

Structural Modeling of Maladaptive Schemas Based on Cognitive Flexibility and Emotion Expressivity Through Mediation of Emotional Intelligence in Home Lockdown Circumstances Caused by COVID-19 Pandemic

Elahe Ghorbani ¹ | Abolfazl Karami ² | Farahnaz Noormohammadi ³ | Ali Akbar Khosravi Babadi ⁴

Abstract

Aim: The aim of the present research was the study of the relation between Maladaptive schemas and two other variables including Cognitive Flexibility & Emotion expressivity through mediative role of Emotional Intelligence in home lockdown circumstances caused by COVID-19 pandemic

Methods: The Statistical Society of the research included the all of the female teenager students who were educating in the secondary high schools of Tehran in 2020-2021 academic year. A sample of 511 people was selected. Sampling method was performed in a clustered Multi-stage manner. The collected data (by questionnaires: Young Schema -Short Form, Emotional Expressiveness, Cognitive flexibility and Shring's Emotional Intelligence) were analyzed by using SEM in order to determine the fitness of the model. Then, the fitness of the model was investigated in three levels: the fitness of measurement model, the fitness of structural model and the fitness of GOF.

Findings: The findings of the research showed that the effect sizes of variables were such so: Emotional Expressiveness on Maladaptive Schemas (0.329–strong) | Emotional Expressiveness on Emotional Intelligence (0.194–strong) | Cognitive flexibility on Maladaptive Schemas (0.107– medium) | Cognitive flexibility on Emotional Intelligence (0.057– medium) and Emotional Intelligence on Maladaptive Schemas (0.105–medium). As well, the T- Values of the relations between the variables were more than 1.96 and this showed that significant correlations existed between them.

Conclusion: The results of the research supported the examined model and that it was an appropriate model in order to explain the maladaptive schemas in female teenagers.

Keywords: Maladaptive Schemas | Emotional Intelligence | Cognitive Flexibility | Emotional Expressiveness | COVID-19 Pandemic.

DOR: 20.1001.1.25885162.1401.13.50.2.8

1. Ph.D.Candidate, Counseling Department, Islamic Azad University, Center Tehran Branch, Tehran, Iran.

2. Corresponding Author: Associate Professor, Allameh Tabatabaei University, Tehran, Iran.

Abolfazlkarami1@gmail.com

3. Assistant Professor, Department of Education and Counseling, Tehran Branch, Islamic Azad University, Tehran, Iran

4. Associate Professor, Department of Education and Counseling, Tehran Branch, Islamic Azad University, Tehran, Iran

50

Vol. 13
Summer 2022

Research Paper

Received:
29 May 2022
Accepted:
22 June 2022
P.P: 27-54

ISSN: 2588-5162
E-ISSN: 2645-517x





مدل ساختاری طرح‌واره ناکارآمد بر اساس ابرازگری هیجانی و انعطاف‌پذیری شناختی با نقش واسطه‌ای هوش هیجانی در شرایط قرنطینه‌خانی ناشی از همه‌گیری کرونا

الیه قربانی^۱ | ابوالفضل کرمی^۲ | فرحناز نورمحمدی^۳ | علی‌اکبر خسروی بابادی^۴

چکیده

هدف: مطالعه رابطه بین طرح‌واره ناکارآمد با ابرازگری هیجانی و انعطاف‌پذیری شناختی، با نقش واسطه‌ای هوش هیجانی در شرایط قرنطینه‌خانی ناشی از همه‌گیری کرونا، هدف این پژوهش بود. روش: به این منظور نمونه‌ای به حجم ۵۱۱ نفر از جامعه آماری دختران نوجوانان مدارس متوسطه دوم شهر تهران که در سال تحصیلی ۱۳۹۹-۱۴۰۰ مشغول به تحصیل بودند، انتخاب شدند. روش نمونه‌گیری، خوشه‌ای چندمرحله‌ای بود. ابزارهای پژوهش عبارت بودند از پرسش‌نامه‌های طرح‌واره‌های ناکارآمد (یانگ، ۱۹۹۸)، ابرازگری هیجانی، انعطاف‌پذیری شناختی و هوش هیجانی شرینگ. برای تعیین پرازش مدل، از مدل‌سازی معادلات ساختاری استفاده شد. در ادامه، پرازش مدل در سه سطح صورت گرفت: پرازش مدل اندازه‌گیری، پرازش مدل ساختاری و پرازش کلی مدل. یافته‌ها: یافته‌های پژوهش با سطح معنی‌داری (۰/۰۵) حاکی از آن بود که اندازه اثر مستقیم ابرازگری هیجانی بر طرح‌واره‌های ناکارآمد (۰/۳۲۹)، قوی؛ اندازه اثر ابرازگری هیجانی بر هوش هیجانی (۰/۱۹۴)، قوی؛ اندازه اثر مستقیم انعطاف‌پذیری شناختی بر طرح‌واره‌های ناکارآمد (۰/۱۰۷)، متوسط؛ اندازه اثر انعطاف‌پذیری شناختی بر هوش هیجانی (۰/۰۵۷)، متوسط و اندازه اثر هوش هیجانی بر طرح‌واره‌های ناکارآمد (۰/۱۰۵)، متوسط بود. هم‌چنین با توجه به اینکه مقادیر ارزش t برای رابطه میان متغیرهای ابرازگری هیجانی و طرح‌واره‌های ناکارآمد (۱۱/۷۶۵)، ابرازگری هیجانی و هوش هیجانی (۱۰/۱۸۱)، انعطاف‌پذیری شناختی و طرح‌واره‌های ناکارآمد (۷/۰۰۵)، انعطاف‌پذیری شناختی و هوش هیجانی (۵/۲۱) و هوش هیجانی و طرح‌واره‌های ناکارآمد (۶/۸۶۶)، بزرگتر از ۱/۹۶ بود نشان‌دهنده رابطه معنی‌دار بین این متغیرهاست. نتیجه‌گیری: مدل آزمون‌شده، مدلی مطلوب برای تبیین طرح‌واره‌های ناکارآمد در دختران نوجوان است.

کلید واژه‌ها: طرح‌واره ناکارآمد؛ هوش هیجانی؛ انعطاف‌پذیری شناختی؛ ابرازگری هیجانی؛ همه‌گیری کرونا.

۱. دانشجوی دکتری، گروه مشاوره، واحد تهران مرکز، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران، ایران.

۲. نویسنده مسئول: دانشیار، دانشگاه علامه طباطبایی، تهران، ایران.

۳. استادیار، گروه امور تربیتی و مشاوره، واحد تهران مرکز، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران، ایران.

۴. دانشیار، گروه امور تربیتی و مشاوره، واحد تهران مرکز، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران، ایران.

مقدمه

از دیدگاه روانی - اجتماعی، دختر نوجوان امروزی، میراث‌دار دوره کودکی خود است؛ میراثی که حداقل از طریق طرح‌واره‌های شکل گرفته در نظام خانواده، اجتماع و رسانه‌ها به او رسیده است. در واقع، بسیاری از طرح‌واره‌ها در سال‌های اول زندگی شکل می‌گیرند، به حرکت خود ادامه می‌دهند و در تجارب بعدی زندگی کاملاً حضور دارند، بنابراین طرح‌واره‌ها می‌توانند مثبت یا منفی باشند؛ هم‌چنین می‌توانند در سال‌های اول زندگی یا حتی در سال‌های بعد شکل بگیرند. البته وجود طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه، به خودی خود منجر به آسیب‌های روانی نمی‌شود (کی و بارلاس^۱، ۲۰۲۰). پژوهش‌های وسیعی نشان می‌دهند که طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه بر روی یک طیف قرار دارند و در جمعیت سالم نیز قابل مشاهده هستند (شوری^۲ و همکاران، ۲۰۱۷ و ژو^۳ و همکاران، ۲۰۱۶).

راهبردهای اجتنابی یکی از رایج‌ترین انواع سبک‌های مقابله ناکارآمد مرتبط با آسیب‌های روانی هستند؛ برای مثال راهبردهایی نظیر فقدان مواجهه با مسائل و دوری‌گزینی از موقعیت‌های میان‌فردی (کمپاس^۴ و همکاران، ۲۰۱۷). در مقابل، کی و بارلاس (۲۰۲۰) متذکر می‌شوند که سطوح بالای هیجان‌پذیری و خودکنترلی، احتمالاً با باورهای کلیدی که به‌طور کلی کارآمدترند، مرتبط می‌باشند. این امر خود به گرایشی جهت مقابله (درگیری) کارآمد اشاره دارد و می‌تواند به‌عنوان عاملی محافظت‌کننده در مقابل توسعه یا تداوم طرح‌واره‌های ناکارآمد عمل نماید.

به این ترتیب این احتمال وجود دارد که با شناخت طرح‌واره‌ها بتوان درخصوص حل مشکلات اکنون دختران نوجوان و رهنمون‌سازی آن‌ها به یک سبک زندگی شایسته در آینده مداخله نمود. اساساً آنچه می‌تواند یک مانع تلقی شود، طرح‌واره‌های ناکارآمد است.

1. Ke & Barlas
2. Shorey
3. Zhu
4. Compas

اهمیت طرح‌واره زمانی در زندگی افراد دوچندان می‌شود که تبدیل به طرح‌واره‌ای ناکارآمد شود. در این شرایط شناسایی عوامل هیجانی و شناختی در شکل‌گیری طرح‌واره‌ها می‌تواند قابل توجه باشد.

با شیوع جهانی ویروس کرونا، کشورها ناچار به تعطیلی مشاغل و مراکز آموزشی شدند و با هدف اجرای پروتکل‌های بهداشتی، بسیاری از فعالیت‌های اجتماعی، تجاری و فرهنگی با محدودیت‌های زیادی مواجه گردید. دانش‌آموزان مجبور شدند به صورت مجازی، آموزش‌های مدرسه‌ای را دنبال نمایند. از این شرایط، تحت عنوان قرنطینه جمعی^۱ یاد می‌شود.

در این شرایط قرنطینه جمعی ناشی از کووید ۱۹، ارزیابی نقش و تأثیرگذاری متغیرهای روان‌شناختی بر دختران نوجوان دانش‌آموز ضرورت پیدا می‌کند. به نظر می‌رسد در میان این متغیرها، درخصوص دختران نوجوان، متغیرهای ابرازگری هیجانی، انعطاف‌پذیری شناختی و هوش هیجانی قابل توجه هستند. یکی از علل اهمیت این متغیرها، از یک سو، مرحله تحول روانی - اجتماعی است که دختران نوجوان در آن قرار دارند. با توجه به اینکه دوره نوجوانی، دوره عبور از کودکی به بزرگسالی و تحول در عواطف و احساسات است و حالات هیجانی غنی‌تر می‌گردد (ایوانز^۲ و همکاران، ۲۰۱۶). همه این متغیرها در بستری از شکل‌گیری بلوغ هیجانی قرار می‌گیرند. درواقع، تاریخچه اثرگذاری این متغیرها بر یک دختر نوجوان با توجه به بافت روانی - اجتماعی پیرامون او می‌تواند متفاوت باشد. خانواده، هم‌سالان، عوامل عرفی و فرهنگی، زمینه اقتصادی اجتماعی، مقررات آموزشی و مدرسه، هر کدام به نوعی با متغیرهای فوق برهم‌کنش دارند. از جمله متغیرهایی که به نظر می‌رسد با طرح‌واره‌های ناکارآمد مرتبط است، متغیر ابرازگری هیجانی است. عنصر هیجان در ماهیت و ساخت طرح‌واره‌ها از عناصر کلیدی محسوب می‌شود؛ لذا متغیرهایی که به هیجان مربوط هستند - هم‌چون ابرازگری هیجانی و هوش هیجانی - نیز بایستی بررسی و تحلیل شوند.

1. Mass Luckdown
2. Evans, S. C.

ابرازگری هیجانی به‌عنوان مؤلفه اصلی هیجان‌ها، به نمایش بیرونی هیجان بدون توجه به ارزش (مثبت یا منفی) یا روش (چهره‌ای، کلامی یا حالت بدنی) اطلاق می‌شود (امونز و کلبی، ۱۹۹۵). برخی از افراد هیجان‌شان را آزادانه و بدون نگرانی از پیامدهای آن ابراز می‌کنند. این افراد شیوه ابراز هیجان از نوع ابرازگری هیجانی دارند (کلارک و فینکل^۱، ۲۰۰۵). مطالعات جدید درخصوص پدیده ابراز هیجان، به بیشتر از بیست نوع هیجان در الگوهای پویا و چندوجهی رفتار بیان‌گر اشاره می‌کنند و به تشریح فرایندهای جزئی‌تر و پیچیده‌تر درگیر در شناخت هیجانی و ساختار چگونگی ادراک افراد از ابراز هیجان می‌پردازند (کلتنر، سوتر، تزیسی و کاون^۲، ۲۰۲۰). تفاوت‌های مربوط به جنسیت و سن درخصوص ابرازگری هیجانی موردپژوهش قرار گرفته است.

نتایج بسیاری از مطالعات نیز بیانگر آن است که کیفیت ابراز هیجان در زنان و مردان متفاوت است و زنان با توجه به نقش‌های جنسیتی قالبی که در مورد آن‌ها وجود دارد، بیشتر از مردان هیجان‌شان را بروز می‌دهند (بنی کالف و رابابا^۳، ۲۰۱۸).

گونزالس - تووار و هرناندز - رودریگز^۴ (۲۰۲۱) نشان داده‌اند که تفاوت‌های سنی با ابرازگری هیجانی و انواع عواطف تجربه‌شده در مواجهه با بحران‌های متفاوت جوامع انسانی از جمله کرونا مرتبط هستند. ابراز هیجان‌ات در قبال این بحران، بیشتر تحت تأثیر عواطف منفی، سن و جنس افراد قرار دارد. سن یک عامل پیش‌بین عمده در ابراز هیجان در مورد بحران کرونا است؛ به عبارت دیگر سن بالاتر، عاملی است که منجر به اجتناب کمتر برای ابراز هیجان در قبال همه‌گیری کرونا می‌باشد. افراد با سن بالاتر هم هیجان مثبت و هم هیجان منفی را در شرایط بحران کرونا گزارش داده‌اند.

ابرازگری هیجانی احتمالاً قبل از هر چیز با طرح‌واره ناسازگار بازداری هیجانی مرتبط است. ممکن است این متغیر، با طرح‌واره‌های ناسازگار ره‌اشدگی / بی‌ثباتی، انزوای اجتماعی،

1. Clark MS, Finkel EJ.
2. Keltner, D., Sauter, D., Tracy, J., & Cowen, A
3. Banikalef, A., & Rababah, L.
4. González-Tovar & Hernández-Rodríguez

بی‌اعتمادی، نقص / شرم، طرح‌واره‌های وابستگی / بی‌کفایتی و نیز آسیب‌پذیری در برابر ضرر و بیماری (شرایط همه‌گیری کرونا) نیز برهم‌کنش داشته باشد.

در عین حال، ابراز‌گری هیجانی احتمالاً مثل هر متغیر هیجانی دیگر، از یک سو تحت تأثیر متغیرهای شناختی مثل انعطاف‌پذیری شناختی قرار دارد و از سوی دیگر، با مهارت‌هایی که در قالب هوش هیجانی بروز می‌نمایند، هم‌کنشی دارد. انعطاف‌پذیری شناختی بالا احتمالاً ابراز‌گری هیجانی مثبت را در پی دارد. البته تعامل ابراز‌گری هیجانی و انعطاف‌پذیری شناختی ممکن است به شکل منفی از طرح‌واره‌های ناکارآمد تأثیر بپذیرد. هرچند این برهم‌کنشی‌ها، احتمالاً در شرایط قرنطینه‌خانی، بسته به تحقق مطلوب یا نامطلوب آموزش و عملکرد در فضای مجازی، جهت‌گیری سازنده یا مشکل‌زا خواهند داشت از این‌رو، در مدل علی مربوط به طرح‌واره‌های ناکارآمد، علاوه بر متغیر ابراز‌گری هیجانی، متغیر انعطاف‌پذیری شناختی نیز بایستی وارد تحلیل شود.

انعطاف‌پذیری شناختی، توانایی انتزاع و تغییر راهبردهای شناختی براساس تغییر در بازخوردهای محیطی تعریف می‌شود که مستلزم برنامه‌ریزی، جست‌وجوی سازمان‌یافته و توانایی استفاده از بازخوردهای محیطی برای تغییر آمایه شناختی می‌باشد (ارتگا، تریس، گولد و پاریک، ۲۰۱۳). انعطاف‌پذیری شناختی به‌عنوان توانایی فرد در بازداری از یک پاسخ غالب اما ناکارآمد و نامناسب و توانایی دست‌یابی به پاسخ‌های جایگزین دور دست‌تر تعریف می‌شود، بنابراین تصور می‌شود که شامل دو زیرشاخه مهار موارد نامربوط و انتقال توجه و تمرکز به تکلیف یا آمایه‌های ذهنی متفاوت باشد (کاربونلا و تیمپانو، ۲۰۱۶).

از سوی دیگر، مطابق با نظریه انعطاف‌پذیری شناختی، سلامت روان یعنی پذیرش محیط‌های درونی و بیرونی خود و تعهد به فعالیت‌هایی که از لحاظ ارزشمندی باثبات است. هم‌چنین براساس نظریه انعطاف‌پذیری شناختی، اشکال مختلف آسیب‌های روانی نیز با توجه به فراوانی رفتارها و

1. Ortega LA; Tracy BA; Gould TJ & Parikh V.
2. Carbonella JY & Timpano KR.

عواطف ناسازگار یا رفتارهای ارزش‌محور و حساسیت به آینده تعریف می‌شود. به‌علاوه، شواهد نشان می‌دهد انعطاف‌پذیری شناختی با بهزیستی روانی و آسیب‌پذیری در طیف گسترده‌ای از اختلالات از جمله افسردگی، اضطراب و اختلالات روان‌شناختی روانی معمول، رابطه دارد (ماسودا و تالی^۱، ۲۰۱۲).

گولتن^۲ (۲۰۲۱) نشان داده است با گسترش همه‌گیری کرونا از ۲۰۱۹ تا ۲۰۲۱، میزان انعطاف‌پذیری شناختی افرادی که در سال ۲۰۱۹، آموزش رسمی حضوری داشته‌اند، بیشتر از انعطاف‌پذیری شناختی افرادی بوده است که در سال‌های ۲۰۲۰ و ۲۰۲۱ درگیر آموزش از راه دور بوده‌اند.

در وضعیتی که دختران نوجوان به دلیل استلزامات شرایط قرنطینه خانگی، با فضای مجازی به‌لحاظ ارتباطات و آموزش درگیری چندگانه پیدا کرده‌اند، لاجرم با پس‌خوراندهای هوشمند فضای مجازی نیز روبرو خواهند بود و نیازمند متغیرهای کنترل روانی و رفتاری خواهند شد. اینجاست که به‌نظر می‌رسد کارکرد مثبت طرح‌واره‌هایی که بازدارنده باشند در تعامل با انعطاف‌پذیری بالا و ابرازگری هیجانی مطلوب، مهار لازم را بر عملکرد دختران نوجوان در فضای مجازی رقم بزنند.

عناصری که در مدل علی طرح‌واره‌های ناکارآمد مطرح شدند، احتمالاً در زمینه‌ای از مهارت‌های هوش هیجانی تعامل می‌کنند. به‌نظر می‌رسد می‌توان به هوش هیجانی به‌عنوان یک متغیر واسطه‌ای در ارتباط با طرح‌واره‌های ناکارآمد توجه کرد که ابرازگری هیجانی مثبت یا منفی، انعطاف‌پذیری بالا یا پایین را در شرایط قرنطینه خانگی و درگیری در فضای مجازی تحت تأثیر قرار می‌دهد تا از این رهگذر، مدل علی پژوهش قابلیت تبیین بالاتری داشته باشد. به عبارت دیگر، احتمالاً نادیده‌انگاشتن متغیر هوش هیجانی در شرایط قرنطینه خانگی، از دقت تبیین ارتباط

1. Masuda, A., & Tully, E.C.
2. Gülten

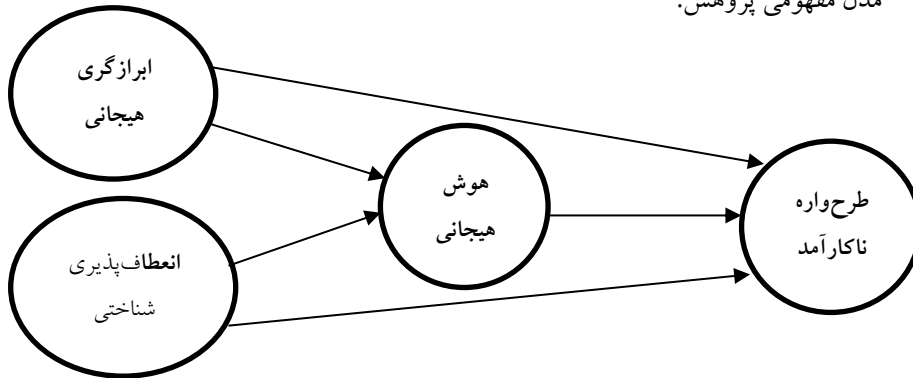
طرح‌واره‌های ناکارآمد با متغیرهای ابرازگری هیجانی و انعطاف‌پذیری شناختی را در مدل علی موردنظر این پژوهش خواهد کاست. به نظر می‌رسد مهارت‌های هوش هیجانی هم در تعدیل طرح‌واره‌های ناسازگار و ابرازگری مثبت هیجانی، افزایش انعطاف‌پذیری مفید ایفای نقش می‌کنند.

به هوش هیجانی به‌عنوان یک سازه، در طول دو دهه گذشته، در متون تعلیم و تربیت توجه زیادی شده و بین محققان، مباحث قابل توجهی در زمینه میزان و نحوه تأثیر هوش هیجانی بر عملکرد تحصیلی شکل گرفته است (کوستا و فاریا^۱، ۲۰۱۵). سالووی و مایر (۱۹۹۰) اولین تعریف رسمی از هوش هیجانی را پیشنهاد نمودند که توانایی درک و ابراز هیجان، تطبیق هیجان با افکار، فهم و استدلال با استفاده از هیجان خود و دیگران را دربرگرفت. گلمن (۲۰۰۵)، ترجمه پارسا، (۱۳۸۹) هوش هیجانی را استعداد، مهارت یا قابلیت دانست که عمیقاً تمامی توانایی‌های فردی را در دایره خود دارد.

مورون و بیولیک - مورون^۲ (۲۰۲۱) در پژوهش خود نشان می‌دهند که در شرایط شیوع ویروس کرونا، نقش ایمن‌بخش هوش هیجانی با تجربه هیجانات (ترس، اضطراب و غم) با شدت کمتر اما نه با فراوانی کمتر مرتبط است. در هر صورت احتمالاً شرایط نامطلوب شرایط قرنطینه خانگی، هوش هیجانی را به‌طور منفی تحت تأثیر قرار می‌دهد در نتیجه، هوش هیجانی در تمام فرایندهای هیجانی و شناختی، احتمالاً نقش متغیر میانجی را میان طرح‌واره‌های ناکارآمد، ابرازگری هیجانی و انعطاف‌پذیری شناختی ایفا می‌نماید و بدین ترتیب، عناصر پیش‌بین و واسطه‌ای مدل علی پژوهش مشخص می‌شوند.

-
1. Costa, A. & Faria, L.
 2. Morón & Biolik-Morón

مدل مفهومی پژوهش:



شکل ۱. مدل پیشنهادی رابطه بین طرح‌واره ناکارآمد با انعطاف‌پذیری شناختی و ابرازگری هیجانی با واسطه‌گری هوش هیجانی

روش

روش پژوهش، توصیفی از نوع همبستگی و معادلات ساختاری است. شرکت‌کنندگان پژوهش جامعه آماری این پژوهش، شامل کلیه دختران نوجوانان مدارس متوسطه دوم شهر تهران است که در سال تحصیلی ۱۴۰۰-۱۳۹۹ مشغول به تحصیل بودند. به دلیل آنکه پژوهش از نوع معادله‌یابی ساختاری است، جهت برآورد حجم نمونه کافی از فرمول $n = NZ^2 \alpha S^2 / D^2 + Z^2 \alpha$ استفاده گردید (میرز، گامست، گلن و همکاران^۱ (۱۹۹۹)؛ ترجمه پاشا شریفی، رضاخانی، حسن آبادی و همکاران، ۱۳۹۱) در نتیجه، حجم نمونه با محاسبه ده درصد ریزش احتمالی معادل ۵۱۱ نفر در نظر گرفته شد. روش نمونه‌گیری، خوشه‌ای چندمرحله‌ای بود. بدین صورت که از میان مناطق بیست و دوگانه آموزش و پرورش شهر تهران، ۵ منطقه به تصادف انتخاب شدند؛ سپس در هر منطقه، ۳ مدرسه دخترانه و در هر مدرسه دو کلاس به تصادف انتخاب گردید. روش اجرای پژوهش به این صورت بود که پرسش‌نامه‌ها در اختیار نوجوانان قرار گرفت، آن‌گاه همه پرسش‌نامه‌ها در این مدارس توزیع و جمع‌آوری گردید. بعد از حذف پرسش‌نامه‌های ناقص و نیز

1. Meyers, Gamst, Glenn & Guarino

حذف داده‌های نامربوط، نمونه مورد نظر پژوهش مبنای تحلیل پژوهش قرار گرفت. داده‌های جمع‌آوری شده در قالب دو بخش تحلیل توصیفی و آمار استنباطی مورد بررسی و تجزیه و تحلیل قرار می‌گیرند. برای انجام این کار از دو نرم افزار^۱ SPSS-26 و^۲ SmartPLS-3 استفاده گردید. در تجزیه و تحلیل توصیفی، شاخص‌های آمار توصیفی متغیرهای پژوهش (آماره‌های توصیفی شاخص‌های پژوهش شامل تعداد پاسخ‌گویان، کمترین مقدار، بیشترین مقدار، میانگین، انحراف معیار، ضرایب کشیدگی و چولگی) به‌طور کامل بررسی شده است. در بخش آمار استنباطی به منظور بررسی فرضیه‌های پژوهش، روابط بین متغیرها و به عبارتی تعمیم نتایج به دست آمده از نمونه به جامعه آماری پژوهش، از مدل‌سازی معادلات ساختاری (SEM^۳) استفاده شد.

ابزارهای پژوهش عبارت بودند از:

پرسش‌نامه طرح‌واره یانگ فرم کوتاه^۴ (۷۵ ماده‌ای) (۱۹۹۸): پرسش‌نامه طرح‌واره یانگ - فرم کوتاه (توسط یانگ - ۱۹۹۸) برای اندازه‌گیری ۱۵ طرح‌واره ساخته شده است. این مقیاس شامل ۷۵ سؤال، هر ۵ سؤال مربوط به یک طرح‌واره و تعداد طرح‌واره‌ها ۱۵ مورد و شامل بریدگی و طرد (محرومیت هیجانی؛ رهاشدگی / بی‌ثباتی؛ بی‌اعتمادی / بدرفتاری؛ انزوای اجتماعی / بیگانگی؛ نقص / شرم)، خودگردانی و عملکرد مختل (شکست؛ وابستگی / بی‌کفایتی؛ آسیب‌پذیری در برابر ضرر و بیماری؛ گرفتار / خودتحول‌نیافته)، جهت‌مندی (اطاعت؛ ایثار)، گوش‌به‌زنگی بیش از حد و بازداری (بازداری هیجانی؛ معیارهای سرسختانه) و محدودیت‌های مختل (استحقاق / بزرگ‌منشی؛ خویش‌داری / خودانضباطی ناکافی) است. در برابر هر سؤال یک مقیاس لیکرت ۶ گزینه‌ای وجود دارد. نمره بالا در یک خرده‌مقیاس معین، احتمال بیشتر وجود یک طرح‌واره غیرانطباقی را برای آن فرد نشان می‌دهد. والر، می‌یر و هانیان^۵ (۲۰۰۱) هم‌سانی درونی مقیاس را ۰/۹۶ گزارش دادند. به علاوه همسانی درونی برای تمامی خرده‌مقیاس‌ها بالاتر از ۰/۸۰ بود. پایایی بازآزمایی

1. Statistical Package For Social Science
2. Smart Partial Least Squares
3. Structural Equation Modeling
4. Young Schema Questionnaire-Short Form (YSQ-SF)
5. Waller, G, Meyer, C. Ohanian, V.

خرده‌مقیاس‌ها هم بین ۰/۵ تا ۰/۸۲ به دست آمد. صدوقی و وفایی (۱۳۸۷) همسانی درونی خرده‌مقیاس‌ها را بین ۰/۶۲ تا ۰/۹۰ و نمره کل مقیاس را ۰/۹۴ گزارش کرده‌اند.

پرسش‌نامه ابرازگری هیجانی^۱ (۱۹۹۰): پرسش‌نامه ابرازگری هیجانی توسط کینگ و امونز^۲ در سال ۱۹۹۰ طراحی شده است. این پرسش‌نامه سه مؤلفه و ۱۶ ماده دارد. ۷ ماده آن مربوط به مؤلفه ابراز هیجان مثبت، ۵ ماده آن مربوط به مؤلفه ابراز صمیمیت و ۴ ماده آن مربوط به مؤلفه ابراز هیجان منفی است. سرواس، وینگرهوت، وروگدنهیل و همکاران^۳ (۱۹۹۹) در پژوهش خود میزان آلفای کرونباخ برای این پرسش‌نامه را برابر با ۰/۸۰؛ بار، خان و اشنایدر^۴ (۲۰۰۸) میزان آلفای کرونباخ برای این پرسش‌نامه را برابر ۰/۷۴ و نیلز، هالتوم، مولونا و همکاران^۵ (۲۰۱۴) آلفای کرونباخ این پرسش‌نامه را برابر ۰/۷۷ گزارش کردند. رفیعی‌نیا، رسول‌زاده طباطبایی و آزاد فلاح (۱۳۸۵) در ایران، مشخصات روان‌سنجی این پرسش‌نامه را بررسی کردند. آن‌ها اعتبار این مقیاس را با استفاده از روش همسانی درونی و محاسبه ضریب آلفای کرونباخ بررسی کردند و مقدار آن را برای کل مقیاس و زیرمقیاس‌های ابراز هیجان مثبت، ابراز صمیمیت و ابراز هیجان منفی به ترتیب ۰/۵۹، ۰/۶۵، ۰/۶۸ و ۰/۶۸ گزارش نمودند.

پرسش‌نامه انعطاف‌پذیری شناختی^۶ دنیس و وندر وال^۷ (۲۰۱۰): پرسش‌نامه انعطاف‌پذیری شناختی توسط دنیس و وندر وال در سال ۲۰۱۰ ساخته شده است. این پرسش‌نامه شامل ۲۰ سؤال می‌باشد و برای ارزیابی میزان پیشرفت فرد در کار بالینی و غیربالینی و ارزیابی میزان پیشرفت فرد در ایجاد تفکر انعطاف‌پذیر در درمان شناختی - رفتاری افسردگی و سایر بیماری‌های روانی به کار می‌رود. در ایران و در پژوهش شارح، فرمانی و سلطانی^۸ (۲۰۱۴)، سه زیرمقیاس برای این

1. Emotional Expressiveness Questionnaire (EEQ)
2. King & Amonz
3. Servaes, Vingerhoets.& Vreugdenhil
4. Barr, Kahn & Schneider
5. Niles, Haltom.& Mulvenna
6. Cognitive flexibility inventory (CFI)
7. Dennis.& Vander Wal.
8. Shareh, Farmani & Soltani

پرسش‌نامه به‌دست‌آمده است که عبارتند از جایگزین‌ها، کنترل و جایگزین‌هایی برای رفتارهای انسانی. جمع نمرات تمام سؤالات، نمره کل آزمون انعطاف‌پذیری شناختی را به‌دست می‌دهد. در پژوهش دنیس و واندروال (۲۰۱۰) اعتبار هم‌زمان این پرسش‌نامه را با پرسش‌نامه افسردگی بک^۱ برابر ۰/۳۹ و روایی همگرایی آن‌را با مقیاس انعطاف‌پذیری شناختی مارتین و رابین ۰/۷۵، به‌دست آوردند. در ایران شارح و همکاران (شارح، سلطانی بحرینیان و فرمانی، ۱۳۹۲؛ به نقل از فاضلی و احتشام‌زاده، ۱۳۹۳) ضریب بازآزمایی کل مقیاس را ۰/۷۱ و ضرایب آلفای کرونباخ کل مقیاس را ۰/۹۰ گزارش نمودند. آلفای کرونباخ داده‌های این پرسش‌نامه، در پژوهش فاضلی و احتشام‌زاده (۱۳۹۳) ۰/۷۵ به‌دست‌آمد. آلفای کرونباخ برای خرده‌مقیاس‌های جایگزین‌ها، کنترل و جایگزین‌هایی برای رفتارهای انسانی، به ترتیب برابر ۰/۵۵، ۰/۷۲ و ۰/۵۷ به‌دست‌آمد.

پرسش‌نامه هوش هیجانی شرینگ^۲ (۱۹۹۶): پرسش‌نامه هوش هیجانی در سال ۱۹۹۶ براساس نظریه گلمن^۳ (۱۹۹۵؛ ترجمه پارسا، ۱۳۸۹) توسط شرینگ تدوین شده است. فرم اصلی شامل ۷۰ سؤال است که چندین جنبه از هوش هیجانی (خودآگاهی، خودنظم‌دهی، انگیزه، همدلی و مهارت‌های اجتماعی در شغل) را ارزیابی می‌کند که البته بعد از هنجارشدن در ایران، تعدادی از سؤالات آزمون به دلایل مختلف از قبیل نداشتن مشخصات لازم سؤال، طولانی‌بودن سؤال عدم تطبیق با فرهنگ ایران حذف شده است. در نتیجه، آزمون هنجارشده ۳۳ سؤال دارد. این پرسش‌نامه مؤلفه‌های خودانگیزی (۷ سؤال)، خودآگاهی (۸ سؤال)، خودکنترلی (۷ سؤال)، همدلی (۶ سؤال) و مهارت اجتماعی (۵ سؤال) را می‌سنجد. هر آزمودنی ۶ نمره جداگانه دریافت می‌کند که ۵ نمره آن مربوط به مؤلفه‌های مختلف و یک نمره مربوط به نمره هوش هیجانی در کل می‌باشد که براساس مقیاس ۵ درجه‌ای لیکرت، از هیچ وقت تا همیشه تدوین شده است. در ایران، منصوری (۱۳۸۰) میزان هماهنگی درونی این مقیاس را از طریق آلفای کرونباخ برابر ۰/۸۵ به‌دست آورده

-
1. BDI-II
 2. Shring's Emotional Intelligence Questionnaire
 3. Goleman

است که مطلوبیت آزمون را نشان می‌دهد. در بررسی روایی سازه این آزمون، همبستگی نمرات دانشجویان دانشگاه‌های تهران در این آزمون و آزمون عزت نفس کوپر اسمیت، بر روی نمونه ۳۰ نفری مورد بررسی قرار گرفت و براساس اطلاعات به‌دست آمده ($P = ۰/۰۰۱$ و $r = ۰/۶۳$)، میزان همبستگی بین نمرات آزمودنی‌ها در ۲ آزمون از لحاظ آماری معنی‌دار است. هم‌چنین اسدی (۱۳۸۲)، میزان هم‌سانی درونی آزمون را به روش آلفای کرونباخ $۰/۸۲$ به‌دست آورد. ضریب پایایی پرسش‌نامه هوش هیجانی با استفاده از روش آلفای کرونباخ و تنصیف محاسبه شد و به ترتیب $۰/۷۸$ و $۰/۷۴$ به‌دست آمد.

به‌منظور بررسی فرضیه‌های پژوهش، روابط بین متغیرها و به‌عبارتی تعمیم نتایج به‌دست آمده از نمونه به جامعه آماری پژوهش، از مدل‌سازی معادلات ساختاری با استفاده از دو نرم‌افزار SPSS نسخه ۲۶ و SmartPLS نسخه ۳ انجام شد.

یافته‌ها

در جدول ۱، آماره‌های توصیفی شاخص‌های پژوهش شامل تعداد پاسخ‌گویان، کمترین مقدار، بیشترین مقدار، میانگین، انحراف معیار، ضرایب کشیدگی و چولگی گزارش شده است.

جدول ۱. توصیف پاسخ‌گویان براساس شاخص‌های پژوهش

نام متغیر	تعداد	کمترین مقدار	بیشترین مقدار	میانگین	انحراف معیار	چولگی	کشیدگی
جایگزین‌ها	۵۱۱	۱	۶۸	۲/۱۶۸	۱/۱۱۶	۱/۳۱۶	۱/۷۷۲
کنترل	۵۱۱	۱	۷	۲/۴۸۷	۱/۵۵۴	۱/۰۰۵	۰/۲۱
جایگزین‌ها برای رفتارهای انسانی	۵۱۱	۱	۷	۲/۶۵۳	۱/۷۷۹	۰/۷۵	-۰/۷۷
انعطاف‌پذیری شناختی	۵۱۱	۱	۶/۹	۲/۴۳۶	۱/۲۰۴	۱/۰۵۹	۰/۶۷۷
نام متغیر	تعداد	کمترین	بیشترین	میانگین	انحراف	چولگی	کشیدگی

		معیار		مقدار	مقدار		
-۰/۴۷۹	۰/۲۲۴	۰/۶۴۳	۲/۳۶۳	۴	۱	۵۱۱	ابراز هیجان مثبت
-۰/۴۶۳	-۰/۰۲۷	۰/۷۷۲	۲/۶۳۵	۴/۶	۱	۵۱۱	ابراز صمیمیت
-۰/۵۰۴	۰/۲۱۵	۰/۷۵۶	۲/۲۸۷	۴/۲۵	۱	۵۱۱	ابراز هیجان منفی
-۰/۳۲۵	۰/۱۴۶	۰/۶۲۷	۲/۴۲۸	۴	۱	۵۱۱	ابراز گری هیجانی
۰/۶۰۴	-۰/۸۶۲	۰/۷۹۳	۳/۷۹۳	۵	۱	۵۱۱	خودانگیزی
-۰/۹۵۴	۰/۰۳۵	۰/۹۲۵	۳/۱۴۷	۵	۱	۵۱۱	خودآگاهی
۰/۳۲۱	-۰/۹۰۱	۰/۹۹۲	۳/۷۳۳	۵	۱	۵۱۱	خودکنترلی
۰/۰۱۴	-۰/۸۱۹	۰/۹۸۳	۳/۸۷۳	۵	۱	۵۱۱	همدلی
-۰/۹۹۴	-۰/۵۱۳	۱/۱۹۵	۳/۵۱۴	۵	۱	۵۱۱	مهارت‌های اجتماعی
-۰/۴۳۷	-۰/۳۵۷	۰/۷۱۵	۳/۶۱۲	۴/۹۷۵	۱/۴	۵۱۱	هوش هیجانی
۰/۰۷	-۰/۳۸	۰/۶۸	۴/۸۳	۶	۲/۸	۵۱۱	محرومیت هیجانی
۰/۹۲۵	-۰/۶۱۱	۰/۶	۵/۰۹۶	۶	۲/۶	۵۱۱	رهاشدگی / بی‌ثباتی
-۰/۳۵۵	-۰/۰۱۴	۰/۶۸۳	۴/۷۷۸	۶	۲/۸	۵۱۱	بی‌اعتمادی / بدرفتاری
۰/۱۲	-۰/۳۹۵	۰/۶۷۳	۴/۸۵۲	۶	۲/۸	۵۱۱	انزوای اجتماعی / بیگانگی
۰/۲۱۳	-۰/۲۶۳	۰/۶۲۷	۴/۸۷۵	۶	۲/۸	۵۱۱	نقص / شرم
۱/۲۱۴	-۰/۳۴۶	۰/۵۹۱	۴/۹۱	۶	۲/۶	۵۱۱	شکست
۰/۲۵۶	-۰/۲۹۹	۰/۵۷۷	۴/۸۸۱	۶	۳	۵۱۱	وابستگی / بی‌کفایتی
۱/۴۲۳	-۰/۲۸۶	۰/۵۶۵	۵/۰۵۷	۶	۳	۵۱۱	آسیب‌پذیری در برابر ضرر و بیماری

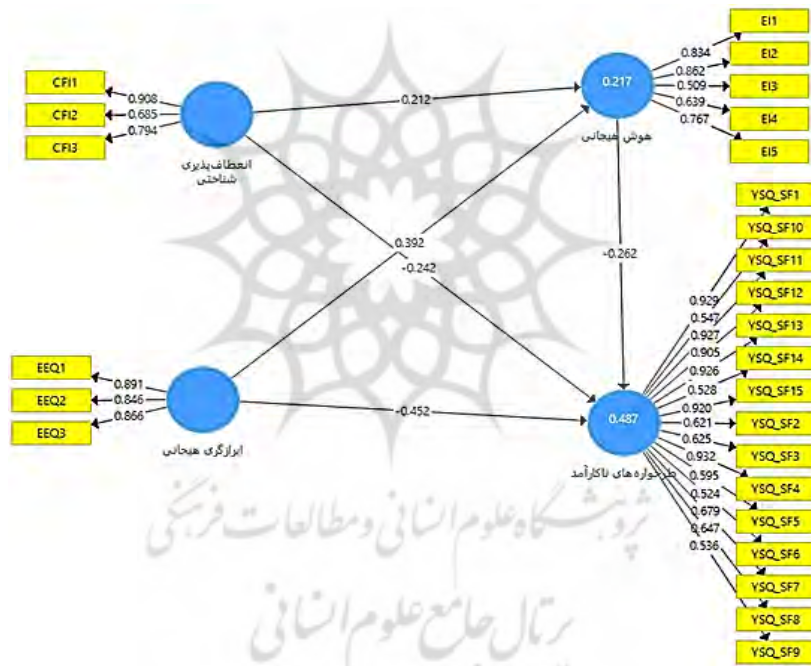
نام متغیر	تعداد	کمترین مقدار	بیشترین مقدار	میانگین	انحراف معیار	چولگی	کشیدگی
گرفتار/ خودتحول نیافته	۵۱۱	۳	۶	۵/۲۹	۰/۵۴۹	-۰/۱۲۶	۰/۳۴۵
اطاعت	۵۱۱	۳	۶	۴/۸۵	۰/۶۷۴	-۰/۳۶۳	۰/۳۵۳
ایثار	۵۱۱	۲/۸	۶	۴/۸۱۶	۰/۶۷۹	-۰/۳۵۲	۰/۰۵۷
بازداری هیجانی	۵۱۱	۲/۶	۶	۴/۸۱	۰/۶۸۱	-۰/۳۹۷	۰/۱۹۶
معیارهای سرسختانه	۵۱۱	۲/۸	۶	۴/۸۱۱	۰/۶۸	-۰/۳۵۶	۰/۰۶۹
استحقاق/ بزرگ منشی	۵۱۱	۲/۶	۶	۴/۹۷۱	۰/۵۵۱	-۰/۸۰۲	۳/۲۴
خویشترن داری/ خودانضباطی ناکافی	۵۱۱	۲/۸	۶	۴/۸۱۹	۰/۶۹۲	-۰/۳۶	-۰/۰۵۷
طرح‌واره‌های ناکارآمد	۵۱۱	۳/۴۹۳	۵/۹۲	۴/۹۱	۰/۴۶۵	-۰/۱۰۹	۰/۱۵۳

با توجه به جدول ۱ میانگین متغیرهای انعطاف‌پذیری شناختی، ابرازگری هیجانی، هوش هیجانی و طرح‌واره‌های ناکارآمد به ترتیب برابر ۲/۴۳۶، ۲/۴۲۸، ۳/۶۱۲ و ۴/۹۱ به دست آمده است.

نتایج آزمون نرمالیتی نشان داد که داده‌های مربوط به متغیرهای پژوهش نرمال نیستند بنابراین، برای بررسی فرضیه‌های پژوهش، از نرم‌افزار SmartPLS استفاده شده است.

مدل مربوط به پژوهش حاضر در نمودار ۱ نمایش داده شده است که چهارمدل اندازه‌گیری مربوط به چهار مؤلفه پژوهش وجود دارد بنابراین، برای تحلیل مدل کلی نیاز به بررسی چهارمدل اندازه‌گیری (برای چهار مؤلفه) داریم. برای بررسی پایایی مدل‌های اندازه‌گیری از معیارهای بررسی ضرایب بارهای عاملی، ضرایب آلفای کرونباخ و پایایی ترکیبی استفاده شد که نتایج زیر به دست آمد: مقادیر مربوط به عوامل پژوهش بیشتر از ۰/۴ و نیز مقادیر مربوط به معیارها یعنی

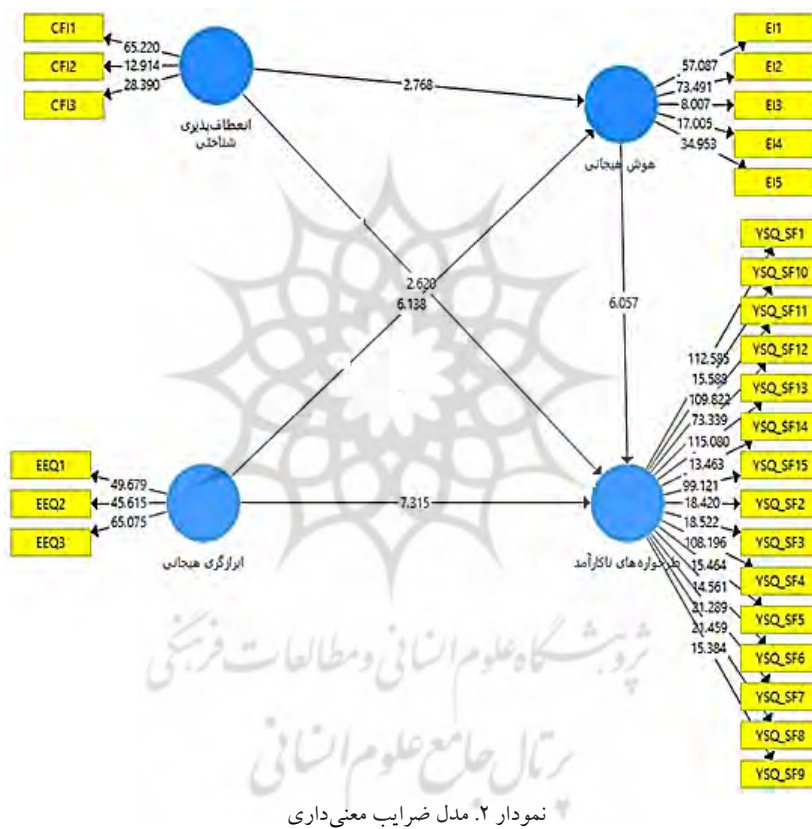
آلفای کرونباخ و پایایی ترکیبی عامل‌های پژوهش در همه عامل‌ها، بالاتر از ۰/۷ می‌باشد که حاکی از پایایی مناسب مدل دارد. هم‌چنین درخصوص روایی هم‌گرای مدل‌های پژوهش، با توجه به اینکه میانگین واریانس استخراج‌شده^۱، ۰/۵ است، روایی هم‌گرای پژوهش تأیید می‌گردد. با بررسی انجام‌شده به سه روش جدول بارهای مقاطع (سؤالات مربوط به هر عامل نسبت به خود آن عامل، هم‌بستگی بیشتری داشتند تا نسبت به عوامل دیگر)، فورنل لارکر (مقدار جذر میانگین واریانس استخراج‌شده هر عامل از مقدار همبستگی دو عامل بیشتر بود) و معیار نسبت خصیصه متفاوت - خصیصه یکسان^۲ (برای همه جفت متغیرها کمتر از ۰/۹ به‌دست آمد) روایی واگرای مدل پژوهش نیز تأیید می‌شود.



نمودار ۱. مدل ضرایب استاندارد

- 1 . Average Variance Extracted
- 2 . Heterotrait-Monotrait Ratio

برای بررسی برازش مدل پژوهش از چندین معیار استفاده می‌شود که اولین و اساسی‌ترین معیار، ضرایب معنی‌داری t می‌باشد. ابتدایی‌ترین معیار برای سنجش رابطه بین عامل‌ها در مدل، اعداد معنی‌دار t است. در صورتی که مقدار این اعداد از ۱/۹۶ بیشتر شود، نشان از صحت رابطه بین عامل‌ها و در نتیجه تأیید فرضیه‌های پژوهش در سطح اطمینان ۰/۹۵ است. البته باید توجه داشت که اعداد فقط صحت رابطه را نشان می‌دهند و شدت رابطه بین عامل‌ها را نمی‌توان با آن سنجید.



1. T-Values

با توجه به مندرجات جدول ۲ که برای همه رابطه‌ها نشان داده شده است، بین متغیرهایی رابطه معنی‌داری برقرار است که مقدار ارزش معنی‌داری t برای این رابطه‌ها، بیشتر از $1/96$ باشد.

جدول ۲. بررسی روابط درون مدل ساختاری

P Value	T Value	خطای استاندارد	ضرایب استاندارد	بررسی رابطه‌ها درون مدل ساختاری تحقیق
۰/۰۰۰	۱۱/۷۶۵	۰/۰۳۸	-۰/۴۵۲	ابرازگری هیجانی ← طرح‌واره‌های ناکارآمد
۰/۰۰۰	۱۰/۱۸۱	۰/۰۳۹	۰/۳۹۲	ابرازگری هیجانی ← هوش هیجانی
۰/۰۰۰	۷/۰۰۵	۰/۰۳۵	-۰/۲۴۲	انعطاف‌پذیری شناختی ← طرح‌واره‌های ناکارآمد
۰/۰۰۰	۵/۲۱	۰/۰۴۱	۰/۲۱۲	انعطاف‌پذیری شناختی ← هوش هیجانی
۰/۰۰۰	۶/۸۶۶	۰/۰۳۸	-۰/۲۶۲	هوش هیجانی ← طرح‌واره‌های ناکارآمد

با توجه به مندرجات جدول ۳، معیارهای ضریب تعیین^۱ و تناسب پیش‌بین^۲ برای متغیرهای وابسته در حد متوسط و قوی است.

جدول ۳. بررسی معیارهای ضریب تعیین و تناسب پیش‌بین

نام متغیر	R ²	Q ²
طرح‌واره‌های ناکارآمد	۰/۴۸۷	۰/۲۵۰
هوش هیجانی	۰/۲۱۷	۰/۱۰۲

اندازه اثر متغیرهای پیش‌بین بر طرح‌واره‌های ناکارآمد، هوش هیجانی و متغیر میانجی هوش هیجانی، بر طرح‌واره‌های ناکارآمد در جدول ۴ آمده است.

جدول ۴. بررسی معیار اندازه اثر

نام متغیر	f ²
اندازه اثر ابرازگری هیجانی بر طرح‌واره‌های ناکارآمد	۰/۳۲۹ قوی
اندازه اثر ابرازگری هیجانی بر هوش هیجانی	۰/۱۹۴ قوی
اندازه اثر انعطاف‌پذیری شناختی بر طرح‌واره‌های ناکارآمد	۰/۱۰۷ متوسط
اندازه اثر انعطاف‌پذیری شناختی بر هوش هیجانی	۰/۰۵۷ متوسط
اندازه اثر هوش هیجانی بر طرح‌واره‌های ناکارآمد	۰/۱۰۵ متوسط

۱.. R²
۲.. Q²

مدل کلی، شامل هر دو بخش مدل اندازه‌گیری و مدل ساختاری می‌شود و با تأیید برازش آن، بررسی برازش در یک مدل کامل می‌شود. شاخص نیکویی برازش^۱، مربوط به بخش کلی مدل‌های ساختاری است؛ بدین معنی که توسط این معیار، محقق می‌تواند پس از بررسی برازش بخش اندازه‌گیری و بخش مدل ساختاری پژوهش خود، برازش بخش کلی را نیز کنترل نماید. با توجه به سه مقدار ۰/۰۱، ۰/۲۵ و ۰/۳۶ که به‌عنوان مقادیر ضعیف، متوسط و قوی برای شاخص نیکویی برازش معرفی شده است و حصول مقدار ۰/۴۶۸ برای شاخص نیکویی برازش، برازش مدل مناسب است. در مجموع با عنایت به نتایج به‌دست آمده، باید گفت با توجه به مراحل که جهت تصدیق مدل اندازه‌گیری و محاسبات روایی سازه و تشخیصی و به‌دنبال آن آزمون روابط بین سازه‌های پژوهش انجام شد، باید گفت مدل ارائه‌شده توسط پژوهشگر تأیید می‌شود و حال، می‌توان به بررسی فرضیات پژوهش پرداخت.

برای بررسی روابط بین متغیرهای پژوهش و آزمون مدل کلی پژوهش از ضریب استاندارد و مقادیر ارزش معنی‌داری t استفاده شده است که اگر مقدار ارزش معنی‌داری t برای یک رابطه بزرگتر از ۱/۹۶ باشد، نشان‌دهنده رابطه معنی‌دار بین آن دو متغیر است.

جدول ۵. بررسی فرضیات پژوهش

نتیجه	P Value	T Value	خطای استاندارد	ضرایب استاندارد	بررسی رابطه‌ها درون مدل ساختاری تحقیق
					اثرات مستقیم
تأیید	۰/۰۰۰	۱۱/۷۶۵	۰/۰۳۸	-۰/۴۵۲	ابرازگری هیجانی ← طرح‌واره‌های ناکارآمد
تأیید	۰/۰۰۰	۱۰/۱۸۱	۰/۰۳۹	۰/۳۹۲	ابرازگری هیجانی ← هوش هیجانی
تأیید	۰/۰۰۰	۷/۰۰۵	۰/۰۳۵	-۰/۲۴۲	انعطاف‌پذیری شناختی ← طرح‌واره‌های ناکارآمد

1. Goodness of Fitness (GOF)

نتیجه	P Value	T Value	خطای استاندارد	ضرایب استاندارد	بررسی رابطه‌ها درون مدل ساختاری تحقیق
تأیید	۰/۰۰۰	۵/۲۱	۰/۰۴۱	۰/۲۱۲	انعطاف‌پذیری شناختی ← هوش هیجانی
تأیید	۰/۰۰۰	۶/۸۶۶	۰/۰۳۸	-۰/۲۶۲	هوش هیجانی ← طرح‌واره‌های ناکارآمد
					اثرات غیرمستقیم
نتیجه	P Value	T Value	خطای استاندارد	ضرایب استاندارد	بررسی رابطه‌ها درون مدل ساختاری تحقیق
تأیید	۰/۰۰۰	۵/۸۱۷	۰/۰۱۸	-۰/۱۰۳	ابرازگری هیجانی ← هوش هیجانی ← طرح‌واره‌های ناکارآمد
تأیید	۰/۰۰۰	۴/۱۸۴	۰/۰۱۳	-۰/۰۵۶	انعطاف‌پذیری شناختی ← هوش هیجانی ← طرح‌واره‌های ناکارآمد
					اثرات کل
تأیید	۰/۰۰۰	۱۶/۸۲۶	۰/۰۳۳	-۰/۵۵۵	ابرازگری هیجانی ← طرح‌واره‌های ناکارآمد
تأیید	۰/۰۰۰	۱۰/۱۸۱	۰/۰۳۹	۰/۳۹۲	ابرازگری هیجانی ← هوش هیجانی
تأیید	۰/۰۰۰	۸/۰۶۵	۰/۰۳۷	-۰/۲۹۸	انعطاف‌پذیری شناختی ← طرح‌واره‌های ناکارآمد
تأیید	۰/۰۰۰	۵/۲۱	۰/۰۴۱	۰/۲۱۲	انعطاف‌پذیری شناختی ← هوش هیجانی
تأیید	۰/۰۰۰	۶/۸۶۶	۰/۰۳۸	-۰/۲۶۲	هوش هیجانی ← طرح‌واره‌های ناکارآمد

بحث و نتیجه‌گیری

همان‌طور که یافته‌های پژوهش نشان داد و نظر به مراحل که جهت تصدیق مدل اندازه‌گیری، محاسبات روایی سازه و تشخیصی و به‌دنبال آن، آزمون روابط بین سازه‌های پژوهش انجام شد، مدل ارائه‌شده توسط پژوهشگر تأیید گردید. به این ترتیب، نتایج پژوهش حاضر حاکی از آن بود

که مدل اندازه‌گیری با داده‌های گردآوری شده به صورت مطلوب برازش داشت و همه نشانگرهای مدل اندازه‌گیری، توان لازم برای اندازه‌گیری متغیرهای مکنون پژوهش حاضر را داشتند.

یافته‌های پژوهش نشان داد که روابط بین متغیرهای پژوهش معنی‌دار است با این توصیف که اندازه اثر ابرازگری هیجانی و انعطاف‌پذیری شناختی، با نقش میانجی هوش هیجانی بر طرح‌واره‌های ناکارآمد، نسبتاً متوسط به بالا بود. در واقع، نتایج مدل ساختاری پژوهش حاضر نشان داد اثر کل ابرازگری هیجانی بر طرح‌واره ناکارآمد، قوی بود؛ در حالی که اثر کل انعطاف‌پذیری شناختی بر طرح‌واره ناکارآمد، متوسط بود.

هم‌چنین نقش میانجی هوش هیجانی در ارتباط با اثر کل هر یک از متغیرهای مدل پیشنهادی بر طرح‌واره ناکارآمد، معنی‌دار گردید و در نهایت اثر کل هوش هیجانی بر طرح‌واره ناکارآمد، متوسط بود. بدین ترتیب، مدل ساختاری پیشنهادی پژوهش؛ یعنی مدل علی طرح‌واره ناکارآمد براساس ابرازگری هیجانی و انعطاف‌پذیری شناختی با نقش میانجی هوش هیجانی در دختران دانش‌آموز، برازش مناسبی داشت.

شرایط شکننده فردی - اجتماعی در دوران قرنطینه ناشی از کرونا، آثار متغیرهای ابرازگری هیجانی و انعطاف‌پذیری شناختی را، چه به صورت منفرد و چه با واسطه‌گری متغیر هوش هیجانی بر متغیر طرح‌واره‌های ناکارآمد، تقویت نموده و سبب تبیین دقیق‌تر روابط این متغیرها در قالب مدل ساختاری پیشنهادی می‌شود. به طور کلی، وضعیت همه‌گیری کرونا، احتمالاً سبب تقویت طرح‌واره‌های ناکارآمدی مثل «آسیب‌پذیری در برابر ضرر و بیماری»، «انزوای اجتماعی / بیگانگی»، «رهاشدگی / بی‌ثباتی»، «معیارهای سخت‌گیرانه» و البته طرح‌واره‌های «محرومیت هیجانی» و «بازداری هیجانی» شده است.

یافته‌ها نشانگر این بود که اثر مستقیم ابرازگری هیجانی بر طرح‌واره ناکارآمد معنی‌دار گردید و اندازه اثر ابرازگری هیجانی بر طرح‌واره‌های ناکارآمد، قوی بود. نتایج به دست آمده با یافته‌های

پژوهش کالیشکان^۱ (۲۰۱۷)، ایزدی، اشرفی و فتحی آشتیانی (۱۳۹۸)، سیلبرنشتاین، تریچ، لیهی و همکاران^۲ (۲۰۱۲) و فرجی (۱۳۹۳) همسو بود. احتمالاً در شرایط قرنطینه خانگی ناشی از کرونا، با توجه به نظریه کینگ و آمونز (۱۹۹۰ و ۱۹۹۸) درخصوص دوسوگرایی و بازداری هیجانی، مؤلفه‌های ابراز صمیمیت و ابراز هیجان مثبت در متغیر ابرازگری هیجانی و مؤلفه‌های ابراز صمیمیت و ابراز هیجان مثبت در متغیر ابرازگری هیجانی، به دلیل کاهش روابط و تعاملات اجتماعی رودررو دچار کاستی می‌شوند یا مؤلفه ابراز هیجان منفی فراوانی بیشتری پیدا می‌کند از این رو، احتمال دارد برخی از طرح‌واره‌های ناکارآمد را تقویت کند از جمله طرح‌واره‌های «محرومیت هیجانی»، «انزوای اجتماعی / بیگانگی» و «بازداری هیجانی».

هم‌چنین با توجه به ارزش‌ها و هنجارهای فرهنگی حاکم بر جامعه، شیوه‌های ابرازگری هیجانی در دختران نوجوان ایرانی با محدودیت مواجه بوده است و این امر، احتمالاً در شرایط قرنطینه خانگی بیشتر بروز می‌یابد و تقویت طرح‌واره‌هایی مثل بازداری هیجانی را توجیه می‌نماید. در عین حال، با توجه به مطالعاتی که بیانگر تفاوت کیفیت ابراز هیجان در زنان و مردان است و سطح بالاتر ابرازگری هیجانی را در جنس مؤنث نشان می‌دهند (بنی کالف و رابابا، ۲۰۱۸)، میزان قوی ابرازگری هیجانی را در دختران نوجوان تبیین می‌نماید.

براساس یافته‌ها، اثر مستقیم انعطاف‌پذیری شناختی بر طرح‌واره‌های ناکارآمد، متوسط بود. در عین حال، اندازه اثر انعطاف‌پذیری شناختی بر طرح‌واره‌های ناکارآمد، متوسط بود.

نتایج به‌دست‌آمده همسو با یافته‌های پژوهش فاستینو و واسکو^۳ (۲۰۱۹) و نیز محمدخانی، سلیمانی و سیدعلی نقی (۱۳۹۳) بود.

با توجه به اینکه انعطاف‌پذیری شناختی، توانایی افراد در تعدیل روند شناخت برای روبه‌رو شدن با موقعیت‌های جدید و غیر قابل پیش‌بینی تعریف شده است، در شرایط قرنطینه

1. Çalışkan
2. Silberstein, Tirch & Leahy
3. Faustino, B., & Vasco

خانگی ناشی از کرونا، با توجه به افزایش انزوای فردی و اجتماعی نوجوانان به‌ویژه از گروه همسالان، می‌تواند حالت غم و نشخوار فکری را با سطح پایین انعطاف‌پذیری شناختی افراد، گسترش داده و طرح‌واره‌های ناکارآمد رهاشدگی و معیارهای سرسختانه را تقویت نماید. این تبیین با یافته‌های رحیم‌زادگان و عطادخت (۱۳۹۹) همسو است که نشان دادند به‌طور معکوس، سطح بالای انعطاف‌پذیری شناختی و تمایزیافتگی خود از نقش محافظت‌کنندگی را در برابر اضطراب ناشی از شیوع ویروس کرونا دارند.

از زاویه‌ای دیگر می‌توان رابطه انعطاف‌پذیری شناختی و طرح‌واره‌های ناکارآمد را در ارتباط با فرایند آموزش مجازی برای نوجوانان تبیین نمود. همان‌طور که گولتن^۱ (۲۰۲۱) نشان داده است، با گسترش همه‌گیری کرونا از سال ۲۰۱۹ تا ۲۰۲۱، میزان انعطاف‌پذیری شناختی افرادی که در سال ۲۰۱۹، آموزش رسمی داشته‌اند، بیشتر از انعطاف‌پذیری شناختی افرادی بوده است که در سال ۲۰۲۰ و ۲۰۲۱ درگیر آموزش از راه دور بوده‌اند.

این امر می‌تواند برخاسته از پدیده انزوای کرونایی باشد. در هر صورت، سطح پایین انعطاف‌پذیری شناختی در شرایط قرنطینه خانگی به‌دلیل درگیری در آموزش‌های مجازی از راه دور، از یک طرف ممکن است با شکل‌گیری طرح‌واره‌های ناکارآمد «رهاشدگی/بی‌ثباتی» و «انزوای اجتماعی/بیگانگی» که در دسته «بریدگی و طرد» قرار دارند، مرتبط باشد و از طرف دیگر، با شکل‌گیری طرح‌واره ناکارآمد «آسیب‌پذیری در برابر ضرر و بیماری» که در دسته «خودگردانی و عملکرد مختل» قرار دارد، همبسته باشد.

در عین حال بایستی توجه داشت که در چنین وضعیتی، روابط نوجوانان در فضای مجازی به‌عنوان عاملی مثبت جهت افزایش میزان انعطاف‌پذیری شناختی و در صورت مدیریت صحیح و سنجیده روابط مجازی، به‌عنوان عاملی بازدارنده در مقابل کاهش میزان انعطاف‌پذیری شناختی ایفای نقش نماید.

1. Gültén

بر اساس یافته‌های پژوهش، اثر غیرمستقیم ابرازگری هیجانی با نقش میانجی هوش هیجانی بر طرح‌واره ناکارآمد معنی‌دار گردید و در عین حال، اندازه اثر غیرمستقیم ابرازگری هیجانی بر طرح‌واره‌های ناکارآمد با نقش میانجی هوش هیجانی، متوسط بود. این یافته‌ها با نتایج پژوهش کلنتر و همکاران (۲۰۱۹) و گونزالس - تووار و هرناندز - رودریگز^۱ (۲۰۲۱) همسو بود.

در شرایط قرنطینه خانگی ناشی از کرونا، شاید تحقق و بروز دو مؤلفه همدلی و مهارت‌های اجتماعی در متغیر هوش هیجانی، بیشترین آسیب را ببینند؛ این بدان معناست که تشخیص و درک هیجان‌ها و احساسات دیگران (دیگرآگاهی) و مدیریت رابطه با دیگران (دیگرمدیریتی)، ممکن است دچار کاستی شود و از طریق ایفای نقش میانجی هوش هیجانی، که کارکرد آن تحت تأثیر فشارهای روانی شرایط قرنطینه تضعیف شده و نقش منفی پیدا نموده، ابرازگری هیجانی، تبدیل به فرایندی ناکارآمد گردد و در نتیجه، طرح‌واره‌های ناکارآمد تقویت شوند، حتی طرح‌واره ناکارآمدی مانند بی‌اعتمادی / بدرفتاری. الگوی توانایی مایر و سالووی (۱۹۹۷) در خصوص هوش هیجانی، که متمرکز بر نقش هیجان‌ها و تأثیرات متقابلشان بر افکار است، تبیین فوق را به لحاظ نظری پشتیبانی می‌کند. در مدل توانایی مایر و سالووی (۱۹۹۷)، ابعاد چهارگانه هوش هیجانی در شرایط انزوای کرونایی احتمالاً تضعیف می‌شوند؛ این امر از جنبه هیجانی، به‌ویژه در ابعاد کاربرد عواطف، توانایی درک و فهم عواطف دیگران و مدیریت عواطف بیشتر صدق می‌کند و از طریق اختلال در فرایند شناسایی عواطف در خود و دیگران، انعطاف‌پذیری شناختی را محدود می‌نماید. این تبیین با یافته‌های مورون و بیولیک - مورون^۲ (۲۰۲۱) همسو است که وضعیت هوش هیجانی و همه‌گیری کووید-۱۹ از جنبه‌های متعددی با یکدیگر در تعاملند و هرچه فشارهای روانی بیشتر باشد، سطوح پردازش هیجانی افت نموده و هیجان‌ات بدون فکر و رفتارهای گله‌ای بیشتری رخ می‌دهند. البته این پژوهشگران متذکر می‌شوند در شرایط شیوع ویروس کرونا، نقش ایمنی‌بخش هوش هیجانی با تجربه هیجان‌ات (ترس، اضطراب و غم) با شدت کمتر اما نه با فراوانی کمتر مرتبط

1. González-Tovar & Hernández-Rodríguez

2. Morón & Biolik-Morón

است. در واقع، به نظر می‌رسد هوش هیجانی با عاطفه مثبت و شدت هیجان‌ات مثبت، رابطه مثبت و با عاطفه منفی و شدت هیجان‌ات منفی، رابطه منفی دارد. هم‌چنین، وجود سطح بالای هوش هیجانی احتمالاً پیش‌بینی‌کننده سطوح پایین‌تر خشم، بی‌زاری و ناراحتی در طول همه‌گیری کووید-۱۹ است؛ یعنی اگر سطح عملکرد بهینه هوش هیجانی در شرایط قرنطینه خانگی حفظ گردد، ممکن است نقش سازنده‌ای در ابرازگری هیجانی مثبت ایفا نماید.

طبق یافته‌های پژوهش حاضر، اثر غیرمستقیم انعطاف‌پذیری شناختی با نقش میانجی هوش هیجانی بر طرح‌واره ناکارآمد معنی‌دار گردید و در عین حال، اندازه اثر غیرمستقیم انعطاف‌پذیری شناختی بر طرح‌واره‌های ناکارآمد با نقش میانجی هوش هیجانی، متوسط بود. این یافته‌ها با یافته‌های آتش‌سخن و عبدالهی (۱۳۹۶)، خانه‌کشی و طباطبائی‌فر (۱۳۹۹) و مشیریان و فراحی (۱۳۹۷) همسو بود.

نقش واسطه‌ای هوش هیجانی برای انعطاف‌پذیری شناختی و طرح‌واره‌های ناکارآمد در شرایط قرنطینه خانگی ناشی از کرونا، می‌تواند برخاسته از مؤلفه‌های شناختی خودآگاهی و دیگرآگاهی باشد که در انزوای کرونایی، وضعیتی شکننده پیدا می‌کنند.

نتیجه کلی پژوهش حاضر حاکی از آن است که هوش هیجانی در ارتباط با اثر غیرمستقیم هریک از متغیرهای برون‌زاد مکنون مدل پیشنهادی، به شکلی معنی‌دار میانجی‌گری می‌کند و اثر مستقیم، اثر غیرمستقیم و اثر کل متغیرهای برون‌زاد مکنون ابرازگری هیجانی و انعطاف‌پذیری شناختی، بر طرح‌واره ناکارآمد به‌عنوان متغیر درون‌زاد معنی‌دار بود. به‌طور کلی نتایج پژوهش حاضر با پژوهش‌های صورت‌گرفته در داخل و خارج کشور در ارتباط با متغیرهای موضوع مورد پژوهش هم‌خوانی داشت و مدل تأیید گردید. پیامد فوری این نتایج، توجه به مداخله طرح‌واره‌درمانی را به‌عنوان مداخله‌ای اثربخش بر سازگاری تحصیلی در شرایط پساکرونا می‌طلبد؛ موضوعی که در پژوهش‌های قبل نیز در خصوص طرح‌واره‌درمانی و سازگاری تحصیلی مورد تأیید قرار گرفته است (سجادی، گل‌محمدیان و حجت‌خواه، ۱۳۹۵).

برخی از محدودیت‌های پژوهش به شرح عبارت بودند از:

نخست اینکه پژوهش به دلیل جدید بودن، فاقد پیشینه کافی بود که به لحاظ دسترسی به پژوهش‌های مشابه، محدودیت زیادی برای پژوهشگر ایجاد نمود. دوم آنکه متغیر میانجی نتوانست واسطه‌گری کامل داشته باشد و این امر، حاکی از احتمال وجود متغیرهای میانجی دیگر دارد که این پژوهش را در مدل پیشنهادی خود دچار محدودیت می‌سازد. رابطه متغیرهای میانجی دیگر نظیر هوش اجتماعی، خودکنترل‌گری یا هیجان‌آگاهی مورد پژوهش قرار گیرد.

پژوهشگر ضمن اجرای پژوهش، با محدودیت‌های زیر مواجه بود:

طرح پژوهش انتخابی توسط پژوهشگر برای بررسی روابط متغیرها، طرح همبستگی بود که به لحاظ طبیعت این نوع طرح‌ها، درخصوص استنباط‌های علی، بایستی جانب احتیاط را رعایت نمود. پژوهشگر در پژوهش خود تنها دو متغیر برون‌زاد مکنون را بررسی کرد که ممکن است برای تبیین متغیر درون‌زاد کافی نبوده باشند. پژوهشگر به پیشینه کافی دست نیافت که به لحاظ دسترسی به پژوهش‌های مشابه، محدودیت‌هایی ایجاد نمود. عوامل فرهنگی (به‌ویژه عنصر محافظه‌کاری) درخصوص بروز متغیرها در جامعه دختران نوجوان ایرانی در تعمیم نتایج پژوهش، محدودیت ایجاد می‌نماید.

بر مبنای نتایج پژوهش درخصوص مدل علی طرح‌واره‌های ناکارآمد، پیشنهادات کاربردی زیر قابل ارائه است:

با توجه به اثر مستقیم ابراز‌گری هیجانی بر طرح‌واره‌های ناکارآمد، جلسات آموزش ابراز‌گری هیجانی در قالب برنامه‌های اجرای نمایش و تئاتر و نیز جلسات برون‌ریزی هیجانی نوشتاری و کلامی در مدارس برگزار شود. با توجه به اثر مستقیم انعطاف‌پذیری شناختی بر طرح‌واره‌های ناکارآمد، فرصت‌های توسعه انعطاف‌پذیری شناختی در قالب تجربیات جدید یادگیری در محیط کلاسی، آزمایشگاهی، اردویی و جلسات مناظره در مدارس فراهم شود. با توجه به اثر غیرمستقیم ابراز‌گری هیجانی و انعطاف‌پذیری شناختی با نقش میانجی هوش هیجانی بر طرح‌واره‌های ناکارآمد، آموزش فنون هوش هیجانی در قالب جلسات کلاسی، نمایش فیلم به صورت گروهی و بهره‌گیری از رسانه‌های مجازی انجام شود.

فهرست منابع

- آتش‌سختن، پریا؛ عبدالهی، داود (۱۳۹۶)، رابطه طرح‌واره‌های شخصیتی با خودپنداره و هوش هیجانی، دومین کنگره بین‌المللی علوم انسانی، مطالعات فرهنگی، تهران.
- اسدی، جوانشیر (۱۳۸۲)، رابطه بین هوش هیجانی فرسودگی شغلی و سلامت روان کارکنان شرکت ایران‌خودرو، پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه علامه طباطبایی.
- ایزدی، فاطمه؛ اشرفی، عماد؛ فتحی آشتیانی، علی (۱۳۹۸)، الگوی ساختاری رابطه بین طرح‌واره‌های هیجانی منفی و نشانه‌های بدنی با میانجی‌گری ناگویی هیجانی و ابرازگری هیجانی، مجله پژوهش‌های علوم رفتاری، ۱۶ (۳)، ۳۱۱-۳۲۳.
- پورشهریاری، مه‌سیمما؛ عبداللهی، عباس؛ غفوری، سحر (۱۴۰۰)، واکاوای تجارب و ادراکات روان‌شناختی بیماران بهبودیافته کووید - ۱۹، پژوهش‌های مشاوره، ۲۰ (۷۸): ۲۷۱-۲۴۴.
- خانه‌کشی، علی؛ طباطبایی‌فر، جمیله (۱۳۹۹)، رابطه بین صفات شخصیتی و هوش هیجانی با انعطاف‌پذیری شناختی دانش‌آموزان دختر مقطع متوسطه دوم شهرستان آمل، سومین کنگره بین‌المللی علوم روان‌شناختی و آموزشی، تهران.
- رفیعی‌نیا، پروین؛ رسول‌زاده طباطبایی، کاظم؛ آزادفلاح، پرویز (۱۳۸۵)، رابطه سبک‌های ابراز هیجان با سلامت عمومی در دانشجویان، مجله روان‌شناسی، ۳۷ (۱۰)، ۸۴ - ۱۰۵.
- سجادی، نسیم؛ گل‌محمدیان، محسن؛ حجت‌خواه، محسن (۱۳۹۵)، اثربخشی طرح‌واره درمانی بر سازگاری تحصیلی دانش‌آموزان دختر، پژوهش‌های مشاوره، ۱۵ (۵۸): ۱۷-۴.
- صدوقی، زهره؛ آگیلار وفایی، مریم (۱۳۸۷)، تحلیل عاملی نسخه کوتاه پرسش‌نامه طرح‌واره یانگ در نمونه غیربالینی ایرانی، مجله روان‌پزشکی و روان‌شناسی بالینی ایران، ۱۴ (۲)، ۲۱۴-۲۱۹.
- فاضلی، مژگان؛ احتشام‌زاده هاشمی شیخ‌شهبانی، سیداسماعیل (۱۳۹۳)، اثربخشی درمان شناختی - رفتاری بر انعطاف‌پذیری شناختی افراد افسرده، اندیشه و رفتار، ۳۴ (۹)، ۲۷-۳۶.
- فرجی، محمد (۱۳۹۳)، پیش‌بینی ابراز هیجان براساس سلامت عمومی و هوش هیجانی در ورزشکاران شهر تهران، اولین کنفرانس ملی توسعه پایدار در علوم تربیتی و روان‌شناسی، مطالعات اجتماعی و فرهنگی، تهران.
- گلמן، دانیل (۱۹۹۵)، هوش هیجانی، ترجمه پارسا، نسرین (۱۳۸۹)، تهران: انتشارات رشد.
- محمدخانی، شهرام؛ سلیمانی، حمیده و سیدعلی‌نقی، سیداحمد (۱۳۹۳)، نقش طرح‌واره‌های هیجانی در تاب‌آوری افراد مبتلا به HIV، مجله دانش و تندرستی، ۹ (۳)، ۱-۱۰.

مشیریان فراچی، سیدموسی (۱۳۹۷)، بررسی اثربخشی آموزش هوش هیجانی بر انعطاف‌پذیری شناختی در کودکان مبتلا به اختلال نقص توجه، اولین همایش ملی علمی - پژوهشی روان‌شناسی و علوم تربیتی، شیروان.

منصوری، بهزاد (۱۳۸۰)، هنجاریابی پرسش‌نامه هوش هیجانی شرینگ در بین دانشجویان کارشناسی‌ارشد دانشگاه‌های تهران، پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه علامه طباطبایی.

موسوی، رقیه؛ علیپور، طاهره (۱۴۰۰)، بررسی پیامدها و عوارض روان‌شناختی و چالش‌های خانوادگی ناشی از شرایط کرونا در افراد شاغل، پژوهش‌های مشاوره، ۲۰ (۷۸): ۲۷۲-۲۹۹.

میرزا، لاورنس اس؛ گامست، گلن؛ گارینو، اجی (۱۹۹۹)، پژوهش چندمتغیری کاربردی، مترجمان حسن‌پاشا شریفی، سمین‌دخت رضاخانی، حمیدرضا حسن‌آبادی، بلال ایزانلو و مجتبی حبیبی، ۱۳۹۱، تهران: رشد، چاپ دوم.

Banikalef, A., & Rababah, L. (2018). Gender differences and emotional expressiveness on Facebook: An analysis of prosodic features among Jordanian Facebookers. *Studies in Linguistics and Literature*, 2(3), 180-184.

Barr, L. K., Kahn, J. H., & Schneider, W. J. (2008). Individual differences in emotion expression: Hierarchical structure and relations with psychological distress. *Journal of Social and Clinical Psychology*; 27: 1045 – 1077.

Çalışkan, B. (2017). Relationship between early maladaptive schemas, perceived maternal parenting style, emotion regulation difficulties and psychological well-being (Master's thesis, Doğuş Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü)..

Carbonella JY & Timpano KR. (2016). Examining the link between hoarding symptoms and cognitive flexibility deficits. *Behavior therapy*. Mar; 1;47 (2): 262-73.

Costa, A. & Faria, L. (2015). The impact of Emotional Intelligence on academic achievement: A longitudinal study in Portuguese secondary school. *Learning and Individual Differences*; 37: 38-47.

Dennis, J. P., & Vander Wal, J.S (2010). The cognitive flexibility inventory: Instrument development and estimates of reliability and validity, *Cogn Ther Res*; 34: 241-253.

Evans, S. C.; Blossom, J. B.; Canter, K. S.; Poppert-Cordts, K.; Kanine, R.; Garcia, A. & Roberts, M. C. (2016). Self-reported emotion reactivity among early- adolescent girls: evidence for convergent and discriminant validity in an urban community sample. *Behavior Therapy*; 47(3): 299-311..

Faustino, B., & Vasco, A. B. (2019). Early maladaptive schemas and cognitive fusion on the regulation of psychological needs. *Journal of Contemporary Psychotherapy*; 1-8..

González-Tovar, M., & Hernández-Rodríguez, S. (2021). COVID-19 and Emotional Variables in a Sample of Chileans. *Frontiers in Psychology*..12, 43..

Gülten, Ü. (2021). Does Student's Cognitive Flexibility Decrease During Pandemic? A New Approach to Measure Cognitive Flexibility. *International Journal of Cognitive Research in Science, Engineering and Education*, 9(1), 13-22..

- Keltner, D., Sauter, D., Tracy, J., Cowen, A. (2019). Emotional expression: Advances in basic emotion theory. *Journal of nonverbal behavior*, 1-28..
- Kring, A.M., Smith, D. A., & Neale, J. M. (1994). Individual differences in dispositional expressiveness: development and validation of the Emotional Expressivity Scale. *Journal of personality and social psychology*; 66(5): 934.
- Moroń, M., & Biolik-Moroń, M. (2021). Trait emotional intelligence and emotional experiences during the COVID-19 pandemic outbreak in Poland: A daily diary study. *Personality and Individual Differences*, 168, 110348..
- Niles, A. N., Haltom, K. E., Mulvenna, C. M., Lieberman, M. D., & Stanton, A. L. (2014). Randomized controlled trial of expressive writing for psychological and physical health: The moderating role of emotional expressivity. *Anxiety, Stress & Coping*; 27: 1 - 17.
- Ortega LA; Tracy BA; Gould TJ & Parikh V. (2013). Effects of chronic low-and high-dose nicotine on cognitive flexibility in C57BL/6J mice. *Behavioural Brain Research*. Feb 1; 238: 134-45.
- Salovey, P., & Mayer, J. D. (1990). Emotional intelligence. *Imagination, cognition and personality*, 9(3), 185-211..
- Servaes, P., Vingerhoets, A.J.J.M., Vreugdenhil, G., Keuning, J. J., & Broekhuijsen, A. M. (1999). Inhibition of emotional expression in breast cancer patients. *Behavioral Medicine*; 25: 23-27.
- Shareh H, Farmani A, Soltani E. Investigating the Reliability and Validity of the Cognitive Flexibility Inventory (CFI-I) among Iranian University Students. *PCP*. 2014; 2(1):43-50
- Silberstein, L. R., Tirsch, D., Leahy, R. L., & McGinn, L. (2012). Mindfulness, psychological flexibility and emotional schemas. *International Journal of Cognitive Therapy*; 5(4): 406-419..
- Waller, G, Meyer, C. Ohanian, V. (2001). Psychometric properties of the long & short versions of the young schema questionnaire: Core beliefs among bulimic and comparison women. *Cognit Ther Res*; 25(2):137-47.

