

The Relationship Between Emotional Schemas And Uncertainty Intolerance With The Mediating Role Of Experiential Avoidance In Women

Sara Abdollahpour¹ , Fateme Dehghani-Arani^{2*} , Hojjatollah Farahani³ 

1. Department of Psychology, Faculty of Psychology and Education, University of Tehran, Tehran, Iran. Email: abdollahpoursarah77@gmail.com
2. Corresponding Author, Department of Psychology, Faculty of Psychology and Education, University of Tehran, Tehran, Iran. Email: f.dehghani.a@ut.ac.ir
3. Department of Psychology Faculty of Humanities, Tarbiat Modarres University, Tehran, Iran. Email: h.farahani@modares.ac.ir

Received: 01 Jan 2024 **Revised:** 30 May 2024 **Accepted:** 3 Jul 2024 **Online Published:** 17 Jan 2025

DOI: <https://doi.org/10.22059/japr.2025.369882.644823>

Abstract

The purpose of the present study was to determine the relationship between Emotional Schemas and Uncertainty Intolerance with the mediating role of Experiential Avoidance in women. Descriptive research method and this study was of correlational type based on structural equation modeling with the purpose of prediction. The statistical population included all women over 20 years old living in the Tehran province in 2023, had no experience of divorce and had academic education, and 221 of them were selected through a purposive sampling method. To measure the variables of the research, the measurement tools included Emotional Schemas questionnaire (ESS-P), Intolerance of Uncertainty questionnaire (IUS) and Experimental Avoidance questionnaire (AAQ-II). After the questionnaires were completed by the participants, the data were analyzed by structural equation modeling and with the help of AMOS-20 and SPSS-24 software. The results showed that the final model has a good fit. According to the findings, the effect of the Experimental Avoidance variable as a mediating variable in the relationship between Intolerance of Uncertainty and Emotional-Adaptive Schemas and Emotional-Maladaptive Schemas are both significant ($P < 0.05$). As a result, Experimental Avoidance had an effect of 67% on the relationship between Intolerance of Uncertainty and Emotional-Adaptive Schema of women and by 22.3% on the relationship between Intolerance of Uncertainty and Emotional-Adaptive Schema of women. Therefore, it can be concluded that Experiential Avoidance affects the relationship between women's Emotional Schemas and Intolerance of Uncertainty, and it is necessary for mental health professionals to take measures aimed at reducing women's Experiential Avoidance.

Keywords: *Emotional Schemas, Experiential Avoidance, Uncertainty Intolerance*

Extended Abstract

Aim:

Evidence suggests that health services have historically neglected the needs of female patients and clients ([Aitken & Noble, 2001](#)). Therefore, there is a significant body of research on gender aspects in adult mental health centers, most of which examine women's psychological experiences ([Archer, Lau, & Sethi, 2006](#); [Kulkarni & Galletly 2017](#); [Mezey, Hassell, & Bartlett, 2005](#); [Bartlett et al, 2014](#)). Intolerance of uncertainty is a personality trait that results from a set of negative beliefs about uncertainty ([Buher & Dugas, 2009](#)). On the other hand, experiential avoidance also causes the formation of beliefs about emotions that disrupt a person's performance ([Leahy, 2011](#)). Intolerance of uncertainty sometimes increases the probability of using emotion-based negative coping methods such as emotional schemas ([Taha et al., 2014](#)), so the relationship between intolerance of uncertainty and emotional schemas is important. Sometimes people's emotional schemas can cause people to distance themselves from their emotions and experience experiential

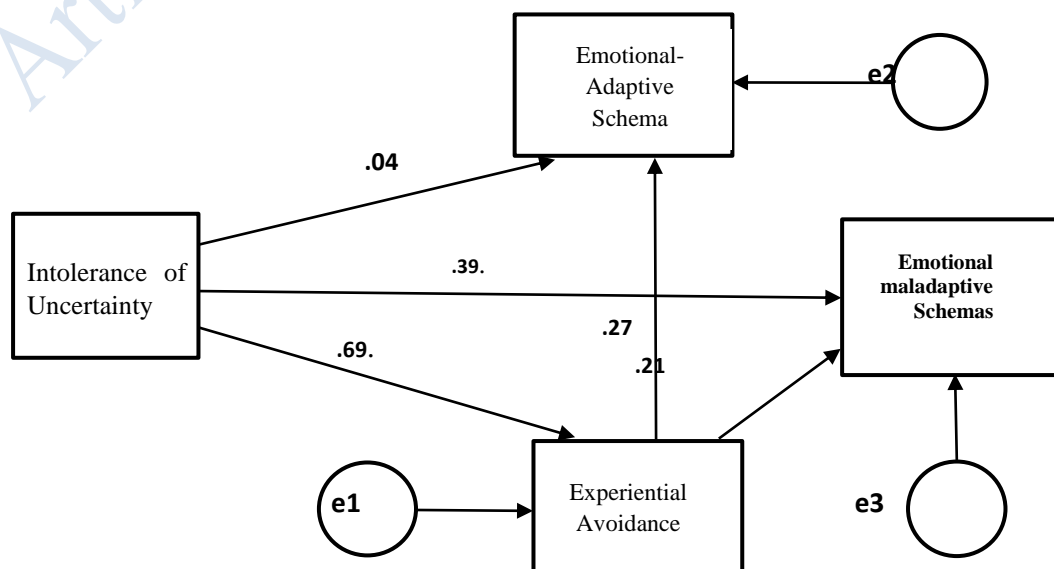
avoidance; On the other hand, experiential avoidance also causes the formation of beliefs about emotions that disrupt a person's performance (Leahy, 2011). For this reason, it is important to examine experiential avoidance as a mediating variable. This research has been compiled considering the importance and impact of emotional schemas on women's mental health and the need to identify factors affecting it, especially factors that have been less investigated such as intolerance of uncertainty and experiential avoidance. The present study explains the relationship between emotional schemas and uncertainty intolerance with the mediating role of experiential avoidance in women.

Methodology:

To achieve the objectives of the research, the correlation method based on structural equation modeling was used with the purpose of prediction.. The statistical population included all women aged 20 to 40, living in the Tehran province in 2023, without experience of divorce and with academic education, and 221 of them were selected through a targeted sampling method. Then the questionnaires were provided to the participants online, the measurement tools of the study included Emotional Schemas Scale (ESS-P), Intolerance of Uncertainty Scale (IUS) and Experimental Avoidance Questionnaire (AAQ-II). After the questionnaires were completed by the participants, the data were analyzed by structural equation modeling and with the help of AMOS-20 and SPSS-24 software.

Results:

These findings emphasize the role of experiential avoidance as a mediating factor between uncertainty intolerance and emotional schemas. Examining the two-by-two correlation of variables indicated that all correlations were significant and the highest correlation was between experimental avoidance and intolerance of uncertainty ($r = 0.678$ $p < 0.001$) and the lowest correlation was related to adaptive emotional schemas and intolerance of uncertainty. ($p > 0.001$, $r = 0.219$). In order to test the desired model, i.e. to investigate the mediating role of experiential avoidance in the relationship between emotional schemas and intolerance of uncertainty, the path analysis method was used. Therefore, the normal chi-square index, which means the chi-square index, was used for the degree of freedom, the value of which was less than 5, the CFI, GFI and NFI indices were more than 0.9 and the RMSEA index was less than 0.08, which shows They model the desirability of the fit. In this research, it was found that the mediator variable (experimental avoidance) had a 67% effect on the relationship between Intolerance of Uncertainty and Emotional-Adaptive Schema, and it had an effect of 22.3% on the relationship between intolerance of uncertainty and Emotional Maladaptive Schemas.



Conclusion:

The findings of the research showed that maladaptive and adaptive emotional schemas have a significant positive and negative relationship with intolerance of uncertainty, respectively, which indicates that intolerance of uncertainty increases the probability of using emotion-based coping methods such as emotional schemas. On the other hand, emotional schemas cause psychological distress through the expansion of experiential avoidance, which means that after emotional schemas are activated, a person uses experiential avoidance to deal with his emotions, which indicates the existence of a meaningful relationship between emotional schemas and experiential avoidance. In this regard, Leahy believed that adaptive emotional schemas, through increasing mindfulness, reduce experiential avoidance and increase the acceptance and experience of emotions (Leahy, Trich, & Melwani, 2012). Also, this research determined that experiential avoidance has a positive and significant effect on women's intolerance of uncertainty. In other words, in people with high levels of experiential avoidance, there are attempts to control or change thoughts and emotions, and these people do not have the desire to experience such (Leahy, Trich, & Napolitano, 2011) Those experiencing uncertainty tolerance are also more likely to interpret uncertainty tolerance as a negative event, in other words, they consider uncertainty a threatening factor and try to avoid it (Carleton, Norton, & Asmundson, 2007).

Conclusion:

The findings of this study clarify the vital importance of experiential avoidance in the relationship between uncertainty intolerance and emotional schemas in women. Women who experienced less uncertainty intolerance had less maladaptive emotional schemas and also had less experiential avoidance. By reducing experiential avoidance, this relationship of uncertainty intolerance and emotional schemas can be weakened and the emergence of incompatible emotional schemas can be prevented. The present study showed that experiential avoidance mediates the relationship between uncertainty intolerance and adaptive and maladaptive emotional schemas. Also, according to the characteristics of good fit, the proposed model also has a good fit. In fact, based on the information obtained from this research, it can be concluded that if psychologists in the field of women use prevention interventions that aim to reduce experiential avoidance and intolerance of uncertainty in women, they can more likely prevent the creation of maladaptive emotional schemas and more likely They can create adaptive emotional schemas. Since women are the most vulnerable group of society, who play a key role in the growth and excellence of society, and the number of researches conducted on them is also small. By determining the relationships of psychological indicators expressed about women, it is possible to prevent many mental disorders in this statistical population.

Keywords: *Emotional schemas, Experiential avoidance, Uncertainty intolerance, Women.*

Ethical Considerations

Before conducting the research, the ethical code number IR.UT.PSYEDU.REC.1402.032 was obtained from the Research Ethics Committee of the Faculty of Psychology, University of Tehran. Also, along with the questionnaire link, an explanation about the research and the principle of information confidentiality and informed consent was provided to the participants online. While studying the above, the participants had the opportunity to participate in the research only if they expressed their consent. The participants had the option to withdraw from the research at any stage of the research with prior notice.

Acknowledgments

The costs of this study were financed personally and the research did not have a financial sponsor.
The authors are grateful to the professors of the Psychology Department of the Faculty of Psychology and Educational Sciences of Tehran University.

Conflict of Interest

There is no conflict of interest in this study.

Articles in Press / Corrected Proof

رابطه طرح‌واره‌های هیجانی و عدم تحمل بلا تکلیفی با نقش میانجی اجتناب تجربی در زنان

سارا عبدالله پور^۱، فاطمه دهقانی آرائی^{۲*}، حجت‌الله فراهانی^۳

۱. کارشناسی ارشد روان‌شناسی بالینی، گروه روان‌شناسی، دانشکده روان‌شناسی و علوم تربیتی، دانشگاه تهران، تهران، ایران. رایانامه:

abdollahpoursarah77@gmail.com

۲. نویسنده مسئول، استادیار، گروه روان‌شناسی، دانشکده روان‌شناسی و علوم تربیتی، دانشگاه تهران، تهران، ایران. رایانامه: f.dehghani.a@ut.ac.ir

۳. استادیار، گروه روان‌شناسی، دانشکده علوم انسانی، دانشگاه تربیت مدرس، تهران، ایران. رایانامه: h.farahani@modares.ac.ir

دریافت: ۱۴۰۲/۱۰/۱۱ بازنگری: ۱۴۰۳/۰۳/۱۰ پذیرش: ۱۴۰۳/۰۴/۱۳ انتشار آنلاین: ۱۴۰۳/۱۰/۲۸

DOI: <https://doi.org/10.22059/japr.2025.369882.644823>

چکیده

هدف از پژوهش حاضر تعیین رابطه طرح‌واره‌های هیجانی با عدم تحمل بلا تکلیفی با نقش واسطه‌ای اجتناب تجربی در زنان بود. روش پژوهش توصیفی و این مطالعه از نوع همبستگی مبتنی بر مدل‌یابی معادله ساختاری با هدف پیش‌بینی بود. جامعه آماری شامل کلیه زنان بالای ۲۰ سال ساکن استان تهران در سال ۱۴۰۲، فاقد تجربه طلاق و دارای تحصیلات آکادمیک بودند که طی یک فراخوان اینترنتی ۲۲۱ نفر از آنان به روش نمونه‌گیری هدفمند انتخاب شدند. برای اندازه‌گیری متغیرهای پژوهش از ابزارهای سنجش شامل پرسشنامه طرح‌واره‌های هیجانی (ESS-P)، پرسشنامه عدم تحمل بلا تکلیفی (IUS) و پرسشنامه اجتناب تجربی (AAQ-II) استفاده شد. پس از تکمیل پرسشنامه‌ها توسط شرکت‌کنندگان، داده‌ها به روش مدل‌یابی معادلات ساختاری و به کمک نرم‌افزارهای AMOS-20 و SPSS-24 تجزیه و تحلیل شدند. نتایج نشان داد الگوی نهایی از برازش مطلوبی برخوردار است. مطابق یافته‌ها اثر متغیر اجتناب تجربی به‌عنوان متغیر میانجی در رابطه بین عدم تحمل بلا تکلیفی و طرح‌واره‌های هیجانی-انطباقی و طرح‌واره‌های هیجانی-غیرانطباقی هر دو معنادار است ($P < 0.05$). در نتیجه اجتناب تجربی به میزان ۶۷/۱ درصد بر روی رابطه عدم تحمل بلا تکلیفی بر طرح‌واره‌های هیجانی-انطباقی زنان و به میزان ۲۲/۳۲ درصد بر روی رابطه عدم تحمل بلا تکلیفی بر طرح‌واره‌های هیجانی-غیرانطباقی زنان اثر گذاری داشت. بنابراین می‌توان نتیجه گرفت که اجتناب تجربی بر رابطه بین طرح‌واره‌های هیجانی و عدم تحمل بلا تکلیفی زنان تاثیر گذار است و ضرورت دارد متخصصین سلامت روان اقداماتی با هدف کاهش اجتناب تجربی زنان انجام دهند.

واژه‌های کلیدی: اجتناب تجربی، طرح‌واره‌های هیجانی، عدم تحمل بلا تکلیفی

۱. مقدمه

شواهد حاکی از آن است که خدمات بهداشت در طول تاریخ نیازهای بیماران و مراجعان زن را نادیده گرفته است (ایتکن و ومن، ۲۰۰۱). از این رو مجموعه قابل توجهی از تحقیقات در مورد جنبه‌های جنسیتی در مراکز سلامت روان بزرگسالان وجود دارد (بتکاپ و توماس، ۱۹۹۴) که عمده آن تحقیقات، تجربیات روانی زنان را بررسی می‌کنند (آرچر و همکاران، ۲۰۱۶؛ کولکارتی و گلتلی، ۲۰۱۷؛ مزی و همکاران، ۲۰۰۵؛ بارتلت و همکاران، ۲۰۱۴). یکی از متغیرهای روانی که کمتر در مورد زنان مورد بررسی قرار گرفته است، عدم تحمل بلا تکلیفی^۲ می‌باشد. عدم تحمل بلا تکلیفی به صفتی شخصیتی گفته میشود که مجموعه‌ای از باورهای منفی در مورد عدم اطمینان ناشی را در برمی‌گیرد و باعث تمایل

1. Aitken & Women
2. Batcup & Thomas
3. Archer et al.
4. Kulkarni & Galletly
5. Mezey et al.
6. Bartlett et al
7. Intolerance of Uncertainty

به واکنش منفی در سطح شناختی هیجانی و رفتاری به موقعیت‌ها و رویدادهای نامطمئن می‌شود (بوهر و دوگاس^۱، ۲۰۰۹). از آنجایی که عدم تحمل بلا تکلیفی گاهی در افراد باعث افزایش احتمال استفاده از روش‌های مقابله‌ای منفی هیجان محور مثل طرحواره‌های هیجانی^۲ می‌شود (تاها و همکاران^۳، ۲۰۱۴)، در نتیجه رابطه عدم تحمل بلا تکلیفی و طرحواره‌های هیجانی حائز اهمیت است. طرحواره‌های هیجانی در واقع باورهای اصلی مربوط به احساسات و فرآیندهای عاطفی هستند که ماهیت واکنش‌های فرد به تجارب عاطفی را هدایت می‌کنند (ادواردز و وپرمن^۴، ۲۰۱۹؛ لیهی^۵، ۲۰۰۲؛ منسر و همکاران^۶، ۲۰۱۲؛ میتمنزگوپر و همکاران^۷، ۲۰۰۹). تمامی انسان‌ها هیجان‌اتی منفی مانند خشم، غم و اضطراب را تجربه می‌کنند اما در تعدادی از افراد هیجان‌ات اثرگذاری منفی خواهند داشت؛ دلیل این اثرپذیری متفاوت به طرحواره‌های هیجانی افراد باز می‌گردد. به بیان دیگر این مسئله که پاسخ هیجانی افراد مثبت و یا منفی باشد به طرحواره‌های هیجانی آنها بستگی دارد (لیهی و همکاران^۸، ۲۰۱۱). بر اساس سازه طرحواره‌های هیجانی، افراد طرحواره‌های متفاوتی در رابطه با تفسیر و ارزیابی هیجان‌اتشان دارند (ویپ و جانسون^۹، ۲۰۱۶). همچنین طبق پژوهش‌های انجام شده در زمینه عدم تحمل بلا تکلیفی افرادی که سطوح بالایی از عدم تحمل بلا تکلیفی را تجربه می‌کنند در جهت کاهش ناراحتی ناشی از قرار گرفتن در معرض موقعیت‌های نامطمئن اجتناب بیشتری از خود نشان می‌دهند (شاپیرو و همکاران^{۱۰}، ۲۰۲۰). در واقع عدم تحمل بلا تکلیفی در افرادی که باورهای منفی در مورد این متغیر دارند با هدف به حداقل رساندن احتمال مواجهه با ابهام مسبب بروز اجتناب تجربی می‌شود (بیرل و همکاران^{۱۱}، ۲۰۱۱). از طرفی اجتناب تجربی با طرحواره‌های هیجانی رابطه‌ای قوی دارد (یانگ و همکاران^{۱۲}، ۲۰۰۳؛ لیهی و همکاران^{۱۳}، ۲۰۱۲؛ سیلبرستین و همکاران^{۱۴}، ۲۰۱۲) و زمانی که طرحواره‌ها فعال می‌شوند، افراد به صورت هشیارانه و نیمه هشیارانه از مکانیسم‌هایی برای مقاومت در برابر اثرگذاری طرحواره‌ها استفاده می‌کنند که یکی از این مکانیسم‌ها اجتناب تجربی است (ایفورت و همکاران^{۱۵}، ۲۰۰۹). بنابراین گاهی طرحواره‌های هیجانی افراد می‌توانند باعث شوند افراد از هیجان‌ات خود فاصله بگیرند و اجتناب تجربی^{۱۶} را تجربه کنند؛ از طرفی اجتناب تجربی نیز باعث شکل‌گیری باورهایی در مورد هیجان‌ات می‌شود که عملکرد فرد را مختل می‌کنند (لیهی، ۲۰۱۱). اجتناب تجربی فرایندی است که تأثیرات درونی تجارب و هیجان‌ات منفی افراد را کاهش می‌دهد و آرامشی سریع اما کوتاه مدت برای آنان به ارمغان می‌آورد. این فرایند زمانی پاتولوژیک خواهد بود که عملکرد روزانه فرد را مختل کند و یا مانع رسیدن فرد به اهداف زندگی شخصی‌اش شود (ایفورت و همکاران، ۲۰۰۹). گاهی افراد می‌کوشند با راهبردهای شناختی یا اجتناب تجربی با هیجان‌ات‌شان مقابله کنند، بنابراین زمانی که هیجان‌ات منفی را تجربه می‌کنند کنش‌های شدیدی را در شرایط اضطراب‌زا از خود نشان می‌دهند (پیرساقی و همکاران، ۱۳۹۴). همچنین اجتناب تجربی نگرشی می‌باشد که فرد در مواجهه با هیجان‌ات و افکار منفی به شیوه‌ای ثابت و مستمر به کار می‌برد و مشکل‌ساز است (اتنبریت

-
1. Buhr & Dugas
 2. Emotional Schemas
 2. Taha et al
 4. Edwards & Wupperman
 5. Leahy
 6. Manser et al.
 7. Mitmansgruber et al
 15. Leahy et al.
 9. Wiebe & Johnson
 17. Shapiro et al
 18. Birrell et al.
 12. Young et al.
 20. Leahy et al.
 1. Silberstein et al.
 1. Eifert et al
 3. experience avoidance

و دابسون^۴، ۲۰۰۴). از جمله راهبردهای این راهبردها مکانیسم‌هایی مانند حواس پرتی، بازداری، انکار یا سرکوب می‌باشند که افراد برای کنترل یا حذف تجربیات منفی از آنها استفاده می‌کنند. این راهبردها منجر به تداوم تجاربی می‌شوند که در درازمدت مشکلات افراد را افزایش می‌دهند (بریگز و پرایس^۲، ۲۰۰۹). در واقع اجتناب مانع می‌شود که فرد پاسخ مناسب و موثری به محرک‌ها از جمله محرک‌های هیجانی بدهد و از طرفی جایگزین مدیریت هیجان می‌شود و آن را مختل می‌کند (چو و لی^۳، ۲۰۱۷). از آنجایی که افرادی که از اجتناب تجربی یا عاطفی استفاده می‌کنند در معرض خطر بیشتری برای مشکلات روانی قرار دارند (لیهی، ۲۰۱۱). بررسی این متغیر در کنار طرحواره‌های هیجانی در زنان که در معرض آسیب‌های روانی زیادی قرار دارند، ضروری است.

نظریه طرحواره‌های هیجانی لیهی (۲۰۰۲) بر اساس مدل متمرکز بر هیجان گرینبرگ^۴ (۲۰۰۴) و همچنین نظریه فراشناختی ولز^۵ (۱۹۹۵) شکل گرفته است. سازه طرحواره هیجانی به چگونگی ادراک و مفهوم‌سازی و بررسی الگوهای پاسخ افراد به هیجانات‌شان می‌پردازد که لیهی آنها را به اشکال؛ تایید^۶، قابل درک بودن^۷، احساس گناه^۸، ساده انگاری هیجان‌ها^۹، ارزش‌های والاتر^{۱۰}، نترل پذیری^{۱۱}، بی‌حسی هیجانی^{۱۲}، منطقی بودن^{۱۳}، تداوم^{۱۴}، توافق^{۱۵}، پذیرش^{۱۶}، نشخوار فکری^{۱۷}، ابراز^{۱۸} و سرزنش دیگران^{۱۹} دسته بندی می‌کند (لیهی، ۲۰۰۲).

در پژوهشی که توسط مردانی و همکاران (۱۴۰۱) انجام شد مشخص شد که اجتناب تجربی با تاثیر بر طرحواره‌های هیجانی می‌تواند رفتارهای آسیب به خود را در افراد افزایش دهند. و در پژوهشی که توسط رضایی و همکاران (۱۳۹۶) صورت گرفت به نقش طرحواره‌های هیجانی و اجتناب تجربی در بروز اختلال افسردگی اساسی پرداخته شد. به طور کلی مقالات اندکی در مورد رابطه اجتناب تجربی با مدل‌های هیجانی وجود دارند. با توجه به توضیحات ذکر شده سوال اساسی این است که آیا عدم تحمل بالاتر کیفی می‌تواند با طرحواره‌های هیجانی مرتبط باشد؟ این ارتباط چگونه است؟ و اجتناب تجربی چه مقدار و چگونه در این رابطه موثر است؟ لذا در پژوهش حاضر به بررسی رابطه طرحواره‌های هیجانی با عدم تحمل بالاتر کیفی با نقش واسطه‌ای اجتناب تجربی می‌پردازیم. ضمن اینکه این پژوهش به بسط دانش بنیادین در حوزه طرحواره‌های هیجانی کمک می‌کند، تلویحات کاربردی در جهت مداخلات پیشگیرانه نیز برای مشاوران و روان‌شناسان به ارمغان می‌آورد.

در سال‌های اخیر مبحث هیجان در روانشناسی توجه زیادی را نسبت به قبل به خود جلب کرده است. بعضی از نظریه‌های این حوزه بر این مفهوم استوارند که طرحواره‌های هیجانی می‌توانند منجر به تغییرات متفاوتی در افراد شوند (لیهی،

-
4. Ottenbreit & Dobson
 2. Briggs & Price
 3. Cho & Lee
 4. Greenberg
 5. Wells
 6. Validation
 7. Comprehensibility
 8. Guilt
 9. Simplistic View of Emotion
 10. Higher Values
 11. Controllability
 12. Numbness
 13. Rational
 14. Duration
 15. Consensus
 16. Acceptance
 17. Rumination
 18. Expression
 19. Blame

۲۰۰۷). از طرفی مطالعات نشان می‌دهند که طرحواره‌های هیجانی با بسیاری از اختلالات روانی در ارتباط هستند (لیهی، ۲۰۰۲؛ گنجی و همکاران، ۱۳۹۵). این مطالعه با توجه به اهمیت و تاثیر طرحواره‌های هیجانی در سلامت روانی افراد و لزوم شناسایی عوامل موثر بر آن به ویژه عواملی که کمتر مورد بررسی قرار گرفته اند مانند تحمل بلا تکلیفی و اجتناب تجربی ایجاد شد. در پژوهش حاضر به تبیین رابطه طرحواره‌های هیجانی با عدم تحمل بلا تکلیفی با نقش میانجی اجتناب تجربی در زنان پرداخته شد. ضمن اینکه بخش قابل توجهی از جامعه را زنان تشکیل می‌دهند، طبق آمار سازمان جهانی بهداشت^۱ (۲۰۰۹) تعدادی از عوامل وابسته به جنسیت زنان مانند خشونت‌های جنسیتی، آسیب‌های اجتماعی و اقتصادی، فشار فرزندپروری و نابرابری اجتماعی در کسب درآمد و ... خطر ابتلا به اختلالات روانی را برای این گروه افزایش می‌دهند. در واقع به هر میزان که آسیب‌ها و صفات روانشناسی در زنان مشخص تر باشند، اقدامات مورد نیاز برای پیشگیری و درمان برای آنان نیز موثرتر خواهد بود علی‌رغم پژوهش‌های انجام شده در زمینه پیشگیری از ابتلا به اختلالات روان حوزه زنان خلا پژوهشی در این زمینه مشهود است.

۲. روش

۲-۱. جامعه، نمونه و روش اجرا

برای اجرای پژوهش، ابتدا طی یک فراخوان اینترنتی از افراد واجد شرایط پژوهش دعوت به عمل آمد. به منظور بررسی معیارهای ابتدایی پژوهش، پرسشنامه محقق ساخته اطلاعات اولیه به شکل اینترنتی برای تکمیل در اختیار داوطلبین ورود به طرح قرار گرفت که علاوه بر ذکر ملاک‌های ورود به پژوهش سن و میزان تحصیلات شرکت کنندگان در آن مورد بررسی قرار گرفته بود. در این پژوهش ملاک‌های ورود و خروج برای آزمودنی‌ها نیز وجود داشت. معیارهای ورود شامل؛ جنسیت زن، داشتن تحصیلات دانشگاهی، داشتن سن بالای ۲۰ سال، سکونت در استان تهران و نداشتن سابقه طلاق رسمی بود و معیارهای خروج شامل نیمه کاره رها کردن پرسشنامه و سن بالای ۴۰ سال بود. فقط افرادی که ملاک‌های ورود را داشتند و فاقد ملاک‌های خروج بودند واجد شرایط بودند. پس از ورود افراد واجد شرایط، فرم اطلاعات مربوط به تعهد عدم آسیب و رضایت‌نامه مشارکت در طرح جهت تکمیل در دسترس کلیه افراد گروه نمونه قرار گرفت. لازم به ذکر است افراد واجد شرایط تنها در صورتی امکان ورود به پژوهش را داشتند که ملاک‌های ورود و خروج و اعلام رضایت آگاهانه که در ابتدای پرسشنامه درج شدند را تایید کنند. پس از تکمیل سه پرسشنامه طرحواره‌های هیجانی، عدم تحمل بلا تکلیفی و اجتناب تجربی توسط شرکت کنندگان، داده‌ها تحلیل شدند و روابط بین متغیرها مشخص شدند. شدند.

۲-۲. ابزار سنجش

۲-۲-۱. پرسشنامه مقیاس طرحواره‌های هیجانی^۲ (ESS-P): این پرسشنامه توسط لیهی (۲۰۰۲) ساخته شد. این مقیاس ۲۸ گویه و ۱۴ بعد از طرحواره‌های هیجانی را می‌سنجد (سو و همکاران^۳، ۲۰۱۹). این مقیاس در بردارنده ۱۴ بعد و ۲۸ گویه است. این پرسشنامه دارای یک مقیاس لیکرت ۶ درجه‌ای: ۱) اصلاً شبیه خصوصیات من نیست، ۲) شبیه خصوصیات من نیست، ۳) تا حدودی شبیه خصوصیات من نیست، ۴) تا حدودی شبیه خصوصیات من است، ۵) شبیه خصوصیات من است) و ۶) کاملاً شبیه خصوصیات من است) است. حداقل نمره ۲۸ و حداکثر نمره ۱۴۰ می‌باشد. در نسخه ترکی این مقیاس ضریب آلفای کرونباخ ۰/۸۶ و ضریب پایایی دو نیمه برابر ۰/۷۰ می‌باشد (بایسان^۴، ۲۰۱۲). در پژوهش بیرانوند و علیپور (۱۳۹۳) آلفای کرونباخ این مقیاس ۰/۸۴ تعیین شد. همچنین در ایران جهت استفاده از این

1. WHO (World Health Organization)

1. Emotional Schema Scale

3. Suh et al

3. Boysan

مقیاس از روش ترجمه مضاعف استفاده شده است که در طی آن این مقیاس از لحاظ نگارش و از لحاظ مفهوم مورد بررسی قرار گرفته است. نتایج حاصل از این تطابق و بررسی پایایی مطلوبی را گزارش کرده اند (خانزاده و همکاران، ۱۳۹۲). همچنین برای مشخص کردن روایی آن بیرانوند و علیپور (۱۳۹۳) از روایی محتوایی استفاده کرد بدین شکل که مقیاس به تعدادی از صاحب نظران در این حیطه داده شد و بعد از اعمال اصلاحات مدنظر مقیاس نهایی منتشر شد. این مقیاس همچنین توسط باتماز و همکاران^۱ (۲۰۱۴) در دو مقوله طرحواره‌های انطباقی و غیر انطباقی طبقه بندی شده است. در پژوهش حاضر پایایی ۰/۸۴ برای طرحواره های انطباقی و پایایی ۰/۷۶ برای طرحواره های غیرانطباقی و ۰/۷۱ برای کل مقیاس محاسبه شد.

۲-۲-۲. مقیاس عدم تحمل بلاتکلیفی^۲ (IUS): فریستون و همکاران^۳ (۱۹۹۴) این مقیاس را به جهت سنجش میزان تحمل افراد در موقعیت‌های مبهم و بلاتکلیف طراحی کردند. این مقیاس ۲۷ آیتم دارد و جملات آن بیانگر نوع واکنش افراد در برابر موقعیت‌های بلاتکلیف زندگی است. این مقیاس با لیکرت ۵ درجه ای : ۱ (هرگز)، ۲ (به ندرت)، ۳ (گاهی اوقات)، ۴ (اغلب اوقات) و ۵ (همیشه) ایجاد شده است و حداقل نمره آن ۲۵ و حداکثر نمره آن ۱۳۵ می‌باشد. این مقیاس توسط باهر و دوگاس (۲۰۰۹) مجدداً اعتبار یابی شد و آنها ضریب آلفای کرونباخ این مقیاس را ۰/۹۴ و ضریب پایایی بازآزمایی آن را در فاصله پنج هفته ای ۰/۷۴ گزارش کردند. ضریب پایایی این آزمون مطلوب گزارش شده است (فریستون و همکاران، ۱۹۹۴). این ابزار در ایران نیز ترجمه شده است و ویژگی های روانسنجی آن مناسب گزارش شده است و از پایایی خوبی برخوردار است (ابراهیم زاده، ۱۳۸۵). در پژوهش حاضر پایایی با روش آلفای کرونباخ ۰/۹۴ محاسبه شد.

۳-۲-۲. مقیاس پذیرش و عمل نسخه دوم^۴ (AAQ-II): هیز و همکاران^۵ (۲۰۰۴) این مقیاس را برای سنجش اجتناب تجربی، پذیرش و انعطاف‌پذیری روانی ایجاد کردند. این مقیاس ۱۰ گویه دارد و یک لیکرت ۷ درجه ای از ۱ تا ۷ را شامل می‌شود که ۱ معرف هرگز و ۷ معرف همیشه می‌باشد. نمرات در بازه ۱۰ حداقل نمره تا ۷۰ حداکثر نمره قرار می‌گیرند و نمرات بالاتر بیانگر سطوح بالاتری از اجتناب تجربی می‌باشند. عباسی و همکاران (۱۳۹۳) در طی تحقیقات خود نشان دادند روایی این پرسشنامه مطلوب می‌باشد. مطلوب بودن روایی این مقیاس از روش محتوایی، روایی افتراقی و روایی همزمان حاصل شده است. پایایی این مقیاس نیز با استفاده از روش ضریب آلفای کرونباخ و ضریب تصنیف ۰/۷۱ تا ۰/۸۹ گزارش شد (عباسی و همکاران، ۱۳۹۳). همچنین بوند و همکاران^۶ (۲۰۱۱) پایایی این آزمون را ۰/۸۱ گزارش کردند. در پژوهش حاضر پایایی ۰/۷۶ با روش آلفای کرونباخ محاسبه شد.

۳-۲. روش تجزیه و تحلیل اطلاعات

بعد از جمع آوری داده ها با پرسشنامه‌های ذکر شده، داده ها با نرم افزار AMOS-24 تحلیل و به صورت داده‌های کمی جهت تحلیل آماده‌سازی شدند و رابطه عدم تحمل بلاتکلیفی با هر یک از طرحواره‌های هیجانی با در نظر گرفتن اجتناب تجربی به عنوان متغیر واسطه‌ای بررسی شد. برای تعیین آماره‌های توصیفی از فراوانی، درصد، میانگین و انحراف استاندارد استفاده شد. همچنین برای بررسی نرمال بودن توزیع نمرات، کمی هر یک از مقیاس‌ها از آزمون کولموگروف-

4. Batmaz et al
5. Intolerance of Uncertainty Scale
6. Freeston et al
7. Acceptance and Action Questionnaire
8. Hayes et al
6. Bond et al

اسمیرنوف^۱ استفاده شد، از آزمون همبستگی پیرسون^۲ برای تعیین ارتباط بین نمرات مقیاس‌ها استفاده شد. برای تعیین اثر متغیر میانجی از مدل‌یابی معادله ساختاری^۳ و آزمون سوبل^۴ استفاده شد. تمامی این مراحل با نرم افزارهای SPSS-29 و AMOS-24 و در سطح معنی‌داری ۵ درصد انجام شدند.

۳. یافته‌ها

۳-۱. توصیف جمعیت شناختی

دامنه سنی شرکت‌کنندگان بین ۲۰ تا ۴۰ سال با میانگین ۲۶/۹۰ و انحراف معیار ۶/۰۴ بود. همچنین از نظر وضعیت تحصیلات ۱۶ نفر از شرکت‌کنندگان دارای مدرک فوق دیپلم (۷/۲۳ درصد)، ۱۳۹ نفر کارشناسی (۶۲/۸۹ درصد)، ۵۳ نفر کارشناسی ارشد (۲۳/۹۸ درصد) ۱۳ نفر دکترا (۵/۸۸ درصد) بودند. جدول شماره ۱ میانگین، انحراف معیار، چولگی، کشیدگی، بیشینه و کمینه متغیرهای مورد مطالعه در پژوهش را نشان می‌دهد.

۳-۲. شاخص‌های توصیفی

جدول ۱. میانگین، انحراف معیار، چولگی، کشیدگی، بیشینه و کمینه متغیرهای پژوهش

متغیرها	میانگین	انحراف معیار	میان	کمینه	بیشینه	چولگی	کشیدگی
طرحواره هیجانی - انطباقی	۵۰.۱۸	۶.۹۸	۵۰	۲۷	۸۴	-۰.۳۴	۱.۹۰
طرحواره هیجانی - غیرانطباقی	۵۰.۸۵	۸.۵۲	۵۱	۲۵	۸۴	-۰.۱۹	۱.۰۵
عدم تحمل بالاتکلیفی	۸۰.۳۵	۲۰.۲۹	۷۹	۳۵	۱۴۵	-۰.۱۸	۰.۳۰
اجتناب تجربی	۳۷.۲۹	۸.۸۶	۳۷	۱۶	۷۰	-۰.۴۰	۰.۴۵

بررسی همبستگی دو به دو متغیرها حاکی از آن بود که بیشترین همبستگی بین اجتناب تجربی و عدم تحمل بالاتکلیفی ($r=0.679, p<0.001$) و کم‌ترین همبستگی مربوط به طرحواره‌های هیجانی انطباقی و عدم تحمل بالاتکلیفی ($r=0.237, p<0.001$) بود. به منظور آزمون مدل مورد نظر یعنی بررسی نقش میانجی اجتناب تجربی در رابطه طرحواره‌های هیجانی و عدم تحمل بالاتکلیفی از روش تحلیل مسیر استفاده شد.

۳-۳. بررسی مدل ساختاری

جدول ۲. ضرایب غیراستاندارد، استاندارد، t و معناداری مسیرهای مستقیم مدل

مسیرها	ضریب استاندارد شده Beta	ضریب غیراستاندارد B	خطا استاندارد S.E.	t آماره	معنا داری P
عدم تحمل بالاتکلیفی ← اجتناب تجربی	۰/۶۹	۰/۳۹	۰/۰۲	۱۳/۸۰	<۰/۰۰۱
عدم تحمل بالاتکلیفی ← غیرانطباقی	۰/۳۹	۰/۱۶	۰/۰۳	۵/۰۴	<۰/۰۰۱
اجتناب تجربی ← غیرانطباقی	۰/۲۱	۰/۱۹	۰/۰۷	۲/۶۱	۰/۰۱۰

1. Kolmogorov-Smirnov: K-S
2. Pearson Correlation Test
3. Structural Equation Modeling
4. Sobel Test

۰/۶۹۷	۰/۴۲	۰/۰۳	۰/۰۲	۰/۰۴	عدم تحمل بالاتکلیفی ← انطباقی
۰/۰۰۲	۳/۱۵	۰/۰۷	۰/۲۲	۰/۲۷	اجتناب تجربی ← انطباقی
Sobel Test Statistics=۰/۰۰۳ و P=۲/۹۵ (انطباقی):					
Sobel Test Statistics=۰/۰۰۷ و P=۲/۶۸ (غیرانطباقی):					

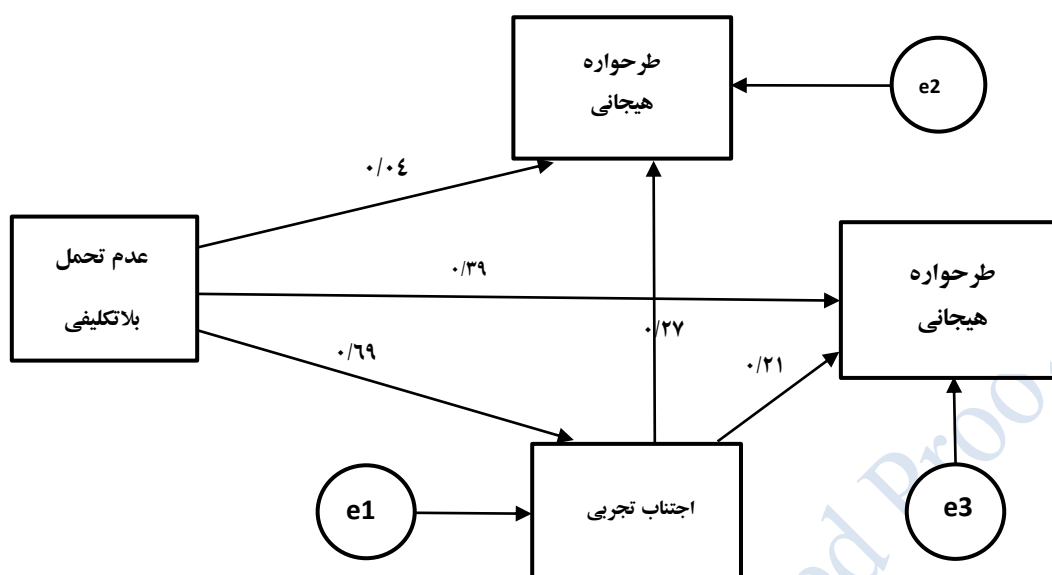
پارامترهای اندازه‌گیری روابط مستقیم در جدول شماره ۲ ارائه شده است.

جدول ۳. خلاصه نتایج برازندگی مدل

RMSEA	NFI	GFI	CFI	معنی داری P	آماره کای-دو / درجه آزادی Chi-Sq. / df
۰/۰۴۶	۰/۹۰۹	۰/۹۳۸	۰/۹۹۰	۰/۰۰۱	۳/۹۵۷

جدول شماره ۳ خلاصه نتایج برازندگی مدل را نشان می‌دهد. طبق نتایج به دست آمده از جدول ۳، مدل مفروض از برازندگی تجربی مطلوبی برخوردار است. هرچند مقدار کای-اسکوئر معنادار است اما نمی‌توان آن را نشان دهنده عدم برازش مطلوب مدل دانست زیرا این آزمون به حجم نمونه حساس است؛ بنابراین از شاخص خی-دو نرمال که یعنی شاخص کای-دو به درجه آزادی استفاده شد که مقدار آن کمتر از ۵ بوده است، شاخص‌های CFI، GFI و NFI بیش از ۰/۹ و شاخص RMSEA نیز کمتر از ۰/۰۸ شده است که نشان از مطلوب بودن برازش مدل می‌دهند.

Articles in Press / Corrected Proof



شکل ۱. مدل معادلات ساختاری با اثر متغیر میانجی (ضرایب استاندارد شده)

۴. بحث و نتیجه گیری

هدف از پژوهش حاضر بررسی رابطه طرحواره‌های هیجانی و عدم تحمل بلا تکلیفی با نقش میانجی اجتناب تجربی در زنان بود. یافته‌ها نشان دادند که اجتناب تجربی به عنوان میانجی در رابطه بین عدم تحمل بلا تکلیفی و طرحواره‌های هیجانی-انطباقی اثر معناداری دارد. این مسئله مشخص می‌کند که در افرادی که سطوح بالاتری از اجتناب تجربی را دارا می‌باشند عدم تحمل بلا تکلیفی با احتمال بیشتری باعث بروز طرحواره‌های هیجانی-غیرانطباقی و با احتمال کمتری باعث بروز طرحواره‌های هیجانی-غیرانطباقی می‌شوند. پیش‌تر نقش میانجی اجتناب تجربی در چند پژوهش مورد بررسی قرار گرفت مانند [پژوهش مقراضی \(۱۴۰۱\)](#) که مشخص کرد اجتناب تجربی در رابطه بین طرحواره‌های هیجانی و پریشانی روانشناختی در بیماران مبتلا به ام‌اس^۱ نقش میانجی‌گری ایفا می‌کند. همچنین مطالعه [رضایی و همکاران \(۱۳۹۶\)](#) نشان دادند که اجتناب تجربی می‌تواند به طور معناداری بین طرحواره‌های هیجانی و افسردگی میانجی‌گری کند. اما تاکنون پژوهشی نقش میانجی اجتناب تجربی را در رابطه عدم تحمل بلا تکلیفی و طرحواره‌های هیجانی مشخص نکرده است. یافته‌های پژوهش نشان داد که طرحواره‌های هیجانی غیرانطباقی با عدم تحمل بلا تکلیفی رابطه مثبت معنادار دارد که با یافته‌های پژوهش [روشن \(۱۴۰۱\)](#) که بیانگر وجود رابطه مثبت و معنادار بین طرحواره‌های هیجانی و عدم تحمل بلا تکلیفی می‌باشد همسوس است. این رابطه مشخص می‌کند به میزانی که افراد تولنایی کمتری در درک و تحمل موقعیت‌های مبهم داشته باشند، بیشتر تمایل دارند که آن موقعیت را منفی تلقی کرده و طرحواره‌های هیجانی-غیرانطباقی وابسته به آن موقعیت را تجربه کنند.

از دیگر یافته‌های این پژوهش وجود رابطه مثبت معنادار بین طرحواره‌های هیجانی-غیرانطباقی و اجتناب تجربی می‌باشد در همین راستا [یانگ و همکاران \(۲۰۰۳\)](#) نیز معتقدند که طرحواره‌های هیجانی از طریق گسترش اجتناب تجربی باعث

بروز پریشانی‌روانی می‌شوند که این بدان معناست که فرد بعد از فعال شدن طرحواره‌های هیجانی از اجتناب تجربی برای مقابله با هیجانات خود استفاده می‌کند که خود بیانگر وجود رابطه معنادار بین طرحواره‌های هیجانی و اجتناب تجربی می‌باشد. همچنین طبق پژوهش [هیز و همکاران^۱ \(۱۹۹۶\)](#) به نقل از [لیهی \(۲۰۱۱\)](#) بین طرحواره‌های هیجانی غیرانطباقی و اجتناب تجربی رابطه مثبت و معناداری وجود دارد که با پژوهش حاضر همخوان می‌باشد. این یافته با یافته‌های [اردلانی فرسا و همکاران \(۱۴۰۲\)](#) و پژوهش [توریخوس-زارسرو و همکاران^۲ \(۲۰۲۱\)](#) و [سمرو و حلیم^۳ \(۲۰۱۹\)](#) نیز همسو می‌باشد. همچنین [امیدی و همکاران \(۱۳۹۴\)](#) در بررسی مشکلات بین‌فردی دانشجویان طی پژوهشی مشخص کردند که بین طرحواره‌های هیجانی و اجتناب تجربی رابطه معناداری وجود دارد. در این پژوهش رابطه بین طرحواره‌های هیجانی-غیرانطباقی و اجتناب تجربی مثبت و معنادار به دست آمد. همچنین در تبیین یافته‌های حاضر می‌توان به یافته‌های [لیهی \(۲۰۰۲\)](#) نیز اشاره کرد که بیان می‌کند که داشتن باورهای منفی در مورد هیجانات و داشتن طرحواره‌های هیجانی-غیرانطباقی باعث افزایش احتمال استفاده از روش‌های مقابله‌ای نامناسب مانند اجتناب تجربی می‌شود. این رابطه مشخص می‌کند هر مقدار که طرحواره‌های هیجانی-غیرانطباقی فرد فعال‌تر باشند فرد موقعیت را منفی‌تر تلقی کرده و میل به فرار و اجتناب از تجربه آن دارد و به میزانی که طرحواره‌های هیجانی-انطباقی در فرد فعال‌تر باشند فرد موقعیت را مثبت‌تر تلقی کرده و پذیرش بیشتری نسبت به تجربه آن دارد. وقتی افراد درگیر طرحواره‌های هیجانی-غیرانطباقی شوند نمی‌توانند تجربیات هیجانی خود را به طور مطلوبی بشناسند و بپذیرند، در نتیجه نمی‌توانند به طور مطلوب با تجربیات هیجانی خود ارتباط برقرار کنند و در نتیجه از تجربه کردن آنها اجتناب می‌کنند و درگیر اجتناب تجربی می‌شوند ([ونت و همکاران^۴، \(۲۰۱۲\)](#)).

از سوی دیگر یافته‌های پژوهش نشان داد که طرحواره‌های هیجانی-انطباقی با عدم تحمل بلاتکلیفی رابطه منفی معنادار دارد. این یافته‌ها همچنین با نتایج پژوهش [تاها و همکاران \(۲۰۱۴\)](#) که بیانگر این است که عدم تحمل بلاتکلیفی باعث افزایش احتمال استفاده از روش‌های مقابله‌ای هیجان‌محور مثل طرحواره‌های هیجانی می‌شود همسو می‌باشد. همچنین [جلالی بجد و آهی \(۱۳۹۶\)](#) در پژوهشی بیان کردند بین مولفه‌های تنظیم هیجان و عدم تحمل بلاتکلیفی رابطه‌ای معنادار وجود دارد که با نتایج پژوهش حاضر همسوست.

همچنین در مطالعه دیگری مشخص شد افرادی که از نظر روانشناختی انعطاف‌پذیری بیشتری دارند اجتناب تجربی کمتری را تجربه می‌کنند و باورهای مثبتی در مورد هیجانات خود دارند این افراد طرحواره‌های هیجانی-انطباقی مانند اینکه هیجانات‌شان منطقی و همسو با ارزش‌های آنهاست و بر آنها کنترل دارند را تجربه می‌کنند که این مسئله تبیین‌کننده رابطه منفی و معنادار بین طرحواره‌های هیجانی-انطباقی و اجتناب تجربی است ([اگز و همکاران^۵، \(۲۰۱۹\)](#)).

از طرفی این پژوهش مشخص کرد که اجتناب تجربی بر عدم تحمل بلاتکلیفی زنان اثر مثبت و معناداری دارد. به بیان دیگر در افراد با سطوح بالای اجتناب تجربی تلاش‌هایی برای کنترل کردن و یا تغییر دادن افکار و هیجانات وجود دارد و این افراد تمایلی ندارند چنین رویدادهایی را تجربه کنند ([لیهی و تیرچ و ناپولیتانو^۶، \(۲۰۱۱\)](#)). از طرفی افرادی که سطوح

1. Hyese et al
2. Torrijos-Zarcero et al
3. Semeru & Halim
4. Venta et al.
5. Oguz et al
6. Leahy, Tirsch & Napolitano

بالایی از عدم تحمل بلاتکلیفی را تجربه می‌کنند نیز بیشتر احتمال دارد که تحمل بلاتکلیفی را به منزله یک رخداد منفی تفسیر کنند به بیان دیگر آنها بلاتکلیفی را یک عامل تهدیدکننده در نظر می‌گیرند و سعی در اجتناب از آن دارند (کارلتون و همکاران، ۲۰۰۷). بنابراین هرچه افراد اجتناب تجربی بیشتری را تجربه کنند بیشتر گرایش دارند که رخدادهای مبهم را منفی تلقی کنند و عدم تحمل بلاتکلیفی بیشتری را تجربه می‌کنند.

از یافته‌های دیگر این پژوهش معنادار بودن متغیر اجتناب تجربی به عنوان میانجی در رابطه بین عدم تحمل بلاتکلیفی و طرحواره‌های هیجانی-انطباقی و طرحواره‌های هیجانی-غیر انطباقی است. وجود نقش واسطه‌ای اجتناب تجربی بین طرحواره‌های هیجانی و علایم و سواس در پژوهش‌های رضایی و همکاران (۱۳۹۶)، آنجلاکیس و گودینگ^۲ (۲۰۲۰)، بریگز و پرایس (۲۰۰۹)، یانگ و همکاران (۲۰۰۳) و لیپی (۲۰۱۱) مشخص شده است اما تاکنون معنادار بودن نقش متغیر اجتناب تجربی بین طرحواره‌های هیجانی و عدم تحمل بلاتکلیفی در زنان در هیچ پژوهشی مشخص نشده است. در پژوهش حاضر متغیر میانجی یعنی اجتناب تجربی تاثیر معناداری بر روی رابطه عدم تحمل بلاتکلیفی و طرحواره‌های هیجانی-انطباقی و طرحواره‌های هیجانی-غیر انطباقی دارد. در واقع بر مبنای اطلاعات حاصل از این پژوهش می‌توان چنین نتیجه‌گیری کرد اگر روانشناسان در حوزه زنان از مداخلات پیشگیری که هدف آنها کاهش اجتناب تجربی و عدم تحمل بلاتکلیفی در زنان است استفاده کنند می‌توانند به احتمال بیشتری از ایجاد طرحواره‌های هیجانی غیر انطباقی پیشگیری کنند و به احتمال بیشتری می‌توانند باعث ایجاد طرحواره‌های هیجانی-انطباقی شوند که در نهایت باعث افزایش سطح سلامت روان بانوان می‌شود.

بر اساس الگوی طرحواره‌های هیجانی افراد از نظر ارزیابی و تفسیرشان از محرک‌ها و تجربه‌های هیجانی با یکدیگر متفاوت‌اند و ممکن است از راهبرد رفتاری اجتناب تجربی استفاده کنند تا بتوانند با هیجانات خود مواجه شوند و با آنها مقابله کنند. بنابراین افراد پس از قرار گیری در موقعیت‌های بلاتکلیف و تجربه کردن هیجانات‌شان متأثر از طرحواره‌های هیجانی‌شان به هیجانات خود برچسب می‌زنند و سپس به ارزیابی آنها می‌پردازند (لیپی، ۲۰۱۱). در واقع، طرحواره‌های هیجانی به طور غیرمستقیم و با افزایش اجتناب تجربی باعث تداوم تجربه بیمارگون می‌شوند (لیپی، ۲۰۱۶). همچنین طبق یافته‌های سالارحاجی و همکاران (۱۴۰۰) اثرگذاری اجتناب تجربی و عدم تحمل بلاتکلیفی در دشواری تنظیم هیجان مستقیم و معنادار بود.

به صورت کلی این پژوهش نشان داد که اجتناب تجربی نقش میانجی را در رابطه عدم تحمل بلاتکلیفی و طرحواره‌های هیجانی در زنان دارد. بنابراین برای پیشگیری از بروز طرحواره‌های هیجانی غیر انطباقی پیشنهاد می‌شود با توجه به مدل برازش یافته برنامه‌های آموزشی برای جامعه زنان تدوین شود. همچنین در سطح علمی یافته‌های پژوهش حاضر می‌تواند دیدگاهی پیشگیرانه نسبت به بروز طرحواره‌های هیجانی ناسازگار در جامعه زنان به ارمغان آورد. همچنین این پژوهش خالی از محدودیت نبود، بررسی طرحواره‌های هیجانی به عنوان یک ساختار چند بعدی باید به صورت چندوجهی صورت گیرد که پیشنهاد می‌شود پژوهشگران در پژوهش‌های آینده طیف گسترده‌تری از ابزارهای سنجش این سازه در نظر بگیرند؛ تا بتوانند نقاط ضعف ابزارهای خودگزارشی مانند پرسشنامه را پوشش دهند. همچنین پیشنهاد می‌شود پژوهش‌های آتی در نمونه‌های آماری متفاوت با توجه به در نظر گرفتن شرایط فرهنگی و میزان رضایت زناشویی انجام شود تا نتایج کاربردی‌تر در حوزه سلامت روان کسب شود.

۵. ملاحظات اخلاقی

ملاحظات اخلاقی برای انجام این پژوهش در نظر گرفته شده است. پیش از انجام پژوهش از کمیته اخلاق در پژوهش دانشکده روانشناسی دانشگاه تهران کد اخلاق به شماره IR.UT.PSYEDU.REC.1402.032 گرفته شد. همچنین به همراه لینک پرسشنامه یک توضیح درباره پژوهش و اصل محرمانگی اطلاعات و رضایت آگاهانه برخط در اختیار شرکت کنندگان قرار داده شد. شرکت کنندگان ضمن مطالعه موارد فوق تنها در صورتی امکان شرکت در پژوهش را داشتند که رضایت خود را اعلام کنند. شرکت کنندگان این اختیار را داشتند که در هر مرحله از پژوهش با اعلام قبلی از پژوهش خارج شوند.

۶. تقدیر و تشکر و حمایت مالی

هزینه های این مطالعه به صورت شخصی تامین شد و پژوهش حامی مالی نداشت. نویسندگان از اساتید بخش روانشناسی دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی دانشگاه تهران کمال تشکر را دارند.

۷. تعارض منافع

هیچ گونه تعارض منافی در این مطالعه وجود ندارد.

منابع

- ابراهیم زاده، ص. (۱۳۸۵). بررسی مقایسه ای باورهای فراشناختی، ابعاد کمال گرایی و مهارتهای حل مسئله اجتماعی با توجه به سطوح بلاتکلیفی در بیماران مبتلا به وسواس، پانیک و استرس پس از سانحه. پایان نامه کارشناسی ارشد منتشر نشده. دانشگاه محقق اردبیلی.
- اردلانی فرسا، ف.، شهبازی زاده، ف.، هاشمی، س.، و دادخواه، پ. (۱۴۰۲). طراحی الگوی مفهومی نشانه های خلقی و اضطرابی با کیفیت زندگی و پیامدهای درد در بیماران با کمردرد مزمن: نقش میانجی طحرواره های هیجانی و شفقت به خود. مدیریت ارتقای سلامت، ۱۲(۴)، ۵۶-۴۰. <http://dx.doi.org/10.22034/JHPM.12.4.40>
- امیدی، ع.، نوروزی، م.، و زنجانی، ز. (۱۳۹۴). نقش اجتناب تجربه ای و طحرواره های هیجانی در مشکلات بین فردی دانشجویان، مقاله ارائه شده در دومین کنفرانس بین المللی علوم رفتاری و مطالعات اجتماعی در استانبول، ۲۴ اسفندماه، ترکیه. <https://civilica.com/doc/522092>
- بیرانوند، ع.، و علیپور، ک. (۱۳۹۳). مقایسه طحرواره های هیجانی در افراد مبتلا به میگرن با افراد سالم، مقاله ارائه شده دومین کنفرانس ملی روانشناسی و علوم رفتاری، ۲ بهمن ۱۳۹۳، تهران، ایران. <https://civilica.com/doc/349183>
- پیرساقی، ف.، نظری، م.، ع.، نعیمی، ق.، و شفائی، م. (۱۳۹۴). تعارضهای زناشویی، نقش سبک های دفاعی و طحرواره های هیجانی. روان پرستاری، ۱۳(۱)، ۵۹-۶۹. <http://ijpn.ir/article-1-511-fa.html>
- جلالی بجد، م.، و آهی، ق. (۱۳۹۶). تدوین و طراحی مدل رفتارهای ذخیره سازی (اختکاری) در ارتباط با اختلال در تنظیم هیجانی و تحمل ناپذیری بلاتکلیفی با نقش میانجی شناختارهای اختکاری. اندیشه و رفتار در روانشناسی بالینی (اندیشه و رفتار)، ۱۲(۴۶)، ۶۶-۵۷. <https://sanad.iau.ir/Journal/jtbcp/Article/1118336>
- خانزاده، م.، ادیسی، ف.، محمدخانی، ش.، و سعیدیان، م. (۱۳۹۲). بررسی ساختار عاملی و مشخصات روانسنجی مقیاس طحرواره های هیجانی بر روی دانشجویان. مطالعات روانشناسی بالینی، ۳(۱۱)، ۹۱-۱۱۹. <https://sid.ir/paper/497086/fa>
- رضایی، م.، غضنفری، ف.، و رضایی، ف. (۱۳۹۶). نقش طحرواره های هیجانی، نشخوار فکری و اجتناب تجربی در اختلال افسردگی اساسی، فصلنامه پژوهش های نوین روانشناسی، ۱۲(۴۵)، ۱۰۵-۱۲۹. <https://dorl.net/dor/20.1001.1.27173852.1396.12.45.6.9>
- روشن، س. (۱۴۰۱). رابطه تحمل ابهام با نقش میانجی طحرواره های هیجانی و خودانسجامی در اضطراب ناشی از بیماری کرونا در افراد مبتلا به وسواس فکری عملی. پایان نامه کارشناسی ارشد. روانشناسی عمومی، مرکز فردوس، دانشگاه پیام نور واحد استان خراسان جنوبی، ایران.

سالارحاجی، ن.، تقوی، م.، و گودرزی، م. (۱۴۰۰). رابطه شفقت خود با تنظیم هیجان به واسطه اجتناب از تجربه و عدم تحمل بالاتر کیفی. *مجله روانشناسی*، ۳(۲۵)، ۴۲۷-۴۱۲. <http://iranapsy.ir/Article/22057/FullText>

عباسی، ا.، فتی، ل.، مولودی، ر.، و ضرابی، ح. (۱۳۹۱). کفایت روانسنجی نسخه فارسی پرسشنامه پذیرش و عمل - نسخه دوم، *مجله روش ها و مدل های روانشناختی*، ۳(۱۰)، ۸۰-۶۵. https://jpmm.marvdasht.iau.ir/article_61.html

گنجی، م.، محمدی، ج.، و تبریزیان، ش. (۱۳۹۲). مقایسه ی تنظیم هیجان و مکانیسمهای دفاعی در مادران دارای دانش آموزان با و بدون ناتوانی یادگیری. *ناتوانی های یادگیری*، ۲(۳)، ۷۲-۵۴. https://jld.uma.ac.ir/article_127.html

مردانی، ا.، عالی محمدی، ا.، و محمودی تبار، م. (۱۴۰۱). ارتباط ساختاری طرحواره های هیجانی و اجتناب تجربی با رفتار های خود آسیب رسان، *رویش روانشناسی*، ۷(۷۶)، ۱۵۴-۱۴۶. <http://dorl.net/dor/20.1001.1.2383353.1401.11.7.13.2>

مقراضی، ع. (۱۴۰۱). رابطه بین طرحواره های هیجانی با پریشانی روانشناختی در بیماران مبتلا به ام اس با نقش میانجی گری اجتناب تجربی و حمایت اجتماعی ادراک شده. پایان نامه کارشناسی ارشد. روانشناسی عمومی. دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی. دانشگاه خوارزمی. [کرج. ایران. لینک](#)

References

- Abasi, E., Fti, L., Molodi, R., & Zarabi, H. (2012). Psychometric properties of Persian Version of Acceptance and Action Questionnaire –II. *Psychological Models and Methods*, 3(10), 65-80. https://jpmm.marvdasht.iau.ir/article_61.html (In persian)
- Aitken, G., & Women, N. K. (2001). Violence and violation: Women and secure settings. *Feminist Review*, 68 68-88. <http://dx.doi.org/10.1080/01417780110042400>
- Archer, M., Lau, Y., & Sethi, F. (2016). Women in acute psychiatric units, their characteristics and needs: a review. *BJPsych Bulletin.*, 40(5), 266–72. <https://doi.org/10.1192/pb.bp.115.051573>
- Angelakis, I., & Gooding, P. (2020). Obsessive–Compulsive Disorder and Suicidal Experiences: The Role of Experiential Avoidance. *Journal of suicide and Life-Treatening Behavior*, 54(3), 359-371. <https://doi.org/10.1111/sltb.12593>
- Ardalani Farsa, F., Shahabizadeh, F., Hashemi, M., Payman, D. (2023). Designing a conceptual model of mood and anxiety symptoms with quality of life and pain outcomes in patients with chronic back pain: the mediating role of emotional schemas and self-compassion .. *Journal of Health Promotion Management*, 12(4), 40-56 <http://jhpm.ir/article-1-1604-en.html> (In persian)
- Beiranvand, A., & Alipour, K. (2015). Comparison of emotional schemas in migraine sufferers and healthy individuals, paper presented at 2nd Iranian Conference on Psychology & Behavioral Sciences, Jan 22, 2014, Tehran, Iran. <https://civilica.com/doc/349183> (In persian)
- Boysan, M. (2012). Situations-short Form (CISS21) in a Non-clinical Turkish Sample *Journal of Psychiatry and Neurological Science*, 25, 101-107. <http://dx.doi.org/10.5350/DAJPN2012250201>
- Batcup, D., & Thomas, B. (1994). Mixing the genders, an ethical dilemma: How nursing theory has dealt with sexuality and gender. *Nurs Ethics*, 1(1), 43–52. <https://doi.org/10.1177/096973309400100106>
- Bartlett, A., Walker, T., Harty, M. A., & Abel, K.M. (2014). Health and social care services for women offenders: current provision and a future model of care. *The Journal of Forensic Psychiatry & Psychology*, 25(6), 625–635.. <http://dx.doi.org/10.1080/14789949.2014.944202>
- Batmaz, S., Kaymak, S. U., Kocbiyik, S., & Turcpar, M. H. (2014). Metacognitions and emotional schemas: a new cognitive perspective for the distinction between unipolar and bipolar depression, *Comprehensive Psychiatry*, 55(7), 1546–1555. <https://doi.org/10.1016/j.comppsy.2014.05.016>
- Birrell, J., Meares, K., Wilkinson, A., & Freeston, M. (2011). Toward a definition of intolerance of uncertainty: A review of factor analytical studies of the Intolerance of Uncertainty Scale. *Clinical Psychology Review*, 31(7), 1198-1208. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2011.07.009>
- Briggs, E. S., & Price, I. R. (2009). The relationship between adverse childhood experience and obsessive-compulsive symptoms and beliefs: The role of anxiety, depression, and

- experiential avoidance. *Journal of Anxiety Disorders*, 23(8), 1037–1046. <https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2009.07.004>
- Bond, F. W., Hayes, S. C., Baer, R. A., Carpenter, K. M., Guenole, N., Orcutt, H. K., Walts, T., & Zettle, R. D. (2011). Preliminary Psychometric Properties of the Acceptance and Action Questionnaire-II: A Revised Measure of Psychological Inflexibility and Experiential Avoidance. *Behavior Therapy*, 42(4), 676–688. <https://doi.org/10.1016/j.beth.2011.03.007>
- Buher, K., & Dugas, M. J. (2009). The role of fear of anxiety and intolerance of uncertainty in worry: An experimental manipulation. *Behaviour Research and Therapy*, 47(3), 215–223. <https://doi.org/10.1016/j.brat.2008.12.004>
- Carleton, R. N., Norton, M. P. J., & Asmundson, G. J. (2007). Fearing the unknown: A short version of the Intolerance of Uncertainty Scale. *Journal of Anxiety Disorders*, 21(1), 105–117. <https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2006.03.014>
- Cho, K. S., & Lee, J. M. (2017). Influence of smartphone addiction proneness of young children on problematic behaviors and emotional intelligence: Mediating self-assessment effects of parents using smartphones. *Computers in Human Behavior*, 66, 303–311. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2016.09.063>
- Edwards, E. R., & Wupperman, P. (2019). Research on emotional schemas: A review of findings and challenges. *Clinical Psychologist*, 23(1), 3–14. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1111/cp.12171>
- Eifert, G. H., Forsyth, J. P., Arch, J., Espejo, E., Keller, M., & Langer, D. (2009). Acceptance and commitment therapy for anxiety disorders: Three case studies exemplifying a unified treatment protocol. *Cognitive and Behavioral Practice*, 16(4), 368–385. <http://dx.doi.org/10.1016/j.cbpra.2009.06.001>
- Freeston, M. H., Rheaume, J., Letart, H., Dugas, M. J., & Ladouceur, R. (1994). Why do people worry?. *Journal of Personality and Individual Differences*, 17(6), 791–802. [https://doi.org/10.1016/0191-8869\(94\)90048-5](https://doi.org/10.1016/0191-8869(94)90048-5)
- Ganji, M., Mohammadi, J., & Tabriziyan, Sh. (2013). Comparing emotional regulation and defense mechanisms in mothers of students with and without learning disabilities. *Journal of Learning Disabilities*, 2(3), 136–42. https://jld.uma.ac.ir/article_127.html?lang=en (In Persian)
- Greenberg, L. S. (2004). Emotion-focused therapy. *Clinical Psychology & Psychotherapy*, 11(1), 3–16. <https://doi.org/10.1002/cpp.388>
- Hayes, S. C., Strosahl, K. D., Wilson, K. G., Bissett, R. T., Pistorello, J., Toarmino, D., & Bergan, J. (2004). Measuring experiential avoidance: A preliminary test of a working model. *The Psychological Record*, 54(4), 553–578. <http://dx.doi.org/10.1007/BF03395492>
- Hayes, S. C., Wilson, K. W., Gifford, E. V., Follette, V. M., & Strosahl, K. (1996). Experiential avoidance and behavioral disorders: A functional dimensional approach to diagnosis and treatment. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 64(6), 1152–1168. <https://doi.org/10.1037/0022-006X.64.6.1152>
- Jalali Bajd, M. Y., & Ahi, Gh. (2017). Develop and design the models of saving behaviors (hoarding) in relation to emotion regulation difficulties and intolerance of uncertainty with the mediating role of hoarding cognitions. *Thoughts and Behavior in Clinical Psychology*, 12(46), 57–66. <https://sanad.iau.ir/en/Journal/jtbcp/Article/1118336> (In Persian)
- Khanzadeh, M., Idrisi, F., Mohammadkhani, Sh., & Saedian, M. (2013). Investigating the factor structure and psychometric properties of the Emotional Schemas Scale on students. *Clinical Psychology Studies*, 3(11), 91–119. <https://sid.ir/paper/497086/fa> (In Persian)
- Kulkarni, J., & Galletly, C. (2017). Improving safety for women in psychiatric wards. *Australian and New Zealand Journal of Psychiatry*, 51(2), 192–194. <https://doi.org/10.1177/0004867416667234>
- Leahy, R. L. (2002). A model of emotional schemas. *Cognitive and Behavioral Practice*, 9(3), 177–190. [http://dx.doi.org/10.1016/S1077-7229\(02\)80048-7](http://dx.doi.org/10.1016/S1077-7229(02)80048-7)
- Leahy, R. L. (2007). Emotional schemas and resistance to change in anxiety disorders. *Cognitive and Behavioral Practice*, 14(1), 36–45. <https://doi.org/10.1016/j.cbpra.2006.08.001>

- Leahy, R. L. (2011). Emotional schemas and therapy: a bridge over troubled waters. In J. D. Herbert & E. M. Forman (Eds.), *Acceptance and mindfulness in cognitive behavior therapy: understanding and applying the new therapies* (pp. 109-131). New Jersey: John and Wiley and Sons. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1002/9781118001851.ch5>
- Leahy, R. L., Tirch, D. D., & Melwani, P.S. (2012). Processes Underlying Depression: Risk Aversion , Emotional Schemas, and Psychological Flexibility. *International Journal of Cognitive Therapy*, 5(4), 362- 379. <https://doi.org/10.1521/ijct.2012.5.4.362>
- Leahy, R. L. (2016). Emotional Schema Therapy: a meta-experiential model. *Australian Psychologist*, 51(2), 82–88. <https://doi.org/10.1111/ap.12142>
- Leahy, R. L., Tirch, D. D., & Napolitano, L.A. (2011). *Emotion regulation in psychotherapy: A practitioner's guide*. New York: Guilford Press, 4. <http://www.guilford.com/p/leahy6>
- Mardani, A., AaliMohammadi, A., MahmoudiTabar, M. (2022). The Structural relationship between emotional schemas and experiential avoidance with self-harm behaviors: the mediating role of smartphone addiction. *Rooyesh*. 11(7), 145-154. <http://frooyesh.ir/article-1-3706-en.html> (In Persian)
- Manser, R., Cooper, M., & Trefusis, J. (2012). Beliefs about emotions as a metacognitive construct: Initial development of a self-report questionnaire measure and preliminary investigation in relation to emotion regulation. *Clinical Psychology and Psychotherapy*, 19(3), 235–246. <https://doi.org/10.1002/cpp.745>
- Moqraza, A. (2014). *The relationship between emotional schemas and psychological distress in patients with multiple sclerosis with the mediating role of experiential avoidance and perceived social support*. Master's thesis. General Psychology. Faculty of Psychology and Educational Sciences. Kharazmi University. Karaj. Iran. (In Persian).
- Mezey, G., Hassell, Y., & Bartlett, A. (2005). Safety of women in mixed-sex and single-sex medium secure units: staff and patient perceptions. *British Journal of Psychiatry*, 187(6), 579–582. <https://doi.org/10.1192/bjp.187.6.579>
- Mitmansgruber, H., Beck, T. N., Höfer, S., & Schüßler, G. (2009). When you don't like what you feel: Experiential avoidance, mindfulness and meta-emotion in emotion regulation. *Personality and Individual Differences*, 46(4), 448–453. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1016/j.paid.2008.11.013>
- Mitmansgruber, H., Beck, T. N., Hofer, S., & Schubler, G. (2009). When you don't like what you feel: Experiential avoidance, mindfulness and meta-emotion in emotion regulation. *Personality and Individual Differences*, 46(4), 448–453. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2008.11.013>
- Oguz, C., Celikbas, Z., Batmaz, S., Cagli, S., & Sungur, M.Z. (2019). Comparison between obsessive compulsive disorder and panic disorder on metacognitive beliefs, emotional schemas, and cognitive flexibility. *International Journal of Cognitive Therapy*. 12(3), 157-78. <https://doi.org/10.1007/s41811-019-00047-5>
- Omidi, A., Norouzi, M., & Zanjani, Z. (2016). *The role of experiential avoidance and emotional schemas in students' interpersonal problems*. paper presented at the 2nd International Conference on Behavioral Sciences and Social Studies in Istanbul, March 18, Turkey. <https://civilica.com/doc/522092> (In persian)
- Ottenbreit, N. D., & Dobson, K. S. (2004). Avoidance and depression: The construction of the cognitive-behavioral avoidance scale. *Behavior Research and Therapy*, 42(3), 293–313. [https://doi.org/10.1016/s0005-7967\(03\)00140-2](https://doi.org/10.1016/s0005-7967(03)00140-2)
- Pirsaghi, F., Nazari, A., Naiemi, G., Shafaie, M. (2015). Marital Conflicts‘ The Role Of Defense Styles And Emotional Schemas. *Iranian Journal of Psychiatric Nursing*, 3(1), 59-69 <http://ijpn.ir/article-1-511-en.html> (In persian)
- Rezaee, M. , Ghazanfari, F. , & Rezaee, F. (2017). Role of Emotional Schemas Rumination and Experimental Avoidance on Major Depressive Disorder: Applying of Path Analysis. *Journal of Modern Psychological Researches*, 12(45), 105-129. https://psychologyj.tabrizu.ac.ir/article_6556.html?lang=en (In persian)

- Roshan, S. (1401). *The relationship between tolerance of ambiguity and the mediating role of emotional schemas and self-coherence in anxiety caused by coronavirus in people with obsessive-compulsive disorder*. Master's thesis. General Psychology, Ferdows Center, Payam Noor University, South Khorasan Province Branch, Iran. (In persian)
- Salarhaji, N., Goodarzi, M. A., & Taghavi, M. R. (2021). The relationship between self-compassion and emotion regulation through the role of experiential avoidance and intolerance of uncertainty. *Journal of Psychology*, 3(25), 412-427. <http://iranapsy.ir/en/Article/22057/FullText> (In persian)
- Semeru, G. M., & Halim, M. S. (2019). Acceptance versus catastrophizing in predicting quality of life in patients with chronic low back pain. *The Korean Journal of Pain*, 32(1), 22–29. <https://doi.org/10.3344/kjp.2019.32.1.22>
- Shapiro, M. O., Short, N. A., Morabito, D., & Schmidt, N. B. (2020). Prospective associations between intolerance of uncertainty and psychopathology. *Personality and Individual Differences*, 166(1), 110210. <http://dx.doi.org/10.1016/j.paid.2020.110210>
- Silberstein, L.R., Tirsch, D. & Leahy, R.L. (2012). Mindfulness, Psychological Flexibility and Emotional Schemas, *International Journal of Cognitive Therapy*, 5(4), 406–419. <https://doi.org/10.1521/ijct.2012.5.4.406>
- Suh, J. W., Lee, H. J., Yoo, N., Min, H., Seo, D. G., & Choi, K. H. (2019). A brief version of the Leahy Emotional Schema Scale: A validation study. *International Journal of Cognitive Therapy*, 12(1), 38–54. <http://dx.doi.org/10.1007/s41811-018-0039-4>
- Taha, S., Matheson, K., Cronin, T., & Anisman H. (2014). Intolerance of uncertainty, appraisals, coping and anxiety. *British Journal of Health Psychology*, 19(3), 592-605. <https://doi.org/10.1111/bjhp.12058>
- Torrijos-Zarcelero, M., Mediavilla, R., Rodríguez-Vega, B., Del Río-Diéguez, M., López-Álvarez, I., Rocamora-González, C., & Palao-Tarrero, A. (2021). Mindful Self-Compassion program for chronic pain patients: A randomized controlled trial. *European Journal of Pain*, 25(4), 930–944. <https://doi.org/10.1002/ejp.1734>
- Venta, A., Hart, J., & Sharp, C. (2012). The relation between experiential avoidance alexithymia and emotion regulation in inpatient adolescents. *Clinical Child Psychology* 18(3), 398-410. <https://doi.org/10.1177/1359104512455815>
- Wells, A. (1995). Meta-cognition and worry: A cognitive model of generalized anxiety disorder. *Behavioural and Cognitive Psychotherapy*, 3(23), 301–320. <https://doi.org/10.1017/S1352465800015897>
- WHO. (2009). *Women and health : today's evidence tomorrow's agenda*. World Health Organization. <https://iris.who.int/handle/10665/44168>
- Wiebe, S. A., & Johnson, S. M. (2016). A review of the research in emotionally focused therapy for couples. *Family Process*, 55(3), 390-407. <https://doi.org/10.1111/famp.12229>
- Young, J. E., Klosko, J. S., & Weishaar, M. E. (2003). *Schema therapy: A practitioner's guide*. New York: Guilford Press. <https://psycnet.apa.org/record/2003-00629-000>