

رابطه بین طرحواره‌های ناسازگار اولیه و اضطراب با میانجی‌گری سبک مقابله‌ای هیجان‌مدار در زنان جوان ورزشکار غیر حرفه‌ای

الهام شمس^۱

سیدمحمد حسینی^۲

الهام دانشفر^۳

زهره صیادپور^۴



[10.22034/ssvs.2024.3073.3236](https://doi.org/10.22034/ssvs.2024.3073.3236)

تاریخ دریافت مقاله: ۱۴۰۳/۱۰/۱۲

تاریخ پذیرش مقاله: ۱۴۰۳/۱۰/۲۹

هدف پژوهش حاضر، بررسی رابطه بین طرحواره‌های ناسازگار اولیه و اضطراب با میانجی‌گری سبک مقابله‌ای هیجان‌مدار در زنان جوان ورزشکار غیرحرفه‌ای بود. روش پژوهش، توصیفی از نوع همبستگی و جامعه آماری شامل زنان جوان (۲۵-۴۵ سال) جدیدالورود (ورزشکاران غیرحرفه‌ای) به باشگاه‌های ورزشی شهر تهران بود که ۷ منطقه به صورت تصادفی انتخاب و متقاضیان به صورت نمونه‌گیری در دسترس برای پر کردن پرسش‌نامه‌ها برگزیده شدند؛ به این صورت ۲۰۰ نفر از افراد دارای اضطراب ۱۶ به بالا (متوسط)، طبق «پرسش‌نامه اضطراب» بک به عنوان نمونه انتخاب گردیدند و پرسش‌نامه‌های پژوهش در بین این افراد توزیع شد. طبق نظر کلاین (۲۰۱۱) تعداد ۲۰۰ نفر در روش معادلات ساختاری قابل دفاع است. بدین منظور از بین ۳۰۰ پرسش‌نامه‌ای که توزیع شد، تعداد ۲۰۰ پرسش‌نامه که به صورت کامل و سالم پر شده بودند، مورد بررسی قرار گرفتند. ابزار اندازه‌گیری این پژوهش شامل ۳ پرسش‌نامه بود: «پرسش‌نامه اضطراب» بک (۱۹۸۸)، «پرسش‌نامه سبک‌های مقابله‌ای» اندلر و پارکر (۱۳۹۱) و «پرسش‌نامه طرحواره‌های ناسازگار اولیه» یانگ فرم کوتاه (۲۰۰۵). داده‌های به دست آمده با آزمون همبستگی پیرسون و تحلیل مسیر مورد تجزیه تحلیل قرار گرفت. نتایج تحلیل نشان داد که اثر مستقیم طرحواره‌های ناسازگار اولیه و اضطراب (۰/۵۱) معنادار بود. اثر غیرمستقیم طرحواره‌های ناسازگار اولیه بر اضطراب از طریق سبک مقابله‌ای هیجان‌مدار نیز معنی دار بود (۰/۲۷).
واژگان کلیدی: طرحواره‌های ناسازگار اولیه، اضطراب، سبک مقابله‌ای و زنان جوان.

مقدمه

^۱ کارشناس ارشد روان‌شناسی بالینی، گروه روان‌شناسی، واحد تهران، دانشگاه پیام نور تهران جنوب، ایران (نویسنده مسئول)
E-mail: Elham.shams68@yahoo.com

^۲ کارشناس ارشد مشاوره خانواده، گروه روان‌شناسی، واحد تهران جنوب، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران، ایران

^۳ کارشناس ارشد روان‌شناسی تربیتی، گروه روان‌شناسی، دانشگاه علامه طباطبائی، ایران

^۴ گروه روان‌شناسی، دانشکده علوم انسانی، واحد تهران جنوب، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران، ایران

اضطراب^۱، چیزی فراتر از احساس استرس یا نگرانی است. استرس و احساسات مربوط به اضطراب، پاسخی رایج به فشار هستند، اما اضطراب زمانی ایجاد می شود که این احساسات بیش از حد هستند و بدون دلیل خاصی وجود و ادامه دارند. کنار آمدن با زندگی روزمره برای یک فرد مضطرب، سخت است. همه ما گهگاه احساس اضطراب می کنیم، اما برای یک شخص با تجربه اضطرابی، این احساسات نمی توانند به راحتی قابل کنترل باشند. افراد مضطرب بیشتر اوقات احساس نگرانی یا اضطراب می کنند، آرام شدن برایشان مشکل است، احساس ترسیدن ناگهانی، احساس وحشت شدید و تجربه افکار مکرر که باعث ممتد شدن اضطراب می شود، در این افراد تکرار شونده است (ایدز و همکاران، ۲۰۱۹). وقتی موقعیتهایی که افراد با آنها روبه رو می شوند به عنوان تهدید و موقعیت اضطرابی در نظر گرفته شوند، قشر جلوی مغز و آمیگدال، یک پاسخ جنگ یا مبارزه را تحریک می کنند که می تواند به شکل یک پاسخ روانی جسمانی مانند سرگیجه، افزایش ضربان قلب و تعریق ظاهر شود و عملکرد فرد را مختل کند (ادواز و همکاران، ۲۰۱۹؛ جاواید و همکاران، ۲۰۲۳). وجود اضطراب مبتنی بر پیوندهای معنوی، خانوادگی، فرهنگی، تأثیرات اجتماعی، عاطفی و فیزیکی و سلامت روان است. اضطراب ممکن است زمانی ایجاد شود که در یکی از مناطق فوق مشکلی وجود داشته باشد یا تعادل آنها به هم بخورد. مشکلاتی که انواع اضطراب در روابط بین فردی و اجتماعی، اشتغال و اعمال روزانه افراد ایجاد می کنند و فراگیر بودن آنها، همگی گویای نیاز به درک عمیق تر از منابع اضطراب دارد (ایدز و همکاران، ۲۰۱۹). با توجه به رویکرد شناختی- رفتاری عامل اصلی به وجود آورنده هیجان از قبیل اضطراب، افکار ما هستند که از جمله این افکار طرحواره های ناسازگار اولیه^۲ را می توان نام برد. طرحواره های ناسازگار اولیه در انواع اضطراب نقش دارند. زمانی که نیاز خاصی ارضا نشود، طرحواره ناسازگار در آن حیطه ایجاد می شود. آن ها برخلاف هدف مدیریت عمل می کنند و فرد را به سمت ناتوانی و در نتیجه اضطراب سوق می دهند (جیم و همکاران، ۲۰۱۷). طرحواره های ناسازگار اولیه، الگوهای سفت و سختی هستند که بر نحوه ایجاد تجربیات فعلی افراد و روابط با دیگران تأثیر می گذارند و کسب تجربیات و مفاهیم جدید فرد را احاطه می کنند (کیم و کیشور، ۲۰۱۹).

طرحواره های ناسازگار اولیه، الگوهای هیجانی و شناختی آسیب زنده ای هستند که با شکل گرفتن در ابتدای تحول در فراخنای زندگی تکرار می شوند و بر پردازش تجارب بعدی تأثیر می گذارند و نقش عمده ای در تفکر، احساس، رفتار و هیجان از جمله اضطراب و نحوه برقراری ارتباط افراد با دیگران دارند (یانگ و همکاران، ۲۰۰۸؛ ندری و همکاران، ۱۴۰۱)؛ باورهای هسته ای (پیش فرض های غیرشرطی) در مورد خود و دیگران که پردازش اطلاعات بیرونی را به مسیری ناکارآمد منحرف می کنند. بنابراین روابط بین فردی

¹ Anxiety disorders

² Early maladaptive schemes

رابطه بین طرحواره های ناسازگار اولیه و اضطراب با میانجیگری سبک مقابله ای هیجانمدار در زنان ..

و ادراک از خود را تحت تأثیر قرار می دهند. (یانگ، ۱۹۹۱؛ نیک‌آمال و همکاران، ۱۳۹۶). طرحواره‌ها ۱۸ نوع هستند که در ۵ حوزه جای دارند:

- حوزه بریدگی و طرد: انزوای اجتماعی، نقص و شرم، محرومیت هیجانی، طرد رهاشدگی، بی اعتمادی بدرفتاری

- حوزه خودگردانی و عمل مختل: آسیب‌پذیری، خودتحول‌نیافته، شکست، وابستگی/ بی کفایتی

- حوزه محدودیت‌های مختل: استحقاق، خویشتن‌داری و خودانضباطی ناکافی

- حوزه دیگرجهت‌مندی: اطاعت، ایثار

- حوزه گوش به زنگی بیش از حد و بازداری: بازداری هیجانی، معیار سختگیرانه (یانگ، ۱۹۹۱؛ ندی و همکاران، ۱۴۰۱).

در این تحقیق به دلیل نو بودن و عدم تکرار تحقیقات قبلی، به جای در نظر گرفتن ۱۸ طرحواره ناسازگار اولیه به صورت مستقل، ۵ حوزه طرحواره‌ای مد نظر قرار گرفت.

طبق نتایج تحقیق شهامت (۱۳۹۸) با عنوان «پیش‌بینی نشانه‌های سلامت عمومی (جسمانی‌سازی، اضطراب و افسردگی) بر اساس طرحواره‌های ناسازگار اولیه»، طرحواره‌های ناسازگار اولیه اطاعت، خودکنترلی ناکافی، نقص/ شرم بیشترین ارتباط را با اضطراب دارند. سه طرحواره اطاعت، خودکنترلی ناکافی و نقص/ شرم در رابطه با علائم اضطرابی پیش‌بینی‌کننده معناداری بودند. طرحواره اطاعت در گروه دیگر جهت‌مندی که توجه بیش از حد به دیگران و نادیده گرفتن نیازهای خود است، می‌گنجد. این طرحواره عبارت است از احساس نیاز به کنترل شدن از سوی دیگری. نتایج بیانگر رابطه معنادار طرحواره‌های ناسازگار اولیه و علائم سه گانه جسمانی‌سازی، اضطراب و افسردگی است. در تحقیق صیدی‌نژاد و همکاران (۱۴۰۲) با عنوان «بررسی رابطه بین طرحواره‌های ناسازگار اولیه با پرخاشگری و اضطراب مدرسه در دانش‌آموزان مقطع ابتدایی: نقش میانجی‌گری سلامت روان والدین»، نتایج تحلیل داده‌ها نشان داد که بین طرحواره‌های ناسازگار اولیه با اضطراب مدرسه و پرخاشگری رابطه مثبت و معنی‌داری وجود دارد. طرحواره‌های ناسازگار اولیه به‌ویژه حوزه بریدگی/ طرد اهمیت زیادی در ایجاد و تداوم اضطراب اجتماعی دارد و می‌تواند تغییرات بعدی نشانگان اضطراب را در طول زمان پیش‌بینی کند که معمولاً در محیط‌های بی‌عاطفه و طردکننده به وجود می‌آیند (نادرزاده و همکاران، ۱۳۹۸؛ حسین پور و همکاران، ۱۴۰۰). مطالعه دیره و چعبی (۱۳۹۹) با عنوان «شناسایی طرحواره‌های ناسازگار اولیه و تعیین تأثیر آنها بر اضطراب آشکار و پنهان دانشجویان»، نشان داد طرحواره‌های ناسازگار اولیه ۵۳/۶ درصد از اضطراب آشکار و نهفته را تشکیل می‌دهند. ضرایب بتا نشان داد که طرحواره شکست بیشترین تأثیر را داشت. در مقابل، طرحواره بی اعتمادی/ سوء رفتار کمترین تأثیر را بر اضطراب دانشجویان داشت. مطابق نتایج تحقیق عارف‌نیا و همکاران (۱۳۹۱) میانگین نمرات همه طرحواره‌های ناسازگار

اولیه در دانش‌آموزان با علائم اضطراب مدرسه بالا، نسبت به دانش‌آموزان با علائم اضطراب مدرسه پایین، بیشتر بود. بنابراین طرحواره‌های ناسازگار اولیه در دختران (به‌ویژه طرحواره خود تحول‌نیافته و گرفتار) با اضطراب مدرسه مرتبط و در آن تاثیرگذار است. نتایج این پژوهش نشان داد که میانگین نمرات دانش‌آموزان دارای اضطراب مدرسه در طرحواره‌های ناسازگار اولیه (تنهایی، آسیب‌پذیری، بی‌اعتمادی/ بدرفتاری، نقص، شکست، اطاعت، معیار سختگیرانه، ایثار، گرفتار، استحقاق و خودکنترلی ناکافی) بیشتر از دانش‌آموزان بدون اضطراب مدرسه است. در تحقیقی با عنوان «رابطه بین طرحواره‌های ناسازگار اولیه و اضطراب اجتماعی در بین ورزشکاران: نقش میانجی خودپنداره فیزیکی»، نتایج نشان داد که طرحواره‌های ناسازگار اولیه نقش مهمی در افزایش اضطراب اجتماعی بازی می‌کنند (حسین پور و بهرامی، ۱۴۰۰). در تحقیق تیم و چانگ (۲۰۲۰) با عنوان «طرحواره‌های ناسازگار اولیه و اختلالات روانی در بزرگسالی: مروری سیستماتیک و متاآنالیز»، هدف مقایسه بیمارانی که تشخیص اختلال روانی داده شده‌اند، با افراد سالم بود. نتایج تحقیق مذکور حاکی از ارتباط قوی بین طرحواره‌های ناسازگار اولیه و مشکلات روانی از جمله اضطراب است. طرح‌واره‌های انزوای اجتماعی، منفی‌گرایی/بدبینی، نقص/شرم، و نامطلوب بودن اجتماعی در گروه‌های بیمار، نسبت به افراد سالم بیشتر بود و تجزیه و تحلیل تشخیص‌های اختلالات روانی، روابط معنی‌داری را با طرحواره‌های ناسازگار اولیه نشان داد.

هر چند پژوهش‌های متعددی به بررسی رابطه بین انواع اضطراب و طرحواره‌های ناسازگار اولیه پرداخته‌اند، اما متغیرهای بسیاری که در این حین نقش میانجی دارند، ناشناخته باقی مانده‌اند. در نتیجه، برای کاهش مؤثر انواع اضطراب، شناسایی میانجی‌گرها لازم و ضروری است. از جمله میانجی‌گرهایی که بسیار از آن یاد شده، سبک مقابله‌ای هیجان‌مدار است (میرز و ولز، ۲۰۱۷؛ ندری و همکاران، ۱۴۰۱). در این تحقیق به میانجی‌گری این سبک مقابله‌ای در رابطه بین اضطراب و طرحواره ناسازگار اولیه می‌پردازیم. سبک‌های مقابله‌ای، مجموعه‌ای از اقدامات فرد در جهت تغییر، تفسیر و اصلاح موقعیت تنش‌زا است تا با این اقدامات رنج ناشی از آن موقعیت کاهش یابد. سبک‌های مقابله‌ای، اقداماتی شناختی- رفتاری هستند که فرد برای اداره خواسته‌هایش در موقعیت‌های اضطراب‌زا به آن‌ها روی می‌آورد (امیری و همکاران، ۲۰۱۲؛ ندری و همکاران، ۱۴۰۱). سبک‌های مقابله‌ای دو نوع هستند: سبک مقابله‌ای مسئله‌مدار که بر روی مدیریت یا منبع اضطراب کار می‌کند- به عنوان مثال، طرح‌ریزی نقشه عملی- و سبک مقابله‌ای هیجان‌مدار^۱ که سعی می‌نماید هیجان ناشی از اضطراب را تنظیم کند و سامان دهد (کارور و همکاران، ۱۹۸۹). سبک‌های مقابله‌ای ناکارآمد با دشواری‌هایی در تنظیم هیجانی چون افسردگی و اضطراب و انزوای اجتماعی ارتباط دارد. کسانی که از طریق حل مسئله با اضطراب مقابله می‌کنند، در مقایسه با افرادی که رویکرد اجتنابی و هیجانی در مواجهه دارند،

¹ emotion coping style

رابطه بین طرحواره های ناسازگار اولیه و اضطراب با میانجیگری سبک مقابله ای هیجانمدار در زنان ..

الگوهای رفتاری منطبق تری دارند (لی و پنگ، ۲۰۲۰). افزون براین، بر اساس مدل تعاملی اضطراب، استرس، سبک مقابله ای اندلر و پارکر می توان رابطه سبک مقابله ای هیجانمدار و اضطراب را توجیه کرد که در آن افراد دارای سبک مقابله ای هیجانمدار از روش های ناکارآمد برای کاهش اضطراب و استرس خود استفاده می کنند؛ روش هایی از جمله: خیال پردازی، رفتارهای عیب جویانه و تنظیم عواطف نامناسب (ویلتینک و همکاران، ۲۰۱۰). زمانی که فرد به سمت سبک های هیجانمدار کشیده شود و کاری برای کنترل و مدیریت هیجانات و اضطراب خود نکند، دچار اضطراب بیشتر می شود. سبک های مقابله ای منفی و منفعل از قدرت پیش بینی بالایی برای اضطراب برخوردارند (لی و پنگ، ۲۰۲۰). در تحقیقات زیادی نتایج بر این قرار بود که افرادی که از سطوح بالای اضطراب برخوردار بودند، بیشتر از سبک های مقابله ای اجتنابی و هیجانمدار استفاده می کردند. نتایج این تحقیقات نشان دادند که مقابله هیجانمدار و مقابله اجتنابی با اضطراب امتحان و نتایج منفی امتحان دانشجویان رابطه مثبت و معنی دار دارد (فرجی و همکاران، ۱۳۹۰). نتایج تحقیق سندی، و همکاران (۱۳۹۶) نشان داد که سبک مقابله ای هیجانمدار در به وجود آمدن علائم اضطراب و افسردگی تأثیر مثبت و معناداری دارد. تحقیقی که بر روی دختران متوسطه تهران انجام شد به این نتیجه انجامید که سبک مقابله هیجانمدار به صورت مثبت با مؤلفه های اضطراب تحصیلی همبسته بود (وفا و همکاران، ۱۳۹۸). باقری و همکاران (۱۳۹۹) در تحقیق خود به این نتیجه رسیدند که دانشجویان ورزشکار در مواجهه با شرایط تنش زا و سخت بیشتر از راهبردهای مسئلهمدار استفاده می کنند. در نتیجه اضطراب کمتری را تجربه می نمایند. اما در مقابل، دانشجویان ورزشکار غیر حرفه ای و غیر ورزشکار بیشتر به سمت راهبردهای مقابله ای هیجانمدار و اجتنابی کشیده می شوند و اضطراب بیشتری را تجربه می کنند.

سبک های مقابله ای خود تحت تأثیر متغیرهای شخصیتی هستند که در نحوه واکنش در موقعیت های اضطرابی و سلامت و یا عدم سلامت روان تأثیر بسزایی دارند. بسیاری از مطالعات رابطه معناداری بین ویژگی های شخصیت و راهبردهای مقابله ای پیدا کرده اند. طرحواره های ناسازگار اولیه به عنوان ویژگی های شخصیتی نوع استفاده فرد از سبک های مقابله ای را مشخص می کنند (پنلی و همکاران، ۲۰۰۲؛ جعفرنژاد، ۲۰۰۳؛ باباجانی و همکاران، ۲۰۱۴). شواهد نشان می دهد که تأثیر طرحواره های ناسازگار اولیه بر راهبردهای مقابله ای، قوی تر از تأثیر راهبردهای مقابله ای بر چنین طرحواره هایی است (مایرت و همکاران، ۲۰۱۴). در نهایت با توجه به نقش سبک مقابله ای هیجانمدار در مانع شدن بر سر مدیریت صحیح استرس و اضطراب، پژوهش در این مورد الزام آور می شود.

روش‌شناسی پژوهش

این تحقیق در تابستان ۱۴۰۲ انجام گرفت. جامعه آماری شامل زنان جوان (۲۵-۴۵ سال) جدیدالورود ورزشکاران غیرحرفه‌ای زیر ۳ ماه (۱۵ باشگاه ورزشی شهر تهران بودند که از ۷ منطقه ۲۲ گانه شهر تهران (۲، ۷، ۹، ۱۰، ۱۱، ۱۲، ۲۲) به صورت تصادفی انتخاب شدند؛ به این صورت که از میان افراد مراجعه‌کننده جدید به باشگاه‌های ورزشی شهر تهران از طرسق نمونه‌گیری در دسترس، ۲۰۰ نفر از افراد دارای اضطراب ۱۶ به بالا (متوسط) طبق پرسش‌نامه اضطراب بک به عنوان نمونه گزینش شدند و پرسش‌نامه‌های پژوهش در بین این افراد توزیع شد. طبق نظر کلاپین (۲۰۱۱) تعداد ۲۰۰ نفر در روش معادلات ساختاری قابل دفاع است. پس از بین ۳۰۰ پرسش‌نامه‌ای که توزیع شد، تعداد ۲۰۰ پرسش‌نامه که به صورت کامل و سالم پر شده بودند، در نظر گرفته شدند. ملاک‌های ورود به پژوهش شامل ۱. نمره اضطراب ۱۶ به بالا (متوسط) طبق پرسش‌نامه اضطراب بک؛ ۲. دامنه سنی بین ۲۵-۴۵ سال؛ ۳. تمایل و رضایت آگاهانه برای شرکت در پژوهش بود.

ابزار پژوهش

پرسش‌نامه طرحواره‌های ناسازگار اولیه یانگ فرم کوتاه

برای اندازه‌گیری طرحواره‌های ناسازگار اولیه از پرسش‌نامه یانگ (۲۰۰۵) استفاده شد. این پرسش‌نامه شامل ۵ حوزه (بریدگی و طرد، خودگردانی و عمل مختل، محدودیت‌های مختل، دیگر جهت‌مندی، گوش به زنگی بیش از حد و بازداری) و ۷۵ گویه، مقیاس پاسخگویی ۶ درجه‌ای لیکرت (کاملاً غلط = ۱ تا کاملاً درست = ۶) و ۱۵ زیر مقیاس (محرومیت هیجانی، طرد/رهاشدگی، بی‌اعتمادی بدرفتاری، انزوای اجتماعی، نقص و شرم، شکست، وابستگی/بی‌کفایتی، آسیب‌پذیری، خود تحول‌نیافته، اطاعت، ایثار، بازداری هیجانی، معیار سختگیرانه، استحقاق، خویش‌ننداری و خودانضباطی ناکافی) بود. هر پنج سؤال این پرسش‌نامه مربوط به یک طرحواره است و برای به دست آوردن نمره طرحواره‌ها، میانگین نمره در هر ۵ سؤال محاسبه می‌گردد. در هر کدام از طرحواره‌ها که فرد نمره بیشتری کسب کند، آن طرحواره به عنوان طرحواره ترجیحی وی در نظر گرفته می‌شود. اولین پژوهش جامع در مورد ویژگی‌های روان‌سنجی این طرحواره‌ها را اسمیت، جونز و یانگوتلچ (لفقی، ۱۳۸۵) انجام دادند و ضریب آلفای کرونباخ در جمعیت غیربالینی برای خرده‌مقیاس‌های این پرسش‌نامه بین ۰/۵ تا ۰/۸۲ به دست آمد. همچنین این پژوهشگران نشان دادند که پرسش‌نامه طرحواره یانگ با مقیاس‌های پریشانی روان‌شناختی و اختلال‌های شخصیت همبستگی بالایی دارد. این پرسش‌نامه را در ایران، آهی (۱۳۸۵) ترجمه و آماده اجرا کرده و همسانی درونی آن را بر حسب آلفای کرونباخ در گروه مؤنث ۰/۹۷ و در گروه مذکر ۰/۹۸ گزارش نموده است. در این پژوهش ما پنج حوزه طرحواره‌ای را بررسی کردیم.

¹ Early maladaptive schemes inventory

رابطه بین طرحواره های ناسازگار اولیه و اضطراب با میانجیگری سبک مقابله ای هیجانمدار در زنان ..

پرسش نامه اضطراب بک^۱

یک ابزار خود سنجی ۲۱ ماده ای است که برای اندازه گیری شدت اضطراب در نوجوانان و بزرگسالان تهیه شده است. این پرسش نامه از اعتبار و روایی بالایی برخوردار است. ضریب همسانی درونی آن (ضریب آلفا) ۰/۹۲، پایایی آن با روش باز آزمایی به فاصله یک هفته ۰/۷۵، و همبستگی ماده های آن از ۰/۳۰ تا ۰/۷۶ متغیر است. پنج نوع روایی محتوا، همزمان، سازه، تشخیصی و عاملی برای این آزمون سنجیده شده است که همگی نشان دهنده کارایی بالای این ابزار در اندازه گیری شدت اضطراب است (بک و همکاران، ۱۹۸۸، فتحی آشتیانی و داستانی، ۱۳۸۸). به سبب همراهی زیاد علائم اختلالات خلقی به ویژه افسردگی با انواع اضطراب، این پرسش نامه به گونه ای تدوین شده است که علائم افسردگی را شامل نشود (بک و همکاران، ۱۹۸۸، مولایی و همکاران، ۱۳۸۶). نمره گذاری در این پرسش نامه به این ترتیب است که آزمودنی ها، برای هر یک از ۲۱ سوال، یکی از چهار گزینه ای که نشان دهنده شدت اضطراب است را انتخاب می کنند. این چهار گزینه در یک طیف چهاربخشی از صفر تا سه نمره گذاری می شود. هر یک از سوال های آزمون، یکی از علائم شایع اضطراب (علائم ذهنی، بدنی و هراس) را توصیف می کند. بنابراین نمره کل این پرسش نامه در دامنه ای از صفر تا ۶۳ قرار می گیرد. نقاط برش این پرسش نامه نیز به این ترتیب می باشد: هیچ یا کمترین حد (۰-۷)، خفیف (۸-۱۵)، متوسط (۱۶-۲۵) و شدید (۲۶-۶۳). همچنین دستورالعمل یکسانی که به تمام آزمودنی ها ارائه شده، عبارت است از اینکه "لطفا هر عبارت را به دقت بخوانید و مشخص کنید در خلال هفته گذشته تا امروز چقدر از آن علامت در رنج بوده اید" (فتحی آشتیانی و داستانی، ۱۳۸۸). نتایج تحقیقات کاپویانی و موسوی (۱۳۸۷) نشان داد آزمون مورد نظر دارای روایی ($r=0/72$, $p<0/001$)، پایایی ($p<0/001$)، موسوی (۱۳۸۷) و ثبات درونی ($\alpha=0/92$) مناسبی است. همچنین در تحقیق سالاری و همکاران (۱۳۹۶) مقدار پایایی پرسش نامه با استفاده از آلفای کرونباخ ۰/۸۹ بدست آمد.

پرسش نامه سبک های مقابله ای پارکر و اندلر^۲ (CISS)

این پرسش نامه، یک آزمون خود گزارشی می باشد که توسط پارکر و اندلر (۱۹۹۰) ساخته شد. هدف از ساخت آن سنجش سبک های مقابله ای افراد در موقعیت های فشارزا بود. این پرسش نامه در ایران اولین بار توسط دکتر اکبرزاده ترجمه و هنجاریابی شد. این تست شامل ۴۸ ماده است که پاسخ ها به روش لیکرت از هرگز (۱) تا همیشه (۵) مشخص شده است. در حال حاضر این پرسش نامه دارای ۴۸ ماده و یکی از ابزارهای قابل اعتماد برای سنجش روش های مقابله به شمار می رود. مولفه های پرسش نامه:

۱. مقابله مسئله مدار یا برخورد فعال با مسئله در جهت مدیریت و حل آن (۱۶ ماده)

¹ Beck's Anxiety Questionnaire

² Andler and Parker's Coping Styles Questionnaire

۲. مقابله هیجان‌مدار یا تمرکز بر پاسخ‌های هیجانی به مسئله (۱۶ ماده)

۳. مقابله اجتنابی یا فرار از مسئله (۱۶ ماده).

سبک مورد نظر ما یعنی سبک مقابله‌ای هیجان‌مدار شامل ماده‌های ۵، ۷، ۸، ۱۳، ۱۴، ۱۶، ۱۷، ۱۹، ۲۲، ۲۵، ۲۸، ۳۰، ۳۳، ۳۴، ۳۸، ۴۵ می‌باشد. نمره‌گذاری این ابزار بر اساس یک طیف لیکرت ۵ درجه‌ای (هرگز = ۱ تا همیشه = ۵) است. در نهایت سبک غالب فرد با توجه به نمره‌ای که در آزمون کسب می‌کند، مشخص می‌شود؛ یعنی هرکدام از رفتارها که نمره بالا در مقیاس را کسب کند به عنوان سبک مقابله‌ای انتخابی فرد در نظر گرفته می‌شود (اندلر و پارکر، ۱۹۹۰؛ خباز و همکاران، ۱۳۹۰). در نمونه اصلی پرسش‌نامه سبک‌های مقابله با استرس اندلر و پارکر، پایایی این ابزار به روش محاسبه ضریب همسانی درونی یا آلفای کرونباخ برای کل پرسش‌نامه ۰/۹۲ گزارش شده است. ضریب همسانی درونی به روش آلفای کرونباخ برای سه خرده مقیاس آن در سبک مسئله‌مدار برای پسران و دختران به ترتیب ۰/۹۰ و ۰/۹۲، سبک هیجان‌مدار به ترتیب ۰/۸۵ و ۰/۸۲ و برای سبک اجتنابی به ترتیب ۰/۸۲ و ۰/۸۵ گزارش شده است (اندلر و پارکر، ۱۹۹۹؛ قریشی راد، ۱۳۸۹). رافنسون و همکاران (۲۰۰۶) ضرایب آلفای کرونباخ هریک از خرده‌مقیاس‌های این ابزار را از ۰/۸۲ تا ۰/۹۲ گزارش دادند. یوسفی مقدم (۱۳۹۲) گزارش نمود که ضرایب پایایی آلفای کرونباخ دو خرده‌مقیاس سبک‌های مقابله‌ای اجتناب‌مدار و سبک مقابله‌ای هیجان‌مدار به ترتیب ۰/۷۴ و ۰/۸۳ به‌دست آمد.

یافته‌های پژوهش

در تجزیه و تحلیل داده‌های این پژوهش، هم از آمار توصیفی و هم از آمار استنباطی استفاده شد. این پژوهش روی ۲۰۰ زن جوان صورت گرفت که ۷۰ درصد شرکت‌کنندگان زنان متأهل و ۳۰ درصد دختران مجرد بودند. ۲۰ درصد شرکت‌کنندگان دارای مدرک دیپلم، ۳۰ درصد لیسانس، ۴۵ درصد فوق لیسانس و ۵ درصد دارای مدرک دکترا بودند. ۷۵ درصد شاغل و ۲۵ درصد را زنان خانه‌دار یا بیکار تشکیل می‌دادند. جدول ۱، شاخص‌های توصیفی پژوهش را نشان می‌دهد:

رابطه بین طرحواره های ناسازگار اولیه و اضطراب با میانجیگری سبک مقابله ای هیجانمدار در زنان ..

جدول ۱: شاخص های توصیفی

متغیر	بازه سنی	فراوانی	میانگین	انحراف معیار
حوزه های طرحواره	۲۵-۴۵	۲۰۰	۷۴/۲۰	۱۹/۵
اضطراب	۲۵-۴۵	۲۰۰	۸۱/۳۱	۶/۷
سبک مقابله ای هیجانمدار	۲۵-۴۵	۲۰۰	۴۸/۳۵	۱۵/۰۵

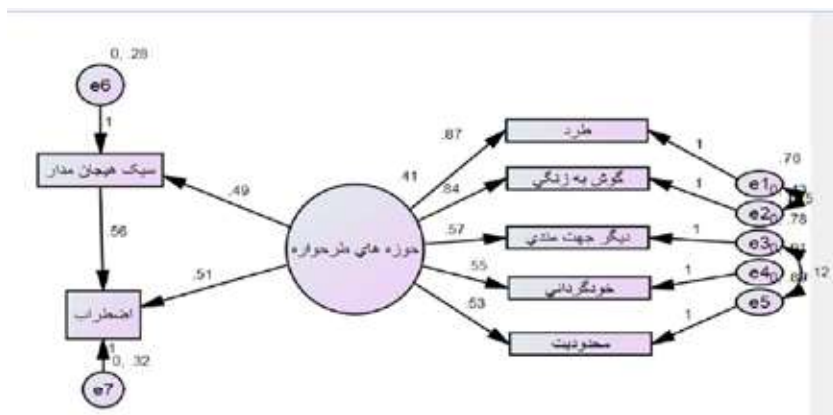
به منظور بررسی نقش میانجی سبک مقابله ای هیجانمدار، در ارتباط بین حوزه های طرحواره ناسازگار اولیه و اضطراب از معادلات ساختاری استفاده شد و داده ها با کمک نرم افزار AMOS و SPSS مورد بررسی قرار گرفت. مدل پژوهش برپایه این فرض ایجاد شده است که سبک مقابله ای هیجانمدار در ارتباط بین حوزه های طرحواره با اضطراب نقش واسطه ای دارد. بدین منظور شرایط برازش مدل را بررسی خواهیم کرد:

برازش مدل نشان می دهد چقدر یک مدل نظری با یک مدل تجربی سازگاری دارد. در مدلیابی معادلات ساختاری و حداقل مربعات جزئی از شاخص های متعددی استفاده می شود (کلاین و رکز، ۲۰۱۱؛ حبیبی و کلاهی، ۱۴۰۱).

جدول ۲: ضرایب همبستگی پیرسون بین متغیرهای پژوهش

اضطراب	حوزه های طرحواره ای	سبک مقابله ای هیجانمدار	همبستگی پیرسون
**۰/۳۸۲	**۰/۴۶۳	۱	سبک مقابله ای
۲۰۰	۲۰۰	۲۰۰	هیجانمدار
			Sig. (2-tailed)
**۰/۶۲۶	۱	**۰/۴۶۳	حوزه های طرحواره ای
			N
۱	**۰/۶۲۶	**۰/۳۸۲	اضطراب

مطابق جدول ۲ همه ضرایب همبستگی معنادار بودند ($p < 0/001$). در علوم رفتاری، ضرایب همبستگی ۰/۱، ۰/۳ و ۰/۵ نشان‌دهنده همبستگی ضعیف، متوسط و قوی هستند. نتایج همبستگی نشان داد که حوزه‌های طرحواره‌ای با اضطراب در ارتباط قوی بودند ($r = 0/62$ ؛ $p < 0/001$)، و از راهبردهای هیجان‌مدار نیز زیاد استفاده می‌کردند ($r = 0/46$ ؛ $p < 0/001$). همچنین دختران و زنانی که از راهبردهای هیجان‌مدار بیشتری استفاده می‌کردند، اضطراب متوسطی داشتند ($r = 0/38$ ؛ $p < 0/001$). بنابراین ضرایب این تحقیق متوسط تا قوی هستند. نتایج ضرایب استاندارد مسیر در جدول ۳ ارائه و در شکل ۱ به نمایش گذاشته شده است:



شکل ۱: مدل پژوهش با ضرایب مسیر استاندارد

مطابق شکل ۱، بیشترین ارتباط از حوزه‌های طرحواره‌ای با سبک هیجان‌مدار و اضطراب به ترتیب طرد، گوش به زندگی، دیگر جهت‌مندی، خودگردانی و محدودیت است. همانطور که جدول ۳ نشان می‌دهد حوزه‌های طرحواره‌ای تأثیر معناداری بر اضطراب ($\beta = 0/51$ ؛ $p < 0/01$) و همچنین بر سبک مقابله‌ای هیجان‌مدار ($\beta = 0/41$ ؛ $p < 0/01$) داشت. سبک مقابله‌ای هیجان‌مدار نیز تأثیر معناداری بر اضطراب داشت ($\beta = 0/56$ ؛ $p < 0/01$).

جدول ۳: ضرایب استاندارد مسیر مربوط به مدل پژوهش

متغیرها	وزن‌های رگرسیونی	خطای استاندارد	معناداری
حوزه‌های طرحواره --> اضطراب	۰/۵۱	۰/۳۲	۰/۰۰۰
حوزه‌های طرحواره --> سبک هیجان‌مدار	۰/۴۱	۰/۴۱	۰/۰۰۰
سبک هیجان‌مدار --> اضطراب	۰/۵۶	۰/۲۸	۰/۰۰۰

رابطه بین طرحواره های ناسازگار اولیه و اضطراب با میانجیگری سبک مقابله ای هیجانمدار در زنان ..

اگر آماره آزمون از مقدار بحرانی χ^2 در سطح خطای مورد نظر بزرگتر باشد، فرض صفر رد خواهد شد. چون شاخص خی دو برای معادلات ساختاری مناسب نیست، از Chi-square هنجار شده استفاده شد که از تقسیم ساده خی دو بر درجه آزادی ($CMIN/DF^1$) به دست می آید. چنانچه این مقدار کوچکتر از ۲ باشد، مطلوب و اگر از ۵ کوچکتر باشد، طبق نتایج جدول ۴ با اغماض قابل قبول است.

- نیکویی برازش AGFI^۲ باید بالاتر از ۰/۸ باشد که برقرار است (۰/۸۱۵).

- برای برازش مدل، برازندگی تطبیقی (CFI^3)، شاخص برازش افزایشی (IFI^4)، شاخص توکرلوییس (TLI)^۵ باید بالاتر از ۰/۹ باشد که مطابق جدول ۴ برقرار است.

- اگر شاخص ریشه میانگین مربعات خطای برآورد RSMEA^۶ کوچکتر از ۰/۰۵ باشد، برازندگی مدل خوب و اگر بین ۰/۰۵ و ۰/۰۸ باشد، برازندگی مدل متوسط است. مطابق جدول ۴ برازندگی مدل متوسط است:

جدول ۴: شاخص های برازش مدل

Model	NPAR	CMIN	DF	P	CMIN/DF
Default model	24	22/734	11	0019	067/2
Model	NFI	RFI	IFI	TLI	CFI
Model	Delta1	rho1	Delta2	rho2	
Default model	0/964	0/932	0/981	0/964	0/981
Model	RMSEA	LO 90	HI 90	PCLOSE	
Default model	0/075	0/033	/0134	/0115	0/000

برای بررسی اثر متغیر میانجی باید هم اثر مستقیم و هم اثر غیرمستقیم معنادار باشد که مطابق جدول

۵ نتایج معناداری تأیید شده است:

¹ Normed Chi.Squared

^۲ Goodness of Fit Index

^۳ Comparative Fit Index

^۴ Incremental Fit Index

^۵ Tucker.Lewis Index

^۶ Root means square error of approximation

جدول ۵: برآورد ضرایب اثرها

اثر	میزان اثر	معناداری
اثر کلی	۰/۷۸	۰/۰۰۱
اثر مستقیم	۰/۵۱	۰/۰۰۱
اثر غیرمستقیم	۰/۲۷	۰/۰۲۰

در اینجا متغیر میانجی از نوع مکمل (حاصل ضرب علامت‌های اثرکلی، اثر مستقیم و غیرمستقیم مثبت باشد) و جزئی (معنادار بودن هم اثر مستقیم و هم اثر غیرمستقیم) است (نیتزل و همکاران، ۲۰۱۶).

بحث و نتیجه‌گیری

هدف از این پژوهش، بررسی رابطه بین طرحواره‌های ناسازگار اولیه و اضطراب با میانجی‌گری سبک مقابله‌ای هیجان‌مدار در زنان جوان ورزشکار غیرحرفه‌ای بود تا برازش مدل علی اضطراب و طرحواره‌های ناسازگار اولیه با میانجی‌گری سبک مقابله‌ای هیجان‌مدار و تأثیرات مستقیم و غیرمستقیم این متغیرها بر اضطراب مشخص شود. نتایج تجزیه و تحلیل داده‌های پژوهش نشان‌دهنده برازش قابل قبول مدل بود. طبق یافته‌های پژوهش حاضر، بین حوزه‌های طرحواره‌های ناسازگار اولیه با اضطراب رابطه مستقیم، معنی‌دار و مثبت وجود دارد که با نتایج پژوهش‌های تیم و چانگ (۲۰۲۰)، جیم و همکاران (۲۰۱۷)، شهامت (۱۳۹۸)، حسین‌پور و بهرامی (۱۴۰۰)، ندری و همکاران (۱۴۰۱)، عارف‌نیا و همکاران (۱۳۹۱)، صیدی‌نژاد (۱۴۰۲) و دیره و چعبی (۱۳۹۹) همسو بود. همانطور که ضرایب بتا نشان می‌دهند به‌طور کلی حوزه‌های طرحواره‌ای (طرحواره‌های ناسازگار اولیه)، ۵۱ درصد با اضطراب رابطه دارند و حوزه طرد/بریدگی با ضریب ۸۷ درصد بیشترین رابطه و حوزه محدودیت با ضریب ۵۳ درصد کمترین رابطه را از خود نشان دادند. همچنین یافته‌های این پژوهش رابطه مستقیم، معنی‌دار و مثبت، بین اضطراب و سبک مقابله‌ای هیجان‌مدار را نشان داد که با نتایج پژوهش‌های لی و پنگ (۲۰۲۰)، ویلتینگ (۲۰۱۰)، سندی و همکاران (۱۳۹۶)، ندری (۱۴۰۱)، وفا و همکاران (۱۳۹۸) و باقری، تاجبخش و ابوالقاسمی (۱۳۹۹) همسو بود. طبق نتایج حاصل از تجزیه تحلیل داده‌های تحقیق، ضریب بتا بین اضطراب و سبک مقابله‌ای هیجان‌مدار ۵۶ درصد به دست آمد. همچنین ارتباط بین طرحواره‌های ناسازگار اولیه و سبک مقابله‌ای هیجان‌مدار در این تحقیق نشان‌دهنده رابطه مستقیم، معنی‌دار و مثبت بود که ضریب بتای ۴۹ درصد را نشان می‌دهد و با تحقیقات پنلی و همکاران، (۲۰۰۲) و باباجانی و همکاران (۲۰۱۴) همسو بود.

رابطه بین طرحواره های ناسازگار اولیه و اضطراب با میانجیگری سبک مقابله ای هیجانمدار در زنان ..

پیشنهاها

به دلیل اهمیت موضوع اضطراب و انواع مختلف آن که هر یک حیطه ای را با اختلال مواجه می کند، پیشنهاد می شود تمام ابعاد تحقیق در جهات دیگر از جمله سبک های مقابله ای دیگر، جامعه دیگر و سنین دیگر توسط پژوهشگران دیگر مورد توجه قرار گیرد.

از محدودیت های این پژوهش تعمیم نتایج آن است. با توجه به اینکه این پژوهش بر روی زنان و در شهر تهران که یک کلان شهر است انجام شده، تعمیم نتایج به جامعه مردان و شهرهای دیگر باید با احتیاط انجام شود. همچنین این پژوهش بر روی افراد ۲۵-۴۵ سال صورت گرفته که در تعمیم آن به سایر سنین باید احتیاط گردد.

منابع

- ایدز، ساندرا؛ لینا، گویاجو و بریجت، مک نامار. (۲۰۱۹). راهنمای فراتر از آبی ملبورن: آنچه برای اضطراب مفید است. راهنمای جمعیت و سلامت جهانی، مرکز سلامت روان جوانان ملبورن، دپارتمان روان پزشکی و دانشکده علوم روان شناسی ملبورن، دانشگاه ملبورن. نسخه سوم، ملبورن.
- آهی، ق. (۱۳۸۵). «هنجاریابی نسخه کوتاه پرسش نامه طرحواره یانگ». پایان نامه کارشناسی ارشد، دانشکده روان شناسی و علوم تربیتی، دانشگاه علامه طباطبائی.
- باقری شیخانگفته، فرزین؛ تاجبخش، خزر و ابوالقاسمی، عباس. (۱۳۹۹). «مقایسه اضطراب کووید-۱۹، سبک های مقابله ای و اضطراب سلامت در دانشجویان ورزشکار و غیرورزشکار». مطالعات روان شناسی ورزشی. دوره ۹، شماره ۳۲. صص ۲۸۳-۳۰۶. شناسه دیجیتالی: ۲۰۲۰.۹۳۷۷.۲۰۲۷vpspsyj./۱۰.۲۲۰۸۹
- حبیبی، آرش و کلاهی، مریم. (۱۳۹۶). مدل پایی معادلات ساختاری و تحلیل عاملی. ویرایش ششم. تهران: انتشارات جهاد دانشگاهی
- خباز، محمود؛ بهجتی، زهرا و ناصری، محمد. (۱۳۹۰). «رابطه حمایت اجتماعی و سبک های مقابله با تاب آوری در پسران نوجوان». فصل نامه روان شناسی کاربردی. سال ۵، شماره ۴. صص ۱۲۳-۱۰۸.
- سالاری، سعید؛ رنجبر، علیرضا و فتحی آشتیانی، علی. (۱۳۹۶). «اعتباریابی و پایایی سنجی نسخه فارسی پرسش نامه کنترل اضطراب». مجله روان شناسی بالینی. دوره ۹، شماره ۴، شماره پیاپی ۳۶. صص ۴۳-۳۳.
- سندی، فاطمه؛ احتشامزاده، پروین؛ عسگری، پرویز و کافی، موسی. (۱۳۹۶). «رابطه سندرم شناختی_توجهی با اضطراب و افسردگی در بیماران سوختگی: نقش میانجی سبک های مقابله با استرس». فصل نامه علمی_ پژوهشی روان شناسی سلامت. سال ۶، شماره ۳.
- شهامت، فاطمه. (۱۳۸۹). «پیش بینی نشانه های سلامت عمومی (جسمانی سازی، اضطراب و افسردگی) بر اساس طرحواره های ناسازگار اولیه». فصل نامه علمی پژوهشی روان شناسی دانشگاه تبریز. سال ۵، شماره ۲۰.
- صیدی نژاد، عارف؛ قدمی، مریم و مرادپور، بهروز. (۱۴۰۲). «بررسی رابطه بین طرحواره های ناسازگار اولیه با پرخاشگری و اضطراب مدرسه در دانش آموزان مقطع ابتدایی: نقش میانجی گری سلامت روان والدین». <https://civilica.com/doc/1680287>.
- عابد، حسین پور و بهرامی، فاطمه. (۱۴۰۰). «ارتباط طرحواره های ناسازگار اولیه با اضطراب اجتماعی ورزشکاران: نقش میانجی خودپنداره بدنی». مطالعات روان شناسی ورزشی. دوره ۱۰، شماره ۳۸. صص ۱۶۸-۱۵۷. شناسه دیجیتالی: ۲۰۲۱.۱۰۳۳۲.۲۱۴۲.
- عارف نیا، سمانه؛ سرنودی، پرویز و یوسفی، رحیم. (۱۳۹۱). «مقایسه طرحواره های ناسازگار اولیه در دانش آموزان دوره راهنمایی دارای اضطراب مدرسه و دانش آموزان عادی». مجله روان شناسی مدرسه. دوره ۱، شماره ۴. صص ۷۴-۸۹.

- فتحی آشتیانی، علی و داستانی، محبوبه. (۱۳۸۹). «آزمون‌های روان‌شناختی: ارزشیابی شخصیت و سلامت روان». چاپ دوم. تهران: انتشارات بعثت
- فرجی، آناهیتا؛ آریاپوران، سعید و علی، عبدی. (۱۳۹۰). «نقش سبک‌های مقابله‌ای و حمایت اجتماعی در تمیز دانشجویان دارای اضطراب امتحان بالا و پایین». فصل‌نامه روان‌شناسی تربیتی. شماره ۱۹، سال ۶.
- قریشی‌راد، فخر السادات. (۱۳۸۹). «اعتباریابی مقیاس مقابله با موقعیت‌های استرس‌زای اندلر و پارکر». مجله علوم رفتاری. دوره ۴، شماره ۱، صص ۷-۱.
- کاویانی، حسین و موسوی، اشرف‌سادات. (۱۳۸۷). «ویژگی‌های روان‌سنجی پرسش‌نامه اضطراب بک در طبقات سنی و جنسی جمعیت ایرانی». مجله دانشکده پزشکی، دانشگاه علوم پزشکی تهران. ۶۶ (۲): ۱۳۶-۱۴۰.
- مولایی، محمد؛ مرادی، علیرضا و غرایبی، بنفشه. (۱۳۸۶). «مقایسه کارکرد اجرایی و شواهد عصب روان‌شناختی در اختلال وسواسی اجباری و اضطراب فراگیر». مجله علوم رفتاری. ۱ (۲)، صص ۱۳۱-۱۴۱.
- ندری، مجتبی؛ صادقی، مسعود و رضایی، فاطمه. (۱۴۰۱). «ارائه مدل علی اختلال اضطراب اجتماعی براساس طرحواره‌های ناسازگار اولیه و تروماهای کودکی با نقش واسطه‌ای راهبرد مقابله‌ای هیجان‌مدار». پژوهش‌های علوم شناختی و رفتاری. سال ۱۲، شماره ۲، پیاپی ۷۲-۴.
- نیک‌آمال، میترا؛ صالحی، مهدیه و برماس، حامد. (۱۳۹۶). «اثربخشی درمان طرحواره درمانی هیجان‌مدار بر رضایت زناشویی زوجین». مطالعات روان‌شناختی. دوره ۱۳، شماره ۴.
- وفا، شیمیا؛ باقری، نسرتین؛ مجتبیایی، مینا و ابوالمعالی، خدیجه. (۱۳۹۸). «آزمون روابط علی اضطراب تحصیلی بر اساس ادراک محیط کلاس با میانجی سبک‌های مقابله‌ای در دانش‌آموزان دختر مقطع دوم متوسطه شهر تهران». فصل‌نامه پژوهش در نظام‌های آموزشی. دوره ۳۱، شماره ۴۴، صص ۵۳-۶۸.
- یانگ، جفری. (۱۳۹۱). «شناخت درمانی اختلالات شخصیت بر مبنای رویکرد طرحواره‌محور». صاحبی، علی. حمیدپور، وحسن. چاپ سوم. تهران: ارجمند
- یوسفی مقدم، مرضیه. (۱۳۹۲). «آزمایش مدل افسردگی و رضایت زناشویی زنان بر اساس طرحواره‌های ناسازگارانه اولیه و سبک‌های مقابله‌ای مردان مبتلا به مواد افیونی در شهرستان تربت حیدریه». پایان‌نامه کارشناسی ارشد، رشته مشاوره خانواده. دانشگاه شهید چمران، اهواز.
- Beck, A. T., Epstein, N., Brown, G., & Steer, R. (1988). "An inventory for measuring clinical anxiety: Psychometric properties". Journal of Consulting and Clinical Psychology, 56, 893-897.
- Beck, A. T., Steer, R. A. (1990). "The Beck Anxiety Inventory Manual". San Antonio, TX: Psychological Corporation.
- Carver, C. S., Scheier, M. F., & Weintraub, J. K. (1989). "Assessing coping strategies: a theoretically based approach". J Pers Soc Psychol. 56(2):267-83.
- American Psychiatric Association. (2013). Diagnostic and statistical manual of mental disorders. American Psychiatric Pub.
- Babajani, S., Akrami, N., & Farahani, A. (2014). "Relationship between Early Maladaptive Schemas and Coping Styles with Stress". Journal of Life Science and Biomedicine. 4(6): 570-574.
- Beck, A. T., & Haigh, E. A. P. (2014). "Advances in Cognitive Theory and Therapy: The Generic Cognitive Model". Annual Review of Clinical Psychology, 10(1), 1-24. <https://doi.org/10.1146/annurev-clinpsy-032813-153734>
- Deyreh, E. & FaragollahChaaby, I. (2020). "Identification of Early Maladaptive Schemas and Determination of their Effects on Obvious and Hidden Anxiety of Probationary Students, Academic Failure and Academic Weakness". Educational Development of Judishapur. Volume 11, Issue 2. Pages 205-218.
- Endler, N. S., & Parker, J. D. (1990). "Multidimensional assessment of coping: A critical evaluation". Journal of Personality and Social Psychology. 58(5):844-54. [DOI:10.1037/0022-3514.58.5.844].

رابطه بین طرحواره های ناسازگار اولیه و اضطراب با میانجیگری سبک مقابله ای هیجانمدار در زنان ..

- Endler, N.S., & Parker, J.D. (1994). "Assessment of multidimensional coping: Task, emotion, and avoidance strategies". *Psychological Assessment*. 6(1):50-60.
- Endler, N.S., & Parker, J.D. (1999). *Coping Inventory for Stressful Situations (CISS): Manual*. 2nd ed. Toronto: Multi-Health Systems.
- Hamidpour, H. (2008). "Preliminary Study on the effectiveness and effectiveness of planetary therapy in the treatment of student love fears, 4th Student Mental Health Seminar in Shiraz". 91-93(Text in Persian).
- Hamidpour, H., Dolatshai, B., Pour Shahbaz, A., & Dadkhah, A. (2011). "The efficacy of schema therapy in treating woman's generalized anxiety disorder". *Iran uornal Psychiatry Clin Psychol*, 4, 420- 443.
- Han, F., Duan, R., Huang, B., & Wang, Q. (2023). "Psychological resilience and cognitive reappraisal mediate the effects of coping style on the mental health of children". *Frontiers in Psychology*. Volume 14. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1110642>.
- Javid, S. F., Hashim, I. J., Hashim, M. J., Stip, E. Samad, M. A., & Ahababi, A. A. (2023). "Epidemiology of anxiety disorders: global burden and sociodemographic associations". *Middle East Current Psychiatry*. 30:44. <https://doi.org/10.1186/s43045-023-00315-3>.
- Jim, A. H., Miceli, M., & DeLorme, J. (2017). "Maladaptive Parenting, Temperament, Early Maladaptive Schemas, and Depression, A Moderated Mediation Analysis". *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 39(1), 103-116.
- Johns G, Samuel V, Freemantle L et al. (2022). "The global prevalence of depression and anxiety among doctors during the covid-19 pandemic :Systematic review and meta-analysis". *J Afect Disord* 298:431-441. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2021.11.026>
- Kim, J. U., & Kishore, R. (2019). "Do we Fully Understand Information Systems Failure? An Exploratory Study of the Cognitive Schema of IS Professionals". *Information Systems Frontiers*, 21(6), 1385-1419.
- Kline, R. (2011). "Principles and Practice of Structural Equation Modeling (Methodology in the Social Sciences)". New York: Guilford Press, 3rd Edition. ISBN-13: 978-1606238769.
- Leahy, R.L. (2019). "Introduction: Emotional Schemas and Emotional Schema Therapy". *Int J Cogn Ther*. 12 (1):1-4.
- Li, Y., & Peng, J. (2020). "Coping Strategies as Predictors of Anxiety: Exploring Positive Experience of Chinese University in Health Education in COVID-19 Pandemic". *Creative Education*, 11(5), 735-750.
- Mairret, K., Boag, S., & Warburton, W. (2014). "How Important is Temperament? The Relationship Between Coping Styles, Early Maladaptive Schemas and Social Anxiety". *International Journal of Psychology and Psychological Therapy*. 14, 2, 171-190.
- Nitzle, C., & Roldan, J. A, Cepeda G. (2016). "Mediation analysis in partial east squares path modeling: Helping researchers discuss more sophisticated models". *Industrial management & data systems*.
- Penley, J. A., & Tomaka, J. (2002). "Associations among the Big five, emotional responses, and coping with acute sterss". *Personality and Individual Differences*, 32, 1215-1228.
- Thimm, J. C., & Chang, M. (2020). "Early Maladaptive Schemas and Mental Disorders in Adulthood: A Systematic Review and Meta-analysis Open access." Published: 21 November. Volume 15, pages 371-413.
- Young, J. E. (2005). *Young Schema Questionnaire Short Form*. New York: Schema Therapy Institute.
- Wilthink, J., Subic, C., & Twin, L. (2010). "Repressive coping style and it is relation to psychosocial distress in males with eredildysfunction". *Journal of sexual medicine*, 7, 2120-2129.
- Young, J.E., Klosko, JS., & Weishaar ME. (2003). *Schema therapy: A practitioner's guide*. New York City: Guilford Press.