رویش روان شناسی، سال۱۴، شماره ۵، شماره پیاپی ۱۱۰، مرداد ۱۴۰۴
*Rooyesh-e-Ravanshenasi Journal(RRJ),14(5), 2025*

# پیش‌بینی تنظیم شناختی هیجان بر اساس طرحواره‌های ناسازگار اولیه و مکانیزم‌های دفاعی در زنان مطلقه

# Predicting Cognitive Emotion Regulation based on Early Maladaptive Schemas and Defense Mechanisms in Divorced Women

**طاهره شریعتی مقدم**
دانشجوی دکتری روان شناسی عمومی، واحد گرگان، دانشگاه آزاد اسلامی، گرگان، ایران.
**افسانه خواجوند خوشلی** (نویسنده مسئول)
دانشیار گروه روان‌شناسی، واحد گرگان، دانشگاه آزاد اسلامی، گرگان، ایران.
**لیلاسادات عزیزی ضیابری**
استادیار گروه پرستاری، واحد گرگان، دانشگاه آزاد اسلامی، گرگان، ایران.

## چکیده

پژوهش حاضر با هدف پیش‌بینی تنظیم شناختی هیجان براساس طرحواره‌های ناسازگار اولیه و مکانیزم‌های دفاعی در زنان مطلقه انجام شد. روش پژوهش توصیفی-همبستگی بود. جامعه آماری شامل تعداد ۷۹۴ نفر از زنان مطلقه ساکن شهر تنکابن در سال ۱۴۰۳ بود که از بین آن‌ها تعداد ۲۶۰ نفر به روش نمونه‌گیری تصادفی خوشه‌ای انتخاب شد. برای جمع-آوری داده‌های مورد نیاز از پرسشنامه‌های تنظیم شناختی هیجان (CERQ) گارانفسکی و همکاران (۲۰۰۱)، طرحواره‌های ناسازگار اولیه (PISQ) یانگ (۱۹۹۸) و مکانیزم‌های دفاعی (DMQ) آندروز و همکاران (۱۹۹۳) استفاده شد. داده‌ها با استفاده از همبستگی پیرسون و رگرسیون چندگانه تجزیه و تحلیل شد. نتایج نشان داد بین طرحواره‌های ناسازگار اولیه و مکانیزم‌های دفاعی با تنظیم شناختی هیجان در زنان مطلقه همبستگی معناداری وجود دارد (P<۰/۰۰۱). نتایج تحلیل رگرسیون نشان داد ۲۲ درصد از تنظیم شناختی هیجان بر اساس طرحواره‌های ناسازگار اولیه و مکانیزم‌های دفاعی تبیین می‌شود. با توجه به یافته‌های پژوهش می‌توان نتیجه گرفت که طرحواره‌های ناسازگار اولیه و مکانیزم‌های دفاعی پیش‌بین مناسبی برای تنظیم شناختی هیجان در زنان مطلقه است.

***واژه‌های کلیدی:*** *تنظیم شناختی هیجان، مکانیزم‌های دفاعی، طرحواره-های ناسازگار اولیه، زنان مطلقه.*

**Tahereh Shariati Mogadam**
PhD Student in General Psychology, Go. C,. Islamic Azad University, Gorgan, Iran.
**Afsaneh Khajvand Khoshli ***
Associate Professor, Department of Psychology, Go. C,. Islamic Azad University, Gorgan, Iran.
*a.khajevand@iau.ac.ir*
**Leilasadat Azizi Ziabari**
Assistant Professor, Department of Nursing, Go. C,. Islamic Azad University, Gorgan, Iran.

## Abstract

This research was conducted to predict the cognitive regulation of emotion based on the primary maladaptive schemas and defense mechanisms in divorced women. The method of research was descriptive-correlation. The statistical population consisted of 794 divorced women living in Tunkabon city in 2024, of which 260 were selected by random cluster sampling. To collect the required data, the Cognitive Emotion Regulation Questionnaire (CERQ) by Garanevsky et al. (2001), Primary Incongruent Schemas (PISQ) by Yang (1998), and Defense Mechanisms (DMQ) by Andrews et al. (1993) were used. The data were analyzed using Pearson's correlation and multiple regression. The results showed that there is a significant correlation between the initial maladaptive schemas and defense mechanisms with the cognitive regulation of emotion in divorced women (P<0.001). The results of the regression analysis showed that 22% of the cognitive regulation of emotion is explained by the initial maladaptive schemas and defense mechanisms. According to the findings of the research, it can be concluded that the initial maladaptive schemas and defense mechanisms are suitable predictors for the cognitive regulation of emotion in divorced women.

***Keywords:*** *Cognitive Regulation of Emotion, Defense Mechanisms, Primary Maladaptive Schemas, Divorced Women.*

**نوع مقاله : پژوهشی** | **دریافت : اسفند ۱۴۰۳** | **پذیرش: فروردین ۱۴۰۴** | **ویرایش نهایی: مرداد ۱۴۰۴**

[ Downloaded from frooyesh.ir on 2026-10-09 ]

## مقدمه

طلاق پایان شرعی و قانونی ازدواج و جدا شدن همسران از یکدیگر است و هم‌چنین در هنگام طلاق، حقوق و تکالیف متقابلی که میان زوجین در زمان ازدواج وجود داشته از بین می‌رود. طلاق معمولاً زمانی اتفاق می‌افتد که میان زوجین ناسازگاری و تنش وجود دارد (تقوایی‌نیا و زارعی، ۱۴۰۱). طلاق را می‌توان از اتفاقات استرس‌زا در زندگی افراد تلقی کرد. در کنار بسیاری از عوامل خوشایند و ناخوشایند زندگی، طلاق امری بسیار مهم در زندگی زنان محسوب می‌شود که پیامدهای فردی و اجتماعی زیادی در زندگی آنان به‌همراه دارد. هم‌چنین این امکان وجود دارد که طلاق تأثیرات بسیار عمیق و مهمی در سلامت جسمی، روحی و اجتماعی زنان ایجاد کند و در نهایت باعث ایجاد اثرات مستقیم و غیرمستقیم مهمی در جامعه شود (خراسانی و همکاران، ۱۴۰۲). بررسی‌های پیشین نشان می‌دهند که زنان مطلقه[1] به‌طور معمول کیفیت زناشویی ضعیفی داشتند و موارد بسزایی از تعارض‌های زناشویی را قبل از طلاق تجربه کرده‌اند. همچنین طلاق تأثیر نامطلوب بیشتری بر سلامت، کیفیت زندگی، تعیین سرنوشت، شرایط، استقلال و ارتباطات اجتماعی زنان دارد (الیستی و داتی[2]، ۲۰۲۵).

یکی از سازه‌های بسیار تعیین کننده در ارتباط با زنان مطلقه، تنظیم هیجان شناختی[3] است. بر اساس نظریه گراس[4] تنظیم هیجانی شامل گستره‌ای از راهبردهای شناختی و رفتاری هشیار و ناهشیار است که جهت کاهش، حفظ یا افزایش یک هیجان صورت می‌گیرد؛ بنابراین شناسایی عواملی که ممکن است بر توانایی تنظیم شناختی هیجان تأثیر بگذارند، برای هموار کردن راه برای مداخلات پیشگیرانه و درمانی ضروری است (لانگر[5] و همکاران، ۲۰۲۵). هم‌چنین، تنظیم شناختی هیجانی به‌عنوان یک فرایند آغاز، حفظ، تعدیل و یا تغییر در بروز شدت یا استمرار احساس درونی و هیجانی مرتبط با فرایندهای اجتماعی-روانی و فیزیکی در به انجام رساندن اهداف تعریف می‌شود (تورنس و کانلی[6]، ۲۰۱۹). همچنین گروهی از روانشناسان معتقدند تنظیم هیجان فرآیندی است که توسط آن، افراد هیجان‌های خود (موقعی که هیجانی هستند) و چگونگی تجربه یا ابراز این هیجان‌ها را تحت نفوذ خود قرار می‌دهند. فرایندهای تنظیم هیجان با تغییر و تحول در سراسر دوره بزرگسالی تغییر می‌یابند و تغییرات تحولی در تنظیم هیجان با تغییرات در عوامل زمینه‌ای آن همراه است کاسترو[7] و همکاران (۲۰۲۵). فرایندهای تنظیم هیجان با تغییر و تحول در سراسر دوره بزرگسالی تغییر می‌یابند و تغییرات تحولی در تنظیم هیجان با تغییرات در عوامل زمینه‌ای آن همراه است. به عنوان مثال، با افزایش تجربیات زندگی و رشد عقلی، ارزش‌ها و فواید نسبی تنظیم هیجان، همراه با سن تغییر می‌کنند و اگر باز ارزیابی شناختی نسبت به بازداری هیجان پیامدهای بهتری داشته باشد، افراد از نظر تحولی رشد یافته هستند، و از راهبردهای سالم تنظیم هیجان (مثل ارزیابی مجدد مثبت و دیدگاه‌پذیری) استفاده می‌کنند و کمتر از راهبردهای ناسالم تنظیم هیجان (بازداری هیجانی) بهره می‌برند (لیو[8] و همکاران، ۲۰۲۴). تنظیم هیجان به روند تعدیل یک یا چند جنبه از تجربه عاطفی یا پاسخ‌های هیجانی در زنان اشاره دارد (فالگارس[9] و همکاران، ۲۰۲۴).

از سوی دیگر بررسی نقش طرحواره‌های ناسازگار اولیه[10] در زنان مطلقه مورد توجه بسیاری از روانشناسان قرار دارد. طرحواره‌های ناسازگار اولیه باورهایی هستند که افراد درباره خودشان، دیگران و جهان اطراف دارند و به‌طور معمول ارضا نشدن نیازهای اولیه علی‌الخصوص نیازهای عاطفی در دوران کودکی عامل مهمی در ایجاد طرحواره‌ها می‌باشد (افشاری، ۱۴۰۰). بی‌شک طرحواره‌های ناسازگار اولیه در طول زندگی ثابت بوده و اساس ساختارشناختی فرد را تشکیل می‌دهند. این طرحواره‌ها به افراد کمک می‌کنند تا تجارب خود را به جهان اطراف سازمان دهند و اطلاعات دریافتی را پردازش نمایند. طرحواره‌های فعال شده، می‌توانند بر ادراک، واقعیت و پردازش شناختی اثر بگذارند (بنگ[11] و همکاران، ۲۰۲۵). طرحواره‌ها مطابق با پنج نیاز تحولی کودک به پنج حوزه تقسیم می‌شوند. حوزه بریدگی و طرد[12]، خودگرادنی

1. Divorced Women
2. Elisetty & Datti
3. Cognitive Emotion Regulation
4. Gross
5. Langer
6. Torrence & Connelly
7. Castro
8. Liu
9. Falgares
10. Primary Maladaptive Schemas
11. Beng
12. Disconnection and Rejection

[ Downloaded from frooyesh.ir on 2026-10-09 ]

و عملکرد مختل[1]، محدودیت‌های مختل[2]، دیگر جهت‌مندی[3]، گوش به‌زنگی بیش از حد و بازداری[4] که هر کدام از این حوزه‌ها تعدادی طرحواره را در بر می‌گیرند (رینهارد[5] و همکاران، ۲۰۲۲). قاسمپور و همکاران (۱۴۰۱) در پژوهشی نتیجه گرفتند اثر طرحواره‌های ناسازگار بر تنظیم شناختی هیجان معنادار است. حسینی و همکاران (۱۴۰۰) در پژوهشی دریافتند بین طرحواره‌های ناسازگار اولیه با تنظیم شناختی هیجان رابطه معناداری وجود دارد. قوتی و همکاران (۱۴۰۰) نیز در پژوهشی نشان دادند طرحواره درمانی بر تنظیم شناختی هیجان به‌طور معنادار اثر دارد.

هم‌چنین مطالعه مکانیزم‌های دفاعی[6] در زنان مطلقه نیز از جایگاه ویژه‌ای برخوردار است. مکانیزم‌های دفاعی تلاش‌های گسترده ناهشیار برای سلامت روانی فرد در مواجهه با استرس‌های بیرونی و درونی هستند که از طریق تغییر در ادراک واقعیت عمل می‌کنند (دی‌گاسب[7] و همکاران، ۲۰۲۱). مکانیزم‌های دفاعی جایگاه ویژه‌ای در مفهوم‌پردازی اختلال‌های روانی و درمان آن‌ها از دیدگاه روان‌پویشی دارند، از این‌رو مورد توجه بالینی و پژوهشی بسیاری قرار گرفته‌اند (نادا[8] و همکاران، ۲۰۲۴). در رویکرد روان‌تحلیلی، هر اختلال روانی با مکانیزم‌های دفاعی غیرانطباقی مشخصی همراه است که نقش مهمی در سلامت روانی افراد ایفا می‌کنند. بررسی‌های متعددی از این فرض حمایت کرده‌اند و در پژوهش‌ها تشخیص داده شده که سلامت روانی و جسمی افراد به‌طور معناداری با مکانیزم‌های دفاعی آن‌ها در ارتباط است (ماچادو[9] و همکاران، ۲۰۲۳). جهان و همکاران (۱۳۹۷) در پژوهشی نشان دادند بین نمره مکانیزم دفاعی رشد یافته با تنظیم شناختی هیجان رابطه معناداری وجود دارد. همچنین کاظمی و همکاران (۱۳۹۷) در پژوهشی دریافتند بین مکانیزم‌های دفاعی رشد یافته، روان‌آزرده و رشد نیافته با تنظیم شناختی هیجان همبستگی معناداری وجود دارد.

در این پژوهش اعتقاد بر این است که طرحواره‌های ناسازگار اولیه و مکانیزم‌های دفاعی پیش‌بین مناسبی برای تنظیم شناختی هیجان در زنان مطلقه باشد. از ضرورت‌های انجام مطالعه حاضر می‌توان به افزایش آمار طلاق اشاره کرد که در همین رابطه زنان مطلقه در مقایسه با مردان با تغییرها و چالش‌های بیشتری روبرو می‌شوند (اردشیرزاده و همکاران، ۱۴۰۱). بدیهی است انجام پژوهش‌های میدانی و ارائه یافته‌های عملی و کاربردی می‌تواند در کاهش این مشکلات مفید و مؤثر واقع شده و دانش فعلی را در این زمینه گسترش دهد. از ضرورت‌های دیگر انجام چنین پژوهشی می‌توان به خلاء پژوهشی که در این زمینه وجود دارد اشاره نمود. به طوری‌که تاکنون به‌صورت همزمان تمامی متغیرهای پژوهش حاضر مورد مطالعه قرار نگرفته است. بنابراین این پژوهش با هدف پیش‌بینی تنظیم شناختی هیجان بر اساس طرحواره‌های ناسازگار اولیه و مکانیزم‌های دفاعی در زنان مطلقه انجام شد.

## روش

روش پژوهش حاضر توصیفی_همبستگی بود. جامعه آماری شامل تعداد ۷۹۴ نفر از زنان مطلقه ساکن شهر تنکابن در سال ۱۴۰۳ بودند که تعداد ۲۶۰ نفر از آنان به‌روش نمونه‌گیری تصادفی خوشه‌ای انتخاب شدند. معیارهای ورود شرکت کنندگان در مطالعه شامل؛ علاقه‌مند به همکاری در پژوهش، زنان مطلقه، ساکن شهر تنکابن و فاقد هرگونه بیماری جسمی و روانی بود. معیارهای خروج نیز شامل؛ عدم علاقه‌مندی به همکاری در پژوهش و بی‌پاسخ گذاشتن حداقل ۵ درصد سؤالات پرسشنامه بود. از سوی دیگر ملاحظات اخلاقی به شرح ذیل رعایت شد؛ ۱) پیش از شروع مطالعه، شرکت کنندگان از موضوع و روش اجرا مطالعه مطلع شدند. ۲) پژوهشگر متعهد شد تا از اطلاعات خصوصی و شخصی شرکت کنندگان محافظت نماید. ۳) پژوهشگر متعهد شد نتایج پژوهش را در صورت تمایل شرکت کنندگان، برای آن‌ها تفسیر نماید. ۴) در صورت مشاهده هرگونه ابهام، راهنمایی‌های لازم به شرکت کنندگان ارائه شد. ۵) مشارکت در پژوهش هیچ‌گونه بار مالی برای شرکت کنندگان بدنبال نداشت و ۶) این پژوهش با موازین فرهنگی شرکت کنندگان و جامعه هیچ‌گونه مغایرتی نداشت. به منظور تجزیه و تحلیل داده‌ها از همبستگی پیرسون و رگرسیون چندگانه استفاده شد. تمامی تحلیل‌ها به کمک نرم‌افزار SPSS نسخه ۲۶ انجام شد. سطح معناداری برای تمامی آزمون‌ها ۰/۰۵ لحاظ گردید.

1. Impaired Autonomy and Performance
2. Impaired Limits
3. Other Directedness
4. Over vigilance/Inhibition
5. Reinhard
6. Defense Mechanisms
7. Di Giuseppe
8. Nadeau
9. Machado

[ Downloaded from frooyesh.ir on 2026-10-09 ]

**ابزار سنجش**

**پرسشنامه تنظیم هیجان شناختی[1] (CERQ)**: این پرسشنامه توسط گارانفسکی[2] و همکاران (۲۰۰۱) ساخته شده و دارای ۳۶ سؤال می‌باشد که بر روی یک مقیاس ۵ درجه‌ای لیکرت شامل؛ هرگز (۱)، بندرت (۲)، برخی اوقات (۳)، اغلب اوقات (۴) و همیشه (۵) نمره‌گذاری می‌شود. پرسشنامه مذکور دارای ۲ مؤلفه شامل؛ راهبردهای تنظیم هیجان شناختی مثبت و راهبردهای تنظیم هیجان شناختی منفی است. برای مؤلفه راهبردهای تنظیم هیجان شناختی مثبت، حداقل و حداکثر نمره ۱۶ و ۸۰ و نقطه برش آن ۴۸ و برای مؤلفه راهبردهای تنظیم هیجان شناختی منفی، حداقل و حداکثر نمره ۲۰ و ۱۰۰ و نقطه برش آن ۶۰ می‌باشد. گارانفسکی و همکاران (۲۰۰۱) روایی این پرسشنامه را با استفاده از روش تحلیل عاملی ۰/۵۹ و پایایی آن را با استفاده از روش بازآزمایی (با فاصله ۲ هفته) برای خرده مقیاس‌ها از ۰/۷۰ تا ۰/۷۸ محاسبه کردند. هم‌چنین دهقانی و حکمتیان‌فرد (۱۳۹۹) روایی محتوایی این پرسشنامه را ۰/۷۰ و پایایی آن را با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ ۰/۸۲ به‌دست آوردند. در پژوهش حاضر نیز پایایی این پرسشنامه با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ ۰/۸۳ محاسبه شد.

**پرسشنامه طرحواره ناسازگار اولیه[3] (EMSQ)**: این پرسشنامه توسط یانگ[4] (۱۹۹۸) ساخته شده و دارای ۷۵ سؤال می‌باشد. هر ۵ آیتم یک طرحواره را می‌سنجد و بر روی یک مقیاس ۶ درجه‌ای شامل؛ کاملاً نادرست (۱)، بیشتر نادرست (۲)، تاحدی نادرست (۳)، ۴ تقریباً درست (۴)، بیشتر درست (۵)، کاملاً درست (۶) نمره‌گذاری می‌شود. این پرسش‌نامه دارای ۵ مؤلفه شامل؛ ۱) طرد و بریدگی، ۲) خودگردانی و عملکرد مختل، ۳) محدودیت‌های مختل، ۴) دیگر جهت‌مندی و ۵) گوش به زنگی بیش از حد می‌باشد. حداقل و حداکثر نمره این ابزار ۷۵ و ۴۲۰ و نقطه برش آن نیز ۲۶۲/۵ می‌باشد. یانگ (۱۹۹۸) روایی این پرسشنامه را با استفاده از روش تحلیل عاملی ۰/۶۲ و پایایی آن را با استفاده از روش بازآزمایی برای خرده مقیاس‌ها از ۰/۶۵ تا ۰/۸۵ محاسبه کرده است. هم‌چنین حسین‌لو و همکاران (۱۳۹۸) روایی سازه‌ای این پرسشنامه را ۰/۷۰ و پایایی آن را با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ در دامنه ۰/۷۰ تا ۰/۸۹ صدم به‌دست آوردند. در پژوهش حاضر نیز پایایی این پرسشنامه با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ برای هر یک از خرده مقیاس‌ها به ترتیب ۰/۷۷، ۰/۷۰، ۰/۸۶، ۰/۸۰ و ۰/۸۱ محاسبه شد.

**پرسشنامه مکانیزم‌های دفاعی[5] (DMQ)**: این پرسشنامه توسط آندروز[6] و همکاران (۱۹۹۳) ساخته شده و دارای ۴۰ سؤال می‌باشد که در طیف ۹ گزینه‌ای لیکرت شامل؛ از کاملاً مخالف (۱)، مخالف (۲)، تا حدی مخالف (۳)، کمی مخالف (۴)، نه موافق و نه مخالف (۵)، کمی موافق (۶)، تا حدی موافق (۷)، موافق (۸) و کاملاً موافق (۹) نمره‌گذاری می‌شود. این ابزار دارای ۳ خرده مؤلفه شامل؛ سبک دفاعی روان‌آزرده، سبک دفاعی رشد یافته و سبک دفاعی رشد نیافته است. حداقل و حداکثر نمره ابزار مذکور ۴۰ و ۳۶۰ و نقطه برش آن نیز ۲۰۰ می‌باشد. آندروز و همکاران (۱۹۹۳) روایی این پرسشنامه را با استفاده از روش تحلیل عاملی ۰/۶۰ و پایایی آن را با استفاده از روش آلفای کرونباخ بین ۰/۶۳ تا ۰/۸۳ محاسبه کردند. هم‌چنین یزدی و افشاری‌نژاد (۱۳۹۸) در پژوهشی روایی این پرسشنامه را با استفاده از روش تحلیل عاملی ۰/۶۰ و پایایی آن را با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ بین ۰/۷۵ تا ۰/۷۷ به‌دست آوردند. در پژوهش حاضر نیز پایایی این پرسشنامه با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ برای هر یک از خرده مقیاس‌ها به ترتیب ۰/۸۲، ۰/۷۳ و ۰/۷۰ محاسبه شد.

## یافته ها

شرکت‌کنندگان این پژوهش شامل تعداد ۲۶۰ نفر از زنان مطلقه ساکن شهر تنکابن در سال ۱۴۰۳ بودند که میانگین و انحراف معیار سن آن‌ها ۶/۷۷±۳۷/۲۸ بود. از سوی دیگر ۶۶ نفر (۲۵/۳۸ درصد) دارای تحصیلات کمتر از دیپلم، ۴۹ نفر (۱۸/۸۴ درصد)، دیپلم، ۲۸ نفر (۱۰/۷۶ درصد) کاردانی، ۷۸ نفر (۳۰ درصد) کارشناسی و ۳۹ نفر (۱۵ درصد) کارشناسی ارشد و دکتری بودند. در جدول ۱ یافته‌های توصیفی و ماتریس همبستگی متغیرهای پژوهش گزارش شده است. در جدول ۱ یافته‌های توصیفی و ماتریس همبستگی متغیرهای پژوهش گزارش شده است.

1. Cognitive Emotion Regulation Questionnaire
2. Garnefski
3. Early Maladaptive Schema Questionnaire
4. Young
5. Defense Mechanisms Questionnaire
6. Andrews

[ Downloaded from frooyesh.ir on 2026-10-09 ]

**جدول ۱. یافته‌های توصیفی و ماتریس همبستگی مؤلفه‌های طرحواره ناسازگار اولیه و مکانیزم‌های دفاعی با تنظیم شناختی هیجان**

| متغیرها | ۱ | ۲ | ۳ | ۴ | ۵ | ۶ | ۷ | ۸ | ۹ |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| ۱- طرد و بریدگی | ۱ | | | | | | | | |
| ۲- خودگردانی و عملکرد مختل | ۰/۸۲** | ۱ | | | | | | | |
| ۳- محدودیت‌های مختل | ۰/۹۳** | ۰/۶۹** | ۱ | | | | | | |
| ۴- دیگر جهت‌مندی | ۰/۸۰** | ۰/۹۳** | ۰/۶۹** | ۱ | | | | | |
| ۵- گوش به‌زنگی بیش از حد | ۰/۸۱** | ۰/۹۴** | ۰/۶۸** | ۰/۸۸** | ۱ | | | | |
| ۶- سبک دفاعی روان‌آزرده | ۰/۲۱** | ۰/۳۲** | ۰/۲۶** | ۰/۲۳* | -۰/۳۵** | ۱ | | | |
| ۷- سبک دفاعی رشد یافته | -۰/۵۱** | -۰/۶۳** | -۰/۴۸** | -۰/۳۹** | -۰/۴۴** | -۰/۳۲** | ۱ | | |
| ۸- سبک دفاعی رشد نیافته | ۰/۳۷** | ۰/۲۶** | ۰/۴۸** | ۰/۳۹** | ۰/۲۸** | ۰/۴۶** | ۰/۳۳** | ۱ | |
| ۹- تنظیم شناختی هیجان | -۰/۴۸** | -۰/۵۰** | -۰/۴۳** | -۰/۵۱** | -۰/۲۷** | -۰/۳۷** | ۰/۲۶** | -۰/۴۴** | ۱ |
| میانگین | ۷۲/۴۰ | ۶۹/۳۵ | ۶۹/۸۹ | ۶۹/۲۵ | ۶۷/۶۶ | ۸۳/۰۹ | ۵۵/۳۳ | ۸۴/۴۹ | ۱۱۱/۸۱ |
| انحراف معیار | ۹/۳۲ | ۷/۶۷ | ۷/۷۸ | ۸/۱۲ | ۶/۹۸ | ۸/۰۷ | ۵/۹۸ | ۸/۰۸ | ۱۳/۲۸ |
| کجی | -۰/۱۶ | ۰/۱۸ | ۰/۱۸ | ۰/۲۲ | ۰/۱۴ | -۰/۰۶ | ۰/۲۸ | ۰/۲۸ | ۰/۳۰ |
| کشیدگی | -۱/۱۸ | -۰/۹۵ | -۰/۷۸ | -۰/۸۵ | -۱/۲۰ | -۱/۰۵ | -۱/۰۰ | -۰/۹۴ | ۰/۳۸ |

0/01**P‹0/05 P‹*

بر اساس نتایج جدول ۱ با توجه به این‌که شاخص‌های کجی و کشیدگی در محدوده ۲± قرار داشت، داده‌ها دارای توزیع نرمال بود. جهت بررسی رابطه بین آن‌ها از آزمون ضریب همبستگی پیرسون استفاده شد. هم‌چنین نتایج جدول ۱ نشان می‌دهد که بین متغیرهای مدل رابطه همبستگی معناداری وجود دارد. برای نمونه رابطه بین طرد و بریدگی با تنظیم شناختی هیجان (۰/۴۸) منفی و در سطح ۰/۰۱ معنادار است. این یافته نشان می‌دهد که با افزایش نمره طرد و بریدگی، نمرات تنظیم شناختی هیجان کاهش پیدا می‌کند و برعکس، سایر روابط نیز به‌این صورت قابل تفسیر می‌باشد. در این پژوهش مفروضه هم‌خطی بودن از طریق ارزیابی مقادیر عامل تورم واریانس[1] و ضریب تحمل مورد بررسی قرار گرفت. از سوی دیگر ضریب تحمل و عامل تورم واریانس متغیرهای پیش‌بین به ترتیب بزرگتر از ۰/۱ و کوچکتر از ۱۰ بود که نشان می‌دهد مفروضه هم‌خطی بودن در بین داده‌های پژوهش برقرار است. هم‌چنین نتیجه آزمون دوربین-واتسون ۱/۹۸ محاسبه شده که به‌دلیل قرار گرفتن در بازه ۲/۵۰ الی ۱/۵۰، نشان دهنده استقلال خطاها است. بر همین اساس استفاده از تحلیل رگرسیون چندگانه مجاز است. در جدول ۲ خلاصه مدل رگرسیونی مؤلفه‌های طرحواره ناسازگار اولیه و مکانیزم‌های دفاعی در پیش‌بینی تنظیم شناختی هیجان ارائه شده است.

**جدول ۲. نتایج ضرایب چندگانه و بررسی معناداری مدل پیش‌بینی تنظیم شناختی هیجان بر اساس مؤلفه‌های طرحواره ناسازگار اولیه و مکانیزم‌های دفاعی**

| مدل | مجموع مجذورات | درجه آزادی | میانگین مجذورات | F | R | مجذور R | مجذور R تعدیل شده | معناداری |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| رگرسیون | ۴۲۳۷/۲۴ | ۸ | ۱۳۱/۹۶ | ۱۱/۱۳ | ۰/۵۴ | ۰/۳۱ | ۰/۲۲ | ۰/۰۰۱ |
| باقیمانده | ۱۲۱۷۸/۷۱ | ۲۵۱ | ۱۱/۸۴ | | | | | |
| کل | ۱۵۸۴۶/۵۷ | ۲۵۹ | | | | | | |

بر اساس نتایج جدول ۲ مدل رگرسیونی پژوهش معنادار است (P<۰/۰۰۱). از سوی دیگر مقدار همبستگی چندگانه متغیرهای پیش‌بین با متغیر ملاک برابر با ۰/۵۴ است. بنابراین می‌توان گفت مؤلفه‌های طرحواره ناسازگار اولیه و مکانیزم‌های دفاعی قادر به پیش‌بینی ۰/۲۲ از واریانس متغیر تنظیم شناختی هیجان هستند. در جدول ۳ معناداری ضرایب متغیرهای پیش‌بین مدل رگرسیون پژوهش در پیش‌بینی تنظیم شناختی هیجان با استفاده از آزمون t ارائه شده است.

1. Variance Inflation Factor (VIF)

[ Downloaded from frooyesh.ir on 2026-10-09 ]

**جدول ۳. نتایج پیش‌بینی تنظیم شناختی هیجان بر اساس مؤلفه‌های طرحواره ناسازگار اولیه و مکانیزم‌های دفاعی**

| متغیرهای پیش‌بین | مؤلفه‌ها | ضرایب غیراستاندارد | | ضرایب استاندارد | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | B | خطای استاندارد | Beta | T | سطح معناداری |
| طرحواره ناسازگار اولیه | مقدار ثابت | ۶/۱۲ | ۱/۱۵ | | ۵/۳۲ | ۰/۰۳۴ |
| | طرد و بریدگی | ۰/۱۰ | ۰/۷۴ | ۰/۳۹ | ۱/۵۰ | ۰/۴۵۸ |
| | خودگردانی و عملکرد مختل | ۰/۶۷ | ۰/۱۹ | ۰/۳۰ | ۳/۵۰ | ۰/۰۲۴ |
| | محدودیت‌های مختل | ۰/۷۹ | ۰/۲۱ | ۰/۳۰ | ۵/۶۷ | ۰/۰۰۱ |
| | دیگر جهت‌مندی | ۰/۲۹ | ۰/۱۷ | ۰/۱۳ | ۱/۶۷ | ۰/۰۹۲ |
| | گوش به‌زنگی بیش از حد | ۰/۱۵ | ۰/۱۰ | ۰/۳۱ | ۳/۱۵ | ۰/۰۴۱ |
| مکانیزم‌های دفاعی | سبک دفاعی روان‌آزرده | ۰/۲۹ | ۰/۱۶ | ۰/۲۲ | ۲/۷۴ | ۰/۰۴۳ |
| | سبک دفاعی رشد یافته | -۰/۲۵ | -۰/۲۰ | -۰/۱۸ | -۲/۹۶ | ۰/۰۲۶ |
| | سبک دفاعی رشد نیافته | ۰/۲۱ | ۰/۱۸ | ۰/۲۶ | ۰/۹۶ | ۰/۰۸۸ |

بر اساس نتایج جدول ۳، از ۵ مؤلفه متغیر طرحواره‌های ناسازگار اولیه، ۳ مؤلفه؛ خودگردانی و عملکرد مختل، محدودیت‌های مختل و گوش به‌زنگی بیش از حد به لحاظ آماری پیش‌بینی کننده‌های معناداری برای متغیر تنظیم شناختی هیجان می‌باشند (P<۰/۰۵). از طرفی از ۳ مؤلفه متغیر مکانیزم‌های دفاعی، ۲ مؤلفه؛ سبک دفاعی روان‌آزرده و سبک دفاعی رشد یافته به لحاظ آماری پیش‌بینی کننده معناداری برای متغیر تنظیم شناختی هیجان می‌باشند (P<۰/۰۵).

## بحث و نتیجه‌گیری

پژوهش حاضر با هدف پیش‌بینی تنظیم شناختی هیجان بر اساس طرحواره‌های ناسازگار اولیه و مکانیزم‌های دفاعی در زنان مطلقه انجام شد. نتایج پژوهش نشان داد بین طرحواره‌های ناسازگار اولیه با تنظیم شناختی هیجان در زنان مطلقه همبستگی معناداری وجود دارد. این یافته با نتایج پژوهش‌های قاسمپور و همکاران (۱۴۰۱)، حسینی و همکاران (۱۴۰۰)، قوتی و همکاران (۱۴۰۰) و بنگ و همکاران (۲۰۲۵) همسو بود. در تبیین این یافته می‌توان گفت طرحواره‌ها الگوهای شناختی، هیجانی و رفتاری ناکارآمدی هستند که موجب سوگیری در تفسیرهای فرد می‌شوند و روی ارتباط فرد با دیگران اثر نامطلوبی گذاشته و رفتارهای فردی را جهت می‌دهند. از این‌رو به‌صورت کلی با افزایش طرحواره‌های ناسازگار اولیه، افراد نمی‌توانند با چالش‌های مختلف که نیازمند توجه و تأمل هستند، پاسخ درخور و شایسته داشته و همچنین عملکرد مناسب ارائه دهند و به‌طور سازگارانه‌ای برخورد نمی‌کنند (افشاری، ۱۴۰۰). افرادی که طرحواره ناسازگار اولیه دارند حقوق ویژه‌ای برای خود قائل هستند، این افراد برای این‌که بتوانند کسب قدرت کنند و یا دیگران را کنترل نمایند تمرکز افراطی بر برتری‌جویی دارند. از راهبردهای ناسازگار تنظیم شناختی هیجان می‌توان به نشخوار فکری و سرزنش دیگران اشاره کرد که افراد با طرحواره ناسازگار اولیه از آن استفاده می‌کنند. در واقع با افزایش این‌گونه طرحواره‌ها، استفاده از راهبردهای ناسازگار تنظیم شناختی هیجان افزایش می‌یابد (رینهارد و همکاران، ۲۰۲۲). افراد با طرحواره خودانضباطی ناکافی مشکلات مستمری در خویشتن‌داری مناسب و عدم تحمل ناکامی‌ها برای دستیابی به اهداف شخصی دارند، از پذیرش مسئولیت گریزان هستند و در جلوگیری از ابراز تکانه‌ها و بیان هیجان‌ها ناتوان هستند (قوتی و همکاران، ۱۴۰۰).

در بخش دیگری از پژوهش حاضر نتایج نشان داد بین مکانیزم‌های دفاعی با تنظیم شناختی هیجان در زنان مطلقه همبستگی معناداری وجود دارد. این یافته با نتایج پژوهش‌های دی‌گاسب و همکاران (۲۰۲۱)، نادا و همکاران (۲۰۲۴)، جهان و همکاران (۱۳۹۷) و کاظمی و همکاران (۱۳۹۷) همسو بود. در تبیین این یافته می‌توان گفت مکانیزم‌های دفاعی رشد نایافته با استفاده از راهبردهایی مانند انکار و مجزاسازی می‌تواند منجر به رشد واکنش به تنظیم شناختی هیجان به‌صورت منفی گردد، چرا که به‌صورت غیرانطباقی و با تحریف واقعیت محیطی همراه هستند. با توجه به این‌که مکانیزم‌های دفاعی روان‌آزرده و رشد نیافته با افزایش تنش همراه هستند و فرد را در یک وضعیت خطر مداوم قرار می‌دهند، بنابراین این احساس عدم امنیت و تنش می‌تواند منجر به فعال شدن طرحواره‌های ناسازگار گردد (جهان و همکاران، ۱۳۹۷). هم‌چنین مکانیزم‌های دفاعی روان‌آزرده و رشد نیافته با توجه به این‌که منجر به فعال شدن احساس عدم امنیت در

[ Downloaded from frooyesh.ir on 2026-10-09 ]

طرحواره‌های ناسازگار می‌گردد، به‌واسطه فعال شدن این طرحواره‌ها که مختل کننده عملکرد و افزایش دهنده عواطف و شناخت‌های منفی از رویدادها است، نشانه‌های انواع اختلال را افزایش می‌دهند. از سوی دیگر استفاده از مکانیزم‌های دفاعی روان‌آزرده و رشد نیافته نه تنها مشکلات را حل نمی‌کنند بلکه باعث افزایش مشکلات هیجانی و اثرات منفی بر وضعیت سلامتی فرد می‌گذارند (نادا و همکاران، ۲۰۲۴). یکی از مکانیزم‌های دفاعی شایع، واکنش‌سازی وارونه می‌باشد. افرادی که به مکانیزم واکنش‌سازی وارونه متوسل می‌شوند، نوعی سبک زندگی را بر می‌گزینند که با کشاننده‌های سرکوب شده آن‌ها متضاد است و به‌منزله واکنشی علیه آن محسوب می‌شود. در این مکانیزم دفاعی، فرد به‌جای تکانه‌های پرخاشگرانه ناهشیار خود، تکانه و رفتارهای متضاد از قبیل اخلاقیات بیش از حد و مسئولیت‌پذیری افراطی (آن‌گونه که در افراد فاقد تنظیم شناختی هیجان مشاهده می‌شود) به‌کار می‌برند (دی‌گاسب و همکاران، ۲۰۲۱).

با توجه به یافته‌های پژوهش می‌توان نتیجه گرفت که طرحواره‌های ناسازگار اولیه و مکانیزم‌های دفاعی پیش‌بین مناسبی برای تنظیم شناختی هیجان در زنان مطلقه می‌باشد. محدودیت‌های این پژوهش بدین شرح بود: مطالعه پیش‌رو مبتنی بر جامعه آماری زنان مطلقه ساکن شهر تنکابن بود. بنابراین تعمیم آن به سایر جوامع باید با احتیاط صورت پذیرد. تعداد زیاد سؤالات پرسش‌نامه‌ها به طولانی شدن زمان اجرای آن انجامید که بر مقدار دقت پاسخ‌های شرکت کنندگان بی‌تأثیر نبود. عدم کنترل تمام متغیرهای مداخله‌گر و همسان نبودن جامعه از نظر فرهنگی، اقتصادی و خانوادگی و تأثیر احتمالی آن‌ها بر نتایج پژوهش نیز می‌تواند جزء محدودیت‌های بعدی این پژوهش باشد. از جمله محدودیت‌های دیگری که این پژوهش با آن‌ها مواجه بود عدم استفاده از روش‌های دیگر جمع‌آوری اطلاعات نظیر مصاحبه، مشاهده و امکان سوگیری آزمودنی‌های مورد مطالعه در پاسخ به پرسش‌نامه‌ها بود. پیشنهادهای مطالعه حاضر بدین شرح می‌باشد؛ این پژوهش در میان زنان مطلقه سایر شهرها نیز برگزار گردد. در پژوهش‌های بعدی به تعدیل و کنترل متغیرهای جمعیت‌شناختی، اقتصادی و فرهنگی پرداخته شود. جهت جمع‌آوری داده‌ها در انجام چنین پژوهشی از روش‌های مصاحبه و مشاهده نیز استفاده شود.

## منابع

اردشیرزاده، م.، بختیارپور، س.، همایی، ر. و افتخار، ز. (۱۴۰۱). مقایسه اثربخشی درمان پذیرش و تعهد با شفقت درمانی بر افکار خودآیند منفی و احساس تنهایی در زنان مطلقه. *مجله سلامت جامعه*، ۱۶(۱)، ۵۲-۴۲. https://chj.rums.ac.ir/article_150566.html

افشاری، ع. (۱۴۰۱)، بررسی رابطه بین سبک‌های دلبستگی و طرحواره‌های ناسازگار اولیه با خود ناتوان‌سازی در دانشجویان. *دوماهنامه علمی- پژوهشی راهبردهای آموزش در علوم پزشکی*، ۱۵(۱)، ۹۹-۹۱. https://edcbmj.ir/article-1-2237-fa.html

تقوایی‌نیا، ع. و زارعی، ف. (۱۴۰۱). اثربخشی آموزش تنظیم هیجان بر ارتقاء سلامت روانی و کاهش نشخوار فکری زنان مطلقه. *مجله روانشناسی و روانپزشکی شناخت*، ۹(۳)، ۵۶-۴۴. https://shenakht.muk.ac.ir/article-1-1345-fa.html

جهان، ف.، مهرافزون، د. و حسینی، ش. (۱۳۹۷). اثربخشی حساسیت‌زدایی با حرکات چشم و بازپردازش مجدد بر تنظیم هیجان، مکانیزم دفاعی و کیفیت زندگی. *مجله روش‌ها و مدل‌های روان‌شناختی*، ۹(۳۳)، ۷۰-۵۱. https://www.sid.ir/paper/227564/fa

حسینی، م.، هاشمی، ز. و عبداللهی، ع. (۱۴۰۰). رابطه طرحواره‌های ناسازگار اولیه با سرزندگی تحصیلی: نقش میانجی‌گری تنظیم شناختی هیجان. *مجله سبک زندگی اسلامی با محوریت سلامت*، ۵(۴)، ۳۵۰-۳۳۸. https://www.sid.ir/paper/985076/fa

خراسانی، ا.ح.، متینی، م. و ترابی، ا. (۱۴۰۲). مقایسه اثربخشی روان‌درمانی مثبت‌نگر و درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد بر انعطاف‌پذیری شناختی، تحمل پریشانی و توانمندی‌های منش زنان مطلقه. *فصلنامه خانواده پژوهی*، ۱۹(۷۳)، ۱۴۵-۱۲۵. https://jfr.sbu.ac.ir/article_103388.html

قاسمپور، ح.، درزی، م.، میرزائیان، ب.، سنگانی، ع.ر. و شاکریان، س. (۱۴۰۱). مدل‌یابی طرحواره‌های ناسازگار اولیه بر تبعیت درمان با نقش واسطه‌ای تنظیم شناختی هیجان و تاب‌آوری در بیماران. *نشریه آموزش پرستاری*، ۱۱(۴)، ۲۴-۱۳. https://jne.ir/article-1-1360-fa.html

قوتی، ع.، آهوان، م. و بلقان، م. (۱۴۰۰). مقایسه اثربخشی طرحواره درمانی و رفتاردرمانی شناختی بر تاب‌آوری، تنظیم شناختی هیجان و ولع مصرف در افراد سوءمصرف کننده مواد. *فصلنامه علمی اعتیاد پژوهی*، ۱۵(۶۲)، ۱۱۳-۱۴۰. https://etiadpajohi.ir/article-1-2573-fa.html

کاظمی، س.ع.، مرادی، ع.ر. و حسنی، ج. (۱۳۹۷). مطالعه تطبیقی تنظیم هیجان، خودکنترلی و مکانیزم‌های دفاعی در بیماران عروقی، بیماران دیابتی و افراد بهنجار. *نشریه روان پرستاری*، ۶(۱)، ۵۱-۴۲. https://ijpn.ir/article-1-994-fa.html

Beng, B.H.A., Gollapalli, S.D., Mcit, M.D., Ng, S.K. (2025). Unraveling Online Mental Health Through the Lens of Early Maladaptive Schemas: AI-Enabled Content Analysis of Online Mental Health Communities. *Journal of Medical Internet Research*, 27, e59524. https://doi.org/10.2196/59524

Castro, D., Lopes, P., Araujo, A.S., Ferreira, F., Rodrigues, A.R., Cardoso, J., Ferreira-Santos, F., Ferreira, T.B. (2025). The differential impact of processing speed and cognitive flexibility on cognitive emotion regulation strategies and depression. *Journal of Affective Disorders*, Available online, In Press, Journal Pre-proof. https://doi.org/10.1016/j.jad.2025.02.106

[ Downloaded from frooyesh.ir on 2026-10-09 ]

Di Giuseppe, M., Perry, J., Conversano, C., Gelo, G., Gennaro, A. (2021). Defense mechanisms, gender, and adaptiveness in emerging personality disorders in adolescent outpatients. *J Nerv Ment Dis*, *208*(26), 933-941. DOI: 10.1097/NMD.0000000000001230

Elisetty, S.G., Datti, R.S. (2025). Research trends on the intricate dimensions of divorce among women: A bibliometric analysis. *Women's Studies International Forum*, *108*, 103028. https://doi.org/10.1016/j.wsif.2024.103028

Falgares, G., Costanzo, G., Fontanesi, L., Verrocchio, M.C., Bin, F., Marchetti, D. (2024). The role of sexual communication in the relationship between emotion regulation and sexual functioning in women: The impact of age and relationship status. *International Journal of Clinical and Health Psychology*, *24*(3), 100482. https://doi.org/10.1016/j.ijchp.2024.100482

Langer, K., Wolf, O.T., Merz, C.J., Jentsch, V.L. (2025). The effects of stress hormones on cognitive emotion regulation: A systematic review and integrative model. *Neuroscience & Biobehavioral Reviews*, *170*, 106040. https://doi.org/10.1016/j.neubiorev.2025.106040

Liu, J., Zhang, H., Tao, S., Li, S. (2024). Centrality and bridge connections between cognitive emotion regulation strategies and professional identity among Chinese undergraduate nursing students: A network analysis. *Nurse Education in Practice*, 80, 104151. https://doi.org/10.1016/j.nepr.2024.104151

Machado, R.D.S., Vieira, I.S., Scaini, C., Molina, M.L, Barbosa, L.P., da Silva, G.D.G., et al. (2023). Ego-defense mechanisms and brief psychotherapies for the management of major depressive disorder in adults: A longitudinal and quasi-experimental study. *Journal of Affective Disorders*, 330, 291-299. https://doi.org/10.1016/j.jad.2023.02.141

Nadeau, l., Laverdiere, O., Simard, V., Beaulieu-Tremblay, T. (2024). Attachment, defense mechanisms and early maladaptive schemas in dreams. *European Review of Applied Psychology*, 74(6), 100986. DOI:10.1016/j.erap.2024.100986

Reinhard, M.A., Popov, N., Rek, S.V., Nenov-Matt, T., Barton, B.B., Jobst, A., et al. (2022). Loneliness is associated with maladaptive schema modes in patients with persistent depressive disorder. *Journal of Psychiatric Research*, 154, 56-60. https://doi.org/10.1016/j.jpsychires.2022.07.057

Torrence, B.S., Connelly, S. (2019). Emotion Regulation Tendencies and Leadership Performance: An Examination of Cognitive and Behavioral Regulation Strategies. *Frontiers in Psychology*, 10, 1-11. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.01486

[ Downloaded from frooyesh.ir on 2026-10-09 ]