رویش روان شناسی، سال۱۵، شماره ۶، شماره پیاپی ۱۲۳، شهریور ۱۴۰۵
Rooyesh-e-Ravanshenasi Journal(RRJ),15(6), 2026

پیش‌بینی انسجام خانواده بر اساس طرحواره‌های ناسازگار اولیه و تنظیم هیجان در کارمندان بانک

Predicting family cohesion based on maladaptive schemas and emotional regulation in bank employees

پردیس رمضانی
گروه روانشناسی بالینی، واحد آشتیان، دانشگاه آزاد اسلامی، آشتیان، ایران.
ارغوان سلاطی
گروه روانشناسی بالینی، واحد آشتیان، دانشگاه آزاد اسلامی، آشتیان، ایران.
مهناز عسکریان (نویسنده مسئول)
گروه علمی روان شناسی بالینی، واحد آشتیان، دانشگاه آزاد اسلامی، آشتیان، ایران.

چکیده

پژوهش حاضر با هدف پیش‌بینی انسجام خانواده بر اساس طرحواره‌های ناسازگار اولیه و تنظیم هیجان در کارمندان بانک انجام شد. پژوهش حاضر توصیفی_همبستگی از نوع تحلیل رگرسیون بود. جامعه آماری پژوهش شامل کارمندان بانک ملت استان مازندران در سال ۱۴۰۴ بود. به روش نمونه‌گیری در دسترس، نمونه‌ای به تعداد ۲۵۰ نفر انتخاب شدند. ابزارهای این پژوهش شامل مقیاس انسجام سازمان‌یافته خانواده (FOCS، فیشر و همکاران، ۱۹۹۲)، پرسشنامه طرحواره‌های ناسازگار اولیه (YSQ، یانگ، ۱۹۹۰) و پرسشنامهٔ تنظیم هیجان (ERQ، گراس و جان، ۲۰۰۳) بودند. داده‌ها با استفاده از رگرسیون چندگانه تجزیه و تحلیل شدند. یافته‌ها نشان داد که بین حوزه‌های بریدگی و طرد، گوش به زنگی زیاد و محدودیت‌های مختل با انسجام خانواده رابطه منفی معنادار وجود دارد (p‹۰/۰۱)، و بین حوزه‌های خودگردانی و عملکرد مختل و دیگرجهت‌مندی با انسجام خانواده رابطه معنادار وجود نداشت (p>۰/۰۵). همچنین مولفه ارزیابی مجدد تنظیم هیجان با انسجام خانواده رابطه مثبت و سرکوبی با انسجام خانواده رابطه منفی معناداری داشت (p‹۰/۰۱). علاوه‌براین، متغیرهای پیش‌بین قادر به تبیین ۵۱/۹ درصد از تغییرات انسجام خانواده بودند (p‹۰/۰۰۱). این نتایج نشان می‌دهد که حوزه‌های بریدگی و طرد، گوش به زنگی زیاد و محدودیت‌های مختل و راهبردهای تنظیم هیجان نقش مهمی در انسجام خانواده دارند. بنابراین برنامه‌های تقویت انسجام خانواده باید هم‌زمان بر اصلاح طرحواره‌های ناسازگار اولیه و آموزش راهبردهای سازگارانه تنظیم هیجان تمرکز داشته باشند.

واژه‌های کلیدی: *طرحواره‌های ناسازگار اولیه، تنظیم هیجان، انسجام خانواده، کارمند.*

Pardis Ramezani
Department of Clinical Psychology, Ash.C., Islamic Azad University, Ashtian, Iran.
Arghavan Salati
Department of Clinical Psychology, Ash.C., Islamic Azad University, Ashtian, Iran.
Mahnaz Askarian*
Department of Clinical Psychology, Ash.C., Islamic Azad University, Ashtian, Iran. *askarian.mahnaz@gmail.com*

Abstract

This study was conducted with the aim of predicting family cohesion based on early maladaptive schemas and emotion regulation among bank employees. The present research was a descriptive-correlational study using regression analysis. The statistical population consisted of employees of Bank Mellat in Mazandaran Province in the year 2025. Using a convenience sampling method, a sample of 250 individuals was selected. The research instruments included the Family Organized Cohesion Scale (FOCS; Fischer et al., 1992), the Young Schema Questionnaire (YSQ; Young, 1990), and the Emotion Regulation Questionnaire (ERQ; Gross & John, 2003). Data were analyzed using multiple regression. The findings showed that there was a significant negative relationship between the domains of disconnection and rejection, hypervigilance, and impaired limits with family cohesion (p‹0.01), whereas no significant relationship was found between the domains of impaired autonomy and performance and other-directedness and family cohesion (p>0.05). Also, the reappraisal component of emotion regulation had a positive relationship with family cohesion, and suppression had a significant negative relationship with family cohesion (p‹0.01). Also, predictor variables were able to explain 51.9% of the changes in family cohesion (p<0.001). These results indicate that the domains of disconnection and rejection, hypervigilance, and impaired limits and emotion regulation strategies play an important role in family cohesion. Therefore, programs to strengthen family cohesion should simultaneously focus on modifying early maladaptive schemas and teaching adaptive emotion regulation strategies.

Keywords: *Early Maladaptive Schemas, Emotion Regulation, Family Cohesion, Employee.*

نوع مقاله: پژوهشی | **دریافت:** دی ۱۴۰۴ | **پذیرش:** بهمن ۱۴۰۴ | **ویرایش نهایی:** شهریور ۱۴۰۵

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-10-27]

مقدمه

زندگی کارمندی به‌عنوان یکی از رایج‌ترین اشکال اشتغال در جوامع معاصر، بخش قابل‌توجهی از زمان، انرژی و منابع روانی افراد را به خود اختصاص می‌دهد. کارمندان، به‌ویژه در سازمان‌های خدمات‌محور همچون بانک‌ها، با فشارهای شغلی متعددی از جمله حجم بالای کار، مسئولیت‌پذیری مستمر، ارتباط مداوم با ارباب‌رجوع، الزامات سازمانی سخت‌گیرانه و انتظارات عملکردی بالا مواجه‌اند (کیم[1] و همکاران، ۲۰۲۴). این شرایط می‌تواند به فرسودگی روانی، استرس شغلی و کاهش کیفیت زندگی منجر شود. ازاین‌رو، کیفیت زندگی کارمندان نه‌تنها در محیط کار، بلکه در سایر ابعاد زندگی از جمله زندگی خانوادگی آنان اهمیت بسزایی دارد (سانتانا فریرا و زایا[2]، ۲۰۲۵). خانواده به‌عنوان نخستین و مهم‌ترین نظام حمایتی فرد، نقش تعیین‌کننده‌ای در حفظ سلامت روان، تعادل هیجانی و کارکرد اجتماعی افراد ایفا می‌کند و انسجام خانواده یکی از مؤلفه‌های اساسی در این زمینه به‌شمار می‌رود (سباح[3] و همکاران، ۲۰۲۵). انسجام خانواده[4] مفهومی کلیدی در مطالعات خانواده و سلامت روان است که به میزان پیوند عاطفی، احساس تعلق، حمایت متقابل و تعامل سازنده میان اعضای خانواده اشاره دارد (رومان[5] و همکاران، ۲۰۲۵). خانواده‌های منسجم معمولاً از روابط گرم، ارتباط مؤثر، همدلی، همکاری و تعهد بالاتری برخوردارند و اعضای آن‌ها در مواجهه با تنش‌ها و چالش‌های زندگی، توانایی بیشتری برای حل مسئله و سازگاری نشان می‌دهند (تسوتی و دیکئوس[6]، ۲۰۲۴). در مقابل، فقدان انسجام خانوادگی می‌تواند زمینه‌ساز بروز تعارضات زناشویی، مشکلات ارتباطی، کاهش رضایت از زندگی و افزایش آسیب‌های روانی شود. برای کارمندان بانک که روزانه با فشارهای شغلی قابل‌توجهی روبه‌رو هستند، وجود یک خانواده منسجم می‌تواند نقش سپر روانی را ایفا کرده و به بازیابی انرژی روانی، کاهش تنش و افزایش کارایی فردی و شغلی کمک کند (سانگ[7] و همکاران، ۲۰۲۵).

انسجام خانواده پدیده‌ای چندبعدی است و تحت تأثیر عوامل گوناگون فردی، بین‌فردی و روان‌شناختی قرار دارد. ویژگی‌های شخصیتی، الگوهای ارتباطی، سبک‌های دلبستگی، مهارت‌های هیجانی و باورهای شناختی اعضای خانواده از جمله عواملی هستند که می‌توانند کیفیت روابط خانوادگی را شکل دهند (چیچک[8] و همکاران، ۲۰۲۵). یکی از متغیرهای مهمی که در سال‌های اخیر توجه پژوهشگران حوزه روان‌شناسی خانواده را به خود جلب کرده است، طرحواره‌های ناسازگار اولیه[9] است (ساریجاروی[10] و همکاران، ۲۰۲۴). این طرحواره‌ها به‌عنوان الگوهای عمیق و نسبتاً پایدار شناختی- هیجانی، نقش اساسی در نحوه ادراک فرد از خود، دیگران و روابط بین‌فردی ایفا می‌کنند و می‌توانند کیفیت تعاملات خانوادگی و میزان انسجام خانواده را تحت تأثیر قرار دهند (کاور[11] و همکاران، ۲۰۲۴). طرحواره‌های ناسازگار اولیه به باورها، احساسات و الگوهای رفتاری عمیق و فراگیری اطلاق می‌شوند که در دوران کودکی یا نوجوانی، در نتیجه تعامل با والدین، مراقبان یا تجارب آسیب‌زا شکل می‌گیرند و در طول زندگی تداوم می‌یابند (امامی[12] و همکاران، ۲۰۲۴). این طرحواره‌ها زمانی ناسازگار تلقی می‌شوند که مانع ارضای نیازهای هیجانی اساسی فرد شده و به مشکلات هیجانی، ارتباطی و سازگاری منجر شوند. افراد معمولاً بدون آگاهی کامل از وجود این طرحواره‌ها، در موقعیت‌های مختلف زندگی، به‌ویژه در روابط نزدیک همچون روابط خانوادگی، بر اساس آن‌ها واکنش نشان می‌دهند. به همین دلیل، طرحواره‌های ناسازگار اولیه می‌توانند الگوهای تعاملی ناکارآمدی را در خانواده ایجاد کرده و انسجام خانوادگی را تضعیف کنند (رامامورتی و چن[13]، ۲۰۲۵). طرحواره‌های ناسازگار اولیه در پنج حوزه اصلی طبقه‌بندی می‌شوند. حوزه نخست، بریدگی و طرد است که شامل طرحواره‌هایی می‌شود که در آن‌ها فرد انتظار دارد نیازهای اساسی او برای امنیت، محبت، ثبات و پذیرش برآورده نشود. این حوزه می‌تواند منجر به احساس تنهایی، بی‌اعتمادی و فاصله عاطفی در روابط خانوادگی شود. حوزه دوم، خودگردانی و عملکرد مختل است که به باورهای منفی درباره ناتوانی فرد در استقلال، تصمیم‌گیری و موفقیت اشاره دارد و ممکن است وابستگی ناسالم یا احساس ناتوانی در ایفای نقش‌های خانوادگی را به دنبال داشته باشد (ویرا[14] و همکاران، ۲۰۲۳). حوزه سوم، دیگرجهت‌مندی است که

1 Kim
2 Santana Ferreira & Zaia
3 Sabah
4 family cohesion
5 Roman
6 Tsoutsi & Dikeos
7 Song
8 Çiçek
9 early maladaptive schemas (EMS)
10 Saarijärvi
11 Kover
12 Emami
13 Ramamurthy & Chen
14 Vieira

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-10-27]

در آن فرد نیازها و خواسته‌های دیگران را بر نیازهای خود ترجیح می‌دهد تا از طرد یا تعارض اجتناب کند. این الگو می‌تواند به نارضایتی درونی، فرسودگی هیجانی و روابط نابرابر در خانواده منجر شود. حوزه چهارم، گوش‌به‌زنگی بیش‌ازحد و بازداری افراطی است که با سرکوب هیجان‌ها، کمال‌گرایی افراطی و تمرکز بیش‌ازحد بر وظیفه و قوانین همراه است. این حوزه می‌تواند مانع ابراز هیجان‌های مثبت، صمیمیت و تعامل عاطفی سالم در خانواده شود. حوزه پنجم، محدودیت‌های مختل است که با ضعف در خودکنترلی، مسئولیت‌پذیری و احترام به حقوق دیگران همراه است و می‌تواند باعث بروز تعارضات و بی‌نظمی در نظام خانواده شود (فیندیک[1] و همکاران، ۲۰۲۴). این پنج حوزه طرحواره‌ای از طریق تأثیرگذاری بر ادراک، هیجان و رفتار فرد، نقش مهمی در شکل‌گیری یا تضعیف انسجام خانواده ایفا می‌کنند (ساریجاروی و همکاران، ۲۰۲۴).

علاوه بر طرحواره‌های ناسازگار اولیه، یکی دیگر از عوامل روان‌شناختی مهم که می‌تواند با انسجام خانواده مرتبط باشد، تنظیم هیجان[2] است (چنگ[3] و همکاران، ۲۰۲۴). تنظیم هیجان به فرآیندهایی اشاره دارد که افراد از طریق آن‌ها هیجان‌های خود را شناسایی، ارزیابی، تعدیل و مدیریت می‌کنند. توانایی تنظیم هیجان نقش اساسی در کیفیت روابط بین‌فردی دارد، زیرا نحوه ابراز و کنترل هیجان‌ها می‌تواند به تقویت صمیمیت، حل تعارض و افزایش درک متقابل یا برعکس، به تشدید تنش‌ها و تعارضات منجر شود (گراس[4]، ۲۰۲۴). در محیط خانواده، تنظیم هیجان مناسب به اعضا کمک می‌کند تا در مواجهه با مشکلات، واکنش‌های سازگارانه‌تری نشان دهند و پیوندهای عاطفی خود را حفظ کنند (هو[5] و همکاران، ۲۰۲۴). تنظیم هیجان به‌طور کلی به دو نوع تنظیم هیجان سازگارانه و تنظیم هیجان ناسازگارانه تقسیم می‌شود. راهبردهای سازگارانه شامل شیوه‌هایی هستند که به کاهش هیجان‌های منفی و افزایش هیجان‌های مثبت به شیوه‌ای سالم و مؤثر کمک می‌کنند، مانند بازنگری شناختی، پذیرش هیجان‌ها و حل مسئله. این راهبردها معمولاً با سلامت روان بالاتر، روابط بین‌فردی مطلوب‌تر و انسجام خانوادگی بیشتر همراه‌اند (دورهام[6] و همکاران، ۲۰۲۵). در مقابل، راهبردهای ناسازگارانه تنظیم هیجان شامل شیوه‌هایی مانند سرکوب هیجان، نشخوار فکری، اجتناب و واکنش‌های تکانشی هستند که در کوتاه‌مدت ممکن است از شدت هیجان بکاهند، اما در بلندمدت به افزایش تنش، سوءتفاهم و تعارض در روابط خانوادگی منجر می‌شوند (ترنتینی و دان گلاوسر[7]، ۲۰۲۵).

کارمندان بانک در معرض فشارهای شغلی قرار دارند و این فشارها گاهی می‌توانند به تضعیف روابط خانوادگی و کاهش انسجام خانواده منجر شوند؛ بااین‌حال، سازوکارهای روان‌شناختی مؤثر بر انسجام خانواده در این گروه شغلی به‌طور کامل روشن نیست و این یک مساله اساسی است. اگرچه طرحواره‌های ناسازگار اولیه و الگوهای تنظیم هیجان هر یک به‌طور جداگانه با کیفیت روابط خانوادگی مرتبط دانسته شده‌اند، اما نحوه نقش‌آفرینی هم‌زمان این متغیرها در شکل‌گیری یا تضعیف انسجام خانواده، به‌ویژه در میان کارمندان بانک، با ابهام نظری و کمبود شواهد تجربی مواجه است. این ابهام موجب شده است که مسیرهای روان‌شناختی مؤثر بر انسجام خانواده در این گروه همچنان به‌طور دقیق مشخص نباشد. در مجموع، ثبات و انسجام واحد خانواده، بنیانی اساسی برای سلامت روانی محسوب می‌شود (رومان و همکاران، ۲۰۲۵). طرحواره‌های ناسازگار اولیه با شکل‌دهی الگوهای عمیق باور و رفتار، و تنظیم هیجان با تعیین نحوه مدیریت و ابراز هیجان‌ها، از جمله عوامل کلیدی هستند که می‌توانند کیفیت روابط خانوادگی و انسجام خانواده را تقویت یا تضعیف کنند. با وجود اهمیت این متغیرها، پژوهش‌های اندکی به بررسی همزمان نقش طرحواره‌های ناسازگار اولیه و تنظیم هیجان در پیش‌بینی انسجام خانواده، به‌ویژه در میان کارمندان بانک، پرداخته‌اند. خلأ پژوهشی موجود در این حوزه، ضرورت انجام پژوهش حاضر را برجسته می‌سازد؛ چراکه اغلب مطالعات پیشین یا بر جمعیت‌های غیرشاغل تمرکز داشته‌اند یا هر یک از این متغیرها را به‌صورت جداگانه بررسی کرده‌اند. بررسی همزمان این عوامل می‌تواند درک جامع‌تری از سازوکارهای روان‌شناختی مؤثر بر انسجام خانواده فراهم آورد. اهمیت این پژوهش از آن جهت است که نتایج آن می‌تواند مبنایی برای طراحی مداخلات روان‌شناختی، برنامه‌های آموزشی و کارگاه‌های ارتقای مهارت‌های هیجانی و اصلاح طرحواره‌های ناسازگار برای کارمندان بانک باشد. چنین مداخلاتی می‌تواند به بهبود انسجام خانواده، ارتقای سلامت روان کارمندان و در نهایت افزایش کارایی و رضایت شغلی آنان منجر شود. پژوهش حاضر از نظر نظری و کاربردی، گامی مؤثر در جهت ارتقای کیفیت زندگی فردی، خانوادگی و شغلی کارمندان بانک به‌شمار می‌رود. بنابراین، پژوهش حاضر با هدف پیش‌بینی انسجام خانواده بر اساس طرحواره‌های ناسازگار اولیه و تنظیم هیجان در کارمندان بانک انجام شد.

1 Fındık
2 emotion regulation
3 Cheng
4 Gross
5 Hu
6 Durham
7 Trentini & Dan-Glauser

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-10-27]

روش

پژوهش حاضر توصیفی- همبستگی از نوع تحلیل رگرسیون بود. جامعه آماری پژوهش شامل کارمندان بانک ملت استان مازندران در سال ۱۴۰۴ بود. بر اساس جمعیت کل کارمندان استان مازندران و با استفاده از جدول تعیین حجم نمونه کرجسی و مورگان، نمونه‌ای به تعداد ۲۵۰ نفر به صورت نمونه‌گیری در دسترس تعیین و انتخاب شدند. ملاک‌های ورود به پژوهش شامل اشتغال رسمی یا قراردادی فرد به‌عنوان کارمند بانک در زمان انجام پژوهش، تأهل و داشتن حداقل یک سال سابقه زندگی مشترک به‌منظور امکان ارزیابی انسجام خانواده، داشتن حداقل یک سال سابقه کاری در نظام بانکی برای اطمینان از تجربه نسبتاً پایدار شرایط شغلی، و برخورداری از توانایی خواندن و نوشتن و رضایت آگاهانه برای مشارکت در پژوهش بود. ملاک‌های خروج از پژوهش شامل عدم تکمیل کامل پرسش‌نامه‌ها یا پاسخ‌دهی تصادفی و غیرواقعی به ابزارهای پژوهش، انصراف فرد از ادامه همکاری در هر مرحله از پژوهش و وجود داده‌های پرت بود. موازین اخلاقی پژوهش به‌طور کامل رعایت شد؛ به‌گونه‌ای که پیش از جمع‌آوری داده‌ها، هدف پژوهش برای شرکت‌کنندگان توضیح داده شد و رضایت آگاهانه آنان برای مشارکت اخذ گردید. به شرکت‌کنندگان اطمینان داده شد که اطلاعات ارائه‌شده کاملاً محرمانه بوده و صرفاً در چارچوب اهداف علمی پژوهش مورد استفاده قرار می‌گیرد. مشارکت در پژوهش کاملاً داوطلبانه بوده و افراد در هر مرحله حق انصراف بدون هیچ‌گونه پیامد را داشته‌اند. همچنین، از هرگونه آسیب روانی، اجبار یا نقض حریم خصوصی شرکت‌کنندگان جلوگیری شده و اصول امانت‌داری و صداقت علمی در تحلیل و گزارش نتایج رعایت شد. در نهایت، داده‌های حاصل با استفاده از نرم‌افزار آماری SPSS ویرایش ۲۷ و از طریق دو روش آماری همبستگی پیرسون و رگرسیون چندگانه مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت.

ابزار سنجش

مقیاس انسجام سازمان‌یافته خانواده[1] (FOCS): این مقیاس که توسط فیشر[2] و همکاران (۱۹۹۲) طراحی شده است، شامل ۱۳ سوال است که به بررسی ابعاد سلامت روانشناختی خانواده می‌پردازد. این مقیاس ابتدا ۲۹ سوال داشت که در پژوهش‌های بعدی به ۱۳ سوال کاهش یافت. در مطالعه حاضر، از نسخه ۱۳ سوالی این مقیاس استفاده شده که نمره‌دهی آن بر اساس طیف لیکرت از ۱ تا ۶ انجام می‌شود. این مقیاس چهار مولفه شامل انسجام، همکاری و مشارکت در خانواده، وضوح قواعد و رهبری را ارزیابی می‌کند. بنابراین، دامنه نمرات در این مقیاس بین ۱۳ تا ۷۸ است و نمرات بالاتر نشان‌دهنده سطح بالاتر انسجام خانواده است. پایایی این مقیاس در تحقیق‌های مختلف از جمله تحقیق فیشر و همکاران (۱۹۹۲) با استفاده از روش آلفای کرونباخ ۰/۷۸ گزارش شده است. همچنین، روایی همگرای این مقیاس با پرسشنامه عزت نفس زوجین (r=۰/۴۵) نیز مطلوب ارزیابی شده است. این مقیاس برای اولین بار در ایران توسط صادقی و همکاران (۲۰۱۴) در دانشگاه گیلان بر روی ۲۰۰ نفر از دانشجویان اجرا شد که ضریب همسانی درونی آن ۰/۷۵ محاسبه گردید. پس از دو هفته، این مقیاس بر روی ۲۰ نفر از دانشجویان دوباره اجرا شد که پایایی بازآزمایی آن ۰/۸۷ گزارش شد. همچنین، روایی محتوایی این مقیاس با تایید سه نفر از متخصصان تأیید گردیده است. پایایی این مقیاس با استفاده از روش آلفای کرونباخ در پژوهش حاضر، ۰/۷۹ به دست آمد.

پرسشنامه طرحواره‌های ناسازگار اولیه[3] (YSQ): این پرسشنامه در سال ۱۹۹۰ توسط یانگ تدوین شد و شکل کوتاه پرسشنامه طرحواره‌ها (YSQ-SF) برای اندازه‌گیری ۱۸ طرحواره ناسازگار اولیه بر اساس فرم اصلی ساخته شد (یانگ، ۱۹۹۹). این پرسشنامه دارای ۹۰ سؤال است که ۱۸ حیطه از طرحواره‌های ناسازگار اولیه از قبیل محرومیت هیجانی؛ رهاشدگی/ بی‌ثباتی؛ بی‌اعتمادی / بدرفتاری؛ انزوای اجتماعی / بیگانگی؛ نقص / شرم، شکست در پیشرفت؛ وابستگی/ بی‌کفایتی عملی؛ آسیب‌پذیری نسبت به ضرر و بیماری؛ گرفتاری؛ اطاعت؛ ایثار (فداکاری)؛ بازداری هیجانی؛ معیارهای سخت‌گیرانه؛ استحقاق بودن/ برتری داشتن؛ خویشتن‌داری/ خود انضباطی ناکافی؛ تحسین/ جلب توجه؛ نگرانی / بدبینی؛ خود تنبیهی را اندازه می‌گیرد. نمره‌گذاری این پرسشنامه بر اساس مقیاس لیکرت شش گزینه‌ای از کاملاً غلط (۱) تا کاملاً درست (۶) است (یالسین[4] و همکاران، ۲۰۲۳). دریافت نمرات بالا نشانه پررنگ بودن طیف طرحواره بوده و چنانچه شرکت‌کننده در هر خرده مقیاس حداقل در پاسخ به دو گویه از پنج گویه، نمرات ۵ یا ۶ اخذ کرده باشد، دارای طرحواره ناسازگار فعال است. یانگ و همکاران (۱۹۹۵) نمونه ۹۰ سؤالی پرسشنامه را بر روی حجم نمونه ۵۶۴ نفری از دانشجویان آمریکایی اعتباریابی کردند و

1 Family Organized Cohesiveness Scale
2 Fisher
3 Young Schema Questionnaire
4 Yalcin

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-10-27]

پایایی آن را با استفاده از روش آلفای کرونباخ به ترتیب برای حیطه اول: انفصال و طرد (۰/۸۲)؛ حیطه دوم: خودگردانی و عملکرد مختل (۰/۷۸)؛ حیطه سوم: دیگر جهت‌مندی (۰/۸۵)؛ حیطه چهارم؛ گوش به زنگی بیش از حد و بازداری (۰/۷۹) و حیطه پنجم: محدودیت‌های مختل (۰/۷۵) گزارش کردند. مالوگیانیس[1] و همکاران (۲۰۱۸) روایی محتوایی این پرسشنامه را ۰/۸۱ به دست آوردند. در ایران پایایی پرسشنامه به روش آلفای کرونباخ برای خرده مقیاس‌ها بین ۰/۵۴ تا ۰/۷۳ و نمره کل آن ۰/۸۶ بدست آمده است و همچنین در تایید روایی همگرا و واگرا، ضرایب همبستگی این پرسشنامه با پرسشنامه‌های عزت نفس استرنبرگ، افسردگی بک و نگرش‌های ناکارآمد با مقدار ضریب همبستگی بالاتر از ۰/۳۳ و سطح معناداری ۰/۰۱ همگی معنادار بوده‌اند (نعامی و پورمیدانی، ۱۳۹۶). در پژوهش حاضر پایایی به روش آلفای کرونباخ به ترتیب برای حیطه اول: انفصال و طرد (۰/۸۱)؛ حیطه دوم: خودگردانی و عملکرد مختل (۰/۸۴)؛ حیطه سوم: دیگر جهت‌مندی (۰/۷۸) و حیطه چهارم؛ گوش به زنگی بیش از حد و بازداری (۰/۸۵) و حیطه پنجم: محدودیت‌های مختل (۰/۷۹) به دست آمد.

پرسشنامه تنظیم هیجان[2] (ERQ): این پرسشنامه توسط گراس و جان[3] (۲۰۰۳) به منظور اندازه‌گیری راهبردهای تنظیم هیجان تهیه شده است. مقیاس فوق از ۱۰ گویه تشکیل شده است و دارای دو زیر مولفه ارزیابی مجدد[4] (۶ گویه) و سرکوبی[5] (۴ گویه) است. پاسخ‌ها بر اساس مقیاس لیکرت (هفت درجه‌ای)، از کاملاً مخالف (۱) تا کاملاً موافق (۷) است. در بررسی روایی ملاک این پرسشنامه همبستگی ارزیابی مجدد با مقیاس عواطف مثبت (۰/۲۴) و عواطف منفی (۰/۱۴-) و سرکوبی با مقیاس عواطف مثبت (۰/۱۵-) و عواطف منفی (۰/۰۴) گزارش شده است (بالزوریتی[6] و همکاران، ۲۰۱۰). ضریب آلفای کرونباخ برای ارزیابی مجدد ۰/۷۹ و برای سرکوبی ۰/۷۳ و پایایی بازآزمایی بعد از سه ماه برای کل پرسشنامه ۰/۶۹ گزارش شده است (گراس و جان، ۲۰۰۳). حسینی و خیر (۱۳۸۹) میزان آلفای کرونباخ پرسشنامه را ۰/۷۰ و روایی محتوایی کل پرسشنامه را ۰/۶۸ گزارش کردند. در پژوهش حاضر ضریب پایایی آلفای کرونباخ برای ارزیابی مجدد ۰/۸۵ و برای سرکوبی ۰/۸۱ بدست آمد.

یافته ها

در پژوهش حاضر تعداد ۲۵۰ نفر مشارکت داشتند. میانگین و انحراف معیار سن آن‌ها به ترتیب ۳۶/۲۲ و ۷/۳۲ سال بود. ۱۹۰ نفر (۷۶ درصد) از شرکت‌کنندگان زن و ۶۰ نفر (۲۴ درصد) مرد بودند. ۱۵ نفر (۶ درصد) دارای مدرک دیپلم، ۹۴ نفر (۳۷/۶ درصد) دارای مدرک کارشناسی، ۱۱۶ نفر (۴۶/۴ درصد) دارای مدرک کارشناسی ارشد و ۲۵ نفر (۱۰ درصد) دارای مدرک دکتری بودند. جدول ۱ میانگین، انحراف معیار و ضرایب همبستگی بین متغیرهای پژوهش را نشان می‌دهد.

جدول ۱. ضرایب همبستگی پیرسون و شاخص‌های توصیفی متغیرهای پژوهش

	۱	۲	۳	۴	۵	۶		
بریدگی و طرد	-							
خودگردانی و عملکرد مختل	۰/۶۱**	-						
دیگرجهت‌مندی	۰/۴۰**	۰/۶۴**	-					
گوش‌به‌زنگی زیاد یا بازداری افراطی	۰/۵۵**	۰/۶۷**	۰/۶۰**	-				
محدودیت‌های مختل	۰/۶۶**	۰/۵۵**	۰/۳۴-**	۰/۵۹**	-			
ارزیابی مجدد	۰/۲۰-**	۰/۰۱	۰/۰۶-	۰/۱۷-*	۰/۱۲	-		
سرکوبی	۰/۲۸**	۰/۳۹**	۰/۰۲	۰/۳۱**	۰/۵۰**	۰/۲۲-**	-	
انسجام خانواده	۰/۲۷-**	۰/۰۱-	۰/۱۱-	۰/۲۹-**	۰/۳۸-**	۰/۴۶**	۰/۳۰-**	-
میانگین	۵۲/۹۴	۳۵/۵۹	۳۱/۷۰	۲۷/۸۶	۷۹/۵۶	۲۸/۰۲	۱۷/۸۵	۴۷/۱۰
انحراف معیار	۱۵/۶۰	۱۲/۶۱	۸/۶۴	۸/۰۳	۵/۸۸	۵/۷۰	۴/۷۵	۸/۱۷

1 Malogiannis
2 Emotion Regulation Questionnaire
3 Gross & John
4 reappraisal
5 suppression
6 Balzarotti

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-10-27]

کجی	۰/۲۷۷	۰/۷۴۳	-۰/۰۶۷	۰/۰۲۱	۰/۳۸۲	-۰/۶۱۴	-۰/۶۲۱	-۰/۶۸۹
کشیدگی	-۰/۲۶۰	-۰/۴۵۶	-۰/۱۵۷	-۰/۸۱۵	-۰/۲۴۲	۰/۵۰۰	-۰/۳۵۳	-۰/۴۷۲
تحمل	۰/۳۶۴	۰/۳۳۹	۰/۳۸۸	۰/۳۴۶	۰/۳۵۹	۰/۷۴۱	۰/۳۰۷	-
عامل تورم واریانس	۲/۷۵۰	۲/۹۵۲	۲/۵۸۰	۲/۸۹۲	۲/۷۸۴	۱/۳۴۹	۳/۲۵۵	-

* P‹۰/۰۵ **P‹۰/۰۱

در جدول ۱، شاخص‌های توصیفی و همبستگی بین متغیرهای پژوهش را نشان می‌دهد. ضرایب همبستگی حاکی از آن هستند که بین پنج حوزه طرحواره‌های ناسازگار اولیه با انسجام خانواده رابطه منفی وجود دارد و فقط برای حوزه‌های بریدگی و طرد، گوش به زنگی زیاد و محدودیت‌های مختل این رابطه معنادار است. همچنین مولفه ارزیابی مجدد تنظیم هیجان با انسجام خانواده رابطه مثبت و سرکوبی با انسجام خانواده رابطه منفی معناداری داشت (p<۰/۰۱). مقادیر کجی و کشیدگی تمام متغیرها در بازه ۲± قرار داشت، ازاین‌رو فرض نرمال بودن توزیع داده‌های تک‌متغیری تأیید شد. نتایج، برقراری مفروضه عدم هم‌خطی را در داده‌ها نشان داد؛ به‌طوری‌که مقادیر ضریب تحمل برای تمامی متغیرهای پیش‌بین بیشتر از ۰/۱ و مقادیر عامل تورم واریانس[1] (VIF) برای همه آن‌ها کمتر از ۱۰ بود. این یافته‌ها، فرض نرمال بودن توزیع چندمتغیری را نیز تأیید کرد. علاوه بر این، ارزیابی نمودار پراکندگی واریانس‌های استانداردشده خطاها، حاکی از رعایت شدن مفروضه همگنی واریانس‌ها بود. در نهایت، به منظور آزمون فرضیه اصلی پژوهش، از تحلیل رگرسیون چندگانه استفاده شد که حاصل آن در جدول ۲ ارائه شده است:

جدول ۲. نتایج ضرایب چندگانه و بررسی معناداری پیش‌بینی انسجام خانواده در کارمندان بانک از طریق متغیرهای پیش‌بین بر اساس تحلیل واریانس

متغیر ملاک	منبع تغییر	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	F	sig	R	R^2	دوربین- واتسون
انسجام خانواده	رگرسیون	۸۶۲۸/۳۰۹	۲	۱۲۳۲/۶۱۶	۳۷/۲۴۵	۰/۰۰۱	۰/۷۲۰	۰/۵۱۹	۱/۸۵۳
	باقیمانده	۸۰۰۸/۹۸۷	۲۴۲	۳۳/۰۹۵					
	کل	۱۶۶۳۷/۲۹۶	۲۴۹						

نتایج جدول ۲ نشان می‌دهد که مدل رگرسیون چندگانه برای پیش‌بینی انسجام خانواده در کارمندان بانک معنادار است. بر اساس آزمون آنوا، مقدار F برابر با ۳۷/۲۴۵ و سطح معناداری ۰/۰۱ است که بیانگر برازش مناسب مدل و معناداری کلی آن است. ضریب همبستگی چندگانه (۰/۷۲۰) نشان می‌دهد که بین متغیرهای پیش‌بین و انسجام خانواده رابطه نسبتاً قوی وجود دارد. همچنین مقدار ضریب تعیین (۰/۵۱۹) حاکی از آن است که حدود ۵۱/۹ درصد از واریانس انسجام خانواده توسط متغیرهای پیش‌بین تبیین می‌شود و بخش قابل توجهی از تغییرات متغیر ملاک به وسیله این مدل قابل توضیح است. علاوه بر این، مقدار آماره دوربین–واتسون (۱/۸۵۳) در بازه قابل قبول قرار دارد که نشان‌دهنده نبود خودهمبستگی جدی بین خطاهای رگرسیون و تأیید یکی از مفروضه‌های اصلی تحلیل رگرسیون است.

جدول ۳. نتایج پیش‌بینی انسجام خانواده در کارمندان بانک بر اساس متغیرهای پیش‌بین

مدل	ضرایب غیراستاندارد		ضرایب استاندارد	t	sig
	بتا	SE	بتا		
مقدار ثابت	۴۸/۵۵۲	۲/۸۷۹		۱۶/۸۶۷	۰/۰۰۱
بریدگی و طرد	-۰/۰۵۹	۰/۰۳۵	-۰/۱۱۲	-۱/۶۷۳	۰/۰۹۶
خودگردانی و عملکرد مختل	-۰/۳۸۳	۰/۰۵۰	-۰/۵۹۱	۷/۷۲۲	۰/۰۰۱
دیگرجهت‌مندی	-۰/۲۳۵	۰/۰۶۲	-۰/۲۴۸	-۳/۷۸۹	۰/۰۰۱
گوش‌به‌زنگی زیاد یا بازداری افراطی	-۰/۱۵۴	۰/۰۷۰	-۰/۱۵۴	-۲/۲۰۱	۰/۰۲۹
محدودیت‌های مختل	-۰/۱۶۸	۰/۰۷۱	-۰/۱۶۵	-۲/۳۵۶	۰/۰۱۹

1 Variation Inflation Factor

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-10-27]

ارزیابی مجدد	۰/۶۸۴	۰/۰۷۱	۰/۴۷۷	۹/۶۹۲	۰/۰۰۱
سرکوبی	-۰/۸۰۵	۰/۱۰۱	-۰/۴۶۹	-۷/۹۶۸	۰/۰۰۱

جدول ۳ ضرایب رگرسیونی مربوط به پیش‌بینی انسجام خانواده بر اساس متغیرهای پیش‌بین را نشان می‌دهد. نتایج حاکی از آن است که متغیرهای خودگردانی و عملکرد مختل، دیگرجهت‌مندی، گوش‌به‌زنگی زیاد یا بازداری افراطی، محدودیت‌های مختل و سرکوبی دارای ضرایب منفی و معنادار هستند (P>۰/۰۵)؛ بدین معنا که افزایش این متغیرها با کاهش انسجام خانواده همراه است. در مقابل، متغیر ارزیابی مجدد با ضریب مثبت و معنادار نقش افزایشی و قوی در پیش‌بینی انسجام خانواده دارد. متغیر بریدگی و طرد اگرچه ضریب منفی نشان می‌دهد، اما از نظر آماری معنادار نیست و بنابراین نقش پیش‌بینی‌کننده معناداری در مدل ندارد. همچنین مقدار ثابت معنادار مدل بیانگر آن است که در نبود اثر متغیرهای پیش‌بین نیز سطح پایه‌ای از انسجام خانواده وجود دارد. در مجموع، نتایج این جدول نشان می‌دهد که هم طرحواره‌های ناسازگار اولیه و هم راهبردهای تنظیم هیجان، نقش مهمی در تبیین انسجام خانواده کارمندان بانک ایفا می‌کنند.

بحث و نتیجه‌گیری

پژوهش با هدف پیش‌بینی انسجام خانواده بر اساس طرحواره‌های ناسازگار اولیه و تنظیم هیجان در کارمندان بانک انجام شد. انجام شد. نتایج نشان داد که طرحواره‌های ناسازگار اولیه با انسجام خانواده رابطه منفی معناداری داشتند و قادر به پیش‌بینی آن بودند. این یافته با نتایج چیچک و همکاران، (۲۰۲۵)؛ ساریجاروی و همکاران (۲۰۲۴)؛ رامامورتی و چن (۲۰۲۵) و امامی و همکاران (۲۰۲۴) همسو بود. در تبیین این یافته می‌توان گفت طرحواره‌های ناسازگار اولیه الگوهای عمیق و پایدار شناختی - هیجانی هستند که در نتیجه تجارب ناکام‌کننده دوران کودکی شکل می‌گیرند و در روابط نزدیک بزرگسالی، به‌ویژه روابط خانوادگی، فعال می‌شوند. فعال شدن این طرحواره‌ها می‌تواند ادراک فرد از روابط خانوادگی را منفی کرده و مانع تجربه احساس صمیمیت، حمایت و تعلق در خانواده شود. افراد دارای طرحواره‌های ناسازگار اولیه معمولاً دیگران را ناایمن، غیرقابل اعتماد یا طردکننده ادراک می‌کنند (کاور و همکاران، ۲۰۲۴). این برداشت‌های شناختی تحریف‌شده سبب می‌شود تعاملات خانوادگی به‌جای اینکه منبع آرامش و حمایت باشد، به‌عنوان موقعیت‌های تهدیدکننده تجربه شود. در چنین شرایطی، فرد ممکن است به‌صورت دفاعی، کناره‌گیرانه یا بیش‌ازحد کنترل‌گرانه با اعضای خانواده رفتار کند که این الگوهای رفتاری به‌تدریج پیوندهای عاطفی را تضعیف کرده و انسجام خانواده را کاهش می‌دهد. همچنین، طرحواره‌های ناسازگار اولیه با هیجان‌های منفی مزمن مانند اضطراب، خشم، احساس شرم و ناامنی همراه هستند. این هیجان‌ها توانایی فرد را برای برقراری ارتباط مؤثر، همدلی و حل تعارض در خانواده کاهش می‌دهند (رامامورتی و چن، ۲۰۲۵). وقتی اعضای خانواده نتوانند هیجان‌های خود را به شیوه‌ای سازگارانه بیان یا مدیریت کنند، تعارض‌ها تشدید شده و فضای عاطفی خانواده از حمایت و همبستگی به سمت تنش و فاصله عاطفی سوق پیدا می‌کند؛ امری که مستقیماً با کاهش انسجام خانواده مرتبط است. از سوی دیگر، طرحواره‌های ناسازگار اولیه اغلب منجر به فعال شدن سبک‌های مقابله‌ای ناکارآمد مانند اجتناب، تسلیم یا جبران افراطی می‌شوند. این سبک‌های مقابله‌ای در روابط خانوادگی می‌توانند به صورت کناره‌گیری عاطفی، وابستگی افراطی یا تعارض‌های مکرر بروز پیدا کنند. چنین الگوهایی نه‌تنها نیازهای هیجانی اساسی اعضای خانواده را برآورده نمی‌کنند، بلکه احساس درک متقابل و همبستگی را نیز تضعیف کرده و در نهایت انسجام خانواده را کاهش می‌دهند (فیندیک و همکاران، ۲۰۲۴). علاوه بر این، خانواده به‌عنوان یک نظام پویا عمل می‌کند و مشکلات شناختی و هیجانی یک عضو می‌تواند کل نظام را تحت تأثیر قرار دهد. زمانی که فردی با طرحواره‌های ناسازگار اولیه وارد تعاملات خانوادگی می‌شود، الگوهای ارتباطی ناکارآمد او ممکن است واکنش‌های منفی سایر اعضا را برانگیزد و یک چرخه معیوب از سوءتفاهم، تعارض و فاصله عاطفی ایجاد کند. تداوم این چرخه، به‌مرور زمان انسجام خانواده را تضعیف کرده و احساس تعلق و حمایت متقابل را کاهش می‌دهد. در مجموع، طرحواره‌های ناسازگار از طریق تحریف ادراک فرد از روابط خانوادگی، افزایش هیجان‌های منفی، تقویت سبک‌های مقابله‌ای ناکارآمد و ایجاد الگوهای ارتباطی ناسالم، زمینه‌ساز کاهش انسجام خانواده می‌شوند (ساریجاروی و همکاران، ۲۰۲۴).

یافته دیگر پژوهش نشان داد که مولفه ارزیابی مجدد با انسجام خانواده رابطه مثبت معنادار و مولفه سرکوبی با انسجام خانواده رابطه منفی معناداری داشت و همچنین توانستند انسجام خانواده را پیش‌بینی کنند. این یافته با نتایج دورهام و همکاران (۲۰۲۵)؛ ترنتینی و دان گلاوسر (۲۰۲۵)؛ چنگ و همکاران (۲۰۲۴) و هو و همکاران (۲۰۲۴) همسو بود. در تبیین این یافته می‌توان اذعان کرد که ارزیابی

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-10-27]

مجدد به‌عنوان یک راهبرد تنظیم هیجان سازگارانه، پیش از تجربه کامل هیجان به کار گرفته می‌شود و به فرد کمک می‌کند موقعیت‌های تنش‌زا را به شکلی انعطاف‌پذیرتر و واقع‌بینانه‌تر تفسیر کند. چنین فرایندی موجب کاهش شدت هیجان‌های منفی و افزایش تعاملات مثبت در روابط خانوادگی می‌شود که به تقویت انسجام خانواده می‌انجامد (ترنتینی و دان گلاوسر، ۲۰۲۵). افرادی که بیشتر از ارزیابی مجدد استفاده می‌کنند، در مواجهه با تعارض‌های خانوادگی توانایی بالاتری در درک دیدگاه دیگران و معنا دادن مجدد به رفتار اعضای خانواده دارند. این افراد به جای واکنش‌های هیجانی تکانشی، پاسخ‌هایی سنجیده‌تر و همدلانه‌تر ارائه می‌دهند. در نتیجه، فضای ارتباطی خانواده کمتر تنش‌آلود شده و احساس امنیت عاطفی، درک متقابل و همکاری میان اعضا افزایش می‌یابد؛ عواملی که از مؤلفه‌های اصلی انسجام خانواده به شمار می‌روند. در مقابل، سرکوبی هیجان به‌عنوان یک راهبرد تنظیم هیجان ناکارآمد، با پنهان‌سازی یا مهار ابراز هیجان‌ها همراه است و معمولاً پس از فعال شدن هیجان به کار گرفته می‌شود. استفاده مداوم از این راهبرد باعث می‌شود هیجان‌های منفی به‌طور کامل پردازش نشوند و به صورت فشار روانی درونی باقی بمانند. این فشار هیجانی می‌تواند به خستگی عاطفی، تحریک‌پذیری و کاهش صمیمیت در روابط خانوادگی منجر شود و در نهایت انسجام خانواده را تضعیف کند. علاوه بر این، سرکوبی هیجان در سطح بین‌فردی پیامدهای ارتباطی منفی به همراه دارد. زمانی که اعضای خانواده هیجان‌های خود را ابراز نمی‌کنند، ارتباطات عاطفی سطحی شده و احتمال سوءبرداشت و فاصله عاطفی افزایش می‌یابد (گراس، ۲۰۲۴). فقدان بیان هیجانی شفاف، مانع شکل‌گیری گفت‌وگوی صادقانه و حل مؤثر تعارض‌ها می‌شود و به‌تدریج احساس همبستگی و تعلق در خانواده کاهش پیدا می‌کند. این دو راهبرد، الگوهای غالب تنظیم هیجان در تعاملات روزمره خانوادگی را شکل می‌دهند. ارزیابی مجدد با ایجاد انعطاف‌پذیری شناختی و هیجانی، مسیر تعاملات سازگارانه را هموار می‌سازد، در حالی که سرکوبی با محدود کردن تبادل هیجانی، الگوهای ارتباطی ناسالم را تقویت می‌کند. بنابراین، این راهبردها نقش تعیین‌کننده‌ای در کیفیت روابط خانوادگی و میزان انسجام آن دارند. در مجموع نحوه تنظیم هیجان‌ها نقش اساسی در انسجام خانواده ایفا می‌کند. استفاده بیشتر از راهبرد ارزیابی مجدد می‌تواند به افزایش صمیمیت، حمایت و همدلی در خانواده منجر شود، در حالی که اتکای بیش از حد به سرکوبی هیجان زمینه‌ساز کاهش ارتباط مؤثر و انسجام خانوادگی است (چنگ و همکاران، ۲۰۲۴).

در مجموع، یافته‌های پژوهش حاضر نشان می‌دهد که انسجام خانواده به‌طور معناداری تحت تأثیر عوامل شناختی و هیجانی قرار دارد. طرحواره‌های ناسازگار اولیه از طریق ایجاد الگوهای فکری و هیجانی ناکارآمد، ادراک منفی از روابط، و تضعیف تعاملات عاطفی، زمینه‌ساز کاهش انسجام خانواده می‌شوند؛ در حالی که راهبردهای تنظیم هیجان نقش متفاوت و تعیین‌کننده‌ای در این فرایند ایفا می‌کنند. به‌ویژه، ارزیابی مجدد به‌عنوان راهبردی سازگارانه با افزایش انعطاف‌پذیری شناختی، کاهش تنش و تقویت همدلی، به ارتقای انسجام خانواده کمک می‌کند، اما سرکوبی هیجان با محدود کردن بیان هیجانی و تضعیف ارتباطات عاطفی، انسجام خانواده را کاهش می‌دهد. این نتایج بیانگر آن است که کیفیت روابط خانوادگی حاصل تعامل بین ساختارهای شناختی عمیق و شیوه‌های تنظیم هیجان است و مداخلات روان‌شناختی مؤثر برای تقویت انسجام خانواده باید هم‌زمان بر اصلاح طرحواره‌های ناسازگار اولیه و آموزش راهبردهای سازگارانه تنظیم هیجان تمرکز داشته باشند.

با وجود اهمیت یافته‌های پژوهش حاضر، این مطالعه با محدودیت‌هایی همراه است که باید در تفسیر نتایج مدنظر قرار گیرد؛ از جمله استفاده از روش خودگزارشی که می‌تواند تحت تأثیر سوگیری پاسخ‌دهی و تمایل به مطلوبیت اجتماعی قرار گیرد، روش نمونه‌گیری در دسترس و تمرکز نمونه بر کارمندان بانک که تعمیم‌پذیری نتایج به سایر گروه‌های شغلی و جمعیت‌های عمومی را محدود می‌کند، و ماهیت مقطعی پژوهش که امکان استنباط روابط علّی را کاهش می‌دهد. بر این اساس، پیشنهاد می‌شود پژوهش‌های آتی از طرح‌های طولی یا آزمایشی، منابع داده چندگانه (مانند گزارش همسر یا مشاهده بالینی) و نمونه‌های متنوع‌تر استفاده کنند تا درک دقیق‌تری از روابط متغیرها حاصل شود. از نظر کاربردی، نتایج این پژوهش می‌تواند در طراحی مداخلات مشاوره‌ای و آموزشی برای کارمندان و خانواده‌های آنان مورد استفاده قرار گیرد؛ به‌گونه‌ای که برنامه‌های مبتنی بر اصلاح طرحواره‌های ناسازگار اولیه و آموزش راهبردهای سازگارانه تنظیم هیجان، به‌ویژه ارزیابی مجدد، در محیط‌های سازمانی و مراکز مشاوره خانواده اجرا شده و به ارتقای انسجام خانواده و در نتیجه بهبود سلامت روان و عملکرد شغلی افراد کمک کند.

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-10-27]

منابع

حسینی، ف؛ و خیر، م. (۱۳۸۹). بررسی نقش معلم در هیجانات تحصیلی ریاضی و تنظیم هیجانی دانش‌آموزان. *فصلنامه پژوهش‌های نوین روان‌شناختی*، ۵(۲۰)، ۴۱-۶۳. https://psychologyj.tabrizu.ac.ir/article_4176.html

نعامی، ع؛ و پورمیدانی، س. (۱۳۹۶). پیش‌بینی گرایش به آرایش براساس طرحواره‌های ناسازگار اولیه در زنان و دختران شهر اصفهان. *پژوهش‌های روانشناختی اجتماعی*، ۲۷(۱)، ۷۸-۶۸. https://dorl.net/dor/20.1001.1.27173852.1399.15.60.9.3

Balzarotti, S., John, O. P., & Gross, J. J. (2010). An Italian adaptation of the Emotion Regulation Questionnaire. *European Journal of Psychological Assessment*, *26*(1), 61–67. https://doi.org/10.1027/1015-5759/a000009

Cheng, W. Y., Cheung, R. Y. M., & Chung, K. K. H. (2024). The role of family conflict and cohesion in adolescents' social responsibility: Emotion regulation ability as a mediator. *PloS one*, *19*(9), e0311265. https://doi.org/10.1371/journal.pone.0311265

Çiçek, İ., Korkmaz, Z., Ünsal, F., Shalal Alanazi, Z., Gómez-Salgado, J., & Yildirim, M. (2025). The effect of secure attachment on family relationships and peer bullying in adolescents: the mediating role of positive childhood experiences. *Frontiers in Psychology*, *16*, 1700648. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2025.1700648

Durham, E. L., Micciche, E. T., Reimann, G. E., Archer, C., Jeong, H. J., Dupont, R. M., & Kaczkurkin, A. N. (2025). Emotion regulation strategies as moderators of the relationship between negative life events and trait anxiety. *Journal of affective disorders*, *370*, 26–33. https://doi.org/10.1016/j.jad.2024.10.083

Emami, M., Moghadasin, M., Mastour, H., & Tayebi, A. (2024). Early maladaptive schema, attachment style, and parenting style in a clinical population with personality disorder and normal individuals: a discriminant analysis model. *BMC psychology*, *12*(1), 78. https://doi.org/10.1186/s40359-024-01564-5

Fisher, L., Ransom, D. C., Terry, H. E., & Burge, S. (1992). The California Family Health Project: IV. Family structure/organization and adult health. *Family process*, *31*(4), 399–419. https://doi.org/10.1111/j.1545-5300.1992.00399.x

Fındık, G., Erel, S., & Öz, B. (2024). Are early maladaptive schemas related to current driver behaviors? A study on previous toxic experiences and driving. *Journal of Transport & Health*, *38*, 1–11. https://doi.org/10.1016/j.jth.2024.101862

Gross, J. J. (2024). Conceptual foundations of emotion regulation. In J. J. Gross & B. Q. Ford (Eds.), *Handbook of emotion regulation* (3rd ed., pp. 3–12). The Guilford Press.

Gross, J. J., & John, O. P. (2003). Individual differences in two emotion regulation processes: implications for affect, relationships, and well-being. *Journal of personality and social psychology*, *85*(2), 348–362. https://doi.org/10.1037/0022-3514.85.2.348

Hu, J., Zhou, T., & Huang, Z. (2023). Parental Emotion Socialization, Emotion Regulation and Depressive Symptoms in Chinese Adolescence: The Role of Family Cohesion. *The Journal of Early Adolescence*, *44*(3), 281-305. https://doi.org/10.1177/02724316231176955

Kim, L., Maijan, P., & Yeo, S. F. (2024). Developing customer service quality: Influences of job stress and management process alignment in banking industry. *Sustainable Futures*, *8*, 100311. https://doi.org/10.1016/j.sftr.2024.100311

Kover, L., Szollosi, G. J., Frecska, E., Bugan, A., Berecz, R., & Egerhazi, A. (2024). The association between early maladaptive schemas and romantic relationship satisfaction. *Frontiers in psychology*, *15*, 1460723. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1460723

Malogiannis, I. A., Aggeli, A., Garoni, D., Tzavara, C., Michopoulos, I., Pehlivanidis, A., Kalantzi-Azizi, A., & Papadimitriou, G. N. (2018). Validation of the Greek version of the Young Schema Questionnaire-Short Form 3: Internal consistency reliability and validity. *Psychiatriki*, *29*(3), 220–230. https://doi.org/10.22365/jpsych.2018.293.220

Ramamurthy, G., & Chen, A. (2025). Early maladaptive schemas from child maltreatment in depression and psychotherapeutic remediation: a predictive coding framework. *Frontiers in psychiatry*, *16*, 1548601. https://doi.org/10.3389/fpsyt.2025.1548601

Roman, N. V., Balogun, T. V., Butler-Kruger, L., Danga, S. D., Therese de Lange, J., Human-Hendricks, A., ... & Olabiyi, O. J. (2025). Strengthening Family Bonds: A Systematic Review of Factors and Interventions That Enhance Family Cohesion. *Social Sciences*, *14*(6), 371. https://doi.org/10.3390/socsci14060371

Sabah, A., Aljaberi, M. A., Martin, J., Lee, K. H., & Lin, C. Y. (2025). Family Resilience as a Mediator in the Relationship Between Family Functioning and Well-Being. *Applied Research in Quality of Life*, 1-27. https://doi.org/10.1007/s11482-025-10499-x

Sadeghi, A., Asghari, F., Saadat, S., & Kupas, E. N. (2014). The Relationship between Family Cohesion and Coping Strategies with Positive Attitude to Addiction among University Students. *Asian Journal of Research in Social Sciences and Humanities*, *4*(11), 285. https://doi.org/10.5958/2249-7315.2014.01054.5

Santana Ferreira, S. M. D., & Zaia, V. (2025). Burnout, life satisfaction, and work-related quality of life among psychologists. *Frontiers in Psychology*, *16*, 1532333. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2025.1532333

Song, J., Xu, X., Zhang, H., Pan, Z., Zhu, J., Shao, J., & Jia, L. (2025). Family function, coping style and well-being affect job burnout among telecommunication employees: a cross-sectional study in China. *Frontiers in Public Health*, *13*, 1567123. https://doi.org/10.3389/fpubh.2025.1567123

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-10-27]

Saarijärvi, P., Salmivalli, C., Helmi, S., & Karukivi, M. (2024). Early Maladaptive Schemas and Their Associations with Perceived Parental Bonding among Adolescents Entering Specialized Health Care. *International Journal of Cognitive Therapy*, *17*(3), 411-428. https://doi.org/10.1007/s41811-024-00201-8

Trentini, E., & Dan-Glauser, E. (2025). Which emotion regulation strategy is efficient for whom? Reappraisal and suppression efficiency for adaptive and maladaptive personality profiles. *Journal of personality*, *93*(2), 463–488. https://doi.org/10.1111/jopy.12948

Tsoutsi, V., & Dikeos, D. (2024). Family functioning and cohesion scale: validation of a short instrument for the assessment of intrafamily relations. *Behavioral Sciences*, *14*(10), 969. https://doi.org/10.3390/bs14100969

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

Yalcin, O., Marais, I., Lee, C. W., & Correia, H. (2023). The YSQ-R: predictive validity and comparison to the short and long form young schema questionnaire. *International journal of environmental research and public health*, *20*(3), 1778. https://doi.org/10.3390/ijerph20031778

Young, J. E. (1999). *Cognitive therapy for personality disorders: A schema-focused approach*. Professional ResourcePress/Professional Resource Exchange.

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-10-27]