رویش روان شناسی، سال۱۵، شماره ۵، شماره پیاپی ۱۲۲، مرداد ۱۴۰۵
Rooyesh-e-Ravanshenasi Journal(RRJ),15(5), 2026

نقش میانجی شایستگی مقابله‌ای در رابطه میان طرحواره‌های ناسازگار اولیه و جو عاطفی خانواده با بهزیستی روانشناختی دانشجویان

The Mediating Role of Coping Competence in the Relationship Between Early Maladaptive Schemas and Family Emotional Atmosphere with college students' Psychological Well-Being

رضا منظری توکلی
دانشجوی دکتری روان‌شناسی تربیتی، گروه روان‌شناسی تربیتی، دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناسی، دانشگاه شهید چمران اهواز، اهواز، ایران.
فاطمه دادوند
دانشجوی دکتری روان‌شناسی تربیتی، گروه روان‌شناسی تربیتی، دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناسی، دانشگاه شهید چمران اهواز، اهواز، ایران.
دکتر غلامحسین مکتبی (نویسنده مسئول)
استاد روان‌شناسی تربیتی، گروه روان‌شناسی تربیتی، دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناسی، دانشگاه شهید چمران اهواز، اهواز، ایران.

Reza Manzaritavakoli
PhD Student of Educational Psychology, Department of Educational Psychology, Faculty of Educational Sciences and Psychology, Shahid Chamran University of Ahvaz, Ahvaz, Iran.
Fatemeh Dadvand
PhD Student of Educational Psychology, Department of Educational Psychology, Faculty of Educational Sciences and Psychology, Shahid Chamran University of Ahvaz, Ahvaz, Iran.
Dr. Gholamhossein Maktabi *
Professor of Educational Psychology, Department of Educational Psychology, Faculty of Educational Sciences and Psychology, Shahid Chamran University of Ahvaz, Ahvaz, Iran. *ghmaktabi@scu.ac.ir*

چکیده

پژوهش حاضر با هدف بررسی میانجی شایستگی مقابله‌ای در رابطهٔ بین طرحواره‌های ناسازگار اولیه و جو عاطفی خانواده با بهزیستی روان‌شناختی دانشجویان انجام شد. روش پژوهش توصیفی-همبستگی از نوع مدل معادلات ساختاری بود. جامعهٔ پژوهش شامل دانشجویان کارشناسی دانشگاه شیراز در سال تحصیلی ۱۴۰۵–۱۴۰۴ بود که از بین آن‌ها به روش نمونه‌گیری تصادفی خوشه‌ای چندمرحله‌ای ۳۲۰ نفر انتخاب شدند و پس از پالایش، ۳۰۰ پرسشنامه معتبر برای تحلیل استفاده شد. ابزارهای پژوهش شامل مقیاس بهزیستی روان‌شناختی (PWS؛ ریف و کییز، ۱۹۹۵)، پرسشنامه طرحواره‌های ناسازگار اولیه (YSQ؛ یانگ، ۱۹۹۸)، مقیاس جو عاطفی خانواده (FEAS؛ هیل‌برن، ۱۹۶۴) و شایستگی مقابله‌ای (CCQ؛ شرودر و الیس، ۲۰۱۳) بود. تحلیل داده‌ها از طریق مدل معادلات ساختاری انجام شد. یافته‌ها نشان داد مدل از برازش مطلوبی برخوردار است و ۵۴٪ واریانس بهزیستی روان‌شناختی را تبیین می‌کند. طرحواره‌های ناسازگار اولیه رابطه مستقیم و منفی معنادار بر بهزیستی و شایستگی مقابله‌ای دارند (P<۰/۰۵)، در حالی که جو عاطفی خانواده تنها بر شایستگی مقابله‌ای رابطه مستقیم و مثبت معنادار نشان داد و رابطه مستقیمی بر بهزیستی نداشت (P>۰/۰۵). علاوه‌براین، شایستگی مقابله‌ای رابطه مستقیم مثبت و معنادار بر بهزیستی روانشناختی دارد و نقش میانجی معناداری در رابطه بین طرحواره‌های ناسازگار اولیه و جو عاطفی خانواده با بهزیستی روان‌شناختی ایفا می‌کند(P<۰/۰۵). در مجموع، شایستگی مقابله‌ای عامل کلیدی در تبیین اثر عوامل فردی و محیطی بر بهزیستی روان‌شناختی دانشجویان است و تقویت آن همراه با بهبود جو عاطفی خانواده می‌تواند به ارتقای بهزیستی کمک کند.

واژه‌های کلیدی: *بهزیستی روان‌شناختی، جو عاطفی خانواده، شایستگی مقابله‌ای، طرحواره‌های ناسازگار اولیه.*

Abstract

The present study aimed to examine the mediating role of coping competence in the relationship between early maladaptive schemas and family emotional atmosphere and students' psychological well-being. The research employed a descriptive–correlational design using structural equation modeling. The study population consisted of undergraduate students at Shiraz University during the 2025–2026 academic year. A multistage cluster random sampling method was used to select 320 students, and after data screening, 300 valid questionnaires were analyzed. The instruments included the Psychological Well-Being Scale (PWS; Ryff & Keyes, 1995), the Young Schema Questionnaire (YSQ; Young, 1998), the Family Emotional Atmosphere Scale (FEAS; Hilburn, 1964), and the Coping Competence Questionnaire (CCQ; Schroder & Ellis, 2013). Data were analyzed using structural equation modeling. The results indicated that the proposed model had a good fit and explained 54% of the variance in psychological well-being. Early maladaptive schemas had a significant direct negative effect on both psychological well-being and coping competence ($p < .05$), whereas family emotional atmosphere showed a significant direct positive effect only on coping competence and had no direct effect on psychological well-being ($p > .05$). Furthermore, coping competence had a significant direct positive effect on psychological well-being and played a significant mediating role in the relationship of early maladaptive schemas and family emotional atmosphere with psychological well-being ($p < .05$). Overall, coping competence is a key factor in explaining the effects of individual and environmental variables on students' psychological well-being, and strengthening it alongside improving the family emotional atmosphere can enhance well-being.

Keywords: *Coping competence, Early maladaptive schemas, Family emotional atmosphere, Psychological well-being.*

نوع مقاله: پژوهشی | **دریافت:** بهمن ۱۴۰۴ | **پذیرش:** اسفند ۱۴۰۴ | **ویرایش نهایی:** مرداد ۱۴۰۵

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-09-08]

مقدمه

روان‌شناسی مثبت‌گرا[1] به‌عنوان رویکردی نوین در حوزه سلامت روان[2]، با تمرکز بر توانمندی‌ها، تجارب مثبت و ظرفیت‌های بالقوه انسان، نگرشی تحول‌آفرین به مفهوم بهزیستی ارائه می‌دهد (بلاسکو-بلد[3] و همکاران، ۲۰۲۵). در این چارچوب، سلامت روان صرفاً به معنای نبود آسیب یا اختلال نیست، بلکه تجربه‌ای چندبعدی از شکوفایی، رضایت و رشد فردی تلقی می‌شود (ورثینگتون و گونو-شوپینسکی[4]، ۲۰۲۵). بهزیستی در این دیدگاه شامل دو رویکرد اصلی است: رویکرد لذت‌گرایانه[5] که بر احساسات مثبت، رضایت ذهنی و پرهیز از هیجانات منفی تأکید دارد، و رویکرد فضیلت‌گرا[6] که به معنا، خودتحققی و رشد فردی می‌پردازد (کنو[7] و همکاران، ۲۰۲۵). تلفیق این دو نگاه، مفهومی جامع از بهزیستی روان‌شناختی[8] را شکل می‌دهد که نه‌تنها بر تجارب مثبت، بلکه بر مدیریت هیجانات، روابط سالم اجتماعی و حرکت مداوم در مسیر خودشناسی تأکید دارد (یوآن و کانگ[9]، ۲۰۲۶).

در همین راستا، یکی از مدل‌های نظری برجسته در تبیین بهزیستی روان‌شناختی، مدل شش‌بعدی ریف[10] (۱۹۹۵) است که مؤلفه‌های خودمختاری، تسلط بر محیط، رشد شخصی، هدفمندی در زندگی، روابط مثبت با دیگران و پذیرش خود را شامل می‌شود و چشم‌اندازی چندوجهی از تعامل معنادار فرد با خود و جهان ارائه می‌دهد (ژانگ[11] و همکاران، ۲۰۲۶). پژوهش‌ها نشان داده‌اند که سطوح بالای بهزیستی روان‌شناختی با رضایت از زندگی، بهبود روابط اجتماعی، افزایش تاب‌آوری و مهارت‌های مقابله‌ای همراه است (ژانگ و همکاران، ۲۰۲۶؛ علیدوستی و همکاران، ۱۴۰۴)، در حالی که ضعف در این زمینه می‌تواند به نارضایتی، انزوا، کاهش اعتماد به نفس و دشواری در مدیریت هیجانات منفی منجر شود که این نارسائی می‌تواند کیفیت زندگی را کاهش دهد (فو[12] و همکاران، ۲۰۲۵؛ ناهار[13] و همکاران، ۲۰۲۵). در این میان، تغییرات سریع اجتماعی و فشارهای زندگی مدرن، به‌ویژه برای دانشجویان، سلامت روان را تحت تأثیر قرار داده و سبب شده است پژوهش‌های اخیر بر شناسایی و تقویت عوامل ارتقای بهزیستی روان‌شناختی و بهبود پایدار کیفیت زندگی متمرکز شوند (وانگ و شیدمن[14]، ۲۰۲۶).

پیشایندهای بهزیستی روان‌شناختی بر اساس دیدگاه کییز و ریف[15] (۱۹۹۹)، به دو دسته کلی عوامل محیطی[16] (مانند بافت‌های خانوادگی، کیفیت تعاملات اجتماعی و زمینه‌های فرهنگی و اجتماعی) و عوامل فردی[17] (از جمله ویژگی‌های شخصیتی، سبک‌های شناختی و تجارب اولیه) تقسیم می‌شوند که هر یک می‌توانند به شیوه‌ای معنادار در شکل‌گیری یا تضعیف احساس بهزیستی نقش ایفا کنند (ژانگ و همکاران، ۲۰۲۶). عوامل فردی به ویژگی‌های نسبتاً پایدار روان‌شناختی و الگوهای درونی‌شده‌ای اشاره دارند که افراد عمدتاً در سال‌های آغازین زندگی و در تعامل با محیط و روابط بین‌فردی به دست می‌آورند (رحمه[18] و همکاران، ۲۰۲۶). یکی از مهم‌ترین این عوامل که در پژوهش‌های روان‌شناختی توجه زیادی را به خود جلب کرده‌اند، طرحواره‌های ناسازگار اولیه[19] هستند (الهیانی[20] و همکاران، ۲۰۲۵). این طرحواره‌ها ساختارهایی عمیق، گسترده و نسبتاً پایدار در حوزه شناختی–هیجانی به شمار می‌روند که نقش فیلترهایی را در پردازش اطلاعات و تفسیر تجربه‌های مربوط به خود، دیگران و جهان پیرامون ایفا می‌کنند (بیشاپ[21] و همکاران، ۲۰۲۲).

طرحواره‌های ناسازگار اولیه معمولاً در نتیجه تجربه‌های ناکارآمد دوران کودکی، به‌ویژه در تعامل با مراقبان اولیه، شکل می‌گیرند (ویرا[22] و همکاران، ۲۰۲۳؛ یانگ[23]، ۲۰۱۴) و می‌توانند تأثیر قابل‌توجهی بر تحول شخصیت، سازگاری هیجانی، کیفیت روابط بین‌فردی، احساس خودمختاری و رشد فردی داشته باشند (پیلکینگتون[24] و همکاران، ۲۰۲۴). همچنین پژوهش‌ها نشان داده‌اند که این طرحواره‌ها به‌طور معنی‌داری

1. Positive Psychology
2. Mental Health
3. Blasco-Belled
4. Worthington & Gonot-Schoupinsky
5. Hedonic Approach
6. Eudaimonic Approach
7. Kono
8. Psychological Well-Being
9. Yuan & Kang
10. Ryff
11. Zhang
12. Fu
13. Nahar
14. Vang & Schademan
15. Keyes & Ryff
16. Environmental Factors
17. Individual Factors
18. Balzarotti
19. Early Maladaptive Schemas
20. Elahian
21. Bishop
22. Vieira
23. Young
24. Pilkington

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-09-08]

سلامت روان و کیفیت زندگی افراد را تضعیف می‌کنند (پیلکینگتون و همکاران، ۲۰۲۴؛ نیکول[1] و همکاران، ۲۰۲۰). به‌طور خاص، طرحواره‌های ناسازگار اولیه با کاهش استفاده از راهبردهای مثبت تنظیم شناختی هیجان و افزایش بهره‌گیری از راهبردهای منفی، موجب افزایش مشکلات هیجانی و کاهش سازگاری روان‌شناختی می‌شوند (یاکین[2] و همکاران، ۲۰۱۹). این در حالی است که پژوهش‌های متعددی به تأثیر عوامل فردی بر بهزیستی روان‌شناختی پرداخته‌اند (رحمه و همکاران، ۲۰۲۶؛ الهیانی و همکاران، ۲۰۲۵؛ اوبارا-گوله‌بیووسکا[3]، ۲۰۲۵)، با این حال نقش طرحواره‌های ناسازگار اولیه در این زمینه کمتر مورد بررسی قرار گرفته و همچنان خلأ پژوهشی قابل توجهی وجود دارد.

با این حال، عوامل فردی همواره در بستر محیطی خاصی شکل می‌گیرند و معنا می‌یابند (بیتلی[4] و همکاران، ۲۰۲۳). بسیاری از ویژگی‌های فردی مانند طرحواره‌های ناسازگار اولیه ریشه در تجارب دوران کودکی دارند (مای[5] و همکاران، ۲۰۲۲). در این زمینه، جو عاطفی خانواده[6] به عنوان مهم‌ترین بستر محیطی نقش کلیدی در رشد و تحول روانی فرد ایفا می‌کند (دادوند و فولادچنگ، ۱۴۰۴). خانواده نخستین زمینه اجتماعی برای یادگیری هیجانات، روابط بین‌فردی و ادراک از خود و دیگران است (یحیی‌نژاد[7] و همکاران، ۲۰۲۵). جو عاطفی خانواده شامل عواملی مانند گرمی، پذیرش، صمیمیت یا بالعکس، سردی و طرد است که بستر شکل‌گیری الگوهای ذهنی پایدار نسبت به خود و دیگران را فراهم می‌کند (منصورخانی[8] و همکاران، ۲۰۲۵) و کیفیت آن می‌تواند پیامدهای روان‌شناختی متفاوتی در آینده به دنبال داشته باشد (دادوند و فولادچنگ، ۱۴۰۴). شواهد پژوهشی نشان می‌دهد جو عاطفی خانواده تأثیر قابل‌توجهی بر ابعاد روان‌شناختی، هیجانی و اجتماعی افراد دارد (زوارا[9]و همکاران، ۲۰۲۶؛ شاکرامی[10] و همکاران، ۲۰۲۵) در خانواده‌های حمایت‌گر، کودکان در فضایی امن رشد کرده، هیجانات خود را به‌درستی ابراز می‌کنند و مهارت‌های تنظیم هیجانی و مقابله‌ای مؤثر و روابط اجتماعی سالم شکل می‌گیرد (گونگ و پالسن[11]، ۲۰۱۷). جو خانوادگی مبتنی بر طرد یا خشونت موجب شکل‌گیری باورهای منفی، اختلال در تعاملات اجتماعی و مشکلات خودتنظیمی هیجانی شده و فرد را در برابر آسیب‌های روانی آسیب‌پذیر می‌سازد (شاکرامی و همکاران، ۲۰۲۵؛ شهدوست[12] و همکاران، ۲۰۱۸).

از سوی دیگر، یکی دیگر از ویژگی‌های درون‌فردی که می‌تواند به‌عنوان یک سازوکار تنظیمی در ارتباط با بهزیستی روان‌شناختی عمل کند، شایستگی مقابله‌ای[13] است (بیگز[14] و همکاران، ۲۰۱۷). شایستگی مقابله‌ای به باور فرد درباره توانایی خود در مدیریت مؤثر موقعیت‌های استرس‌زا اشاره دارد و یک ظرفیت شناختی–هیجانی محسوب می‌شود که افراد را قادر می‌سازد منابع درونی و بیرونی خود را برای مواجهه سازگارانه با فشارهای روانی بسیج کنند (وو[15] و همکاران، ۲۰۲۳). این سازه بر اساس نظریه فرایند مقابله‌ای لازاروس و فولکمن[16] (۱۹۸۵) در چارچوب ارزیابی‌های شناختی استرس تبیین می‌شود؛ به‌گونه‌ای که در ارزیابی اولیه، فرد ماهیت تهدید را می‌سنجد و در ارزیابی ثانویه، منابع و توانایی‌های مقابله‌ای خود را ارزیابی می‌کند. در این مرحله، شایستگی مقابله‌ای نقش محوری دارد؛ زیرا باور به توانایی استفاده از راهبردهای مقابله‌ای مؤثر، نوع پاسخ فرد به استرس و پیامدهای هیجانی آن را تعیین می‌کند (فریابی[17] و همکاران، ۲۰۲۲؛ لی[18] و همکاران، ۲۰۲۵). پژوهش‌ها نشان داده‌اند افرادی که از شایستگی مقابله‌ای بالاتری برخوردارند، در مواجهه با فشارهای روانی انعطاف‌پذیرتر عمل می‌کنند، هیجانات منفی را بهتر تنظیم می‌کنند و سطوح بالاتری از سلامت روان و کیفیت زندگی را تجربه می‌کنند (ووچنویک[19] و همکاران، ۲۰۲۳؛ لیم[20]، ۲۰۲۲؛ براندو-گاردیو[21]، ۲۰۲۰).

انتخاب شایستگی مقابله‌ای به‌عنوان متغیر میانجی بر پایه ماهیت فرایندی و تنظیمی آن است؛ زیرا این سازه می‌تواند پیونددهنده عوامل زمینه‌ای نسبتاً پایدار با پیامدهای روان‌شناختی باشد. از یک سو، طرحواره‌های ناسازگار اولیه به‌عنوان ساختارهای شناختی–هیجانی دیرپا، نحوه ادراک و تفسیر موقعیت‌های استرس‌زا را شکل می‌دهند و می‌توانند ارزیابی فرد از منابع مقابله‌ای خود را تحت تأثیر قرار دهند؛ از سوی دیگر، جو

1. Nicol
2. Yakın
3. McAneney
4. Betley
5. May
6. Family Emotional Atmosphere
7. Yahyanezhad
8. Mansourkhani
9. Zvara
10. Shakrami
11. Gong & Paulson
12. Shahdoust
13. Coping Competence
14. Biggs
15. Wu
16. Lazarus and Folkman's Coping Process Theory
17. Faryabi
18. Li
19. Vucenovic
20. Liem
21. Brando-Garrido

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-09-08]

عاطفی خانواده به‌عنوان یک عامل محیطی مهم، از طریق فراهم‌سازی یا محدودسازی حمایت هیجانی و یادگیری الگوهای مقابله، در شکل‌گیری باورهای مقابله‌ای نقش دارد. بنابراین، شایستگی مقابله‌ای می‌تواند سازوکاری تبیینی باشد که از طریق آن، عوامل فردی و محیطی به پیامدهای بهزیستی روان‌شناختی منتهی می‌شوند.

مرور ادبیات پژوهشی نشان می‌دهد که مطالعات مربوط به بهزیستی روان‌شناختی غالباً عوامل فردی و محیطی را به‌صورت مجزا بررسی کرده‌اند و کمتر به روابط ساختاری میان این متغیرها در قالب مدل‌های یکپارچه توجه داشته‌اند (رحمه و همکاران، ۲۰۲۶؛ ژانگ و همکاران، ۲۰۲۶؛ بیتلی و همکاران، ۲۰۲۳). همچنین، با وجود تأکید نظری بر نقش طرحواره‌های ناسازگار اولیه در شکل‌دهی تجربه‌های هیجانی و شناختی، بررسی تجربی مسیرهای اثرگذاری آن‌ها بر بهزیستی روان‌شناختی، به‌ویژه از طریق سازوکارهای میانجی، محدود بوده است (پیلکینگتون و همکاران، ۲۰۲۴؛ نیکول و همکاران، ۲۰۲۰؛ یاکین و همکاران، ۲۰۱۹). افزون بر این، اگرچه اهمیت جو عاطفی خانواده در تحول ویژگی‌های فردی و تنظیم هیجانی مورد تأکید قرار گرفته است، تعامل آن با ساختارهای شناختی درونی و سازوکارهای تنظیمی مانند شایستگی مقابله‌ای در قالب مدل‌های علّی کمتر مورد آزمون قرار گرفته است.

با توجه به این خلأهای پژوهشی و اهمیت دوره دانشجویی به‌عنوان مرحله‌ای حساس از نظر فشارهای تحصیلی، اجتماعی و هویتی، بررسی الگویی ساختاری که در آن عوامل فردی (طرحواره‌های ناسازگار اولیه) و محیطی (جو عاطفی خانواده) از طریق سازوکار تنظیمی شایستگی مقابله‌ای بر بهزیستی روان‌شناختی اثر می‌گذارند، ضروری به نظر می‌رسد. چنین رویکرد الگومحوری امکان تبیین هم‌زمان روابط مستقیم و غیرمستقیم میان متغیرها را فراهم می‌کند و درک دقیق‌تری از مسیرهای مکانیزمی مؤثر بر بهزیستی روان‌شناختی ارائه می‌دهد. این امر می‌تواند مبنایی نظری و تجربی برای طراحی مداخلات روان‌شناختی هدفمند فراهم آورد؛ مداخلاتی که با تقویت شایستگی مقابله‌ای و بهبود منابع تنظیمی فرد، زمینه ارتقای بهزیستی روان‌شناختی دانشجویان را فراهم سازند. بر این اساس، هدف اصلی پژوهش حاضر آزمون الگوی ساختاری روابط بین طرحواره‌های ناسازگار اولیه و جو عاطفی خانواده با بهزیستی روان‌شناختی دانشجویان با نقش میانجی شایستگی مقابله‌ای بود.

روش

روش پژوهش حاضر توصیفی ـ همبستگی از نوع مدل معادلات ساختاری بود. جامعه آماری شامل دانشجویان مقطع کارشناسی دانشگاه شیراز در سال تحصیلی ۱۴۰۴–۱۴۰۳ بود. نمونه‌گیری به روش تصادفی خوشه‌ای چندمرحله‌ای انجام شد؛ به این صورت که ابتدا ۸ دانشکده از میان ۱۶ دانشکده دانشگاه شیراز به‌طور تصادفی انتخاب و سپس از هر دانشکده ۴ کلاس به روش تصادفی برگزیده شد. تمامی دانشجویان حاضر در این کلاس‌ها در مطالعه شرکت کردند. با توجه به توصیه‌های لوهن[1] (۲۰۰۴) و کلاین[2] (۲۰۲۳) مبنی بر نیاز حداقل ۲۰۰ نفر برای مدل‌یابی معادلات ساختاری و احتمال ناقص بودن پرسشنامه‌ها، حجم نمونه اولیه ۳۲۰ نفر در نظر گرفته شد و پس از پالایش داده‌ها، ۳۰۰ پرسشنامه معتبر برای تحلیل آماری باقی ماند. معیارهای ورود به پژوهش شامل تحصیل در مقطع کارشناسی دانشگاه شیراز و داشتن تمایل به شرکت در پژوهش و تکمیل پرسشنامه‌ها بود. معیارهای خروج مطالعه نیز شامل ناقص بودن پرسشنامه‌ها، انصراف داوطلبانه شرکت‌کننده در هر مرحله از پژوهش و عدم تمایل به ادامه همکاری پس از شروع بود. تمامی شرکت‌کنندگان با آگاهی کامل از اهداف پژوهش، روش اجرا، حق انصراف در هر زمان بدون هیچ‌گونه تبعاتی و رعایت کامل محرمانگی اطلاعات فردی، به‌صورت داوطلبانه در مطالعه شرکت کردند. همچنین، هیچ‌گونه اطلاعات هویتی از شرکت‌کنندگان جمع‌آوری نشد و تمامی داده‌ها به‌صورت ناشناس تحلیل گردید. در نهایت، برای تحلیل داده‌ها، از روش تحلیل معادلات ساختاری و نرم‌افزار SPSS نسخه ۲۷ و AMOS نسخه ۲۷ بهره گرفته شد.

ابزار سنجش

مقیاس بهزیستی روان‌شناختی ریف- نسخه کوتاه[3] (PWS): نسخه‌ی کوتاه این مقیاس، شامل ۱۸ گویه است که نخستین‌بار توسط ریف (۱۹۸۹) طراحی و در سال ۱۹۹۵ توسط ریف و کییز مورد بازبینی و اصلاح قرار گرفت. این ابزار به‌منظور سنجش بهزیستی روان‌شناختی افراد تدوین شده و شامل شش مؤلفه‌ی اصلی تسلط بر محیط (گویه‌های ۱، ۴ و ۶)، خودپیروی (گویه‌های ۹، ۱۲ و ۱۸)، روابط مثبت با دیگران (گویه‌های ۳، ۱۱ و ۱۳)، رشد شخصی (گویه‌های ۷، ۱۵ و ۱۷)، هدفمندی در زندگی (گویه‌های ۵، ۱۴ و ۱۶) و پذیرش خود (گویه‌های ۲، ۸ و ۱۰) است. پاسخ‌دهی در این مقیاس بر اساس طیف لیکرت پنج‌درجه‌ای از ۱ (کاملاً مخالفم) تا ۵ (کاملاً موافقم) انجام می‌شود. لازم به ذکر است که از میان ۱۸ گویه، ۱۰ گویه به صورت مستقیم و ۸ گویه (گویه‌های ۳، ۴، ۵، ۹، ۱۰، ۱۳، ۱۶ و ۱۷) به صورت معکوس نمره‌گذاری می‌شود. در

1. Loehlin
2. Kline
3. Ryff Psychological Well-Being Scale-Short Form

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-09-08]

پژوهش ریف و کییز (۱۹۹۵)، همبستگی بین نسخه کوتاه مقیاس و نسخه اصلی آن بین ۰/۷۰ تا ۰/۸۹ گزارش شده است. همچنین، ضرایب آلفای کرونباخ برای مؤلفه‌های پذیرش خود، تسلط بر محیط، روابط مثبت با دیگران، هدفمندی در زندگی، رشد شخصی، خودپیروی و کل مقیاس به‌ترتیب برابر با ۰/۵۱، ۰/۷۶، ۰/۷۵، ۰/۵۲، ۰/۷۳، ۰/۷۲ و ۰/۷۱ به دست آمده است. افزون بر این، در پژوهش علیدوستی و همکاران (۱۴۰۴)، پایایی این مقیاس با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ ۰/۷۹ گزارش شده و تحلیل عاملی تأییدی نیز روایی آن را تأیید کرد، به طوری که بارهای عاملی گویه‌ها بین ۰/۳۴ تا ۰/۶۸ قرار داشتند و نشان‌دهنده همگرایی مناسب هر گویه با سازه مربوطه بود. در پژوهش حاضر پایایی به روش آلفای کرونباخ برای مؤلفه‌های مذکور به ترتیب ۰/۷۵، ۰/۷۰، ۰/۷۱، ۰/۷۰، ۰/۷۲، ۰/۶۸ و برای کل مقیاس ۰/۷۸ به دست آمد که بیانگر پایایی مطلوب این ابزار است.

پرسشنامه طرحواره‌های ناسازگار اولیه یانگ[1] (YSQ): این پرسشنامه توسط یانگ (۱۹۹۰) طراحی شده و شامل ۷۵ گویه است که در قالب پنج عامل اصلی و ۱۵ طرحواره سازمان‌دهی شده است. هر طرحواره شامل پنج گویه می‌باشد. مؤلفه‌ها شامل بریدگی و طرد (محرومیت هیجانی، بی‌ثباتی و رهاشدگی، بی‌اعتمادی و بدرفتاری، انزوای اجتماعی، نقص و شرم)، خودمختاری و عملکرد مختل (شکست، وابستگی و بی‌کفایتی، آسیب‌پذیری نسبت به بیماری، خود تحول‌نیافته)، جهت‌مندی (اطاعت و ایثار)، گوش به زنگی و بازداری (بازداری هیجانی و معیارهای غیرمنصفانه) و محدودیت‌های مختل (استحقاق و بزرگ‌منشی، خویشتن‌داری و خودانظباطی ناکافی) است. پاسخ‌دهی به این پرسشنامه بر اساس طیف لیکرت ۶ درجه‌ای از ۱ (کاملاً نادرست) تا ۶ (کاملاً درست) انجام می‌شود. پایایی این ابزار توسط اشمیت[2] و همکاران (۱۹۹۵) بر روی نمونه‌ای شامل ۵۶۴ دانشجوی آمریکایی از طریق روش بازآزمایی با فاصله دو هفته و نیز بررسی همسانی درونی ارزیابی شد که ضرایب پایایی به ترتیب ۰/۸۱و ۰/۹۵ گزارش گردیده است. همچنین، به‌منظور بررسی روایی سازه، تحلیل عاملی اکتشافی با استفاده از روش مؤلفه‌های اصلی و چرخش واریماکس انجام شد و نتایج آن نشان داد پنج عامل متمایز با بارهای عاملی بالاتر از ۰/۳۸ و واریانس توضیحی کل ۵۸/۴ درصد استخراج شده‌اند، که نشان‌دهنده کفایت ساختار عاملی ابزار و همخوانی آن با مدل نظری طرحواره‌های ناسازگار اولیه است (اشمیت و همکاران، ۱۹۹۵). در پژوهش سرمدفر و همکاران (۱۴۰۴)، روایی سازه پرسشنامه به کمک تحلیل عاملی تأییدی تأیید شد؛ به‌طوری‌که بارهای عاملی گویه‌ها بر مؤلفه‌های مربوطه بین ۰/۴۸ تا ۰/۷۳ به دست آمد. همچنین، پایایی ابزار با استفاده از آلفای کرونباخ برای مؤلفه‌های مذکور به‌ترتیب ۰/۷۳، ۰/۶۴، ۰/۸۱، ۰/۷۹ و ۰/۸۰ گزارش شده است (سرمدفر و همکاران، ۱۴۰۴). در پژوهش حاضر ضرایب آلفای کرونباخ برای مؤلفه‌ها مذکور به ترتیب ۰/۸۰، ۰/۸۱، ۰/۷۹، ۰/۸۳ و ۰/۸۲ به دست آمد که نشان‌دهنده پایایی مناسب ابزار است.

مقیاس جو عاطفی خانواده[3] (FEAS): این مقیاس توسط هیل‌برن (۱۹۶۴) طراحی شده و شامل ۱۶ گویه در قالب ۸ مؤلفه محبت (گویه‌های ۱ و ۲)، نوازش (۳ و ۴)، تأیید کردن (۵ و ۶)، تجارب مشترک (۷ و ۸)، هدیه دادن (۹ و ۱۰)، تشویق (۱۱ و ۱۲)، اعتماد (۱۳ و ۱۴) و امنیت (۱۵ و ۱۶) است. نمره‌گذاری این مقیاس بر اساس طیف لیکرت پنج‌درجه‌ای از ۱ (خیلی کم) تا ۵ (خیلی زیاد) انجام می‌شود. هیل‌برن (۱۹۶۴) از تحلیل عاملی اکتشافی به روش مؤلفه‌های اصلی با چرخش واریماکس استفاده کرد. نتایج نشان داد که تمامی مؤلفه‌ها دارای بار عاملی معنادار و مناسب بر سازه مربوطه هستند و بارهای عاملی مؤلفه‌ها بین ۰/۶۲ تا ۰/۸۵ قرار داشت. همسانی درونی کل مقیاس با ضریب آلفای کرونباخ ۰/۷۸ گزارش شد که نشان‌دهنده پایایی قابل قبول ابزار است. علاوه بر این، شاخص میانگین واریانس استخراج‌شده برای هر مؤلفه بین ۰/۵۶ تا ۰/۷۲ بود، که تأییدکننده همبستگی مطلوب گویه‌ها با سازه مربوطه و روایی همگرای مقیاس است (هیل‌برن، ۱۹۶۴). دادوند و فولادچنگ (۱۴۰۴) در ایران روایی سازه مقیاس را با تحلیل عاملی تأییدی بر ساختار هشت‌مؤلفه‌ای آن تأیید کردند؛ به‌طوری‌که بارهای عاملی ۰/۳۶ تا ۰/۸۲ و پایایی به روش آلفای کرونباخ کل مقیاس ۰/۸۹ گزارش شد. در پژوهش حاضر، ضریب آلفای کرونباخ برای مؤلفه‌ها و کل مقیاس به ترتیب ۰/۷۸، ۰/۸۱، ۰/۸۰، ۰/۷۷، ۰/۸۲، ۰/۷۶ و ۰/۸۰ به دست آمد.

پرسشنامه شایستگی مقابله‌ای[4] (CCQ): این پرسشنامه توسط شرودر و الیس (۲۰۱۳) طراحی شده و شامل ۱۲ گویه است که بر اساس طیف لیکرت هفت درجه‌ای از ۱ (کاملاً مخالفم) تا ۷ (کاملاً موافقم) نمره‌گذاری می‌شود. در پژوهش شرودر و الیس (۲۰۱۳)، پایایی این ابزار با ضریب آلفای کرونباخ ۰/۹۰ و پایایی بازآزمایی آن در بازه سه‌ماهه بین ۰/۷۰ تا ۰/۸۴ و در دوره شش‌ماهه برابر با ۰/۶۱ گزارش شده است که نشان‌دهنده پایایی مناسب این ابزار است. به‌منظور بررسی روایی سازه این مقیاس، تحلیل عاملی اکتشافی با استخراج یک عامل انجام شد. نتایج نشان داد ابزار از ساختار تک‌عاملی مطلوبی برخوردار است؛ به‌طوری‌که بارهای عاملی گویه‌ها در دامنه ۰/۴۰ تا ۰/۷۸ قرار داشتند و عامل استخراج‌شده سهم قابل‌توجهی از واریانس کل را تبیین کرد. این یافته‌ها بیانگر کفایت گویه‌ها برای سنجش سازه موردنظر و تأییدکننده روایی ساختاری مناسب مقیاس است (شرودر و الیس، ۲۰۱۳). ناصری کریموند و اعظمی (۱۴۰۰) پایایی این پرسشنامه را با ضریب آلفای کرونباخ

1. Young Schema Questionnaire
2. Schmidt
3. Family Emotional Atmosphere Scale
4. Coping Competence Questionnaire

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-09-08]

۰/۸۹ تأیید کردند. همچنین، روایی سازه مقیاس با استفاده از تحلیل عاملی تأییدی بررسی شد و نتایج نشان داد بارهای عاملی گویه‌ها در دامنه ۰/۳۷ تا ۰/۶۴ قرار دارند، که نشان‌دهنده روایی مطلوب و ساختار عاملی مناسب ابزار است. در پژوهش حاضر، ضریب آلفای کرونباخ کل پرسشنامه برابر با ۰/۷۱ به دست آمد که نشان‌دهنده پایایی مطلوب ابزار است.

یافته ها

در پژوهش حاضر، ۳۲۰ پرسشنامه جمع‌آوری شد که پس از حذف نمونه‌های ناقص، ۳۰۰ پرسشنامه برای تحلیل نهایی باقی ماند. شرکت‌کنندگان، دانشجویان دوره کارشناسی با میانگین و انحراف معیار سنی ۲۰/۸۷ ± ۳/۹۶ سال بودند که از این تعداد، ۱۸۲ نفر (۶۱ درصد) زن و ۱۱۸ نفر (۳۹ درصد) مرد بودند. در ادامه، شاخص‌های توصیفی و ضرایب همبستگی بین متغیرهای پژوهش در جدول ۱ ارائه شده است.

جدول ۱. شاخص‌های توصیفی و ضرایب همبستگی بین متغیرها پژوهش

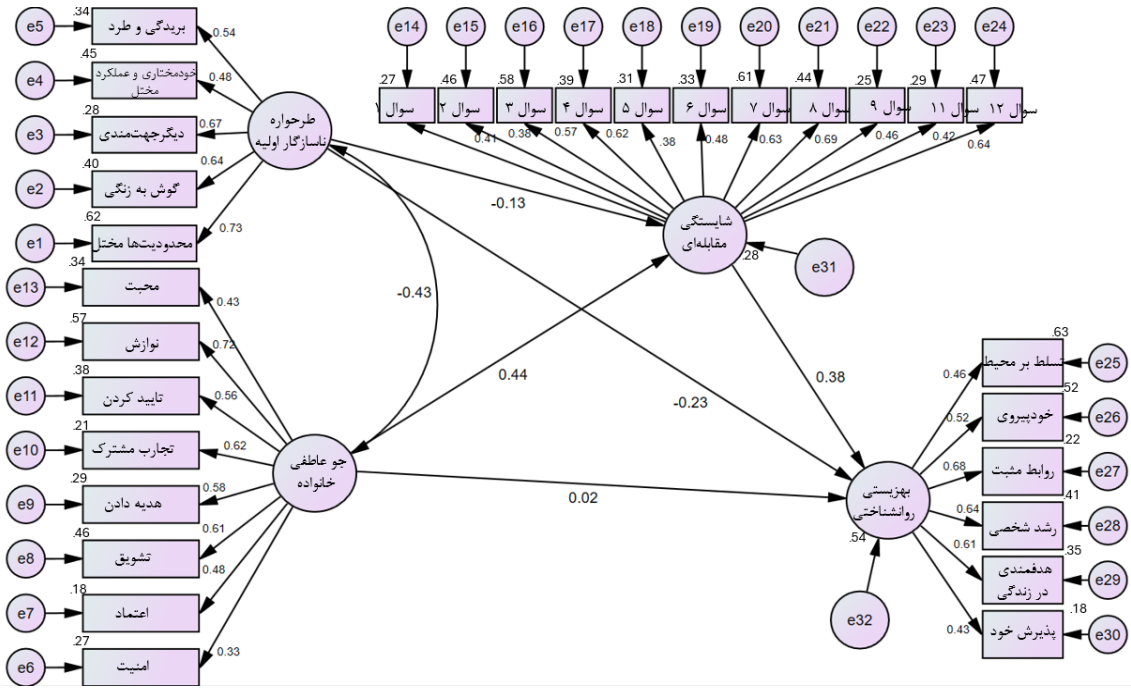
متغیرها	۱	۲	۳	۴
۱. طرحواره‌های ناسازگار اولیه	۱			
۲. جو عاطفی خانواده	-۰/۴۲**	۱		
۳. شایستگی مقابله‌ای	-۰/۳۲**	۰/۵۰**	۱	
۴. بهزیستی روانشناختی	-۰/۳۷*	۰/۳۱**	۰/۴۷**	۱
میانگین	۲۶۲/۵۰	۶۱/۴۴	۶۸/۰۷	۶۸/۵۷
انحراف معیار	۶۲/۸۹	۱۲/۱۵	۱۰/۸۱	۷/۳۶
کجی	-۰/۲۲	-۰/۶۱	-۰/۷۹	-۰/۱۴
کشیدگی	۰/۰۸	-۰/۰۹	۰/۵۴	-۰/۵۲

**P ‹0.01

در جدول ۱ ضرایب همبستگی پیرسون نشان می‌دهد که بین طرحواره‌های ناسازگار اولیه با جو عاطفی خانواده (r= -۰/۴۲)، شایستگی مقابله‌ای (r= -۰/۳۲) و بهزیستی روانشناختی (r= -۰/۳۷) رابطه منفی و معنی‌داری وجود دارد. همچنین جو عاطفی خانواده با شایستگی مقابله‌ای (r= ۰/۵۰) و بهزیستی روانشناختی (r= ۰/۳۱) رابطه مثبت و معنی‌داری نشان می‌دهد. نتایج حاکی از آن است که شایستگی مقابله‌ای نیز با بهزیستی روانشناختی (r= ۰/۴۷) رابطه مثبت و معنی‌داری دارد. این یافته‌ها بیانگر آن است که افزایش طرحواره‌های ناسازگار اولیه با کاهش جو عاطفی خانواده، شایستگی مقابله‌ای و بهزیستی روانشناختی همراه است، در حالی که بهبود جو عاطفی خانواده با افزایش شایستگی مقابله‌ای و بهزیستی روانشناختی ارتباط دارد (P<۰/۰۱). به‌منظور بررسی نرمال بودن توزیع داده‌ها، شاخص‌های کجی و کشیدگی مورد استفاده قرار گرفت. یافته‌ها نشان داد که تمامی متغیرها از توزیع نرمال برخوردارند؛ به‌طوری‌که مقادیر کجی در بازه ۲- تا ۲+ و مقادیر کشیدگی در دامنه ۷- تا ۷+ قرار داشتند (بایرن[1]، ۲۰۱۳). پیش از اجرای مدل معادلات ساختاری به‌منظور آزمون نقش میانجی شایستگی مقابله‌ای در رابطه بین طرحواره‌های ناسازگار اولیه و جو عاطفی خانواده با بهزیستی روانشناختی، پیش‌فرض‌های آماری شامل استقلال خطاها و عدم وجود هم‌خطی چندگانه بررسی شد. نتایج مربوط به شاخص تحمل و عامل تورم واریانس (VIF) نشان داد که این پیش‌فرض‌ها رعایت شده‌اند و داده‌ها از شرایط لازم برای اجرای مدل معادلات ساختاری برخوردارند. در نهایت، مدل معادلات ساختاری به‌صورت استاندارد در شکل ۱ ارائه شده است.

1. Byrne

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-09-08]



شکل۱: مدل مفهومی پژوهش با ضرایب استاندارد

نتایج مدل نشان داد طرحواره‌های ناسازگار اولیه هم به‌صورت مستقیم و هم غیرمستقیم (از طریق شایستگی مقابله‌ای) بر بهزیستی روانشناختی اثر دارند؛ به‌طوری‌که این طرحواره‌ها اثر منفی معنادار بر بهزیستی و نیز بر شایستگی مقابله‌ای داشتند. جو عاطفی خانواده اثر مستقیم معناداری بر بهزیستی نشان نداد، اما تأثیر مثبت و معناداری بر شایستگی مقابله‌ای داشت. همچنین شایستگی مقابله‌ای به‌طور مثبت و معنادار با بهزیستی مرتبط بود و نقش میانجی مهمی در رابطه متغیرها ایفا کرد. مدل پژوهش در مجموع ۲۸ درصد از واریانس شایستگی مقابله‌ای و ۵۴ درصد از واریانس بهزیستی روانشناختی را تبیین کرد.

جدول ۲. ضرایب مسیر مستقیم متغیرهای مدل معادلات ساختاری

مسیرها	ضریب استاندارد	خطای استاندارد	مقدار t	دامنه پایین	دامنه بالا	سطح معنی‌داری
طرحواره‌ای ناسازگار اولیه← بهزیستی روانشناختی	-۰/۲۳۸	۰/۰۹۸	-۲/۴۳۶	-۰/۴۳۰	-۰/۰۴۶	۰/۰۰۱
جو عاطفی خانواده← بهزیستی روانشناختی	۰/۰۲۴	۰/۰۸۱	۰/۳۰۶	-۰/۱۳۴	۰/۱۸۲	۰/۷۳۰
طرحواره‌ای ناسازگار اولیه← شایستگی مقابله‌ای	-۰/۱۳۴	۰/۰۸۶	-۲/۲۱۰	-۰/۳۰۲	-۰/۰۴۱	۰/۰۲۶
جو عاطفی خانواده ← شایستگی مقابله‌ای	۰/۴۴۴	۰/۰۷۷	۵/۷۶۴	۰/۲۹۳	۰/۵۹۵	۰/۰۰۱
شایستگی مقابله‌ای ←بهزیستی روانشناختی	۰/۳۸۵	۰/۰۵۴	۷/۲۱۰	۰/۲۷۹	۰/۴۹۱	۰/۰۰۱

نتایج جدول ۲ نشان داد که طرحواره‌های ناسازگار اولیه اثر مستقیم منفی و معنی‌داری بر بهزیستی روانشناختی (β=-۰/۲۳۸، P=۰/۰۰۱) دارند، در حالی‌که اثر مستقیم جو عاطفی خانواده بر بهزیستی روانشناختی (β=۰/۰۲۴، P=۰/۷۳۰) معنی‌دار نبود. همچنین، طرحواره‌های ناسازگار اولیه اثر مستقیم منفی و معنی‌داری بر شایستگی مقابله‌ای (β=-۰/۱۳۴، P=۰/۰۲۶) نشان دادند، در حالی‌که جو عاطفی خانواده اثر مستقیم مثبت و معنی‌داری بر شایستگی مقابله‌ای (β=۰/۴۴۴، P=۰/۰۰۱) داشت. یافته‌ها همچنین حاکی از آن بود که شایستگی مقابله‌ای اثر مستقیم مثبت و معنی‌داری بر بهزیستی روانشناختی (β=۰/۳۸۵، P=۰/۰۰۱) دارد. در ادامه، نتایج مربوط به بررسی نقش میانجی شایستگی مقابله‌ای در جدول ۳ ارائه شده است.

جدول ۳. اثر میانجی شایستگی مقابله‌ای در رابطه بین طرحواره‌های ناسازگار اولیه و جو عاطفی خانواده با بهزیستی روانشناختی

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-09-08]

مسیرها	ضریب استاندارد	خطای استاندارد	دامنه پایین	دامنه بالا	سطح معنی‌داری
طرحواره‌های ناسازگار اولیه← شایستگی مقابله‌ای← بهزیستی روانشناختی	-۰/۰۵۱	۰/۰۲۴	-۰/۰۹۸	-۰/۰۱۲	۰/۰۱۵
جو عاطفی خانواده←شایستگی مقابله‌ای← بهزیستی روانشناختی	۰/۱۷۱	۰/۰۴۱	۰/۰۹۱	۰/۲۵۱	۰/۰۲۰

نتایج آزمون بوت‌استرپ جدول ۳ نشان داد که شایستگی مقابله‌ای به‌عنوان یک متغیر میانجی در رابطه بین طرحواره‌های ناسازگار اولیه و جو عاطفی خانواده با بهزیستی روانشناختی نقش معنی‌دار دارد؛ به‌طوری‌که اثر میانجی شایستگی مقابله‌ای در مسیر طرحواره‌های ناسازگار اولیه به بهزیستی روانشناختی (β= -۰/۰۵۱، P=۰/۰۱۵) و همچنین در مسیر جو عاطفی خانواده به بهزیستی روانشناختی (β= ۰/۱۷۱، P=۰/۰۲۰) معنی‌دار بود. در ادامه، شاخص‌های برازش مدل در جدول ۴ گزارش شده‌اند.

جدول ۴. شاخص‌های برازش مدل مفهومی پژوهش

شاخص‌های برازش	CMIN	DF	CMIN/df	AGFI	IFI	GFI	CFI	RMSEA	PCLOSE	P
مدل پژوهش	۶/۵۱۲	۴	۱/۲۸۱	۰/۸۷	۰/۹۵	۰/۹۲	۰/۹۵	۰/۰۴۵	۰/۰۹۱	۰/۰۵
معیار تصمیم	--	--	۳>x>۱	>۰/۸۰	>۰/۹۰	>۰/۹۰	>۰/۹۰	<۰/۰۵	>۰/۰۵	>۰/۰۵

بر اساس داده‌های جدول ۴، تمامی شاخص‌های برازش مدل در محدوده قابل قبول قرار دارند (CMIN/df=۱/۲۸۱، AGFI=۰/۸۷، GFI=۰/۹۲، IFI=۰/۹۵، CFI=۰/۹۵، RMSEA=۰/۰۴۵، PCLOSE=۰/۰۹۱). این نتایج نشان می‌دهند که مدل پیشنهادی از برازش آماری مطلوبی برخوردار است و داده‌ها از آن حمایت می‌کنند. طرحواره‌های ناسازگار اولیه و جو عاطفی خانواده از طریق شایستگی مقابله‌ای به‌طور غیرمستقیم بر بهزیستی روانشناختی اثر دارند. جو عاطفی خانواده تنها بر شایستگی مقابله‌ای اثر مستقیم مثبت داشت و اثر مستقیمی بر بهزیستی نشان نداد، در حالی‌که طرحواره‌های ناسازگار اولیه هم بر شایستگی مقابله‌ای و هم بر بهزیستی اثر مستقیم معنادار داشتند. همچنین شایستگی مقابله‌ای با اثر مثبت مستقیم بر بهزیستی، نقش میانجی کلیدی در مدل ایفا کرد.

بحث و نتیجه‌گیری

هدف پژوهش حاضر تبیین بهزیستی روان‌شناختی دانشجویان بر اساس طرحواره‌های ناسازگار اولیه و جو عاطفی خانواده با میانجی‌گری شایستگی مقابله‌ای بود. نتایج نشان داد طرحواره‌های ناسازگار اولیه به‌طور مستقیم و غیرمستقیم (از طریق شایستگی مقابله‌ای) بهزیستی روان‌شناختی را به صورت منفی و معنی‌دار پیش‌بینی می‌کنند و در این میان شایستگی مقابله‌ای اثر میانجی گری کامل و مثبت بین جو عاطفی خانواده و بهزیستی روان شناختی داشته است. در ادامه به تبیین روابط میان متغیرهای مدل پژوهش پرداخته شده است.

یافته اول این بود که طرحواره‌های ناسازگار اولیه رابطه مستقیم و منفی با بهزیستی روان‌شناختی دارند؛ به‌عبارت دیگر، هرچه شدت این طرحواره‌ها در دانشجویان بیشتر باشد، سطح بهزیستی روان‌شناختی آنان به طور معنی‌داری کاهش می‌یابد. این یافته با نتایج پژوهش‌های الهیانی و همکاران (۲۰۲۵)، پیلکینگتون و همکاران (۲۰۲۴) و نیکول و همکاران (۲۰۲۰) همسو بود. در تبیین این یافته می‌توان گفت که طرحواره‌های ناسازگار اولیه به باورها و الگوهای ذهنی منفی و مستمر اشاره دارند که معمولاً در دوران کودکی شکل می‌گیرند و باعث ایجاد تفسیرهای تحریف‌شده از خود، دیگران و جهان می‌شوند (ویرا و همکاران، ۲۰۲۳). این الگوهای ذهنی باعث کاهش اعتماد به نفس، افزایش احساس بی‌کفایتی و شکل‌گیری انتظارات منفی از روابط اجتماعی می‌گردند (پیلکینگتون و همکاران، ۲۰۲۴). در نتیجه، دانشجویانی که طرحواره‌های ناسازگار اولیه قوی‌تری دارند، احتمال بیشتری دارد دچار اضطراب، افسردگی و کاهش رضایت از زندگی شوند که همگی از شاخص‌های کاهش یافته بهزیستی روان‌شناختی محسوب می‌شوند. در چارچوب نظریه طرحواره یانگ (۲۰۱۴)، این طرحواره‌ها به عنوان الگوهای عمیق شناختی، عملکرد فرد در مقابله با چالش‌های زندگی را تحت تأثیر قرار داده و توانایی تنظیم هیجانات و حفظ سلامت روان را تضعیف می‌کنند. همچنین یافته‌ها نشان داد که طرحواره‌های ناسازگار اولیه اثر غیرمستقیم منفی بر بهزیستی روان‌شناختی از طریق شایستگی مقابله‌ای دارند، که این یافته نشان می‌دهد صرف وجود طرحواره‌های ناسازگار، بدون تأثیر بر مهارت‌های مقابله‌ای، نمی‌تواند به‌طور کامل بهزیستی را تحت تأثیر قرار دهد، اما شایستگی مقابله‌ای به‌عنوان یک واسطه کلیدی عمل می‌کند و افراد را قادر می‌سازد تا با مدیریت هیجانات و چالش‌ها، اثرات منفی طرحواره‌ها را تعدیل کنند (ویرا و همکاران، ۲۰۲۳).

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-09-08]

یافته دوم پژوهش حاکی از آن بود که جو عاطفی خانواده رابطه مستقیم مثبت و معنی‌داری با بهزیستی روان‌شناختی دارد، اما این رابطه با ورود متغیر میانجی (شایستگی مقابله‌ای) به صورت غیرمستقیم اعمال می‌شود. به‌طور مشخص، جو عاطفی خانواده اثر مستقیم مثبت بر بهزیستی ندارد، اما اثر غیرمستقیم آن از طریق شایستگی مقابله‌ای معنی‌دار و مثبت است. این یافته‌ها نشان می‌دهد که جو عاطفی مثبت خانواده، بدون بهره‌گیری از مهارت‌های مقابله‌ای، نمی‌تواند به‌طور مستقیم موجب افزایش بهزیستی شود، اما شایستگی مقابله‌ای به‌عنوان مکانیسم واسطه عمل می‌کند. این نتایج با پژوهش‌های زورا و همکاران (۲۰۲۶)، منصورخانی و همکاران (۲۰۲۵) و شاکرامی و همکاران (۲۰۲۵) همسو است و تبیین آن می‌تواند چنین باشد که: جو عاطفی مثبت خانواده با فراهم کردن محیطی حمایتگر و سرشار از محبت، احساس امنیت روانی و ارزشمندی را در اعضا تقویت می‌کند (منصورخانی و همکاران، ۲۰۲۵). این احساسات پایه‌ای موجب افزایش اعتماد به نفس، خودکارآمدی و توانایی تنظیم هیجانات می‌شود که پیش‌شرط‌های اساسی توسعه مهارت‌های مقابله‌ای هستند (یحیی‌نژاد و همکاران، ۲۰۲۵). در چنین محیطی، اعضای خانواده نه تنها فرصت بیان آزادانه احساسات و نیازهای خود را دارند، بلکه با مشاهده حمایت و تأیید دیگران، الگوهای رفتاری مقابله‌ای مؤثر را یاد می‌گیرند (زورا و همکاران، ۲۰۲۶). این فرآیند سبب می‌شود شایستگی مقابله‌ای افراد بهبود یابد (لی و همکاران، ۲۰۲۵)؛ به عبارت دیگر، جو عاطفی مثبت خانواده از طریق تقویت مهارت‌های مقابله‌ای، به طور غیرمستقیم موجب ارتقای بهزیستی روان‌شناختی می‌شود. بنابراین، شایستگی مقابله‌ای به عنوان مکانیزم واسطه، مسیر اثرگذاری جو عاطفی مثبت خانواده بر بهزیستی روان‌شناختی را توضیح می‌دهد و نشان می‌دهد که بدون وجود مهارت‌های مقابله‌ای، صرف تجربه حمایت عاطفی خانواده برای افزایش بهزیستی کافی نیست.

یافته سوم پژوهش نشان داد که طرحواره‌های ناسازگار اولیه و جو عاطفی خانواده رابطه مستقیم معنی‌دار با شایستگی مقابله‌ای دارند، هرچند جهت این اثرات متفاوت بود. به‌طور مشخص، طرحواره‌های ناسازگار اولیه اثر مستقیم منفی و معنی‌داری بر شایستگی مقابله‌ای داشتند، در حالی که جو عاطفی خانواده اثر مستقیم مثبت و معنی‌دار بر شایستگی مقابله‌ای نشان داد. این یافته‌ها نشان می‌دهد که طرحواره‌های ناسازگار، با تحریف در شناخت‌ها و احساسات، زمینه‌ساز پاسخ‌های ناکارآمد در موقعیت‌های دشوار می‌شوند، در حالی که جو عاطفی مثبت خانواده، محیطی امن برای توسعه مهارت‌های مقابله‌ای فراهم می‌کند. این نتایج با پژوهش‌های اوبارا-گوله‌بیووسکا (۲۰۲۵)، ووچنویک و همکاران (۲۰۲۳)، یاکین و همکاران (۲۰۱۹)، شاکرامی و همکاران (۲۰۲۵)، یحیی‌نژاد و همکاران (۲۰۲۵) و شهدوست و همکاران (۲۰۱۸) همسو است و تبیین آن می‌تواند چنین باشد که: افرادی که طرحواره‌هایی مانند بی‌کفایتی، بی‌اعتمادی یا نقص را تجربه می‌کنند، معمولاً در مواجهه با استرس‌ها، به جای راهبردهای مقابله‌ای مؤثر، به اجتناب، تسلیم یا جبران افراطی روی می‌آورند که این امر توانایی آن‌ها در مدیریت هیجانات، حل مسئله و حفظ عملکرد سالم را تضعیف می‌کند (یاکین و همکاران، ۲۰۱۹). این افراد به دلیل انتظارات منفی، ادراک تهدید دائمی و ناتوانی در تنظیم هیجانی، کمتر از منابع درونی و بیرونی خود برای مقابله بهره می‌برند (اوبارا-گوله‌بیووسکا، ۲۰۲۵). به عبارت دیگر، طرحواره‌های ناسازگار اولیه با ایجاد چارچوب شناختی و هیجانی نامطلوب (رحمه و همکاران، ۲۰۲۶)، به کاهش شایستگی مقابله‌ای و توانایی مدیریت مؤثر موقعیت‌های استرس‌زا می‌انجامند. از سوی دیگر، دانشجویانی که در خانواده‌هایی با روابط گرم، حمایت‌گر و مبتنی بر درک متقابل رشد یافته‌اند، توانایی بیشتری در مقابله با تنش‌ها و چالش‌های زندگی دانشگاهی از خود نشان می‌دهند (منصورخانی و همکاران، ۲۰۲۵). تجربه امنیت روانی، پذیرش و همدلی در خانواده موجب افزایش اعتماد به نفس و خودکارآمدی فرد شده و به وی امکان می‌دهد از راهبردهای مقابله‌ای سازگارانه مانند حل مسئله، تنظیم هیجانات و جستجوی حمایت اجتماعی بهره‌مند شود (شاکرامی و همکاران، ۲۰۲۵؛ بیگز و همکاران، ۲۰۱۷). این فرایند به کاهش اضطراب و ارتقای تاب‌آوری روانی دانشجویان منجر می‌شود که نهایتاً به بهبود عملکرد روان‌شناختی و اجتماعی آنان در مواجهه با مشکلات دانشگاهی کمک می‌کند.

یافته دیگر پژوهش نیز حاکی از آن بود که شایستگی مقابله‌ای با بهزیستی روان‌شناختی رابطه مستقیم و مثبتی دارد؛ یعنی افرادی که توانایی بیشتری در مدیریت شرایط استرس‌زا و چالش‌ها دارند، سطوح بالاتری از بهزیستی روان‌شناختی تجربه می‌کنند. این یافته با نتایج پژوهش‌های پیشین همچون ژانگ و همکاران (۲۰۲۶)، ووچنویک و همکاران (۲۰۲۳)، دادوند و فولادپنگ (۱۴۰۴) همسو بود. در تفسیر این یافته می‌توان بیان کرد که شایستگی مقابله‌ای به افراد امکان می‌دهد تا از طریق مدیریت هیجانات و پاسخ‌های مؤثر، مسیر سلامت روان و رشد فردی خود را تقویت کنند (لازاروس و فولکمن، ۱۹۸۵). افراد دارای شایستگی مقابله‌ای بالاتر، ظرفیت بیشتری برای دستیابی به رضایت، انسجام و معنا در زندگی دارند و می‌توانند به‌طور فعال در جهت کاهش اثرات منفی عوامل استرس‌زا گام بردارند (گونگ و پالسن، ۲۰۱۷). این فرآیند باعث می‌شود که آن‌ها کمتر دچار اختلالات روانی شده و با اعتماد به توانمندی‌های خود، زندگی رضایت‌بخش‌تری تجربه کنند.

در نهایت، یافته‌های پژوهش نشان داد که شایستگی مقابله‌ای نقش میانجی مهمی در رابطه بین طرحواره‌های ناسازگار اولیه و جو عاطفی خانواده با بهزیستی روان‌شناختی ایفا می‌کند. این یافته با پژوهش‌های پیشین مانند؛ یوآن و کانگ (۲۰۲۶)، ویرا و همکاران (۲۰۲۳) و گونگ و پالسن (۲۰۱۷) همسو است و می‌تواند این‌گونه تبیین کرد که دانشجویانی که طرحواره‌های ناسازگار اولیه قوی‌تری دارند، یعنی باورها و الگوهای ذهنی منفی و مخربی که از کودکی شکل گرفته‌اند، معمولاً در مواجهه با استرس‌ها و چالش‌ها دچار دشواری‌های بیشتری در تنظیم هیجانات و

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-09-08]

واکنش‌های خود هستند (ویرا و همکاران، ۲۰۲۳). در مقابل، جو عاطفی خانواده که شامل سطح حمایت، صمیمیت و تعاملات عاطفی مثبت میان اعضا می‌شود، نقش مهمی در شکل‌دهی مهارت‌های مقابله‌ای و ایجاد فضای امن برای رشد روانی ایفا می‌کند (گونگ و پالسن، ۲۰۱۷). شایستگی مقابله‌ای که توانایی مدیریت و پاسخ به موقعیت‌های استرس‌زا است، در تسهیل تنظیم هیجانی و کنترل واکنش‌های روانی نقش کلیدی دارد (لازاروس و فولکمن، ۱۹۸۵). دانشجویانی که دارای مهارت‌های مقابله‌ای مناسب هستند، می‌توانند فشارهای ناشی از طرحواره‌های ناسازگار و تأثیرات منفی جو عاطفی نامناسب خانواده را به‌طور مؤثر مدیریت کرده و پیامدهای روانی منفی را کاهش دهند. از این رو، جو عاطفی مثبت خانواده با تقویت شایستگی مقابله‌ای، امکان یادگیری راهبردهای سازگارانه و انعطاف‌پذیری روانی را برای دانشجویان فراهم می‌آورد، تا آنان بتوانند طرحواره‌های ناسازگار اولیه خود را به تدریج تعدیل کرده و با شرایط محیطی بهتر سازگار شوند که این فرآیند، به ارتقاء بهزیستی روان‌شناختی در دانشجویان می‌انجامد. این مکانیسم میانجی، تأییدی تجربی بر نظریه‌های مرتبط با رشد روانی است که شایستگی مقابله‌ای را واسطه اصلی تأثیر عوامل اولیه مانند طرحواره‌ها و محیط خانواده بر سلامت روان می‌داند؛ اینجا نیز طرحواره‌های ناسازگار و جو عاطفی (به‌عنوان عوامل بنیادین) از طریق تقویت شایستگی مقابله‌ای به نتایج روان‌شناختی مطلوب (بهزیستی) منجر می‌شوند. بنابراین، شایستگی مقابله‌ای نه‌تنها پلی بین عوامل اولیه و بهزیستی است، بلکه نقش محوری در تبدیل الگوهای ذهنی و محیطی به تجربه زیسته سالم و رشد پایدار ایفا می‌کند.

در مجموع، از یافته‌های این پژوهش می‌توان نتیجه گرفت که شایستگی مقابله‌ای نقش مؤثری در رابطه بین طرحواره‌های ناسازگار اولیه و جو عاطفی خانواده با بهزیستی روان‌شناختی دانشجویان دارد؛ به‌طوری که طرحواره‌های ناسازگار اولیه به‌صورت مستقیم و منفی و جو عاطفی خانواده به‌صورت غیرمستقیم از طریق شایستگی مقابله‌ای بر بهزیستی اثر می‌گذارند. همچنین، شایستگی مقابله‌ای به‌عنوان یک سازوکار کلیدی و میانجی، می‌تواند مسیر تحقق اثرات طرحواره‌ها و جو عاطفی خانواده بر بهزیستی روان‌شناختی را توضیح دهد. به بیان دیگر، شایستگی مقابله‌ای نقش زیربنایی در ارتقای سلامت روانی و کیفیت زندگی دانشجویان دارد و مهارت‌های مقابله‌ای و فراهم کردن محیط‌های خانوادگی مثبت، مسیر اصلی افزایش بهزیستی روان‌شناختی را تسهیل می‌کنند.

این پژوهش دارای محدودیت‌هایی است که در تفسیر و تعمیم نتایج باید مد نظر قرار گیرد. نخست، داده‌ها از طریق خودگزارش‌دهی جمع‌آوری شده‌اند که ممکن است تحت تأثیر صداقت و دقت پاسخ‌دهندگان قرار گیرد؛ بنابراین، استفاده از روش‌های مکمل مانند مصاحبه و مشاهده توصیه می‌شود. همچنین، به دلیل طراحی توصیفی-همبستگی، امکان اثبات رابطه علی وجود ندارد و پیشنهاد می‌شود در پژوهش‌های آینده از طرح‌های آزمایشی یا طولی استفاده شود. محدودیت دیگر مربوط به نمونه پژوهش است که تنها شامل دانشجویان کارشناسی یک دانشگاه خاص می‌شود؛ لذا تعمیم نتایج به سایر مقاطع و دانشگاه‌ها محدود است و بررسی نمونه‌های متنوع‌تر جغرافیایی و تحصیلی در تحقیقات آتی پیشنهاد می‌شود. در نهایت، توصیه می‌شود مسئولان آموزشی و روان‌شناسان برنامه‌هایی برای بهبود جو عاطفی خانواده، کاهش طرحواره‌های ناسازگار اولیه و تقویت مهارت‌های مقابله‌ای از طریق پیوند بین اولیاء و دانشگاه و برنامه ریزی در مراکز مشاوره و سبک زندگی طراحی کنند تا بهزیستی روان‌شناختی دانشجویان ارتقا یابد.

منابع

دادوند، ف.، و فولادچنگ، م. (۱۴۰۴). رابطه شخصیت فعال و جوّ عاطفی خانواده با بهزیستی روان‌شناختی دانشجویان: نقش میانجی خودتنظیمی رفتاری. مجله روانشناسی، ۲۹(۳)، ۴۲۰–۴۳۰. http://www.iranapsy.ir/fa/Article/49938

سرمدفر، ه.، هلیا، و احمدی، ص. (۱۴۰۴). پیش‌بینی سبک‌های والدگری براساس ذهنیت طرحواره‌ای با میانجی‌گری خودمتمایزسازی در مادران. رویش روان‌شناسی، ۱۴(۹)، ۳۱–۴۰. http://frooyesh.ir/article-۱-۵۹۲۲-fa.html

علیدوستی، ح.، شمس اسفندآباد، ح.، و زارع بهرام‌آبادی، م. (۱۴۰۴). نقش میانجی انعطاف‌پذیری شناختی در رابطه بین ذهن‌آگاهی و اضطراب کووید-۱۹ با بهزیستی روان‌شناختی در دانشجویان. رویش روان‌شناسی، ۱۴(۱۱)، ۸۱–۹۰. http://frooyesh.ir/article-1-6227-fa.html

ناصری کریموند آ.، و اعظمی یوسف، (۱۴۰۰). نقش واسطه‌ای ادراک شایستگی و حل مسئله اجتماعی در رابطه بین سبک‌های دلبستگی و پرخاشگری در نوجوانان. رویش روان‌شناسی، ۱۰(۶)، ۷۵–۸۴. http://frooyesh.ir/article-1-2576-fa.html

Betley, E. C., Sigouin, A., Pascua, P. A., Cheng, S. H., MacDonald, K. I., Arengo, F., ... & Sterling, E. J. (2023). Assessing human well-being constructs with environmental and equity aspects: A review of the landscape. *People and Nature*, *5*(6), 1756–1773. https://doi.org/10.1002/pan3.10293

Bishop, A., Younan, R., Low, J., & Pilkington, P. D. (2022). Early maladaptive schemas and depression in adulthood: A systematic review and meta-analysis. *Clinical Psychology & Psychotherapy*, *29*(1), 111–130. https://doi.org/10.1002/cpp.2630

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-09-08]

Blasco-Belled, A., Tejada-Gallardo, C., & Alsinet, C. (2025). Positive psychology interventions can improve mental health for chronic pain patients: A systematic review and meta-analysis. *Psychology & Health, 40*(4), 635–651. https://doi.org/10.1080/08870446.2023.2250382

Brando-Garrido, C., Montes-Hidalgo, J., Limonero, J. T., Gómez-Romero, M. J., & Tomás-Sábado, J. (2020). Relationship of academic procrastination with perceived competence, coping, self-esteem and self-efficacy in nursing students. *Enfermería Clínica (English Edition), 30*(6), 398–403. https://doi.org/10.1016/j.enfcle.2019.07.013

Byrne, B. M. (2001). Structural equation modeling: Perspectives on the present and the future. *International Journal of Testing, 1*(3–4), 327–334. https://doi.org/10.1080/15305058.2001.9669479

Elahian, M. S., Rezakhani, S., & Dokanehifard, F. (2025). Relationship between Early Maladaptive Schemas and Psychological Capital in Children of Veterans; a Psychological Perspective. *Iranian Journal of War and Public Health*, *17*(1), 9-16. https://doi.org/10.58209/ijwph.17.1.9

Faryabi, R., Rahimi, T., Daneshi, S., Movahed, E., Yusefi, A. R., Shahrokhabadi, M. S., ... & Clark, C. C. (2022). Stress coping styles in family and relatives of coronavirus disease 2019 (COVID-19) patients in the south of Iran: Application of Lazarus and Folkman's theory of stress coping. *Open Public Health Journal, 15*(1). http://dx.doi.org/10.2174/18749445-v15-e220927-2021-243

Fu, L. (2025). The role of STEM teachers' emotional intelligence and psychological well-being in predicting their artificial intelligence literacy. *Acta Psychologica*, *253*, 104708. https://doi.org/10.1016/j.actpsy.2025.104708

Gong, X., & Paulson, S. E. (2017). Effect of family affective environment on individuals' emotion regulation. *Personality and Individual Differences*, *117*, 144–149. https://doi.org/10.1016/j.paid.2017.05.047

Heilbrun, A. B., Jr. (1964). Parental model attributes, nurturant reinforcement, and consistency of behavior in adolescents. *Child Development*, 151–167. https://doi.org/10.2307/1126580

Keyes, C. L. M., & Ryff, C. D. (1999). Psychological well-being in midlife. In *Life in the middle* (pp. 161–180). Academic Press. https://doi.org/10.1016/B978-012757230-7/50028-6

Kline, R. B. (1998). Software review: Software programs for structural equation modeling: Amos, EQS, and LISREL. *Journal of Psychoeducational Assessment*, *16*(4), 343–364. https://doi.org/10.1177/073428299801600407

Kline, R. B. (2023). *Principles and practice of structural equation modeling.* Guilford Publications.

Kono, S., Ito, E., & Gui, J. (2025). Leisure's relationships with hedonic and eudaimonic well-being in daily life: An experience sampling approach. *Leisure Sciences*, *47*(2), 391–410. https://doi.org/10.1080/01490400.2022.2102097

Lazarus, R., & Folkman, S. (1985). *Stress and coping. New York*, *18*(31), 34-42. http://dx.doi.org/10.1007/978-1-4419-1005-9_215

Li, M. Y., Luo, L., & Makino, S. (2025). Events and entrepreneurial passion: The moderating role of event coping competence. *European Management Review*, *22*(3), 759-775. https://doi.org/10.1111/emre.12682

Liem, G. A. D. (2022). Perceived competence and coping strategies. *Educational Psychology*, *42*(3), 275–277. https://doi.org/10.1080/01443410.2022.2065093

Loehlin, J. C. (2004). *Latent variable models: An introduction to factor, path, and structural equation analysis.* Psychology Press. https://doi.org/10.4324/9781410609823

Mansourkhani, Z., Tamini, B. K., Pishevar Mofrad, M. H., Saji, E., & Lakzaeifard, P. (2025). The influence of mothers' personality traits and parenting styles on adolescent girls' behavioral problems: The mediating role of family emotional climate. *Journal of Family Relations Studies*, *5*(2), 1–12. https://doi.org/10.1370/afm.23.s1.7896

May, T., Younan, R., & Pilkington, P. D. (2022). Adolescent maladaptive schemas and childhood abuse and neglect: A systematic review and meta-analysis. *Clinical Psychology & Psychotherapy*, *29*(4), 1159–1171. https://doi.org/10.1002/cpp.2712

Nahar, N., Sheikh, M. J., & Parvin, M. (2025). Effect of perceived stress, self-esteem and loneliness on mental well-being among university students. *The International Journal of Indian Psychology*, *13*(1), 16–28. https://doi.org/10.1002/pcn5.70153

Nicol, A., Mak, A. S., Murray, K., Walker, I., & Buckmaster, D. (2020). The relationships between early maladaptive schemas and youth mental health: A systematic review. *Cognitive Therapy and Research*, *44*(4), 715–751. https://psycnet.apa.org/doi/10.1007/s10608-020-10092-6

Obara-Gołębiowska, M. (2025). Early maladaptive schemas, emotion regulation, stress, social support, and lifestyle factors as predictors of eating behaviors and diet quality: Evidence from a large community sample. *Nutrients*, *17*(20), 3188. https://doi.org/10.1016/j.appet.2025.108243

Pilkington, P. D., Karantzas, G. C., Faustino, B., & Pizarro-Campagna, E. (2024). Early maladaptive schemas, emotion regulation difficulties and alexithymia: A systematic review and meta-analysis. *Clinical Psychology & Psychotherapy*, *31*(1), e2914. https://doi.org/10.1002/cpp.2914

Rahme, C., Haddad, C., Akel, M., Khoury, C., Obeid, H., Fekih-Romdhane, F., ... & Obeid, S. (2026). The relationship between early maladaptive schemas and intimate partner violence against women: the moderating effect of childhood trauma. *Journal of Interpersonal Violence*, *41*(1-2), 320-344. https://doi.org/10.1177/08862605241311609

Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, *57*(6), 1069. https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/0022-3514.57.6.1069

Ryff, C. D. (1995). Psychological well-being in adult life. *Current Directions in Psychological Science*, *4*(4), 99–104. https://psycnet.apa.org/doi/10.1111/1467-8721.ep10772395

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-09-08]

Ryff, C. D., & Keyes, C. L. M. (1995). The structure of psychological well-being revisited. *Journal of Personality and Social Psychology, 69*(4), 719. https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/0022-3514.69.4.719

Schmidt, N. B., Joiner Jr, T. E., Young, J. E., & Telch, M. J. (1995). The schema questionnaire: Investigation of psychometric properties and the hierarchical structure of a measure of maladaptive schemas. *Cognitive Therapy and Research, 19*(3), 295–321. http://dx.doi.org/10.1007/BF02230402

Schroder, K. E., & Ollis, C. L. (2013). The Coping Competence Questionnaire: A measure of resilience to helplessness and depression. *Motivation and Emotion, 37*(2), 286–302. http://dx.doi.org/10.1007/s11031-012-9311-8

Shahdoust, M., Sediq, S. H., & Haghighi, H. A. M. I. D. (2018). The study of the relationship between stress coping strategies, emotional atmosphere of the family and high-risk behaviors in first year high school students Bandar Abbas, Iran. *HMJ, 22*(2), 62–69. 10.22051/jwfs.2024.42244.2920

Shakrami, M., Viskarmi, H. A., & Sadeghi, M. (2025). The mediating role of emotion regulation in the relationship between family emotional Atmosphere and academic adjustment. *Journal of Psychological Science, 24*(148), 79–95. http://psychologicalscience.ir/article-1-2483-en.html

Vang, C., & Schademan, A. R. (2026). Learning from success stories of Hmong graduates: Overcoming challenges and fostering a sense of belonging on college campuses. *Journal of College Student Retention: Research, Theory & Practice*, *27*(4), 1032-1055. https://doi.org/10.1177/15210251231219950

Vieira, C., Kuss, D. J., & Griffiths, M. D. (2023). Early maladaptive schemas and behavioural addictions: A systematic literature review. *Clinical Psychology Review, 105*, 102340. https://doi.org/10.1016/j.cpr.2023.102340

Vucenovic, D., Sipek, G., & Jelic, K. (2023). The role of emotional skills (competence) and coping strategies in adolescent depression. *European Journal of Investigation in Health, Psychology and Education, 13*(3), 540–552. https://doi.org/10.3390/ejihpe13030041

Wu, J. R., Iwanaga, K., Chan, F., Hu, W., Zhou, K., & Chen, X. (2023). The constructs of the Lazarus and Folkman's stress-appraisal-coping theory as predictors of subjective well-being in college students during the ongoing COVID-19 pandemic. *Journal of Asia Pacific Counseling, 13*(2). https://doi.org/10.3390/ime4020023

Worthington Jr, E. L., & Gonot-Schoupinsky, F. (2025). Mental health, positive psychology and forgiveness: A positive autoethnographic case study of Everett Worthington. *Mental Health and Social Inclusion*, *29*(1), 3–14. https://doi.org/10.1108/MHSI-05-2024-0076

Yahyanezhad, M., Marziyeh, A., & Jenaabadi, H. (2025). The Role of Students' Academic Emotions and Family Emotional Climate in Predicting School Bonding. *Journal of Educational Psychology Studies*, *22*(58), 218-201. https://doi.org/10.1016/j.sbr.2026.100057

Yakın, D., Gençöz, T., Steenbergen, L., & Arntz, A. (2019). An integrative perspective on the interplay between early maladaptive schemas and mental health: The role of self-compassion and emotion regulation. *Journal of Clinical Psychology, 75*(6), 1098–1113. https://doi.org/10.1002/jclp.22755

Young, J. E. (1990). Young schema questionnaire--Short form. *Cognitive Therapy and Research.* https://psycnet.apa.org/doi/10.1023/A:1016231902020

Young, J. E. (2014). Schema-focused therapy for personality disorders. In *Cognitive behaviour therapy* (pp. 201–222). Routledge.9781315820293

Yuan, Y., & Kang, W. (2026). Investigating L2 motivation among Chinese PhD students in an EAP course from a positive psychology perspective. *Journal of English for Academic Purposes*, *79*, 101619. https://doi.org/10.1016/j.jeap.2025.101619

Zhang, Y., Zhao, J., Lu, H., Wu, S., & Yang, Z. (2026). Relationships among psychological well-being, character strengths, gratitude, and grit in military medical university students: a network analysis. *BMC Medical Education*. https://doi.org/10.48550/arXiv.2504.15585

Zvara, B. J., Altenburger, L., Keim, S. A., Andridge, R., & Anderson, S. E. (2026). Family meals and behavioral development: The role of feeding strategies and mealtime emotional climate. *Journal of Family Psychology*. https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/fam0001430

Zeini-Hassanvand, N., & Gollabi, M. (2025). Social health and social anxiety of female students: The role of family emotional atmosphere. *Journal of Psychology.* http://www.iranapsy.ir/en/Article/43372

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-09-08]