DOI: 10.48305/jhsr.v22i3.1704 Published by Vesnu Publications

Journal of Health System Research Vol. 22, No. 3, Autumn

Received: 12.01.2025 Accepted: 16.07.2025 Published: 07.10.2026

The Role of Early Maladaptive Schemas and Existential Anxiety in Excessive Mobile Phone Use: The Mediating Role of Emotion Regulation in Dental Students (A Cross-Sectional Study)

Farahnaz Fadaei[1], Maryam Kadkhodaee[2]

Original Article

Abstract

Background: In recent years, mobile phone usage has emerged as a significant factor influencing people's lives, especially among students. Given that early maladaptive schemas, anxiety, and emotion regulation are known contributors to excessive mobile phone use, the present study aimed to examine the role of early maladaptive schemas and existential anxiety in excessive mobile phone use, with emotion regulation as a mediating factor, among dental students at the University of Isfahan, Iran.

Methods: This study employed a descriptive-correlational design. The statistical population comprised all 692 dental students at the University of Isfahan, from which 248 were randomly selected. Data collection instruments included Young Early Maladaptive Schemas Questionnaire (YEMSQ), Good's Existential Anxiety Scale (EAS), Gennaro et al.'s Cell-phone Over-use Scale (COS), and Gross and John's Emotion Regulation Questionnaire (ERQ). Data analysis was conducted using correlation tests and structural equation modeling (SEM) via SPSS and SmartPLS software.

Findings: The model examining early maladaptive schemas and existential anxiety in relation to excessive mobile phone use, with emotion regulation as a mediating factor among students, demonstrated a satisfactory goodness-of-fit. The positive effect of early maladaptive schemas on excessive phone use ($\beta = 0.58$, $t = 6.900$, $P < 0.001$), the negative effect of emotion regulation on excessive phone use ($\beta = -0.213$, $t = 2.361$, $P = 0.019$), the negative effect of existential anxiety on emotion regulation ($\beta = -0.333$, $t = 2.351$, $P = 0.035$), and the negative effect of early maladaptive schemas on emotion regulation ($\beta = -0.351$, $t = 2.497$, $P < 0.001$) were all confirmed. However, the effect of existential anxiety on excessive phone use ($\beta = 0.140$, $t = 1.125$, $P = 0.241$) was not significant.

Conclusion: Based on these findings, it can be concluded that enhancing emotion regulation, managing symptoms of existential anxiety, and addressing early maladaptive schemas may significantly reduce dental students' tendency to overuse smartphones.

Keywords: Early maladaptive schemas; Existential anxiety; Emotion regulation; Excessive use of mobile phones

Citation: Fadaei F, Kadkhodaee M. **The Role of Early Maladaptive Schemas and Existential Anxiety in Excessive Mobile Phone Use: The Mediating Role of Emotion Regulation in Dental Students (A Cross-Sectional Study).** J Health Syst Res 2026; 22(3): 587-97.

1- MSc Student, Department of Psychology, Mo, C., Islamic Azad University, Isfahan, Iran
2- Assistant Professor, Department of Psychology, Mo, C., Islamic Azad University, Isfahan, Iran
Corresponding Author: Maryam Kadkhodaee; Assistant Professor, Department of Psychology, Mo, C., Islamic Azad University, Isfahan, Iran; Email: m.kadkhodaee@iau.ir

This is an open-access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 Unported License, which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited.

[Downloaded from hsr.mui.ac.ir on 2026-11-08]

[DOI: 10.48305/jhsr.v22i3.1704]

DOI: 10.48305/jhsr.v22i3.1704 Published by Vesnu Publications

نقش طرحواره‌های ناسازگار اولیه و اضطراب وجودی در استفاده مفرط از گوشی همراه با نقش میانجی تنظیم هیجان در دانشجویان دندان‌پزشکی: یک مطالعه مقطعی

فرحناز فدائی[۱]، مریم کدخدائی[۲]

مقاله پژوهشی

چکیده

مقدمه: یکی از متغیرهایی که در سال‌های اخیر زندگی مردم و به ویژه دانشجویان را تحت تأثیر قرار داده است، گوشی همراه می‌باشد. طرحواره‌های ناسازگار اولیه، اضطراب و تنظیم هیجان از جمله عواملی هستند که به نظر می‌رسد در میزان استفاده از تلفن همراه نقش دارند. هدف از انجام پژوهش حاضر، تعیین نقش طرحواره‌های ناسازگار اولیه و اضطراب وجودی در استفاده مفرط از گوشی همراه با نقش میانجی تنظیم هیجان در دانشجویان دندان‌پزشکی دانشگاه اصفهان بود.

روش‌ها: این مطالعه از نوع همبستگی بود و به روش توصیفی انجام شد. جامعه آماری را کلیه دانشجویان دندان‌پزشکی دانشگاه اصفهان (۶۹۲ نفر) تشکیل داد که ۲۴۸ نفر به روش تصادفی انتخاب شدند. داده‌ها به وسیله پرسش‌نامه طرحواره‌های ناسازگار اولیه Young (Young early maladaptive schema questionnaire یا YEMSQ)، مقیاس اضطراب وجودی Lawrence Goode (Existential anxiety scale یا EAS)، مقیاس استفاده زیاد از تلفن همراه Gennaro و همکاران (Cell-phone over-use scale یا COS) و راهبردهای تنظیم هیجان Gross و John (Emotion regulation questionnaire یا ERQ) جمع‌آوری گردید. داده‌ها با استفاده از آزمون همبستگی و مدل‌یابی ساختاری در نرم‌افزارهای SPSS و SmartPLS مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت.

یافته‌ها: مدل طرحواره‌های ناسازگار اولیه و اضطراب وجودی در استفاده مفرط از گوشی همراه با نقش میانجی تنظیم هیجان در دانشجویان از برازش مطلوبی برخوردار بود. تأثیر معکوس طرحواره‌های ناسازگار اولیه بر استفاده مفرط از گوشی (β = ۰/۵۸، t = ۶/۹۰۰، P < ۰/۰۰۱)، تنظیم هیجان بر استفاده مفرط از گوشی (β = −۰/۲۱۳، t = ۲/۳۶۱، P = ۰/۰۱۹)، اضطراب وجودی بر تنظیم هیجان (β = −۰/۳۳۳، t = ۲/۳۵۱، P = ۰/۰۳۵)، طرحواره‌های ناسازگار اولیه در تنظیم هیجان (β = −۰/۳۵۱، t = ۲/۴۹۷، P < ۰/۰۰۱) تأیید گردید. اثر اضطراب وجودی بر استفاده مفرط از گوشی (β = ۰/۱۴۰، t = ۱/۱۲۵، P = ۰/۲۴۱) تأیید نشد.

نتیجه‌گیری: بر اساس داده‌های به دست آمده می‌توان بیان داشت که ارتقای تنظیم هیجانات، کنترل نشانه‌های اضطراب وجودی و طرحواره‌های ناسازگار اولیه، تأثیر بسزایی در کاهش گرایش دانشجویان دندان‌پزشکی به استفاده مفرط از تلفن هوشمند دارد.

واژه‌های کلیدی: طرحواره‌های ناسازگار اولیه؛ اضطراب وجودی؛ تنظیم هیجان؛ استفاده مفرط از گوشی همراه

ارجاع: فدائی فرحناز، کدخدائی مریم. **نقش طرحواره‌های ناسازگار اولیه و اضطراب وجودی در استفاده مفرط از گوشی همراه با نقش میانجی تنظیم هیجان در دانشجویان دندان‌پزشکی: یک مطالعه مقطعی.** مجله تحقیقات نظام سلامت ۱۴۰۵؛ ۲۲ (۳): ۵۹۷-۵۸۷

دریافت مقاله: ۱۴۰۳/۱۰/۲۳ پذیرش مقاله: ۱۴۰۴/۴/۲۵ تاریخ چاپ: ۱۴۰۵/۷/۱۵

مقدمه

استفاده از اینترنت در سال‌های اخیر به عنوان منبع اصلی اطلاعات و یکی از باصرفه‌ترین راه‌های ارتباط در کشورهای مختلف بوده و در چند سال اخیر رواج بیشتری پیدا کرده است؛ به طوری که امروزه می‌توان ادعا کرد که اینترنت و استفاده از شبکه‌های اجتماعی مجازی به یکی ازمهم‌ترین اجزای زندگی فردی و اجتماعی تبدیل شده است (۱). در واقع، تلفن‌های هوشمند به دلیل دارا بودن ویژگی‌های لذت‌بخش متعدد، خطر استفاده ناسازگار و اختلال عملکردی را نیز به همراه دارند (۲). در این میان، دانشجویان به طرق مختلف از تلفن‌های خود استفاده می‌کنند و یکی از تفریحات مورد علاقه آن‌ها، کار بر روی تلفن‌هایشان و ارتباط با یکدیگر است. استفاده بیش از حد از تلفن‌های همراه توسط دانشجویان وضعیتی است که در آن افراد بیش از حد از تلفن‌های خود استفاده می‌کنند و در نتیجه، اشتغال ذهنی زیادی برای آن‌ها ایجاد می‌شود (۳). تلفن‌های همراه و سایر سیستم‌های ارتباطی و اطلاعاتی در سال‌های اخیر به بخشی مهم از زندگی افراد تبدیل شده است (۵، ۴) و به لطف دسترسی به اینترنت و استفاده آسان از تلفن همراه، می‌توان از آن‌ها در هر مکان و هر زمان از جمله در اتاق‌های خوابگاه دانشجویی استفاده کرد و از طریق اینترنت با شبکه‌های جهانی ارتباط برقرار نمود (۷، ۶). به نظر می‌رسد طرحواره‌های ناسازگاراولیه و اضطراب، از عواملی هستند که در استفاده مفرط از گوشی همراه تأثیر بالایی داشته باشد.

۱- دانشجوی کارشناسی ارشد، گروه روان‌شناسی، واحد مبارکه، دانشگاه آزاد اسلامی، اصفهان، ایران
۲- استادیار، گروه روان‌شناسی، واحد مبارکه، دانشگاه آزاد اسلامی، اصفهان، ایران
نویسنده مسؤول: مریم کدخدائی؛ استادیار، گروه روان‌شناسی، واحد مبارکه، دانشگاه آزاد اسلامی، اصفهان، ایران
Email: m.kadkhodaee@iau.ir

[Downloaded from hsr.mui.ac.ir on 2026-11-08]
[DOI: 10.48305/jhsr.v22i3.1704]

Young با اشاره به این که طرحواره‌ها به صورت شناختی و عاطفی هستند، مفهوم طرحواره را برای تبادل تجربه‌های ارتباطی افراد در دوران کودکی مطرح نمود (۸). طرحواره‌های ناسازگار اولیه، افکار و اعتقادات منفی مقاوم در مورد خود، دیگران و جهان است که برداشت فرد را از حوادث و رفتارهای وی تنظیم می‌کند. رفتارهای ناسازگارانه و اختلالات عاطفی می‌توانند به توسعه طرحواره‌های منفی نه تنها در دوران کودکی، بلکه دوره‌های بعدی رشدی بینجامد (۹). بر اساس نظریه Young، طرحواره‌ها در سه موقعیت «نیازهای هیجانی اساسی، تجارب اولیه کودکی و خلق و خوی هیجانی» شکل می‌گیرند و تداوم می‌یابند. ریشه‌های تحولی طرحواره‌های ناسازگارانه اولیه در تجارب ناگوار دوران کودکی نهفته است. طرحواره‌ها مطابق با پنج نیاز تحولی کودک به بریدگی و طرد، خودگردانی و عملکرد مختل، محدودیت‌های مختل، دیگر جهت‌مندی، گوش به زنگی بیش از حد و درصد بازداری تقسیم شده‌اند که هرکدام شامل چند طرحواره حوزه بریدگی وطرد، حوزه خودگردانی و عملکرد، حوزه محدودیت‌های مختل و حوزه گوش به زنگی بیش از حد و بازداری است (۱۰). Vieira و همکاران در پژوهش خود رابطه مثبتی بین فعال‌سازی طرحواره و چندین رفتار اعتیادآور از جمله قمار، بازی، استفاده از رسانه‌های اجتماعی، رابطه جنسی، ورزش و غذا نشان دادند (۱۱).

نتایج مطالعه Muris نشان داد که طرحواره‌های ناسازگار اولیه با صفات روان رنجورگرایانه و مشکلات روان‌شناختی مانند اختلالات اضطرابی، افسردگی در ارتباط می‌باشد (۱۲). صیدی‌نژاد و همکاران نیز در تحقیق خود بیان کردند که بین طرحواره‌های ناسازگار اولیه با اضطراب رابطه مثبت و معنی‌داری وجود دارد (۱۳). اضطراب یک احساس دلواپسی و هراس است که باعث ایجاد درماندگی، عدم اطمینان و برانگیختگی سیستم فیزیولوژی فرد می‌گردد. همچنین، اثرات مخربی همچون منگی، گیجی، سردرگمی دارد؛ تا جایی که فرد نمی‌تواند خود را کنترل کند و علایمی مانند احساس کوبیدگی، ضعف، خستگی، درد قفسه سینه، سردرد، برانگیختگی، تنیدگی و در نهایت، از دست دادن اعتماد به نفس و وابسته شدن به دیگران را به همراه دارد (۱۴). اضطراب در حد پایین و اعتدال باعث می‌شود که فرد از خطرات محیط و تهدیدات بالقوه آگاهی پیدا کند، اما در حد افراط و تفریط، سیکل و تداوم رفتاری انسان را برهم می‌زند و از پاسخ منطقی او جلوگیری می‌کند (۱۵).

یکی از انواع اضطراب که در پژوهش حاضر به آن پرداخته شده است، اضطراب وجودی است. برخلاف طرحواره‌های ناسازگار اولیه، اضطراب وجودی نه خصیصه‌ای مرضی، بلکه متغیری هستی‌شناسانه و واجد عمومیت در آفرینش نوع انسان تفسیر می‌شود. اضطراب وجودی اغلب از ناامیدی، بیگانگی و احساس پوچی نشأت می‌گیرد (۱۶) و سراسر زندگی را در برمی‌گیرد و درباره سه عامل «نیستی، تهی شدن زندگی از معنا و احساس گناه و تقصیر» است. اضطراب وجودی زمانی ایجاد می‌گردد که افراد در وجود خود تفکر کنند و دریافتن معنای زندگی ناموفق باشند (۱۷). Yan و همکاران در یک مطالعه دریافتند که بین اضطراب زندگی و اعتیاد به اینترنت رابطه مثبتی وجود دارد (۱۸).

بررسی نشانه‌های اضطراب در بیماران نشان می‌دهد که این مسأله به عنوان علایم هیجانی، به طور معمول ریشه در ناتوانی در تنظیم شناختی هیجان دارند. هیجانات با هماهنگ کردن احساسات، انگیختگی، هدف و بیانگری (فرایندهای هیجان) وضعیت ما را در ارتباط با محیطمان تثبیت و ما را به پاسخ‌های اختصاصی و کارامدی مجهز می‌کنند که با مسایل بقای جسمانی و اجتماعی متناسب هستند (۱۹). تنظیم هیجانی، ایجاد فرایندهایی است که هیجانات با استفاده از آن‌ها خود را تنظیم می‌کنند. با این وجود، تنظیم هیجانی به فرایندهایی اشاره دارد که بر هیجانی که تجربه می‌کنیم، زمان و نوع تجربه و نحوه بروز آن اثر می‌گذارد. بر اساس الگوی Gross، افراد هیجان‌شان را در نقاط مختلفی از فرایندهای هیجانی تنظیم می‌کنند که در ارتباط با محیط کاری می‌توان چنین فرض کرد که در این فرایندهای محیط شغلی یا رویدادهای محل کار منجر به ایجاد پاسخ هیجانی (مانند خشم، غم، اضطراب و...) و رفتارهای نامناسب (همچون جنگ لفظی، گریه، شکایت‌های متعدد و...) می‌شوند. از آن‌جایی که قواعد بروز هیجانات تعیین می‌کنند که این واکنش‌ها به چه میزان نامناسب هستند، فرد به شیوه‌های مختلفی می‌تواند در جهت تغییر این رفتارها و هیجانات خود عمل کند (۲۰). Yeh و همکاران نیز معتقدند که تنظیم هیجانی توانایی مدیریت واکنش‌های عاطفی برای دستیابی به نتایج هدفمند است (۲۱). مهدی‌نژاد در پژوهش خود نشان داد که طرحواره‌های ناسازگار اولیه و دشواری در تنظیم هیجان، سهم معنی‌داری در پیش‌بینی اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی مجازی مبتنی بر موبایل دارد (۲۲). با توجه به ساختار طرحواره‌ها و تأثیرات زیربنایی آن‌ها بر رفتار، به نظر می‌رسد که طرحواره‌های ناسازگار می‌توانند بر توانایی تنظیم هیجان در افراد تأثیر بگذارند و علایم اضطراب مرتبط با طرحواره‌ها را کاهش دهند. با تغییر الگوهای مشخص شده در طرحواره‌های ناسازگار، شرایط مطلوبی در جهت بهبود شناخت‌ها و تنظیم هیجانات و در نتیجه، تغییرات در اضطراب رخ می‌دهد. طرحواره رهاشدگی و انزوای اجتماعی یکی از طرحواره‌هایی هستند که کاهش آن می‌تواند بر علایم اضطرابی افراد تأثیرگذار باشد. یکی از اهداف عمده درمان افراد با این طرحواره، بهبود روابط فعلی بیمار با همسالان و گروه‌های اجتماعی و ایجاد روابط با ثبات و جدید است که می‌تواند منجر به کاهش استفاده مفرط از گوشی همراه گردد (۲۳).

با توجه به این که در خصوص ارتباط چهار متغیر مورد بررسی در مطالعه حاضر (طرحواره‌های ناسازگار اولیه، اضطراب وجودی، تنظیم هیجان و استفاده مفرط از گوشی هوشمند) تحقیقی انجام نشده بود و همچنین، کمبود پژوهش‌های صورت گرفته در زمینه این متغیرها، نویسنده در نظر دارد به بررسی موضوع بپردازد. با توجه به اهمیت موارد ذکر شده، مطالعه حاضر با هدف تعیین نقش طرحواره‌های ناسازگار اولیه و اضطراب وجودی در استفاده مفرط از گوشی همراه با نقش میانجی تنظیم هیجان در دانشجویان دندان‌پزشکی دانشگاه اصفهان انجام شد.

روش‌ها

این تحقیق از نوع توصیفی- پیمایشی- کاربردی بود که با استفاده از پرسش‌نامه استاندارد انجام شد. ابزارهای پژوهش شامل پرسش‌نامه طرحواره‌های ناسازگار اولیه Young (Young early maladaptive schema questionnaire یا YEMSQ)، مقیاس اضطراب وجودی Goode Lawrence (Existential anxiety scale یا EAS)، مقیاس استفاده زیاد از تلفن همراه Gennaro و همکاران (Cell-phone over-use scale یا COS) و راهبردهای تنظیم هیجان Gross و John (Emotion regulation questionnaire یا ERQ) بود. جامعه مورد بررسی کلیه دانشجویان دندان‌پزشکی دانشگاه علوم پزشکی اصفهان در نظر گرفته شد (۶۹۲ نفر). با توجه به جدول Morgan، ۲۴۸

https://hsr.mui.ac.ir
[Downloaded from hsr.mui.ac.ir on 2026-11-08]
[DOI: 10.48305/jhsr.v22i3.1704]

نفر با استفاده از روش نمونه‌گیری در دسترس تعیین گردید. پرسش‌نامه‌ها پس از تأیید متخصصان مربوطه در اختیار نمونه‌ها قرار گرفت. به آزمودنی‌ها اطمینان کافی بر محرمانه ماندن اطلاعات حاصل از پرسش‌نامه داده شد. معیارهای ورود شامل رضایت آگاهانه دانشجویان برای شرکت در تحقیق، تحصیل در رشته دندان‌پزشکی دانشگاه علوم پزشکی اصفهان و ملاک‌های خروجی شامل پاسخدهی ناقص به سؤالات پرسش‌نامه‌ها وانصراف از تکمیل آن‌ها بود.

YEMSQ: این پرسش‌نامه شامل ۷۵ آیتم و ۱۵ خرده مقیاس می‌باشد که توسط Young در سال ۱۹۹۴ تدوین شد (۸). نحوه نمره‌گذاری آن در طیف لیکرت می‌باشد و از کاملاً غلط (نمره ۱) تا کاملاً درست (نمره ۶) نمره‌گذاری می‌شود. کسب نمره بالاتر از ۱۵ در این مقیاس نشان دهنده طرحواره‌های ناسازگار اولیه می‌باشد. Wellburn و همکاران روایی YEMSQ را از طریق ضریب Cronbach´s alpha بین ۰/۷۲ تا ۰/۹۳ گزارش کردند و پایایی آن را از طریق بازآزمایی بر روی ۲۴۰ دانشجوی دانشگاه نیواورلان مورد تأیید قرار دادند (۲۴). هنجاریابی ابزار مذکور در ایران توسط آهی در دانشگاه‌های تهران انجام گرفت که همسانی درونی با استفاده از ضریب Cronbach´s alpha در جمعیت مؤنث، ۰/۹۷ و در جمعیت مذکر، ۰/۹۸ محاسبه شد (۲۵). ضریب ضریب Cronbach´s alpha در مطالعه حاضر نیز ۰/۹۵ به دست آمد .

EAS: به منظور ارزیابی اضطراب وجودی، از این استفاده شد. EAS شامل ۳۲ ماده و شیوه نمره‌گذاری آن به صورت صفر و ۱ است. سؤالات ۳، ۷، ۱۵، ۱۸، ۲۲ و ۳۲ دارای نمره گذاری معکوس و نمره کل به دست آمده بین صفر تا ۳۲ می‌باشد. نمره کمتر از ۱۲ به معنی اضطراب پایین، نمره بین ۱۳ تا ۲۳ به معنی اضطراب متوسط و نمره بیشتر از ۲۴ به معنی اضطراب وجودی بالا است این پرسش‌نامه توسط عادل اعتباریابی شده است (۲۶). Hullett روایی این مقیاس را با همبسته کردن با آزمون‌های هدفمندی در زندگی، پیگیری اهداف معرفتی و افسردگی محاسبه کرد. همبستگی نمره مقیاس اضطراب وجودی با ترکیب سه نمره سه پرسش‌نامه ذکر شده، ۰/۶۶ به دست آمد؛ یعنی روایی محتوایی خوبی برای آزمون گزارش گردید (۲۷). همچنین، در پژوهش عادل همسانی درونی EAS به روش دو نیمه‌سازی شامل بخش اول ۰/۷۲ و بخش دوم ۰/۸۳ محاسبه شد. وی این مقیاس را به روش ضریب Cronbach´s alpha ا اعتباریابی کرد که ۰/۸۷ به دست آمد (۲۶). در تحقیق حاضر نیز ضریب Cronbach´s alpha ابزار ۰/۷۲ به دست آمد.

COS: از این مقیاس به منظور ارزیابی استفاده مفرط از تلفن همراه که توسط Gennaro و همکاران طراحی شده است، استفاده شد. این ابزار دارای ۲۳ سؤال است، اما نسخه فارسی آن ۲۱ سؤال دارد و بر اساس ۱۰ شاخص روان‌شناختی از Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (DSM) تهیه شده است. مقیاس استفاده آسیب‌زا از تلفن همراه هیچ خرده مقیاسی ندارد و در یک طیف لیکرت شش گزینه‌ای از هرگز تا همیشه نمره‌گذاری می‌شود نمره کل پرسش‌نامه ۱۲۶ می‌باشد و هرچه نمره فرد بالاتر باشد، نشان دهنده استفاده مفرط او از تلفن همراه است. کسب نمره بالاتر از ۷۵ نشان دهنده استفاده‌کننده مفرط، نمره ۲۶ تا ۷۵ استفاده‌کننده معمولی و نمره ۲۵ و پایین‌تر استفاده‌کننده کم است. Gennaro و همکاران پایایی نسخه اصلی این مقیاس را ۰/۸۹ گزارش نمودند (۲۸). در پژوهش رضایی، روایی و پایایی COS با استفاده از روش‌های بازآزمایی و ضریب Cronbach´s alpha، ۰/۸۱ گزارش شد (۲۹). در مطالعه حاضر نیز ضریب Cronbach´s alpha مقیاس مذکور ۰/۸۷ محاسبه گردید.

ERQ: به منظور اندازه‌گیری راهبردهای تنظیم هیجان، از پرسش‌نامه Gross و John استفاده گردید. این پرسش‌نامه مشتمل بر دو خرده مقیاس ارزیابی مجدد با ۶ گویه و سرکوبی با ۴ گویه می‌باشد. شرکت‌کنندگان به سؤالات در یک مقیاس لیکرت هفت درجه‌ای از به شدت مخالفم (نمره ۱) تا به شدت موافقم (نمره ۷) پاسخ می‌دهند. جمع نمره تک‌تک گویه‌های مربوط به زیرمقیاس‌ها برای محاسبه امتیاز هر زیرمقیاس و جمع نمره همه گویه‌ها برای محاسبه امتیاز کلی پرسش‌نامه در نظر گرفته می‌شود. دامنه امتیاز این پرسش‌نامه بین ۱۰ تا ۷۰ می‌باشد و هرچه امتیاز کسب شده بالاتر باشد، نشان دهنده میزان بیشتر تنظیم هیجانی است و بر عکس. در پژوهش Gross و John همبستگی درونی برای ارزیابی مجدد، ۰/۷۹ و برای سرکوبی، ۰/۷۳ به دست آمد. همچنین، در مطالعه آن‌ها همبستگی درونی برای ارزیابی مجدد، ۰/۸۳ و برای سرکوبی، ۰/۷۹ گزارش شد (۳۰). در ایران نیز حسینی میزان ضریب Cronbach´s alpha، ۰/۷۹ برای ارزیابی مجدد گزارش کرده است (۳۱). در پژوهش حاضر ضریب Cronbach´s alpha مقیاس مذکور را ۰/۷۶ محاسبه نمود.

برای مشخصات دموگرافیک از آمار توصیفی مانند فراوانی، درصد، میانگین، انحراف معیار، نمودارها و جداول استفاده شد و در بخش آمار استنباطی، ابتدا نرمال بودن داده‌ها به وسیله آزمون Kolmogorov-Smirnov مورد بررسی قرار گرفت و پس از تأیید، از آزمون معادلات ساختاری برای بررسی فرضیه‌های تحقیق استفاده گردید. در نهایت، داده‌ها در نرم‌افزارهای SmartPLS و SPSS نسخه ۲۲ (version 22, IBM Corporation, Armonk, NY) مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت.

یافته‌ها

در مجموع ۲۴۸ نفر از دانشجویان (۳۶ درصد) دندان‌پزشکی دانشگاه علوم پزشکی اصفهان در پژوهش حاضر شرکت کردند. ۱۷۵ نفر در گروه سنی ۱۸ تا ۲۵ سال و ۷۳ نفر در گروه سنی بیشتر از ۲۵ سال قرار داشتند. ۱۲۸ نفر مرد و ۱۲۰ نفر زن بودند. اغلب شرکت‌کنندگان (۸۴ درصد، ۱۸۹ نفر) متأهل بودند.

آماره‌های توصیفی متغیرهای پژوهش (طرحواره‌های ناسازگار اولیه، اضطراب وجودی، استفاده مفرط از گوشی همراه و تنظیم هیجان) در جدول ۱ ارایه شده است.

به منظور بررسی تأثیر طرحواره‌های ناسازگار اولیه و اضطراب وجودی در استفاده مفرط از گوشی همراه با نقش میانجی تنظیم هیجان از مدل‌سازی ساختاری استفاده شد و با توجه به این که متغیر طرحواره ناسازگار اولیه دارای توزیع نرمال نبود، این مدل‌سازی در نرم‌افزار SmartPLS انجام گرفت.

در شکل ۱ برازش مدل با استفاده از ضرایب t به این صورت بود که این ضرایب باید از ۱/۹۶ بیشتر باشند تا بتوان در سطح اطمینان ۹۵درصد معنی‌دار بودن آن‌ها را تأیید کرد؛ البته باید توجه داشت که اعداد t فقط صحت رابطه‌ها را نشان می‌دهند و شدت رابطه بین سازه‌ها را نمی‌توان با آن‌ها سنجید. ضرایب معنی‌داری t مربوط به مسیرهای مدل تحقیق در شکل ۲ نشان داده شده است.

در جهت بررسی معنی‌داری روابط بین متغیرهای تحقیق از شاخص ضریب رگرسیونی یا همان ضریب مسیر استفاده گردید که نتایج آن در شکل ۳ آمده است.

[Downloaded from hsr.mui.ac.ir on 2026-11-08]

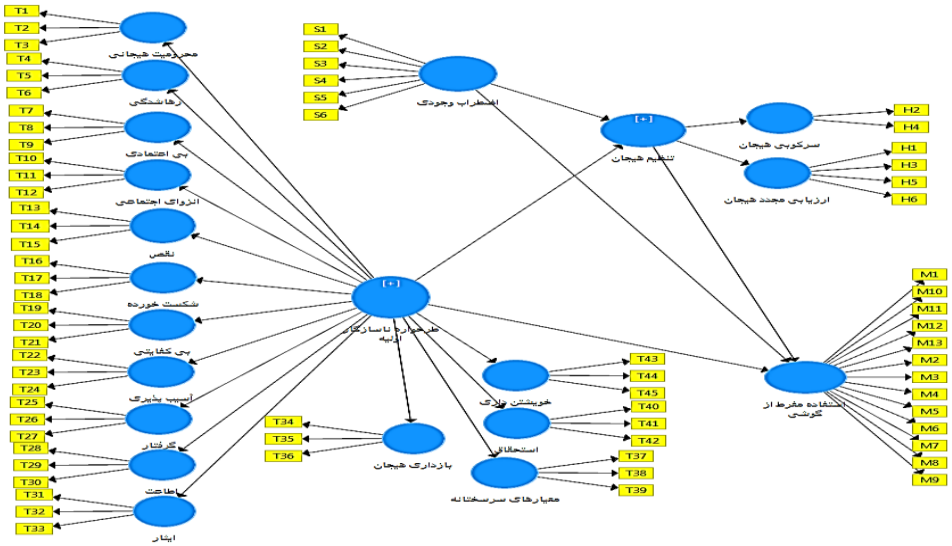
[DOI: 10.48305/jhsr.v22i3.1704]

جدول ۱. آماره‌های توصیفی متغیرهای پژوهش

مقوله اصلی	مقوله‌های فرعی	میانه	میانگین ± انحراف معیار	کشیدگی	چولگی	کمترین	بیشترین
طرحواره ناسازگار اولیه	محرومیت هیجانی	۱/۸۳	۲/۳۶ ± ۱/۵۲	۰/۰۷	۱/۱٤	۱	٦
	رهاشدگی	۲/٦٦	۲/۷٤ ± ۱/۲۱	-۰/۰۳	۰/٦۹	۱	٦
	بی‌اعتمادی	۲/٦٦	۲/۷۵ ± ۱/۳۱	-۰/٦۵	۰/٤۸	۱	٦
	انزوای اجتماعی	۲/٦٦	۲/۷۵ ± ۱/۳۵	-۰/٤٤	۰/٦۱	۱	۵/٦۷
	نقص	۱/۳۳	۲/۱۷ ± ۱/۵۰	۰/۹۵	۱/٤۱	۱	٦
	شکست خورده	۱/٦٦	۲/۱۷ ± ۱/۲۵	۰/۰۸	۱/۰۸	۰/٦۷	۵/٦۷
	بی‌کفایتی	۱/٦٦	۱/۸۵ ± ۰/۸۷	۰/۱٦	۰/۹۵	۱	٤/٦۷
	آسیب‌پذیری	۲/۰۰	۲/۱۷ ± ۱/۱۹	۰/۱۸	۰/۹۷	۱	٦
	گرفتار	۱/٦٦	۲/۱٦ ± ۱/۲۸	۱/٦۵	۱/٤۸	۱	٦
	اطاعت	۲/٦٦	۲/٦۵ ± ۱/۰۲	۰/٤٦	۰/٦۱	۱	٦
	ایثار	۳/۳۳	۳/۳۹ ± ۱/۲۰	-۰/۵۰	۰/۰٤	۱	٦
	بازداری هیجان	۲/۳۳	۲/٦۰ ± ۱/۳۰	-۰/۱۷	۰/۷۷	۱	٦
	معیارهای سرسختانه	۳/۳۳	۳/۲٦ ± ۱/۳۳	-۰/۷۱	۰/۲۸	۱	٦
	استحقاق	۲/٦٦	۲/۸۹ ± ۱/۱۰	-۰/۲۵	۰/۵۰	۱	٦
	خویشتن‌داری	۲/۰۰	۳/۳٦ ± ۱/۱۱	-۰/۰۲	۰/۸۷	۱	۵/٦۷
	کل	۲/۳۸	۲/۵٤ ± ۰/۸٦	۰/٤٦	۰/۹۳	۱	٤/۸٤
اضطراب وجودی		۳/۵۰	۳/٤۳ ± ۰/۸۰	۰/۰۵	-۰/٦۲	۱	۵
استفاده مفرط از گوشی همراه		۲/٦۱	۲/۷۱ ± ۰/۸۸	۰/۱۰	۰/۷۵	۱/۰۸	٤/۸۵
تنظیم هیجان	سرکوبی هیجان	٤/۰۰	۴/۱۵ ± ۱/۵٤	-۰/۷۵	-۰/۱۰	۱	۷
	ارزیابی مجدد هیجان	۳/۲۵	۳/۵۱ ± ۱/۱۹	۰/٦۲	۰/۷۰	۱	۷
	کل	۳/٦٦	۳/۷۲ ± ۱/۰٦	۰/۵٤	۰/٤۱	۱	۷

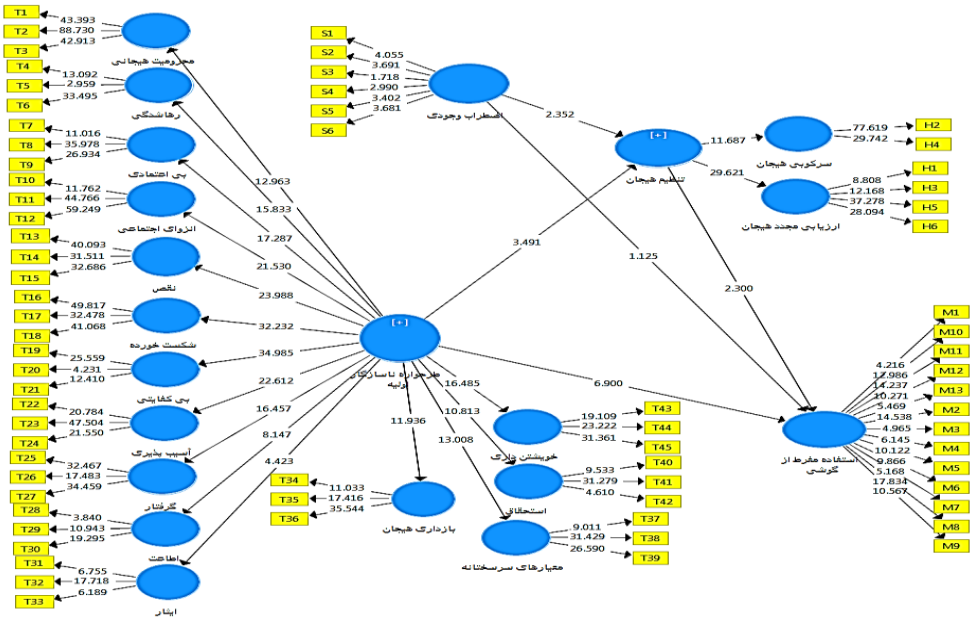
کیفیت مدل ساختاری توسط شاخص قدرت پیش‌بینی Q^2 نیز محاسبه گردید. مقادیر مثبت و بالای صفر نشان می‌دهد که مقادیر مشاهده شده خوب بازسازی شده‌اند و می‌توان گفت مدل ساختاری از کیفیت مناسبی برخوردار است.

شاخص Goodness of fit (GOF) هر دو مدل اندازه‌گیری و ساختاری را مد نظر قرار می‌دهد و به عنوان معیاری برای سنجش عملکرد کلی مدل به کار می‌رود که مقدار به دست آمده از مطلوبیت کلی مدل حکایت دارد.



شکل ۱. سلسله مراتب سازه‌ها و گویه‌های سازه‌ها

[Downloaded from hsr.mui.ac.ir on 2026-11-08]
[DOI: 10.48305/jhsr.v22i3.1704]

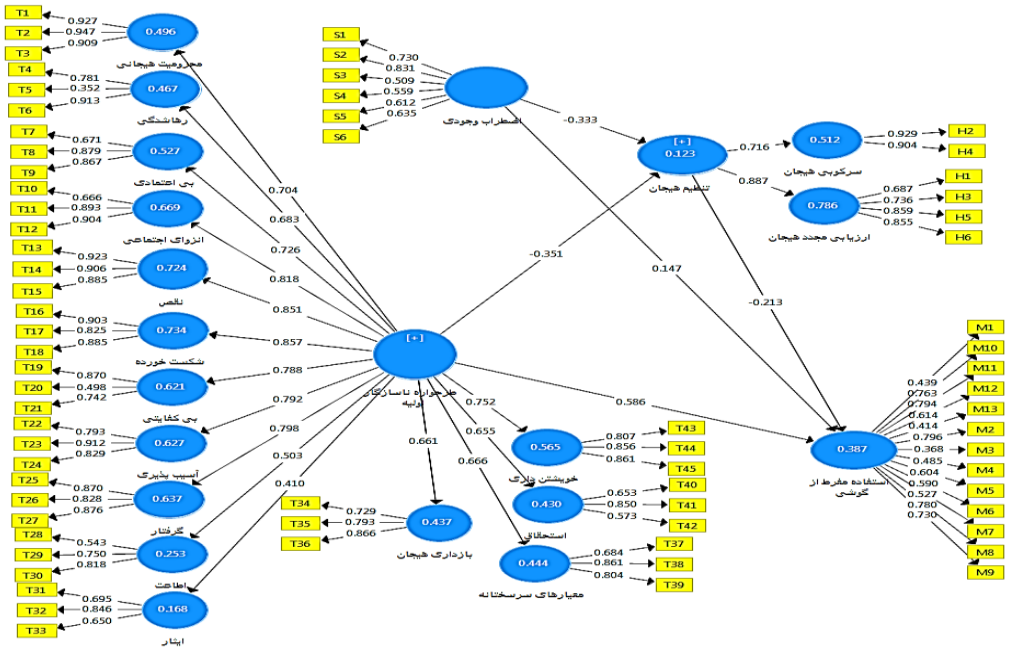


شکل ۲. مقدار ضریب t مدل تحقیق

پس از اجرای آزمون‌های مراحل اول و دوم یعنی به ترتیب آزمون‌های مراحل برازش روابط اندازه‌گیری و ساختاری الگو، نوبت به آزمون مرحله سوم یعنی آزمون کلی الگو از نظر برازش روابط اندازه‌گیری و ساختاری به صورت کلی می‌رسد. برای برازش الگوی کلی، معیاری به نام GOF وجود دارد که عبارت است از جذر حاصل ضرب میانگین مقادیر اشتراکی متغیرها در میانگین مقادیر R^2، سه مقدار ۰/۰۱، ۰/۰۲۵ و ۰/۳۶ به عنوان مقادیر ضعیف، متوسط و قوی برای مقایسه استفاده می‌شوند.

پس از بررسی وضعیت و اعتبار الگو، در این بخش با استفاده از مقایسه بارهای عاملی، تک‌تک ابعاد هر یک از مقوله‌های اصلی از الگوی بیرونی در حالت تخمین ضرایب استاندارد قابل استخراج است.

نیکوی برازش $= \sqrt{\text{ضریب تعیین} \times \text{روایی همگرا}} = \sqrt{0/63 \times 0/50} = 0/56$



شکل ۳. ضرایب مسیر و R^2 در مدل تحقیق

https://hsr.mui.ac.ir

[Downloaded from hsr.mui.ac.ir on 2026-11-08]

[DOI: 10.48305/jhsr.v22i3.1704]

جدول ۲. ساختار عاملی ابعاد (مقوله‌های فرعی) هر مقوله

مقوله‌های فرعی	ضریب مسیر	ضریب معنی‌داری	مقدار P
تنظیم هیجان -> ارزیابی مجدد هیجان	۰/۸۸۷	۲۵/۶۳۵	< ۰/۰۰۱
تنظیم هیجان -> سرکوبی هیجان	۰/۷۱۶	۱۲/۰۷۶	< ۰/۰۰۱
طرحواره ناسازگار اولیه -> آسیب‌پذیری	۰/۷۹۲	۲۳/۶۹۳	< ۰/۰۰۱
طرحواره ناسازگار اولیه -> استحقاق	۰/۶۵۵	۱۱/۷۰۱	< ۰/۰۰۱
طرحواره ناسازگار اولیه -> اطاعت	۰/۵۰۳	۸/۳۸۵	< ۰/۰۰۱
طرحواره ناسازگار اولیه -> انزوای اجتماعی	۰/۸۱۸	۲۲/۳۴۷	< ۰/۰۰۱
طرحواره ناسازگار اولیه -> ایثار	۰/۴۱۰	۴/۶۹۳	< ۰/۰۰۱
طرحواره ناسازگار اولیه -> بازداری هیجان	۰/۶۶۱	۱۲/۸۶۸	< ۰/۰۰۱
طرحواره ناسازگار اولیه -> بی‌اعتمادی	۰/۷۲۶	۱۷/۴۹۴	< ۰/۰۰۱
طرحواره ناسازگار اولیه -> بی‌کفایتی	۰/۷۸۸	۳۶/۱۵۶	< ۰/۰۰۱
طرحواره ناسازگار اولیه -> خویشتن‌داری	۰/۷۵۲	۱۶/۲۲۶	< ۰/۰۰۱
طرحواره ناسازگار اولیه -> رهاشدگی	۰/۶۸۳	۱۵/۸۷۴	< ۰/۰۰۱
طرحواره ناسازگار اولیه -> شکست خورده	۰/۸۵۷	۳۶/۲۰۹	< ۰/۰۰۱
طرحواره ناسازگار اولیه -> محرومیت هیجانی	۰/۷۰۴	۱۳/۲۰۹	< ۰/۰۰۱
طرحواره ناسازگار اولیه -> معیارهای سرسختانه	۰/۶۶۶	۱۳/۴۹۵	< ۰/۰۰۱
طرحواره ناسازگار اولیه -> نقص	۰/۸۵۱	۲۵/۵۵۰	< ۰/۰۰۱
طرحواره ناسازگار اولیه -> گرفتار	۰/۷۹۸	۱۷/۷۲۹	< ۰/۰۰۱

تحلیل ساختاری بررسی ساختار عاملی بین مقوله‌های اصلی بر مقوله‌های فرعی (ابعاد) پرداخته شد. نتایج جدول ۲ نشان داد که ساختار عاملی بین مقوله اصلی طرحواره‌های ناسازگار اولیه، با مقوله‌های فرعی (رهاشدگی/ بی‌ثباتی، محرومیت هیجانی، بی‌اعتمادی، بدرفتاری، نقص/ شرم، انزوای اجتماعی)، مقوله اصلی تنظیم هیجانی با مقوله‌های فرعی (سرکوبی هیجان و ارزیابی مجدد هیجان)، روابط علی معنی‌داری داشت.

طبق یافته‌های جدول ۳، طرحواره‌های ناسازگار اولیه بر استفاده مفرط از گوشی اثر مثبت و معنی‌داری داشت (β = ۰/۵۸، t = ۶/۹۰۰، P < ۰/۰۰۱) و این فرضیه تأیید می‌شود؛ بدین معنی که افزایش طرحواره‌های ناسازگار اولیه، منجر به افزایش استفاده مفرط از گوشی می‌گردد و کاهش طرحواره‌های ناسازگار اولیه باعث کاهش استفاده مفرط از گوشی می‌گردد. اضطراب وجودی، تأثیر معنی‌داری را بر استفاده مفرط از گوشی نشان نداد (β = ۰/۱۴، t = ۱/۱۲۵، P = ۰/۲۴۱) و این فرضیه تأیید نمی‌شود؛ چرا که سطح معنی‌داری از ۰/۰۵ بزرگ‌تر بود. تنظیم هیجان بر استفاده مفرط از گوشی اثر معکوس و معنی‌داری داشت (β = −۰/۲۱۳، t = ۲/۳۶۱، P = ۰/۰۱۹) و این فرضیه تأیید می‌شود؛ به این معنی که افزایش تنظیم هیجان، منجر به کاهش استفاده مفرط از گوشی و کاهش تنظیم هیجان، سبب افزایش استفاده مفرط از گوشی می‌گردد. اضطراب وجودی بر تنظیم هیجان تأثیر معکوس و معنی‌داری داشت (β = −۰/۳۳۳، t = ۲/۳۵۱، P = ۰/۰۳۵) و این فرضیه تأیید می‌شود. بر این اساس، افزایش اضطراب وجودی، منجر به کاهش تنظیم هیجان و کاهش اضطراب وجودی، باعث افزایش تنظیم هیجان می‌شود. تأثیر طرحواره‌های ناسازگار اولیه در تنظیم هیجان اثر معکوس و معنی‌داری را نشان داد (β = −۰/۳۵۱، t = ۲/۴۹۷، P < ۰/۰۰۱) و این فرضیه تأیید می‌شود؛ به این معنی که افزایش طرحواره‌های ناسازگار اولیه، سبب کاهش تنظیم هیجان و کاهش طرحواره‌های ناسازگار اولیه، سبب افزایش تنظیم هیجان می‌گردد.

بحث

طبق نتایج به دست آمده، مدل طرحواره‌های ناسازگار اولیه و اضطراب وجودی در استفاده مفرط از گوشی همراه با نقش میانجی تنظیم هیجان در دانشجویان از برازش مطلوبی برخوردار بود و مورد تأیید قرارگرفت.

جدول ۴. ضرایب مسیر و معنی‌داری مدل

فرضیه	ضریب مسیر	ضریب معنی‌داری	مقدار P	اندازه اثر
طرحواره ناسازگار اولیه -> استفاده مفرط از گوشی	۰/۵۸۶	۶/۹۰۰	< ۰/۰۰۱	۰/۳۹۰
اضطراب وجودی -> استفاده مفرط از گوشی	۰/۱۴۷	۱/۱۲۵	۰/۲۴۱	۰/۰۲۵
تنظیم هیجان -> استفاده مفرط از گوشی	−۰/۲۱۳	۲/۳۶۱	۰/۰۱۹	۰/۰۶۵
اضطراب وجودی -> تنظیم هیجان	−۰/۳۳۳	۲/۳۵۱	۰/۰۳۵	۰/۰۹۸
طرحواره ناسازگار اولیه -> تنظیم هیجان	−۰/۳۵۱	۲/۴۹۷	< ۰/۰۰۱	۰/۰۹۸

[Downloaded from hsr.mui.ac.ir on 2026-11-08]

[DOI: 10.48305/jhsr.v22i3.1704]

در سایر مطالعات موجود ارتباط بین چهار متغیر مورد بررسی قرار نگرفته است و به همین دلیل تحقیق حاضر متفاوت و خاص می‌باشد. به نظر می‌رسد که افراد دارای طرحواره‌های ناسازگار و اضطراب وجودی، تمایل بیشتری به استفاده از شبکه‌های اجتماعی مجازی دارند؛ چرا که در آن شبکه‌ها درگیری‌های هیجانی صورت می‌گیرد، اعتماد به نفس فرد و کاربر چندان مورد آزمون و قضاوت واقع نمی‌شود و فرد به دلیل این که خود را قادر به انجام کاری به طور مستقل نمی‌بیند، در گروه‌های مجازی می‌تواند کنش و فعالیتی را دنبال نماید. بنابراین، وجود رابطه مثبت و معنی‌دار بین طرحواره‌ها واضطراب وجودی با استفاده از شبکه‌های اجتماعی مجازی دور از انتظار نیست. به نظر می‌رسد که در فضای مجازی و شبکه‌های اجتماعی مجازی، افراد و کاربران دارای طرحواره‌های ناسازگار و اضطراب وجودی به دلیل کم‌رنگ شدن مرزهای درونی و سایر ویژگی‌های یاد شده از طرحواره‌های ناسازگار اولیه واضطراب به استفاده بیشتر از شبکه‌های اجتماعی گرایش داشته باشند.

در پژوهش حاضر، طرحواره‌های ناسازگار اولیه بر استفاده مفرط از گوشی اثر مثبت و معنی‌داری داشت و این رابطه تأیید شد؛ بدین معنی که افزایش طرحواره‌های ناسازگار اولیه، منجر به افزایش استفاده مفرط از گوشی و یا کاهش طرحواره‌های ناسازگار اولیه، منجر به کاهش استفاده مفرط از گوشی گردید. این نتایج با یافته‌های مطالعات کاهویی و همکاران که دریافتند برخی از ویژگی‌های فردی و شکل‌گیری برخی از طرحواره‌ها با کاهش و افزایش شانس اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی همراه است (۳۲) و کریمی ربانی و مؤمنی که نشان دادند بین طرحواره‌های ناسازگار حوزه‌های بریدگی و طرد، خودگردانی و عملکرد مختل، محدودیت مختل، دیگر جهت‌مندی و حوزه گوش به زنگی بیش از حد و بازداری با استفاده از شبکه‌های مجازی رابطه مثبت و معنی‌داری وجود دارد (۳۳)، همخوانی داشت. یافته‌های تحقیق حاضر ارتباط معنی‌داری میان طرحواره و اعتیاد به اینترنت نشان داد. به عبارت دیگر، طرحواره ناسازگار اولیه در دانشجویانی به وجود آمده است که به دریافت محبت و برقراری ارتباط با اطرافیان به شیوه ارضاکننده، بی‌اعتماد بودند و این بی‌اعتمادی موجب می‌شود که روابط اجتماعی خود را کم کنند و از طرف دیگر، هم به دلیل بازداری هیجانی و به منظور اجتناب از طرد شدن توسط دیگران، احساس شرمندگی و از دست دادن کنترل بر تکانه‌های شخصی، نسبت به اعمال احساسات و ارتباطات خودانگیخته خود به صورت افراطی بازداری کنند و از این‌رو، به شبکه‌های اجتماعی روی آورند.

در پژوهش حاضر، اضطراب وجودی بر استفاده مفرط از گوشی اثر معنی‌داری نداشت و این رابطه تأیید نشد؛ چرا که سطح معنی‌داری از ۰/۰۵ بزرگ‌تر بود. طبق نتایج، اضطراب وجودی نمی‌تواند باعث استفاده مفرط از گوشی همراه گردد و با نتایج مطالعات Yan و همکاران که نشان دادند بین اضطراب زندگی و اعتیاد به اینترنت رابطه مثبتی وجود داشت (۳۴) و عیسی نظر و همکاران که دریافتند متغیرهای استرس (β = ۰/۵۲) ۵۷ درصد از واریانس اعتیاد به گوشی‌های هوشمند را به طور معنی‌داری تبیین می‌کنند (۳۵)، ناهمسو بود. به نظر می‌رسد علت ناهمسو بودن این باشد که اضطراب‌های مختلفی در تحقیقات مختلف مورد سنجش قرار گرفته است. در تبیین یافته‌های پژوهش باید گفت که مطالعات دیگر اذعان می‌کنند استرس زیاد باعث اعتیاد به گوشی‌های هوشمند می‌شود. واضح است که دانشجویان دندان‌پزشکی در طول تحصیل استرس زیادی را تحمل می‌کنند و در نتیجه، قدرت خودکنترلی‌شان کاهش می‌یابد و این موضوع آن‌ها را مستعد اعتیاد به گوشی‌های هوشمند می‌کند، اما این بر خلاف نتایج بررسی حاضر است.

در تحقیق حاضر، تنظیم هیجان بر استفاده مفرط از گوشی تأثیر معکوس و معنی‌داری داشت و این رابطه تأیید گردید. افزایش تنظیم هیجان، باعث به کاهش استفاده مفرط از گوشی و کاهش تنظیم هیجان، باعث افزایش استفاده مفرط از گوشی گردید. بخشی‌پور رودسری و همکاران دریافتند که تنظیم هیجان اثر غیر مستقیم و معنی‌داری بر استفاده مشکل‌ساز از تلفن هوشمند داشت؛ به طوری که ارتقای توانمندی‌های تنظیم هیجانات تأثیر بسزایی در کاهش گرایش جوانان به استفاده مشکل‌ساز از تلفن هوشمند داشت (۳۶) که با یافته‌های بررسی حاضر هم‌راستا می‌باشد. در پژوهش صدوقی گزارش شد که رابطه مثبت و معنی‌داری بین استفاده مفرط از تلفن همراه با نمره کل دشواری در تنظیم هیجانی وجود دارد. همچنین، استفاده مفرط از تلفن همراه با مؤلفه‌های عدم پذیرش هیجانات منفی و دشواری در انجام رفتارهای هدفمند، محدودیت راهبردهای اثربخش تنظیم هیجان، فقدان آگاهی هیجانی، فقدان شفافیت هیجانی نیز رابطه معنی‌داری وجود داشت (۳۷). همچنین، زنجانی و همکاران دریافتند که مشکل در تنظیم هیجان، بیش از ۳۳ درصد تغییرات اعتیاد به تلفن همراه را تبیین می‌کند (۳۸). به نظر می‌رسد افرادی که مشکلات بیشتری در تنظیم هیجان دارند، بیش از دیگران گرفتار رفتارهای نابهنجاری همچون اعتیاد به تلفن همراه می‌شوند؛ به طوری که اختلال در تنظیم هیجان به عنوان عامل خطری برای اعتیاد در نظر گرفته می‌شود و گفته شده است که استفاده بیش از حد از اینترنت و تلفن همراه ممکن است روشی برای فرار از واقعیت و مکانیسمی برای مقابله با هیجانات منفی مانند افسردگی، استرس و اضطراب باشد.

در مطالعه حاضر اضطراب وجودی بر تنظیم هیجان اثر معکوس و معنی‌داری داشت و این رابطه نیز تأیید گردید؛ بدین معنی که افزایش اضطراب وجودی، منجر به کاهش تنظیم هیجان گردید و بر عکس. در راستای این نتایج و همسو با آن، نیک‌دانش و همکاران دریافتند که تنظیم هیجانی، ذهن‌آگاهی و اضطراب وجودی، از عوامل روان‌شناختی مهم در اختلالات قلبی- عروقی محسوب می‌شود و باید به نقش آن‌ها در این اختلالات توجه بیشتری داشت (۳۹). کرد و محمدی در تحقیق خود به این نتیجه رسیدند که بین متغیرهای دشواری در تنظیم هیجان و افکار خودایند منفی با اضطراب دانشجویان رابطه مثبت و معنی‌داری وجود داشت. همچنین، نتایج پژوهش آن‌ها نشان داد که ۲۳ درصد واریانس مربوط به اضطراب به وسیله افکار خودایند منفی و دشواری در تنظیم هیجان تبیین می‌شود (۴۰). در تبیین این یافته می‌توان اذعان داشت، افرادی که دارای اضطراب وجودی هستند، کنترل کمتری بر تنظیم هیجانات خود دارند؛ چرا که پنداشت‌ها و نگرش‌های منفی که حاوی درماندگی و خودتخریبی است، باعث برقرار ساختن فرض‌ها و سوگیری‌های منفی می‌شود. اضطراب ناشی از رخدادهای استرس‌زای زندگی، در برگیرنده سوگیری‌های منفی در پردازش اطلاعات شخصی است. از سوی دیگر، افرادی که از راهبردهای تنظیم هیجان استفاده می‌کنند، به رویدادهای استرس‌زا به عنوان چالش و فرصتی برای یادگیری می‌نگرند، نه تهدیدی برای امنیت. در نتیجه، اختلالات فیزیولوژیک و هیجانی کمتری را تجربه می‌کنند و به دنبال آن، از شدت اضطراب وجودی آنان کم می‌شود. بنابراین، به نظر می‌رسد اجرای برنامه‌هایی برای کنترل اضطراب وجودی در دانشجویان و بازارزیابی آنان نسبت به هیجانات مثبت و منفی، می‌تواند کاهش هیجانات را در آنان به دنبال داشته باشد.

[Downloaded from hsr.mui.ac.ir on 2026-11-08]

[DOI: 10.48305/jhsr.v22i3.1704]

در مطالعه حاضر طرحواره‌های ناسازگار اولیه در تنظیم هیجان اثر معکوس و معنی‌داری داشت و این رابطه نیز تأیید شد؛ به این معنی که افزایش طرحواره‌های ناسازگار اولیه، منجر به کاهش تنظیم هیجان و کاهش طرحواره‌های ناسازگار اولیه، منجر به افزایش تنظیم هیجان می‌شود. در این راستا و همسو با این نتایج، رودینی در تحقیق خود به این نتیجه دست یافت که طرحواره درمانی در کاهش راهبردهای تنظیم منفی، اضطراب و افسردگی مؤثر است و طرحواره درمانی پس از درمان، اضطراب و افسردگی را در افراد تحت درمان کنترل می‌کند (۴۱). نتایج پژوهش پیرایه نشان داد که بین طرحواره‌های طرد- بریدگی، خودگردانی، محدودیت مختل و دیگرجهت‌مندی با تنظیم هیجانی رابطه منفی و معنی‌داری وجود داشت (۴۲).

در تبیین یافته‌های این فرض باید اذعان داشت که طرحواره‌های ناسازگار اولیه باورهای شناختی ناکارامدی هستند که Young معتقد بود در اثر شیوه تربیتی نادرست والدین ایجاد می‌شود. همچنین به اعتقاد وی، عدم ارضای نیازهای اولیه و اساسی زندگی مانند احساس امنیت و استقلال، عامل تأثیرگذاری بر ایجاد طرحواره‌های ناسازگار اولیه است (۸). با توجه به ویژگی‌های شخصیتی که برای هر یک از طرحواره‌ها بیان شد، به نظر می‌رسد افراد برخوردار از طرحواره‌های ناسازگار، سلامت کافی برای مواجهه با شرایط مختلف ندارند؛ به طوری که Young معتقد است افراد برخوردار از طرحواره‌های ناکارامد از برخورد مناسب با هیجانات نامطلوبی همچون استرس ناتوان هستند و به همین سبب همیشه از راهبردهای مقابله‌ای نامطلوب برای مواجهه با آن استفاده می‌کنند (۸). تنظیم هیجانات و کنترل عاطفی به مواجهه مناسب افراد با هیجانات اشاره می‌کند و شامل فرایندهایی است که از آن طریق، مردم هیجانات خود و نیز چگونگی و ابراز آن‌ها را تحت تأثیر قرار می‌دهند. تنظیم هیجانی و کنترل عاطفی از مهم‌ترین قابلیت‌های انسان‌ها می‌باشد که سلامت را در آن‌ها افزایش می‌دهد. برای این که فردی بتواند به بهترین شکل با هیجانات مواجه شود، لازم است که نگرش‌ها و باورهای شناختی ناکارامد از او دور باشد؛ چرا که وجود طرحواره‌های شناختی ناکارامد در وضعیت‌های مختلف هیجانی، فرد را تحت تأثیر قرار می‌دهد و او را به سمت انجام رفتارهای نامطلوبی که طرحواره‌ها شکل می‌دهد، هدایت می‌کند.

پژوهش حاضر مانند هر مطالعه دیگری در حوزه علوم انسانی با محدودیت‌هایی مواجه بود که در مجموع، تعمیم یافته‌ها را با رعایت جوانب احتیاط ملزم می‌کند که برخی از این محدودیت‌ها در ادامه آمده است. تحقیق حاضر تنها روی دانشجویان رشته دندان‌پزشکی انجام شد و تعمیم نتایج آن برای سایر گروه‌ها درست نیست. پژوهش به صورت مقطعی انجام گرفت و تعمیم آن به دوره‌های دیگر ممکن است با نتایج متفاوتی همراه باشد و استفاده مفرط از گوشی هوشمند به طور کلی بدون توجه به نوع شبکه اجتماعی در نظر گرفته شده بود و اعتیاد به هر یک از شبکه‌های اجتماعی به طور جداگانه مورد بررسی قرار نگرفت. دراین راستا، پیشنهاد می‌شود مطالعه حاضر در جامعه دانش‌آموزی نیز اجرا گردد. همچنین، میزان استفاده از شبکه‌های اجتماعی در بین دانشجویان به تفکیک رشته‌های تحصیلی (شامل علوم انسانی، علوم پایه، فنی) و جنسیت مورد بررسی و مقایسه قرار گیرد.

در خصوص نتایج می‌توان پیشنهادهای کاربردی را ارایه نمود که در ادامه آمده است. یافته‌های به دست آمده می‌تواند بینش مفیدی برای سیاست‌گذاران جهت پی‌ریزی برنامه‌های مداخله‌ای کاهش اثرات روحی- روانی اعتیاد به گوشی‌های هوشمند در دانشجویان فراهم آورد. با توجه به تأثیر تنظیم هیجانات بر استفاده مفرط از گوشی همراه، پیشنهاد می‌گردد برای دانشجویان دوره‌های آموزشی تنظیم هیجان برگزار شود تا بتوانند در این دوره‌ها با راهکارهای تنظیم هیجان آشنا شوند. با توجه به تأثیر اضطراب وجودی بر استفاده مفرط از تلفن همراه، پیشنهاد می‌گردد تا با ارایه راهکارهایی همچون مدیتیشن و آرام‌سازی برای دانشجویان اضطراب آن‌ها را تا حدودی کاهش دهند. با توجه به تأثیر طرحواره‌های ناسازگار در تنظیم هیجان، پیشنهاد می‌شود پشتیبانی و حمایت‌های فردی و گروهی و مناسب از دانشجویان از جانب دانشگاه صورت گیرد تا با استفاده از طرحواره درمانی بتوانند به طور کامل با هیجانات منفی و اضطراب وجودی مقابله کنند.

محدودیت در همکاری دانشجویان و در نظر نگرفتن عوامل بیرونی و محیطی استرس‌زا، از جمله محدودیت‌های خارج از کنترل پژوهش حاضر بود. همچنین، مطالعه بدون توجه به نوع شبکه اجتماعی مورد بررسی قرار گرفت و اعتیاد به هر یک از شبکه‌های اجتماعی جداگانه مورد بررسی قرار نگرفت. بنابراین، پیشنهاد می‌گردد تحقیقات آینده در بین دانش‌آموزان نیز اجرا گردد. همچنین، بهتر است در پژوهش پیمایشی میزان استفاده از شبکه‌های اجتماعی در بین دانشجویان تفکیک رشته‌های تحصیلی (شامل علوم انسانی، علوم پایه، فنی) مورد بررسی و مقایسه قرار گیرد. پیشنهاد می‌گردد در تحقیقات بعدی، اثر جنسیّت در بررسی رابطه طرحواره‌های ناسازگار اولیه و اضطراب وجودی با استفاده از شبکه‌های اجتماعی لحاظ شود.

نتیجه‌گیری

با توجه به نتایج پژوهش حاضر، لازم است برنامه‌ریزی‌هایی در جهت ارتقای کاهش طرحواره‌های ناسازگار اولیه، اضطراب وجودی و تنظیم هیجانات در دانشجویان علوم پزشکی انجام گردد.

تشکر و قدردانی

پژوهش حاضر برگرفته از پایان‌نامه مقطع کارشناسی ارشد با شماره ۱۹۰۵۲۹۲۱۲۸۰۹۳۷۹۶۳۵۰۲۶۱۶۲۸۳۱۶۸۳ و کد اخلاق IR.IAU.KHUISF.REC.1403.025، مصوب کمیته اخلاق دانشگاه آزاد اسلامی واحد اصفهان می‌باشد. بدین وسیله از همه مشارکت‌کنندگانی که در انجام این مطالعه همکاری نمودند، تشکر و قدردانی به عمل می‌آید.

References

1. Mateen M. Identifying and prioritizing the causes of addiction to social networks in students. Master's thesis. Bandar Abbas Azad University 2017. [In Persian].
2. Rozgonjuk D, Elhai JD. Emotion regulation in relation to smartphone use: Processsmartphone use mediates the association between expressive suppression and problematicsmartphone use. Current Psychology 2021; 40(7): 3246-55.

[Downloaded from hsr.mui.ac.ir on 2026-11-08]

[DOI: 10.48305/jhsr.v22i3.1704]

3. Elhai JD, Contractor A. A. Examining latent classes of smartphone users: Relationswith psychopathology and problematic smartphone use. Computers in Human Behavior 2018; 82(2): 159-66. [In Persian].
4. Elhai JD, Yang H, Fang J, Bai X, Hall BJ. Depression and anxiety symptomsare related to problematic smartphone use severity in Chinese young adults: Fear of missing out asa mediator. Addictive behaviors 2020; 101: 105962. [In Persian].
5. Horwood S, Anglim J. Personality and problematic smartphone use: A facet-levelanalysis using the Five Factor Model and HEXACO frameworks. Computers in Human Behavior 2018; 82: 349-59.
6. Busch PA, McCarthy S. Antecedents and consequences of problematic smartphoneuse: A systematic literature review of an emerging research area. Computers in humanbehavior 2021; 114: 106414.
7. Salartash A, Kian Erthi F. The contribution of primary maladaptive schemas and existential anxiety in the excessive use of mobile phones in students of the Faculty of Medicinal Chemistry, Islamic Azad University of Tehran. New Ideas of Psychology Quarterly 1400; 11(15): 41-96. [In Persian].
8. Young JE. Cognitive Therapy forPersonality Disorders: A Schema-Focused Approach (3rd ed). Professional Resource Press. 1999.
9. Walburg V, Chiaramello S. Link between early maladaptive schemas and defense mechanisms. Revue Européenne de Psychologie Appliquée/European Review of Applied Psychology, 2015; 65(5): 221-6.
10. Young J. Cognitive therapy of personality disorders: a schema-based approach. (Translated by Salehi, A. Hamidpour H. Tehran: Arajmand; 2022. [In Persian].
11. Vieira C, Kuss DJ, Griffiths MD. Early maladaptive schemas and behavioural addictions: A systematic literature review. Clinical Psychology Review, 2023: 102340
12. Muris P. Maladaptive schemas in non-clinical adolescents: relations to perceived parental rearing behaviours, big five personality factors, and psychopathological symptoms. Clinical Psychology and Psychotherapy 2006; 13: 405-13.
13. Saidinejad A, Gadami M, Moradpour B. Investigating the relationship between early maladaptive schemas and aggression and school anxiety in elementary school students: the mediating role of parents' mental health. The second conference of psychology, educational sciences, social sciences and humanities. 2023. [In Persian].
14. Sabrian L. Comparing the effectiveness of acceptance and commitment therapy with schema therapy, on depression, health anxiety, compromising behavior and psychological toughness in patients with MS in Isfahan during the Corona epidemic. Master's thesis. University of Sistan and Baluchistan. 2023. [In Persian].
15. Ahmadi R. The effectiveness of compassion-based therapy on anxiety, depression, suicidal desire, disease perception and disease-related quality of life in women with vitiligo in Isfahan city. Master's Thesis, Isfahan Azad University, 2018. [In Persian].
16. Kaplan A, Haenlein M. Users Of The World, Unite! TheChallenges and Opportunities of Social Media. Business Horizons 2020; 53(1): 59-68.
17. Gasiorowska A, Zaleskiewicz T, Kesebir P. Money as an existential anxiety buffer: Exposure to money prevents mortality reminders from leading to increased death thoughts. Journal of Experimental SocialPsychology 2018; 79: 394-409.
18. Yan W, Li Y, Sui N. The Relationship between Recent Stressful Life Events, Personality Traits, Perceived Family Functioning and Internet Addiction among College Students, Issue Stress and Health, 2014; 30: 1: 3-11.
19. Rodini N. The effectiveness of schema therapy on the cognitive regulation strategies of emotion, anxiety and depression in patients with depression. Master's thesis. Behshahr University, 2016. [In Persian].
20. Ali Asghari Sadri Z, Panah Ali A. The role of positive and negative affect and emotional regulation in predicting stress and job satisfaction of teachers of children with special needs. Exceptional education 2015; 16(2): [In Persian].
21. Yeh KH, Bedford O, Wu CW, Wang SY, Yen NS. Suppression Benefits Boys in Taiwan: The Relation between Gender, Emotional Regulation Strategy, and Mental Health. Frontiers in psychology 2017; 8: 135.
22. Mehdinejad M. Predicting addiction to mobile-based virtual social networks based on attachment styles, early maladaptive schemas, and difficulty in regulating emotion in female art school students in Karaj, Fifth National Conference on Recent Innovations in Psychology, Applications, and Empowerment with a Focus on Psychotherapy, Tehran, 2019.
23. Rodini N. The effectiveness of schema therapy on cognitive emotion regulation strategies, anxiety, and depression in patients with depression. Master's thesis. Behshahr University. 2017
24. Wellburn K, Dagg P, Coristine M. Pontre-fact, A. Schematic change as a result of an in-tensive group-therapy

[Downloaded from hsr.mui.ac.ir on 2026-11-08]

[DOI: 10.48305/jhsr.v22i3.1704]

day-treatment program.Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training 2000; 37: 189-95.
25. Ahi GH, Psychometric properties of sche-mas questionnaire-short from. Master thesis ofshahid Beheshti universitgeneral psychology.Allameh Tabatabaee University 2007. [In Persian].
26. Adel F. The relationship between Islamic lifestyle and existential anxiety and personality traits of Al-Zahra University students, master's thesis in educational psychology, Al-Zahra University 2014. [In Persian].
27. Hullett MA. A validation study of the existential anxiety scale. Paper presented at Middle Tennessee Psychological Association Nashville Tennessee 1994.
28. Jenaro C, Flores N, Gomez-Vela M, Gonzلlez-Gil F , Caballo C. Problematic In-ternet and cell-phone use: Psychological, behavioral, and health correlates. Addiction Research & Theory 2007; 15(3): 309-20.
29. Rezaei F. Investigating the relationship between harmful use of mobilephones and internet addiction with emotional divorce of teachers in Kermanshah.Development of Psychology 2020; 9(3): 69-76. [In Persian].
30. Gross JJ, John OP. Individual differences in two emotionregulation processes: Implications for affect, relationships, and well-being. Journal of Personality and Social Psychology2003; 85: 348-62.
31. Hosseini FA. Examining the teacher's role in the academic emotions of mathematics and students' emotional regulation. New Psychological Research Quarterly 2019; 5(20): 63-41. [In Persian].
32. Kahoui M, Pak Nazar F, Ali Mohammadi M, and Mosibi G. The relationship between early maladaptive schemas and addiction to social networks among students of Semnan University of Medical Sciences. Iranian Journal of Psychiatry and Clinical Psychology (thought and behavior) 2019; 26(2): 228-39. [In Persian].
33. Karimi Rabbani M, Momeni F. Early maladaptive schemas and the rate of use of virtual social networks in college students. Congress of the Iranian Psychological Association. 2016. [In Persian].
34. Yan W, Li Y, Sui N. The Relationship between Recent Stressful Life Events, Personality Traits, Perceived Family Functioning and Internet Addiction among College Students, Issue Stress and Health 2014; 30, 1: 3-11.
35. Issa Nazar A, Najafi K, Mohammadi A, Sarlak Kasri, Mirfarhadi N. The relationship between smartphone addiction and stress and life satisfaction in medical students. Gilan Journal of Medical Sciences. 2020; 30(2): 144-55.
36. Bakshipour Rudsari A, Hashemi Nusrat Abad T, Faqih H. Examining the relationship between difficulty in emotion regulation and problematic smartphone use: a mediation model of depression and perceived social support New Advances in Behavioral Sciences, 1402; 8(56): 153-68. [In Persian].
37. Sadouqi M. Investigating the relationship between difficulty in emotion regulation and excessive use of smart phones among students. The 3rd National Conference on Psychology and Social Injuries 2017.
38. Zanjani Z, Moqbali Hanzaei M, Mohsen Abadi H. The relationship between depression, distress tolerance and difficulty in emotion regulation with mobile phone addiction in Kashan University students. Faiz Journal of Medical Sciences 2017; 22(4): 411-20. [In Persian].
39. Nik Danesh M, Dozadeh Imami M H; Khedari MA, Bakhtiari M, Mohammadi A. Emotional regulation, mindfulness and existential anxiety in people with coronary heart diseases: a comparative study. Journal of Medical Sciences Studies 2016; 28(6): 384-93. [In Persian].
40. Kurd B, Mohammadi M. Predicting students' anxiety based on the difficulties of emotion regulation and negative spontaneous thoughts. New Ideas of Psychology Quarterly 2020; 12(16): 1-10. [In Persian].
41. Roudini, N. The effectiveness of schema therapy on the cognitive regulation strategies of emotion, anxiety and depression in patients with depression. Master's thesis. Behshahr University 2016.
42. Pirayeh Z. Predicting emotional regulation based on primary maladaptive schemas in adolescents) case study: secondary school students of the academic year 2010-1400 in Karaj city). New Ideas of Psychology Quarterly 2020; 12(16): 1-10. [In Persian].

[Downloaded from hsr.mui.ac.ir on 2026-11-08]

[DOI: 10.48305/jhsr.v22i3.1704]