌هایشان نیز رابطه معناداری وجود دارد. به‌جز ملامت خویش و پذیرش با تمامی مولفه‌های تاب‌آوری، نشخوارگری با کنترل، دیدگاه‌گیری با کنترل، فاجعه‌سازی با تاثیرات معنوی که بین آن‌ها روابط معناداری وجود ندارد.

این یافته با یافته‌های کارر۲۰۰٤، احمدی، نژاد فرید و برجعلی۱۳۹۳(۱۰و۲۵) همسوست. نتایج پژوهش کشاورز۱۳۹۵ نشان داد که بین راهبرد تنظیم‌شناختی هیجان مثبت با شادکامی دانش‌آموزان رابطه مثبت و معنادار وجود دارد. (۱۵) همچنین نتایج پژوهش کشاورز نشان داد راهبرد تنظیم هیجان مثبت و تاب‌آوری به‌صورت مثبت قادر به پیش‌بینی شادکامی دانش‌آموزان می‌باشند. دیگر پژوهش‌ها نیز یافته‌های مشابه داشتند از جمله پژوهش‌های مارتین و داهلن۲۰۰۵، تروی و ماوس۲۰۱۱، کارلسون، دیکک لیگی، گرینبرگ و موچیکا-پارودی۲۰۱۲.(۵، ۲۷و۲۸) با توجه به یافته‌های پژوهش حاضر افرادی که عادت به استفاده از راهبردهای سازگارانه‌ای با مضمون فکر کردن به وقایع

wnloaded from socialworkmag.ir on 2026-11-09]

مثبت یا مثبت اندیشی به‌جای وقایع منفی، تفکر درباره پی‌ریزی برنامه‌های موثر برای مداخله در حل مشکل، معنای مثبت بخشیدن به واقعه یا تفسیر واقعه به‌صورت مثبت و همچنین کم اهمیت شمردن واقعه و کوچک شمردن آن در مقایسه با وقایع بزرگتر را دارند، نسبت به سایر افراد که از این راهبردها استفاده کمتری دارند، از تاب‌آوری بالاتری برخوردار خواهند بود. استفاده از این راهبردها ممکن است با کاستن از هیجانات منفی و در نتیجه بهبود عملکرد شناختی و هیجانی موجبات رویارویی فرد برای حل مشکل و افزایش تاب‌آوری او را فراهم آورد. برخی تحقیقات نشان داده‌اند که استفاده از برخی راهبردهای سازگارانه تنظیم هیجان همچون ارزیابی مجدد شناختی در مواجهه با استرس، در بسیاری از مواقع علاوه بر کاستن از هیجانات منفی، می‌تواند باعث افزایش هیجانات مثبت شود. فردریکسون، توگاد، وایوق و لارکین۲۰۰۳ نیز بیان کردند که افراد به این دلیل تاب آورند که از احساسات مثبت به‌طور استراتژیک هوشمندانه برای دستیابی به نتایج مقابله‌ای برتر استفاده می‌کنند.(۲۹) وجود نداشتن رابطه بین مولفه‌ها از جمله ملامت خویش و پذیرش با تمامی مولفه‌های تاب‌آوری، نشخوارگری با کنترل، دیدگاه‌گیری با کنترل، فاجعه‌سازی با تاثیرات معنوی؛ می‌تواند به ضعف و نداشتن شناخت کافی افراد در استفاده از آن‌ها در موقعیت‌های مختلف زندگی مربوط باشد. در مجموع می‌توان گفت مهار هیجان در شرایط تهدید کننده و چالش برانگیز، منجر به افزایش توانایی سازگاری فرد و باعث رشد تاب‌آوری افراد می‌شود. چنانچه گارنفسکی و کرایج۲۰۰۶ معتقدند که نحوه ارزشیابی افراد در مواجهه با رویدادهای منفی از اهمیت بالایی برخوردار است و تنظیم هیجان این توانمندی را به افراد می‌دهد که از موقعیت تنش‌زا ارزیابی درستی داشته باشند. افزون بر این پژوهش‌ها نشان داده‌اند که فقدان مهارت‌های مهار هیجان و ناتوانی در ابراز آن باعث می‌شود افراد دچار حس رکود شوند و در نتیجه دست از تلاش و فعالیت بکشند.(۳۰)

نتایج این پژوهش به‌طور کلی نشان داد که طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه و راهبردهای نظم‌جویی هیجان توان پیش‌بینی تاب‌آوری را در بین دانشجویان رشته مشاوره خانواده دانشگاه آزاد اسلامی واحد تهران جنوب داشتند.

محدودیت‌ها: پژوهش حاضر بر روی دانشجویان کارشناسی‌ارشد رشته مشاوره خانواده دانشگاه آزاد اسلامی واحد تهران جنوب اجرا شده است که باید در تعمیم یافته‌ها احتیاط شود. یکی دیگر از محدودیت‌ها استفاده از روش نمونگیری دردسترس بوده است.

پیشنهادها: پیشنهاد می‌شود که این پژوهش روی سایر گروه‌ها و با استفاده از سایر روش‌های نمونه‌گیری مانند نمونه‌گیری تصادفی و خوشه‌ای انجام گیرد. همچنین پیشنهاد می‌گردد پژوهش درنمونه‌های وسیعتر در سایرشهرها نیز صورت گیرد و نتایج آن مورد ارزیابی قرارگیرد. همچنین بر طبق بررسی‌های انجام شده پیشنهاد می‌شود که با توجه به قابل پیش‌بینی بودن تاب‌آوری از طریق طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه و راهبردهای نظم‌جویی هیجان اجرای کارگاه‌های آموزشی با مبنای نظری طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه و راهبردهای نظم‌جویی شناختی هیجان ضروری به‌نظر می‌رسد و کاربردی است. علاوه بر این فراهم نمودن خدمات روان‌شناختی و مشاوره دردسترس برای عموم افراد از دیگر ضرورت‌ها درارتقا سلامت افراد است که مسولین نسبت به این امر مهم می‌بایست تلاش نمایند و در نهایت پیشنهاد می‌شود ابزارها در کنار آزمون‌های روانشناسی دیگر برای شناخت بهتر راهبردهای شناختی تنظیم هیجان افراد در مراکز مشاوره، مورد استفاده قرار گیرد.

تعارض منافع: بین نویسندگان هیچ‌گونه تعارضی در منافع وجود ندارد.

منابع مالی: هیچ حمایت مالیاتی در تمامی مراحل پژوهش صورت نگرفته است و تمامی هزینه‌ها بر عهده نویسندگان مقاله بود.

منابع

References:

1. Newman R. Providing direction on the road to resilience. Behavioral health management, . 2003;23(4):42-43.
2. Hoge EA, Austin ED, Pollak MH. Resilience: research evidence and conceptual considerations for post-traumatic stress disorder. Depression and anxiety. 2007;24:139-152.

wnloaded from socialworkmag.ir on 2026-11-09]

3. Gattsman J. Running head: secondary traumatic stress and resilience. University of the Rockies; 2008.
4. Liu Y, Wang ZH, Li ZG. Affective mediators of the influence of neuroticism and resilience on life satisfaction. personality and individual differences. 2012;52(833-838).
5. Troy AS, Mauss IB. Resilience in the face of stress: emotion regulation as a protective factor. Resilience and mental health: challenges across the lifespan London: Cambridge university press; 2011. p. 30-44.
6. Dillon DG, D, C. M., Pizzagalli DA. From basic processes to realworld problems: how research on emotion and emotion regulation can inform understanding of psychopathology, and vice versa. Emotion review. 2011;3:74-82.
7. Reivich K, Shatté A. The Resilience factor. New York: Broadway books; 2002.
8. Gross JJ, Thompson RA. Emotion regulation: conceptual foundations. In J. J. Gross (Ed.), editor. Handbook of emotion regulation. New York: Guilford press; 2007.
9. Ochsner KN, Gross JJ. Thinking makes it so: a social cognitive neuroscience approach to emotion regulation. In: Vohs(Eds.) RFBKD, editor. Handbook of self regulation: research, theory, and application New York: Guilford press; 2004.
10. Ahmadi F, Nezhad Farid A, Borjali M. Comparison of early maladaptive schemas and cognitive-emotional regulation strategies in patients with coronary artery bypass graft and healthy individuals. Journal of behavioral sciences. 2014;8(1):50-63. [Persian].
11. Klosko JS, Weishaar M. Schema therapy: a practitioner's guide. Journal of psycholosomatic research. 2002;57:113-116.
12. Sohrabi F, Darabi E, Rastgoo N, Jalalvand M, Azami E. The role of mediating early maladaptive schemas in the relationship between attachment styles and depression among students. Quarterly journal of counseling and psychotherapy. 2016;7(25):91-120. [Persian].
13. Shao J, Shen J, Zhang Q, Lin T. Meaning in life and well-being of older stroke survivors in Chinese communities: mediating effects of mastery and self-esteem. Health. 2017;5(4):743-748.
14. Cecero JJ, Marmon TS, Beitel M, Hutz A, Jones C. Images of mother, self, and God as predictors of dysphoria in non-clinical samples. Personal individ differ. 2013;36(7):1669–1680.
15. Keshavarz F. The role of cognitive regulation of excitement and resilience in predicting students happiness. Marvdasht branch: Islamic Azad university; 2016. [Persian].
16. Connor K, M, Davidson JRT. Development of a new resilience scale: the Connor- Davidson resilience scale(CD-RISC). Journal of depression and anxiety 2003;18:76-82.
17. Samani S, Jokar B, Sahragard N. Resiliency, mental health and life satisfaction. Journal of psychiatry and clinical psychology. 2006;3(3):290-295. [Persian].
18. Garnefski N, Kraaij V, Spinhoven PH. Negative life events, cognitive emotion regulation and depression. Personality and individual differences. 2001;30:1311-1327. [Persian].
19. Hasani J. Investigating the validity and validity of the short form of the emotional cognitive ordering questionnaire. Behavioral sciences research. 2011;9(4):229-250. [Persian].
20. Young JE. Cognitive therapy for personality disorders: a schema focused approach. Professional resource exchange: Sarasota, FL; 1994.
21. Valler P, Mayer J. Emotional development and emotional intelligence: implication for in. Salovay P, & Sluyter D.J (Eds.). What is emotional intelligence? New York: psychology press. 2001.
22. Fata L, Motabi F, Dabsun KE, Molodi R, Ziaie K. Factor structure of Iranian version of the young schema questionnaire, 232 questions in a non-clinical sample. New psychological research. 2009;16(4):227-246. [Persian].
23. Bakhtiari Moghaddam S, Jomehri F. Cross-cultural comparison of early maladaptive schemas. Resilience and quality of life in students. Review of European studies. 2016;2(1):268-282. [Persian].
24. Rijkeboer MM, de Boo GM. Early maladaptive schemas in children: development and validation of the schema inventory for children. Journal of consulting and clinical psychology. 2011;41(2):102-109. [Persian].
25. Carr A. Positive psychology. London: Routledge. 2004.
26. Talei Baktash S, Yaghoubi H, Yousefi R. Comparison of early maladaptive schemas and cognitive-emotional regulation strategies in patients with obsessive-compulsive disorder with normal people. Bimonthly Fiez. 2013;17(5):470-482. [Persian].
27. Martin CM, Dahlen ER. Cognitive emotion regulation in the prediction of depression, anxiety, stress, and anger. Personality and Individual differences. 2005;39:1249-1260.
28. Carlson JM, Dikecligil GN, Greenberg T, Mujica-Parodi LR. Trait reappraisal is associated with resilience to acute psychological stress. Journal of research in personality. 2012;46:609–613.
29. Fredrickson BL, Tugade MM, Waugh CE, Larkin GR. What good are positive emotions in crises? A prospective study of resilience and emotions following the terrorist attacks on the United States journal of personality and social psychology. 2003;84:365–376.
30. Gross JJ, John OP. Individual differences in two emotion regulation processes: implications for affect, relationships, and wellbeing. Journal of personality and social psychology. 2013;22(1):348-362.

wnloaded from socialworkmag.ir on 2026-11-09]