

## نقش واسطه‌ای آشفته‌گی روان‌شناختی در رابطه طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه و تنظیم هیجان منفی با گرایش به رفتارهای پرخطر در دانش‌آموزان

سیما عبدزاده<sup>۱</sup>، معصومه آزموده<sup>۲</sup>، محمدآزاد عبدالله‌پور<sup>۳</sup>، شعله لیوارجانی<sup>۴</sup>

تاریخ دریافت: ۱۳۹۹/۰۶/۲۰ تاریخ پذیرش: ۱۳۹۹/۱۱/۱۵

### چکیده

**هدف:** این پژوهش با هدف تعیین نقش واسطه‌ای آشفته‌گی روان‌شناختی در رابطه طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه و تنظیم هیجان منفی با گرایش به رفتارهای پرخطر (از جمله مصرف مواد مخدر و الکل) در دانش‌آموزان انجام شد. **روش:** پژوهش حاضر توصیفی-همبستگی از نوع مدل‌سازی معادلات ساختاری بود. جامعه آماری شامل همه دانش‌آموزان دوره متوسطه دوم شهر میاندوآب در سال تحصیلی ۱۳۹۸-۱۳۹۹ به تعداد ۴۷۷۹ نفر بود. نمونه‌ای به حجم ۳۹۹ نفر از دانش‌آموزان با استفاده از فرمول اسلووین به روش نمونه‌گیری تصادفی خوشه‌ای چندمرحله‌ای انتخاب شدند. شرکت‌کنندگان پرسش‌نامه طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه، پرسش‌نامه تنظیم شناختی هیجان، پرسش‌نامه خطرپذیری جوانان ایرانی و مقیاس آشفته‌گی روان‌شناختی را تکمیل کردند. داده‌ها با روش‌های همبستگی پیرسون و مدل‌سازی معادلات ساختاری تجزیه و تحلیل شدند. **یافته‌ها:** نتایج نشان داد که طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه و تنظیم هیجان منفی تأثیرات مستقیم معناداری بر رفتارهای پرخطر (از جمله مصرف مواد مخدر و الکل) داشتند. همچنین، طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه و تنظیم هیجان منفی از طریق آشفته‌گی روان‌شناختی تأثیرات غیر مستقیم معناداری بر رفتارهای پرخطر داشتند. **نتیجه‌گیری:** به طور کلی، یافته‌های پژوهش نشان داد که طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه و تنظیم هیجان منفی می‌توانند با افزایش آشفته‌گی روان‌شناختی موجب بروز و تداوم گرایش به رفتارهای پرخطر در نوجوانان، به ویژه مصرف مواد مخدر و الکل که در این گروه شایعتر است، گردند.

**کلیدواژه‌ها:** گرایش به رفتارهای پرخطر، طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه، تنظیم هیجان منفی، آشفته‌گی روان‌شناختی

\* این مقاله برگرفته از رساله دکتری نویسنده اول در دانشگاه آزاد اسلامی واحد تبریز است.

۱. دانشجوی دکتری، گروه روان‌شناسی، دانشکده علوم انسانی و تربیتی، واحد تبریز، دانشگاه آزاد اسلامی، تبریز، ایران

۲. نویسنده مسئول: استادیار، گروه روان‌شناسی، دانشکده علوم انسانی و تربیتی، واحد تبریز، دانشگاه آزاد اسلامی، تبریز، ایران.

پست الکترونیک: mas\_azemod@yahoo.com

۳. استادیار، گروه روان‌شناسی، دانشکده علوم انسانی و تربیتی، واحد مهاباد، دانشگاه آزاد اسلامی، مهاباد، ایران

۴. استادیار، گروه روان‌شناسی، دانشکده علوم انسانی و تربیتی، واحد تبریز، دانشگاه آزاد اسلامی، تبریز، ایران

## مقدمه

نوجوانی یک دوره رشد متمایز است که با تازگی، بی‌ثباتی و اکتشاف هویت مشخص می‌شود. رشد جسمی، جنسی و شناختی در این دوران دستخوش تغییراتی می‌شود که اثر شگرفی بر رفتار نوجوانان دارد (مارنگو، کلیبرت، لانگنریچسن-رولینگ، وارن و اسمالی<sup>۱</sup>، ۲۰۱۹). اگرچه گذار به بزرگسالی ممکن است فرصت‌های زیادی برای رشد شخصی فراهم کند، اما می‌تواند زمان افزایش آسیب‌پذیری برای رفتارهای پرخطر<sup>۲</sup> باشد (بلاند، ملتون، ولی و بیگهام<sup>۳</sup>، ۲۰۱۲). رفتارهای پرخطر شامل مجموعه‌ای از رفتارهایی است که نه تنها برای فرد درگیر در این رفتار و افراد مهم زندگی وی آسیب‌هایی جدی به بار می‌آورد، بلکه باعث صدمات غیرعمدی به افراد دیگر جامعه نیز می‌شود (مختارنیا، زاده‌محمدی، حبیبی و میرزایی‌فر، ۱۳۹۵). رفتارهای پرخطری همچون مصرف سیگار، نوشیدن الکل، رژیم غذایی ناسالم و عدم تحرک جسمی در بین نوجوانان متداول است. پژوهش‌ها نشان می‌دهند که اغلب رفتارهای پرخطر نوجوانان در سنین قبل از ۱۸ سالگی آغاز می‌شود (براون و رینلی<sup>۴</sup>، ۲۰۱۰). چنین رفتارهایی دارای اثرات منفی کوتاه‌مدت و طولانی‌مدت بر سلامتی نوجوان هستند. این دسته از رفتارها معمولاً برای آزمایش تجربه‌های جدید است و در محیط اجتماعی و در ارتباط با همسالان که زمینه‌ساز این تجربه‌ها هستند، اتفاق می‌افتد (بروکس، هاریس، ترال و وودز<sup>۵</sup>، ۲۰۰۲). مطالعات نشان داده است نوجوانانی که درگیر رفتارهای پرخطر هستند، در بزرگسالی به احتمال زیاد از سلامتی ضعیف و رفاه کمتری نسبت به همسالان خود برخوردار خواهند بود (فانه، ویسوانتام، چیلرو، وارن و بووت<sup>۶</sup>، ۲۰۰۶).

طی دهه گذشته، محققان به طور فزاینده‌ای علاقه‌مند به شناسایی عواملی بودند که زمینه‌ساز یا علت اصلی تداوم رفتارهای پرخطر محسوب می‌شوند. از جمله عوامل موثر در گرایش به رفتارهای پرخطر، طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه<sup>۷</sup> است (مارنگو و همکاران،

1. Marengo, Klibert, Langhinrichsen-Rohling, Warren & Smalley  
2. high-risk behaviors  
3. Bland, Melton, Welle & Bigham  
4. Brown & Rinelli

5. Brooks, Harris, Thrall & Woods  
6. Faeh, Viswanathan, Chioloro, Warren & Bovet  
7. early maladaptive schemas

۲۰۱۹). براساس دیدگاه یانگ<sup>۱</sup>، طرح‌واره‌ها بیانگر الگوهای روانی اساسی هستند که نیازهای ارضانگشته مهم و بنیادین کودک را متبلور می‌سازند (مانوئرا، روکس، ویل، پاسئیرئوکس و امبایلا<sup>۲</sup>، ۲۰۲۰). طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه دیدگاه افراد در روابط بین فردی با دیگران را تنظیم نموده و به احتمال زیادی فرایند انگیزشی-شناختی زمینه‌ساز برای درگیری با رفتارهای پرخطر را فراهم می‌کنند (یاکین، گنچوز، استبرگن و آرتنتز<sup>۳</sup>، ۲۰۱۹). مطالعاتی که به طور خاص نقش طرح‌واره‌های ناسازگار در انجام رفتارهای پرخطر را هدف قرار داده باشند، نادر است. با این حال، تئوری طرح‌واره یانگ، کلسکو و ویشار<sup>۴</sup> (۲۰۰۳) با سایر مدل‌های رفتار پرخطر سازگار است. به طوری که در سطح نظری، بک، رایت، نیومن و لیس<sup>۵</sup> (۱۹۹۳) استدلال می‌کنند که عملکرد طرح‌واره‌های ناکارآمد مشخص‌کننده پردازش اطلاعات مختل و آسیب‌پذیری در برابر فعالیت‌های پرخطر است. پژوهش مارنگو و همکاران (۲۰۱۹) نشان داد که طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه در مردان و زنان به ترتیب ۲۴ و ۹ درصد از واریانس رفتارهای پرخطر جنسی، ۲۰ و ۱۱ درصد از واریانس درگیری در فعالیت‌های خطرناک تحصیلی، شغلی، غیرقانونی و پرخاشگرانه و همچنین دامنه متفاوتی از واریانس رفتارهای پرخطر مرتبط با مواد مخدر، نوشیدن الکل و رانندگی خطرناک را پیش‌بینی می‌کنند. روملی و مسمان-مور<sup>۶</sup> (۲۰۱۱) نیز در مطالعه‌ای خاطر نشان ساختند که طرح‌واره‌های حوزه بریدگی و طرد و دیگرجهت‌مندی به طور معنی‌داری سطح بالای رفتارهای جنسی پرخطر از جمله سواستفاده جنسی، تعداد زیاد شرکای جنسی و رابطه بدون پیشگیری را پیش‌بینی می‌کنند.

طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه بازنمایی‌های معتبری از تجارب عاطفی ناخوشایند دوران کودکی هستند و با توجه به ماهیت خود می‌توانند تاثیر گسترده‌ای بر فرایندهای تنظیم هیجانی داشته باشند (کالوت، اورو و هانکین<sup>۷</sup>، ۲۰۱۵). تصور می‌شود که ارزیابی‌های

1. Young  
2. Munuera, Roux, Weil, Passerieux & M'Bailara  
3. Yakin, Gençöz, Steenbergen & Arntz

4. Klosko & Weishaa  
5. Beck, Wright, Newman & Lies  
6. Roemmele & Messman-Moore  
7. Calvete, Orue & Hankin

هیجانی نادرست در موقعیت‌های پرخطر ناشی از فرض‌های ناسازگاری است که طی زندگی آموخته شده‌اند (نامنی و نعمتی، ۱۳۹۷). در این راستا، مجموعه‌ای از تحقیقات در حال رشد نشان می‌دهد که رفتارهای پرخطر ممکن است به دلیل نقص در فرایندهای تنظیم هیجانی ایجاد شوند (رویز دلارا، ناواس و پرالس<sup>۱</sup>، ۲۰۱۹). تنظیم هیجان یک مهارت بنیادی برای رشد بهنجار و عملکرد انطباقی در حوزه‌های مختلف است که امکان انعطاف‌پذیری را در موقعیت‌های هیجانی برانگیزاننده فراهم می‌کند (یانگ، ساندمن و کراسکه<sup>۲</sup>، ۲۰۱۹). تنظیم هیجان به عنوان طیفی از فرایندهای درونی و بیرونی مرتبط با نظارت، ارزیابی و تعدیل واکنش‌های هیجانی برای تحقق اهداف فردی تعریف می‌شود (گران، سالسمن و برکین<sup>۳</sup>، ۲۰۱۸). کنترل هیجانی و تنظیم هیجان منفی اغلب با سرکوب پاسخ‌های هیجانی مرتبط هستند. این نوع تنظیم هیجان در بسیاری از اوقات رفتار سالمی تلقی نشده و به عنوان خطری برای ایجاد انواع جدی مشکلات و رفتارهای پرخطر شناخته می‌شود (آبرو، کلین، مانزور، طباطبایی و تریر<sup>۴</sup>، ۲۰۱۵). افرادی که بیشتر از راهبردهای تنظیم هیجان منفی استفاده می‌کنند ممکن است مستعد استفاده از رفتارهای پرخطر جایگزین به عنوان وسیله‌ای برای کاهش حالات هیجانی منفی خود باشند، زیرا آنها فاقد راهبردهای موثری هستند که تصور می‌شود برای عملکرد موفقیت‌آمیز مهم هستند (آثورباچ، آبالا و رینگوهو<sup>۵</sup>، ۲۰۰۷). ویس، تول و گراتز<sup>۶</sup> (۲۰۱۴) در پژوهشی نشان دادند که بدتنظیمی هیجان تاثیر معنی‌داری بر رفتارهای پرخطر در زنان دارد. مطالعه محمدخانی، حسنی، اکبری و یزدان‌پناه (۲۰۲۰) نشان داد که راهبردهای تنظیم هیجان ناسازگار به طور معنی‌دار و مثبتی می‌توانند رفتارهای پرخطر کودکان را پیش‌بینی کنند. شریبر، گران و اودلوگ<sup>۷</sup> (۲۰۱۲) مطرح کردند که سطح بالای بدتنظیمی هیجان می‌تواند رفتارهای پرخطر مرتبط با مصرف مواد و الکل و قماربازی را پیش‌بینی کند.

1. Ruiz de Lara, Navas & Perales  
2. Sandman & Craske  
3. Grant, Salsman & Berkin  
4. Abro, Klein, Manzoor, Tabatabaei & Treur

5. Auerbach, Abela & Ringo Ho  
6. Weiss, Tul & Gratz  
7. Schreiber & Odlaug

تنظیم هیجان از دیدگاه شناختی نحوه ارزیابی فرد از افکار ناخواسته و باعث آشفتگی رفتارهاست (گارنفسکی، کرایج و اسپینهاون، ۲۰۰۱). مدل طرح‌واره‌ای هیجان بیانگر این است که همزمان با فعال شدن هیجان‌ها، ما نیز تفاسیر خاصی از آن‌ها داریم و این تفاسیر با راهبردهای مختلف تنظیم هیجانی و تجربه آشفتگی روانی مرتبط است (محمدی، سپهری‌شاملو و اصغری ابراهیم‌آباد، ۱۳۹۸). نظریه پردازان چنین استدلال می‌کنند که اشخاصی که نمی‌توانند به طور موثری واکنش‌های هیجانی خود را کنترل و نظارت کنند، دوره‌های شدیدتری از آشفتگی روانی را تجربه می‌کنند که می‌تواند منجر به رفتارهای پرخطر گردد (اسلام‌پناه، مهدیان و جاجرمی، ۱۳۹۸). بنابراین، به نظر می‌رسد که آشفتگی روان‌شناختی<sup>۲</sup> می‌تواند نقش واسطه‌ای قابل توجهی در رابطه بین طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه و تنظیم هیجان منفی با رفتارهای پرخطر ایفا کند. آشفتگی روان‌شناختی به طور گسترده به عنوان یک وضعیت رنج روان‌شناختی مرتبط با نشانه‌های افسردگی (به عنوان مثال: فقدان علاقه، ناراحتی و ناامیدی) و اضطراب (همچون احساس تنش، بی‌قراری و عصبانیت) تعریف می‌شود که این نشانه‌ها در برخی موارد ممکن است با علائم بدنی (شامل بی‌خوابی، سردرد و فقدان انرژی) نیز همراه باشند (دراپو، مارچاند و بیولیو-پریوست<sup>۳</sup>، ۲۰۱۲). آشفتگی روان‌شناختی پاسخی درونی به عوامل محیطی و شناختی نوجوان بوده و رفتارهای پرخطر نیز بازده بیرونی این آشفتگی محسوب می‌شوند (هالوی<sup>۴</sup> و همکاران، ۲۰۱۷). آشفتگی روان‌شناختی با رفتارهای پرخطری همچون مصرف سیگار، روابط جنسی کنترل‌نشده و فقدان فعالیت بدنی در نوجوانان مرتبط است (آرپور-نیکیتپولوس، فالکنر و اروینگ<sup>۵</sup>، ۲۰۱۲). ساولانین، کاکینن، سیرولا و اوکسانن<sup>۶</sup> (۲۰۱۸) در مطالعه‌ای گزارش کردند که انواع مختلف رفتارهای پرخطر اعتیادی همچون مصرف مواد، قمار، اعتیاد به اینترنت و نوشیدن الکل رابطه معنی‌داری با پریشانی روان‌شناختی

1. Garnefski, Kraaij & Spinhoven  
2. psychological distress  
3. Drapeau, Marchand & Beaulieu-Prévost  
4. Holloway

5. Arbour-Nicitopoulos, Faulkner & Irving  
6. Savolainen, Kaakinen, Sirola & Oksanen

بالا تر در نوجوانان دارد. پژوهش‌های لسپرانس<sup>۱</sup> (۲۰۱۳) و اسکوت-پارکر، واتسون، کینگ و هید<sup>۲</sup> (۲۰۱۱) نیز نشان دادند که آشفته‌گی روان‌شناختی به طور معنی‌داری می‌تواند درگیری در رفتارهای پرخطر جنسی، وابستگی به مواد و رانندگی خطرناک نوجوانان را پیش‌بینی کند.

براساس پژوهش‌های انجام شده، گرایش به رفتارهای پرخطر در جامعه دانش‌آموزان کشور ما هر ساله رو به افزایش است (علیزادگانی، اخوان‌تفتی و کدخدایی، ۱۳۹۸). در سال ۱۳۹۵ حدود ۳۷/۵ درصد از نوجوانان ایرانی سابقه مصرف سیگار، ۳۵/۸ درصد کتک‌کاری در خارج از مدرسه، ۵۴/۴ درصد حمل سلاح سرد در مدرسه، ۶۱/۳ درصد مصرف قلیان، ۲۸/۳ درصد مصرف مشروبات الکلی و ۵۱ درصد نیز سابقه مصرف مواد مخدر داشتند (مرزبان، ۱۳۹۷). رفتارهای مخاطره‌آمیز به عنوان یک مانع قابل توجه برای پیشرفت مثبت در بزرگسالی در نظر گرفته می‌شوند. با این حال، تعداد کمی از محققان بررسی کرده‌اند که چگونه فرایندهای روان‌شناختی اساسی در ایجاد و تشدید رفتارهای مخاطره‌آمیز نقش دارند. در پاسخ به این حقایق و ارقام نگران‌کننده، محققان تلاش می‌کنند تا عوامل مرتبط با مشارکت نوجوانان در رفتارهای پرخطر را بررسی کنند. بنابراین، با توجه به خلاء پژوهشی و ضرورت شناسایی عوامل موثر در رفتارهای پرخطر، این مطالعه با هدف پاسخ به این سوال انجام شد که آیا آشفته‌گی روان‌شناختی نقش واسطه‌ای معنی‌داری در رابطه طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه و تنظیم هیجان منفی با گرایش به رفتارهای پرخطر در دانش‌آموزان دارد؟

## روش

### جامعه، نمونه و روش نمونه‌گیری

پژوهش حاضر توصیفی-همبستگی از نوع مدل‌سازی معادلات ساختاری<sup>۳</sup> بود. جامعه آماری پژوهش شامل همه دانش‌آموزان دوره متوسطه دوم شهر میاندوآب در سال

1. Lesperance  
2. Scott-Parker, Watson, King & Hyde

3. structural equation modeling (SEM)

تحصیلی ۱۳۹۹-۱۳۹۸ به تعداد ۴۷۷۹ نفر بود. به منظور تعیین حجم نمونه در این مطالعه، از فرمول اسلووین<sup>۱</sup> ( $n = N / (1 + N \alpha^2)$ ) استفاده شد (سوتجا، هلمن، وداگاما و سوتانیا، ۲۰۱۸) و با در نظر گرفتن سطح اطمینان ۹۵ درصد، حجم نمونه ۳۹۹ نفر محاسبه و به روش نمونه‌گیری تصادفی خوشه‌ای چند مرحله‌ای انتخاب شدند. نحوه انتخاب نمونه آماری بدین صورت بود که ابتدا از بین ۴۴ مدرسه سطح متوسطه دوم شهر میاندوآب، ۶ مدرسه (۳ مدرسه پسرانه و ۳ مدرسه دخترانه) و از هر مدرسه ۳ کلاس (۳۰ نفری) به تصادف انتخاب شدند. جهت رعایت اخلاق پژوهشی، در خصوص محرمانه ماندن اطلاعات جمع‌آوری شده و داشتن اختیار کامل برای قطع همکاری با پژوهشگر در هر مرحله از پژوهش اطمینان خاطر داده شد و فرم رضایت‌نامه آگاهانه نیز قبل از اجرای پرسش‌نامه‌ها تکمیل گردید. برای تجزیه و تحلیل داده‌ها از روش‌های همبستگی پیرسون در نرم‌افزار اسپاس-اس-۲۶ و روش مدل‌سازی معادلات ساختاری در نرم‌افزار آموس انجام شد.

## ابزار

۱- فرم کوتاه پرسش‌نامه طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه<sup>۳</sup>: فرم کوتاه پرسش‌نامه طرح‌واره یانگ ابزار خودگزارشی ۷۵ سوالی است که در سال ۱۹۹۸ توسط یانگ برای اندازه‌گیری طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه ساخته شده است (به نقل از یوسفی، ادهمیان و عبدالمحمدی، ۱۳۹۵). این پرسش‌نامه ۱۵ طرح‌واره ناسازگار اولیه را در قالب ۵ حوزه می‌سنجد. این حوزه‌ها عبارتند از: ۱- حوزه بریدگی و طرد شامل طرح‌واره‌های محرومیت هیجانی (سوالات ۱ تا ۵)، رهاشدگی/بی‌ثباتی (سوالات ۶ تا ۱۰)، بی‌اعتمادی/بدرفتاری (سوالات ۱۱ تا ۱۵)، انزوای اجتماعی/بیگانگی (سوالات ۱۶ تا ۲۰) و نقص/شرم (سوالات ۲۱ تا ۲۵)؛ ۲- حوزه خودمختاری و عملکرد مختل شامل طرح‌واره‌های شکست (سوالات ۲۶ تا ۳۰)، وابستگی/بی‌کفایتی (سوالات ۳۱ تا ۳۵)، آسیب‌پذیری نسبت به زیان یا بیماری (سوالات ۳۶ تا ۴۰) و خودتحوّل نیافته/گرفتار (سوالات ۴۱ تا ۴۵)؛ ۳- حوزه

دیگر جهت‌مندی شامل طرح‌واره‌های اطاعت (سوالات ۴۶ تا ۵۰) و ایثار/ از خودگذشتگی (سوالات ۵۱ تا ۵۵)؛ ۴- حوزه گوش به زنگی بیش از حد و بازداری شامل طرح‌واره‌های بازداری هیجانی (سوالات ۵۶ تا ۶۰) و معیارهای سرسختانه/عیب‌جویی افراطی (سوالات ۶۱ تا ۶۵)؛ و ۵- حوزه محدودیت‌های مختل شامل طرح‌واره‌های استحقاق/بزرگ‌منشی (سوالات ۶۶ تا ۷۰) و خویش‌تن‌داری/خودانضباطی ناکافی (سوالات ۷۱ تا ۷۵). در فرم کوتاه، هر طرح‌واره توسط پنج سؤال سنجیده می‌شود (یوسفی و همکاران، ۱۳۹۵). هر سؤال بر روی یک مقیاس لیکرت ۵ درجه‌ای از ۱ (کاملاً غلط) تا ۵ (کاملاً درست) نمره‌گذاری می‌شود. در این پرسش‌نامه، حداقل نمره ۷۵ و حداکثر نمره ۳۷۵ است و نمره بالا نشان‌دهنده سطح بالای طرح‌واره‌های ناسازگارانه اولیه می‌باشد. صدوقی، وفایی رسول‌زاده طباطبایی و اصفهانیان (۱۳۸۶) و آهی، محمدی‌تر و بشارت (۱۳۸۶) ساختار عاملی و روایی سازه این پرسش‌نامه را تایید کردند. ذوالفقاری، فاتحی‌فر و عابدی (۱۳۸۷) ضریب پایایی پرسش‌نامه را برای کل مقیاس ۰/۹۴ و برای حوزه بریدگی و طرد ۰/۹۱، خودگردانی و عملکرد مختل ۰/۹۰، محدودیت‌های مختلف ۰/۷۳، دیگر جهت‌مندی ۰/۶۷ و گوش به زنگی بیش از حد و بازداری ۰/۷۸ گزارش نمودند.

۲- پرسش‌نامه تنظیم شناختی هیجان<sup>۱</sup>: این پرسش‌نامه یک ابزار خودگزارشی است که توسط گارنفسکی و همکاران (۲۰۰۱) به منظور اندازه‌گیری راهبردهای تنظیم شناختی هیجان در پاسخ به حوادث تهدیدکننده و استرس‌زای زندگی طراحی شده است. این پرسش‌نامه شامل ۳۶ آیتم و ۹ زیرمقیاس است که ۵ زیرمقیاس راهبردهای تنظیم شناختی هیجان سازگار یا مثبت شامل پذیرش (سوالات ۲، ۱۱، ۲۰، ۲۹)، تمرکز مجدد مثبت (سوالات ۴، ۱۳، ۲۲، ۳۱)، تمرکز مجدد بر برنامه‌ریزی (سوالات ۵، ۱۴، ۲۳، ۳۲)، ارزیابی مجدد مثبت (سوالات ۶، ۱۵، ۳۳، ۲۴) و دیدگاه‌گیری (سوالات ۷، ۳۴، ۲۵، ۱۶) و ۴ زیرمقیاس نیز راهبردهای تنظیم شناختی هیجان ناسازگار یا منفی شامل سرزنش خود (سوالات ۱، ۱۰، ۱۹، ۲۸)، نشخوار فکری (سوالات ۳، ۱۲، ۲۱، ۳۰)، فاجعه‌انگاری



(سوالات ۸، ۱۷، ۳۵، ۲۶) و سرزنش دیگران (سوالات ۹، ۳۶، ۲۷، ۱۸) را اندازه‌گیری می‌کند. دو مقیاس کلی راهبردهای تنظیم شناختی هیجان مثبت و منفی نیز برای پرسش‌نامه محاسبه می‌شود. نحوه نمره‌گذاری این پرسش‌نامه به صورت طیف لیکرت ۵ درجه‌ای از ۱ (تقریباً هرگز) تا ۵ (تقریباً همیشه) می‌باشد. نمرات هر زیرمقیاس در دامنه‌ای از ۴ تا ۲۰ و نمره کل راهبردهای مثبت در دامنه‌ای از ۲۰ تا ۱۰۰ و نمره کل راهبردهای منفی در دامنه‌ای از ۱۶ تا ۸۰ محاسبه می‌شود (سیاح، اولی‌پور، اردمه، شهیدی و یعقوبی عسگرآباد، ۱۳۹۳). روایی سازه این مقیاس در ایران با استفاده از تحلیل عاملی تأیید شده است و پایایی آن با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ برای زیرمقیاس‌ها بین ۰/۶۴ تا ۰/۸۲ گزارش شده است (به نقل از سیاح و همکاران، ۱۳۹۳). در بررسی مقدماتی ویژگی‌های اعتبارسنجی این پرسش‌نامه در نمونه‌ای از جمعیت عمومی، ضرایب آلفای کرونباخ برای خرده‌مقیاس‌ها از ۰/۶۷ تا ۰/۸۹ محاسبه شد (به نقل از سیاح و همکاران، ۱۳۹۳). بشارت و بزازیان (۱۳۹۳) پایایی بازآزمایی برای خرده‌مقیاس‌های این پرسش‌نامه را در دو نوبت با فاصله زمانی دو تا چهار هفته ۰/۷۰ تا ۰/۸۳ گزارش کردند.

۱۵۱

151

۳- مقیاس خطرپذیری جوانان ایرانی<sup>۱</sup>: برای سنجش گرایش به رفتارهای پرخطر از مقیاس خطرپذیری جوانان ایرانی استفاده شد. زاده‌محمدی، احمدآبادی و حیدری (۱۳۹۰) این پرسش‌نامه را در ۳۸ عبارت تدوین کرده‌اند که آسیب‌پذیری نوجوانان در ۷ دسته رفتارهای پرخطر از قبیل خشونت، رانندگی مخاطره‌آمیز، مصرف سیگار، مصرف مواد مخدر، مصرف الکل، رابطه و رفتار جنسی و گرایش به جنس مخالف را می‌سنجد. هر عبارت بر روی یک مقیاس لیکرت ۵ گزینه‌ای از کاملاً موافق = ۵ تا کاملاً مخالف = ۱ نمره‌گذاری می‌شود. حداقل و حداکثر نمره در این آزمون به ترتیب برابر با ۳۸ و ۱۹۰ است و نمرات بالاتر نشان‌دهنده سطح بالای گرایش به رفتارهای پرخطر است. زاده‌محمدی و همکاران (۱۳۹۰) روایی سازه مقیاس را با استفاده از تحلیل عاملی اکتشافی تأیید و پایایی آن را به شیوه آلفای کرونباخ برای کل مقیاس ۰/۹۴ و برای خرده‌مقیاس‌های

آن در دامنه‌ای از ۰/۷۴ تا ۰/۹۳ بدست آوردند. در پژوهش مهرابی، محمودی و مولوی (۱۳۹۵)، همسانی درونی این پرسش‌نامه به شیوه آلفای کرونباخ ۰/۹۵ گزارش گردید.

۴- مقیاس آشفتگی روان‌شناختی<sup>۱</sup>: این پرسش‌نامه توسط عطادخت، دانشور، فتحی گیلارلو و سلیمانی (۱۳۹۴) ساخته شده است و دارای ۱۴ سوال است که سطح آشفتگی روانی فرد را اندازه‌گیری می‌کند. نمره‌گذاری پرسش‌نامه به صورت بلی و خیر است. بدین صورت که، هر پاسخ بلی ۱ امتیاز و هر پاسخ خیر نمره صفر می‌گیرد. حداقل و حداکثر نمره در این مقیاس صفر و ۱۴ است که نمرات بالا نشان‌دهنده سطح بالای آشفتگی می‌باشد. عطادخت و همکاران (۱۳۹۴) ضمن تایید روایی سازه و ساختار تک‌عاملی مقیاس، پایایی آلفای کرونباخ مقیاس را ۰/۷۶ و پایایی بازآزمایی مقیاس را در فاصله ۴ هفته ۰/۷۰ بدست آوردند.

#### یافته‌ها

در این مطالعه، ۱۶/۸ درصد از شرکت‌کنندگان دارای سن ۱۵ سال، ۳۳/۱ درصد ۱۶ سال، ۲۳/۳ درصد ۱۷ سال و ۲۶/۸ درصد نیز ۱۸ سال بودند. ۴۳/۴ درصد از دانش‌آموزان پسر و ۵۶/۶ درصد نیز دختر بودند. میانگین سنی برای کل شرکت‌کنندگان برابر با ۱۶/۶۰، برای پسران برابر با ۱۶/۵۱ و برای دختران برابر با ۱۶/۶۷ بود. ۳۲/۵ درصد از شرکت‌کنندگان در پایه دهم، ۴۶/۲ درصد در پایه یازدهم و ۲۱/۳ درصد نیز در پایه دوازدهم مشغول به تحصیل بودند. ۳۷/۲ درصد از آزمودنی‌ها در رشته علوم انسانی، ۳۳/۷ درصد علوم تجربی و ۲۹/۱ درصد علوم ریاضی بودند. جدول ۱ شاخص‌های توصیفی و پراکنندگی متغیرهای پژوهش را نشان می‌دهد.

جدول ۱: میانگین و انحراف استاندارد و آماره‌های کجی و کشیدگی جهت بررسی نرمال بودن توزیع داده‌ها

متغیرها	میانگین	انحراف استاندارد	کجی	کشیدگی
حوزه بریدگی و طرد	۵۹/۹۰	۱۳/۹۹	۰/۴۸	۰/۰۶
خودمختاری و عملکرد مختل	۴۷/۸۹	۹/۹۴	۰/۱۵۳	۰/۰۲
دیگرجهت مندی	۲۷/۲۲	۶/۵۳	۰/۱۷	-۰/۴۰
گوش به زنگی	۱۸/۰۵	۶/۹۴	۰/۹۸	۰/۲۳
محدودیت‌های مختل	۱۹/۴۹	۶/۲۳	۰/۷۴	۰/۳۸
طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه کلی	۱۷۲/۵۴	۳۷/۶۷	۰/۴۵	۰/۰۱
ملاطت خویش	۱۰/۵۵	۲/۹۰	۰/۲۳	۰/۳۹
نشخوار گری	۱۰/۶۸	۳/۲۹	۰/۵۴	۰/۱۵
فاجعه‌انگاری	۱۰/۶۸	۳/۲۵	۰/۵۲	۰/۰۷
ملاطت دیگران	۱۰/۴۱	۳/۳۷	۰/۵۴	-۰/۲۱
تنظیم هیجان منفی	۴۲/۳۲	۱۰/۵۵	۰/۴۲	-۰/۱۱
آشفته‌گی روان‌شناختی	۸/۰۷	۴/۶۷	-۰/۱۶	-۱/۱۳
مواد مخدر	۲۴/۰۰	۸/۵۴	-۰/۲۳	-۰/۸۸
الکل	۱۷/۹۱	۶/۰۵	-۰/۲۱	-۰/۸۱
سیگار	۱۵/۴۰	۵/۰۰	-۰/۱۲	-۰/۸۳
خشونت	۱۵/۱۸	۵/۰۵	-۰/۱۳	-۰/۶۱
رفتار جنسی	۱۱/۷۵	۴/۴۵	-۰/۱۷	-۰/۹۶
جنس مخالف	۱۱/۸۷	۴/۴۱	-۰/۱۲	-۰/۷۵
رانندگی خطرناک	۱۸/۲۵	۵/۸۴	-۰/۲۲	-۰/۶۵
گرایش به رفتار پرخطر	۱۱۴/۳۶	۳۶/۱۰	-۰/۱۶	-۰/۷۷

با توجه به جدول ۱، شاخص‌های کجی و کشیدگی گزارش شده حاکی از این است که پیش فرض نرمال بودن توزیع داده‌ها برای متغیرهای پژوهش برقرار است. به عبارت دیگر، این شاخص‌ها در محدوده  $+2$  و  $-2$  قرار دارند که نشان‌دهنده نرمال بودن توزیع داده‌ها می‌باشد (مصرآبادی، ۱۳۹۵). همچنین، نتیجه بررسی تشخیصی داده‌های پرت تک‌متغیری در متغیر وابسته گرایش به رفتارهای پرخطر با استفاده از نمودار جعبه‌ای، نمودار Q-Q، تبدیل نمرات خام به نمرات استاندارد و بررسی نمرات Z بزرگتر از  $2/5$  نشان داد که داده پرت تک‌متغیری وجود نداشت. همچنین، بررسی فاصله ماهالانویس به منظور

تشخیص داده‌های پرت چندمتغیری نشان داد که داده پرت چندمتغیری وجود نداشت.

جدول ۲، نتایج همبستگی پیرسون برای متغیرهای پژوهش را نشان می‌دهد.

جدول ۲: نتایج همبستگی پیرسون برای متغیرهای پژوهش

متغیرها	طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه	تنظیم هیجان منفی	آشفتگی روان-شناختی	گرایش به رفتارهای پرخطر
طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه	-	-	-	-
تنظیم هیجان منفی	۰/۳۹*	-	-	-
آشفتگی روان‌شناختی	۰/۳۹*	۰/۳۹*	-	-
گرایش به رفتارهای پرخطر	۰/۶۰*	۰/۴۷*	۰/۵۱*	-

\*  $p < 0.01$

با توجه به جدول ۲، بین طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه، تنظیم هیجان منفی، آشفتگی روان‌شناختی و گرایش به رفتارهای پرخطر در نوجوانان روابط مثبت و معنی‌داری وجود داشت ( $p < 0.01$ ). بنابراین، با توجه به این همبستگی‌های معنادار، انجام مدل‌سازی معادلات ساختاری امکان‌پذیر است. در ادامه، برای بررسی برازش مدل، شاخص مجذور خی دو، شاخص برازندگی تطبیقی<sup>۱</sup>، شاخص نیکویی برازش<sup>۲</sup> و ریشه میانگین مجذور خطای تقریب<sup>۳</sup> مورد بررسی قرار گرفتند. برازش قابل قبول برای خی دو تقسیم بر درجه آزادی کمتر از ۳، شاخص‌های برازندگی تطبیقی و نیکویی برازش بزرگتر از ۹۰، و ریشه میانگین مجذور خطای تقریب کمتر از ۰/۰۸ نشان‌دهنده برازش قابل قبول است. نتایج بررسی برازش مدل در جدول ۳ ارائه شده است.

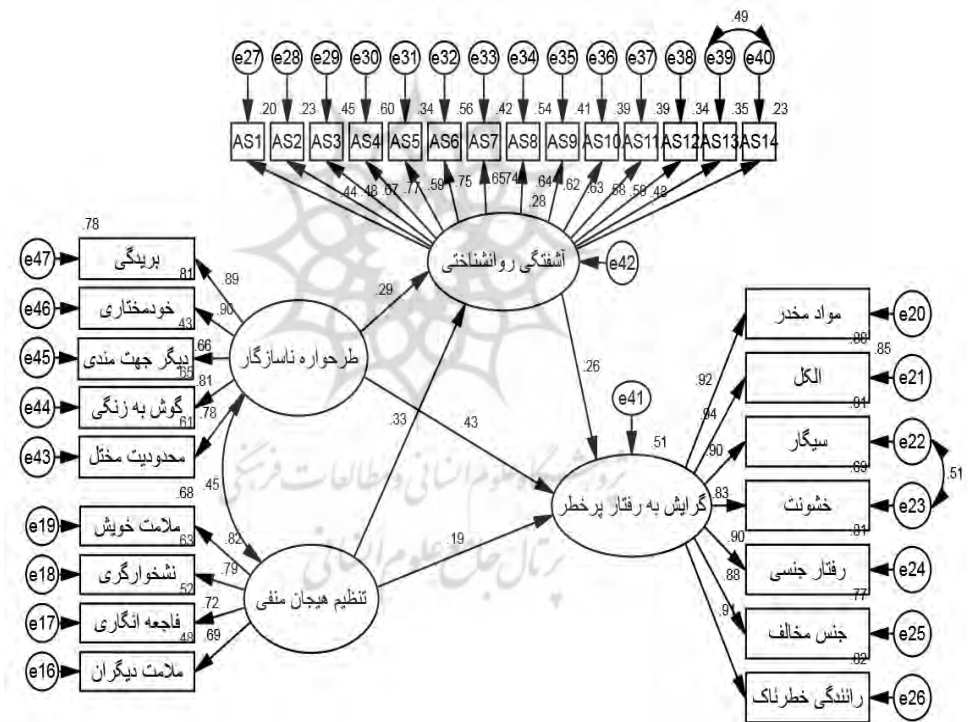
جدول ۳: شاخص‌های برازش مدل

شاخص‌ها	خی دو	درجه آزادی	درجه آزادی	تقسیم بر	خی دو	درجه آزادی	ریشه میانگین مجذور خطای تقریب
مدل پیشنهادی اولیه	۱۵۷۴/۰۹	۴۰۰	۳/۹۳	۰/۸۰	۰/۸۶	۰/۸۶	۰/۰۸۶
مدل اصلاح‌شده	۱۳۰۸/۲۹	۳۹۷	۳/۲۹	۰/۸۳	۰/۹۰	۰/۹۰	۰/۰۷۶

1. comparative fit index (CFI)  
2. goodness of fit index (GFI)

3. root mean square error of approximation (RMSEA)

با توجه به جدول ۳ شاخص‌های برازش مدل پیشنهادی اولیه حاکی از برازش نسبتاً ضعیف مدل بود و نشان داد که مدل پیشنهادی به اصلاحاتی نیاز دارد. لذا، با توجه به پیشنهادات اصلاحی برنامه آموس، خطای بین سوالات ۱۳ و ۱۴ در متغیر آشفته‌گی روان‌شناختی، و جملات خطای بین مولفه گرایش به سیگار و گرایش به خشونت در متغیر گرایش به رفتارهای پرخطر همبسته شدند. لذا، بعد از اصلاحات انجام شده، مدل نهایی در جدول ۳ حاکی از برازش تقریباً قابل قبول مدل بود. همچنین، نتایج تحلیل معادلات ساختاری برای مدل اصلاح شده در نمودار ۱ و جدول ۴ ارائه شده است.



نمودار ۱: ضرایب تاثیر طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه و تنظیم هیجان منفی بر گرایش به رفتارهای پرخطر از طریق آشفته‌گی روان‌شناختی

مطابق با نمودار ۱ و جدول ۴ مسیر مستقیم از طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه به گرایش به رفتارهای پرخطر ( $\beta=0/43$ ) و آشفته‌گی روان‌شناختی ( $\beta=0/29$ )، مسیر مستقیم از تنظیم هیجان منفی به گرایش به رفتارهای پرخطر ( $\beta=0/19$ ) و آشفته‌گی روان‌شناختی ( $\beta=0/33$ )، و مسیر مستقیم از آشفته‌گی روان‌شناختی به گرایش به رفتارهای پرخطر ( $\beta=0/26$ ) از نظر آماری معنی‌دار بودند ( $p<0/001$ ). در ادامه، به منظور آزمون نقش واسطه‌ای پریشانی روان‌شناختی در رابطه طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه و تنظیم هیجان منفی با رفتارهای پرخطر از آزمون بوت استرپ در برنامه آموس با تعداد باز نمونه گیری ۵۰۰۰ نفر استفاده شد که نتایج آن در جدول ۴ درج شده است.

جدول ۴: اثرات مستقیم و غیر مستقیم

اثر غیر مستقیم	اثر مستقیم	متغیرهای پژوهش
* ۰/۵۱	-	تأثیر مستقیم طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه بر گرایش به رفتارهای پرخطر
* ۰/۲۹	-	تأثیر مستقیم طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه بر آشفته‌گی روان‌شناختی
* ۰/۲۸	-	تأثیر مستقیم تنظیم هیجان منفی بر گرایش به رفتارهای پرخطر
* ۰/۳۳	-	تأثیر مستقیم تنظیم هیجان منفی بر آشفته‌گی روان‌شناختی
* ۰/۲۶	-	تأثیر مستقیم آشفته‌گی روان‌شناختی بر گرایش به رفتارهای پرخطر
-	* ۰/۰۸	تأثیر غیر مستقیم طرح‌واره‌های ناسازگار بر رفتارهای پرخطر از طریق آشفته‌گی روان‌شناختی
-	* ۰/۰۹	تأثیر غیر مستقیم تنظیم هیجان منفی بر رفتارهای پرخطر از طریق آشفته‌گی روان‌شناختی

\*  $p < 0/001$ 

نتایج جدول ۴ نشان می‌دهد که طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه ( $\beta=0/08$ ) و تنظیم هیجان منفی ( $\beta=0/09$ ) تأثیر غیر مستقیم مثبت معناداری بر رفتارهای پرخطر از طریق پریشانی روان‌شناختی داشتند ( $p<0/001$ ). در کل، طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه و تنظیم هیجان منفی قادر به تبیین ۲۸ درصد از واریانس آشفته‌گی روان‌شناختی بودند. همچنین، طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه، تنظیم هیجان منفی و آشفته‌گی روان‌شناختی بطور همزمان قادر به تبیین ۵۱ درصد از واریانس گرایش به رفتارهای پرخطر بودند. بنابراین، با توجه به

نتایج بدست آمده، نقش واسطه‌ای آشفستگی روان‌شناختی در رابطه طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه و تنظیم هیجان منفی با گرایش به رفتارهای پرخطر در دانش‌آموزان تایید شد.

### بحث و نتیجه‌گیری

این پژوهش با هدف تعیین نقش واسطه‌ای آشفستگی روان‌شناختی در رابطه طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه و تنظیم هیجان منفی با گرایش به رفتارهای پرخطر در دانش‌آموزان انجام شد. یافته اول نشان داد که طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه قادر به پیش‌بینی معنی‌دار و مثبت گرایش به رفتارهای پرخطر و آشفستگی روان‌شناختی هستند. این یافته با یافته‌های مارنگو و همکاران (۲۰۱۹)؛ روملی و مسمان-مور (۲۰۱۱)؛ تیم<sup>۱</sup> (۲۰۱۷) و گانگ و چان<sup>۲</sup> (۲۰۱۸) همسو است. مطالعات نشان دادند که طرح‌واره‌های ناسازگار محرومیت هیجانی، بی‌اعتمادی و معیارهای سرسختانه و به طور کلی طرح‌واره‌های حوزه بریدگی و طرد و دیگر جهت‌مندی می‌توانند سطح بالای رفتار پرخطر مرتبط با مصرف مواد مخدر و رفتارهای جنسی پرخطر از جمله سوء استفاده جنسی، تعداد زیاد شرکای جنسی و رابطه بدون پیشگیری را پیش‌بینی کنند (ضمیری‌نژاد، حجت، مسلم، مقدم‌حسینی و اکابری، ۲۰۱۷)؛ روملی و مسمان-مور، ۲۰۱۱). یافته‌های تیم (۲۰۱۷) و گانگ و چان (۲۰۱۸) نیز حاکی از این بود که طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه به صورت مستقیم و غیر مستقیم (از طریق بدر رفتاری دوران کودکی، ذهن آگاهی و خودشفقتی) قادر به پیش‌بینی آشفستگی روان‌شناختی می‌باشند. در توجیه این یافته می‌توان مطرح کرد که حضور طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه می‌تواند منجر به تشدید نگرش انتقادی نسبت به خود شوند. گیلبرت و پروکتر<sup>۳</sup> (۲۰۰۶) مطرح کردند که خودانتقادی بالا اغلب به دنبال طرد یا آسیب اولیه ایجاد می‌شود. طرح‌واره‌های ناسازگار الگوهای هیجانی و شناختی خودآسیب‌رسانی هستند که در ابتدای رشد و تحول در ذهن شکل گرفته و در مسیر زندگی تکرار می‌شوند (یانگ و همکاران، ۲۰۰۳). بنابراین، این طرح‌واره‌ها در عمیق‌ترین سطح شناخت و بیرون از سطح آگاهی، فرد را به لحاظ روان‌شناختی نسبت به ایجاد آشفستگی روان‌شناختی آسیب‌پذیر

کرده و با افزایش خودانتقادی درونی می‌توانند موجب افزایش گرایش به رفتارهای پرخطر در نوجوانان شوند. از سویی، یانگ بر این باور است که طرح‌واره‌های ناسازگار در افراد به تجربه رویدادهای منفی در زندگی منجر می‌شود و حضور چنین رویدادهای منفی در زندگی شخص باعث احساس پریشانی روانی بیش از حد می‌گردند که می‌تواند زمینه بروز رفتارهای پرخطر گردد. به عبارت دیگر، کسانی که طرح‌واره‌های ناسازگار بالایی دارند بیشتر تحت تاثیر حوادث منفی زندگی و رفتارهای پرخطر قرار می‌گیرند (شعبانی، ۱۳۹۶).

یافته دوم حاکی از این بود که تنظیم هیجان منفی به طور معنی‌داری قادر به پیش‌بینی مثبت گرایش به رفتارهای پرخطر و آشفتگی روان‌شناختی بود. این یافته با یافته‌های ویس و همکاران (۲۰۱۴)؛ کیم<sup>۱</sup> (۲۰۲۰)؛ محمدخانی و همکاران (۲۰۲۰)؛ ما و فانگ<sup>۲</sup> (۲۰۱۹) و شریبر و همکاران (۲۰۱۲) همسو است. این پژوهشگران در مطالعات خود همسو با یافته این پژوهش گزارش نمودند که بدتنظیمی هیجان و راهبردهای تنظیم هیجان ناسازگارانه می‌تواند سطح بالای رفتارهای پرخطر در زنان و کودکان و همچنین رفتارهای پرخطر مرتبط با مصرف مواد و الکل و قماربازی را پیش‌بینی کنند. ما و فانگ (۲۰۱۹) با مطالعه ۱۰۶۷ نفر از نوجوانان چینی گزارش دادند که راهبردهای نظم‌بخشی هیجان و دشواری در تنظیم هیجان رابطه معنی‌داری با آشفتگی روان‌شناختی دارند و قادر به تعدیل معنی‌دار رابطه بین ذهن آگاهی و آشفتگی روان‌شناختی در نوجوانان هستند. پژوهش کیم (۲۰۲۰) نیز حاکی از این بود که راهبردهای تنظیم شناختی هیجان رابطه معنی‌داری با ابعاد مختلف آشفتگی روان‌شناختی از جمله افسردگی، اضطراب و جسمانی‌سازی دارند. در تبیین این یافته می‌توان اشاره نمود که سطح بالای تنظیم هیجان منفی به نوبه خود ممکن است منجر به نقص در درک، پذیرش و خودکنترلی هیجانات شده و فرایند درگیری با واکنش‌های هیجانی ناکارآمد همچون رفتار پرخاشگرانه نسبت به دیگران یا سرزنش خود را تسهیل کند که همه این موارد با سطح بالایی از پریشانی روان‌شناختی همراه هستند (جیمenez، نیلز و پارک<sup>۳</sup>، ۲۰۱۰). مطالعات نشان داده‌اند که استفاده از راهبردهای تنظیم هیجانی منفی

1. Kim  
2. Ma & Fang

3. Jimenez, Niles & Park



باعث افزایش آسیب‌پذیری روانی می‌شود (لی<sup>۱</sup>، ۲۰۱۰). بنابراین، سطوح بالای تنظیم هیجان منفی می‌تواند خطر پاسخ‌های رفتاری ناسازگارانه را افزایش دهد و مانع توانایی فرد برای کنترل رفتار شود (شادکام، ملازاده و یآوری، ۱۳۹۵). لذا، افرادی که فاقد مهارت‌های تنظیم هیجان موثر هستند، عواطف و هیجانات منفی را به صورت غیرقابل تحمل تجربه می‌کنند که این خود می‌تواند منجر به افزایش گرایش به رفتارهای پرخطر به منظور تعدیل آشفتگی روان‌شناختی شود.

با توجه به یافته سوم تحقیق حاضر، آشفتگی روان‌شناختی توانست بخش قابل توجهی از گرایش به رفتارهای پرخطر را در دانش‌آموزان به طور مثبت و معنی‌داری پیش‌بینی کند. این یافته با یافته‌های اسکوت-پارکر و همکاران (۲۰۱۱)؛ آربور-نیکیتپولوس و همکاران (۲۰۱۲)؛ لسپرانس (۲۰۱۳)؛ ساولانین و همکاران (۲۰۱۸) و پاکستون، والویز، واتکینز، هابنر و وازنر-درن<sup>۲</sup> (۲۰۰۷) همسو است. در این راستا، پژوهش‌های لسپرانس (۲۰۱۳) و اسکوت-پارکر و همکاران (۲۰۱۱) نشان دادند که آشفتگی روان‌شناختی به طور معنی‌داری می‌تواند درگیری در رفتارهای پرخطر جنسی، وابستگی به مواد و رانندگی خطرناک نوجوانان را پیش‌بینی کند. پاکستون و همکاران (۲۰۰۷) خاطر نشان کرده‌اند دانش‌آموزانی که به میزان بیشتری با رفتارهای پرخطر و مصرف سیگار درگیر هستند پنجاه درصد بیش از سایر همسالان خود آشفتگی روان‌شناختی را گزارش می‌کنند. در تبیین نقش آشفتگی روان‌شناختی در رفتارهای پرخطر نوجوانان می‌توان مطرح ساخت که هر دو متغیر دارای عوامل سبب‌شناسی مشابهی همچون وضعیت اجتماعی-اقتصادی ضعیف، آسیب‌پذیری خانوادگی و یا مشکلات رفتاری هستند. به عبارت دیگر، وضعیت اقتصادی-اجتماعی ضعیف با محرومیت، تبعیض، آشفتگی روان‌شناختی و مصرف مواد مرتبط است (گرین، زیراک، رابرتسون، فوترگیل و انسمینگر<sup>۳</sup>، ۲۰۱۲). مشکلات سلامت روان و یا رفتارهای پرخطر والدین اغلب به دلیل عوامل مستعدکننده ژنتیکی و یا روابط ناسالم

1. Lee  
2. Paxton, Valois, Watkins, Huebner  
& Wazner Drane

3. Green, Zebrak, Robertson,  
Fothergill & Ensminger

خانوادگی و محیطی با ریسک بالای بروز رفتارهای پرخطر در نوجوانان همراه است (نیلسون، لارسن، هجورسوج، تراپ و نوردیتوفت<sup>۱</sup>، ۲۰۱۷). در نهایت، مشکلات رفتاری کودکی نیز ممکن است منجر به آشفتگی روانی و رفتارهای پرخطر گردد. ارتباط شدیدی بین مشکلات رفتاری دوران کودکی و آشفتگی‌های روان‌شناختی دوران نوجوانی و به دنبال آن گرایش به رفتارهای پرخطر گزارش شده است (چیچتی و هندلی<sup>۲</sup>، ۲۰۱۹). بنابراین، وجود عوامل سبب‌شناسی یکسان می‌تواند دلیلی بر تاثیر آشفتگی روان‌شناختی بر گرایش بیشتر به رفتارهای پرخطر در نوجوانان تلقی شود.

مهمترین یافته پژوهش حاضر نشان داد که طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه و تنظیم هیجان منفی از طریق آشفتگی روان‌شناختی به صورت مثبت تاثیر غیر مستقیمی بر رفتارهای پرخطر داشتند. به طوری که، با افزایش یا کاهش نمرات افراد در طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه و تنظیم هیجان منفی، نمرات آنها در آشفتگی روان‌شناختی نیز به مراتب افزایش یا کاهش یافته و به دنبال این امر سطح گرایش به رفتارهای پرخطر در دانش‌آموزان تحت تاثیر قرار می‌گیرد. این یافته با بخشی از یافته‌های مارنگو و همکاران (۲۰۱۹)؛ تیم (۲۰۱۷)؛ شریبر و همکاران (۲۰۱۲)؛ ضمیری‌نژاد و همکاران (۲۰۱۷)؛ ما و فانگ (۲۰۱۹)؛ اسکوت-پارکر و همکاران (۲۰۱۱)؛ روملی و مسمان-مور (۲۰۱۱)؛ ویس و همکاران (۲۰۱۴) و پاکستون و همکاران (۲۰۰۷) همسو است. این پژوهشگران گزارش نمودند که طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه و بدتنظیمی هیجان تاثیر معنی‌داری بر آشفتگی روان‌شناختی نوجوانان دارد (گانگ و چان، ۲۰۱۸؛ ما و فانگ، ۲۰۱۹؛ کیم، ۲۰۲۰) و می‌تواند بخشی از تغییرات درگیری در فعالیتهای غیرقانونی و پرخاشگرانه و همچنین رفتارهای پرخطر مرتبط با مواد مخدر، نوشیدن الکل و رانندگی خطرناک را پیش‌بینی کنند (مارنگو و همکاران، ۲۰۱۹؛ ویس و همکاران، ۲۰۱۴). آشفتگی روان‌شناختی نیز می‌تواند تاثیر قابل توجهی بر درگیری نوجوانان در رفتارهای پرخطر جنسی، وابستگی به مواد و رانندگی خطرناک داشته باشد (لسپرانس، ۲۰۱۳؛ آربور-نیکیتپولوس و همکاران، ۲۰۱۲).

1. Nilsson, Laursen, Hjorthøj,  
Thorup & Nordentoft

2. Cicchetti & Handley

در تبیین این یافته می‌توان مطرح ساخت که طرح‌واره‌های شناختی ساختارهای بسیار مقاومی هستند که برای تفسیر و درک محیط به کار می‌روند. این طرح‌واره‌ها با تجارب جدیدی که در دوران نوجوانی روی می‌دهد (به عنوان مثال، آزادی، مسئولیت و برخوردارهای عاشقانه) تقویت می‌شوند و این اصلاح طرح‌واره در طول دوره بزرگسالی ادامه دارد (یانگ و همکاران، ۲۰۰۳). تجارب مثبت معمولاً تفکر سازگارانه را تقویت می‌کنند. در حالی که، شرایط آسیب‌زا و انتقادات تکراری باعث توسعه و تداوم طرح‌واره‌های منفی می‌شوند (سایمونز، سیستاد، سایمونز و هانسن<sup>۱</sup>، ۲۰۱۸). رشد طرح‌واره‌های منفی به طور بالقوه موجب ایجاد تحریف‌های شناختی در تفکر می‌شوند و در این شرایط فرد قادر به تولید توضیحات جایگزین و قابل قبول برای مقابله با خطاهای شناختی نیست. بنابراین، این الگوهای تفکر ناسازگار موجب بروز حالت‌های هیجانی منفی می‌شوند و درگیری در تنظیم هیجان منفی را تسهیل می‌کنند (یاکین و همکاران، ۲۰۱۹). توانایی تنظیم هیجان برای تجربیات عاطفی نوجوانان و سازگاری آن‌ها با چالش‌های عاطفی-اجتماعی بسیار مهم است (مک‌لوقلین، هاتزنبوهرلر، مینن و نولن-هوکسما<sup>۲</sup>، ۲۰۱۱). طبق نظریه بک (۱۹۶۷؛ به نقل از شعبانی‌خدییو و احمدیان، ۱۳۹۸)، اختلال در تنظیم هیجان و استفاده بیشتر از تنظیم هیجان منفی با فعال شدن طرح‌واره‌های ناکارآمد مرتبط است. بنابراین، کودکانی که در خانواده آشفته پرورش می‌یابند تمایل به توسعه طرح‌واره‌های ناسازگار و بدتنظیمی هیجان دارند (شیپمن<sup>۳</sup> و همکاران، ۲۰۰۷) و این کودکان ممکن است الگوهای مناسبی برای کنار آمدن با هیجانات منفی نداشته باشند و با گذشت زمان این هیجانات غیرقابل تحمل تلقی شوند (رضایی، غضنفری و رضایی، ۲۰۱۶). فقدان راهبردهای انطباقی برای مقابله با تاثیر طرح‌واره‌های ناسازگار و هیجانات منفی ممکن است منجر به آشفتگی روان‌شناختی در نوجوانان گردد و این آشفتگی نیز زمینه تعاملات بین فردی ناکارآمد و طرد نوجوان از طرف خانواده و منابع حمایتی را فراهم

1. Simons, Sistad, Simons & Hansen
2. McLaughlin, Hatzenbuehler, Mennin & Nolen-Hoeksema
3. Shipman

می‌سازد. آشفتگی روان‌شناختی ایجادشده ممکن است در پاسخ به محرک‌های برانگیزاننده آشفتگی، احتمال استفاده از راهبردهای هیجانی ناسازگار را افزایش دهد و با ایجاد دور باطل موجب بروز و تداوم گرایش به رفتارهای پرخطر گردد (هاول، لیرو، هوگان، باکتر و زولنسکی، ۲۰۱۰). افرادی که از رفتارهای پرخطر به منظور کاهش آشفتگی روان‌شناختی و حالت‌های هیجانی منفی خود استفاده می‌کنند مستعد گرفتار شدن در دوری از هیجان‌ات منفی و گرایش به رفتار پرخطر و بالعکس هستند، به‌خصوص که رفتارهای پرخطر تبدیل به تقویت‌کننده‌های مثبتی می‌شوند که رهایی موقتی از آشفتگی را به همراه دارند و این احساس آرامش موقتی ممکن است احتمال انجام چنین رفتارهایی را در آینده افزایش دهد.

در تبیین دیگر می‌توان اشاره نمود که طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه فرض‌ها و باورهای سوگیرانه‌ای هستند که موجب تحریف ادراک فرد از رویدادها شده و هیجان‌ات و رفتارهای او را تحت تاثیر قرار می‌دهند (گلداسمیت، ترن، اسمیت و هاو، ۲۰۰۹). به عبارت دیگر، این باورهای انسان است که نوع، وضعیت و شدت هیجان و رفتار را تعیین می‌کند، زیرا هیجان‌ات و رفتارهای انسان ناشی از باورهای زیربنایی غیرمنطقی اوست و همین عقاید و طرح‌واره‌ها موجب طرز تفکر انسان نسبت به خود و محیط می‌شوند و رفتارهای او را جهت می‌دهند (هونگ و پائونن، ۲۰۱۹). بنابراین، با توجه به این که شناخت‌ها یا فرایندهای شناختی به افراد کمک می‌کنند که هیجان‌ها و احساسات خود را تنظیم نموده و توسط شدت هیجان‌ها مغلوب نشوند (حسنی، ۲۰۱۰)، افرادی که بیش از حد به طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه و باورهای مرتبط با این طرح‌واره‌ها پافشاری می‌کنند ممکن است زمانی که با عوامل فشارزای مزمن روبرو می‌شوند با استفاده از راهبردهای تنظیم هیجان منفی خطر بیشتری برای بروز آشفتگی روانی داشته باشند (طغیانی، کجباف و بهرام‌پور، ۱۳۹۲). از این رو، فعال شدن طرح‌واره‌های ناسازگار در کنار تنظیم هیجان منفی تاثیر قابل توجهی بر افزایش آشفتگی روانی دارد. به عبارت دیگر، استفاده گسترده

از راهبردهای تنظیم هیجان منفی باعث می‌شود که افراد درگیر در رفتارهای پرخطر با نگاه و دیدگاهی متفاوت به ارزیابی رویدادها و وقایع بپردازند و بیشتر به ابعاد و جنبه‌های منفی رویدادها توجه کنند. در نتیجه، ناراحتی و آشفتگی بیشتری را تجربه کرده و توانایی کنار آمدن با شرایط نامطلوب را نداشته باشند و بیشتر به سمت رفتارهای پرخطر گرایش پیدا کنند (شریفی‌باستان، یزدی و زهرایی، ۱۳۹۵).

این پژوهش نیز همانند سایر مطالعات دارای محدودیت‌هایی است که بایستی در تعمیم نتایج مورد توجه قرار گیرند. اگرچه مدل این مطالعه براساس نظریه و ادبیات موجود ساخته شده است، اما پژوهش‌های آینده می‌توانند طرح‌های طولی را برای تایید روابط علت و معلولی بین متغیرها در نظر بگیرند. از دیگر محدودیت‌های مطالعه، انجام پژوهش بر روی جمعیت دانش‌آموزان است. بنابراین، پیشنهاد می‌شود در تحقیقات آتی مدل‌های مشابهی بر روی جمعیت‌های بالینی دارای رفتارهای پرخطر بررسی شود. ابزارهای استفاده شده در این مطالعه همه از گزارش‌های خود نوجوانان حاصل شده است. بنابراین، برای بهبود اعتبار یافته‌ها، باید از روش‌ها و منابع مختلف اندازه‌گیری مانند گزارش از دیدگاه والدین و اندازه‌گیری‌های رفتاری استفاده نمود. تحقیقات بیشتری باید در خصوص رابطه احتمالی بین آشفتگی روان‌شناختی و رفتارهای پرخطر نوجوانان با سلامت روانی بعدی آنها در دوران جوانی و بزرگسالی با در نظر گرفتن عوامل تعدیل‌کننده این رابطه انجام گیرد. با توجه به تاثیر طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه و تنظیم هیجان منفی بر میزان آشفتگی روان‌شناختی و گرایش به رفتارهای پرخطر پیشنهاد می‌شود مقوله طرح‌واره‌های ناسازگار، تنظیم هیجان منفی و آشفتگی روان‌شناختی در قالب برنامه‌های آموزش روانی در سطح مدارس به منظور پیشگیری از گرایش به رفتارهای پرخطر در دانش‌آموزان مورد توجه قرار گیرد. همچنین، مطالعات مداخله‌ای برای بررسی این که آیا مداخله مبتنی بر رویکرد طرح‌واره درمانی یا تنظیم هیجان برای نوجوانان می‌تواند به طور موثری سطح آشفتگی روان‌شناختی و گرایش به رفتارهای پرخطر را کاهش دهد، استفاده شود.

## تشکر و قدردانی

از همه عزیزانی که ما را در روند گردآوری اطلاعات یاری نمودند، بویژه تمامی آزمودنی‌های این پژوهش کمال تشکر و قدردانی به عمل می‌آید.

## منابع

- آهی، قاسم؛ محمدی‌فر، محمدعلی و بشارت، محمدعلی (۱۳۸۶). پایایی و اعتبار فرم کوتاه پرسش‌نامه طرح‌واره یانگ. *مجله روان‌شناسی و علوم تربیتی*، ۳۷(۳)، ۲۰-۵.
- اسلام‌پناه، محمدرضا؛ مهدیان، حسین و جاجرمی، محمود (۱۳۹۸). بررسی برازش مدل خطرپذیری نوجوانان ایرانی در زمینه اعتیاد با تاکید بر کارکرد خانواده و طرح‌واره‌های ناسازگار، تحمل پریشانی و تنظیم هیجان. *فصلنامه اعتیادپژوهی*، ۱۳(۵۴)، ۶۷-۹۰.
- بشارت، محمدعلی و بزازیان، سعیده (۱۳۹۳). بررسی ویژگی‌های روان‌سنجی پرسش‌نامه تنظیم شناختی هیجان در نمونه‌ای از جامعه ایرانی. *نشریه دانشکده پرستاری و مامایی*، ۲۴(۸)، ۷۰-۶۱.
- ذوالفقاری، مریم؛ فاتحی‌زاده، مریم و عابدی، محمدرضا (۱۳۸۷). تعیین رابطه بین طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه با ابعاد صمیمیت زناشویی زوجین. *فصلنامه خانواده‌پژوهی*، ۴(۳)، ۲۶۱-۲۴۷.
- زاده‌محمدی، علی؛ احمدآبادی، زهره و حیدری، محمود (۱۳۹۰). تدوین و بررسی ویژگی‌های روان‌سنجی مقیاس خطرپذیری نوجوانان ایرانی. *مجله روان‌پزشکی و روان‌شناسی بالینی ایران*، ۱۷(۳)، ۲۱۸-۲۲۵.
- سیاح، مهدی؛ اولی‌پور، علیرضا؛ اردمه، علی؛ شهیدی، شکوه و یعقوبی‌عسگرآباد، اسماعیل (۱۳۹۳). پیش‌بینی سلامت روان و عملکرد تحصیلی دانشجویان از طریق راهبردهای شناختی تنظیم هیجان در دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی جندی شاپور اهواز. *توسعه آموزش جندی شاپور*، ۵(۱)، ۳۸-۴۴.
- شادکام، سوده؛ ملازاده، جواد و یآوری، امیرحسین (۱۳۹۵). بررسی نقش واسطه‌ای دشواری تنظیم هیجان در رابطه میان مواجهه با وقایع آسیب‌زا و رفتار پرخطر جنسی در سوء‌مصرف‌کنندگان مواد. *مجله علمی پژوهشی یافته*، ۱۸(۳)، ۷۸-۸۷.

شریفی باستان، فرنگیس؛ یزدی، سیده منور و زهرایی، شقایق (۱۳۹۵). نقش راهبردهای تنظیم شناختی هیجان و عاطفه مثبت و منفی در پیش‌بینی تاب‌آوری زنان مبتلا به سرطان پستان.

نشریه روان‌پرستاری، ۴(۲)، ۴۸-۳۸.

شعبانی، جعفر (۱۳۹۶). پیش‌بینی اضطراب امتحان براساس طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه در دانش‌آموزان متوسطه دوم شهر گرگان. *مجله روان‌شناسی و روان‌پزشکی شناخت*، ۴(۲)، ۵۷-۴۷.

شعبانی خدیو، امیر و احمدیان، حمزه (۱۳۹۸). رابطه ارضاء نیازهای بنیادی روانی و اختلال تنظیم هیجانی با نقش میانجی‌گری طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه در دانشجویان دانشگاه بوعلی سینا همدان. *دانش و پژوهش در روان‌شناسی کاربردی*، ۲۰(۱)، ۱۱۱-۱۰۱.

صدوقی، زهره؛ آگیلار-وفایی، مریم؛ رسول‌زاده طباطبایی، کاظم و اصفهانیان، نامیه (۱۳۸۶). تحلیل عاملی نسخه کوتاه پرسش‌نامه طرح‌واره یانگ در نمونه غیر بالینی ایرانی. *مجله روان‌پزشکی و روان‌شناسی بالینی ایران*، ۴(۲)، ۲۱۹-۲۱۴.

طغیانی، مجتبی؛ کجفاف، محمداقبر و بهرام‌پور، مهدی (۱۳۹۲). رابطه سبک زندگی اسلامی با نگرش‌های ناکارآمد در دانشجویان. *دانش و پژوهش در روان‌شناسی کاربردی*، ۱۴(۴)، ۴۳-۳۵.

عطا‌دخت، اکبر؛ دانشور، سمیه؛ فتحی‌گیلارلو، مهناز و سلیمانی، اسماعیل (۱۳۹۴). پروفایل آشفستگی روان‌شناختی مادران و افسردگی، اضطراب و استرس نوجوانان شهر اردبیل در سال ۱۳۹۳. *مجله دانشگاه علوم پزشکی رفسنجان*، ۱۴(۷)، ۵۶۰-۵۴۹.

علیزادگانی، فاطمه؛ اخوان‌تفتی، مهناز و کدخدایی، محبوبه‌السادات (۱۳۹۸). شناسایی علل گرایش نوجوانان به رفتارهای پرخطر و بررسی تفاوت‌های جنسیتی: یک مطالعه کیفی. *مجله تحقیقات کیفی در علوم سلامت*، ۸(۲)، ۹۷-۸۶.

محمدی، حانیه؛ سپهری شاملو، زهره و اصغری ابراهیم‌آباد، محمدجواد (۱۳۹۸). اثربخشی طرح‌واره درمانی هیجانی گروهی بر کاهش پریشانی روان‌شناختی و دشواری تنظیم هیجان زنان مطلقه. *اندیشه و رفتار*، ۱۳(۵۱)، ۲۷-۳۶.

مختارنیا، ایرج؛ زاده‌محمدی، علی؛ حبیبی، مجتبی و میرزایی‌فر، فروزان (۱۳۹۵). مدل علی اثر شخصیت بی‌ثباتی هیجانی بر گرایش به رفتارهای پرخطر در نوجوانان با نقش میانجی نگرش به مصرف مواد مخدر در نوجوانان. *فصلنامه اعتیادپژوهی*، ۱۰(۴۰)، ۱۶۱-۱۸۰.

- مرزبان، آمنه (۱۳۹۷). بررسی شیوع رفتارهای پرخطر در بین نوجوانان شهر قم در سال ۱۳۹۵. *مجله دانشگاه علوم پزشکی پارس*، ۱۶(۳)، ۴۴-۵۱.
- مهرابی، حسینعلی؛ محمودی، فهیمه و مولوی، حسین (۱۳۹۵). پیش‌بینی گرایش به رفتارهای پرخطر بر اساس باورهای دینی، هیجان‌خواهی، آلودگی محیط و رسانه‌ها در دانشجویان دختر. *دانش و پژوهش در روان‌شناسی کاربردی*، ۱۷(۲)، ۱۴-۴.
- نامنی، ابراهیم و نعمتی، ثریا (۱۳۹۷). نقش میانجی سخت‌رویی در رابطه طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه با تنظیم شناختی هیجان در زنان رهاشده از اختلال مصرف مواد. *مجله دانشگاه علوم پزشکی سبزوار*، ۲۵(۳)، ۶-۱.
- یوسفی، رحیم؛ ادهمیان، الهام و عبدالمحمدی، کریم (۱۳۹۵). نقش طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه، صفات شخصیت و سبک‌های دلبستگی در پیش‌بینی علائم نشانگان ضربه عشق دانشجویان دختر. *مطالعات اجتماعی روان‌شناختی زنان*، ۱۴(۳)، ۱۹۰-۱۷۱.

## References

- Abro, A. H., Klein, M. C. A., Manzoor, A.R., Tabatabaei, S.A., & Treur, J. (2015). Modeling the effect of regulation of negative emotions on mood. *Biologically Inspired Cognitive Architectures*, 13, 35-47.
- Arbour-Nicitopoulos, K. P., Faulkner, G. E., & Irving, H. M. (2012). Multiple health-risk behaviour and psychological distress in adolescence. *Journal of the Canadian Academy of Child and Adolescent Psychiatry*, 21(3), 171-178.
- Auerbach, R. P., Abela, J. R. Z., & Ringo Ho, M. H. (2007). Responding to symptoms of depression and anxiety: Emotion regulation, neuroticism, and engagement in risky behaviors. *Behaviour Research and Therapy*, 45(9), 2182-2191.
- Beck, A., Wright, F.D., Newman, C., & Liese, B. (1993). *Cognitive therapy of substance abuse*. New York: Guilford Press.
- Bland, H.W., Melton, B.F., Welle, P., & Bigham, L. (2012). Stress tolerance: New challenges for millennial college students. *College Student Journal*, 46(2), 362-375.
- Brooks, T. L., Harris, S. K., Thrall, J. S., & Woods, E. R. (2002). Association of adolescent risk behaviors with mental health symptoms in high school students. *Journal of Adolescent Health*, 31(3), 240-246.
- Brown, S. L., & Rinelli, L. N. (2010). Family structure, family processes, and adolescent smoking and drinking. *Journal of Adolescent Research*, 20(2), 259-273.
- Calvete, E., Orue, I., & Hankin, B.L.A. (2015). Longitudinal test of the vulnerability-stress model with early maladaptive schemas for depressive and social anxiety symptoms in adolescents. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 37(1), 85-99.
- Cicchetti, D., & Handley, E. D. (2019). Child maltreatment and the development of substance use and disorder. *Neurobiology of Stress*, 10, 100144.



- Drapeau, A., Marchand, D., & Beaulieu-Prévost, D. (2012). *Epidemiology of psychological distress*. L. L'Abate (Ed.), *Mental illnesses-understanding, prediction and control*: In Tech, Rijeka, Croatia.
- Faeh, D., Viswanathan, B., Chiolero, A., Warren, W., & Bovet, P. (2006). Clustering of smoking, alcohol drinking and cannabis use in adolescents in a rapidly developing country. *BMC Public Health*, 6(1), 169.
- Garnefski, N., Kraaij, V., & Spinhoven, P. (2001). Negative life events, cognitive emotion regulation and emotional problems. *Personality and Individual Differences*, 30(8), 1311-1327.
- Gilbert, P., & Procter, S. (2006). Compassionate mind training for people with high shame and self-criticism: Overview and pilot study of a group therapy approach. *Clinical Psychology and Psychotherapy*, 13(6), 353-379.
- Goldsmith, A. A., Tran, G. Q., Smith, J. P., & Howe, S. R. (2009). Alcohol expectancies and drinking motives in college drinkers: Mediating effects on the relationship between generalized anxiety and heavy drinking in negative-affect situations. *Addictive Behaviors*, 34(6-7), 503-513.
- Gong, J., & Chan, R. C. K. (2018). Early maladaptive schemas as mediators between childhood maltreatment and later psychological distress among Chinese college students. *Psychiatry Research*, 259, 493-500.
- Grant, M., Salsman, N. L., & Berking, M. (2018). The assessment of successful emotion regulation skills use: Development and validation of an English version of the Emotion Regulation Skills Questionnaire. *Plos One*, 13(10), e0205095.
- Green, K. M., Zebrak, K. A., Robertson, J. A., Fothergill, K. E., & Ensminger, M. E. (2012). Interrelationship of substance use and psychological distress over the life course among a cohort of urban African Americans. *Drug and Alcohol Dependence*, 123(1), 239-248.
- Hasani, J. (2010). The psychometric properties of the cognitive emotion regulation questionnaire (CERQ). *Journal of Clinical Psychology*, 2(3), 73-84.
- Holloway, I. W., Traube, D. E., Schrage, S. M., Tan, D., Dunlap, S., & Kipke, M. D. (2017). Psychological distress, health protection, and sexual practices among young men who have sex with men: Using social action theory to guide HIV prevention efforts. *Plos One*, 12(9), 1-17.
- Hong, R. Y., & Paunonen, S. V. (2019). Personality traits and health-risk behaviours in university students. *European Journal of Personality*, 23 (8), 675-696.
- Howell, A. N., Leyro, T. M., Hogan, J., Buckner, J. D., & Zvolensky, M. J. (2010). Anxiety sensitivity, distress tolerance, and discomfort intolerance in relation to coping and conformity motives for alcohol use and alcohol use problems among young adult drinkers. *Addictive Behaviors*, 35(12), 1144-1147.
- Jimenez, S. S., Niles, B. L., & Park, C. L. (2010). A mindfulness model of affect regulation and depressive symptoms: positive emotions, mood regulation expectancies, and self-acceptance as regulatory mechanisms. *Personality and Individual Differences*, 49(6), 645-650.

- Kim, M.S. (2020). Psychiatric symptoms and emotion regulation strategies among the unemployed people in Korea: A latent profile analysis. *Plos One*, 15(8), e0236937.
- Lee, J. Y. (2010). The effects of emotion regulation strategies on emotion dysregulation. *The Korean Journal of Counseling and Psychotherapy*, 22(3), 821-841.
- Lesperance, T. (2013). *Temporal relationships between psychological distress and risky behaviors in a sample of homeless and at-risk youth* (Order No. 1543707). Available from ProQuest Dissertations & Theses Global. (1431981549). Retrieved from <https://proxy.library.mcgill.ca/login?url=https://www-proquest-com>.
- Ma, Y., & Fang, S. (2019). Adolescents' mindfulness and psychological distress: the mediating role of emotion regulation. *Frontiers in Psychology*, 10, 1358.
- Marengo, S. M., Klibert, J., Langhinrichsen-Rohling, J., Warren, J., & Smalley, K. B. (2019). The relationship of early maladaptive schemas and anticipated risky behaviors in college students. *Journal of Adult Development*, 26(3), 190-200.
- McLaughlin, K. A., Hatzenbuehler, M. L., Mennin, D. S., & Nolen-Hoeksema, S. (2011). Emotion dysregulation and adolescent psychopathology: a prospective study. *Behaviour Research and Therapy*, 49(9), 544-554.
- Mohammadkhani, S., Hasani, J., Akbari, M., & Yazdan Panah, N. (2020). Mediating role of emotion regulation in the relationship of metacognitive beliefs and attachment styles with risky behaviors in children of Iran-Iraq war veterans with psychiatric disorders. *Iranian Journal of Psychiatry and Clinical Psychology*, 25 (4), 396-411.
- Munuera, C., Roux, P., Weil, F., Passerieux, C., & M'Bailara, K. (2020). Determinants of the remission heterogeneity in bipolar disorders: the importance of early maladaptive schemas (EMS). *Journal of Affective Disorders*, 277, 857-868.
- Nilsson, S. F., Laursen, T. M., Hjorthøj, C., Thorup, A., & Nordentoft, M. (2017). Risk of psychiatric disorders in offspring of parents with a history of homelessness during childhood and adolescence in Denmark: a nationwide, register-based, cohort study. *The Lancet Public Health*, 2(12), e541-e550.
- Paxton, R. J., Valois, R. F., Watkins, K. W., Huebner, S., & Wazner Drane, J. (2007). Associations between depressed mood and clusters of health risk behaviors. *American Journal of Health Behavior*, 31(3), 272-283.
- Rezaei, M., Ghazanfari, F., & Rezaee, F. (2016). The role of childhood trauma, early maladaptive schemas, emotional schemas and experimental avoidance on depression: A structural equation modeling. *Psychiatry Research*, 246, 407-414.
- Roemmele, M., & Messman-Moore, T. L. (2011). Child abuse, early maladaptive schemas, and risky sexual behavior in college women. *Journal of Child Sexual Abuse*, 20(3), 264-283.
- Ruiz de Lara, C. M., Navas, J. F., & Perales, J. C. (2019). The paradoxical relationship between emotion regulation and gambling-related cognitive biases. *Plos One*, 14(8), e0220668.
- Savolainen, I., Kaakinen, M., Sirola, A., & Oksanen, A. (2018). Addictive behaviors and psychological distress among adolescents and emerging adults:

- A mediating role of peer group identification. *Addictive Behaviors Reports*, 7, 75-81.
- Schreiber, L. R. N., Grant, J. E., & Odlaug, B. L. (2012). Emotion regulation and impulsivity in young adults. *Journal of Psychiatric Research*, 46(5), 651-658.
- Scott-Parker, B., Watson, B., King, M. J., & Hyde, M. K. (2011). The psychological distress of the young driver: A brief report. *Injury Prevention*, 17(4), 275-277.
- Shipman, K. L., Schneider, R., Fitzgerald, M. M., Sims, C., Swisher, L., & Edwards, A. (2007). Maternal emotion socialization in maltreating and non-maltreating families: Implications for children's emotion regulation. *Social Development*, 16(2), 268-285.
- Simons, R. M., Sistad, R. E., Simons, J. S., & Hansen, J. (2018). The role of distress tolerance in the relationship between cognitive schemas and alcohol problems among college students. *Addictive Behaviors*, 78, 1-8.
- Suteja, W., Holman, M., Wedagama, P., & Suthanaya, P. A. (2018). The influence of age and gender of student motorcycle riders on traffic violations and accidents using a structural equation model. *MATEC Web of Conferences* 195, 04015.
- Thimm, J. C. (2017). Relationships between early maladaptative schemas, mindfulness, self-compassion, and psychological distress. *International Journal of Psychology Psychological Therapy*, 17(1), 1-15.
- Weiss, N. H., Tull, M. T., & Gratz, K. L. (2014). A preliminary experimental examination of the effect of emotion dysregulation and impulsivity on risky behaviors among women with sexual assault-related posttraumatic stress disorder. *Behavior Modification*, 38(6), 914-939.
- 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.
- Young, J. E., Klosko, J. S., & Weishaar, M. E. (2003). *Schema therapy: A practitioner's guide*. New York: Guilford Press.
- Young, K. S., Sandman, C. F., & Craske, M. G. (2019). Positive and negative emotion regulation in adolescence: links to anxiety and depression. *Brain Sciences*, 9(4), 76.
- Zamirinejad, S., Hojjat, S. K., Moslem, A., MoghaddamHosseini, V., & Akaberi, A. (2018). Predicting the risk of opioid use disorder based on early maladaptive schemas. *American Journal of Men's Health*, 12(2), 202-209.



پروشکاه علوم انسانی و مطالعات فرهنگی  
پرتال جامع علوم انسانی