



Investigating the Mediating Role of Perceived Social Support in The Relationship Between Early Maladaptive Schemas of Hypervigilance with Academic Buoyancy

Sara Eidi¹ , Jahanshah Mohammadzadeh²

1. MSc in Educational Psychology, Department of Psychology, Faculty of Psychology and Educational Science, Islamic Azad University, Ilam Branch, Ilam, Iran. Email: edisara74@gmail.com

2. Associate Professor, Department of Psychology, Faculty of Psychology and Educational Science, Ilam University, Ilam, Iran. Email: J.mohammadzadeh@ilam.ac.ir

ARTICLE INFO

Article type:

Research Article

Article history:

Received 21 April 2026

Received in revised form 20 February 2026

Accepted 29 August 2026

Published Online 23 October 2026

Keywords:

hypervigilance,
academic buoyancy,
perceived social support.

ABSTRACT

Background: Although limited studies have examined the effect of early maladaptive schemas on academic buoyancy, this study specifically examines the mediating role of perceived social support in the relationship between hypervigilance with academic buoyancy.

Aims: This study aimed to predict academic buoyancy based on the hypervigilance schema with the mediating role of perceived social support in female junior high school students in Ilam.

Methods: This study aimed to predict academic buoyancy based on the hypervigilance schema with the mediating role of perceived social support in female junior high school students in Ilam. Method: This study was a descriptive-correlational study in terms of its fundamental purpose and method, using regression analysis to investigate mediation. The statistical population of this study included all female junior high school students in Ilam in the year (2024), which was (5155) people, of which (358) students were selected by cluster random sampling in the year (1403). To collect data, Chari and Dehghani Zadeh's academic buoyancy questionnaire (2012), Young et al.'s maladaptive schemas short form (1998), and Zimet et al.'s perceived social support questionnaire (1988) were used. The relationships among variables were examined using Pearson correlation and structural equation modeling techniques. The maximum significance level for hypothesis testing was set at 0.05 ($p \leq 0.05$). Data analysis was conducted using SPSS version 28 and AMOS version 24.

Results: Results indicated that the conceptual model demonstrated a good fit, and all relationships between variables were significant ($p < .05$). Perceived social support had a direct positive effect, and the hypervigilance and inhibition schema had a direct negative effect on academic vitality, collectively explaining 34% of its variance. Furthermore, perceived social support played a significant mediating role in the relationship between the hypervigilance and inhibition schema and academic vitality.

Conclusion: Based on the findings, it can be concluded that perceived social support and the hypervigilance and inhibition schema are important predictors of academic vitality, such that higher perceived social support is associated with greater academic vitality, and more severe hypervigilance and inhibition are associated with lower academic vitality. These findings have important implications for designing interventions aimed at enhancing academic vitality, which can focus on strengthening supportive resources and modifying maladaptive schemas.

Citation: Eidi, S., & Mohammadzadeh, J. (2026). Investigating the mediating role of perceived social support in the relationship between early maladaptive schemas of hypervigilance with academic buoyancy. *Journal of Psychological Science*, 25(164), 1-17. [10.66224/jps.25.164.11](https://doi.org/10.66224/jps.25.164.11)

Journal of Psychological Science, Vol. 25, No. 164, 2026

© The Author(s). DOI: [10.66224/jps.25.164.11](https://doi.org/10.66224/jps.25.164.11)



✉ **Corresponding Author:** Jahanshah Mohammadzadeh. Associate Professor, Department of Psychology, Faculty of Psychology and Educational Science, Ilam University, Ilam, Iran.

E-mail: J.mohammadzadeh@ilam.ac.ir, Tel: (+98)9183430081

Extended Abstract

Introduction

Academic buoyancy is one of the skills and competences that students need to deal with a variety of issues, including academic failure, inadequate teachers, stress, and anxiety (Martin et al., 2006). Academic buoyancy is the capacity of a student to overcome the typical obstacles of academic life, enabling them to get back up, get better, and keep going in spite of setbacks. Academic buoyancy is positively correlated with students' assessments of the educational atmosphere factor (teacher-student connections, useful content, interesting content) and learning techniques (elaboration, memory, and control) (Collie et al., 2024). Low buoyancy causes academic failure given the difficulties students have in their studies (Martin et al., 2009). The origin of challenges and academic failure can be maladaptive childhood schemas, and the root of many personality disorders and chronic disorders are some schemas, especially those formed based on painful childhood experiences. In this study, the hypervigilance was studied. Perceived social support is an important antecedent of buoyancy that plays a significant role in academic success; it was used as a mediating variable in this study. Society has a significant impact on individuals and their behavior. Perceived social support indicates that an individual can use the assistance of others if needed (Moradi et al., 2018). Perceived social support helps both to create academic success and plays a significant role in meeting students' basic needs (Moradi et al., 2018). So far, many studies have been conducted in the areas of academic buoyancy, perceived social support, and early maladaptive schemas. However, despite the studies conducted, the prediction of academic buoyancy based on hypervigilance with the mediating role of perceived social support has not been investigated. Ali et al. (2024) studied the relationship between perceived social support and early maladaptive schemas among men and women with epilepsy. According to the results, women with epilepsy had more early maladaptive schemas and perceived more social support compared to men with epilepsy. Also, married people with epilepsy

experienced fewer early maladaptive schemas and perceived more social support compared to single people with epilepsy (Ali et al., 2024). Li et al. (2024) studied the relationship between perceived social support and academic vitality. This study showed that different sources of perceived social support consistently showed significant effects on academic vitality, however, differences in ... emerged (Li et al., 2024). This study was conducted among female junior high school students in Ilam, western Iran, and aims to determine all other variables of hypervigilance, perceived social support, and academic buoyancy among female junior high school students in Ilam.

Method

The current study is both descriptive and analytical. The goal of these investigations is to investigate the connections among the variables under investigation. Based on early maladaptive schemas and the perceived meditative role of social support, current research aims to predict academic buoyancy in the first middle-aged girls in the city of Ilam. In the western Iranian city of Ilam, there are 5155 female first-secondary students who make up the study's society. 358 female high school students from the city of Ilam were chosen through sampling in a multi-stage group in 2024 in order to carry out the current study. They were given the research variant questionnaires listed below. This study used the research question letter below. To collect data, Chari and Dehghani Zadeh's academic buoyancy questionnaire (2012), Yang et al.'s short form other-oriented schema (1998), and Zimet et al.'s perceived social support questionnaire (1988) were used. To calculate answers in the academic buoyancy questionnaire, a scale of 5 degrees is used, ranging from totally opposed (1) to totally agreeing (5). The scores vary from 9 to 63 (Dehghanizadeh et al. (2013); Moradi et al. (2018)). Early maladaptive schemas, which contain 15 schemes in five general divisions. A perceived social support questionnaire was compiled to assess the social support perceived by individuals with indicators in a person's life, such as family, friends, and relatives. The questionnaire (Zimet, 1988) is based on three parameters: support received from family, favor received from friends,

and support from others. It consists of 12 questions that the respondent must choose from one of the 5 scales of options (strongly opposed = 1 and strongly agreed = 5) [Bruwer et al. 2008].

The relationships among variables were examined using Pearson correlation and structural equation modeling techniques. The maximum significance level for hypothesis testing was set at 0.05 ($p \leq 0.05$). Data analysis was conducted using SPSS version 28 and AMOS version 24.

Results

In the area of hypervigilance schemes, the average and standard deviation is for the entire sample 28.33

and 11.70, respectively. Also in the perceived social support variable, the mean and the standard deviation were 29.61 and 8.30, respectively. and in the variable of academic buoyancy, mean and critical deviation, respectively, for the total sample of 40.95 and 10.98, respectively. Based on the results of the Kolmogorov Smirnov test, a significant level for hypervigilance, academic buoyancy, and social support were 0.073, 0.059 and 0.091, respectively, all more than 0.05, all of which are normal or close, respectively. Evaluated to normal. as mean, standard deviation, skewness, and kurtosis.

Table1. Results of Direct Effects in the Model

Type of Effect	Standardized Coefficient	Unstandardized Coefficient	Standard Error	t Value	p Value
Hypervigilance and Inhibition→ Perceived Social Support	0/010	-0/221	0/341	2/22	0/034
Hypervigilance and Inhibition→ Academic Vitality	-0/194	-0/457	0/722	5/49	0/011
Perceived Social Support → Academic Vitality	0/054	0/161	0/217	2/21	0/045

Findings (Table 1) showed that the direct effect of perceived social support on academic vitality was confirmed ($p < .05$). The direction of this relationship was positive, and its strength was $\beta = 0.054$. The direct effect of the hypervigilance and inhibition schema on academic vitality was also confirmed ($p < .05$), with a negative direction and a strength of $\beta = -0.194$. The relationship between the hypervigilance

and inhibition schema and perceived social support was also significant ($p < .05$). The mediating role of perceived social support in the relationship between the hypervigilance and inhibition schema and academic vitality was examined using the bootstrapping method, with the results presented in Table 2.

Table2. Bootstrapping Test of the Mediating Role of Perceived Social Support

Mediation Path	Indirect Effect	Standard Error	Lower Bound	Upper Bound	p Value
Hypervigilance and Inhibition→ Perceived Social Support → Academic Vitality	0/234	0/075	0/051	0/141	0/022

The results in Table 2 indicated that the mediating role of perceived social support in the relationship between the hypervigilance and inhibition schema and academic vitality was confirmed ($p < .05$). Overall, the findings suggested that the independent variable, the hypervigilance and inhibition schema, influenced academic vitality both directly and

indirectly (through the mediation of perceived social support).

Conclusion

The findings indicate a strong inverse link between students' academic buoyancy and their hypervigilance schema. In other words, academic

buoyancy declines as hypervigilance schema increases. The current study's findings are in line with those of earlier research (Maghari et al., 2024., Hosseini-Abrishami et al., 2019; Akhundi, 2019; Khodabakhshi, 2018; Dowest, 2019). In explaining this finding, it should be said that because schemas are ineffective cognitive, emotional, and behavioral patterns that cause bias in an individual's judgments and have an adverse effect on the individual's relationship with others and the world and direct individual behaviors. Also, in explaining this finding, it can be said that the mind is full of schemas; otherwise, with the volume of information that exists around, people would undoubtedly suffer from cognitive overload, and as a result, the mind would lose the ability to pay attention to this information (Afshari, 2022).

Also, based on the results, there is a significant negative relationship between the hypervigilance schema and perceived social support in students. In other words, with the increase in initial maladaptive schemas, perceived social support decreases. The results of the present study are consistent with previous studies (Mazloumi Moghadam and Afshani, 2017). This finding can be explained within the framework of the indirect theory of social support and its direct theory.

Ethical Considerations

Compliance with ethical guidelines: This article is taken from the master science dissertation of the first author in the field of psychology and education of exceptional children in the Faculty of Psychology, Azad University of Ilam. In order to maintain the observance of ethical principles in this study, an attempt was made to collect information after obtaining the consent of the participants. Participants were also reassured about the confidentiality of the protection of personal information and the presentation of results without mentioning the names and details of the identity of individuals.

Funding: This study was conducted as a Master science thesis with no financial support.

Authors' contribution: The first author was the senior author, the second was the supervisor.

Conflict of interest: the authors declare no conflict of interest for this study.

Acknowledgments: I would like to appreciate the female junior high school students in Ilam.



بررسی نقش میانجیگر حمایت اجتماعی ادراک شده در رابطه بین گوش به زنگی بیش از حد و بازداری با سرزندگی تحصیلی

سارا عیدی^۱، جهانشاه محمدزاده^۲

۱. کارشناسی ارشد روانشناسی تربیتی، گروه روانشناسی تربیتی، دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی، دانشگاه آزاد اسلامی، ایلام، ایران. رایانامه: eidisara74@gmail.com

۲. دانشیار، گروه روانشناسی، دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی، دانشگاه ایلام، ایلام، ایران. رایانامه: j.mohammadzadeh@ilam.ac.ir

چکیده

مشخصات مقاله

نوع مقاله:

پژوهشی

تاریخچه مقاله:

دریافت: ۱۴۰۴/۰۲/۰۱

بازنگری: ۱۴۰۴/۱۲/۰۱

پذیرش: ۱۴۰۵/۰۶/۰۷

انتشار برخط: ۱۴۰۵/۰۸/۰۱

کلیدواژه‌ها:

طرحواره گوش به زنگی بیش از حد و بازداری، سرزندگی تحصیلی، حمایت اجتماعی ادراک شده.

زمینه: اگرچه مطالعات معدودی به بررسی رابطه‌ی طرحواره‌های ناسازگار اولیه به‌ویژه حوزه‌ی گوش به زنگی بیش از حد و بازداری با سرزندگی تحصیلی پرداخته‌اند، اما نقش مکانیسم‌های میانجی در این رابطه کمتر مورد توجه قرار گرفته است. این پژوهش با تمرکز بر حمایت اجتماعی ادراک شده به‌عنوان متغیر میانجی، درصدد پر کردن این خلا پژوهشی است. این رویکرد می‌تواند درک جامع‌تری از چگونگی تأثیر طرحواره‌های ناسازگار بر عملکرد تحصیلی دانش‌آموزان ارائه دهد.

سرزندگی تحصیلی حمایت اجتماعی ادراک شده گوش به زنگی بیش از حد و بازداری سرزندگی تحصیلی

هدف: این پژوهش با هدف پیش‌بینی سرزندگی تحصیلی بر اساس طرحواره ناسازگار اولیه گوش به زنگی بیش از حد و بازداری با نقش میانجی حمایت اجتماعی ادراک شده در دانش‌آموزان دختر متوسطه اول شهر ایلام انجام شد.

روش: روش پژوهش حاضر همبستگی از نوع مدل‌سازی معادلات ساختاری بود. جامعه آماری این پژوهش شامل تمامی دانش‌آموزان دختر مقطع متوسطه اول شهر ایلام در سال ۱۴۰۳ بود که تعداد ۵۱۵۵ نفر بودند که تعداد ۳۵۸ دانش‌آموز به نمونه‌گیری تصادفی خوشه‌ای انتخاب شدند. برای جمع‌آوری داده‌ها از پرسشنامه سرزندگی تحصیلی (جاری و دهقانی زاده، ۱۳۹۱)، پرسشنامه فرم کوتاه طرحواره‌های ناسازگار اولیه (یانگ و همکاران، ۱۹۹۸) و پرسشنامه حمایت اجتماعی ادراک شده (زیمت و همکاران، ۱۹۸۸) استفاده شد. در این پژوهش رابطه بین متغیرها با آزمون همبستگی پیرسون و مدل پژوهش با تکنیک مدل‌سازی معادلات ساختاری آزمون شد ($p \leq 0/05$). تجزیه و تحلیل داده‌ها با استفاده از نرم افزارهای آماری SPSS 28 و AMOS 24 انجام شد.

یافته‌ها: نتایج نشان داد که مدل مفهومی از برازش مطلوبی برخوردار بود و تمامی روابط بین متغیرها معنادار بودند ($p < 0/05$). حمایت اجتماعی ادراک شده تأثیر مستقیم مثبت و طرحواره گوش به زنگی بیش از حد و بازداری تأثیر مستقیم منفی بر سرزندگی تحصیلی داشتند و مجموعاً ۳۴ درصد از واریانس آن را تبیین کردند. همچنین، حمایت اجتماعی ادراک شده نقش میانجی‌گر معناداری در رابطه طرحواره طرحواره گوش به زنگی بیش از حد و بازداری با سرزندگی تحصیلی ایفا کرد.

نتیجه‌گیری: با توجه به یافته‌ها، می‌توان نتیجه گرفت که حمایت اجتماعی ادراک شده و طرحواره گوش به زنگی بیش از حد و بازداری، پیش‌بینی‌کننده‌های مهمی برای سرزندگی تحصیلی هستند، به‌طوری‌که حمایت اجتماعی بالاتر با سرزندگی بیشتر و گوش به زنگی بیش از حد و بازداری شدیدتر با سرزندگی کمتر همراه است. این یافته‌ها تلویحات مهمی برای طراحی مداخلات با هدف ارتقای سرزندگی تحصیلی دارد، که می‌تواند بر تقویت منابع حمایتی و تعدیل طرحواره‌های ناسازگار متمرکز باشد.

استناد: عیدی، سارا؛ و محمدزاده، جهانشاه (۱۴۰۵). بررسی نقش میانجیگر حمایت اجتماعی ادراک شده در رابطه بین گوش به زنگی بیش از حد و بازداری با سرزندگی

تحصیلی. مجله علوم روانشناختی، دوره ۲۵، شماره ۱، ۱۶۴-۱۷.

مجله علوم روانشناختی، دوره ۲۵، شماره ۱، ۱۴۰۵. DOI: 10.66224/jps.25.164.11

© نویسنده‌گان



✉ نویسنده مسئول: جهانشاه محمدزاده، دانشیار، گروه روانشناسی، دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی، دانشگاه ایلام، ایلام، ایران. رایانامه: j.mohammadzadeh@ilam.ac.ir

تلفن: ۰۹۱۸۳۴۳۰۰۸۱

مقدمه

نوجوانی از چالش برانگیزترین مراحل زندگی است و در این دوره فرد از آرمیدگی دوران کودکی خارج می شود. نوجوانان به علت ساختار فکری خاص، یکی از بحرانی ترین مراحل زندگی خود را می گذرانند. برخی از روانشناسان معتقدند اگر نوجوان این دوره را بدون مشکل سپری کند به بزرگسال سالمی تبدیل شده و نقش خود را خوب ایفا خواهد کرد، اما اگر در این گذر، دشواری هایی به وجود آید، سلامت روان و بهزیستی نوجوان از مسیر اصلی منحرف و به بیراهه کشیده می شود. یکی از شاخص های مهم در سلامت روان نوجوانان، سرزندگی تحصیلی است (حسن پوردرویشی، ۱۳۹۹). توانایی دانش آموز برای موفقیت در چالش های معمول زندگی تعریف که به فراگیران این امکان را می دهد که با وجود شکست ها، بالا بیایند، بهبود یابند و ادامه دهند را سرزندگی تحصیلی^۱ می گویند (شفیعی و همکاران، ۱۳۹۹؛ زارعی و همکاران، ۱۴۰۳). در واقع سرزندگی تحصیلی به قابلیت دانش آموزان برای رویارویی با مسائل مختلف از قبیل افت تحصیلی وابستگی دارد (بوبری و همکاران، ۱۴۰۳). ادراک دانش آموزان از عامل جو آموزشی با راهبردهای یادگیری با سرزندگی تحصیلی ارتباط مثبت دارد (کولی و همکاران، ۲۰۲۴). باتوجه به چالش هایی که دانش آموزان در زمان تحصیل با آن مواجه می شوند، سرزندگی پایین منجر به افت تحصیلی می شود (صدیقی و همکاران، ۲۰۲۴).

نیاز به تفریح و سرزندگی یکی از عوامل ایجاد کننده چالش و افت تحصیلی دانش آموزان است که می توان در در دوران کودکی و تحت تأثیر طرحواره های ناسازگار اولیه باشد (غیاثوندیان و همکاران، ۲۰۲۲). لازم به ذکر است که ریشه ی بسیاری از اختلالات شخصیت، بعضی از طرحواره ها هستند به خصوص آنهایی که براساس تجارب دردناک دوران کودکی شکل گرفته اند (می و همکاران، ۲۰۲۲). زمانیکه یک طرحواره ناسازگار اولیه^۲ فعال می شود، شخص دچار احساسات منفی شدیدی می شود. طرحواره ها بر وقایع بعدی زندگی فرد تأثیر می گذارند و این چنین است که طرحواره ها در دوره های بعدی زندگی و در مسائل ارتباطی شخص که مرتبط با طرحواره است، کاملاً مشخص است (کونیگام

و همکاران، ۲۰۲۴). طرحواره ناسازگار اولیه منجر به اختلالات مزمن مثل اضطراب، افسردگی و انواع بیماری های روانی می شود (مطلبی مقدم، ۱۳۹۹). احمدی و همکاران به پیش بینی اضطراب تحصیلی براساس طرحواره گوش به زنگی بیش از حد و بازداری در دانش آموزان پسر دوره متوسطه اول پرداختند. بر اساس نتایج، حوزه گوش به زنگی بیش از حد و بازداری ($P < 0/05$ و $\beta = 0/115$) می تواند اضطراب تحصیلی در افراد نمونه را پیش بینی کنند (احمدی و همکاران، ۱۴۰۳).

اگر چه گوش به زنگی بیش از حد و بازداری و سرزندگی تحصیلی به میزان قابل توجهی در موفقیت تحصیلی و برطرف کردن نیازهای اساسی دانش آموزان نقش دارند، اما مسیرهای دیگری نیز وجود دارند که می توانند نقش مهمی را در موفقیت دانش آموزان ایفا کنند. حمایت اجتماعی ادراک شده^۳ یکی از این مسیرها و پیشایندهای مهم است که نقش بسیار زیادی در موفقیت تحصیلی و برطرف کردن نیازهای اساسی دانش آموزان دارد (مارتینز لویز و همکاران، ۲۰۲۳). حمایت اجتماعی ادراک شده به باورها و اطمینان فرد نسبت به در دسترس بودن منابع حمایتی (عاطفی، ابزاری و اطلاعاتی) از شبکه اجتماعی خود اشاره دارد که یک متغیر شناختی - هیجانی محسوب می شود که بر اساس ارزیابی ذهنی فرد از کیفیت و کمیت روابط حمایتی شکل می گیرد (مارتینز و همکاران، ۲۰۲۳). در محیط های آموزشی، حمایت اجتماعی ادراک شده به عنوان یک عامل محافظتی در برابر استرس های تحصیلی عمل می کند و دانش آموزانی که سطح بالایی از این نوع حمایت را تجربه می کنند، معمولاً انگیزه تحصیلی بالاتر، سازگاری بهتر با محیط آموزشی و عملکرد تحصیلی مطلوب تری از خود نشان می دهند (تونس حداد و همکاران، ۲۰۲۴). حمایت اجتماعی ادراک شده به طور مستقیم بر رضایت تحصیلی تأثیرگذار است (بارخدا و کرمی، ۱۴۰۲). بارخدا و کرمی (۱۴۰۲) در مطالعه ای با عنوان مدلیابی روابط ساختاری حمایت اجتماعی بر رضایت تحصیلی با نقش میانجی سرزندگی تحصیلی بیان داشتند که مقدار ضریب معناداری فرضیه اول پژوهش ۹۹/۹۷۹ بود که تأیید کرد حمایت اجتماعی به طور مستقیم بر رضایت تحصیلی تأثیرگذار است. مقدار ضریب معناداری برای فرضیه دوم پژوهش ۱۸/۴۶۴ بود و تأیید کرد حمایت اجتماعی به طور مستقیم بر سرزندگی تحصیلی تأثیرگذار

3. Percived social support

1. Academic buoyancy

2. Schema questionnaire

میانجی‌گری حمایت اجتماعی ادراک شده در رابطه بین گوش‌به‌زنگی بیش از حد و بازداری با سرزندگی تحصیلی است.

روش

(الف) طرح پژوهش و شرکت‌کنندگان

این پژوهش از لحاظ هدف کاربردی و از لحاظ نحوه ی گردآوری اطلاعات در زمره تحقیقات از نوع همبستگی بود. جامعه آماری این پژوهش شامل تمامی دانش‌آموزان دختر مقطع متوسطه اول شهر ایلام در سال (۱۴۰۳) بود که تعداد آنها بر اساس اطلاعات آموزش و پرورش استان ایلام (۵۱۵۵) نفر بود. میانگین سنی ۳۵۸ نفر شرکت‌کننده برابر با ۱۴/۰۸ بود. به منظور انجام پژوهش حاضر تعداد ۳۵۸ نفر از دانش‌آموزان دختر مقطع متوسطه اول شهر ایلام به شیوه نمونه‌گیری تصادفی خوشه‌ای انتخاب شدند. ملاک‌های ورود به پژوهش شامل رضایت جهت شرکت در مطالعه، جنسیت مونث، تحصیلات مقطع متوسطه اول، دانش‌آموز بودن، حداقل سن ۱۳ سال و داشتن ملیت ایرانی بود. ملاک‌های خروج نیز شامل عدم علاقه به شرکت در پژوهش، عدم تکمیل تمامی پرسشنامه‌ها یا مخدوش کردن آن‌ها و نداشتن تمایل در حین انجام پژوهش بود. در این پژوهش رابطه بین متغیرها با آزمون همبستگی پیرسون و مدل پژوهش با تکنیک مدلسازی معادلات ساختاری آزمون شد. حداکثر سطح خطای آلفا جهت آزمون فرضیه‌ها، مقدار ۰/۰۵ تعیین شد ($p \leq 0/05$). تجزیه و تحلیل داده‌ها با استفاده از نرم افزارهای آماری SPSS 28 و AMOS 24 انجام شد.

(ب) ابزار

پرسشنامه سرزندگی تحصیلی (AVQ):^۱ این پرسشنامه توسط دهقانی زاده و همکاران (۱۳۹۳) تدوین شده است و دارای ۹ گویه است که ۴ گویه آن از نسخه‌ی انگلیسی این پرسشنامه گرفته شده است. این پرسشنامه دارای مقیاس ۵ درجه‌ای از کاملاً مخالفم (۱) تا کاملاً موافقم (۵) می‌باشد. نمره‌ی به‌دست‌آمده بین اعداد ۹ تا ۶۳ متفاوت است. البته نمره‌ی بیشتر نمایانگر سرزندگی بیشتر است. آلفای کرونباخ این پرسشنامه ۰/۸۰ و ضریب بازمایی آن ۰/۶۷ است که نشان می‌دهد این پرسشنامه دارای همسانی درونی قابل قبولی است. دامنه‌ی همبستگی گویه‌ها با نمره کل بین ۰/۵۱ تا ۰/۶۸. نمایانگر

است. علی و همکاران در سال (۲۰۲۴) در مطالعه‌ای به بررسی رابطه حمایت اجتماعی ادراک شده با طرحواره‌های ناسازگار اولیه در میان مردان و زنان مبتلا به صرع پرداختند. بر اساس نتایج، زنان مبتلا به صرع در مقایسه با مردان مبتلا به صرع، طرحواره‌های ناسازگار اولیه بیشتری دارند و حمایت اجتماعی بیشتری را درک می‌کنند. همچنین در افراد مبتلا به صرع متأهل، طرحواره‌های ناسازگار اولیه کمتری را تجربه می‌کنند و حمایت اجتماعی بیشتری را در مقایسه با افراد مبتلا به صرع مجرد درک می‌کنند (علی و همکاران، ۲۰۲۴). لی و همکاران در سال (۲۰۲۴) به بررسی رابطه بین حمایت اجتماعی ادراک شده با سرزندگی تحصیلی پرداختند. این مطالعه نشان داد که منابع مختلف حمایت اجتماعی ادراک شده به طور مداوم تأثیرات معنی‌داری بر سرزندگی تحصیلی نشان می‌دهند، با این حال، تفاوت‌هایی در... پدیدار شد (لی و همکاران، ۲۰۲۴). تاکنون پژوهش‌های فراوانی در حوزه‌های سرزندگی تحصیلی، حمایت اجتماعی ادراک شده و طرحواره‌های ناسازگار اولیه انجام گرفته است (مغاری و همکاران، ۱۴۰۳؛ حسینی ابریشمی و همکاران، ۱۴۰۰؛ آخوندی، ۱۳۹۸؛ محتشمی و همکاران، ۲۰۲۰؛ داوست، ۲۰۱۹؛ افشانی و محمدی، ۱۳۹۴؛ مظلومی مقدم و افشانی، ۱۳۹۶؛ ویگوتسکی، ۱۹۷۸؛ وولفلک، ۲۰۰۴؛ دانیلسن و همکاران، ۲۰۱۰). با این حال علی‌رغم مطالعات انجام شده، بررسی پیش‌بینی سرزندگی تحصیلی بر اساس طرحواره گوش‌به‌زنگی بیش از حد و بازداری با نقش میانجی‌گری حمایت اجتماعی ادراک شده صورت نگرفته است. مهمترین نوآوری این پژوهش بررسی حمایت اجتماعی ادراک شده به عنوان میانجی‌گر در رابطه بین طرحواره گوش‌به‌زنگی بیش از حد و بازداری و سرزندگی تحصیلی است. این موضوع از دو بعد نظری و عملی حائز اهمیت است. از بعد نظری، بررسی پژوهش حاضر، مطالعه متغیرهای مرتبط با سرزندگی تحصیلی می‌تواند نقش طرحواره‌های ناسازگار اولیه و نقش میانجی حمایت اجتماعی ادراک شده در رابطه با سرزندگی تحصیلی روشن سازد و پژوهشگران دیگر این نتیجه را در تحقیقات خود مدنظر قرار دهند. از بعد کاربردی، نتایج این پژوهش به روان‌شناسان تربیتی، مرکز مشاوره تحصیلی، آموزش و پرورش و مدارس کمک کند که در جهت بهبود عملکرد، پیشرفت و سرزندگی تحصیلی دانش‌آموزان و نوجوانان به کار ببرند. هدف این پژوهش بررسی نقش

^۱. Academic buoyancy questionnaire

همسانی درونی و ثبات است (دهقانی زاده و همکاران، ۱۳۹۳). پایایی این ابزار در این پژوهش با استفاده از آلفای کرونباخ برابر ۰/۸۵ بود.

پرسشنامه طرحواره‌های ناسازگار اولیه، فرم کوتاه (YSQ-SF):^۱ پرسشنامه طرحواره‌های ناسازگار اولیه به وسیله یانگ (۱۹۹۸) تدوین شده است. در این پژوهش از فرم کوتاه این پرسشنامه استفاده شده است. فرم کوتاه این پرسشنامه شامل ۷۵ ماده است که ۱۵ طرحواره را در پنج حوزه کلی میسنجد. این پنج حوزه شامل حوزه بریدگی و طرد (۲۵ سوال)، حوزه خودمختاری و عملکرد مختل (۲۰)، حوزه دیگرجهت مندی (۲۰)، حوزه بازداری و گوش‌به‌زنگی بیش از حد و بازداری (۱۰) و حوزه محدودیت‌های مختل (۱۰) سوال است. درجه بندی لیکرت از کاملاً غیر صحیح (۱) تا کاملاً صحیح (۶) می باشد و امتیاز کل فرد از جمع نمرات به دست می آید. نمره کل این پرسشنامه بین ۷۵ تا ۴۵۰ است. کسب نمره ی بالاتر از ۲۶۰ نشان‌دهنده ی وجود طرحواره‌های ناسازگار اولیه در نزد فرد است (صدوقی و اگیلار - وفایی، ۱۳۸۷). آلفای کرونباخ برای این پرسشنامه برابر ۰/۹۶۴ و ضرایب بازآزمایی بین ۰/۵ تا ۰/۸۲ بیان شده است (والر و همکاران، ۲۰۰۱). اشمیت و همکاران (۱۹۹۵) برای هر طرحواره ناسازگار اولیه ضریب آلفایی از ۰/۸۳ تا ۰/۹۶ بدست آوردند. بر اساس نتایج هنجاریابی این پرسشنامه در ایران، همسانی درونی با استفاده از آلفای کرونباخ در جمعیت مونث ۰/۹۷ و در جمعیت مذکر ۰/۹۸ به دست آمده و ضریب آلفای کرونباخ محاسبه شده در پژوهش شهامت (۱۳۸۹) ۰/۹۴ بوده است. پایایی این ابزار در این پژوهش با استفاده از آلفای کرونباخ برابر ۰/۹۵ بود.

پرسشنامه حمایت اجتماعی ادراک شده (MSPSS):^۲ این پرسشنامه برای ارزیابی حمایت اجتماعی ادراک شده از طرف افراد شاخص در زندگی فرد مانند خانواده، دوست و نزدیکان تدوین شده است. این پرسشنامه (زیمت و همکاران، ۱۹۸۸) از سه پارامتر شامل حمایت دریافت شده از خانواده، حمایت دریافت شده از دوستان و حمایت دریافت از اطرافیان تشکیل شده است و از ۱۲ ماده تشکیل شده است که پاسخ‌دهنده باید یکی از مقیاس های ۵ گزینه ای (به شدت مخالفم = ۱ و به شدت موافق = ۵) را انتخاب کند. روایی و اعتبار این پرسشنامه مطلوب است (زیمت و همکاران، ۱۹۸۸). اعتبار درونی این ابزار را در یک نمونه ی ۷۸۸ نفری از جوانان دبیرستان با استفاده از آلفای کرونباخ ۰/۹۰ تا ۰/۸۶ بود (برور و همکاران، ۲۰۰۸). در پژوهش کرمی و همکاران (۱۳۹۶) آلفای کرونباخ ۰/۸۰ برای این پرسشنامه بدست آمد. پایایی این ابزار در این پژوهش با استفاده از آلفای کرونباخ برابر ۰/۸۹ بود.

یافته‌ها

میانگین سنی ۳۵۸ نفر شرکت کننده برابر با ۱۴/۰۸ بود. همچنین تمامی دانش آموزان در مقطع متوسطه اول شهر ایلام مشغول به تحصیل بودند. لازم به ذکر است تمامی آن ها دارای جنسیت دختر و مجرد بودند. جدول ۱ شاخص‌های توصیفی مربوط به نمره آزمودنی‌ها در متغیرهای طرحواره گوش‌به‌زنگی بیش از حد و بازداری، حمایت اجتماعی ادراک شده و سرزندگی تحصیلی شامل شاخص‌های آماری مانند میانگین، انحراف معیار، کجی و کشیدگی می‌باشد.

جدول ۱. ویژگی‌های توصیفی طرحواره گوش‌به‌زنگی بیش از حد و بازداری، حمایت اجتماعی ادراک شده و سرزندگی تحصیلی

متغیر	میانگین	انحراف معیار	کجی	کشیدگی
طرحواره گوش‌به‌زنگی بیش از حد و بازداری	۲۸/۳۳	۱۱/۷۰	-۰/۱۴	-۰/۱۰
حمایت اجتماعی ادراک شده	۲۹/۶۱	۸/۳۰	۰/۱۰۵	۰/۰۸۶
سرزندگی تحصیلی	۴۰/۹۵	۱۰/۹۸	۰/۰۷۸	۰/۰۵۴

انحراف معیار، به ترتیب برای کل نمونه ۲۹/۶۱ و ۸/۳۰ است و در متغیر سرزندگی تحصیلی، میانگین و انحراف معیار، به ترتیب برای کل نمونه ۴۰/۹۵ و ۱۰/۹۸ است.

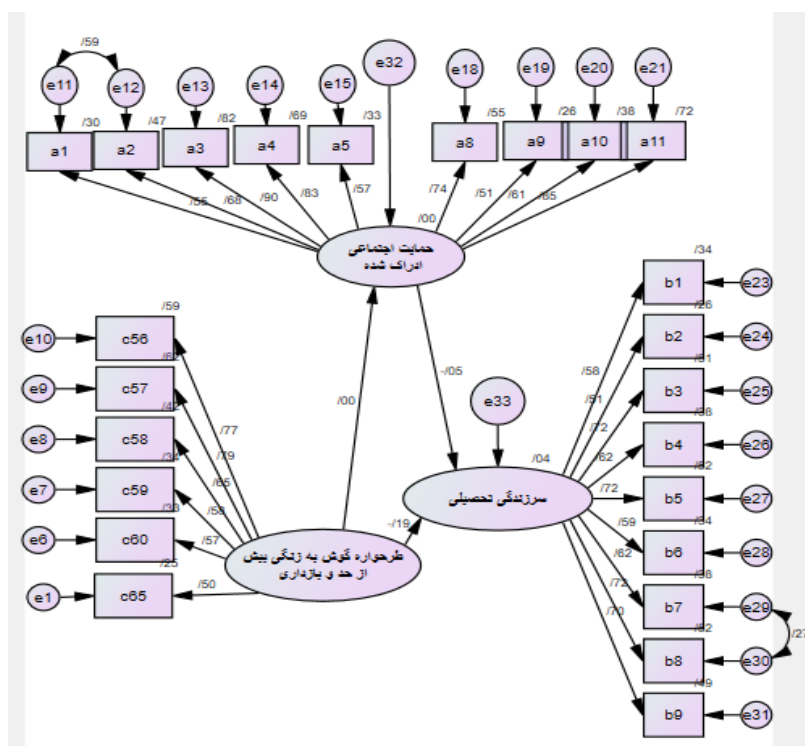
بر اساس نتایج جدول ۱، در حوزه طرحواره گوش‌به‌زنگی بیش از حد و بازداری، میانگین و انحراف معیار به ترتیب برای کل نمونه ۲۸/۳۳ و ۱۱/۷۰ است. همچنین در متغیر حمایت اجتماعی ادراک شده، میانگین و

^۱. Schema questionnaire short form

^۲. Percived social support questionnaire

متغیر	طرحواره گوش به‌زنگی بیش از حد و بازداری	حمایت اجتماعی ادراک شده	سرزندگی تحصیلی
طرحواره گوش به‌زنگی بیش از حد و بازداری	۱		
حمایت اجتماعی ادراک شده	-۰/۵۳°	۱	
سرزندگی تحصیلی	-۰/۵۱°	۰/۶۳°	۱

ادراک‌شده در دانش‌آموزان همراه است. همچنین بر اساس نتایج، بین حمایت اجتماعی ادراک‌شده و سرزندگی تحصیلی ($r = 0/63$ ، $P < 0/01$)، رابطه مثبت معنی‌دار وجود دارد. به عبارت دیگر با افزایش سطح حمایت اجتماعی ادراک‌شده، میزان سرزندگی تحصیلی نیز افزایش می‌یابد. مدل مفهومی پژوهش با استفاده از تکنیک مدلسازی معادلات ساختاری و در نرم افزار ایموس آزمون شد. شکل ۱ مدل تجربی در حالت ضرایب استاندارد است.



شکل ۱ نشان داد تمامی روابط بین متغیرهای اصلی یا سازه‌های پنهان معنی دار بود ($p < 0.05$). مطابق یافته‌ها تاثیر مستقیم هر دو متغیر حمایت اجتماعی ادراک شده و طرحواره گوش به زنگی بیش از حد و بازداري بر

جدول ۳. شاخص‌های برازش مدل

شاخص برازش	PGFI	IFI	NFI	CFI	GFI	RMSEA	Chi square/df
معیار*	>۰/۷۰	>۰/۹۰	>۰/۹۰	>۰/۹۰	>۰/۹۰	<۰/۰۸	در بازه ۱ تا ۵
نتیجه	۰/۷۱۵	۰/۹۶۱	۰/۹۵۰	۰/۹۵۰	۰/۹۷۱	۰/۰۶۲	۲/۲۳

در مجموع با ارزیابی تمامی شاخص‌های برازش در جدول ۳ می‌توان استنباط کرد برازش مدل تایید می‌شود. هیچ کدام از شاخص‌های برازش مقدار ضعیفی ندارند و تمام شاخص‌های برازش مقدار قابل قبولی دارند که نشان داد کلیت مدل تایید شد و داده‌ها با مدل مفهومی تطابق داشتند. ضریب تعیین متغیر وابسته سرزندگی تحصیلی برابر با ۰/۳۴ بود که نشان

داد دو متغیر حمایت اجتماعی ادراک شده و طرحواره گوش به زنگی بیش از حد و بازداری توانستند ۳۴ درصد از واریانس سرزندگی تحصیلی را تبیین کنند که نشان از قدرت تبیین متوسط مدل داشت. در جدول ۴ نتایج تاثیر متغیرها بر یکدیگر یا اثر مستقیم آمده است.

جدول ۴. نتایج بررسی اثرات مستقیم در مدل

نوع تاثیر	ضریب استاندارد	ضریب غیر استاندارد	خطای استاندارد	مقدار t	مقدار p
گوش به زنگی بیش از حد و بازداری -> حمایت اجتماعی ادراک شده	-۰/۰۱۰	-۰/۲۲۱	۰/۳۴۱	۲/۲۲	۰/۰۳۴
گوش به زنگی بیش از حد و بازداری -> سرزندگی تحصیلی	-۰/۱۹۴	۰/۴۵۷	۰/۷۲۲	۵/۴۹	۰/۰۱۱
حمایت اجتماعی ادراک شده -> سرزندگی تحصیلی	۰/۰۵۴	۰/۱۶۱	۰/۲۱۷	۲/۲۱	۰/۰۴۵

یافته‌ها (جدول ۴) نشان داد که تاثیر مستقیم حمایت اجتماعی ادراک شده بر سرزندگی تحصیلی تایید شد ($p < ۰/۰۵$) که جهت رابطه مثبت بود و شدت رابطه برابر با ۰/۰۵۴ بود. تاثیر مستقیم طرحواره گوش به زنگی بیش از حد و بازداری بر سرزندگی تحصیلی نیز تایید شد ($p < ۰/۰۵$) که جهت رابطه منفی و شدت رابطه برابر با ۰/۱۹۴ بود. رابطه بین طرحواره گوش به

زنگی بیش از حد و بازداری بر حمایت اجتماعی ادراک شده نیز معنی دار بود ($p < ۰/۰۵$). جهت رابطه آزمون نقش میانجی‌گری حمایت اجتماعی ادراک شده در رابطه طرحواره گوش به زنگی بیش از حد و بازداری با سرزندگی تحصیلی با روش بوت استرپینگ بررسی شد که نتایج در جدول ۵ آمده است.

جدول ۵. آزمون میانجی‌گری حمایت اجتماعی ادراک شده به روش بوت استرپینگ

نوع رابطه میانجی‌گری	اثر غیر مستقیم	خطای استاندارد	حد پایین	حد بالا	مقدار p
گوش به زنگی بیش از حد و بازداری -> حمایت اجتماعی ادراک شده -> سرزندگی تحصیلی	۰/۲۳۴	۰/۰۷۵	۰/۱۴۱	۰/۰۵۱	۰/۰۲۲

نتایج جدول ۵ نشان داد که نقش میانجی‌گری حمایت اجتماعی ادراک شده در رابطه طرحواره گوش به زنگی بیش از حد و بازداری با سرزندگی تحصیلی تایید شد ($p < ۰/۰۵$). در مجموع یافته‌ها بیانگر این بود که متغیرهای مستقل طرحواره گوش به زنگی بیش از حد و بازداری هم به طور مستقیم و هم به طور غیرمستقیم (با میانجی‌گری حمایت اجتماعی ادراک شده) بر سرزندگی تحصیلی تاثیرگذار بودند.

بحث و نتیجه‌گیری

این پژوهش با هدف بررسی رابطه بین طرحواره گوش به زنگی بیش از حد و بازداری با سرزندگی تحصیلی با نقش میانجی‌گری حمایت اجتماعی ادراک شده در میان دانش‌آموزان دختر مقطع متوسطه اول استان ایلام انجام شد. بر اساس نتایج، بین طرحواره ناسازگار اولیه گوش به زنگی بیش از حد و بازداری با سرزندگی تحصیلی در دانش‌آموزان رابطه منفی معنی داری

وجود دارد. به عبارتی با افزایش طرحواره‌های ناسازگار اولیه، سرزندگی تحصیلی کاهش می‌یابد. نتایج پژوهش حاضر با مطالعات پیشین (مغاری و همکاران، ۱۴۰۳؛ حسینی ابریشمی و همکاران، ۱۴۰۰؛ آخوندی، ۱۳۹۸؛ محتشمی و همکاران، ۲۰۲۰؛ داوست، ۲۰۱۹) همسو می‌باشد.

در تبیین این یافته باید گفت سرزندگی تحصیلی به پاسخ سازگار و مناسب فرد به چالش‌ها و موانع تحصیلی مختلف مانند استرس، نمرات ضعیف و کاهش انگیزه تحصیلی اشاره دارد و از مولفه‌های بهزیستی ذهنی است. ازاین‌رو به صورت کلی با افزایش طرحواره‌های ناسازگار اولیه، افراد نمی‌توانند با چالش‌های تحصیلی مختلف که نیازمند توجه و تامل، پاسخ درخور و شایسته و همچنین عملکرد مناسب است، به طور سازگارانه‌ای برخورد داشته باشند (حسینی ابریشمی و همکاران، ۱۴۰۰). همچنین طرحواره ناسازگار اولیه به‌عنوان زیرساخت‌های شناختی منجر به تشکیل باورهای غیرمنطقی می‌شوند. طرحواره‌های ناسازگار مستقیماً منجر به اختلال خاصی نمی‌شوند؛ اما آسیب‌پذیری فرد را برای اختلالات روانی افزایش می‌دهند (اسپایسر و همکاران، ۲۰۲۴). افراد زمانی دچار طرحواره‌های ناسازگار اولیه در حیطه‌های بی‌ثباتی، بی‌اعتمادی/بازداری هیجانی و اطاعت می‌شوند که والدین عشق، محبت و پذیرش کافی نشان ندهند. طرد نیز با انتقاد والدین از دانش‌آموزان شکل می‌گیرد. این طرحواره‌ها به‌عنوان الگوهای شناختی-هیجانی، ادراکات و رفتار فرد را هدایت می‌کنند و دارای سه مؤلفه شناختی، عاطفی و رفتاری هستند. فعال‌شدن آن‌ها باعث برانگیختگی هیجانی شدید و اختلالات روان‌شناختی مانند اضطراب می‌شود که تأثیر مستقیمی بر کاهش سرزندگی تحصیلی دانش‌آموزان دارد (سوجتا و همکاران، ۲۰۲۳).

نکته دیگر اینکه افرادی که دارای طرحواره‌های ناسازگار هستند، به علت وجود باورهای مرکزی همچون بی‌کفایتی و عدم توانایی برای مقابله با مسائل یا عدم رضایت از انجام کارهای خویش و احساس داشتن عیب و نقص در خود، قادر بر تمرکز بر حل مسأله از طریق راهبردهای کارآمد نیستند و از راهبردهایی استفاده می‌کنند که به سرعت سطح اضطراب آن‌ها را کاهش داده و توجهی برای شکست‌های آنها باشد. که این مسأله منجر به کاهش سرزندگی تحصیلی آنان می‌گردد (کودو و همکاران، ۲۰۲۲).

همچنین در تبیین این یافته می‌توان گفت ذهن مملو از طرحواره‌ها می‌باشد و گرنه با حجم اطلاعاتی که در اطراف وجود دارد بدون شک افراد دچار بار اضافی شناختی می‌شدند و در نتیجه ذهن توانایی توجه کردن به این اطلاعات را از دست می‌داد. ولی وقتی ذهن اطلاعات را دسته‌بندی می‌کند و از آنها یک طرحواره می‌سازد از حجم اطلاعات کاسته شده و دچار بار اضافی نمی‌شود و در نتیجه زندگی در این دنیای پر حجم اطلاعات ممکن می‌شود (کودو و همکاران، ۲۰۲۲). ازسوی دیگر باتوجه به اینکه یانگ و همکاران (۲۰۱۱) ویژگی‌های طرحواره معیارهای سرسختانه/عیب‌جویی افراطی، را تلاش مفرط رسیدن به معیارهای دشوار به خاطر فرار و اجتناب از عدم تأیید یا خجالت‌زدگی، ویژگی‌های طرحواره نقص شرم را حساسیت بیش‌ازحد به انتقاد/طرد، سرزنش، کم‌رویی، مقایسه و احساس ناامنی در حضور دیگران و احساس شرمندگی در ارتباط با عیب و نقص‌های درونی و ویژگی‌های طرحواره شکست را باور به شکست خوردگی فعلی یا شکست خوردن در آینده به همراه احساس بی‌کفایتی، کم‌هوشی و بی‌استعدادی به همراه ترس از شکست و نگرانی از ارزیابی شدن را در چنین افرادی متصور بود (بزکورت، ۲۰۲۲). بنابراین قابل انتظار است رفتار بهانه آوردن برای توجیه عملکرد ضعیف احتمالی در آینده به‌عنوان یک رفتار خود محافظتی در آنها نرخ بیشتری داشته باشد. به زعم یانگ و همکاران (۲۰۱۱) سبک مقابله‌ای در برابر طرحواره ممکن است به صورت شناختی عاطفی یا رفتاری بروز کند؛ ولی در هر حال بخشی از طرحواره محسوب نمی‌شود، شاید بتوان عدم سرزندگی تحصیلی را نوعی پاسخ مقابله‌ای قلمداد کرد (غفاری و عباس زاده، ۱۳۹۹).

بر اساس نتایج، بین طرحواره گوش‌به‌زنگی بیش از حد و بازداری با حمایت اجتماعی ادراک شده در دانش‌آموزان رابطه منفی معنی‌داری وجود دارد. به عبارتی با افزایش طرحواره‌های ناسازگار اولیه، حمایت اجتماعی ادراک شده کاهش می‌یابد. نتایج پژوهش حاضر با مطالعات پیشین (مظلومی مقدم و افشانی، ۱۳۹۶؛ افشانی و محمدی، ۱۳۹۴، کودو و همکاران، ۲۰۲۳) همسو می‌باشد.

این یافته در چارچوب نظریه غیرمستقیم حمایت اجتماعی و هم در چارچوب نظریه مستقیم آن می‌توان تبیین نمود. نظریه مستقیم بر آن است که اثر حمایت اجتماعی بر سلامتی شخص مستقیم است و خود بخود برای سلامتی و تندرستی سودمند است و رابطه خیلی خطی بین کیفیت زندگی و

حمایت اجتماعی وجود دارد. این الگو به الگوی عمومی حمایت اجتماعی نیز مرسوم است. طبق این الگو کمبود حمایت اجتماعی و یا فقدان آن به خودی خود فشارآور است، بنابراین حمایت اجتماعی در همه حال، اعم از وقوع حوادث تنش‌زا و غیر آن سودمند است (مظلومی مقدم و افشانی، ۱۳۹۶). در واقع سلامتی افراد متأثر از میزان حمایت اجتماعی آنان است. مدل تأثیر غیرمستقیم یا همان فرضیه سپر نیز بیان می‌کند که حمایت اجتماعی عمدتاً هنگامی که سطح استرس بالاست بر سلامت روانی اثر می‌گذارد و طبق این مدل حمایت اجتماعی، افراد را در مقابل اثرات بیماری‌زای رویدادهایی که فشار روانی را تشدید می‌کنند، حفظ می‌کند (آکوبا، ۲۰۲۴). در واقع حمایت اجتماعی به افراد کمک می‌کند تا در برابر وقایع استرس‌زای زندگی که می‌تواند طرحواره‌های ناسازگاری را در آنها شکل دهد، واکنش‌های مثبت از خود نشان دهند. به علاوه بر اساس تئوری شبکه افراد بنا به درگیری‌هایی که با اجتماعات متفاوت دارند پیوندهای اجتماعی خود را با دیگران تشکیل می‌دهند. در تئوری شبکه وجود پیوندها و بسط آنها در قالب اجتماعات شخصی منجر به یک حمایت اجتماعی می‌شود. حمایت اجتماعی حاصل از این شبکه‌ها، افراد را در برابر آسیب‌های روانی و جسمانی محافظت می‌کند. مصونیت افراد در آسیب‌های روانی و جسمانی تابع ویژگی‌های ساختاری شبکه‌هایی است که در آن درگیر هستند، لذا تغییر این ویژگی‌های ساختاری با میزان حمایت اجتماعی و مصونیت‌پذیری در ارتباط است.

بر اساس نتایج، بین حمایت اجتماعی ادراک شده با سرزندگی تحصیلی در دانش‌آموزان رابطه مثبت معنی‌داری وجود دارد به عبارتی با افزایش حمایت اجتماعی ادراک شده، سرزندگی تحصیلی افزایش می‌یابد. نتایج پژوهش حاضر با مطالعات پیشین (ویگوتسکی، ۱۹۷۸؛ وولفلک، ۲۰۰۴؛ دانیلسن و همکاران، ۲۰۱۰، سعید و همکاران، ۲۰۲۳) همسو می‌باشد. در تبیین این یافته می‌توان از مفاهیم منطقه تقریبی رشد ویگوتسکی و تکیه‌گاه سازی برونر سود جست. مطابق این دو دیدگاه دانش‌آموزانی که به تنهایی از عهده انجام پاره‌ای از وظایف یا چالش‌های تحصیلی برنمی‌آیند، به کمک بزرگسالان بالغ‌تر و آگاه‌تر از خود، انجام آن وظایف و حل چالش‌ها را می‌آموزند (ویگوتسکی، ۱۹۷۸؛ وولفلک، ۲۰۰۴). بر این اساس، سرزندگی تحصیلی که منعکس‌کننده توانایی دانش‌آموزان در غلبه

بر چالش‌ها و ناملایمات تحصیلی است از طریق حمایت‌های اجتماعی افزایش می‌یابد (سعید و همکاران، ۲۰۲۳).

همچنین این یافته از مفروضه‌های زیربنایی نظریه‌ی توانمندسازی شوارز و کنول (۲۰۰۷) به طور تجربی حمایت کرد. بر اساس این نظریه حمایت اجتماعی بیانگر یک تجربه‌نمادین است که از طریق آن، اعضای یک شبکه ارتباطی، اطمینان کلامی لازم را درباره‌ی شایستگی در مواجهه با مسائل فراهم می‌آورند. به بیان دیگر، تجربه‌ی حمایت از منابعی که شایستگی‌های لازم را برای مواجهه‌سازی با رویدادهای تنیدگی‌زا دارند، سبب می‌شود که از طریق فرآیند جانشینی، فرد یا افراد دریافت‌کننده نیز به منظور مدیریت کارآمد مطالبات موقعیت‌های انگیزاننده، احساس کفایت کنند. در واقع انسان وقتی مطمئن شود که در رویارویی با مشکلات تنها نیست و هم‌نوعان وی همیار او خواهند شد و بخشی از بار مشکل را به دوش می‌کشند، از ابتلا به ضعف و ناامیدی در امان می‌ماند و نیروی خویش را در کنار دیگران معطوف به رفع مشکل می‌کند.

از جمله مهم‌ترین محدودیت‌های این پژوهش این بود که با توجه به حجم نمونه و روش نمونه‌گیری در زمینه تعمیم نتایج بایستی جانب احتیاط را رعایت نمود. از دیگر محدودیت‌های پژوهش حاضر استفاده صرف از پرسشنامه به عنوان ابزار جمع‌آوری داده‌ها بود. این پژوهش محدود به دانش‌آموزان شهر ایلام بوده و لذا نتایج این تحقیق لزوماً نمی‌تواند به سایر شهرستان‌ها، استان‌ها و کشور قابل تعمیم باشد. با توجه به اینکه در این پژوهش نمونه مختص به شهر ایلام می‌باشد. لذا پیشنهاد می‌شود در این راستا پژوهش‌های دیگری در شهرهای مختلف انجام گیرد و نتایج پژوهش‌های مورد بررسی دقیق صورت گیرد. که امکان تعمیم یافته‌ها را به سایر شهرها را با محدودیت مواجه نشود. در تحقیقات آینده در صورت امکان، پیشنهاد می‌شود متخصصان حوزه سلامت روان با استفاده از این یافته‌ها، برنامه‌های مداخله‌ای مانند طرحواره‌درمانی گروهی یا آموزش مهارت‌های تنظیم هیجان را برای دانش‌آموزان دارای طرحواره‌های ناسازگار اولیه توسعه دهند. از سوی دیگر، برگزاری کارگاه‌های آموزشی برای والدین و معلمان در جهت ارتقای کیفیت روابط عاطفی و کاهش رفتارهای انتقادی می‌تواند در پیشگیری از شکل‌گیری این طرحواره‌ها مؤثر باشد.

ملاحظات اخلاقی

پیروی از اصول اخلاق پژوهش: این مقاله برگرفته از پایان‌نامه کارشناسی ارشد نویسنده اول در رشته روانشناسی در دانشکده روانشناسی تربیتی دانشگاه ایلام است. به جهت حفظ رعایت اصول اخلاقی در این پژوهش سعی شد تا جمع‌آوری اطلاعات پس از جلب رضایت شرکت‌کنندگان انجام شود. همچنین به شرکت‌کنندگان درباره رازداری در حفظ اطلاعات شخصی و ارائه نتایج بدون قید نام و مشخصات شناسنامه افراد، اطمینان داده شد.

حامی مالی: این پژوهش در قالب رساله کارشناسی ارشد و بدون حمایت مالی می‌باشد.
نقش هر یک از نویسندگان: این مقاله از رساله کارشناسی ارشد نویسنده اول و به راهنمایی نویسنده دوم استخراج شده است.

تضاد منافع: نویسندگان همچنین اعلام می‌دارند که در نتایج این پژوهش هیچ‌گونه تضاد منفعی وجود ندارد.

تشکر و قدردانی: بدین وسیله از دختران متوسطه اول ایلام که در این پژوهش شرکت کردند، تشکر و قدردانی می‌شود.

منابع

- احمدی، فرشاد، محمدی یوسف نژاد، سیدیونس، و اسلمی، محبوبه. (۱۴۰۳). پیش‌بینی اضطراب تحصیلی براساس طرحواره‌های شناختی ناسازگار و ادراک از محیط مدرسه در دانش‌آموزان پسر دوره متوسطه اول. *فصلنامه انگاره‌های نو در تحقیقات آموزشی*، ۳، ۶۹-۸۵.
https://www.jopre.ir/article_195454.html
- بارخدا، سید جمال، و کرمی، پردیس. (۱۴۰۲). مدل‌یابی روابط ساختاری حمایت اجتماعی بر رضایت تحصیلی با نقش میانجی سرزندگی تحصیلی. *راهبردهای شناختی در یادگیری*، ۲۵۵، ۱۱-۲۸۳.
<https://doi.org/10.22084/j.psychogy.2023.27144.2536>
- بویری ایرج، طالب زاده شوشتری مرضیه، دشت بزرگی زهرا. (۱۴۰۳). طراحی و آزمون مدل علی یادگیری خود راهبر براساس خلاقیت هیجانی، گرایش به تفکر انتقادی و سرزندگی تحصیلی با میانجی‌گری انگیزه پیشرفت. *مجله علوم روانشناختی*، ۱۳۷، ۱۱۱-۱۳۱.
<https://doi.org/10.52547/JPS.23.137.1107>
- پیرایه، زهرا. (۱۳۹۹). پیش‌بینی پیشرفت تحصیلی بر اساس طرحواره‌های ناسازگار اولیه، تنظیم هیجانی و مشارکت در فعالیت‌های آموزشی دانش‌آموزان دختر دبیرستانی. *پایان‌نامه کارشناسی ارشد روانشناسی تربیتی، دانشگاه پیام‌نور همدان، مرکز پیام نور کبودرآهنگ*.
- غفاری، مجید، و عباس زاده، هدی. (۱۳۹۹). بررسی نقش واسطه‌ای حرمت خود ناپایدار در رابطه بین طرحواره‌های ناسازگار اولیه و مولفه‌های خودناتوان

- سازی در دانشجویان. *فصلنامه علمی مطالعات روان‌شناختی*، ۱۶(۱)، ۲۲-۷.
<https://doi.org/10.22051/psy.2020.26631.1948>
- مغاری، هدی، متینی صدر، محمدرضا، و باصری، احمد. (۱۴۰۳). پیش‌بینی خود ناتوانمندی‌سازی تحصیلی بر اساس طرحواره‌های ناسازگار اولیه و باورهای فراشناختی در دانشجویان، *رویش روان‌شناسی*، ۱۳(۳)، ۶۵-۷۴.
<http://frooyesh.ir/article-1-5369-fa.html>
- مطلبی مقدم، مریم. (۱۳۹۹). رابطه طرحواره‌های ناسازگار اولیه و اختلالات شخصیت، مقاله مروری، *اولین همایش ملی آسیب‌شناسی روانی، اردبیل*.
<https://civilica.com/doc/1151551>
- مظلومی مقدم، امید، افشانی، و سید علیرضا. (۱۳۹۶). مطالعه رابطه حمایت اجتماعی با سلامت اجتماعی (مطالعه موردی: دانشجویان دانشگاه خوارزمی)، *مطالعات راهبردی ورزش و جوانان*، ۱۶(۳۵)، ۱۱۱-۱۳۰.
https://fasname.msy.gov.ir/article_193.html
- حسینی ابریشمی، ملیحه، هاشمی، زهرا، و عبداللّهی، عباس. (۱۴۰۰). رابطه طرحواره‌های ناسازگار اولیه با سرزندگی تحصیلی: نقش میانجی‌گری تنظیم شناختی هیجان. *مجله سبک زندگی اسلامی با محوریت سلامت*، ۵، ۳۳۸-۳۵۰.
https://www.islamiilife.com/article_186227.html
- دهقانی زاده، محمد حسین، و حسین جاری، مسعود. (۱۳۹۱). سرزندگی تحصیلی و ادراک از الگوی ارتباطی خانواده؛ نقش واسطه‌ای خودکارآمدی. *مجله مطالعات آموزش و یادگیری*، ۴، ۲۱-۴۷.
<https://doi.org/10.22099/jsli.2013.1575>
- زارعی، افشین، سعدی پور اسماعیل، درتاج فریبرز، اسدزاده حسن. (۱۴۰۳). اثربخشی درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد بر باورهای خودکارآمدی و سرزندگی تحصیلی دانش‌آموزان. *مجله علوم روانشناختی*، ۲۳، ۵۳-۳۷.
- سبزی، ندا، و فولادچنگ، محبوبه. (۱۳۹۴). نقش واسطه‌ای باورهای انگیزشی در رابطه بین حمایت اجتماعی ادراک‌شده و سرزندگی تحصیلی. *آموزش پژوهش*، ۲۶، ۱-۵۱.
https://researchbt.cfu.ac.ir/article_154.html
- شفیعی زهره، سجادیان ایلناز، نادی محمدعلی. (۱۳۹۹). اثربخشی طرحواره‌درمانی بر سرزندگی تحصیلی، خودنظم‌جویی تحصیلی و اشتیاق تحصیلی دانشجویان. *مجله علوم روانشناختی*، ۱۹، ۱۱۷۵-۱۱۸۴.
<http://psychologicalscience.ir/article-1-370-fa.html>
- شهامت، فاطمه. (۱۳۸۹). پیش‌بینی نشانه‌های سلامت عمومی (جسمانی سازی، اضطراب و افسردگی) براساس طرحواره‌های ناسازگار اولیه. *فصلنامه علمی پژوهشی روانشناسی دانشگاه تبریز*، ۵، ۱۰۳-۱۲۴.
https://journals.tabrizu.ac.ir/article_4183.html?lang=en

References

- Acoba, E. F. (2024). Social support and mental health: The mediating role of perceived stress. *Frontiers in Psychology*, 15, 1330720. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1330720>.
- Afshari, A. (2022). Study of the relationship between attachment styles and early maladaptive schemas with self-handicapping in students. *Educ Strategy Med Sci*, 15 (1), 91-99. <http://edcbmj.ir/article-1-2237-fa.html>. (Persian)
- Ahi, G. H., Mohammadifar, M. A., & Besharat, M. A. (2007). Reliability and validity of young's schema questionnaire-short form. *Journal of psychology and education*, 37(3), 5-20. <https://sid.ir/paper/55767/en>. (Persian)
- Ahmadi, F., Mohammadi Yousofnezhad, S., Younes, S., & Eslami, M. (2024). Predicting academic anxiety based on maladaptive cognitive schemas and perception of school environment among first-grade high school male students. *Journal of New Approaches in Educational Research*, 3, 69-85. https://www.jopre.ir/article_195454.html. (Persian)
- Akhundi, M. (2019). Predicting test anxiety based on early maladaptive schemas and due to stress among male undergraduate students of Payame Noor University, Hamadan. *Master Thesis in Educational Psychology, Payame Noor University of Hamadan, Payame Noor. Center of Hamadan*. (Persian)
- Abu Al-majd, O., & Belton, B. (2024). Which one? Technology or non-technology-assisted vocabulary learning: a probe into the state of academic buoyancy, creativity, and academic achievement. *Asian-Pacific Journal of Second and Foreign Language*, 9(1), 41-49. <https://doi.org/10.1186/s40862-024-00262-4>.
- Ali, J., Lak, M., Razak, N., Sehar, H., Abbas, F., & Anjum, Z. (2024). Perceived social support with early maladaptive schemas among male and female epileptics. *Asian Journal of Medical Research & Health Sciences (A-JMRHS)*, 2(1), 66. <https://doi.org/10.5455/AJMRHS.1107202300015>.
- صدوقی، زهره، آگیلاروفایی، مریم، رسول زاده طباطبایی، سید کاظم، و اصفهانیان، نامیه. (۱۳۸۷). تحلیل عاملی نسخه کوتاه پرسشنامه طرحواره یانگ در نمونه غیر بالینی ایرانی، *مجله روانپزشکی و روانشناسی بالینی ایران* (اندیشه و رفتار)، ۱۴(۲)، ۲۱۴-۲۱۹. <https://sid.ir/paper/16649/fa>
- مام شریفی، پیمان، سهرابی، فرامرز، رضائی فر، هانیه، روزبهانی، هانیه، اسدی، نازنین، شعبانیان اول خانسری، سارا و همکاران. (۱۳۹۹). نقش حمایت اجتماعی و ویژگی های شخصیتی در پیش بینی سلامت روان اعضای جمعیت هلال احمر ایران. *فصلنامه پژوهش در سلامت روانشناختی*، ۱۴ (۳)، ۵۳-۶۶. https://fasname.msy.gov.ir/article_193.html
- کرمی، جهانگیر، مرادی، آسیه، حاتمیان، پیمان. (۱۳۹۶). رابطه تاب آوری، خودکارآمدی و حمایت اجتماعی با رضایت شغلی در بین میان سالان و سامندان شاغل. *مجله سالمندی ایران*، ۱۲، ۳۰۰-۳۱۱. <http://salmandj.uswr.ac.ir/article-1-1289-en.html>

- Baron, R. M., Kenny, D. A., Baron, R. M., & Kenny, D. A. (1986). The moderator-mediator variable distinction in social Psychological research: Conceptual, strategic, and statistical considerations. *Journal of Personality and Social Psychology*, 51, 1173-1182. <https://doi.org/10.1037//0022-3514.51.6.1173>
- Barkhoda, S. J., & Karami, P. (2023). Modeling the Structural Relationships of Social Support on Academic Satisfaction with the Mediating Role of Academic Buoyancy, *Biquarterly Journal of Cognitive Strategies in Learning*, 11, 255-283. <https://doi.org/10.22084/j.psychogy.2023.27144.253> 6. (Persian)
- Boveiri I, Talebzadeh shoushtari M, Dashtbozorgi Z. (2024). Designing the model of self-directed learning on the basis of emotional creativity, critical thinking disposition and academic buoyancy through mediation of achievement motivation. *Journal of Psychological Science*. 23(137), 111-131. <https://doi.org/10.52547/JPS.23.137.1107>
- Boyden, J. X., & Mann, G. (2005). Children, s risk, resilience and coping in extreme situations. *Handbook for working with children and youth: Pathways to resilience across cultures and contexts*, 1, 3-26. <https://doi.org/10.4135/9781412976312.n1>.
- Bruwer, B., Emsley, R., Kidd, M., Lochner, C, & Seedat, S. (2008). Psychometric properties of the Multidimensional Scale of Perceived Social Support in youth. *Comprehensive Psychiatry*, 49 (2), 195–201. <https://doi.org/10.1023/A:1005109522457>.
- Collie, R. J., Caldecott-Davis, K., & Martin, A. J. (2024). Academic buoyancy among female secondary school students: An examination of predictors and outcomes up to age 22. *Social Psychology of Education: An International Journal*, 27(2), 363–388. <https://doi.org/10.1007/s11218-023-09843-6>.
- Conner, K. M., & Davidson J. R. (2003). Development of a new resilience scale. *Depression and Anxiety*, 18, 76-82. <https://doi.org/10.1002/da.10113>.
- Cudo, A., Maçik, D., & Griffiths, M. D. (2023). The relationship between early maladaptive schemas and problematic Facebook use: The indirect effects of perceived stress. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 20(4), 2969. <https://doi.org/10.3390/ijerph20042969>.
- Cunningham, A., Reid, M., Sayan, S., Hammersley, R. (2024). Understanding the phenomenological experiences of schema therapy for those with an eating disorder. *Qual Res Med Healthc*, 12, 11376. <https://doi.org/10.4081/qrmh.2024.11376>.
- Dehghanizadeh, M. H., & Hosseinchari, M. (2014). Academic buoyancy and perception of family communication patterns: The mediating role of self-efficacy. *Journal of Teaching and Learning Studies*, 4(2), 21–47. <https://www.magiran.com/paper/1151252>. (Persian)
- Ghaffari, M., & Abbaszade, H. (2020). The Effect of Early Maladaptive Schemas on Self-Handicapping: The Mediating Role of Self-Esteem Instability. *Quarterly Journal of Psychological Studies*, 16, 7-22. <https://doi.org/10.22051/psy.2020.26631.1948>. (Persian)
- Gheyasvandian, M., Akbari, M., Godarzi, M., Moradi, O. (2022). Impact of Early Maladaptive Schemas and Emotion Regulation on Quality of Life in Mothers of Children with Disabilities: A Causal Model. *Journal of Clinical Physiotherapy Research*, 7(2), 1-8. <https://doi.org/10.22037/jcpr.v7i2.38168>.
- Hosseini abrishami, M., Hashemi, Z., & Abdollahi, A. The Relationship of Early Maladaptive Schemas and Academic Resilience in Students: The Mediating Role of Cognitive Emotion Regulation. *Sociology of Education*, 8 (2), 187-198. <https://doi.org/10.22034/ijes.2022.555030.1313>. (Persian)
- Karami, J., Moradi, A., & Hatamian, P. (2017). The Effect of Resilience, Self-Efficacy, and Social Support on Job Satisfaction Among the Employed, Middle-Aged and Elderly. *Iranian Journal of Ageing*, 12, 300-311. <http://salmandj.uswr.ac.ir/article-1-1289-en.html>. (Persian)
- Khodabakhshi, M. (2018). The predictive role of early maladaptive schemas on academic stress and

- academic self-efficacy of female high school students in Gachsaran. *Master Thesis in Educational Psychology, Islamic Azad University, Gachsaran Branch*. <https://civilica.com/doc/843192>. (Persian)
- Li, D., Ahmad, N. A., & Roslan, S. (2024). Is Social Support the Key to Academic Buoyancy? A Review of the Relationship between Perceived Social Support and Academic Buoyancy. *International Journal of Academic Research in Progressive Education and Development*, 13(2), 1179–1187. <http://dx.doi.org/10.6007/IJARPED/v13-i2/21520>.
- Luttar S. (2013). Resilience at an early age and its impact on child psychosocial development. *Encyclopedia on Early Childhood Development*. Colombia University. <https://www.childencyclopedia.com/resilience/accoring-experts/resilience-early-age-and-its-impact-child-psychosocial-development>.
- Mamsharifi, P., Sohrabi, F., Rezaeifar, H., Rouzbehani, H., Asadi, N., Shabanian Aval Khansari, S., & Roshanghias, Z. (2020). The role of social support and personality traits in predicting the mental health of members of the Iranian Red Crescent Society. *Journal of Research in Psychological Health*, 14(3), 53-66. <http://dx.doi.org/10.52547/rph.14.3.53> (Persian)
- McLellan, L., Woon, S., Hudson, J., Lyneham, H., Karin, E., & Rapee, R. (2024). Treating child anxiety using family-base internet delivered cognitive behavior therapy with brief therapist guidance: A randomized controlled trial, *Journal of Anxiety Disorders*, 101, 102802. <https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2023.102802>.
- Masten, F. S. (2007). Resilience in developing system: Progress and Promise as the forth ware rices. *Dereolpment and Psychology*, 19, 921-930. <https://doi.org/10.1017/S0954579407000442>.
- Maghari, H., & Matini Sadr, M., & Baseri, A. (2024). Prediction of Academic Self-Handicapping based on Primary Maladaptive Schemas and Metacognitive Beliefs in Students. *Rooyesh*, 13(3), 65-74. <http://frooyesh.ir/article-1-5369-fa.html>. (Persian)
- Martínez-López, Z., Nouws, S., Villar, E., Emma Mayo, M., Tinajero, C. (2023). Perceived social support and self-regulated learning: A systematic review and meta-analysis. *International Journal of Educational Research Open*, 5, 100291. <https://doi.org/10.1016/j.ijedro.2023.100291>.
- Mazloomi Moghaddam, O., & Afshani, S. A. (2017). A Study on the Relationship between Social Support and Social Health (Case Study: Kharazmi University Students), *Strategic Studies on Youth and Sports*, 16(35), 111-130. https://fasname.msy.gov.ir/article_193.html (Persian)
- May, T., Younan, R., & Pilkington, P. D. (2022). Adolescent maladaptive schemas and childhood abuse and neglect: A systematic review and meta-analysis. *Clin Psychol Psychother*, 29(4):1159-1171. <https://doi.org/10.1002/cpp.2712>.
- Moradi, M., Alipour, S., Tarifi, H. H., & Abbasian, M. (2018). The relationship of perceived social support and school value with academic buoyancy: *The mediating role of engagement with schoolwork*, 1-24. <https://doi.org/10.22099/jsli.2018.4914>. (Persian)
- Motalebi Moghadam, M. (2020). The relationship between early maladaptive schemas and personality disorders: A review article [Conference presentation]. *First National Conference on Psychopathology*, Ardabil, Iran. <https://civilica.com/doc/1151551>.
- Pyrayeh, Z. (2020). Predicting academic achievement based on early maladaptive schemas, emotion regulation and participation in educational activities among female high school students (Master's thesis, *Payame Noor University*, Hamedan, Iran.
- Sabzi, N., & Fouladchang, M. (2015) The effectiveness of teaching communication skills on the perception of competence and happiness of male students of the sixth grade of elementary school in Shiraz. *Knowledge and research in applied psychology*, 114-123. https://researchbt.cfu.ac.ir/article_154.html (Persian)
- Sadoughi, Z., Agilaroufi, M., Rasouladehtabatabaei, S. K., & Esfahanian, N. (2008). Factor analysis of the short version of the Young Schema Questionnaire in

- Iranian non-clinical samples, *IJPCP*, 14, 214-219. <https://sid.ir/paper/16649/fa> (Persian)
- Saeed, K. M., Ahmed, A. S., Rahman, Z. M., & et al. (2023). How social support predicts academic achievement among secondary students with special needs: The mediating role of self-esteem. *Middle East Current Psychiatry*, 30(1), 46. <https://doi.org/10.1186/s43045-023-00316-2>.
- Schmidt, N. B., Joiner, T. E., & Young, J. E., et al. (1995). The schema questionnaire: Investigation of psychometric properties and the hierarchical structure of a measure of maladaptive schemas. *Cognitive Ther Res*, 19, 295-321. <https://doi.org/10.1007/BF02230402>.
- Shafiei Z, sajadian I, & nadi M A. (2020). Effectiveness of schema therapy on academic vitality, academic self-regulation and academic engagement of the students. *Journal of Psychological Science*. 19(93), 1175-1184. <http://psychologicalscience.ir/article-1-370-fa.html>. (Persian)
- Shahamat, F. (2010). Predicting general health symptoms (somatization, anxiety, and depression) based on early maladaptive schemas. *Quarterly Journal of Modern Psychological Research*, 5, 103-124. https://journals.tabrizu.ac.ir/article_4183.html?lang=en. (Persian)
- Siddiqui, S., & Kureshi, N. (2025). A qualitative exploration of factors declining students' academic performance in higher education institutions: a developing country's perspective, *Journal of Further and Higher Education*, 49(4), 430-453. <https://doi.org/10.1080/0309877X.2025.2461175>.
- Spear, L. P. (2000). Neurobehavioral Changes in Adolescence. *Current Directions in Psychological Science*, 9(4), 111-114. <https://doi.org/10.1111/1467-8721.00072>.
- Spicer, L., DeCic, E., Ambrosius, R., & Yalcin, O. (2024). Understanding early maladaptive schemas in autistic and ADHD individuals: Exploring the impact, changing the narrative, and schema therapy considerations. *Frontiers in Psychology*, 15, 1436053. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1436053>.
- Sójta, K., & Strzelecki, D. (2023). Early maladaptive schemas and their impact on parenting: Do dysfunctional schemas pass generationally?—A systematic review. *Journal of Clinical Medicine*, 12(4), 1263. <https://doi.org/10.3390/jcm12041263>
- Tannous-Haddad, L., Barel, E., Tzischinsky, O. (2024). Perceived social support and psychological wellbeing: testing the moderated mediation model of self-compassion and culture, *Personality and Social Psychology*, 5, 147417. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1474177>.
- Vieira, C., Kuss, D., & Griffiths. Early maladaptive schemas and behavioral addictions: A systematic literature review, *Clin Psychol Rev*, 105, 102340. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2023.102340.appdev.2022.101499>.
- Young, J. E., & Klosko, J. S. (1994). Reinventing your life. New York: Plume Books. <https://www.amazon.com/Reinventing-Your-Life-Breakthrough-Negative/dp/0452272041>
- Waller, G., Meyer, C., & Ohanian, V. (2001). Psychometric Properties of the Long & Short Versions of the Young Schema Questionnaire: Core Beliefs among Bulimic and Comparison Women. *Cognitive Therapy Research*, 25(2), 137-147. <https://doi.org/10.1023/A:1026487018110>.
- Young, J. E. (1998). Young Schema Questionnaire Short Form. New York: Cognitive Therapy Center.
- Zarei, A., Saadipour, I., Dortaj A., & Asadzadeh, H. (2024). The effectiveness of acceptance and commitment based therapy on students' self-efficacy beliefs and academic vitality. *Journal of Psychological Science*. 23(134), 37-53. <https://doi.org/10.52547/JPS.23.134.287>. (Persian)
- Zimet, G. D., Dahlem, N. W., Zimet, S. G., & Farley, G. K. (1988). The Multidimensional Scale of Perceived Social Support. *Journal of Personality Assessment*, 52(1), 30-41. https://doi.org/10.1207/s15327752jpa5201_2