

Research Paper

The Mediating Role of Cognitive Emotion Regulation for Maladaptive Schemas and Positive Affects Among Female Students of Islamic Azad University of Marvdasht in 2019

Shahrzad Mizani¹, Azarmidokht Rezaei^{1*}, Mohammad Khayyer¹, Nadere Sohrabi Shegefti¹
1- Department of psychology, Marvdasht Branch, Islamic Azad University, Marvdasht, Iran

Received: 2019/5/3
Revised: 2020/10/3
Accepted: 2020/11/7

Use your device to scan and
read the article online



DOI:10.30495/jzv.2021.4566

Keywords:

cognitive emotion regulation ,
maladaptive schemas, positive
emotions, female students

Abstract

Introduction: Emotions are one of the influential factors in human behaviors. Emotions, through motivation, direct human behavior toward specific goals and direct human behavior. This study aimed to explain the mediating role of cognitive emotion regulation for maladaptive schemas and positive effects.

Materials and Methods: The present study was descriptive and correlational. The statistical population included all female students of Marvdasht Azad University who were studying in the academic year 2018-2019. Participants in the study were 299 female students of different faculties of Marvdasht Azad University who were selected by multi-stage cluster sampling. Data were analyzed using the Cognitive Emotion Regulation Questionnaire by Garnowski et al., Watson et al. and Young's maladaptive schemas, which confirmed the validity and reliability of the instrument. Data analysis was performed using 24spss software at both descriptive and inferential levels. To investigate the studied hypotheses, Baron and Kenny method and multiple regression in inter manner and hierarchical regression were used to study hypothesis.

Findings: The findings of the research showed that positive and negative cognitive emotion regulation has a mediating role in relationship between maladaptive schemas and positive emotions.

Conclusion: By teaching adaptive emotion regulation strategies in this group, the negative impact of maladaptive schemas on their positive emotions can be reduced and the level of positive emotions in these people can be increased.

Citation: Mizani S, Rezaei A, Khayyer M, Sohrabi Shegefti N. The mediating role of cognitive emotion regulation for maladaptive schemas and positive affects among female students of Islamic Azad university of Marvdasht in 2019. Quarterly Journal of Women and Society. 2021; 12 (45): 82- 94

*Corresponding author: Azarmidokht Rezaei

Address: Department of Psychology, Islamic Azad University, Marvdasht Branch, Marvdasht, Iran

Tell: 00989173158385

Email: rezaei.azar@yahoo.com

Extended Abstract

Introduction

Emotions are one of the influential factors in human behaviors. Positive emotion encompasses a wide range of positive moods, including happiness, empowerment, enthusiasm, interest, and self-confidence (1). People with positive emotions are people with an extroverted orientation and want pleasure, reward, happiness and such characteristics (2).

One of the influential factors related to positive emotions is cognitive regulation of emotion. Emotion regulation involves the process by which individuals regulate their emotions, whether consciously or unconsciously, by modifying experiences or changing the position of the emotion evocateur (4). Cognitive emotion regulation strategies are self-conscious mechanisms that a person uses to cope with adverse situations (5, 6).

One of the psychological factors that seems to be related to cognitive emotion regulation is maladaptive schemas. Early maladaptive schemas are deep and pervasive patterns or themes; They are made up of memories, emotions, cognitions, and bodily feelings; Formed during childhood or adolescence; Continue in the course of life; They were very inefficient (16). In one study, they found that schemas arose because the basic emotional needs of childhood were not met (19). Accordingly, the aim of this study is to explain the mediating role of cognitive emotion regulation for maladaptive schemas and positive emotions.

Materials and Methods

The present study is a descriptive correlational study and the statistical population of the study was all female students of Marvdasht Azad University who were studying in 1997-98. Participants in the study were 299 female students of different faculties of Marvdasht Azad

University who were selected from the faculties of Marvdasht Azad University by multi-stage cluster sampling. In this study, the Cognitive Emotion Regulation Scale (Garnefski, Kraaij & Spinhoven, 2001), the Positive Emotion Scale (Watson et al, 1988), and the maladaptive schemas scale (Young, 1998) were used.

Cognitive Emotion Regulation Scale: This questionnaire was designed by Garnefski et al. (2001) which includes 7 cognitive emotion regulation strategies. Which contains 36 items that are scored in a five-point Likert scale (11).

In Besharat et al.'s (2014) study, Cronbach's alpha was obtained from 0.64 to 0.82 for 9 subscales (20). In this study, Cronbach's alpha was calculated 0.93 for cognitive regulation of positive emotion and 0.89 for cognitive regulation of negative emotion.

Positive Emotion Scale: This questionnaire was developed and validated by Watson et al. (1988). This is a 10-point scale with a Likert scale of five options (1). In Cronbach's alpha study, this questionnaire (0.82) was obtained (21). The results of confirmatory factor analysis and construct validity of the Persian version confirmed the positive emotions (22). Cronbach's alpha in the present study was 0.90 for positive emotions.

Incompatible Schemas Scale: The short form is a 75-item questionnaire designed in 1998 by Young et al. To measure 15 initial cognitive schemas (23). Each item is graded using six options. In the study of wellburn et al. (2002), all 15 subscales of the short form of the schema questionnaire were calculated from 0.76 to 0.93 (23). In the present study, Cronbach's alpha for disconnection and rejection of 0.89 and other-directedness other of 0.80; overvigilance and inhibition of 0.78; impaired limits of 0.82 and performance of 0.89.

Findings

Information was evaluated at both descriptive and inferential levels. According to the results of Pearson correlation test in Table 2, cognitive regulation of positive emotion has a negative and significant relationship with the areas of disturbed, other orientation and attentionality. The cognitive regulation of negative emotion has a positive and significant relationship with the domains of disconnection and rejection, impaired autonomy and performance, other-directedness, overvigilance and inhibition, and impaired limits. Positive emotions also have a significant relationship with the field of impaired autonomy and cognitive regulation of positive emotions.

Hypothesis 1: Maladaptive schema predict cognitive emotion regulation.

According to Table 3, the values of t for disconnection and rejection, other-directedness and Overvigilance are significant. These three dimensions have significant predictive power for cognitive regulation of positive emotion and are able to predict a total of 18.1% of the variance of cognitive regulation of positive emotion.

According to the results in Table 4, the value of index f is significant for regression test. Also, the values of t are significant for the dimensions of the impaired limits and Overvigilance. These two dimensions have significant predictive power for cognitive regulation of negative emotion. Predict a total of 28.1% of the variance in cognitive regulation of negative emotion.

Hypothesis 2: Cognitive emotion regulation predicts positive emotions. According to the results of Table 5, the value of index f is significant for regression test and these two dimensions have significant predictive power for positive emotions. Predict a total of 5.8% of the variance of positive emotions.

Hypothesis 3: Inconsistent schemas predict positive emotions. According to the results in Table 6, the value of index f is significant for regression test. Only the other-

directedness of orientation has a significant predictive power for positive emotions and predict a total of 5.6% of the variance of positive emotions.

Hypothesis 4: Cognitive emotion regulation is able to play a mediating role in the relationship between maladaptive schemas and positive emotions. The other-directedness is able to predict 5.6% of the variance of positive emotions. In the second order and with the introduction of positive and negative emotion cognitive regulation, the beta value of the other-directedness in the second order has slightly decreased compared to the first order. The value of the forecast coefficient has also increased from 5.6 to 8.6%. It can be said that the cognitive regulation of positive and negative emotions has a minor mediating role in the relationship between maladaptive schema and positive emotions.

Discussion

Entering the university is associated with many changes in social and human relations. In addition to these changes, new expectations and roles should also be mentioned, which are formed in students at the same time as entering the university. The results showed that cognitive emotion regulation can play a minor mediating role in the relationship between maladaptive schemas and positive emotions. People who use adaptive and positive cognitive emotion regulation strategies in the face of stressful life events have more positive emotions even with maladaptive schemas, while people who experience unhappy and negative life regulation strategies have more positive emotions. They use the cognition of emotion. The effect of maladaptive schemas on their positive emotions will increase and they will have less positive emotions. Considering that playing the moderating role of cognitive emotion regulation, by teaching adaptive and positive cognitive emotion regulation strategies, the negative effect of maladaptive

schemas on a person's positive emotions can be reduced.

Ethical Considerations

Compliance with ethical guidelines

All subjects full fill the informed consent.

Funding

No funding.

Authors' contributions

Design and conceptualization: Azarmidokht Rezaei; Mohammad Khayyer, Nadere Sohrabi shegefti Methodology and data analysis: Shahrzad Mizani; Mohammad Khayyer Supervision and final writing: Shahrzad Mizani; Azarmidokht Rezaei.

Conflicts of interest

The authors declared no conflict of interest.

مقاله پژوهشی

نقش واسطه‌گری تنظیم شناختی هیجان برای طرحواره‌های ناسازگار و عواطف مثبت در دانشجویان دختر دانشگاه آزاد مرودشت در سال ۱۳۹۸

شهرزاد میزانی^۱ آذرمیدخت رضایی^{۱*} محمد خیر^۱ نادره سهرابی شگفتی^۱
۱. گروه روان‌شناسی، واحد مرودشت دانشگاه آزاد اسلامی، مرودشت، ایران

چکیده

مقدمه و هدف: عواطف یکی از عوامل تأثیرگذار رفتارهای انسان می‌باشد. عواطف از طریق ایجاد انگیزه، رفتارهای انسان را به سوی هدف‌های خاصی هدایت می‌کنند و به رفتارهای انسان جهت می‌دهند. این پژوهش با هدف تبیین نقش واسطه‌ای تنظیم شناختی هیجان در رابطه طرح‌واره‌های ناسازگار و عواطف مثبت انجام شد.

مواد و روش‌ها: پژوهش حاضر توصیفی و از نوع همبستگی بود. جامعه آماری شامل کلیه دانشجویان دختر دانشگاه آزاد مرودشت بود که در سال تحصیلی ۱۳۹۷-۱۳۹۸ مشغول به تحصیل بودند. شرکت‌کنندگان در پژوهش ۲۹۹ نفر از دانشجویان دختر دانشکده‌های مختلف دانشگاه آزاد مرودشت بودند که به روش نمونه‌گیری خوشه‌ای چندمرحله‌ای انتخاب شدند. داده‌ها با استفاده از پرسشنامه‌های تنظیم شناختی هیجان گارنفسکی و همکاران، عواطف مثبت واتسون و همکاران و طرحواره‌های ناسازگار یانگ انجام شد که روایی و پایایی ابزار مورد تأیید قرار گرفت. جهت بررسی فرضیه‌های مورد مطالعه از روش بارون و کنی و از آزمون‌های رگرسیون چندگانه به شیوه همزمان و رگرسیون سلسله‌مراتبی استفاده شد.

یافته‌ها: یافته‌های تحقیق نشان داد که تنظیم شناختی هیجان مثبت و منفی قادر به ایفای نقش میانجی در رابطه بین طرحواره‌های ناسازگار و عواطف مثبت می‌باشد.

بحث و نتیجه‌گیری: می‌توان با آموزش راهبردهای انطباقی تنظیم هیجان در این قشر از تأثیر منفی طرحواره‌های ناسازگار بر عواطف مثبت آنها کاست و سطح عواطف مثبت را در این افراد افزایش داد.

تاریخ دریافت: ۱۳۹۸/۵/۱۲

تاریخ داوری: ۱۳۹۹/۷/۱۲

تاریخ پذیرش: ۱۳۹۹/۸/۱۷

از دستگاه خود برای اسکن و خواندن مقاله به صورت آنلاین استفاده کنید



DOI:10.30495/jzv.2021.4566

واژه‌های کلیدی:

تنظیم شناختی هیجان، طرحواره‌های ناسازگار، عواطف مثبت، دانشجویان دختر

* نویسنده مسئول: آذرمیدخت رضایی

نشانی: گروه روان‌شناسی، واحد مرودشت دانشگاه آزاد اسلامی، مرودشت، ایران

تلفن:

پست الکترونیکی: rezaei.azar@yahoo.com

مقدمه

عواطف یکی از عوامل تأثیرگذار رفتارهای انسان می‌باشد. عواطف از طریق ایجاد انگیزه، رفتارهای انسان را به سوی هدف‌های خاصی هدایت می‌کنند و به رفتارهای انسان جهت می‌دهند. عاطفه به دو صورت عاطفه مثبت و منفی تعریف شده است. عاطفه مثبت^۱ دربرگیرنده طیف گسترده‌ای از حالت‌های خلقی مثبت از جمله شادی، احساس توانمندی، شور و شوق، تمایل، علاقه و اعتماد به نفس است (۱). افراد دارای عاطفه مثبت افرادی با جهت‌گیری برون‌گرایانه و خواهان لذت، پاداش، شادمانی و مشخصه‌هایی از این قبیل هستند. در مقابل افرادی با عاطفه منفی، تمایل به خشونت، ترس و اضطراب می‌باشند (۲). افراد دارای عاطفه مثبت بالا، فعالانه، توانمندانه، توأم با شور، نشاط و اعتماد، به زندگی رو می‌کنند. همراهی با دیگران را جستجو می‌کنند و از آن لذت می‌برند و کاملاً در تعاملات اجتماعی خود، از اعتماد و رضایت برخوردارند (۳).

یکی از عوامل تأثیرگذار و مرتبط با عواطف مثبت، تنظیم شناختی هیجان می‌باشد. تنظیم هیجان فرایندی را شامل می‌شود که از طریق آن افراد هیجانهایشان را خواه به صورت هشیار یا ناهشیار به وسیله‌ی اصلاح تجارب یا تغییر موقعیت فراخواننده هیجان تنظیم می‌نمایند (۴). راهبردهای شناختی تنظیم هیجان، ساز و کارهایی خودآگاه هستند که فرد برای کنار آمدن با شرایط ناگوار به کار می‌برد (۵ و ۶). تنظیم شناختی هیجان به شیوه شناختی مدیریت و دستکاری ورود داده‌های فراخواننده هیجان اشاره دارد (۷) شواهد زیادی نشان می‌دهند که تنظیم شناختی هیجانی با موفقیت یا نبود موفقیت در حوزه‌های گوناگون زندگی مرتبط است (۸ و ۹) درحقیقت، هیجانهای مثبت و منفی می‌توانند، ارزش زیادی در پیشگویی و تعدیل پیامدهای سلامتی و عمل کردن مطابق با حالت‌های خلقی داشته باشند (۱۰).

کارنفسکی و همکاران (۲۰۰۱) نه راهبرد متفاوت تنظیم شناختی هیجان را شناسایی کردند که شامل خودسرزنشی^۲، پذیرش^۳، نشخوارذهنی^۴، بازتمرکز مثبت^۵، تمرکز مجدد بر برنامه ریزی^۶، بازارزیابی مثبت^۷، دیدگاه‌پذیری^۸، فاجعه‌انگاری^۹ و ملامت دیگران^{۱۰} می‌باشند (۱۱). چهار بعد از راهبردهای تنظیم شناختی هیجان، راهبردهای مقابله شناختی منفی یا غیرانطباقی (خودسرزنشی، سرزنش دیگران، نشخوار ذهنی و

فاجعه‌انگاری) و دیگر ابعاد آن پاسخ‌های مقابله شناختی مثبت یا انطباقی (پذیرش، تمرکز مجدد بر برنامه‌ریزی، بازتمرکز مثبت، باز ارزیابی مثبت و دیدگاه‌پذیری) می‌باشد. به هر حال تنظیم هیجان نقش حیاتی را در آغازگری، انگیزش و سازمان‌دهی رفتارهای سازگارانه دارد به همان خوبی که می‌تواند در پیش‌گیری سطوح بالای هیجان منفی و رفتارهای ناسازگارانه مؤثر باشد (۱۲).

واندرلیند^{۱۱} و همکاران (۲۰۲۰) در تحقیقات خود دریافتند که افسردگی همراه با کاهش نسبی ترجیح عواطف مثبت می‌باشد که این کاهش باعث افزایش استفاده از راهبردهای تنظیم هیجان می‌شود استفاده از راهبردهایی که عواطف مثبت را زیاد می‌کند، کاهش می‌دهد و بدکاری راهبردهای تنظیم هیجان به نوبه خود باعث سطح پایین هیجان‌ات مثبت می‌شود (۱۳). مارتین و داهلن^{۱۲} (۲۰۰۵) نشان دادند که بین راهبردهای شناختی تنظیم عواطف و افسردگی رابطه معناداری وجود دارد و همچنین راهبردهای شناختی سرزنش خود، نشخوارهای فکری، فاجعه‌آمیز تلقی کردن نسبت به بقیه راهبردهای شناختی تنظیم عواطف پیش‌بینی کننده قویتری جهت پیش‌بینی عواطف منفی می‌باشد (۱۴). پژوهش‌های ناکاگوا و همکاران (۲۰۱۷) نشان دادند که ارزیابی مجدد شناختی نقش واسطه‌ای بین سن و عواطف ایفا می‌کند. همچنین توسعه راهبردهای سازگار تنظیم هیجان مکانیزمی پایدار در عواطف روزانه بزرگسالان ایجاد می‌کند (۱۵).

از عوامل روانشناختی که به نظر می‌رسد با تنظیم شناختی هیجان مرتبط باشد، طرحواره‌های ناسازگار است. طرحواره‌های ناسازگار اولیه، الگوها یا درون مایه‌های عمیق و فراگیری هستند؛ از خاطرات، هیجان-ها، شناخت واره‌ها و احساسات بدنی تشکیل شده‌اند؛ در دوران کودکی یا نوجوانی شکل گرفته‌اند؛ در سیر زندگی تداوم دارند؛ درباره خود و رابطه با دیگران هستند؛ به شدت ناکارآمدند (۱۶).

یانگ^{۱۳} (۲۰۰۵) در نظریه خود پانزده طرحواره معرفی کرده که در نتیجه ارضا نشدن پنج نیاز هیجانی مهم، شامل نیاز به پیوند و پذیرفته شدن^{۱۴}، خودگردانی^{۱۵}، شایستگی و هویت^{۱۶}، آزادی در بیان نیازها و هیجانهای سالم^{۱۷}، خودبرازی، خودانگیزگی و لذت^{۱۸} و جهت‌گیری از درون^{۱۹} ایجاد می‌شوند. این طرحواره‌ها عبارت‌اند از: محرومیت هیجانی، ره‌اشدگی/بی‌ثباتی، بی‌اعتمادی/بدرفتاری، انزوای اجتماعی،

11. Vanderlind

12. Martin & Dahlen

13. Young

14. connection and acceptance

15. self regulation

16. competence and identify

17. autonomy and performance

18. self – expression, spontaneity and pleasure

19. inner – directedness

1. Positive Affect

2. Self blame

3. Acceptance

4. Rumination

5. Positive Refocusing

6. Planning Refocusing

7. Positive Reappraisal

8. Putting into perspective

9. Catastrophising

10. Blame - Others

تنظیم شناختی منفی شامل سوالات: ۳۶-۳۵-۳۴-۳۳-۳۲-۳۱-۳۰-۲۹-۲۸-۲۷-۲۶-۲۵-۲۴-۲۳-۲۲-۲۱-۲۰-۱۹-۱۸-۱۷-۱۶-۱۵-۱۴-۱۳.

در ایران اعتبار پرسشنامه از طریق محاسبه ضریب آلفای کرونباخ برابر ۰/۸۲ گزارش شد. برای بررسی روایی همگرا و واگرایی این پرسشنامه در ایران از مقیاس افسردگی، اضطراب، استرس که شامل ۲۱ پرسش استفاده شده است. در پژوهش بشارت و همکاران (۲۰۱۴) میزان آلفای کرونباخ ۰/۶۴ تا ۰/۸۲ برای ۹ زیرمقیاس پرسشنامه تنظیم شناختی هیجان به دست آمده است (۲۰). در این پژوهش آلفای کرونباخ برای تنظیم شناختی هیجان مثبت ۰/۹۳ و برای تنظیم شناختی هیجان منفی ۰/۸۹ محاسبه شده است.

مقیاس عاطفه مثبت: این پرسشنامه توسط واتسون و همکاران (۱۹۸۸) ساخته و اعتباریابی شده است. این مقیاس ۱۰ سوالی که با طیف پنج گزینه‌ای لیکرت (بسیار زیاد، زیاد، متوسط، کم، به هیچ وجه) بوده که به ترتیب نمره ۵-۴-۳-۲-۱ به آنها تعلق می‌گیرد (۱). در پژوهشی آلفای کرونباخ این پرسشنامه (۰/۸۲) به دست آمده است (۲۱). نتایج تحلیل عاملی تاییدی و روایی سازه نسخه فارسی عواطف مثبت را مورد تایید قرار داد (۲۲). آلفای کرونباخ در پژوهش حاضر برای عواطف مثبت ۰/۹۰ بدست آمد.

مقیاس طرحواره‌های ناسازگار: فرم کوتاه آن یک پرسشنامه ۷۵ سوالی است که در سال ۱۹۹۸ توسط یانگ و همکاران برای سنجش ۱۵ طرحواره شناختی اولیه طراحی شده است (۲۳). هر ماده به کمک شش گزینه درجه‌بندی می‌شود. از ۱- کاملاً در مورد من نادرست است تا ۶- کاملاً مرا توصیف می‌کند. در مطالعه ی ولپورن و همکاران (۲۰۰۲) کلیه خرده‌مقیاس‌های ۱۵ گانه فرم کوتاه پرسشنامه طرحواره‌ها از ۰/۷۶ تا ۰/۹۳ محاسبه شد (۲۳). همچنین در پژوهشی که در سال ۲۰۱۸ در ایتالیا انجام گرفت روایی و پایایی آن مورد تایید قرار گرفت (۲۴). در پژوهش حاضر آلفای کرونباخ برای پنج حوزه طرحواره به این طریق بدست آمد. بریدگی و طردگی ۰/۸۹ و دیگر جهت‌مندی ۰/۸۰ گوش به زنگی و بازداری ۰/۷۸ محدودیت‌های مختل ۰/۸۲ خودگردانی ۰/۸۹.

یافته‌ها

اطلاعات در دو سطح توصیفی و استنباطی مورد ارزیابی قرار گرفت. جدول شماره ۱ نشانگر شاخص‌های توصیفی میانگین و انحراف معیار و جدول ۲ نشانگر ماتریس همبستگی بین متغیرها می‌باشد. با توجه به نتایج آزمون همبستگی پیرسون در جدول ۲ مشاهده می‌شود که تنظیم شناختی هیجان مثبت با حوزه‌های محدودیت

نقص / شرم، شکست، وابستگی/بی‌کفایتی، آسیب‌پذیری به ضرر، گرفتاری/در دام افتادگی، اطاعت، از خودگذشتگی، بازداری هیجانی، معیارهای سرسختانه/عیب‌جویی افراطی، استحقاق و خویشتن‌داری و خودانضباطی ناکافی (۱۷ و ۱۸).

زینیل و یوزر (۲۰۲۰) در تحقیقی دریافتند که طرحواره‌ها به دلیل ارضا نشدن نیازهای هیجانی اساسی دوران کودکی به وجود آمده‌اند. بیماران در اوایل زندگی به منظور انطباق با طرحواره‌ها، پاسخ‌ها و سبک‌های مقابله‌ای ناسازگاری را به وجود می‌آورند تا مجبور نشوند هیجان‌های شدید و استیصال‌کننده را تجربه کنند (۱۹).

به دلیل نقش برجسته جوانان و بخصوص دانشجویان نمونه مورد پژوهش به این افراد اختصاص داده شد با توجه به اینکه عواطف و نحوه تنظیم آنها در بهبود عملکرد تحصیلی پذیرفته شدن در گروه همسالان و پیشگیری از مشکلات عاطفی و شناختی مؤثر می‌باشد و با توجه به پیامدهای وسیع عواطف در حوزه یادگیری و آموزش در مطالعه حاضر در تبیین اثر طرحواره‌های ناسازگار بر عواطف مثبت از متغیر میانجی تنظیم شناختی هیجان بهره گرفته شده است و می‌تواند زمینه‌ساز پژوهش‌ها و مطالعات آتی در این حوزه گردد. بر همین اساس هدف پژوهش تبیین نقش واسطه‌گری تنظیم شناختی هیجان برای طرحواره‌های ناسازگار و عواطف مثبت می‌باشد.

مواد و روش‌ها

پژوهش حاضر توصیفی از نوع همبستگی و جامعه آماری پژوهش کلیه دانشجویان دختر دانشگاه آزاد مرودشت که در سال ۹۷-۹۸ مشغول به تحصیل بودند. شرکت‌کنندگان در پژوهش ۲۹۹ نفر از دانشجویان دختر دانشکده‌های مختلف دانشگاه آزاد مرودشت که به روش نمونه‌گیری خوشه‌ای چندمرحله‌ای از بین دانشکده‌های دانشگاه آزاد مرودشت ۴ دانشکده انتخاب و از هر دانشکده چهار کلاس به صورت تصادفی انتخاب شدند. در بخش آمار توصیفی (میانگین و انحراف معیار) و در بخش آمار استنباطی جهت بررسی فرضیه‌های مورد مطالعه با استفاده از روش بارون و کنی، از آزمون‌های رگرسیون چندگانه به شیوه همزمان و رگرسیون سلسله مراتبی استفاده شده است. در این پژوهش از مقیاس تنظیم‌شناختی هیجان مقیاس عاطفه مثبت، مقیاس طرحواره‌های ناسازگار استفاده شد.

مقیاس تنظیم شناختی هیجان: این پرسشنامه توسط گارفنسکی و همکاران (۲۰۰۱) که شامل ۷ راهبرد شناختی تنظیم هیجان طراحی شده است. که شامل ۳۶ گویه بوده که در یک طیف پنج درجه‌ای لیکرت نمره‌گذاری می‌شود (۱۱).

1. Zeynel & Uzer



نتایج آزمون رگرسیون در جدول ۶ مشاهده می‌شود که مقدار شاخص f برای آزمون رگرسیون معنادار می‌باشد. همچنین مقادیر t تنها برای بُعد دیگر جهت مندی معنادار می‌باشد. تنها بُعد دیگر جهت مندی دارای قدرت پیش‌بینی معناداری برای عواطف مثبت می‌باشد و قادر است در مجموع ۵/۶ درصد از واریانس عواطف مثبت را پیش‌بینی نماید.

با توجه به نتایج آزمون رگرسیون در جدول ۷ مشاهده می‌شود که در مرتبه اول از بین ابعاد طرحواره ناسازگار تنها بُعد دیگر جهت مندی قادر است ۵/۶ درصد از واریانس عواطف مثبت را پیش‌بینی نماید، در مرتبه دوم و با وارد شدن تنظیم شناختی هیجان مثبت و منفی به معادله رگرسیون مشاهده می‌شود که مقدار بتای دیگر جهت مندی در مرتبه دوم نسبت به مرتبه اول بصورت جزئی کاهش یافته و مقدار ضریب پیش‌بینی نیز از ۵/۶ به ۸/۶ درصد افزایش یافته است که نشان می‌دهد در مرتبه دوم ابعاد دیگر جهت مندی و تنظیم شناختی مثبت و منفی در مجموع قادر هستند ۸/۶ درصد از واریانس عواطف مثبت را پیش‌بینی نمایند. بنابراین می‌توان گفت که تنظیم شناختی هیجان مثبت و منفی دارای نقش واسطه‌ای جزئی (تعدیل‌گر) در رابطه بین طرحواره ناسازگار و

عواطف مثبت می‌باشد. شکل ۱ نشانگر اثرات متغیرهای طرحواره ناسازگار و تنظیم شناختی هیجان بر عواطف مثبت می‌باشد.

مختل، دیگر جهت‌مندی و گوش به‌زنگی رابطه منفی و معناداری دارد. تنظیم شناختی هیجان منفی با حوزه‌های بریدگی - طرد، خودگردانی، محدودیت مختل، دیگر جهت‌مندی و گوش به‌زنگی رابطه مثبت و معناداری دارد. همچنین عواطف مثبت با حوزه خودگردانی و تنظیم شناختی هیجان مثبت رابطه معناداری دارد.

با توجه به نتایج آزمون رگرسیون در جدول ۳ مشاهده می‌شود که مقدار شاخص f برای آزمون رگرسیون معنادار می‌باشد. همچنین مقادیر t برای ابعاد بریدگی طرد، دیگر جهت‌مندی و گوش به‌زنگی معنادار می‌باشد و نشان می‌دهد که این سه بُعد دارای قدرت پیش‌بینی معناداری برای تنظیم شناختی هیجان مثبت می‌باشند و قادر هستند در مجموع ۱۸/۱ درصد از واریانس تنظیم شناختی هیجان مثبت را پیش‌بینی نمایند. در جدول ۴ مشاهده می‌شود که مقدار شاخص f برای آزمون رگرسیون معنادار می‌باشد. همچنین مقادیر t برای ابعاد محدودیت مختل و گوش به‌زنگی معنادار می‌باشد و نشان می‌دهد که این دو بُعد دارای قدرت پیش‌بینی معناداری برای تنظیم شناختی هیجان منفی می‌باشند و قادر هستند در مجموع ۲۸/۱ درصد از واریانس تنظیم شناختی هیجان منفی را پیش‌بینی نمایند. در جدول ۵ مشاهده می‌شود که مقدار شاخص f برای آزمون رگرسیون معنادار می‌باشد. همچنین مقادیر t برای تنظیم شناختی هیجان مثبت و تنظیم شناختی هیجان منفی معنادار می‌باشد و این دو بُعد دارای قدرت پیش‌بینی معناداری برای عواطف مثبت می‌باشند و قادر هستند در مجموع ۵/۸ درصد از واریانس عواطف مثبت را پیش‌بینی نمایند. با توجه به

جدول ۱- میانگین و انحراف استاندارد متغیرهای مورد مطالعه

متغیر	میانگین	انحراف استاندارد
بریدگی طرد	۵۲/۲۰	۱۸/۶۴
خودگردانی	۳۶/۳۵	۱۴/۳۰
محدودیت مختل	۲۷/۳۲	۱۰/۲۲
دیگر جهت‌مندی	۲۵/۸۴	۹/۴۵
گوش به‌زنگی	۲۷/۹۰	۹/۵۶
ابعاد تنظیم شناختی هیجان	۵۹/۵۷	۱۷/۰۶
تنظیم هیجان مثبت	۴۱/۴۵	۱۲/۲۸
تنظیم هیجان منفی	۳۸/۴۰	۹/۰۴
عواطف مثبت		

جدول ۲- ماتریس همبستگی بین متغیر طرحواره های ناسازگار با تنظیم شناختی هیجان و عواطف مثبت

متغیر	بریدگی طرد	خودگردانی	محدودیت مختل	دیگر جهت مندی	گوش به زنگی	هیجان مثبت	هیجان منفی
بریدگی طرد	۱						
خودگردانی	۰/۷۳**	۱					
محدودیت مختل	۰/۵۶**	۰/۴۹**	۱				
دیگر جهت مندی	۰/۵۴**	۰/۴۸**	۰/۴۶**	۱			
گوش به زنگی	۰/۵۲**	۰/۴۸**	۰/۶۲**	۰/۶۷**	۱		
هیجان مثبت	۰/۰۵	۰/۰۷	-۰/۲۱**	-۰/۳۱**	-۰/۳۶**	۱	
هیجان منفی	۰/۳۸**	۰/۳۸**	۰/۴۵**	۰/۴۱**	۰/۴۶**	-۰/۳۷**	۱
عواطف مثبت	-۰/۱۱	-۰/۱۲*	-۰/۰۱	۰/۰۹	۰/۰۶	۰/۲۰**	۰/۰۱

جدول ۳- نتایج آزمون رگرسیون جهت پیش‌بینی تنظیم شناختی هیجان مثبت بر اساس طرحواره‌های ناسازگار

متغیر مستقل	متغیر وابسته	Beta	t	sig	R ²	f	P
بریدگی طرد	تنظیم شناختی هیجان مثبت	-۰/۲۳	۲/۷۱	۰/۰۷	۰/۱۸	۱۳/۰۲	۰/۰۱
خودگردانی		-۰/۰۵	۰/۶۵	۰/۵۱			
محدودیت مختل		۰/۰۷	۰/۹۴	۰/۳۵			
دیگر جهت مندی		-۰/۲۰	۲/۶۸	۰/۰۸			
گوش به زنگی		-۰/۳۳	۴/۰۶	۰/۰۱			

جدول ۴- نتایج آزمون رگرسیون جهت پیش‌بینی تنظیم شناختی هیجان منفی بر اساس طرحواره‌های ناسازگار

متغیر مستقل	متغیر وابسته	Beta	t	sig	R ²	f	P
بریدگی طرد	تنظیم شناختی هیجان منفی	-۰/۰۱	۰/۰۰۸	۰/۹۹	۰/۲۸	۲۳	۰/۰۰۱
خودگردانی		۰/۱۳	۱/۷۴	۰/۰۸			
محدودیت مختل		۰/۲۲	۳/۱۸	۰/۰۰۲			
دیگر جهت مندی		۰/۱۳	۱/۸۸	۰/۰۶			
گوش به زنگی		۰/۱۸	۲/۳۰	۰/۰۲			

جدول ۵- نتایج آزمون رگرسیون جهت پیش‌بینی عواطف مثبت بر اساس تنظیم شناختی هیجان

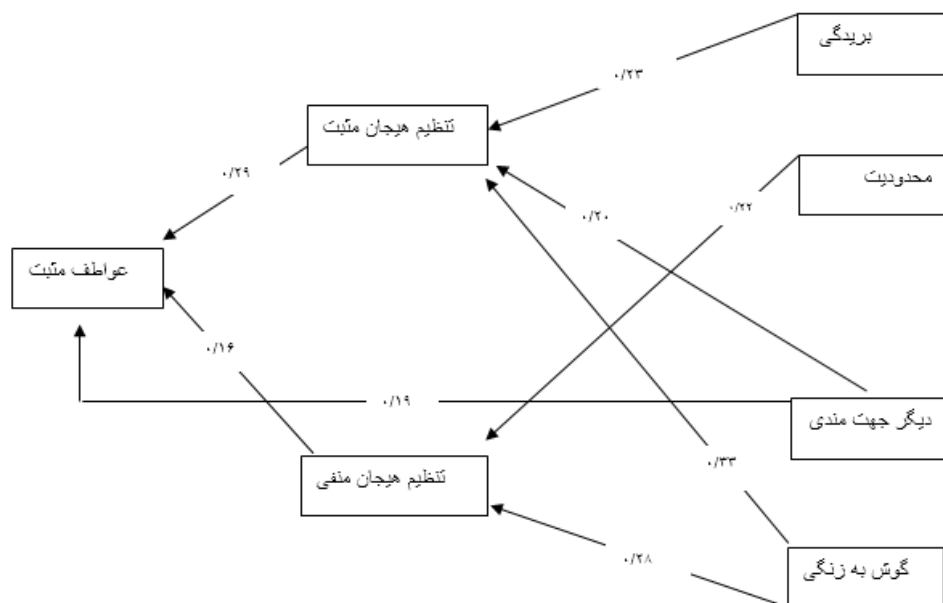
متغیر مستقل	متغیر وابسته	Beta	t	sig	R ²	f	P
تنظیم هیجان مثبت	عواطف مثبت	۰/۲۹	۴/۲۷	۰/۰۱	۰/۰۵۸	۹/۱۷	۰/۰۰۱
تنظیم هیجان منفی		-۰/۱۶	۲/۳۱	۰/۰۲			

جدول ۶- نتایج آزمون رگرسیون جهت پیش‌بینی عواطف مثبت بر اساس طرحواره‌های ناسازگار

متغیر مستقل	متغیر وابسته	Beta	t	sig	R ²	f	P
بریدگی طرد	عواطف مثبت	-.۱۴	۱/۵۷	.۱۲	.۰۶	۳/۴۹	.۰۰۴
خودگردانی		-.۱۵	۱/۸۱	.۰۷			
محدودیت مختل		.۰۱	.۱۷	.۸۶			
دیگر جهت مندی		-.۱۹	۲/۳۵	.۰۲			
گوش به زنگی		.۰۷	.۸۴	.۴۰			

جدول ۷- نتایج آزمون رگرسیون سلسله‌مراتبی جهت بررسی فرضیه اصلی

متغیر مستقل	متغیر وابسته	Beta	t	sig	R ²	f	P
بریدگی طرد	عواطف مثبت	-.۱۴	۱/۵۷	.۱۲	.۰۶	۳/۴۹	.۰۰۴
خودگردانی		-.۱۵	۱/۸۱	.۰۷			
محدودیت مختل		.۰۱	.۱۷	.۸۶			
دیگر جهت مندی		-.۱۸	۲/۳۵	.۰۲			
گوش به زنگی		.۰۷	.۸۴	.۴۰			
بریدگی طرد	عواطف مثبت	-.۰۹	۰/۹۹	.۳۲	.۰۹	۳/۹۲	.۰۰۱
خودگردانی		-.۱۲۶	۱/۴۹	.۱۴			
محدودیت مختل		.۰۳	.۳۲	.۷۵			
دیگر جهت مندی		-.۱۶	۱/۹۹	.۰۵			
گوش به زنگی		.۰۲	.۲۲	.۸۲			
تنظیم هیجان مثبت		.۲۳	۳/۰۸	.۰۰۲			
تنظیم هیجان منفی		-.۱۳	۱/۵۸	.۱۲			



شکل ۱- اثرات متغیرهای طرحواره ناسازگار و تنظیم‌شناختی هیجان بر عواطف مثبت

بحث و بررسی

هدف از این پژوهش تبیین نقش واسطه‌ای تنظیم شناختی هیجان برای طرحواره‌های ناسازگار و عواطف مثبت بود. ورود به دانشگاه با بروز تغییرات زیادی در روابط اجتماعی و انسانی همراه است. در کنار این تغییرات به انتظارات و نقشهای جدید نیز باید اشاره کرد که همزمان با ورود به دانشگاه در دانشجویان شکل میگیرد. قرار گرفتن در چنین شرایطی اغلب با فشار و نگرانی توأم است و عملکرد و بازدهی افراد را تحت تأثیر قرار میدهد. یافته‌های تحقیق نشان داد که تنظیم شناختی هیجان قادر به ایفای نقش واسطه‌ای جزئی در رابطه بین طرحواره‌های ناسازگار و عواطف مثبت می‌باشد. افرادی که در مواجهه با رویدادهای استرس‌زای زندگی از راهبردهای انطباقی و مثبت تنظیم شناختی هیجان استفاده می‌کنند حتی با وجود داشتن طرحواره‌های ناسازگار از عواطف مثبت بیشتری برخوردار هستند. در حالی که افرادی که تجربیات ناگوار زندگی از راهبردهای غیرانطباقی و منفی تنظیم شناختی هیجان استفاده می‌کنند تأثیر طرحواره‌های ناسازگار بر عواطف مثبت آنها بیشتر می‌شود و از عواطف مثبت کمتری برخوردار خواهند شد.

حوزه‌های بریدگی و طرد، دیگرجهت‌مندی و گوش به زنگی از حوزه‌های طرحواره‌های ناسازگار دارای قدرت پیش‌بینی معناداری برای تنظیم شناختی هیجان مثبت می‌باشند و تنظیم شناختی هیجان مثبت نیز دارای قدرت پیش‌بینی معناداری برای عواطف مثبت می‌باشند. تنظیم شناختی هیجان منفی دارای قدرت پیش‌بینی معناداری برای عواطف مثبت می‌باشد. با توجه به نتایج آزمون رگرسیون می‌توان گفت که تنظیم شناختی هیجان مثبت و منفی دارای نقش واسطه‌ای جزئی در رابطه بین طرحواره‌های ناسازگار و عواطف مثبت می‌باشد. همچنین نشان داد که سه بعد بریدگی و طرد، دیگر جهت‌مندی و گوش به زنگی از ابعاد طرحواره‌های ناسازگار دارای قدرت پیش‌بینی معناداری برای تنظیم شناختی هیجان مثبت می‌باشند. در تبیین این نتایج می‌توان گفت که افرادی که طرحواره‌هایشان در حوزه بریدگی و طرد قرار دارد نمی‌توانند دلبستگی‌های ایمن و رضایت‌بخشی با دیگران برقرار کنند و معتقدند که نیاز آنها به ثبات، امنیت و عشق و تعلق خاطر برآورده نخواهد شد. این افراد به دلیل نداشتن روابط بین فردی مطلوب و رضایت‌بخش، احساس نقص، شرم و بیگانگی در اجتماع تمایل کمتری دارند که از راهبردهای سازنده

و مثبت تنظیم هیجان که مستلزم ثبات و امنیت خاطر و داشتن نگرش مثبت و سازنده به حوادث ناگوار زندگی است، استفاده کنند. افرادی که طرحواره‌هایشان در بعد دیگر جهت‌مندی قرار می‌گیرد به جای رسیدگی به نیازهای خود به دنبال ارضای نیازهای دیگران هستند و در روابط اجتماعی خود تمایل دارند که بر پاسخ‌های دیگران بیشتر از نیازهای خودشان تأکید کنند. آنها نیازهای دیگران را با میل خود و حتی با قیمت از دست دادن رضایت‌مندی شخصی ارضا می‌کنند به همین علت آنها در برخورد با رویدادهای استرس‌زا و تجارب ناگوار زندگی نمی‌توانند از راهبردهای سازنده و مثبت تنظیم هیجان که مستلزم توجه به تمایلات و انگیزه‌های خود و دادن معنای مثبت به تجربیات منفی است، برخوردار باشد. همچنین افرادی که در حوزه گوش به زنگی از طرحواره‌های ناسازگار قرار می‌گیرند. تکانه‌ها و احساسات خودانگیخته را واپس‌زنی می‌کنند و دائماً در خصوص حوادث منفی زندگی گوش به زنگ هستند، مرتباً دارای احساس بدبینی، نگرانی و ترس هستند و این احساسات منفی مانع از این می‌شود که در مواقع استرس و تجارب ناگوار بتوانند از راهبردی انطباقی تنظیم هیجان استفاده کنند.

یافته دیگر تحقیق حاضر نشان داده که دو بعد محدودیت مختل و گوش به زنگی دارای قدرت پیش‌بینی معناداری برای تنظیم شناختی هیجان منفی می‌باشند در تبیین این نتایج می‌توان گفت افراد دارای طرحواره محدودیت مختل محدودیت‌های درونی آنها در خصوص احترام متقابل و خویش‌داری به اندازه کافی رشد نکرده، بنابراین آنها نمی‌توانند در دستیابی به اهداف بلند مدت خود خویش‌داری را نشان دهند و هیجان‌ات و تکانه‌های خود را کنترل کنند. این طرحواره‌ها موجب سوگیری در تفسیرهای ما از رویدادها می‌شوند و این سوگیری‌ها در آسیب‌شناسی روانی میان فردی به صورت سوءتفاهم‌ها، نگرش‌های تحریف شده، گمانه‌های نادرست، هدف و چشم‌داشت‌های غیرواقع‌بینانه خود را نشان می‌دهند. به همین دلیل در هنگام مواجهه با تجارب ناگوار زندگی توانایی ارزیابی مجدد مشکل و داشتن نگاه مثبت به حوادث را ندارند. در هنگام بروز مشکل تسلیم تکانه‌ها و افکار منفی خود شده و از راهبردهای منفی تنظیم هیجان استفاده می‌کنند. این نتایج با تحقیق مارتین و داهلن (۲۰۰۵) همسو می‌باشد. بر اساس یافته‌های این پژوهش گر می‌توان دریافت که آموزش و توجه به استفاده از راهبردهای انطباقی تنظیم شناختی هیجان در

- measures of positive and negative affect: the PANAS scales. *Journal of Personality and Social Psychology*. 1988; 54(6): 1063-1070. [DOI: 10.1037//0022-3514.54.6.1063]
2. Salami SO. Job Stress and Counter productive Work Behavior: Negative Affectivity as a Moderator. *The Social Sciences*. 2010; 5: 486-492. [DOI: 10.3923/sscience.2010.486.492]
 3. Lewis AC, Maltby j, Day L. Religious Orientation, Religious coping, and Happiness among UK Adults, personality and individual Differences. 2005; 38(5):1193-1202. [DOI:10.1016/J.PAID.2004.08.002]
 4. Pollock NC, McCabe GA, Southard AC, Zeigler-Hill V. Pathological personality traits and emotion regulation difficulties. *Personality and Individual Differences*. 2016; 95: 168-177. [DOI: org/10.1016/j.paid.2016.02.049]
 5. Garnefski N, Karaj V. Relationship between cognitive emotion regulation strategies and depressive symptoms: A comparative study of five specific samples. *Personality and Individual Differences*. 2006; 40: 1659-69. [doi:10.1016/j.paid.2005.12.009]
 6. Garnefski N. Koopman H, Kraaij V, and Tencate R. Cognitive emotion regulation Strategies and psychological adjustment in adolescents with a chronic disease. *Journal of adolescence*. 2009; 32:449-454. [DOI: 10.1016/j.adolescence.2008.01.003]
 7. Kirwan M, Pickett SM, & Jarrett NL. Emotion regulation as a moderator between anxiety symptoms and insomnia symptom severity. *Psychiatry Research*. 2017; 254: 40-47. [DOI: 10.1016/j.psychres.2017.04.028]
 8. Karreman A, Laceulle O M, Hanser WE, & Vingerhoets AJJM. Effects of emotion regulation strategies on music-elicited emotions: An experimental study explaining individual differences. *Personality and Individual Differences*. 2017; 114: 36-41. [DOI: org/10.1016/j.paid.2017.03.059]
 9. Richardson CME. Emotion regulation in the context of daily stress: Impact on daily affect. *Personality and Individual*

مواقع استرس‌زا باعث کاهش عواطف منفی و در نتیجه افزایش سطح بهزیستی روانشناختی می‌شود.

این پژوهش با محدودیت‌هایی همراه بود از جمله اینکه نمونه مورد تحقیق در این پژوهش یک نمونه دانشجویی بود، بنابراین در تعمیم یافته‌ها به سایر جمعیت‌ها باید احتیاط شود. اگرچه داده‌های این پژوهش با الگوی ساختاری آزمون شده هماهنگ هستند، ولی کاربرد آنها در روابط علت و معلولی باید با احتیاط صورت گیرد. با آموزش راهبردهای انطباقی و مثبت تنظیم‌شناختی هیجان می‌توان از تأثیر منفی طرحواره‌های ناسازگار بر عواطف مثبت فرد کاست. با توجه به عوامل خاص فرهنگی حاکم بر دانشجویان و تأثیرگذار بودن آنها در نتایج تحقیق پژوهش با اقشار دیگر جوانان و گروه‌های دیگر جامعه انجام شود. با توجه به یافته‌های پژوهش می‌توان با ارائه کارگاه‌های آموزشی و آگاه‌سازی والدین در خصوص طرحواره‌های ناسازگار اولیه در جهت پیشگیری از ایجاد و شکل‌گیری آنها از همان اوان کودکی اقدام نمود.

نتیجه‌گیری

با توجه به یافته‌های تحقیق و اینکه تنظیم‌شناختی هیجان قادر به ایفای نقش تعدیل‌گر در رابطه طرحواره‌های ناسازگار و عواطف مثبت می‌باشد.

ملاحظات اخلاقی

پیروی از اصول اخلاق پژوهش

در مطالعه حاضر فرم‌های رضایت‌نامه آگاهانه توسط تمامی آزمودنی‌ها تکمیل شد.

حامی مالی

هزینه‌های مطالعه حاضر توسط نویسندگان مقاله تأمین شد.

مشارکت نویسندگان

طراحی و ایده‌پردازی: آذرمیدخت رضایی، محمد خیر، نادره سهرابی؛ روش‌شناسی و تحلیل داده‌ها: شهرزاد میزانی، محمد خیر؛ نظارت و نگارش نهایی: شهرزاد میزانی، آذرمیدخت رضایی.

تعارض منافع

بنابر اظهار نویسندگان مقاله حاضر فاقد هرگونه تعارض منافع بوده است.

References

1. Watson D, Clarck LA, and Tellegan A. Development and validation of brief

- Assessment. 1999; 11(3):359-368. [[DOI.org/10.1037/1040-3590.11.3.359](https://doi.org/10.1037/1040-3590.11.3.359)]
19. Zeynel Z, and Uzer T. Adverse childhood experiences lead to trans-generational transmission of early maladaptive schemas. *Child Abuse Negl.* 2020; 99: 104-135. [[DOI: 10.1016/j.chiabu.2019.104235](https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2019.104235)]
 20. Besharat MA, and Bazazian S. Evaluation of psychometric properties of Cognitive Emotion Regulation Questionnaire in a sample of Iranian society. *Journal of the School of Nursing and Midwifery.* 2014; 84: 61-70.
 21. Merz EL, Malcarne VL, Roesch SC, Ko CM, Emerson M, Roma VG, Sadler GR. Psychometric properties of Positive and Negative Affect Schedule (PANAS) original and short forms in an African American community sample. *J Affect Disord.* 2013; 151(3):942-9. [[DOI: 10.1016/j.jad.2013.08.011](https://doi.org/10.1016/j.jad.2013.08.011)]
 22. Mohammadi L, Besharat MA, Rezazade MR, and Gholamali Lavasani M. The mediating role of positive and negative affect in the relationship between meaning in life and mental health. *Journal of Psychology.* 2018; 2(22): 157-171.
 23. Welburn K, Coristine M, Dagg P, Pontefract A, and Jordan S. The schema questionnaire- short form: factor analysis and relationship between schemas and symptoms. *Cognitive therapy and research.* 2002; 26: 519-530. [[DOI:10.1023/A:1016231902020](https://doi.org/10.1023/A:1016231902020)]
 24. Saggino A, Balsamo M, Carlucci L, Cavalletti V, Sergi MR, da Fermo G, Dèttore D, Marsigli N, Petrucci I, Pizzo S, Tommasi M. Psychometric Properties of the Italian Version of the Young Schema Questionnaire L-3: Preliminary Results. *Front Psychol.* 2018 ; 27(9):312. [[DOI: 10.3389/fpsyg.2018.00312](https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.00312)]
 - Differences. 2017;112: 150-156. [[DOI.org/10.1016/j.paid.2017.02.058](https://doi.org/10.1016/j.paid.2017.02.058)]
 10. Henderson AW, Lehavot K, & Simoni JM. Ecological models of sexual satisfaction among lesbian/bisexual and heterosexual women. *Archives of Sexual Behavior.* 2009; 38: 50-65. [[DOI.10.1007/s10508-008-9384-3](https://doi.org/10.1007/s10508-008-9384-3)]
 11. Garnefski N, Kraaij V, & Spinhoven P. Negative Life Events, Cognitive Emotion Regulation and Emotional Problems. *Personality and Individual Differences.* 2001; 30: 1311-1327. [[DOI.org/10.1016/S0191-8869\(00\)00113-6](https://doi.org/10.1016/S0191-8869(00)00113-6)]
 12. Crechetti D, Ackerman BD, and Izard CE. Emotions and emotion regulation in developmental psycho pathology. *Developmental and psychopathology.* 1995; 7: 1-10. [[DOI.org/10.1017/S0954579400006301](https://doi.org/10.1017/S0954579400006301)]
 13. Vanderlind WM, Millgram Y, Baskin-Sommers AR, Clark MS, Joormann J. Understanding positive emotion deficits in depression: From emotion preferences to emotion regulation. *Clin Psychol Rev.* 2020;76:101826. [[DOI: 10.1016/j.cpr.2020.101826](https://doi.org/10.1016/j.cpr.2020.101826)]
 14. Martin RC, and Dahlen ER. Cognitive Emotion Regulation In the Prediction of Depression, Anxiety, Stress, and Anger. *Personality and Individual Differences.* 2005; 39(7): 1249-1260. [[DOI.org/10.1016/j.paid.2005.06.004](https://doi.org/10.1016/j.paid.2005.06.004)]
 15. Nakagava T, Gonoo Y, Shioka Y, and Masui Y. Age, Emotion regulation, and affect in adulthood: the mediating role of cognitive reappraisal. *Japanese Psychological Research.* 2017; 59(4): 301-308. [[DOI.org/10.1111/jpr.12159](https://doi.org/10.1111/jpr.12159)]
 16. Zhang D, and He HL. Personality traits and life satisfaction: A Chinese case study. *Social Behavior Press.* 2010; 38(11):111-122. [[DOI.org/10.2224/sbp.2010.38.8.1119](https://doi.org/10.2224/sbp.2010.38.8.1119)]
 17. Young, J.E. (2005). *Young Schema Questionnaire- Short Form.* New York: Schema Therapy Institute.
 18. Young J, McCrae RR, Costa PT, Dai X, Yao S, Cai T, & Gao B. Cross-cultural personality assessment in psychiatric populations: The NEO-PI—R in the people's Republic of China. *Psychological*