

مقایسه باورهای غیر منطقی و طرحواره های ناسازگار اولیه
(مطالعه موردی: زنان و مردان معلم مقطع متوسطه در شهر جهرم)

Comparison of irrational beliefs and early maladaptive schemas
(Case study: men and women secondary school teachers in Jahrom city)

Mehdi Azhdari Khankhedani

Master's degree in General Psychology, Islamic Azad University, Fasa Branch.

Email: azhdari98.jahrom@gmail.com

مهدی اژدري خانكهداني

كارشناسي ارشد روان شناسي عمومي دانشگاه آزاد اسلامي واحد فسا.

Abstract

The aim of the current research was to compare irrational beliefs and initial incompatible schemas. The current research was applied in terms of purpose and descriptive and causal-comparative in terms of data collection. The statistical population in this research included all the male and female secondary school teachers in Jahrom city, and using the matching method, 60 females and 60 males were selected as the statistical volume by random sampling. In order to obtain the amount of irrational beliefs, Jones' (1969) Irrational Beliefs Questionnaire and Young's (1998) Schema Short Form Questionnaire were used. The results of the t-test showed that the average score of illogical beliefs and initial inconsistent schemas in men is higher than that of women ($P < 0.05$).

Keywords: irrational beliefs, schema, teacher. Jahrom city.

چكیده

هدف از پژوهش حاضر مقایسه باورهای غیر منطقی و طرحواره های ناسازگار اولیه بود. پژوهش حاضر به لحاظ هدف، کاربردی و به لحاظ گردآوری اطلاعات، پژوهشی توصیفی و علی-مقایسه ای بود. جمعیت آماری در تحقیق حاضر، شامل تمامی زنان و مردان معلم مقطع متوسطه شهر جهرم بود که با استفاده از روش همسازی، ۶۰ نفر زن و ۶۰ نفر مرد به عنوان حجم آماری، به روش نمونه گیری تصادفی در دسترس انتخاب شدند. برای به دست آوردن میزان باورهای غیر منطقی از پرسشنامه باورهای غیر منطقی جونز (۱۹۶۹) و پرسشنامه فرم کوتاه طرحواره یانگ (۱۹۹۸) استفاده شد. نتایج آزمون تی نشان داد نمره سطح متوسط باورهای غیر منطقی و طرحواره های ناسازگار اولیه در مردان، بیشتر از زنان است ($P < 0.05$).

واژه‌های کلیدی: باورهای غیر منطقی، طرحواره، معلم. شهر جهرم.

طرح مساله

افراد با احساس بهزیستی بالا هیجانات مثبت را تجربه می کنند و از حوادث و وقایع پیرامون خود ارزیابی مثبتی دارند، در حالی که افراد با احساس بهزیستی پایین، حوادث و وقایع زندگی شان را نامطلوب ارزیابی کرده، بیشتر هیجانات منفی نظیر اضطراب، افسردگی و خشم را تجربه می کنند. از مؤلفه های کلیدی بهزیستی، داشتن نگرش مثبت در مورد خود است البته نه به معنای خودشیفتگی یا عزت نفس خیلی بالا و غیر معمول بلکه به معنای احترام به نفسی که بر اساس آگاهی از نقاط قوت و ضعف خود باشد (مولایی یساوی و همکاران، ۱۳۹۴).

شناخت، تفکرات و باورها نقش زیادی در زندگی و روابط اجتماعی افراد ایفا می کنند (صاحبدل، جمشیدی و شکوری، ۱۳۹۶). برقراری ارتباط یکی از مهارت های اصلی زندگی است و برای روابط اجتماعی رضایتبخش، برقراری و تداوم ارتباط اثربخش ضروری است. از عواملی که می تواند اثربخشی یک ارتباط را تضعیف کرده و موجب عدم درک درست پیام فرستاده شده یا به عبارتی رمزگشایی صحیح آن شود عبارت از باورهای غلط، پیش داوری ها و نگرش های منفی است (آزادی فرد و امانی، ۱۳۹۵). افراد در بسیاری مواقع ممکن است بخاطر تنش ها و فشارهای روحی و روانی، پس از تحمل سختی های فراوان، با یاس و ناامیدی به قطع رابطه های اجتماعی تن دهند. روابط اجتماعی موفق به میزان زیادی تحت تاثیر کیفیت تعاملات و باورهای ارتباطی و منطقی افراد قرار دارد (صاحبدل و زهراکار، ۱۳۹۵).

اپستین و ایدلسون^۱ (۱۹۸۱) در مطالعات خود نشان دادند که در باورهای ارتباطی، میزان باورهای غیر منطقی پیش بینی کننده نیرومندی برای آشفته گی زندگی است (عطایی فر، امیری، ۱۳۹۳).

این باور ها عبارتند از: ۱- توقع ذهن خوانی^۲ از اطرافیان: انتظار اینکه بدون نیاز به گفتن و اظهار نظر کردن، اطرافیان باید احساسات، افکار و نیاز ها را بدانند. ۲- کمال گرایی^۳: انتظار از اطرافیان در ایجاد رابطه در همه موقعیت ها بدون توجه به وضعیت. ۳- باور در مورد تفاوت های جنسیتی^۴: نداشتن درک صحیح از تفاوت های شناختی و فیزیولوژیکی زن و مرد، به صورت انتظار یکسان داشتن، یا تفاوت های مادر زادی را علت اختلافات دانستن. ۴- باور به تخریب کنندگی مخالف^۵: به معنای نپذیرفتن، ناراحتی و تفسیر منفی اختلاف نظرها. ۵- باور به تغییر ناپذیری: اعتقاد به نداشتن توانایی اطرافیان در تغییر رفتارها و تکرار شدن آنها در آینده (بهمن زادگان، ۱۳۹۶).

اشتاین (۲۰۰۵) بیان می کند اشتغال های فکری و اختلالات روانی، ریشه در طرحواره های ناسازگار دارد. یانگ در رویکرد طرحواره های اصلی بر طرحواره های ناسازگار اولیه تأکید می کند. طرحواره های ناسازگار اولیه، الگوهای هیجانی و شناختی آسیب زنده ای هستند که با شکل گرفتن در ابتدای تحول در تمام سیر زندگی، تکرار می شوند (قنبری و همکاران، ۱۳۹۴). طرحواره سازگاری یکی از مهمترین جنبه های رشد است که در درازمدت عملکرد روانشناختی و اجتماعی را پیش بینی می کند و عبارت است از دارا بودن مهارت ها و رفتارهای اجتماعی که سبب تعامل موفقیت آمیز در موقعیت های اجتماعی متفاوت می شود و نتیجه آن نگهداری موفقیت آمیز ارتباطات و مهارت های اجتماعی است (عیسی زادگان، سلیمانی، خسروی و شیخی، ۱۳۹۵).

طرحواره های ناسازگار اولیه مرتبط با حوزه دیگر جهت مندی به عنوان مکانیسمی در جهت ایجاد پاسخ های مقابله ای در ارتباط با مورد تأیید و پذیرش دیگران بودن و پیروی از خواسته های جامعه بوده و شاید به عنوان عامل برانگیزاننده پاسخ های افراطی نظیر انجام جراحی های زیبایی باشند (قنبری و همکاران، ۱۳۹۴).

¹ Epstein and Eidelson

² mind reading is expected

³ perfection

⁴ the sex are different

⁵ disagreement is destructive

طرحواره های حوزه بریدگی شامل رهاشدگی و بی ثباتی فرد، بی اعتمادی و بدرفتاری، محرومیت هیجانی، نقص و شرم و در نهایت انزوای اجتماعی می باشد که این قبیل طرحواره ها در افراد دارای اختلال باور های غیر منطقی، بیشتر دیده شده است و نشان دهند نیازهای آنها به امنیت، سلامت، حمایت و پذیرش به طور با ثبات ارضا نشده است. بدین ترتیب وجود چنین طرحواره هایی می تواند نشانگر این باشد که افراد متقاضی، توجه، گرمی و همراهی دیگران را کمتر دریافت کرده اند، منبع قدرت و حمایتی نداشتند و خواهان رسیدگی به این منبع حمایتی بوده اند. از این رو به جراحی زیبایی روی آورده اند (یانگ، ۲۰۰۵).

معمولاً این افراد هر کاری را در هر زمانی که دوست دارند، بدون در نظر گرفتن واقعیت های موجود و ضررهای احتمالی به دیگران، انجام می دهند و به منظور کسب قدرت یا کنترل، تاکید اغراق آمیزی بر برتری خود دارند. این افراد به منظور غلبه بر دیگران، تلاش بسیاری می کنند (سالوی و همکاران، ۲۰۱۰). از درد اجتناب می کنند، ناراحتی را تحمل نمی کنند، از مسئولیت پذیری گریزانند و می خواهند به هر قیمتی از تعارض جلوگیری کنند (یانگ و همکاران، ۲۰۰۵ و نیلفروشان، نویدیان و شامحمدی، ۱۳۹۴).

بعد دیگر جهت مندی طرحواره های ناسازگار شامل اطاعت، ایثار و پذیرش جویی است. این حوزه حاکی از تاکید افراطی بر ارضای نیازهای دیگران به جای خود است. این کار به منظور به دست آوردن عشق و تایید، حفظ ارتباطات هیجانی یا اجتناب از انتقام و تلافی صورت می گیرد. طرحواره های ناسازگار از عوامل سبب شناختی مهم در گرایش به رفتارهای روانی پرخطر مانند سرقت، مصرف مواد و الکل، فعالیت های جنسی نایمن، رفتارهای ضد اجتماعی و ... به شمار می روند (بهبودی و احمدی طهور سلطانی، ۱۳۹۷). بین طرحواره های ناسازگار اولیه و اختلالات شخصیت، مشکل اضطراب اجتماعی، ترس فرد از طرد شدن از سوی دیگران و ... رابطه معناداری وجود دارد (قنبری و همکاران، ۱۳۹۴).

زیبایی، شاکری نسب و میرزایی (۱۳۹۹) در بررسی رابطه بین طرحواره های ناسازگار اولیه و باورهای غیرمنطقی با گرایش به سوء مصرف موادمخدر در مردان جوان بستری در کمپ های ترک اعتیاد شهرستان بجنورد به این نتیجه رسیدند که بین طرحواره های ناسازگار اولیه و باورهای غیرمنطقی با گرایش به سوء مصرف موادمخدر در جوانان بستری در کمپ های ترک اعتیاد شهرستان بجنورد رابطه وجود دارد و از میان مؤلفه های طرحواره های ناسازگار اولیه: محرومیت هیجانی، رهاشدگی بی ثباتی، انزوای اجتماعی، گرفتاری ناشی از خودتحويل نیافتگی و شکست قادر به پیش بینی بهتر گرایش به سوء مصرف موادمخدر بودند. همچنین از میان مؤلفه های باورهای غیرمنطقی: درماندگی در مقابل تائید و بی مسئولیتی هیجانی قادر به پیش بینی بهتر گرایش به سوء مصرف موادمخدر می باشند.

قره باغی و توکلی (۱۳۹۸) در پژوهش خود با هدف بررسی طرحواره های ناسازگار اولیه، باورهای غیرمنطقی به این نتیجه رسیدند که طرحواره های ناسازگار اولیه و باورهای غیرمنطقی در مورد رابطه به صورت جداگانه و همزمان پیش بینی کننده بی ثباتی هستند.

احمدی و نصرالهی (۱۳۹۷) در پیش بینی طرحواره معیارهای سرسختانه/عیب جویی افراطی بر اساس باورهای غیرمنطقی والدین و الگوهای ارتباطی والد-فرزند به این نتیجه رسیدند که از بین مؤلفه های الگوی ارتباطی پدر-فرزند متغیرهای رسمیت ارزش مشروط و درهم تیدگی و از بین مؤلفه های الگوی ارتباطی مادر-فرزند متغیرهای انعطاف ناپذیری، محدودیت و باورهای غیرمنطقی مادر به صورت مثبت طرحواره ناسازگار عیب جویی افراطی/معیارهای سرسختانه را در دختران نوجوان پیش بینی می کند.

مقایسه باورهای غیر منطقی و طرحواره های ناسازگار اولیه (مطالعه موردی: زنان و مردان معلم مقطع متوسطه در شهر جهرم)

با توجه به مسائل بیان شده، پژوهش حاضر سعی بر پاسخ گویی به این سوال است که باورهای غیر منطقی و طرحواره های ناسازگار اولیه در زنان و مردان معلم مقطع متوسطه شهر جهرم چه تفاوتی وجود دارد؟

نظریه های باورهای غیر منطقی

باورهای غیر منطقی در ارتباط های فردی، هر نوع فکر، هیجان یا رفتاری که باعث تخریب نفس و متلاشی نمودن نفوذ خود باشد و از نتایج مهم آن اختلال درخوشی، شادمانی، تندرستی انسان می باشد. باورهای ارتباطی ارتباطی نادرست، اهداف و خواسته هایی می باشند که به شکل اولویت ها و ترجیحات ضروری و الزامی نمود پیدا می کنند و اگر برآورده گردند باعث آشتی فردی می شوند. باورهای ارتباطی نادرست از باورهایی که بر اجبار، الزام و وظیفه تاکید دارند که باعث می شوند فرد شخصیت مضطرب، غیرعادی و ناسالمی را کسب کند. باورهای ارتباطی نادرست به صورت رجحان ها، فاجعه آمیزی، تحمل پایین ناکامی، خود تحقیری و دیگر تحقیری هستند (آیدین^۷، ۲۰۱۲).

باورهای غیر منطقی ارتباطی: یک باور، هرگونه فرض اساسی، چه آگاهانه و یا ناآگاهانه است که به اشخاص این آمادگی را می دهد که وقایع را به نحو خاصی درک کنند و نوع خاصی را از اعمال، انجام دهند. باورها به سه دسته تقسیم می شوند: توصیفی، سنجشی و تجویزی (نیک فر، ۱۳۹۹).

باورهای غیر منطقی توصیفی: واقعیت های مورد قبول راجع به یک فرد، دیگران و اوضاع مختلف می باشند. مثلاً فردی ممکن است معتقد باشد وی فرصت زیادی برای رسیدن به موفقیت دارد.

باورهای غیر منطقی سنجشی: بیان کننده قضاوت هایی نظیر خوبی، بدی، درست و یا اشتباه در روابط با خود و دیگران و محیط است. باورهای سنجشی می تواند مطابق با باورهای توصیفی باشد. مثلاً «من استعداد خوبی برای موسیقی دارم» (دستجانی، رحمانی و تیزدست، ۱۳۹۲).

باورهای غیر منطقی تجویزی: آنچه را یک فرد بالاجبار باید انجام دهد، دیکته می کنند و این در صورتی است که کارهای او باید مبتنی بر باورهای قابل ارزیابی باشند. مثلاً بر اساس باورهای قابل ارزیابی و توصیفی بالا می توان گفت که اظهار قاطع کردن، کامیابی و اظهار عقیده کردن رفتارهای شایسته ای هستند و خود یک فرد و دیگران باید به این صورت عمل کنند. باورها ابعاد شناختی، نفسانی و رفتاری دارند. بعد شناختی عبارت است از اطلاعاتی که آن باور مبتنی بر آن است و اساسی برای قضاوت در مورد آنچه خوب، بد، درست یا اشتباه است، می باشد. مبنای اطلاعات و قضاوت برای بعد شناختی یک باور از منابع بسیاری ناشی می شود. نموده های قدرت نظیر والدین منشا مهمی هستند. در چارچوب روابط فرزند و والدین، فرزندان وقایع مهمی را در خصوص دنیا، شرایط خاص و مردم و خودشان فرا می گیرند. همچنین قضاوت هایی راجع به وقایع یاد می گیرند و دوست دارند هم این وقایع را و هم قضاوت های انجام شده را در مورد آنها به طور کامل قبول کنند. این وقایع ممکن است ریشه در خرافات، واقعیات یا اسطوره ها داشته باشند. یک قضاوت ممکن است صحیح و قابل تغییر یا نادرست و پایدار در شرایط گوناگون به حساب نیاید (نیک فر، ۱۳۹۹).

بعد نفسانی یک باور عبارت است از هیجان، احساس (مثبت یا منفی) که ناشی از مرکزیت یافتن باور می باشد، به واسطه چارچوب باور شناختی آموخته می شود. برای آن که فراگرد متن یادگیری تشویق کننده از نوعی باشد که احترام به خود را افزایش دهد، فرد آن باور را با احساس مثبت پایه گذاری می کند. وقتی که این اتفاق افتاد، هرگونه مواجهه با آن باور یا ارزش آن به عنوان یک تهدید تلقی می شود و ایجاد هیجان می نماید، حتی اگر آن باور منشاء مشکلات بسیاری شود. اگر باور شناختی دیکته نماید که تصفیه احساسات منفی اشتباه، ناخوشایند و تحت هر شرایطی غیر قابل توجه است، علاوه بر هیجان همواره با

اظهارنظر، احساس‌های تنفر و ناخشنودی نسبت به کسی که با آن باور مخالفت کند، بوجود می‌آید. هنگامی که افراد با یکی از باورهای شناختی شان درگیر می‌شوند احساس خجالت، گناه، ناراحتی و بیزاری از خود می‌کنند (دالوند، ۱۳۹۷). بعد رفتاری یک باور عملی است که یک فرد انجام می‌دهد و با باور شناختی سازگار می‌باشد. چنین اعمالی با محتوای باور تطابق دارند، ولی لزوماً با محیط این گونه نیست. این گونه اعمال ممکن است در چارچوب متن یادگیری باور شناختی یا تنها ناشی از بعد تجویزی باور باشد. مثلاً اگر باور شناختی عبارت از «هیچ گونه کنترلی بر آنچه اتفاق می‌افتد، ندارم» باشد، درماندگی، ویژگی اجتناب از کارهایی خواهد بود، که باعث کنترل می‌شود، رفتار به سمتی برای رفتاری دیگر بوسیله یا اعمال نفوذ در اوضاع مختلف هدایت می‌شود و در نتیجه فاقد کنترل باقی می‌ماند. از لحاظ سلسله مراتب باورها، طبق اهمیت تاثیرشان در زندگی فرد طبقه‌بندی می‌شوند. بعضی از آنها نقش بسیار مهمی دارند. درحالی که باورهای دیگر از اهمیت کمتری برخوردارند. اهمیت یک باور در تعدادی از ارتباطاتی که آن باور با دیگر باورها دارد منعکس می‌گردد و از طریق این ارتباطات حدودی را که آن باور این باورها را تحت تاثیر قرار می‌دهد، مشخص می‌نماید. باورهای یک فرد درباره خودش و مفهوم خودش به طور کل تمام باورها را تحت تاثیر قرار می‌دهد، در حالی که باورهایی که بیانگر سلیقه شخصی می‌باشند، باورهای دیگر را تحت تاثیر قرار نمی‌دهد. در نتیجه باورهای یک فرد راجع به خودش چه عدم شایستگی، ارزشمند بودن یا بی‌ارزش بودن، تاثیر زیادی بر باورهای دیگر و نحوه رفتار فرد با دیگران دارند (الوندی، زارع و علی پور، ۱۳۹۵).

نظریه‌های طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه

طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه، الگوهای هیجانی و شناختی خودآسیب‌رسان، در فرد هستند که در ابتدای رشد و تحول، در ذهن شک گرفته و در مسیر زندگی تکرار می‌شوند (یانگ، ۲۰۰۵).

در واقع آنها باورهایی هستند که افراد درباره خود، دیگران و به طور معمول از ارضا نشدن نیازهای اولیه به خصوص نیازهای عاطفی در دوران کودکی سرچشمه می‌گیرند (زانگ و هه^۸، ۲۰۱۰). طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه، الگوها یا درون مایه‌های عمیق و فراگیری هستند که از خاطره‌ها، هیجان‌ها، شناخت‌واره‌ها و احساس‌های بدنی که ریشه در دوران کودکی دارند، به وجود می‌آیند و در مسیر زندگی تداوم داشته به شدت ناکارآمد هستند (رولفس^۹ و همکاران، ۲۰۱۳). طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه، باورهای هسته‌ای (پیش فرض‌های غیر شرطی) در مورد خود و دیگران هستند که پردازش اطلاعات بیرونی را به مسیری ناکارآمد منحرف می‌کنند. بنابراین روابط بین فردی و ادراک از خود را تحت تاثیر قرار می‌دهند. اگرچه فرد می‌داند طرح‌واره منجر به ناراحتی وی می‌شود، ولی با طرح‌واره‌ها احساس راحتی می‌کند و همین احساس راحتی، فرد را به این نتیجه می‌رساند که طرح‌واره اش درست است (کوپر^{۱۰}، ۲۰۱۷). افراد به سمت وقایعی کشانده می‌شوند که با طرح‌واره هایشان همخوانی دارند و به همین دلیل تغییر طرح‌واره‌ها سخت است. نتیجه چنین دیدگاهی این است که طرح‌واره بر پردازش تجارب بعدی تاثیر می‌گذارد (وایلر، موریس، مام، جان و بلیکل^{۱۱}، ۲۰۱۷). طرح‌واره‌ها نقش عمده‌ای در تفکر، احساس، رفتار و نحوه برقراری ارتباط با دیگران بازی می‌کنند و به گونه‌ای متناقض و اجتناب‌ناپذیر، زندگی بزرگسالی را به شرایط ناگوار دوران کودکی می‌کشانند که غالباً برای فرد زیان بخش بوده است (مرادی، ۱۳۹۸).

طرح‌واره‌های ناسازگار مطرح شده توسط یانگ (۲۰۰۵)، با توجه به پنج نیاز هیجانی ارضا نشده، به ۱۸ طرح‌واره در پنج حوزه تقسیم می‌شود: بریدگی و طرد. خودگردانی و عملکرد مختل. محدودیت‌های مختل. دیگر جهت‌مندی. گوش به زنگی بیش

8 Zhang and He

9 Roelofs

10 Couper

11 Wihler A. Meurs JA. Momm TD. John J. Blickle G.

از حد (یانگ، ۲۰۰۵). منظور از بریدگی و طرد، ناتوانی در برقراری دلبستگی های ایمن و رضایت بخش با دیگران می باشد و به این دلیل است که در محیط زندگی فرد در دوران کودکی، ثبات، درک شدن یا عشق وجود نداشته است. خودگردانی به معنای توانایی فرد برای جدا شدن از خانواده و عملکرد مستقل است. زمانی که کودک، بیش از حد، چیزهای خوب را تجربه می کند و والدین جهت رفاه و آسایش کودک همه کار می کنند، در حالی که تامین رفاه و راحتی در حد متعادل برای رشد کودک لازم است، طرحواره های عملکرد مختل در کودک شکل می گیرد (یانگ و همکاران، ۲۰۰۵). محدودیت های مختل، به رشد ناکافی محدودیت های درونی فرد، در خصوص احترام متقابل و خویشتن داری او اشاره دارد. والدین معمولاً به ندرت با کودک جدی برخورد می کنند و کودک لوس بار می آید و در نتیجه نیازهای هیجانی او به محدودیت های واقع بینانه، ارضا نمی شوند. والدین ممکن است بدون هیچ گونه محدودیتی، آزادی عمل زیادی به کودک دهند (نعامی و پورمیدانی، ۱۳۹۶). دیگر جهت مندی، نیز به معنای این است که فرد به جای توجه به نیازهای خود، در پی ارضای نیازهای دیگران به منظور کسب توجه و تایید و تداوم رابطه هیجانی می باشد. کودک به صورت انتخابی با افکار، احساسات، تجارب و رفتارهای والدین خود همانند سازی و درون سازی می کند. این افراد در دوران کودکی آزاد نبوده اند و اغلب از خشم و تمایلات خودشان، ناآگاه هستند و نهایتاً گوش به زنگی بیش از حد، به عمل کردن طبق قواعد انعطاف ناپذیر و درونی شده فرد اشاره دارد، ولو به قیمت از دست دادن خوشحالی، ابراز عقیده، آرامش خاطر، روابط صمیمی یا سلامتی. دوران کودکی پر از خشونت، واپس زدگی و سختگیری منجر به شکل گیری این طرحواره در فرد می شود (یانگ و همکاران، ۲۰۰۵). زمانی که این طرحواره ها فعال می شوند، می توانند بر ادراک واقعیت و پردازش شناختی فرد اثر بگذارند (مرادی، ۱۳۹۸).

جدول ۱: نمونه هایی از پاسخ های مقابله ای ناسازگار (یانگ و همکاران، ۲۰۰۳)

طرحواره ناسازگار اولیه	نمونه هایی از تسلیم	نمونه هایی از اجتناب	نمونه هایی از جبران افراطی
رها شدگی / بی ثباتی	انتخاب همسری که متعهد نیست و نمی تواند رابطه ای پایدار برقرار کند.	اجتناب از روابط صمیمانه، زیاده روی در نوشیدن مشروب به هنگام تنهایی.	رفتارهای سماجی و حاکی از وابستگی شدید و دلگیری کردن همسر تا حدی که از او دور شود؛ حملات آتشین به همسر به خاطر جدایی های کوتاه مدت.
بی اعتمادی / بدرفتاری	انتخاب همسری بدرفتار و اجازه دادن به او برای بدرفتاری.	اجتناب از آسیب پذیر بودن و عدم اعتماد به دیگران؛ رازداری شدید.	سوء استفاده از دیگران (قبل از آنکه فرصت این را به دیگران دهد).
محرومیت هیجانی	انتخاب همسری که محرومیت هیجانی دارد و بیان نکردن خواسته هایش.	اجتناب از روابط صمیمانه با دیگران.	برآورده ساختن نیازها و انتظارات هیجانی همسر و دوستان صمیمی.
نقص / شرم	انتخاب دوستان انتقادگر و طردکننده؛ تحقیر خود.	اجتناب از بیان احساسات و افکار واقعی و اجازه ندادن به دیگران برای نزدیک شدن به او.	انتقاد و طرد دیگران به گونه ای که به نظر می رسد خودش هیچگونه عیب و نقصی ندارد.

انزوای اجتماعی/ بیگانگی	توجه افراطی به تفاوت های موجود با دیگران به جای تأکید بر شباهت ها به هنگام حضور در برنامه ها و موقعیت های اجتماعی.	اجتناب از موقعیت ها و گروه های اجتماعی.	جو فروش گندم نما شدن برای جذب شدن به گرو ها.
وابستگی/ بی کفایتی	درخواست از افراد مهم زندگی (همسر یا دوستان) تا تمام تصمیم های مالی او را به عهده بگیرند.	اجتناب از درگیر شدن با چالش های جدید زندگی مانند یادگیری رانندگی.	خوداتکایی افراطی، به طوری که هیچکس تقاضایی نداشته باشد. (مستقل نمایی)
آسیب پذیری به ضرر یا بیماری	مطالعه ی وسواس گونه بخش حوادث روزنامه و انتظار این که چنین حوادثی در زندگی وی رخ بدهند.	اجتناب از موقعیت هایی که ایمن بنظر نمی رسند.	انجام کارها، بدون توجه به خطرات احتمالی (شجاع نمایی).
شکست	انجام کارها بصورت تصادفی یا دلبخواهی.	اجتناب کامل از چالش های شغلی، اهماکاری در وظایف خود.	وا دار کردن خودش به انجام کارهای سخت به منظور تبدیل شدن به فردی بیش از حد موفق.
خود تحول نیافته/ گرفتار	هرچیزی را با مادر خود در میان گذاشتن، حتی در سنین بزرگسالی، زندگی کردن با والدین.	اجتناب از روابط صمیمی و استقلال عمل.	تلاش در جهت این که به هر نحوی شده به افراد مهم زندگی خود ثابت کند که مستقل است.
استحقاق/ بزرگ منشی	مجبور کردن دیگران به انجام کارهایش، لاف زدن راجع به کارهایش.	اجتناب از موقعیت هایی که منجر به عملکرد متوسط او می شوند یا برتری او را خدشه دار می سازند.	توجه افراطی به نیازهای دیگران.
خویشتن-داری/ خود-انضباطی ناکافی	به راحتی از انجام تکالیف روزمره دست کشیدن.	اجتناب از کار یا پذیرفتن مسئولیت.	خویشتن داری یا خود-انضباطی شدید.
اطاعت	واگذاری حق انتخاب و کنترل موقعیت به دیگران.	اجتناب از موقعیت هایی که مستلزم تعارض با دیگران است.	نافرمانی در مقابل مراجع قدرت.

مقایسه باورهای غیر منطقی و طرحواره های ناسازگار اولیه (مطالعه موردی: زنان و مردان معلم مقطع متوسطه در شهر جهرم)

ایثار	دادن بسیاری از چیزها به دیگران و در عوض هیچ چیزی از آن ها نخواستن.	اجتناب از موقعیت های مستلزم داد و ستد اجتماعی.	تا حد ممکن، چیزی را به دیگران ندادن.
پذیرش جویی/ جلب توجه	تلاش برای تأثیر گذاشتن بر دیگران.	اجتناب از تعامل با کسانی که مورد تحسین هستند و حسادت نسبت به آن ها.	دوری جستن از روابط، به گونه ای که توجه دیگران را اصلا جلب نکند، همین روند را ادامه دادن.
منفی گرایی/ بدبینی	تمرکز بر جنبه های منفی، نادیده گرفتن جنبه های مثبت، نگرانی های مداوم، انجام ندادن کارها بدلیل اجتناب از نتیجه احتمالی منفی.	زیاده روی در نوشیدن مشروب با هدف نادیده گرفتن احساسات بدبینانه و فلاکت بار.	خوش بینی زیاد و انکار واقعیت های ناخوشایند.
بازداری هیجانی	خود را فردی آرام، خونسرد و متین جلوه دادن.	اجتناب از موقعیت هایی که افراد راجع به احساسات خود بحث می کنند یا آن ها را بیان می نمایند.	به طور ناشیانه، سعی می کند مجلس گرم کن باشد، به گونه ای که غیرطبیعی بنظر می رسد.
معیارهای سرسختانه/ عیب جویی افراطی	تلاش زیاد برای بی نقص جلوه دادن خود.	اجتناب از موقعیت ها و تکالیفی که منجر به قضاوت درمورد عملکرد فرد می شوند.	بی توجهی به معیارها و انجام کارها، بدون درنظر گرفتن زمان و بصورت شتابزده.
تنبیه	با خود و دیگران به شیوه ی تنبیه گرانه و بی رحمانه رفتار کردن.	اجتناب از ارتباط با دیگران به دلیل ترس از تنبیه.	عفو و بخشش زیاد دیگران.

فرضیه های پژوهش

بین باورهای غیر منطقی زنان و مردان معلم مقطع متوسطه در شهر جهرم تفاوت معنادار وجود دارد.
بین طرحواره های ناسازگار زنان و مردان معلم مقطع متوسطه در شهر جهرم تفاوت معنادار وجود دارد.

روش شناسی پژوهش

با توجه به موضوع پژوهش، پژوهش حاضر به لحاظ هدف، کاربردی و از نظر چگونگی گردآوری داده ها، در زمره پژوهش های توصیفی و از نوع علی-مقایسه ای می باشد. در پژوهش علی-مقایسه ای هدف این است که از معلول (متغیر وابسته) به علت

احتمالی (متغیر مستقل) برسیم و بدین لحاظ این پژوهش گذشته نگر می باشد. جامعه آماری شامل کلیه زنان و مردان معلم مقطع متوسطه شهر جهرم به تعداد ۱۲۰ نفر می باشد که با توجه به روش همسازی، برای گروه زنان ۶۰ نفر حجم نمونه و برای گروه مردان نیز ۶۰ نفر حجم نمونه، با روش تصادفی در دسترس انتخاب گردید. به منظور تحلیل داده ها از شاخص های آمار توصیفی فراوانی و درصد فراوانی و با توجه به ماهیت فرضیه ها، از آزمون آمار استنباطی *t* مستقل استفاده شد. برای تسریع در نتایج حاصله از نرم افزار SPSS نگارش ۲۵ استفاده می شود. اهداف تحقیق برای نمونه آماری توضیح داده شده و شفاف سازی گردید. نحوه آزمون و نحوه همکاری نمونه آماری و رفع سوالات آنها شرح داده شد. از محرمانگی اطلاعات، به آنان اطمینان داده شد و هر فرد در هر زمان که مایل بود، قادر به ترک آزمون بود. ابزار گردآوری اطلاعات عبارت بودند از:

الف) پرسشنامه باورهای غیر منطقی جونز (۱۹۶۹)

۴۰ سوالی باورهای غیرمنطقی در سال ۱۹۶۹ توسط جونز و بر اساس نظریه الیس طراحی شد. این پرسشنامه یکی از پر استفاده ترین ابزارهای اندازه گیری باورهای غیرمنطقی در جهان است. نسخه اصلی این پرسشنامه ۱۰۰ سوال بسته را شامل می شود که از ۱۰ عامل تشکیل شده و هر عامل یک نوع تفکر غیرمنطقی را بررسی می کند. هر ۱۰ سوال پرسشنامه معرف یک خرده مقیاس است. این خرده مقیاس ها عبارتند از: نیاز به تایید دیگران، انتظار بالا از خود، تمایل به سرزنش، واکنش نسبت به ناکامی، بی مسئولیتی هیجانی، نگرانی زیاد توام با اضطراب، اجتناب از مشکل، وابستگی، درماندگی نسبت به تغییر، کمال گرایی. فرم کوتاه این آزمون در ایران توسط عبادی و معتمدین در سال ۱۳۸۴ طراحی گردید. آن ها پس از تحلیل پاسخ نامه های آزمودنی ها، ۶۰ ماده از ۱۰۰ ماده آزمون را حذف کردند و یک ساختار چهار عاملی به دست آوردند. این چهار عامل عبارت بودند از: درماندگی در برابر تغییر، توقع تایید از دیگران، اجتناب از مشکل و بی مسئولیتی هیجانی. این پرسشنامه بر اساس مقیاس لیکرت (کاملاً مخالفم، ۱؛ مخالفم، ۲؛ نه موافقم نه مخالفم، ۳؛ موافقم، ۴؛ کاملاً موافقم، ۵) می باشد. (جونز، ۱۹۶۸)، اعتبار آن را ۰/۹۲ گزارش کرد و پایایی هریک از مقیاس های آن را بین ۰/۶۶ تا ۰/۸۸ به دست آورد. میانگین پایایی همه زیر مقیاس های آن ۰/۷۴ گزارش شد. نیک فر (۱۳۹۹) با استفاده از یک نمونه ۱۰۶ نفری از دانشجویان دانشگاه علامه طباطبائی این آزمون را به روش آلفای کرونباخ، ۰/۷۱ گزارش کرد. کمترین نمره ۴۰ و بیشترین نمره ۲۰۰ بود. نمره بالا نشانه باور غیر منطقی و نمره پایین نشانه باور منطقی است.

ب) پرسشنامه فرم کوتاه طرحواره یانگ (YSQ) (۱۹۹۸) : زیر مجموعه ای با ۷۵ آیتم از ۲۰۵ آیتم نسخه اصلی در سال ۱۹۹۸ توسط یانگ برای اندازه گیری طرحواره های ناسازگار اولیه ساخته شد. این پرسشنامه طرح واره های ناسازگار اولیه را در قالب ۵ خرده مقیاس به صورت زیر می سنجد :

مقایسه باورهای غیر منطقی و طرحواره های ناسازگار اولیه (مطالعه موردی: زنان و مردان معلم مقطع متوسطه در شهر جهرم)

جدول ۲: خرده مقیاس ها و سوالات مربوط به هر کدام از طرح واره ها(یانگ، ۱۹۹۸)

Ed - محرومیت هیجانی^{۱۳}: سوالات ۱ تا ۵. Ab - رها شدگی بی ثباتی^{۱۴}: سوالات ۶ تا ۱۰. Ma - بی اعتمادی بد رفتاری، سوء رفتار^{۱۵}: سوالات ۱۱ تا ۱۵. Si - انزوای اجتماعی/ بیگانگی^{۱۶}: سوالات ۱۶ تا ۲۰. Ds - نقص/ شرم^{۱۷}: سوالات ۲۱ تا ۲۵.	بریدگی و طرد ^{۱۲}
Fa - شکست^{۱۹}: سوالات ۲۶ تا ۳۰. di - وابستگی/ بی کفایتی: سوالات ۳۱ تا ۳۵. Vh - آسیب پذیری در برابر ضرر و بیماری^{۲۰}: سوالات ۳۶ تا ۴۰. Em - گرفتار / خویشتن تحول نیافته^{۲۱}: سوالات ۴۱ تا ۴۵.	خودمختاری و عملکرد مختل ^{۱۸}
Sb - اطاعت^{۲۳}: سوالات ۴۶ تا ۵۰. SS - ایثارگری^{۲۴}: سوالات ۵۱ تا ۵۵.	دیگر جهت مندی ^{۲۲}
Ei - بازداری هیجانی^{۲۶}: سوالات ۵۶ تا ۶۰. Us - معیارهای سرسختانه/عیب جویی افراطی^{۲۷}: سوالات ۶۱ تا ۶۵.	گوش به زنگی بیش از حد و بازداری ^{۲۵}
Et - استحقاق /بزرگ منشی^{۲۹}: سوالات ۶۶ تا ۷۰. Is - خویشتن داری/ خود انضباطی ناکافی^{۳۰}: سوالات ۷۱ تا ۷۵.	محدودیت های مختل ^{۲۸}

هر سوال به شیوه یک مقیاس ۵ درجه ای (کاملاً غلط=۱)، تقریباً غلط، بیشتر درست است تا غلط، اندکی درست، تقریباً درست، کاملاً درست (=۶) نمره گذاری می گردد. نمره بالا نشان دهنده طرح واره های ناسازگار اولیه است. داویس (۲۰۰۲) مقدار پایایی و آلفای کرونباخ این مقیاس را به ترتیب ۰/۷۶ و ۰/۷۸ گزارش کرده اند. همسانی درونی این پرسشنامه توسط یانگ (۱۹۹۸) با استفاده از آلفای کرونباخ در جمعیت بانوان ۰/۹۷ و در جمعیت آقایان ۰/۹۸ به دست آمد. پایایی زیر مولفه ها با استفاده از آلفای کرونباخ در دامنه ای از ۰/۳۶ در زیر مولفه ثبات تا ۰/۸۷ در زیر مولفه بی اعتمادی است. در پژوهش احمدی و قریشی

-
- 12 Disconnection & Rejection
 - 13 Emotional Deprivation
 - 14 Abandonment/Instability
 - 15 Mistrust/Abuse
 - 16 Social Isolation/Alienation
 - 17 Defectiveness/Shame
 - 18 Impaired Autonomy & Performance
 - 19 Dependence/Incompetence
 - 20 Vulnerability To Harm Or Illness
 - 21 Enmeshment/Undeveloped Self
 - 22 Other-Directedness
 - 23 Subjugation
 - 24 Self-Sacrifice
 - 25 Over Vigilance & Inhibition
 - 26 Emotional Inhibition
 - 27 Unrelenting Standards/Hypercriticalness
 - 28 Impaired Limits
 - 29 Entitlement/Grandiosity
 - 30 Insufficient Self-Control/Self-Discipline

(۱۳۹۳) ضریب اعتبار پرسشنامه ۰.۹۳ و برای حوزه های بریدگی و طرد ۰.۸۹، خودگردانی و عملکرد مختل ۰.۸۶، دیگر جهت‌مندی ۰.۶۹، گوش به زنگی بیش از حد و بازداري ۰.۷۸ و محدودیت‌های مختل ۰.۷۳ بدست آمد.

یافته های پژوهش

جدول ۳- توزیع فراوانی ویژگی جمعیت شناختی زنان و مردان معلم مقطع متوسطه شهر جهرم

فراوانی	درصد فراوانی		
متاهل	۱۱۲	وضعیت تاهل	۹۳/۳
مجرد	۸		۶/۷
مجموع	۱۲۰		۱۰۰
۲۵-۳۵ سال	۴۲	سن	۳۵
۳۶-۴۵ سال	۴۰		۳۳/۳
۴۶-۵۵ سال	۲۰		۱۶/۷
۵۵ سال و بالاتر	۱۸		۱۵
مجموع	۱۲۰		۱۰۰
کارشناسی	۶۱	تحصیلات	۵۰/۸
کارشناسی ارشد	۴۱		۳۴/۲
دکتر	۱۸		۱۵
مجموع	۱۲۰		۱۰۰

با توجه به نتایج آزمون توصیفی ویژگی های جمعیت شناختی، بیشترین توزیع فراوانی در معلمان متاهل (۹۳/۳ درصد) در بازه سنی ۲۵-۳۵ سال (۳۵ درصد) با سطح تحصیلات کارشناسی (۵۰/۸ درصد) مشاهده شد.

جدول ۴- نتایج مقایسه ابعاد باورهای غیر منطقی بین زنان و مردان معلم مقطع متوسطه شهر جهرم

گروه	تعداد	رتبه بندی میانگین	من ویتنی	سطح معناداری
مردان	۶۰	۵۵/۲۲	۲۳۱/۵۰۰	۰/۰۰۱
زنان	۶۰	۳۸/۷۸		
مجموع	۱۲۰			

نتایج آزمون مقایسه ای من ویتنی نشان داد، فرضیه تایید شده، بین باورهای غیر منطقی زنان و مردان معلم مقطع متوسطه شهر جهرم تفاوت معناداری وجود دارد ($P_Value < 0.05$). با توجه به رتبه بندی میانگین مشاهده شد که نمره میانگین باورهای غیر منطقی مردان (۵۵/۲۲)، بیشتر از باورهای غیر منطقی زنان (۳۸/۷۸) است.

مقایسه باورهای غیر منطقی و طرحواره های ناسازگار اولیه (مطالعه موردی: زنان و مردان معلم مقطع متوسطه در شهر جهرم)

جدول ۵- نتایج مقایسه ابعاد طرح واره های ناسازگار اولیه بین زنان و مردان معلم مقطع متوسطه شهر جهرم

سطح معناداری	کروسکال والیس	رتبه بندی میانگین		
۰/۰۰۱	۳۱۶/۶۰۱	۸۴۰/۱۰	مردان	بریدگی و طرد
		۷۳۰/۰۵	زنان	
		۵۷۶/۴۴	مردان	خودمختاری و عملکرد مختل
		۵۰۷/۳۰	زنان	
		۴۵۵/۳۲	مردان	دیگر جهت مندی
		۳۶۸/۵۱	زنان	
		۴۵۶/۶۷	مردان	گوش به زنگی بیش از حد و بازداری
		۳۵۳/۴۵	زنان	
		۴۱۶/۷۸	مردان	محدودیت های مختل
		۳۰۰/۴۱	زنان	
		۳۱۵/۴۰	مردان	طرح واره های ناسازگار اولیه
		۲۷۴/۵۵	زنان	

نتایج آزمون کروسکال والیس نشان داد، فرضیه تایید شده و بین طرح واره های ناسازگار اولیه و ابعاد آن در زنان و مردان معلم مقطع متوسطه شهر جهرم تفاوت معنادار وجود دارد ($P_Value < 0.05$). با توجه به نمرات میانگین مشاهده شد که نمره طرح واره های ناسازگار اولیه در گروه مردان از گروه زنان بیشتر است و رتبه بندی ابعاد آن عبارت است از: ۱- بریدگی و طرد (۸۴۰/۱۰)، ۲- خودمختاری و عملکرد مختل (۵۷۶/۴۴)، ۳- گوش به زنگی بیش از حد و بازداری (۴۵۶/۶۷)، ۴- دیگر جهت- مندی (۴۵۵/۳۲) و ۵- محدودیت های مختل (۴۱۶/۷۸).

بحث و نتیجه گیری

شناخت، تفکرات و باورها نقش زیادی در زندگی و روابط اجتماعی افراد ایفا می کنند. افراد در بسیاری مواقع ممکن است بخاطر تنش ها و فشارهای روحی و روانی، پس از تحمل سختی های فراوان، با یاس و ناامیدی به قطع رابطه های اجتماعی تن دهند. روابط اجتماعی موفق به میزان زیادی تحت تاثیر کیفیت تعاملات و باورهای ارتباطی و منطقی افراد قرار دارد. از طرفی اشتغالات فکری و اختلالات روانی، ریشه در طرحواره های ناسازگار دارد. یانگ در رویکرد طرحواره های اصلی بر طرحواره های ناسازگار اولیه تأکید می کند. طرحواره های ناسازگار اولیه، الگوهای هیجانی و شناختی آسیب زننده ای هستند که با شکل گرفتن در ابتدای تحول در تمام سیر زندگی، تکرار می شوند. طرحواره سازگاری یکی از مهمترین جنبه های رشد است که در درازمدت عملکرد روانشناختی و اجتماعی را پیش بینی می کند و عبارت است از دارا بودن مهارت ها و رفتارهای اجتماعی که سبب تعامل موفقیت آمیز در موقعیت های اجتماعی متفاوت می شود و نتیجه آن نگهداری موفقیت آمیز ارتباطات و مهارت های اجتماعی است.

نتایج به دست آمده با نتایج پژوهش های زیبایی و همکاران (۱۳۹۹)، قره باغی و توکلی (۱۳۹۸)، احمدی و نصرالهی (۱۳۹۷)، (آزادی فرد و امانی، ۱۳۹۵)، (صاحبدل و زهراکار، ۱۳۹۵)، (بهمن زادگان، ۱۳۹۶)، (قنبری و همکاران، ۱۳۹۴) و (عیسی زادگان

و همکاران، ۱۳۹۵) همسو بود. همگی آنها به این نتیجه رسیدند باورهای غیر منطقی و طرحواره های ناسازگار اولیه در زنان و مردان متفاوت است.

با توجه به نتایج به دست آمده پیشنهاد می شود عوامل دیگر مانند هوش هیجانی، شادکامی، رضایت از زندگی که به صورت محسوس و یا نامحسوس بر روی آزادی عمل بانوان تأثیر می گذارد، مورد بررسی و شناسایی قرار گیرد و در جهت رفع و بهبود آن اقدام نمایند. همچنین پژوهش حاضر در بازه زمانی بیشتری انجام گیرد. زیرا صحت و دقت تحقیق افزایش می یابد و شرایط سلامت اجتماعی و روحی جامعه آماری در زمان های مختلف، متفاوت است. پیشنهاد می شود در دوره پسا کرونا، تحقیق حاضر، مجدداً انجام گیرد. زیرا پژوهشگر به دلیل وجود کرونا، مجبور به حذف حداقل نصف جامعه آماری گردید. این امر در صحت و دقت کار خدشه وارد می نماید. پیشنهاد می شود نتایج پژوهش حاضر در دیگر شهرها و محلات آنها نیز اجرا گردیده و نتایج تحقیق حاضر با نتایج آنها مقایسه گردیده دلایل و عوامل بررسی گردند.

منابع

- [۱] احمدی، فاطمه، نصرالهی، بیتا. (۱۳۹۷). پیش بینی طرحواره معیارهای سرسختانه/عیب‌جویی افراطی بر اساس باورهای غیرمنطقی والدین و الگوهای ارتباطی والد-فرزند. فصلنامه روان شناسی کاربردی. دوره دوازدهم، شماره چهارم، ۵۹۵-۶۱۶.
- [۲] آزادی فرد، صدیقه و امانی، رزیتا. (۱۳۹۵)، رابطه باورهای ارتباطی و سبک های حل تعارض با رضایت زناشویی، فصلنامه روانشناسی بالینی و شخصیت (دانشور رفتار)، دوره ۱۴، شماره ۲، صص ۳۹-۴۷.
- [۳] بهبودی، معصومه و احمدی طهور سلطانی، محسن. (۱۳۹۷)، رابطه بین بد رفتاری در کودکی با سوءمصرف مواد مخدر در بزرگسالی: نقش واسطه ای طرحواره های ناسازگار اولیه، فصلنامه پرستار و پزشک در رزم، سال پنجم، شماره ۱۷.
- [۴] بهمین زادگان، منصوره. (۱۳۹۶)، تبیین رابطه بین ویژگی های شخصیت، مهارت های اجتماعی با تعامل رفتاری- عاطفی دانش آموزان دختر پایه نهم شهر جهرم، پایان نامه کارشناسی ارشد روانشناسی عمومی، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد فسا.
- [۵] دالوند، حسن. (۱۳۹۷)، بررسی رابطه بین تیپ های شخصیتی و سلامت سازمان کارکنان دانشگاه علوم پزشکی جهرم، کارشناسی ارشد جامعه شناسی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد جهرم.
- [۶] دستجانی فراهانی، اکرم؛ رحمانی، محمد علی و تیزدست، طاهر. (۱۳۹۲)، اثربخشی گروه درمانی شناختی-رفتاری بر باورهای ارتباطی و کیفیت زندگی افراد وابسته به آفتامین، فصلنامه اعتیاد پژوهی سوءمصرف مواد، سال هفتم، شماره ۲۸.
- [۷] زیبایی، مرتضی؛ شاکری نسب، محسن و میرزایی، حسین. (۱۳۹۹). رابطه طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه و باورهای غیرمنطقی با گرایش به سوء مصرف مواد مخدر در مردان جوان بستری در کمپ‌های ترک اعتیاد شهرستان بجنورد. فصلنامه علمی دانش انتظامی خراسان شمالی. دوره هفتم، شماره ۲۷، ۸۳-۱۱۱.
- [۸] صاحب‌دل، حسین و زهراکار، کیانوش. (۱۳۹۵)، تحلیل مسیر اثر خصوصیات شخصیتی، باورهای ارتباطی و بسترهای فرهنگی در وابستگی عاطفی زوج ها، پژوهش های مشاوره، جلد ۱۵، شماره ۵۷.
- [۹] صاحب‌دل، حسین؛ جمشیدی، علیرضا و شکوری، زینب. (۱۳۹۶)، رابطه باورهای ارتباطی و میزان بی ثباتی ازدواج در زنان و مردان متأهل، زن و مطالعات خانواده، سال نهم، شماره ۳۵، صص ۶۵-۷۸.
- [۱۰] عطایی فر، ربابه؛ امیری، شعله (۱۳۹۳). آزمون مدل علی رابطه بین "سبک دلبستگی، مهارت ارتباطی، ویژگی های شخصیتی، رضایت جنسی همسران"، ارتباط مؤثر همسران و رابطه مادر -فرزند در کودکان. زن و مطالعات خانواده - سال هفتم - شماره ۲۵ - پاییز ۱۳۹۳.
- [۱۱] عیسی زادگان، علی؛ سلیمانی، اسماعیل؛ خسرویان، بهروز و شیخی، سیامک (۱۳۹۵). مقایسه شایستگی اجتماعی و تنظیم شناختی هیجان در افراد متقاضی و غیر متقاضی جراحی زیبایی بینی. مجله پزشکی ارومیه، دوره بیست و هفتم، شماره ۹.
- [۱۲] قره باغی، فاطمه. توکلی، هدی. (۱۳۹۸). طرحواره‌های ناسازگار اولیه، باورهای غیرمنطقی در مورد رابطه و بی ثباتی ازدواج. فصلنامه روان شناسی تحلیلی شناختی. سال دهم، شماره ۳۶، ۶۷-۷۷.
- [۱۳] قنبری، زهرا؛ جمهوری، فرهاد و روشن، رسول (۱۳۹۴). مقایسه طرحواره های ناسازگار اولیه و اختلال اضطراب اجتماعی زنان اقدام کننده به جراحی زیبایی با زنان غیر اقدام کننده شهر تهران. فصلنامه علمی پژوهشی روانشناسی سلامت، شماره ۱۴.
- [۱۴] مرادی، ابوالفضل. (۱۳۹۸). مقایسه بهزیستی روان شناختی و طرح واره های ناسازگار اولیه در متقاضیان و غیرمتقاضیان جراحی زیبایی در جهرم. پایان نامه کارشناسی ارشد روانشناسی بالینی. دانشگاه آزاد اسلامی واحد شیراز.
- [۱۵] مولایی یساولی، هادی؛ برجعلی، احمد؛ مولایی یساولی، مهدی و فداکار، پرویز (۱۳۹۴). پیش بینی کیفیت زندگی بر اساس مولفه های بهزیستی روانشناختی ریف: نقش مداخله گرایانه رضایت از زندگی. فصلنامه مشاوره و روان درمانی، سال چهارم، شماره ۱۳.

- [۱۶] نعیمی، عبدالزهره و پورمیدانی، سمیه. (۱۳۹۶). پیش بینی گرایش به آرایش بر اساس طرحواره های ناسازگار اولیه در زنان و دختران شهر اصفهان، پژوهش های روان شناسی اجتماعی، شماره ۵ بیست و هفتم.
- [۱۷] نیک فر، فاطمه. (۱۳۹۹). مقایسه ویژگی های شخصیتی، مهارت های اجتماعی و باورهای ارتباطی میان زنان دارای سرپرست بیمار و زنان دارای سرپرست زندانی تحت حمایت کمیته امداد امام خمینی (ره) شهرستان جهرم. کارشناسی ارشد روانشناسی عمومی. دانشگاه آزاد اسلامی واحد فسا.
- [۱۸] نیلفروشان، پریسا؛ نویدیان، علی و شامحمدی، ملیحه (۱۳۹۴). طرحواره های ناسازگار اولیه و سلامت عمومی در زنان متقاضی جراحی زیبایی. روان پرستاری، دوره ۳، شماره ۱.
- [۱۹] الوندی سربابی، محمد؛ زارع، حسین و علی پور، احمد. (۱۳۹۵)، پیشبینی تحریف های شناختی بر اساس باورهای ارتباطی و همجواری شناختی، دو فصلنامه علمی پژوهشی شناخت اجتماعی، سال پنجم، شماره ۲.
- [20] Aydin, A. Boysan, M. Tutarel-Kışlak, Ş. Kalafat, T. Selvi, Y. & Beşiroğlu, L. (2012). The Predictive Value of Interpersonal Schemas, Perfectionism, and Thought Action-Fusion in Obsessive-Compulsive Disorder. The Journal of Psychiatry and Neurological Sciences, 25(2):108-118.
- [21] Couper, S. L. (2017). Is beauty really in the eye of the beholder? Exploring positive psychological factors associated with adjustment to disfigurement and the role of attachment styles, interpersonal functioning and emotion dysregulation in relation to body image dissatisfaction and perfectionism in cosmetic surgery candidates.
- [22] Davis D, Vernon ML. (2002). Sculpting the body beautiful: Attachment style, neuroticism, and use of cosmetic surgeries. Sex Roles; 47 (3):129–138.
- [23] Roelofs, J., Onckels, L. & Muris. (2013). Attachment Quality and Psychopathological Symptoms in Clinically Referred Adolescents: The Mediating Role of Early Maladaptive Schema. Journal of Child Family Studies, 22 (3):377-385.
- [24] Solvi AS, Fossa K, Soest TV, Roald HE, Skolleborg KC, Holle A. (2010). Motivational factors and psychological processes in cosmetic breast augmentation surgery. 2010; 63 (4).
- [25] Wihler A. Meurs JA. Momm TD. John J. Bickel G. (2017). Conscientiousness, extraversion, and field sales performance: Combining narrow personality, social skill, emotional stability, and nonlinearity. Personality and Individual Differences. 104:291-296.
- [26] Young, J. E. (2005). Young Schema Questionnaire– Short Form. New York: Schema Therapy Institute.