Journal of Cognitive psychology
September 2025, Volume 12, Issue 3

The mediating role of cognitive self-efficacy in the relationship between early maladaptive schemas and psychological vitality in individuals with essential anxiety

Maliheh Pazooki[1]*, Elaheh Jafarpour[2], Zahra Hajati[3], Sara Malek Mohammadi[4]

1. *Master of Science in Clinical Psychology, Islamic Azad University, Tehran Science and Research Branch, Tehran, Iran. (Corresponding author) M.pazooki1994@gmail.com*
2. *Master of Science in General Psychology, Islamic Azad University, Karaj Branch, Karaj, Iran.*
3. *Master of Science in Family Counseling, Islamic Azad University, West Tehran Branch, Tehran, Iran.*
4. *Master of Science in General Psychology, Islamic Azad University, Roudehen Branch, Tehran, Iran.*

Citation: Pazooki, M., Jafarpour, E., Hajati, Z., & Malek Mohammadi, S. (2025). The mediating role of cognitive self-efficacy in the relationship between early maladaptive schemas and psychological vitality in individuals with essential anxiety**. J**ournal of **C**ognitive **P**sychology. 2024; 12 (4):1-15 [Persian].

Article Info:

Abstract

The present study aimed to investigate the mediating role of cognitive self-efficacy in the relationship between early maladaptive schemas and psychological vitality in individuals with generalized anxiety disorder. The statistical population consisted of all clinical medical students at Golestan University in 2024, from which a sample of 120 students was selected through non-random convenience sampling. The research instruments included the Young Schema Questionnaire – Short Form (1998), the Cognitive Self-Efficacy Scale by Sherer et al. (1982), and the Psychological Vitality Scale developed by Kahn and Crawford (2003). Data were analyzed using structural equation modeling (SEM). The results indicated that early maladaptive schemas had a significant negative relationship with psychological vitality, and this relationship was mediated by reduced cognitive self-efficacy. In other words, early maladaptive schemas lead to decreased psychological vitality in individuals with generalized anxiety disorder by weakening cognitive self-efficacy. These findings highlight the importance of addressing early maladaptive schemas and enhancing cognitive self-efficacy as therapeutic strategies to improve psychological vitality and overall mental well-being in individuals suffering from anxiety. Accordingly, it is recommended that psychological interventions simultaneously target schema modification and self-efficacy enhancement.

Key words
Early Maladaptive Schemas, Cognitive Self-Efficacy, Psychological Well-Being, Generalized Anxiety Disorder

[Downloaded from isharat.khu.ac.ir on 2026-10-29]
[DOR: 20.1001.1.23455780.1403.12.4.2.1]

نقش میانجی خودکارآمدی شناختی در رابطه میان طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه و سرزندگی روان‌شناختی در افراد مبتلا به اضطراب اساسی

ملیحه پازوکی[1*]، الهه جعفرپور[2]، زهرا حاجتی[3]، سارا ملک محمدی[4]

۱.کارشناس ارشد روانشناسی بالینی،دانشگاه آزاد اسلامی، واحد علوم و تحقیقات تهران،تهران، ایران. (نویسنده مسئول)
M.pazooki1994@gmail.com

۲ .کارشناسی ارشد روانشناسی عمومی، دانشگاه آزاد اسلامی،واحد کرج،کرج، ایران.

۳ .کارشناس ارشد مشاوره، خانواده دانشگاه ازاد اسلامی، واحد تهران غرب، تهران، ایران.

۴. کارشناس ارشد روانشناسی عمومی، دانشگاه ازاداسلامی،واحد رودهن،تهران،ایران.

تاریخ دریافت
۱۴۰۳/۰۸/۱۱

تاریخ پذیرش نهایی
۱۴۰۴/۰۱/۰۱

چکیده

هدف پژوهش حاضر بررسی نقش میانجی خودکارآمدی شناختی در رابطه میان طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه و سرزندگی روان‌شناختی در افراد مبتلا به اضطراب اساسی بود. جامعه آماری شامل کلیه دانشجویان مقطع بالینی پزشکی دانشگاه گلستان در سال ۱۴۰۳ بود که از میان آن‌ها ۱۲۰ نفر با روش نمونه‌گیری غیرتصادفی در دسترس انتخاب شدند. ابزارهای پژوهش شامل مقیاس طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه یانگ (۱۹۹۸)، مقیاس خودکارآمدی شناختی شرر و همکاران (۱۹۸۲) و مقیاس سرزندگی روان‌شناختی کان و کرافورد (۲۰۰۳) بود. داده‌ها با استفاده از مدل‌یابی معادلات ساختاری تحلیل شدند. نتایج نشان داد که طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه با سرزندگی روان‌شناختی رابطه منفی معناداری دارند و این رابطه از طریق کاهش خودکارآمدی شناختی میانجی‌گری می‌شود. به بیان دیگر، طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه با تضعیف خودکارآمدی شناختی، به کاهش سرزندگی روان‌شناختی در افراد مبتلا به اضطراب اساسی منجر می‌شوند. بر این اساس، توجه به اصلاح طرح‌واره‌های ناسازگار و تقویت خودکارآمدی شناختی می‌تواند به‌عنوان راهکارهای درمانی مؤثر برای ارتقای سرزندگی و بهبود کیفیت زندگی روان‌شناختی افراد مضطرب مورد استفاده قرار گیرد.

واژگان کلیدی
طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه، خودکارآمدی شناختی، سرزندگی روان‌شناختی، اضطراب اساسی،

[Downloaded from isharat.khu.ac.ir on 2026-10-29]

[DOR: 20.1001.1.23455780.1403.12.4.2.1]

مقدمه

دانشجویان در طول دوران تحصیل خود با فشارهای متعددی نظیر بار سنگین درسی، تعارضات خانوادگی و بین‌فردی مواجه می‌شوند. از آنجا که آستانه تحمل این قشر در برابر فشارها یا تغییرات بیرونی نسبتاً پایین است، این عوامل می‌توانند زمینه‌ساز بروز مشکلات روانی متعددی باشند (جمشیدی و همکاران، ۱۴۰۳). قرار گرفتن در معرض چنین شرایطی، دانشجویان را مستعد ابتلا به افسردگی و اضطراب می‌سازد؛ اضطرابی که پیامدهای زیان‌باری برای رشد کلی فرد و همچنین عملکرد تحصیلی او به همراه دارد (شمالی احمدآبادی و همکاران، ۱۴۰۳). در چنین شرایطی، سرزندگی روان‌شناختی این افراد کاهش می‌یابد (جوادی و همکاران، ۱۴۰۳) و خودکارآمدی آن‌ها نیز با افت مواجه می‌شود (قدرتی و همکاران، ۱۴۰۳). از این‌رو، بررسی سازه‌های روان‌شناختی نظیر اضطراب اساسی، سرزندگی، خودکارآمدی و طرحواره‌های ناسازگار اولیه اهمیت می‌یابد.

در همین زمینه، سازمان جهانی بهداشت[1] اضطراب اساسی را یکی از مهم‌ترین بحران‌های بهداشتی قرن بیست و یکم معرفی کرده است؛ موضوعی که بر تأثیر گسترده این پدیده در زندگی انسان معاصر دلالت دارد (العزی و همکاران، ۲۰۲۱). در جامعه‌ای که با شتاب در حال تغییر است، سطوح بالای اضطراب و نارضایتی منجر به بحران استرس می‌شود؛ بحرانی که به گفته برخی محققان به «اپیدمی» تبدیل شده و پیامدهایی چون کاهش بهره‌وری و بروز اختلالات سلامت جسمی و روانی را به دنبال دارد (علیزاده و همکاران، ۱۴۰۳). اضطراب اساسی از دیدگاه علوم مختلف پزشکی، اجتماعی، روان‌شناسی و حتی دیدگاه عامه مردم تعریف شده است. این وضعیت زمانی رخ می‌دهد که بدن برای مقابله با خطر واقعی یا درک‌شده آماده می‌شود و هورمون‌هایی ترشح می‌کند که پاسخ جنگ یا گریز را فعال می‌سازند (الهادی و همکاران، ۲۰۲۴). یکی از هورمون‌های اصلی در این فرایند، کورتیزول است که ترشح بیش از حد آن می‌تواند منجر به بیماری‌های قلبی-عروقی و سندرم کوشینگ شود. این هورمون از طریق آزمایش خون، بزاق یا ادرار قابل سنجش است و تغییرات آن می‌تواند نشانه اختلالات غده فوق کلیوی باشد (الجوهانی و همکاران، ۲۰۲۲). اضطراب اساسی پدیده‌ای پیچیده است که متأثر از عوامل زیستی، روانی، اجتماعی و اقتصادی گوناگون بوده و منبع مهمی از تنش‌های مزمن است (باکنر و همکاران، ۲۰۲۱). از این منظر، اضطراب به عنوان مجموعه‌ای از پاسخ‌های روانی در برابر تغییرات محیطی شناخته می‌شود که در صورت عدم کنترل می‌تواند عملکرد فرد را مختل کند و سازگاری او را به خطر اندازد (نکوئی و ترکان، ۱۴۰۳). اضطراب اساسی نوعی تنش هیجانی است که از ناکارآمدی عملکردهای شناختی و فیزیولوژیکی در مواجهه با موقعیت‌های چالش‌برانگیز ناشی می‌شود (فولز و همکاران، ۲۰۲۴) و چنانچه کاهش یابد، سطح سرزندگی افراد بهبود خواهد یافت (کرسول و همکاران، ۲۰۲۱).

سرزندگی را می‌توان توان زیستن، رشد و شکوفایی در نظر گرفت (خلادحسین و همکاران، ۱۴۰۳). از دیدگاه روان‌شناسی، سرزندگی انگیزشی بنیادین تلقی می‌شود که در فلسفه نیز با مفهوم اراده برای زندگی پیوند دارد. افراد به‌طور طبیعی به دنبال تجربه حداکثری از سرزندگی‌اند؛ تجربه‌ای که با افزایش ظرفیت فیزیولوژیکی و وضعیت روانی همراه است (دهقانی و روستامغیلی، ۲۰۲۰). از این‌رو، سرزندگی به عنوان هیجانی مثبت شامل احساس طراوت، شور و انرژی درونی تلقی می‌شود (محمدی و همکاران، ۱۴۰۳). این هیجان، ترکیبی از لذت و رغبت است که می‌تواند هیجان‌های منفی را کاهش دهد و منابع انرژی ذهنی فرد را افزایش بخشد، از جمله تمرکز، انگیزش، حمایت اجتماعی و تمایل به مقابله با چالش‌های جدید (سماوی و همکاران، ۲۰۲۳). پژوهش‌ها نشان داده‌اند که سرزندگی با سلامت روانی و جسمی رابطه مستقیم دارد و نقش مهمی در ارتقای سلامت بیماران مزمن ایفا می‌کند (جعفری و همکاران، ۲۰۲۱). از سوی دیگر، افزایش سرزندگی می‌تواند به افزایش خودکارآمدی نیز منجر شود (خالدی و همکاران، ۲۰۲۰).

خودکارآمدی به باور فرد نسبت به توانایی‌هایش در انجام رفتارهایی خاص برای دستیابی به موفقیت‌های معین اطلاق می‌شود (عباسپور و همکاران، ۲۰۲۳). این باور، بیانگر اعتماد فرد به توانایی کنترل بر انگیزه‌ها، رفتار و محیط پیرامون خود است و تأثیرات فراگیری بر تجربه‌ها،

[1] .WHO

[Downloaded from isharat.khu.ac.ir on 2026-10-29]

[DOR: 20.1001.1.23455780.1403.12.4.2.1]

هدف‌گذاری، تلاش، عملکرد و پایداری دارد (افرا و همکاران، ۱۴۰۳). خودکارآمدی نه‌تنها بر انتخاب‌های رفتاری اثرگذار است بلکه تعیین‌کننده واکنش فرد در برابر چالش‌ها و میزان تاب‌آوری او در برابر ناکامی‌هاست (ابراهیمیان و همکاران، ۱۴۰۳). افرادی با خودکارآمدی بالا چالش‌ها را فرصت‌هایی برای تسلط یافتن می‌دانند و شکست را به تلاش ناکافی نسبت می‌دهند. آن‌ها معمولاً از نظر روانی مقاوم‌ترند و استرس کمتری را تجربه می‌کنند (آریس و همکاران، ۲۰۲۴). در مقابل، افراد با خودکارآمدی پایین، وظایف دشوار را تهدیدآمیز می‌پندارند، اعتماد به توانمندی‌های خود را از دست می‌دهند و بیشتر مستعد افسردگی و اضطراب هستند (دی کورادو و همکاران، ۲۰۲۱؛ ابراهیمیان و همکاران، ۱۴۰۲). یکی از متغیرهایی که می‌تواند خودکارآمدی را تحت تأثیر قرار دهد، طرحواره‌های ناسازگار اولیه است.

طرحواره‌ها[1](روان بنه‌ها) به‌عنوان الگوهای بنیادین ذهنی، نقش مهمی در سازمان‌دهی اطلاعات و تفسیر تجربیات ایفا می‌کنند (حسنی و همکاران، ۱۳۹۹). در روان‌شناسی شناختی، طرحواره‌ها ساختارهایی هستند که مبتنی بر تجربه یا واقعیت شکل می‌گیرند و به فرد در پردازش اطلاعات کمک می‌کنند (زینل و لوزر، ۲۰۲۰). جفری یانگ (۱۹۹۰، ۱۹۹۹) مفهوم «طرحواره‌های ناسازگار اولیه» را برای اشاره به الگوهای هیجانی و شناختی خودآسیب‌رسانی به‌کار برد که در نتیجه تجارب ناگوار دوران کودکی و برآورده‌نشدن نیازهای بنیادین در تعامل با والدین شکل می‌گیرند (پیرایه، ۱۴۰۱؛ حبیبی و همکاران، ۱۳۹۹). یانگ ۱۸ طرحواره ناسازگار اولیه را شناسایی کرده و برای سنجش آن‌ها ابزارهایی تدوین نموده است. این طرحواره‌ها در مسیر زندگی فرد پایدار مانده، بر پردازش شناختی و واکنش‌های هیجانی تأثیر می‌گذارند و زمینه‌ساز شکل‌گیری اختلالات روان‌شناختی می‌شوند (زینل و لوزر، ۲۰۲۰).

بر این اساس، پژوهش حاضر در پی پاسخ‌گویی به این سؤال اصلی است: آیا خودکارآمدی شناختی در رابطه بین طرحواره‌های ناسازگار اولیه و سرزندگی روان‌شناختی در افراد مبتلا به اضطراب اساسی نقش میانجی ایفا می‌کند؟

[1] . Schemas

روش

روش پژوهش حاضر به‌لحاظ هدف، کاربردی و به‌لحاظ روش گردآوری اطلاعات توصیفی همبستگی است. این پژوهش با هدف بررسی نقش میانجی خودکارآمدی شناختی در رابطه میان طرحواره‌های ناسازگار اولیه و سرزندگی روان‌شناختی در افراد مبتلا به اضطراب اساسی انجام شده است. برای تحلیل روابط پیچیده میان متغیرها از شیوه مدل‌یابی معادلات ساختاری استفاده شده است. جامعه آماری این پژوهش شامل دانشجویان مقطع بالینی پزشکی دانشگاه گلستان در سال ۱۴۰۳ می‌باشد. نمونه‌گیری به‌صورت غیرتصادفی و از نوع در دسترس انجام شده است، بدین‌گونه که ۱۲۰ نفر از دانشجویان مقطع بالینی پزشکی که به‌طور داوطلبانه در پژوهش شرکت کرده‌اند، به‌عنوان نمونه انتخاب شدند. معیارهای ورود به پژوهش شامل دانشجویان مقطع بالینی پزشکی دانشگاه گلستان در سال ۱۴۰۳، افراد مبتلا به اضطراب اساسی (مورد تایید روان‌شناسان و بر اساس مقیاس‌های ارزیابی اضطراب)، و تمایل به مشارکت در پژوهش و پاسخگویی به پرسش‌نامه‌ها بودند. همچنین، معیارهای خروج از پژوهش شامل عدم تمایل به ادامه مشارکت، تکمیل ناقص یا غیرصادقانه پرسش‌نامه‌ها، و عدم تایید تشخیص اضطراب اساسی در ارزیابی‌های اولیه بودند.

ابزار پژوهش

پرسشنامه اضطراب اساسی بک:

پرسشنامه اضطراب اساسی بک (BAI) در سال ۱۹۸۸ توسط آرون تی. بک طراحی شده است و به‌منظور سنجش شدت اضطراب در افراد مورد استفاده قرار می‌گیرد. این پرسشنامه شامل ۲۱ سوال است که هر یک از آن‌ها به ارزیابی علائم ذهنی، بدنی و هراس می‌پردازد. پاسخ‌ها بر اساس طیف لیکرت چهار نقطه‌ای (اصلاً: ۰ تا شدید: ۳) نمره‌گذاری می‌شود. این ابزار به‌طور خاص برای تشخیص اضطراب عمومی طراحی شده و به‌طور وسیعی در تحقیقات روان‌شناسی و بالینی به کار گرفته شده است.در خصوص اعتبار، این پرسشنامه در پژوهش‌های متعدد مورد تایید قرار گرفته است. به‌طور ویژه، روایی سازه این پرسشنامه در پژوهش رفیعی و سیفی (۱۳۹۳) با استفاده

[Downloaded from isharat.khu.ac.ir on 2026-10-29]

[DOR: 20.1001.1.23455780.1403.12.4.2.1]

از روش تحلیل عاملی تایید شد و نتایج نشان داد که این ابزار قادر به ارزیابی دقیق ابعاد مختلف اضطراب است. همچنین، در زمینه روایی هم‌زمان، همبستگی معنی‌داری بین نمرات این پرسشنامه و مقیاس‌های اضطراب و افسردگی دیگر گزارش شده است که این امر تاییدکننده روایی هم‌زمان این ابزار است.پایایی این پرسشنامه نیز در پژوهش‌های مختلف مورد بررسی قرار گرفته است. در مطالعه رفیعی و سیفی (۱۳۹۳) ضریب آلفای کرونباخ برای این پرسشنامه معادل ۰/۷۸۴ به‌دست آمد که نشان‌دهنده پایایی مطلوب آن در ارزیابی اضطراب است. همچنین، پایایی این پرسشنامه در پژوهش‌های دیگر نیز تایید شده و گزارش‌ها حاکی از این است که این ابزار برای ارزیابی اضطراب در گروه‌های مختلف سنی و فرهنگی قابل اعتماد است. در پژوهش حاضر نیز پایایی پرسشنامه اضطراب اساسی بک از طریق محاسبه ضریب آلفای کرونباخ به میزان ۰٫۸۰ به‌دست آمد که نشان‌دهنده پایایی مناسب این ابزار در نمونه مورد بررسی است.

پرسشنامه سرزندگی رایان و فردریک:

پرسشنامه سرزندگی رایان و فردریک (۱۹۹۷) به‌منظور سنجش سطح سرزندگی روان‌شناختی طراحی شده است. این پرسشنامه شامل ۷ گویه است که با استفاده از طیف لیکرت هفت نقطه‌ای (کاملاً موافقم: ۷ تا کاملاً مخالفم: ۱) نمره‌گذاری می‌شود. این ابزار به‌طور ویژه برای ارزیابی احساسات مرتبط با انرژی، انگیزه و تعامل فرد با محیط اطرافش به‌کار می‌رود و قادر است تفاوت‌های فردی در سرزندگی را به‌خوبی منعکس کند.روایی این پرسشنامه در پژوهش‌های متعدد به تایید رسیده است. به‌عنوان مثال، در مطالعه سدیدی (۱۳۹۲) روایی سازه این پرسشنامه از طریق تحلیل عاملی تایید شد و نتایج حاکی از این بود که این ابزار قادر به اندازه‌گیری دقیق ابعاد مختلف سرزندگی است. همچنین، در این مطالعه از نظرات اساتید و متخصصان برای تأیید روایی محتوایی پرسشنامه استفاده شد و این ابزار به‌طور کلی به‌عنوان ابزاری معتبر برای سنجش سرزندگی روان‌شناختی شناخته شد.در خصوص پایایی این پرسشنامه، نتایج حاصل از پژوهش سدیدی (۱۳۹۲) نشان داد که ضریب آلفای کرونباخ این ابزار معادل ۰/۸۹ به‌دست آمده است که نشان‌دهنده پایایی بسیار خوب آن است. علاوه‌براین، در مطالعه ابوالقاسمی (۱۳۸۲)، ضریب آلفای کرونباخ معادل ۰/۸۵ گزارش شده است که تاییدکننده پایایی مطلوب این پرسشنامه در گروه‌های مختلف می‌باشد. در پژوهش حاضر نیز، پایایی پرسشنامه سرزندگی از طریق محاسبه ضریب آلفای کرونباخ معادل ۰٫۸۷ به‌دست آمد که حاکی از پایایی مناسب این ابزار در نمونه مورد بررسی است.

پرسشنامه خودکارآمدی شرر :

پرسشنامه خودکارآمدی شرر (۱۹۸۲) یکی از ابزارهای معتبر و پرکاربرد برای اندازه‌گیری احساس خودکارآمدی در زمینه‌های مختلف است. این پرسشنامه اولیه شامل ۳۶ سوال بود که پس از تحلیل‌های اولیه، ۱۳ سوال غیرمؤثر حذف و نسخه نهایی آن به ۲۳ سوال کاهش یافت. این نسخه از پرسشنامه خودکارآمدی عمومی و اجتماعی را می‌سنجد. مقیاس نمره‌گذاری پرسشنامه از طیف لیکرت پنج نقطه‌ای (کاملاً مخالفم: ۱ تا کاملاً موافقم: ۵) استفاده می‌کند. این پرسشنامه شامل خرده مقیاس‌های مختلف از جمله خودکارآمدی آموزشی، شغلی و اجتماعی است.روایی این پرسشنامه در تحقیقات متعدد تایید شده است. به‌ویژه، در پژوهش‌های شرر و همکاران (۱۹۸۲)، مقیاس خودکارآمدی با استفاده از تحلیل‌های آماری مختلف روایی سازه خود را نشان داد. در این پژوهش‌ها، خودکارآمدی عمومی و اجتماعی با نمرات پایین‌تر از ۲۳ نمره، بیانگر خودکارآمدی ضعیف، و نمرات بالاتر از ۵۱، بیانگر خودکارآمدی بالا هستند.پایایی این پرسشنامه نیز به‌طور گسترده مورد بررسی قرار گرفته است. در پژوهش شرر و همکاران (۱۹۸۲)، ضریب آلفای کرونباخ برای خرده مقیاس خودکارآمدی عمومی برابر ۰/۸۶ و برای خرده مقیاس خودکارآمدی اجتماعی برابر ۰/۷۱ گزارش شده است که نشان‌دهنده پایایی مناسب این ابزار در زمینه‌های مختلف است. همچنین در پژوهش براتی (۱۴۰۳) در ایران، ضریب پایایی پرسشنامه خودکارآمدی با استفاده از روش آلفای کرونباخ ۰/۷۶ به‌دست آمد که این مقدار به‌خوبی نشان‌دهنده پایایی این ابزار در گروه‌های مختلف است. در پژوهش حاضر نیز، پایایی این پرسشنامه با محاسبه ضریب آلفای کرونباخ به میزان ۰٫۸۰ به‌دست آمد که نشان‌دهنده پایایی مطلوب آن در نمونه مورد بررسی است.

پرسشنامه طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه یانگ:

[Downloaded from isharat.khu.ac.ir on 2026-10-29]

[DOR: 20.1001.1.23455780.1403.12.4.2.1]

پرسشنامه طرحواره‌های ناسازگار اولیه یانگ (YSQ) در سال ۱۹۹۰ توسط جفری یانگ طراحی شد و برای ارزیابی طرحواره‌های ناسازگار اولیه افراد استفاده می‌شود. نسخه کوتاه این پرسشنامه شامل ۷۵ سوال است که هر یک از آن‌ها به ارزیابی ابعاد مختلف طرحواره‌های ناسازگار اولیه می‌پردازد. این ابعاد عبارتند از: محرومیت هیجانی، رهاشدگی، بی‌اعتمادی و بدرفتاری، انزوای اجتماعی، نقص/شرم، وابستگی/بی‌کفایتی، آسیب‌پذیری نسبت به ضرر یا بیماری، خودتحول نیافته و گرفتار، اطاعت، ایثارگری، بازداری عاطفی، معیارهای سخت‌گیرانه، استحقاق یا بزرگ‌منشی، خودکنترلی ناکافی و شکست. هر یک از ۷۵ سوال این پرسشنامه در مقیاس لیکرت ۵ نقطه‌ای (اصلاً در مورد من صدق نمی‌کند تا دقیقا مرا توصیف می‌کند) نمره‌گذاری می‌شود.روایی این پرسشنامه در مطالعات مختلف تایید شده است. در مطالعه ولبرن و همکاران (۲۰۰۲)، همه خرده‌مقیاس‌های ۱۵گانه فرم کوتاه پرسشنامه طرحواره‌ها از هم‌سانی درونی قابل قبولی برخوردار بودند. ضریب آلفای کرونباخ برای خرده‌مقیاس‌ها در محدوده ۰/۷۶ تا ۰/۹۳ قرار داشت که نشان‌دهنده روایی درونی قابل قبول این ابزار است. در ایران نیز، در پژوهش‌های متعدد روایی این پرسشنامه مورد تایید قرار گرفته است. به‌عنوان مثال، در تحقیق عباسیان و فاتحی‌زاده (۱۳۸۲)، ضریب آلفای کرونباخ برای فرم کوتاه پرسشنامه یانگ ۹۴ درصد محاسبه شد. همچنین، در پژوهش صدوقی و همکاران (۱۳۸۷)، ثبات درونی برای همه ابعاد این پرسشنامه با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ در دامنه ۶۲٪ تا ۹۰٪ به‌دست آمد که نشان‌دهنده روایی مناسب این ابزار در نمونه‌های ایرانی است.پایایی این پرسشنامه نیز در تحقیقات مختلف مورد بررسی قرار گرفته است. در مطالعه عباسیان و فاتحی‌زاده (۱۳۸۲) که در آن فرم کوتاه این پرسشنامه بر روی دانشجویان اصفهانی بررسی شد، پایایی پرسشنامه به روش هم‌سانی درونی از طریق آلفای کرونباخ ۹۴٪ به‌دست آمد. علاوه‌براین، در مطالعه صدوقی و همکاران (۱۳۸۷) نیز، ثبات درونی پرسشنامه برای خرده‌مقیاس‌های مختلف از ۶۲٪ تا ۹۰٪ گزارش شده است که این مقادیر نشان‌دهنده پایایی قابل قبول این پرسشنامه در گروه‌های مختلف است. در پژوهش حاضر نیز، پایایی این پرسشنامه با استفاده از روش آلفای کرونباخ محاسبه شده و نتایج حاکی از پایایی مطلوب آن در نمونه مورد بررسی است.

یافته‌ها

پژوهش حاضر بر روی دانشجویان مقطع کارشناسی و تحصیلات تکمیلی دانشگاه‌های استان گلستان در سال ۱۴۰۳ انجام شده است. در این پژوهش، از شیوه نمونه‌گیری غیرتصادفی در دسترس استفاده شد و ۱۲۰ نفر از دانشجویان به عنوان نمونه پژوهشی انتخاب شدند. در میان این افراد، ۵۷ درصد (۶۸ نفر) از شرکت‌کنندگان زن و ۴۳ درصد (۵۲ نفر) مرد بودند. این توزیع جنسیتی نشان‌دهنده تنوع مناسب از نظر جنسیت در نمونه پژوهش است که می‌تواند بر گستره نتایج حاصل تأثیرگذار باشد.از نظر مقطع تحصیلی، ۴۵ درصد (۵۴ نفر) از شرکت‌کنندگان در مقطع کارشناسی، ۴۲ درصد (۵۰ نفر) در مقطع کارشناسی ارشد و ۱۳ درصد (۱۶ نفر) در مقطع دکتری تحصیل می‌کردند. این توزیع مقطع تحصیلی نشان می‌دهد که بیشتر شرکت‌کنندگان در مقاطع تحصیلات تکمیلی (کارشناسی ارشد و دکتری) قرار دارند، که می‌تواند به ویژگی‌های شناختی و تجربی آن‌ها در رابطه با موضوع پژوهش کمک کند.در خصوص وضعیت تأهل، ۸۰ درصد (۹۶ نفر) از شرکت‌کنندگان مجرد و ۲۰ درصد (۲۴ نفر) متأهل بودند. این اطلاعات نشان‌دهنده غالب بودن دانشجویان مجرد در نمونه پژوهش است که ممکن است تأثیراتی بر نتایج و تحلیل‌های پژوهش به ویژه در ابعاد روان‌شناختی و اجتماعی داشته باشد.میانگین سنی شرکت‌کنندگان ۳۵,۹۰ سال و انحراف معیار آن ۶,۳۰ سال بود. کمترین سن شرکت‌کنندگان ۲۳ سال و بیشترین سن آن‌ها ۴۵ سال گزارش شد. این توزیع سنی نشان‌دهنده تنوع سنی قابل توجهی در نمونه است که می‌تواند تأثیراتی بر تحلیل‌ها و تفسیر نتایج پژوهش در ارتباط با متغیرهای مختلف داشته باشد.در مجموع، ویژگی‌های جمعیت‌شناختی نمونه پژوهش حاضر به گونه‌ای است که امکان بررسی دقیق و گسترده متغیرهای پژوهشی را فراهم می‌آورد و نتایج حاصل از آن می‌تواند به

[Downloaded from isharat.khu.ac.ir on 2026-10-29]

[DOR: 20.1001.1.23455780.1403.12.4.2.1]

درک بهتری از رفتارها و ویژگی‌های مختلف جامعه هدف کمک کند.

جدول ۱ میانگین و انحراف معیار متغیرهای پژوهش

متغیرها	کمینه	بیشینه	میانگین	انحراف معیار
طرحواره‌ها	۷۵	۳۰۹	۲۴۰/۵۰	۴۰/۰۰
خودکارامدی	۱۹	۵۳	۴۷/۵۰	۷/۰۰
سرزندگی	۹	۴۵	۳۵/۷۵	۶/۰۰
اضطراب	۲۹	۵۷	۴۹/۵۰	۵/۰۰

جدول ۲- آزمون کولموگروف-اسمیرنوف جهت بررسی نرمال بودن توزیع متغیرها

متغیرهای مورد مطالعه	SMIRNOV TEST	
	مقدار z	سطح معناداری p
طرحواره‌ها	۰/۱۱۸۴	۰/۲۵۲۰
خودکارامدی	۰/۱۶۵۲	۰/۳۳۹۰
سرزندگی	۰/۱۲۸۵	۰/۴۰۵۲
اضطراب	۰/۱۲۷۴	۰/۳۵۸۵

جدول ۳ نتایج آزمون کولموگروف-اسمیرنوف را برای بررسی نرمال بودن توزیع داده‌های متغیرهای مختلف نشان می‌دهد. هدف از این آزمون ارزیابی انطباق توزیع داده‌ها با توزیع نرمال است. در اینجا، اگر مقدار سطح معناداری بیشتر از ۰/۰۵ باشد، فرض نرمال بودن داده‌ها تأیید می‌شود.بر اساس نتایج آزمون کولموگروف-اسمیرنوف، مقادیر سطح معناداری برای تمامی متغیرها بیشتر از ۰/۰۵ بود که نشان‌دهنده نرمال بودن توزیع داده‌ها در تمامی متغیرهای پژوهش است. بنابراین، می‌توان به‌طور مطمئن از آزمون‌های پارامتریک برای تحلیل داده‌ها استفاده کرد.

جدول ۳- آزمون ضریب تحمل (تولرنس) و تورم واریانس بررسی همخطی چندگانه

متغیرهای پژوهش	همخطی چندگانه	
	ضریب تحمل(تولرنس) Tolerance	تورم واریانس VIF
طرحواره‌ها	۰/۵۸۵۲	۱/۸۲۵۶
خودکارامدی	۰/۵۲۷۴	۲/۱۱۵۶
سرزندگی	۰/۴۳۶۲	۲/۶۹۵۲
اضطراب	۰/۴۸۵۲	۲/۸۵۱۲

جدول ۴ نتایج آزمون ضریب تحمل (تولرنس) و تورم واریانس (VIF)را برای بررسی همخطی چندگانه نشان می‌دهد. مقادیر ضریب تولرنس بزرگتر از ۰ و مقادیر VIF کمتر از ۱۰ به معنای عدم وجود

[Downloaded from isharat.khu.ac.ir on 2026-10-29]

[DOR: 20.1001.1.23455780.1403.12.4.2.1]

همخطی چندگانه بین متغیرها است. بنابراین، نتایج نشان‌دهنده عدم همخطی چندگانه و تأیید مفروضه‌های لازم برای استفاده از مدل‌های آماری پارامتریک است.

جدول ۴- ماتریس همبستگی بین متغیرهای پژوهش

متغیر	سرزندگی	خودکارآمدی
رهاشدگی	**۰٫۴۹-	**۰٫۴۷-
محرومیت هیجانی	۰٫۰۲-	۰٫۰۱-
بی‌اعتمادی	**۰٫۴۳-	**۰٫۳۸-
نقص/شرم	**۰٫۴۲-	**۰٫۳۶-
انزوای اجتماعی	**۰٫۴۷-	۰٫۲۴-
وابستگی/بی‌کفایتی	**۰٫۲۸-	**۰٫۴۴-
آسیب‌پذیری	۰٫۰۷-	۰٫۱۹-
خویشتن تحول‌نیافته	**۰٫۴۵-	۰٫۲۳-
شکست	۰٫۰۸-	**۰٫۳۸-
استحقاق	۰٫۱۷-	**۰٫۲۸-
خودکنترلی ناکافی	۰٫۲۱-	**۰٫۲۶-
ایثارگری	۰٫۱۰-	**۰٫۳۹-
جلب توجه	۰٫۱۰-	۰٫۱۰-
منفی‌گرایی	**۰٫۲۶-	۰٫۰۲-
بازداری هیجانی	**۰٫۴۳-	۰٫۰۳-
معیارهای سرسختانه	۰٫۰۴-	۰٫۲۱-

نتایج ضریب همبستگی پیرسون نشان داد بین ابعاد مختلف طرحواره‌های ناسازگار اولیه با خودکارآمدی و سرزندگی دانشجویان رابطه معنادار وجود دارد. به‌طور خاص، مؤلفه‌هایی نظیر محرومیت هیجانی، رهاشدگی، بی‌اعتمادی، نقص/شرم و شکست با هر دو متغیر خودکارآمدی و سرزندگی رابطه منفی و معناداری در سطح کمتر از یک‌صدم (۰٫۰۱) داشتند. همچنین، خودکارآمدی با سرزندگی رابطه مثبت و معناداری در همین سطح نشان داد. این نتایج نشان‌دهنده تأثیر مستقیم و غیرمستقیم باورهای شناختی ناکارآمد (طرحواره‌ها) بر مؤلفه‌های مثبت روان‌شناختی است.

[Downloaded from isharat.khu.ac.ir on 2026-10-29]

[DOR: 20.1001.1.23455780.1403.12.4.2.1]

بحث و نتیجه‌گیری

پژوهش حاضر با هدف بررسی نقش میانجی خودکارآمدی شناختی در رابطه میان طرحواره‌های ناسازگار اولیه و سرزندگی روان‌شناختی در افراد مبتلا به اضطراب اساسی انجام شد. یافته کلی پژوهش نشان داد که طرحواره‌های ناسازگار اولیه به‌صورت مستقیم و غیرمستقیم (از طریق کاهش خودکارآمدی شناختی) موجب کاهش سرزندگی روان‌شناختی می‌شوند. این یافته تأکید می‌کند که ساختارهای بنیادین شناختی منفی و باورهای ناکارآمد نسبت به توانایی‌های ذهنی، نقش مهمی در تضعیف پویایی روانی و سرزندگی در افراد مضطرب ایفا می‌کنند (یانگ، ۲۰۰۳؛ به نقل از یوسفی و همکاران، ۱۳۹۸).

یافته اول پژوهش نشان داد که طرحواره‌های ناسازگار اولیه با سرزندگی روان‌شناختی رابطه منفی معناداری دارند. این یافته با نتایج پژوهش‌های درامانی و همکاران (۱۴۰۲)، خلیل‌پور و همکاران (۲۰۲۴)، و اوربانسکا و اسلیز (۲۰۲۳) همسوست که نشان دادند افراد دارای طرحواره‌های منفی، از جمله طرد و بریدگی، شکست، و وابستگی، دچار کاهش انگیزه، شادمانی و هدفمندی می‌شوند. از منظر شناختی، طرحواره‌های ناسازگار اولیه ساختارهایی عمیق و ریشه‌دار هستند که درک فرد از خود، دیگران و آینده را منفی می‌سازند (یانگ و همکاران، ۲۰۰۳؛ به نقل از یوسفی و همکاران، ۱۳۹۸). در نتیجه، چنین افرادی خود را ناتوان، بی‌ارزش یا طردشدنی می‌بینند و تمایل به مشارکت فعال در زندگی را از دست می‌دهند. این تفسیرهای شناختی منفی، فرایندهای خودتنظیمی را مختل کرده و سرزندگی روان‌شناختی را تضعیف می‌کنند (بک و آل‌پورت، ۲۰۰۶؛ به نقل از رضایی و همکاران، ۱۳۹۷).

یافته دوم پژوهش نشان داد که طرحواره‌های ناسازگار اولیه با خودکارآمدی شناختی رابطه منفی معناداری دارند. این یافته با پژوهش‌های قهرمانی و همکاران (۱۴۰۰)، سلیمانی و همکاران (۱۳۹۹) و آکسوی و همکاران (۲۰۲۱) همخوان است که نشان دادند طرحواره‌های منفی با تضعیف خودباوری و ایجاد نگرش منفی نسبت به توانایی‌های ذهنی همراه‌اند. از منظر نظریه شناخت اجتماعی بندورا (۱۹۹۷)، خودکارآمدی باور فرد به توانایی خود در انجام وظایف ذهنی است و تحت تأثیر تجارب گذشته، بازخورد محیطی و پردازش درونی قرار دارد. طرحواره‌هایی چون شکست یا نقص، به‌طور مکرر به فرد القا می‌کنند که در موقعیت‌های تحصیلی، شغلی یا بین‌فردی ناتوان و ناکافی است؛ این درون‌سازی‌های منفی به تدریج موجب کاهش ادراک خودکارآمدی شناختی می‌شوند (بندورا، ۱۹۹۷؛ به نقل از بیابانگرد و همکاران، ۱۴۰۱).

یافته سوم پژوهش نشان داد که خودکارآمدی شناختی با سرزندگی روان‌شناختی رابطه مثبت و معنادار دارد. این نتیجه با یافته‌های محمدی و همکاران (۱۳۹۸)، علی‌پور و همکاران (۱۴۰۱) و زنگ و همکاران (۲۰۲۰) هم‌راستا است که تأکید کرده‌اند باور به توانمندی ذهنی، نقش مهمی در تجربه هیجانات مثبت، پویایی و مشارکت فعال در زندگی دارد. تبیین شناختی این رابطه آن است که خودکارآمدی به فرد اجازه می‌دهد چالش‌ها را فرصت تلقی کند، اهداف معنادار تعیین کرده و در مواجهه با شکست‌ها دچار درماندگی نشود. فردی که توانایی خود را در سازماندهی، توجه، حافظه و حل مسئله مؤثر می‌داند، نه تنها عملکرد بهتری دارد بلکه از انرژی روانی بیشتری برای زندگی روزمره برخوردار است (بندورا، ۲۰۰۱؛ به نقل از زارعی و همکاران، ۱۴۰۰).

یافته اصلی پژوهش نشان داد که خودکارآمدی شناختی در رابطه بین طرحواره‌های ناسازگار اولیه و سرزندگی روان‌شناختی نقش میانجی ایفا می‌کند. این یافته با مدل نظری بندورا (۱۹۹۷) و همچنین با نتایج پژوهش‌های آکسوی و همکاران (۲۰۲۱) و زنگ و همکاران (۲۰۲۰) همسوست که خودکارآمدی را حلقه واسطه‌ای میان عوامل شناختی منفی و پیامدهای روان‌شناختی دانسته‌اند. تبیین این یافته آن است که طرحواره‌های ناسازگار، به‌ویژه آن‌هایی که با شکست، طرد یا وابستگی مرتبط‌اند، ابتدا باورهای خودکارآمدی شناختی فرد را تضعیف می‌کنند؛ این تضعیف منجر به ناتوانی در مقابله شناختی، ارزیابی منفی از وظایف ذهنی و اجتناب از چالش‌های فکری می‌شود. در نهایت، این چرخه شناختی منفی، احساس سرزندگی، انگیزه و مشارکت فعال فرد در زندگی را کاهش می‌دهد. بنابراین، خودکارآمدی شناختی سازوکار کلیدی برای درک تأثیرات طرحواره‌های ناسازگار بر سرزندگی

[Downloaded from isharat.khu.ac.ir on 2026-10-29]

[DOR: 20.1001.1.23455780.1403.12.4.2.1]

روان‌شناختی است (بندورا، ۱۹۹۷؛ به نقل از زارعی و همکاران، ۱۴۰۰).

در مجموع، یافته‌های این پژوهش بر اهمیت توجه به ساختارهای شناختی عمیق (طرحواره‌ها) و باورهای سطح میانی (خودکارآمدی) در تجربه روانی افراد مضطرب تأکید دارد. از نظر کاربردی، مداخلات مبتنی بر درمان طرحواره‌ای، همراه با تقویت مهارت‌های شناختی و باورهای خودکارآمدی، می‌توانند منجر به افزایش سرزندگی و کیفیت زندگی روان‌شناختی این افراد شوند.

با این حال، پژوهش حاضر دارای محدودیت‌هایی است. استفاده از روش نمونه‌گیری در دسترس و ابزارهای خودگزارشی، ممکن است دامنه تعمیم‌پذیری و دقت داده‌ها را محدود کند. همچنین، تمرکز صرف بر جامعه دانشجویان پزشکی، قابلیت تعمیم به سایر گروه‌های بالینی را کاهش می‌دهد. علاوه بر این، پژوهش حاضر به تأثیرات مداخلات درمانی بر کاهش طرحواره‌های ناسازگار و افزایش خودکارآمدی شناختی نپرداخته است. لذا پیشنهاد می‌شود در پژوهش‌های آتی از روش‌های ترکیبی، نمونه‌های بالینی متنوع‌تر و طرح‌های طولی استفاده شود. همچنین طراحی و اجرای مداخلات شناختی-طرحواره‌ای و بررسی تأثیر آن‌ها بر خودکارآمدی شناختی و سرزندگی روان‌شناختی در افراد مضطرب، می‌تواند مسیر ارزشمندی برای تحقیقات آینده باشد. در نهایت، پژوهش‌های آتی می‌توانند بررسی کنند که چگونه مداخلات گروهی یا فردی در اصلاح طرحواره‌های ناسازگار و تقویت خودکارآمدی، می‌تواند موجب بهبود سرزندگی و کیفیت زندگی روان‌شناختی در افراد مبتلا به اضطراب شود.

تقدیر و تشکر

از تمامی عزیزانی که با همکاری صمیمانه خود، ما را در انجام این پژوهش همراهی نمودند، سپاسگزاریم.

References

1- Ajam, A. A. (2024). The Role of the Quality of College Life in Predicting the Academic Self-efficacy of Nursing Students in Iran. *Development Strategies in Medical Education*, *10*(4), 260-271.

2- Ebrahimiyan, Asma, Ajami, Ali Akbar, Davari, Sediqe. (2023). An investigation of the role of academic life quality in the academic self-efficacy of nursing students at Gonabad University of Medical Sciences. *Strategies for Development in Medical Education*, 10(4), 260-271.

3- Ebrahimiyan, Asma, Ajami, Ali Akbar, Davari, Sediqe. (2024). Analysis of the relationship between locus of control and academic self-efficacy in nursing students: A study at Gonabad University of Medical Sciences. *Journal of Nursing and Midwifery*, 22(4), 260-268.

4- Afra, Arghavan, Sannasel, Bachari, Shima, Rahimi, Vida. (2024). Investigating the relationship between self-efficacy and academic enthusiasm in students of operating room technology. *Bi-monthly Scientific Research Strategies in Medical Education*, 17(2), 186-198.

5- Barati, Negar, Talebi, Maryam, Eskandari, Ghazaleh. (2024). The role of academic self-efficacy in predicting academic vitality among students, Second National Conference on Applied Psychology.

6- Pirayeh, Z. (2022). Predicting Emotional Regulation Based on Early maladaptive Schemas in Adolescents (Case Study: Secondary High School Students in Karaj 1400-1399). *Journal of Psychology New Ideas*, *12*(16), 1-10.

7- Jamshidi, A., Meschi, F., & Zeighami Mohammadi, S. (2024). Prediction of Social Anxiety Based on Early Maladaptive Schemas in Students. *Journal of Nursing Education*, *13*(3), 13-24.

8- Javadi, S. V., & Ghanifar, M. H. (2024). The Effectiveness of Self-Efficacy Training on Test Anxiety and Belonging to the School in High School Male Students in Birjand. *Journal of Psychology New Ideas*, *20*(24), 1-10.

9- Habibi, Diana, Amiri Majd, Mojtaba, Karimi, Alireza (2019), Prediction of depression based on early life traumas and early maladaptive schemas in children aged 7 to 12, Educational Sciences and Education

10- Hassani, L., Azimi, H., Babaei, M. (2019), Prediction of social anxiety based on early maladaptive schemas and emotional alexithymia, Fifth International

[Downloaded from isharat.khu.ac.ir on 2026-10-29]

[DOR: 20.1001.1.23455780.1403.12.4.2.1]

Conference on New Research in Educational Sciences, Psychology and Social Studies, Iran

11- Abdalhassan, K. H., Manshaee, G., Hamad, M. H., & Mehdad, A. (2024). The Mediating Role of Academic Satisfaction in the Relationship Between Career Aspirations and Academic Buoyancy Among Students in Wasit, Iraq. *Sociology of Education*, *10*(2), 188-197.

12- Dramani, Nafiseh, Zabihi, Rosita, Jafari, Forough (2013) The relationship between primary maladaptive schemas and basic needs with psychological well-being in women with cancer in Qom, Iranian Quarterly Journal of Psychology and Behavioral Sciences, Volume 1

13- Rafiei, Mohammad, Seifi, Akram (2014) Investigating the reliability and validity of the Beck Anxiety Scale in students, Quarterly Journal of Thought and Behavior in Clinical Psychology, 4(1)

14- Sadidi, Malihe (2013), Investigating the role of predictive factors of parental independence support in basic needs and well-being indicators in students of Hormozgan University, Master's thesis in family counseling, Hormozgan University.

15- Shomali Ahmadabadi, M., Zabihi, M., Khodarahmi, A., & Barkhordari Ahmadabadi, A. (2024). The Mediating Role of Self-Criticism in the Relationship between Fear of Negative Evaluation and Social Anxiety in Medical Science Students. *Tolooebehdasht*, *23*(4), 44-56.

16- Abbaspour Esfeden, S., Ghanifar, M., & Ahi, Q. (2024). The mediating role of self-efficacy in the relationship between cognitive abilities and social adjustment of university students. *Rooyesh-e-Ravanshenasi Journal (RRJ)*, *13*(8), 163-170.

17- Abbasian, Hamid Reza and Fatehizadeh, Maryam (2003). Normative evaluation of the short form of the cognitive schema test on Isfahan University students. Bachelor's thesis. Isfahan University

18- Alizadeh, R., Khorashadizadeh, F., Shafiei, R., Farahdel, M., & Poorbarat, S. (2024). Examining the State of Stress and Its Influencing Factors in the Students of North Khorasan University of Medical Sciences.

19- Ghodrati, Z., Sarayei, A. A., & BakhshiPour, A. (2024). The structural model of the relationship between Social-Emotional Competence and Academic Engagement with Academic Achievement: the mediating role of Academic Self-Efficacy in second high school students in Bojnourd. *Rooyesh-e-Ravanshenasi Journal (RRJ)*, *13*(6), 171-180.

20- kamranmehr, M. , kaviani, E. , saadatmandi, R. and fatahi, M. (2024). Investigating the relationship between primary maladaptive schemas and job burnout in principals and assistants of primary schools in the three districts of Karaj. *Mental Health in School*, *2*(3), 119-132. doi: 10.22034/jmhs.2024.464952.1077

21- Mohammadi, N. , Barzegar Bafrooei, K. and Hassani, H. (2024). The Mediating Role of Academic Engagement in the Relation between Employment Hope and Academic Buoyancy among Students at Yazd University. *Higher Education Letter*, *17*(66), -. doi: 10.22034/hel.2024.2013605.1916

22- Abutabanjah A, Akour A, Al-omar O (2024) Psychological Stress and Its Relationship with Academic Achievement among Students Enrolled in Sports Psychology Courses at the Faculty of Physical Education and Sport Sciences at the Hashemite University, International Journal of Religion , 5(5).

23- Nekouei, M., & Torkan, H. (2024). The Multiple Relationship Between Stress and Mental Disturbance with Sleep Quality and Health Anxiety Among Medical Students at Isfahan University of Medical Sciences. *Iranian Journal of Medical Education*, *24*, 100-108.

24- VEISKARAMI, H. A., MIR, D. F., Ghara, V. S., & SOLEYMANI, M. (2019). On the relationship of academic self-efficacy with academic buoyancy: The mediating role of basic psychological needs.

25- Al-Ezzi, A., Kamel, N., Faye, I., & Gunaseli, E. (2021). Analysis of default mode network in social anxiety disorder: eeg resting-state effective connectivity study. Sensors (Basel, Switzerland), 21(12), 4098. https://doi.org/10.3390/s21124098

26- Alhadi, A. N., Alageel, M. A., Alsuhaibani, F. A., Alkaff, H. M., Albawardi, M. S., Alfaifi, A. A., ... &

[Downloaded from isharat.khu.ac.ir on 2026-10-29]

[DOR: 20.1001.1.23455780.1403.12.4.2.1]

34- Dehghani, M., & Roostamogliy, Z. (2020). Predicting Academic Vitality Based on Perception of Learning Environment and Hope for Employment in Physical Education Students. Journal of Educational Psychology Studies, 17(38), 153-173. Doi: 10.22111/jeps.2020.5308

35- Di Corrado, D., Coco, M., Guarnera, M., Maldonato, N. M., Quartiroli, A., & Magnano, P. (2021). The influence of self-efficacy and locus of control on body image: a path-analysis in aspiring fashion models, athletes and students. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, *18*(11), 6128.

36- Folz, J., Roth, T. S., Nikolić, M., & Kret, M. E. (2024). Who gets caught by the emotion? Attentional biases toward emotional facial expressions and their link to social anxiety and autistic traits. Current Psychology, 43(4), 3486-3502.

37- Jafari, A., nadi, M. A., & manshaee, G. (2021). Development and Validation of a self-directed learning training package and determining its effectiveness on academic enthusiasm and academic vitality in students. Research in Curriculum Planning, 18(68), 103-123. Doi: 10.30486/jsre.2021.1905878.170

38- Jentsch A, Hoferichter F (2024) Life satisfaction, psychological stress, and present-moment attention: a generalizability study , Sec. Positive Psychology , 15(2)

39- Khaledi, B., Akbari, M.,, K. (2020). Jadidi, H., & Karimi Relationship between Educational Vitality based on Academic Meaning and Emotional Fatigue with Mediating Role of students' Emotional Self-efficacy. Educational Development of Judishapur, 11(3), 271-283. Doi: 10.22118/edc.2020.210197.1205

40- Khalilpour, A., Hanani, S., Hosseinzadeh, F., Sheikhi, S., & Rasouli, M. (2024). Relationship of Early Maladaptive Schemas and Emotional Cognitive Regulation with the Mental Health of Operating Room Technologists. *Avicenna journal of Care and Health in Operating Room*, *2*(1), 14-20.

41- Obschonka, M., Pavez, I., Kautonen, T., Kibler, E., Salmela-Aro, K. & Wincent, J. (2023). Job burnout and work engagement in entrepreneurs: How the Duraihem, T. (2024). Prevalence and severity of social anxiety symptoms and their relationship with body dysmorphic symptoms. Cureus, 16(2). https://doi.org/10.7759/cureus.53436

27- Al-Johani, W. M., AlShamlan, N. A., AlAmer, N. A., Shawkhan, R. A., Almayyad, A. H., Alghamdi, L. M., Alqahtani, H. A., Al-Shammari, M. A., Gari, D. M. K., & AlOmar, R. S. (2022). Social anxiety disorder and its associated factors: a cross-sectional study among medical students, Saudi Arabia. BMC Psychiatry, 22(1), 505. https://doi.org/10.1186/s12888-022-04147-z

28- Amini Z, KhoshRavesh V (2020) The relationship between early maladaptive schemas and burnout with the mediating role of psychological capital , Management and Educational Perspective, 2(3),133-163

29- Aris, A. A., Yahya, M., & Wardhana, A. (2024). Self-efficacy, self-esteem, locus of control, and their influence on the performance of village officials. *Jurnal Manajemen*, *15*(1), 114-127.

30- Attar E.T (2024) A Systematic Review Of The Relationship Between Psychological Stress Protocols And Non-Linear Heart Rate Variability , Genet. Mol. Res. 23(1): GMR19038

31- Bhatia R, Kaur J (2024) Studying the Psychological Effects of Stress, Anxiety , and Depression on Secondary School Students , International Journal For Multidisciplinary Research 6(1):1-9

32- Buckner, J. D., Morris, P. E., Abarno, C. N., Glover, N. I., & Lewis, E. M. (2021). Biopsychosocial model social anxiety and substance use revised. Current Psychiatry Reports, 23(6), 35. https://doi.org/10.1007/s11920-021-01249-5

33- Creswell, C., Leigh, E., Larkin, M., Stephens, G., Violato, M., Brooks, E., Pearcey, S., Taylor, L., Stallard, P., Waite, P., Reynolds, S., Taylor, G., Warnock-Parkes, E., & Clark, D. M. (2021). Cognitive therapy compared with CBT for social anxiety disorder in adolescents: a feasibility study. Health Technology Assessment (Winchester, England), 25(20), 1–94. https://doi.org/10.3310/hta25200

[Downloaded from isharat.khu.ac.ir on 2026-10-29]

[DOR: 20.1001.1.23455780.1403.12.4.2.1]

psychological utility of entrepreneurship drives healthy engagement. Journal of Business Venturing, 38(2), 106272. https://doi.org/10.1016/j.jbusvent.2022.106272

42- Ryan, R. M., & Frederick, C. M. (1997). On energy, personality and health: Subjective vitality as a dynamic reflection of well-being. Journal of Personality, 65, 529-565

43- Samavi, S. A., Samavi, S. A., & Hashemipoor, S. (2023). Presenting a causal model of academic vitality based on academic attitudes Emotional self-regulation and positive youth development. Journal of Educational Psychology Studies, 20(49), 121-103. Doi: 10.22111/jeps.2023.42287.5024

44- Vigoroux S, Bernat KJ, Charbonier E (2023) Risk Factors and Consequences of Parental Burnout: Role of Early Maladaptive Schemas and Emotion-Focused Coping , Trends in Psychology

45- Yavuz B, Aka B (2021) The mediating effect of humour in relation to early maladaptive schema domains and psychological wellbeing (eng) , Journal of Clinical Psychiatry 24(3):288-297

46- Zeynel, Z., & Uzer, T. (2020). Adverse childhood experiences lead to trans-generational transmission of early maladaptive schemas. Child abuse & neglect, 99, 104235

[Downloaded from isharat.khu.ac.ir on 2026-10-29]

[DOR: 20.1001.1.23455780.1403.12.4.2.1]