



Original Article

Prediction of Marital Disaffection in Female Athletes Based on Early Maladaptive Schemas: The Mediating Role of Cognitive Emotion Regulation

Ali Abbasi¹ , Donya Daneshvar² , Zahra Mardaneh^{3*} 

1. M.A. in General Psychology, Department of Psychology, Qom Branch, Islamic Azad University, Qom, Iran.

2. M.A. in Family Counseling, Department of Psychology, Alborz University, Abyek, Qazvin, Iran.

3. Ph.D. Student in General Psychology, Department of Psychology, Ardabil Branch, Islamic Azad University, Ardabil, Iran.

Received: 30/04/2022, Revised: 29/08/2022, Accepted: 05/11/2023

Abstract

Purpose: The present study aimed to predict marital disaffection based on early maladaptive schemas with the mediating role of cognitive emotion regulation among female athletes.

Methods: In terms of purpose, this research was applied, and in terms of method, it was a descriptive correlational study conducted using structural equation modeling. The statistical population consisted of all professional female athletes residing in the city of Qom in 2023. Among them, 320 participants were selected using a convenience sampling method. The research instruments included the Kayser Marital Disaffection Scale (1996), the Young Schema Questionnaire–Short Form (1998), and the Cognitive Emotion Regulation Questionnaire developed by Garnefski et al. (2001). Data were analyzed using structural equation modeling.

Results: The results indicated that marital disaffection in married women was predicted by early maladaptive schemas ($\beta=0.40$, $P<0.001$). Furthermore, marital disaffection was predicted based on early maladaptive schemas through the mediating role of maladaptive ($Z=4.11$, $P<0.001$) and adaptive ($Z=3.73$, $P<0.001$) cognitive emotion regulation strategies.

Conclusion: The findings demonstrated that early maladaptive schemas, through the mediating role of cognitive emotion regulation, can predict marital disaffection among professional female athletes. Accordingly, attention to emotion regulation skills training and schema focused interventions, alongside psychological support programs for professional female athletes, may help reduce marital disaffection and improve their mental health and family quality of life.

Keywords: Emotion Regulation, Marital Disaffection, Maladaptive Schemas.

* Corresponding Author: Zahra Mardaneh, Tel: +98-9193406535, E-mail: zahramardaneh@gmail.com

How to Cite: Abbasi, A., Daneshvar, D., Mardaneh, Z. Prediction of Marital Disaffection in Professional Female Athletes Based on Early Maladaptive Schemas: the Mediating Role of Cognitive Emotion Regulation. *Sports Psychology*, 2023; 15(2): 255-269. In Persian.



Copyright: © 2023 by the authors. Submitted for possible open access publication under the terms and conditions of the Creative Commons Attribution (CC BY) license (<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>).

Extended Abstract Background and Purpose

One of the most significant problems in couples' lives is marital burnout. Marital burnout arises from the discrepancy between the realities of marital life and spouses' expectations, and its intensity depends on the level of marital adjustment and the beliefs held by the partners. Early maladaptive schemas, as deep cognitive and emotional patterns formed during childhood, can influence individuals' perceptions and interactions within intimate relationships and may contribute to the emergence of marital dissatisfaction and burnout. According to schema theory, emotional and marital experiences, interpersonal and conflict-resolution skills, emotional pain, and psychological distress may be associated with early maladaptive schemas that develop as responses to unmet core emotional needs during childhood. These schemas lead individuals to interpret events and their spouses' behaviors in a distorted manner and to display maladaptive emotional and behavioral reactions. Consequently, the persistence of these cognitive patterns can reduce intimacy, increase conflict, and ultimately lead to marital burnout.

Emotion regulation, defined as the ability to manage and modulate emotional experiences and responses, plays a crucial role in the quality of couples' interactions, and deficits in this capacity can contribute to increased conflicts and marital burnout. Individuals with early maladaptive schemas often lack sufficient ability to cope effectively with various situations and are unable to respond appropriately to unpleasant emotions such as marital stressors. As a result, they tend to rely on both adaptive and maladaptive cognitive emotion-regulation strategies when dealing with such situations. Early maladaptive schemas appear to shape individuals' core beliefs about themselves, others, and relationships, thereby influencing how

emotions are experienced and managed and potentially weakening their capacity for adaptive emotion regulation. When these schemas are activated, individuals tend to perceive relational events with heightened sensitivity, more negative interpretations, and stronger emotional reactions; consequently, instead of employing healthy strategies, they become inclined toward maladaptive emotion-regulation strategies. This dysfunctional cycle between activated schemas and ineffective emotion regulation gradually places pressure on marital interactions and contributes to emotional exhaustion and marital burnout. Previous studies have indicated direct relationships between early maladaptive schemas and emotion regulation with marital burnout, as well as indirect relationships between early maladaptive schemas and marital-related phenomena through emotion-regulation strategies.

Marital burnout, as one of the most important indicators of declining relationship quality among couples, refers to a state of emotional exhaustion, reduced intimacy, and a sense of meaninglessness within the marital relationship, which can have numerous negative consequences for mental health, life satisfaction, and family stability. In this context, identifying psychological factors that contribute to the development of marital burnout is of considerable importance. One such factor is early maladaptive schemas, which, as deep cognitive-emotional patterns formed during childhood, can influence how individuals perceive and interpret interpersonal relationships, particularly intimate relationships, and may create the conditions for conflict, dissatisfaction, and exhaustion in marital life. In addition, the way individuals manage and regulate their emotions plays a significant role in the quality of marital interactions; cognitive emotion-regulation strategies can determine both the intensity and the manner of

individuals' responses to stressful situations within the relationship and, consequently, influence the persistence or reduction of marital burnout. Moreover, focusing on professional female athletes is particularly important in this context, as professional sports involve considerable psychological, physical, and social pressures, including intensive training, continuous competitions, performance stress, sports-related travel, and the need to simultaneously manage professional and family roles. These conditions may challenge the balance between athletic and marital life and influence the quality of couples' relationships. Under such circumstances, the presence of early maladaptive schemas and the use of ineffective emotion-regulation strategies may increase the likelihood of marital burnout among female athletes. Considering the increasing participation of women in professional sports and the importance of their psychological and family well-being, examining the role of early maladaptive schemas in predicting marital burnout and explaining the mediating role of cognitive emotion regulation can contribute to a better understanding of factors influencing marital relationships in this group and provide a basis for designing effective psychological interventions. A review of previous studies suggests that a model may be proposed in which marital burnout is predicted based on early maladaptive schemas with the mediating role of cognitive emotion regulation. Therefore, the main objective of the present study was to determine whether marital burnout can be predicted based on early maladaptive schemas with the mediating role of cognitive emotion regulation among professional female athletes.

Materials and Methods

This study was applied in terms of purpose and descriptive-correlational in terms of method,

conducted using structural equation modeling. The statistical population consisted of all professional female athletes living in the city of Qom. From this population, 320 participants were selected through convenience sampling. The research instruments included the Marital Burnout Scale developed by Pines (1996), the Young Schema Questionnaire–Short Form (1998), and the Cognitive Emotion Regulation Questionnaire developed by Garnefski and colleagues (2001).

After determining the statistical population and sample size, data collection was conducted through an online call for participation. An announcement explaining the purpose of the study and participation conditions was distributed through social media platforms related to athletes, virtual groups of sports clubs, and sports associations in the city of Qom. In this call, married professional female athletes were invited to participate in the study. The questionnaires were provided online in the form of an electronic survey, and participants completed them after reading the information regarding confidentiality and providing informed consent. Participation was voluntary, and respondents were assured that their information would be used solely for research purposes and that their identities would remain confidential. After data collection, incomplete or invalid questionnaires were removed, and the final dataset was used for statistical analysis and testing of the research model. Data were analyzed using structural equation modeling.

Results

Marital burnout was predicted by early maladaptive schemas among professional female athletes ($\beta=0.400$, $P<0.001$). Marital burnout was also predicted by maladaptive ($\beta=0.449$, $P<0.001$) and adaptive ($\beta=-0.378$, $P<0.001$) cognitive emotion-regulation

strategies. Furthermore, marital burnout was predicted by early maladaptive schemas through the mediating role of maladaptive ($Z=4.11$, $P<0.001$) and adaptive ($Z=3.73$, $P<0.001$) cognitive emotion-regulation strategies.

Conclusion

The findings indicated that marital burnout among professional female athletes can be predicted based on early maladaptive schemas, highlighting the role of deep cognitive-emotional structures formed during childhood in the quality of intimate relationships in adulthood. Early maladaptive schemas in domains such as disconnection and rejection, impaired autonomy and performance, impaired limits, other-directedness, and over-vigilance and inhibition may influence individuals' perceptions, expectations, and behavioral patterns within marital relationships. By generating feelings of emotional insecurity, difficulties in managing conflicts, excessive self-sacrifice, or emotional suppression, these schemas can lead to reduced intimacy and increased emotional exhaustion in the relationship, ultimately resulting in marital burnout.

The findings also showed that the relationship between early maladaptive schemas and marital burnout is explained through cognitive emotion-regulation strategies. Specifically, reduced use of adaptive strategies such as positive reappraisal, acceptance, and problem-focused thinking, alongside increased use of maladaptive strategies such as rumination, self-blame, other-blame, and catastrophizing, may intensify the effects of maladaptive schemas and increase the likelihood of emotional exhaustion and emotional distancing within the relationship. This issue is particularly significant among professional female athletes due to the psychological pressures and stresses

associated with athletic activities. The results suggest that strengthening emotion-regulation skills and implementing schema-focused interventions may play an important role in reducing marital burnout and improving the quality of marital relationships.

Funding

This study received no funding from public, commercial, or nonprofit organizations.

Authors' Contributions

All authors have participated in designing, implementing and writing all parts of the present study.

Conflicts of Interest

The authors declared no conflict of interest.

Acknowledgement

We sincerely appreciate all professional female athletes who participated in the present study.



نوع مقاله: پژوهشی

پیش‌بینی دلزدگی زناشویی در زنان ورزشکار براساس طرحواره‌های ناسازگار اولیه: بررسی نقش

میانجیگری تنظیم شناختی هیجان

علی عباسی^۱، دنیا دانش‌پور^۲، زهرا مردانه^{۳*}

۱. دانشجوی کارشناسی ارشد روانشناسی عمومی، گروه روانشناسی، واحد قم، دانشگاه آزاد اسلامی، قم، ایران.

۲. کارشناسی ارشد مشاوره خانواده، گروه روانشناسی، دانشگاه البرز آبیگ، قزوین، ایران.

۳. دانشجوی دکتری روانشناسی عمومی، گروه روانشناسی، واحد اردبیل، دانشگاه آزاد اسلامی، اردبیل، ایران.

تاریخ دریافت: ۱۴۰۱/۰۲/۱۰، تاریخ اصلاح: ۱۴۰۱/۰۶/۰۸، تاریخ پذیرش: ۱۴۰۲/۰۸/۱۴

چکیده

هدف: هدف پژوهش حاضر پیش‌بینی دلزدگی زناشویی براساس طرحواره‌های ناسازگار اولیه با میانجیگری تنظیم شناختی هیجان در زنان ورزشکار بود.

روش‌ها: این پژوهش به لحاظ نوع هدف کاربردی و به لحاظ روش از نوع همبستگی بود که با استفاده از مدلیابی معادلات ساختاری اجرا شد. جامعه آماری را تمام زنان ورزشکار ساکن شهر قم تشکیل دادند که از میان آنها ۳۲۰ نفر به روش نمونه‌گیری در دسترس انتخاب شدند. ابزار پژوهش شامل مقیاس دلزدگی زناشویی کایزر (۱۹۹۶)؛ نسخه کوتاه پرسشنامه طرحواره یانگ (۱۹۹۸) و پرسشنامه تنظیم شناختی هیجان گارنفسکی و همکاران (۲۰۰۱) بود. برای تحلیل داده‌ها از روش مدلیابی معادلات ساختاری استفاده شد.

یافته‌ها: نتایج نشان داد دلزدگی زناشویی براساس طرحواره‌های ناسازگار اولیه در زنان ورزشکار پیش‌بینی می‌شود ($P=0/001$ ، $\beta=0/400$). دلزدگی زناشویی براساس طرحواره‌های ناسازگار اولیه با میانجیگری راهبردهای ناسازگارانه ($P=0/001$ ، $Z=4/11$) و سازگارانه ($P=0/001$ ، $Z=3/73$) تنظیم شناختی هیجان در زنان ورزشکار پیش‌بینی می‌شود.

نتیجه‌گیری: یافته‌های پژوهش نشان داد که طرحواره‌های ناسازگار اولیه با نقش میانجی تنظیم شناختی هیجان می‌توانند دلزدگی زناشویی در زنان ورزشکار را پیش‌بینی کنند. بر این اساس، توجه به آموزش مهارت‌های تنظیم هیجان و مداخلات مبتنی بر اصلاح طرحواره‌ها در کنار برنامه‌های حمایت روان‌شناختی برای زنان ورزشکار می‌تواند به کاهش دلزدگی زناشویی و ارتقای سلامت روان و کیفیت زندگی خانوادگی آنان کمک کند.

واژه‌های کلیدی: تنظیم هیجان، دلزدگی زناشویی، طرحواره‌های ناسازگار.

* Corresponding Author: Zahra Mardaneh, Tel: +98-9193406355, E-mail: zahramardaneh@gmail.com

How to Cite: Abbasi, A., Daneshvar, D., Mardaneh, Z. Prediction of Marital Disaffection in Professional Female Athletes Based on Early Maladaptive Schemas: The Mediating Role of Cognitive Emotion Regulation. *Sports Psychology*, 2023; 15(2): 255-269. In Persian.



Copyright: © 2023 by the authors. Submitted for possible open access publication under the terms and conditions of the Creative Commons Attribution (CC BY) license (<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>).

مقدمه

ناسازگار فعال می‌تواند مستقیماً بر پاسخ‌های رفتاری آینده و روابط بین فردی تأثیر بگذارد و در نتیجه خطر آسیب‌شناسی روانی فرد را افزایش دهد (۵). در الگوی طرحواره‌ای، طرحواره‌ها بر طبق پنج نیاز هیجانی ارضا نشده تقسیم می‌شوند که آن‌ها را «حوزه‌های طرحواره» نامیده‌اند که عبارتند از: ۱. بریدگی و طرد^۴، ۲. خودگردانی و عملکرد مختل^۵، ۳. محدودیت‌های مختل^۶، ۴. دیگرجهت‌مندی^۷ و ۵. گوش‌به‌زنگی بیش از حد و بازداری^۸ (۶). این طرحواره‌ها باعث می‌شوند افراد رویدادها و رفتارهای همسر خود را به‌صورت تحریف‌شده تفسیر کرده و واکنش‌های هیجانی و رفتاری ناسازگار نشان دهند. در نتیجه، افزایش تعارض و در نهایت شکل‌گیری دلزدگی صمیمیت، افزایش تعارض و در نهایت شکل‌گیری دلزدگی زناشویی منجر شود (۷).

تنظیم هیجان^۹ به‌عنوان توانایی مدیریت و تعدیل تجربه‌ها و واکنش‌های هیجانی، نقش مهمی در کیفیت تعاملات زوجین دارد و نقص در آن می‌تواند زمینه‌ساز افزایش تعارضات و بروز دلزدگی زناشویی شود (۸). تنظیم شناختی هیجان^{۱۰} به شیوه‌های تفکری اشاره دارد که افراد برای تغییر و مدیریت هیجان‌های خود در پاسخ به رویدادهای خاص استفاده می‌کنند و بخشی از مقابله شناختی محسوب می‌شود (۹). راهبردهای شناختی تنظیم هیجان پاسخ‌های شناختی به رویدادهای هیجانی هستند که آگاهانه یا ناخودآگاه سعی می‌کنند شدت یا نوع تجربه هیجانی یا خود رویداد را تنظیم کنند. تنظیم هیجان‌ها از طریق شناخت برای زندگی انسان اساسی است و به افراد کمک می‌کند پس از تجربه یک رویداد تنش‌زا با هیجان‌های خود مقابله کنند (۱۰). افراد برخوردار از طرحواره‌های ناسازگار اولیه از توانایی کافی برای مواجهه با شرایط مختلف برخوردار نیستند و از

ازدواج یک رابطه اساسی بین زن و مرد است و انتخاب شریک زناشویی و قرارداد ازدواج، یک دستاورد فردی و نقطه عطف بلوغ محسوب می‌شوند. انتخاب شریک زناشویی یکی از چالش‌برانگیزترین تصمیمات در زندگی شخصی هر کسی است و زندگی خانوادگی و سازگاری زناشویی^۱ حتی در این دوران مدرن نیز از موضوعات اساسی قابل بررسی هستند (۱). اکثر مردم در طول زندگی خود ازدواج می‌کنند و می‌خواهند ازدواج آنها رضایت‌بخش باشد. زمانی که ازدواج‌ها پایدار و رضایت‌بخش باشد، همسران به‌طور کلی سالم‌تر و شادتر هستند و عمر طولانی‌تری دارند (۲). یکی از مهم‌ترین مشکلات در زندگی زوجین دلزدگی زناشویی^۲ است. دلزدگی زناشویی ناشی از عدم تطابق بین حقایق و انتظارات زوجین است و شدت آن به سازگاری زوجین و باورهای آنها بستگی دارد (۳).

طرحواره‌های ناسازگار اولیه^۳ به‌عنوان الگوهای عمیق شناختی و هیجانی شکل‌گرفته در دوران کودکی، می‌توانند ادراک و تعامل افراد در روابط صمیمانه را تحت تأثیر قرار داده و زمینه بروز نارضایتی و دلزدگی زناشویی را فراهم سازند. بر اساس مدل طرحواره، تجارب عاطفی و زناشویی، مهارت‌های بین فردی و حل تعارض، درد عاطفی و پریشانی روانشناختی ممکن است با طرحواره‌های ناسازگار اولیه که به عنوان پاسخی به نیازهای عاطفی اصلی برآورده نشده از دوران کودکی ایجاد می‌شوند، مرتبط باشند (۴). طرحواره‌های ناسازگار ممکن است در همه افراد به عنوان باورهای اصلی مهمی وجود داشته باشند که مفروضات آینده فرد را در مورد خود و جهان هدایت می‌کنند. این طرحواره‌ها می‌توانند به صورت ناهشیار به وجود خود ادامه دهند، مگر اینکه توسط یک عامل تنش‌زا یا موقعیت بد فعال شوند. وجود طرحواره‌های

و کردستانچی اصلانی (۸) نتیجه گرفتند رابطه طرحواره-های ناسازگار اولیه و همسرآزاری یک رابطه خطی و ساده نیست و تنظیم هیجان در این رابطه نقش واسطه‌ای دارد.

دلزدگی زناشویی به عنوان یکی از مهم‌ترین شاخص‌های افت کیفیت روابط زوجین، حالتی از فرسودگی عاطفی، کاهش صمیمیت و احساس بی‌معنایی در رابطه زناشویی است که می‌تواند پیامدهای منفی متعددی برای سلامت روانی، رضایت از زندگی و پایداری خانواده به همراه داشته باشد. در این میان، شناسایی عوامل روان‌شناختی مؤثر بر شکل‌گیری دلزدگی زناشویی از اهمیت زیادی برخوردار است. یکی از این عوامل، طرحواره‌های ناسازگار اولیه است که به عنوان الگوهای عمیق شناختی-هیجانی شکل گرفته در دوران کودکی، می‌توانند نحوه ادراک و تفسیر افراد از روابط بین‌فردی به ویژه روابط صمیمانه را تحت تأثیر قرار دهند و زمینه بروز تعارض، نارضایتی و فرسودگی در رابطه زناشویی را فراهم سازند. علاوه بر این، نحوه مدیریت و تنظیم هیجان‌ها نیز نقش مهمی در کیفیت تعاملات زناشویی دارد؛ به طوری که راهبردهای تنظیم شناختی هیجان می‌توانند شدت و نحوه واکنش افراد به موقعیت‌های تنش‌زا در رابطه را تعیین کنند و در نتیجه در تداوم یا کاهش دلزدگی زناشویی مؤثر باشند. از سوی دیگر، توجه به زنان ورزشکار در این زمینه اهمیت ویژه‌ای دارد، زیرا ورزش با فشارهای روانی، جسمانی و اجتماعی قابل توجهی همراه است؛ از جمله تمرینات فشرده، رقابت‌های مداوم، استرس عملکرد، سفرهای ورزشی و لزوم مدیریت همزمان نقش‌های حرفه‌ای و خانوادگی. این شرایط ممکن است تعادل میان زندگی ورزشی و زندگی زناشویی را با چالش‌هایی مواجه کند و بر کیفیت رابطه زوجین تأثیر بگذارد. در چنین شرایطی، وجود طرحواره‌های ناسازگار اولیه و استفاده از راهبردهای نامناسب تنظیم هیجان می‌تواند احتمال بروز دلزدگی زناشویی را در زنان ورزشکار افزایش دهد. با توجه به

برخورد مناسب با هیجانات نامطلوبی مانند تنش‌زاهای زناشویی ناتوان‌اند و به همین سبب همیشه از راهبردهای سازگارانه و ناسازگارانه تنظیم شناختی هیجان برای مواجهه با آن استفاده می‌کنند (۱۱).

به نظر می‌رسد طرحواره‌های ناسازگار اولیه با شکل‌دادن به باورهای بنیادین فرد درباره خود، دیگران و روابط، بر نحوه تجربه و مدیریت هیجان‌ها اثر می‌گذارند و می‌توانند توانایی او را در تنظیم سازگارانه هیجان‌ها تضعیف کنند. هنگامی که این طرحواره‌ها فعال می‌شوند، فرد رویدادهای رابطه‌ای را با حساسیت بیشتر، تفسیرهای منفی‌تر و واکنش‌های هیجانی شدیدتری تجربه می‌کند؛ در نتیجه به جای به‌کارگیری راهبردهای سالم، به سمت شیوه‌های ناسازگارانه تنظیم هیجان سوق می‌یابد. این چرخه ناهماهنگ میان طرحواره‌های فعال و تنظیم ناکارآمد هیجان، به‌مرور تعاملات زوجین را تحت فشار قرار داده و زمینه‌ساز فرسودگی عاطفی و دلزدگی زناشویی می‌شود. نتایج پژوهش‌ها حاکی از روابط مستقیم طرحواره‌های ناسازگار اولیه و تنظیم هیجان با دلزدگی زناشویی و همین‌طور روابط غیرمستقیم طرحواره‌های ناسازگار اولیه با پدیده‌های مرتبط با مسائل زناشویی به واسطه راهبردهای تنظیم هیجان هستند. به عنوان مثال در همین راستا، اسدپور و همکاران (۷) نتیجه گرفتند که طرحواره‌های ناسازگار اولیه با تعارض و دلزدگی زناشویی رابطه داشته و به‌طور معناداری آنها را پیش‌بینی می‌کند. بنابراین برای کاهش تعارض و دلزدگی زناشویی بر ضرورت بررسی طرحواره‌های ناسازگار اولیه و ارائه راهکارهای برای بهبود آن توصیه گردید. عمادی و همکاران (۱۲) نشان دادند که مکانیسم‌های تنظیم شناختی هیجانی سازگارانه و ناسازگارانه، با دلزدگی زناشویی زنان رابطه مستقیم معنادار دارند. زاده محمدی

معیارهای ورود و خروج:

معیارهای ورود به پژوهش شامل فعالیت در یکی از رشته‌های ورزشی به مدت ۳ سال، متأهل بودن و داشتن حداقل یک سال سابقه زندگی مشترک به منظور شکل‌گیری تجربه واقعی از رابطه زناشویی، داشتن حداقل ۲۵ سال سن، تمایل و رضایت آگاهانه برای شرکت در پژوهش و توانایی خواندن و پاسخ‌گویی به پرسشنامه‌ها به صورت آنلاین بود. همچنین شرکت‌کنندگان باید در زمان اجرای پژوهش در یکی از باشگاه‌ها، تیم‌های ورزشی یا مسابقات رسمی به عنوان ورزشکار فعال حضور داشته باشند. معیارهای خروج از پژوهش شامل از جمله عدم تکمیل کامل پرسشنامه‌ها، پاسخ‌دهی تصادفی یا غیرواقعی به سؤالات، انصراف فرد از ادامه همکاری در هر مرحله از پژوهش، داشتن سابقه طلاق یا جدایی در زمان تکمیل پرسشنامه‌ها و همچنین ابتلا به اختلالات روان‌شناختی شدید گزارش‌شده توسط خود فرد که می‌توانست بر پاسخ‌دهی دقیق به پرسشنامه‌ها تأثیر بگذارد. پرسشنامه‌هایی که به‌صورت ناقص تکمیل شده بودند یا الگوی پاسخ‌دهی غیرمنطقی داشتند، از تحلیل نهایی حذف شدند.

ابزار گردآوری داده‌ها

مقیاس دزدگی زناشویی. مقیاس دزدگی زناشویی کایزر (۱۴) شامل ۲۱ گویه است که در یک طیف لیکرت ۴ درجه‌ای از اصلاً در مورد من صدق نمی‌کند = ۱ تا کاملاً در مورد من صدق می‌کند = ۴ نمره‌گذاری می‌شود. کایزر (۱۴) برای این ابزار ضریب آلفای کرونباخ ۰/۹۷ گزارش کرد. در این پژوهش کایزر (۱۴) همبستگی بین نمره دزدگی و مقیاس شادکامی زناشویی ادراک شده را برابر با ۰/۵۶- و لبا مقیاس صمیمیت زناشویی را برابر با ۰/۸۶- به عنوان شاخص‌هایی از واگرایی این ابزار گزارش کرد.

گسترش حضور زنان در عرصه ورزش و اهمیت سلامت روانی و خانوادگی آنان، بررسی نقش طرحواره‌های ناسازگار اولیه در پیش‌بینی دزدگی زناشویی و تبیین نقش میانجی تنظیم شناختی هیجان می‌تواند به درک بهتر عوامل مؤثر بر روابط زناشویی این گروه کمک کرده و زمینه را برای طراحی مداخلات روان‌شناختی مؤثر فراهم سازد. از مرور پیشینه پژوهش چنین برمی‌آید که شاید بتوان مدلی را طراحی کرد که در آن دزدگی زناشویی براساس طرحواره‌های ناسازگار اولیه با میانجیگری تنظیم شناختی هیجان پیش‌بینی می‌شود و لذا هدف اصلی این پژوهش پاسخ‌گویی به این سوال است که آیا دزدگی زناشویی براساس طرحواره‌های ناسازگار اولیه با میانجیگری تنظیم شناختی هیجان در زنان ورزشکار پیش‌بینی می‌شود؟

روش پژوهش

این پژوهش به لحاظ نوع هدف کاربردی و به لحاظ روش توصیفی از نوع همبستگی است که با استفاده از مدلیابی معادلات ساختاری اجرا می‌شود.

نمونه‌های پژوهش

جامعه آماری این پژوهش را تمام زنان ورزشکار ساکن شهر قم در سال ۱۴۰۰ تشکیل دادند. از آنجاکه در معادلات ساختاری به ازای هر پارامتر حداقل ۵ نفر نمونه و حداکثر تا ۵۰ نفر و به طور کلی حداقل ۳۰۰ تا ۴۰۰ نفر نمونه لازم است در پژوهش حاضر به ازای هر پارامتر (۸ پارامتر شامل طرحواره‌های ناسازگار اولیه (۵ طرحواره)، راهبردهای سازگارانه و ناسازگارانه و دزدگی زناشویی) ۳۸ نفر نمونه در نظر گرفته شد تا بتوان به حجم نمونه مورد نظر دست یافت و بدین ترتیب با در نظر گرفتن احتمال ریزش نمونه تعداد ۳۲۰ نفر به روش نمونه‌گیری در دسترس انتخاب شدند (۱۳).

تنظیم شناختی هیجان حمایت کرد و ۷۴ درصد از تغییرات را تبیین کرد.

روش اجرا

پس از تعیین جامعه آماری و حجم نمونه، فرآیند جمع‌آوری داده‌ها از طریق فراخوان آنلاین انجام شد. بدین منظور، اطلاعاتی درباره هدف پژوهش و شرایط شرکت در آن از طریق شبکه‌های اجتماعی مرتبط با ورزشکاران، گروه‌های مجازی باشگاه‌ها و انجمن‌های ورزشی شهر قم منتشر شد. در این فراخوان از زنان ورزشکار متأهل دعوت شد تا در پژوهش مشارکت کنند. پرسشنامه‌ها به صورت آنلاین و در قالب فرم الکترونیکی در اختیار داوطلبان قرار گرفت و شرکت‌کنندگان پس از مطالعه توضیحات مربوط به محرمانه بودن اطلاعات و اعلام رضایت آگاهانه، به سؤالات پاسخ دادند. تکمیل پرسشنامه‌ها به صورت داوطلبانه انجام شد و به شرکت‌کنندگان اطمینان داده شد که اطلاعات آنان صرفاً برای اهداف پژوهشی استفاده شده و هویت آن‌ها محرمانه باقی خواهد ماند. پس از جمع‌آوری داده‌ها، پرسشنامه‌های ناقص یا نامعتبر حذف و داده‌های نهایی برای تحلیل آماری و آزمون مدل پژوهش مورد استفاده قرار گرفتند.

تحلیل آماری

جهت تحلیل داده‌ها روش‌های توصیفی و استنباطی به کار گرفته شد. در بخش توصیفی اطلاعات دموگرافیک و شاخص‌هایی چون میانگین و انحراف معیار ارائه می‌شود. در بخش آمار استنباطی پس از محاسبه ضریب همبستگی پیرسون و بررسی مفروضه‌های مدلیابی معادلات ساختاری، برازش مدل ساختاری با استفاده از شاخص‌های برازش و نرم افزارهای SPSS-23 و AMOS-23 مورد بررسی قرار گرفت.

ملاحظات اخلاقی

ساداتی و همکاران (۱۵) در نمونه‌ای شامل ۳۰۰ معلم در شهر اهواز، روایی همگرای این ابزار را با محاسبه همبستگی آن با مقیاس فرسودگی زناشویی برابر با ۰/۵۴ و پایایی به روش همسانی درونی با محاسبه ضریب آلفای کرونباخ را برای نمونه‌ای شامل ۳۰۰ معلم برابر با ۰/۷۹ گزارش کردند.

نسخه کوتاه پرسشنامه طرحواره یانگ. نسخه کوتاه پرسشنامه طرحواره یانگ (۱۶) شامل ۷۵ گویه است و ۵ حوزه طرحواره‌ای بریدگی و طرد؛ خودگردانی و عملکرد مختل؛ دگرجهت‌مندی؛ گوش‌به‌زنگی بیش از حد و بازداری؛ محدودیت‌های مختل و ۱۵ طرحواره را در یک طیف لیکرت ۶ درجه‌ای از کاملاً درست درباره من=۶ تا کاملاً غلط درباره من=۱ مورد ارزیابی قرار می‌دهد. در ایران صدوقی و همکاران (۱۷) برای این ابزار ضریب آلفای کرونباخ برای کل ابزار ۰/۹۴ و برای خرده مقیاس‌ها در دامنه‌ای از ۰/۶۲ تا ۰/۹۰ گزارش و تحلیل عاملی تبیینی با چرخش واریماکس مقیاس‌های قابل تفسیری را برای همه ۱۵ خرده‌مقیاس طرحواره مطرح شده توسط یانگ به بار آوردند.

پرسشنامه تنظیم شناختی هیجان. پرسشنامه تنظیم شناختی هیجان گارنفسکی و همکاران (۱۸) شامل ۳۶ گویه است که ۲ طبقه راهبردهای سازگارانه با شماره گویه‌های ۲، ۴، ۵، ۶، ۷، ۱۱، ۱۳، ۱۴، ۱۵، ۱۶، ۲۰، ۲۲، ۲۳، ۲۴، ۲۵، ۲۹، ۳۱، ۳۲، ۳۳، ۳۴ و راهبردهای ناسازگارانه با شماره گویه‌های ۱، ۳، ۸، ۹، ۱۰، ۱۲، ۱۷، ۱۸، ۱۹، ۲۱، ۲۶، ۲۷، ۲۸، ۳۰، ۳۵ و ۳۶ را در یک طیف لیکرت از هرگز=۱ تا همیشه=۵ مورد ارزیابی قرار می‌دهد. حسنی (۱۹) برای این ابزار آلفای کرونباخ ۰/۷۶ تا ۰/۹۲ گزارش کرده است. در پژوهش حسنی (۱۹) نتایج تحلیل مؤلفه‌های اصلی از ساختار ۲ عاملی اصلی پرسشنامه

نفر (۳۱/۵۶ درصد) در طبقه سنی ۳۶ تا ۴۰ سال، ۱۱۷ نفر (۳۶/۵۷ درصد) در طبقه سنی ۴۱ تا ۴۵ سال قرار داشتند. لازم به ذکر است میانگین سنی شرکت کنندگان، ۴۰/۶۷ و انحراف معیار آن ۹/۰۵ بود. جدول ۱ نشان می‌دهد شاخص‌های برازندگی به دست آمده از برازش قابل قبول مدل‌های اندازه‌گیری و ساختاری پژوهش با داده‌های گردآوری شده حمایت می‌کنند.

در پژوهش حاضر ملاحظات اخلاقی پژوهش شامل اخذ رضایت آگاهانه، تضمین حریم خصوصی و رازداری رعایت شد.

یافته‌ها

در پژوهش حاضر ۴۱ نفر (۱۲/۸۱ درصد) از شرکت کنندگان در پژوهش در طبقه سنی ۲۵ تا ۳۰ سال، ۶۰ نفر (۱۸/۷۵ درصد) در طبقه سنی ۳۱ تا ۳۵ سال، ۱۰۱

جدول ۱- شاخص‌های برازندگی مدل‌های اندازه‌گیری و ساختاری پژوهش

شاخص نکویی برازش تطبیقی	شاخص نکویی برازش تطبیقی	شاخص برازش تطبیقی	ریشه خطای میانگین مجذورات تقریب	مجذور کای نرم شده	مجذور کای	شاخص‌های برازندگی
۰/۸۵۶	۰/۹۳۲	۰/۹۴۶	۰/۰۸۰	۲/۵۸	۱۹۵/۲۰۵	مدل اندازه‌گیری
۰/۸۶۷	۰/۹۳۴	۰/۹۶۷	۰/۰۶۷	۲/۴۵	۱۸۵/۰۴۰	مدل ساختاری
۰/۰۸۰ <	۰/۰۹۰ <	۰/۰۹۰ <	۰/۰۸۰ >	۳ >	P > ۰/۰۵	مقادیر قابل قبول

جدول ۲- ضرایب مسیر مستقیم و غیرمستقیم بین متغیرهای پژوهش

ضرایب مسیر غیرمستقیم				ضرایب مسیر مستقیم				متغیر پیش بین - متغیر میانجی / ملاک
مقدار احتمال	ضریب رگرسیون استاندارد	خطای معیار	ضریب رگرسیون غیر استاندارد	مقدار احتمال	ضریب رگرسیون استاندارد	خطای معیار	ضریب رگرسیون غیر استاندارد	
۰/۰۰۱	۰/۳۲۴	۰/۰۴۵	۰/۳۸۹	۰/۰۰۱	۰/۴۰۰	۰/۰۷۷	۰/۴۶۹	طرحواره‌های ناسازگار- دلزدگی زناشویی
				۰/۰۰۱	۰/۴۴۹	۰/۰۵۸	۰/۵۸۹	راهبردهای ناسازگارانه- دلزدگی زناشویی
				۰/۰۰۱	-۰/۳۷۸	۰/۰۷۸	-۰/۴۵۱	راهبردهای سازگارانه- دلزدگی زناشویی
				۰/۰۰۱	۰/۳۸۳	۰/۰۸۰	۰/۴۳۲	طرحواره‌های ناسازگار- راهبردهای ناسازگارانه

شناختی هیجان در زنان ورزشکار پیش‌بینی می‌شود ($\beta=0/324, P=0/001$).

در ادامه جهت محاسبه نقش مجزای هر یک از متغیرهای میانجی راهبردهای ناسازگارانه و سازگارانه تنظیم شناختی هیجان در رابطه بین طرح‌های ناسازگار اولیه با دلزدگی زناشویی از آزمون سوبل استفاده شد. آزمون سوبل برای آزمون معناداری تأثیر میانجی یک متغیر در رابطه میان دو متغیر دیگر به کار می‌رود.

جدول ۲ نشان می‌دهد دلزدگی زناشویی براساس طرح‌های ناسازگار اولیه در زنان ورزشکار پیش‌بینی می‌شود ($\beta=0/400, P=0/001$). دلزدگی زناشویی براساس راهبردهای ناسازگارانه ($\beta=0/449, P=0/001$) و سازگارانه ($\beta=-0/378, P=0/001$) تنظیم شناختی هیجان در زنان ورزشکار پیش‌بینی می‌شود. دلزدگی زناشویی براساس طرح‌های ناسازگار اولیه با میانجی‌گری راهبردهای ناسازگارانه و سازگارانه تنظیم

جدول ۳- آزمون سوبل برای برآورد نقش میانجی متغیرهای راهبردهای ناسازگارانه و سازگارانه تنظیم شناختی هیجان

مقدار احتمال	آماره Z	مسیر
۰/۰۰۱	۴/۱۱	طرح‌های ناسازگار- راهبردهای ناسازگارانه- دلزدگی زناشویی
۰/۰۰۱	۳/۷۳	طرح‌های ناسازگار- راهبردهای سازگارانه- دلزدگی زناشویی

رابطه داشته و به طور معناداری آن‌ها را پیش‌بینی می‌کنند (۷). همچنین عمادی و همکاران گزارش کردند که راهبردهای تنظیم شناختی هیجان، اعم از سازگارانه و ناسازگارانه، با دلزدگی زناشویی زنان رابطه مستقیم و معناداری دارند (۱۲). افزون بر این، زاده‌محمدی و کردستانی اصلانی نیز نشان دادند که رابطه طرح‌های ناسازگار اولیه با مشکلات زناشویی رابطه‌ای ساده و مستقیم نیست و تنظیم هیجان در این ارتباط نقش میانجی ایفا می‌کند (۸).

نتایج نشان داد که دلزدگی زناشویی در زنان ورزشکار بر اساس طرح‌های ناسازگار اولیه قابل پیش‌بینی است؛ موضوعی که بیانگر نقش اساسی ساختارهای عمیق شناختی-هیجانی شکل‌گرفته در دوران کودکی در کیفیت روابط زناشویی بزرگسالی است. طرح‌های ناسازگار اولیه در پنج حوزه اصلی شامل بریدگی و طرد،

جدول ۳ نشان می‌دهد دلزدگی زناشویی براساس طرح‌های ناسازگار اولیه با میانجی‌گری راهبردهای ناسازگارانه ($Z=4/11, P=0/001$) و سازگارانه ($P=0/001, Z=3/73$) تنظیم شناختی هیجان در زنان ورزشکار پیش‌بینی می‌شود.

بحث و نتیجه‌گیری

هدف پژوهش حاضر پیش‌بینی دلزدگی زناشویی براساس طرح‌های ناسازگار اولیه با میانجی‌گری نقش تنظیم شناختی هیجان در زنان ورزشکار بود. یافته‌های پژوهش نشان داد که طرح‌های ناسازگار اولیه با نقش میانجی تنظیم شناختی هیجان می‌توانند دلزدگی زناشویی در زنان ورزشکار را پیش‌بینی کنند. در همین راستا، یافته‌های پژوهش حاضر با نتایج مطالعات پیشین همسو است؛ به طوری که اسدیپور و همکاران نشان دادند طرح‌های ناسازگار اولیه با تعارض و دلزدگی زناشویی

خودگردانی و عملکرد مختل، محدودیت‌های مختل، دیگرجهت‌مندی و گوش‌به‌زنگی و بازداری افراطی طبقه‌بندی می‌شوند که هر یک می‌توانند به شیوه‌ای خاص بر تعاملات بین‌فردی و روابط صمیمانه تأثیر بگذارند. در حوزه بریدگی و طرد، افرادی که طرحواره‌هایی مانند رهاشدگی، بی‌اعتمادی یا محرومیت هیجانی را تجربه می‌کنند، ممکن است در روابط زناشویی احساس ناامنی عاطفی داشته باشند و همواره انتظار طرد یا بی‌توجهی از سوی همسر را داشته باشند که این امر به مرور باعث کاهش صمیمیت و افزایش فرسودگی در رابطه می‌شود. در حوزه خودگردانی و عملکرد مختل نیز طرحواره‌هایی مانند وابستگی، آسیب‌پذیری نسبت به خطر یا شکست می‌توانند احساس ناتوانی در مدیریت چالش‌های زندگی مشترک را تقویت کنند و زمینه احساس ناکارآمدی و ناامیدی در رابطه را فراهم سازند. از سوی دیگر، در حوزه محدودیت‌های مختل، طرحواره‌هایی مانند استحقاق یا خویش‌داری ناکافی می‌توانند باعث دشواری در رعایت مرزها، تحمل ناکامی و پذیرش مسئولیت در رابطه شوند که این مسئله به افزایش تعارضات زناشویی و در نهایت دلزدگی از رابطه منجر می‌شود. در حوزه دیگرجهت‌مندی نیز طرحواره‌هایی مانند اطاعت، ایثار یا جلب تأیید باعث افراطی نادیده بگیرد و برای حفظ رابطه بیش از حد خود را فدا کند؛ وضعیتی که در بلندمدت می‌تواند به احساس نارضایتی، خستگی هیجانی و دلزدگی زناشویی منجر شود. همچنین در حوزه گوش‌به‌زنگی و بازداری افراطی، طرحواره‌هایی مانند معیارهای سرسختانه یا بازداری هیجانی می‌توانند موجب سرکوب هیجان‌ها، کمال‌گرایی افراطی و کاهش بیان عاطفی در رابطه شوند که این امر از شکل‌گیری صمیمیت عاطفی جلوگیری می‌کند. در مجموع، این یافته‌ها نشان می‌دهد که طرحواره‌های ناسازگار اولیه در حوزه‌های مختلف می‌توانند با تأثیر بر ادراکات،

انتظارات و الگوهای رفتاری زنان ورزشکار در روابط صمیمانه، زمینه شکل‌گیری دلزدگی زناشویی را فراهم کنند؛ به‌ویژه در شرایطی که فشارهای ناشی از فعالیت ورزشی نیز بر این فرایند افزوده می‌شود (۲۰-۲۳).

نتایج به دست‌آمده نشان می‌دهد که دلزدگی زناشویی در زنان ورزشکار توسط طرحواره‌های ناسازگار اولیه با نقش میانجی راهبردهای سازگارانه تنظیم شناختی هیجان قابل پیش‌بینی است. این یافته بیانگر آن است که طرحواره‌های ناسازگار، تنها به صورت مستقیم موجب شکل‌گیری دلزدگی زناشویی نمی‌شوند، بلکه تا حد زیادی از طریق تأثیرگذاری بر نحوه مدیریت هیجان‌ها عمل می‌کنند. زنان ورزشکار که دارای طرحواره‌هایی نظیر رهاشدگی، بی‌اعتمادی، محرومیت هیجانی یا نقص و شرم هستند، معمولاً در مواجهه با فشارهای روانی—چه در حوزه روابط زناشویی و چه در محیط ورزشی—امکان کمتری برای استفاده از راهبردهای سازگارانه‌ای مانند بازنگری مثبت، معنا دادن دوباره به موقعیت‌ها، پذیرش یا تمرکز بر راه‌حل دارند. زمانی که این گروه از زنان نتوانند از راهبردهای سازگارانه بهره ببرند، هیجان‌های منفی مرتبط با تعارض‌ها یا ناکامی‌های زناشویی به شیوه‌ای سالم پردازش نمی‌شود و در نتیجه احتمال تجربه فرسودگی عاطفی و دلزدگی در رابطه افزایش می‌یابد. به بیان دیگر، نقش میانجی‌گرانه راهبردهای سازگارانه نشان می‌دهد که حتی اگر زنان ورزشکار دارای طرحواره‌های ناسازگار اولیه باشند، استفاده مؤثر از راهبردهای سالم تنظیم شناختی هیجان می‌تواند از شدت اثر این طرحواره‌ها بر دلزدگی زناشویی بکاهد. این نکته حاکی از اهمیت بالای آموزش مهارت‌های تنظیم هیجان در محیط‌های ورزشی و مشاوره‌ای است. ورزش و فعالیت بدنی منظم با فشارهای عملکردی، رقابت‌های مستمر، مدیریت زمان، و چالش‌های جسمانی همراه است و همین امر می‌تواند سطح هیجان‌های منفی را افزایش دهد. در چنین شرایطی، افرادی که مهارت‌های تنظیم

راهبردهای ناسازگارانه می‌تواند تأثیر طرحواره‌های ناسازگار را تشدید کند. زمانی که یک ورزشکار از هیجان‌های منفی به شیوه‌ای ناکارآمد مانند نشخوار یا فاجعه‌سازی استفاده می‌کند، حتی کوچک‌ترین تعارض‌های زناشویی می‌تواند به صورت تهدید بزرگ، ناتوانی شخصی یا ناکامی عمیق تفسیر شود. این فرایند در نهایت زمینه‌ساز بروز دزدگی زناشویی، کاهش صمیمیت، احساس خستگی از رابطه و کاهش رضایت زناشویی می‌شود (۲۶، ۲۵).

این پژوهش، با وجود یافته‌های ارزشمند خود، با محدودیت‌هایی همچون استفاده از پرسشنامه‌های خودگزارشی، انجام مطالعه به صورت آنلاین، محدود بودن نمونه به زنان ورزشکار شهر قم و عدم کنترل دقیق شرایط محیطی هنگام پاسخ‌دهی همراه بود که می‌تواند بر تعمیم‌پذیری نتایج تأثیر بگذارد. بنابراین، پیشنهاد می‌شود در پژوهش‌های آینده از روش‌های ترکیبی، نمونه‌گیری از شهرهای مختلف و نیز گزارش‌های چندمنبعی برای افزایش دقت داده‌ها استفاده شود.

پانویس‌ها

- 1 Dyadic Adjustment
2. Marital Disaffection
3. Early Maladaptive Schema
4. Disconnection and Rejection
5. Impaired Autonomy and Performance
6. Impaired Limits
7. Other/Directedness
8. Over-Vigilance and Inhibition
9. Emotion Regulation
10. Cognitive Emotion Regulation

سازگارانه دارند، کمتر دچار فرسودگی هیجانی شده و هیجان‌های خود را در رابطه زناشویی به شکل سالم‌تری سامان‌دهی می‌کنند. بنابراین، این یافته نه تنها اهمیت طرحواره‌ها را در پیش‌بینی دزدگی زناشویی نشان می‌دهد، بلکه به‌طور برجسته نقش محافظتی راهبردهای سازگارانه را برجسته می‌سازد؛ نقشی که می‌تواند در طراحی مداخلات درمانی، کارگاه‌های روان‌شناختی و برنامه‌های حمایتی برای زنان ورزشکار بسیار تعیین‌کننده باشد (۲۴).

نتایج به دست آمده نشان می‌دهد که دزدگی زناشویی در زنان ورزشکار براساس طرحواره‌های ناسازگار اولیه و با میانجی‌گری راهبردهای ناسازگارانه تنظیم شناختی هیجان قابل پیش‌بینی است. این یافته از یک سازوکار روان‌شناختی مهم پرده برمی‌دارد؛ بدین معنا که طرحواره‌های ناسازگار اولیه، تنها به صورت مستقیم موجب افزایش دزدگی زناشویی نمی‌شوند، بلکه بخش قابل توجهی از اثر آن‌ها از طریق افزایش تمایل فرد به استفاده از راهبردهای ناسازگارانه تنظیم هیجان مانند نشخوار فکری، سرزنش خود، فاجعه‌سازی و سرزنش دیگران شکل می‌گیرد. زنان ورزشکار که از طرحواره‌هایی مانند بی‌اعتمادی، محرومیت هیجانی، رهاشدگی، اطاعت یا نقص و شرم رنج می‌برند، معمولاً در هنگام مواجهه با چالش‌های هیجانی در روابط زناشویی، به جای بازسازی شناختی یا پذیرش سالم شرایط، به راهبردهای هیجان‌محور منفی روی می‌آورند. این راهبردها نه تنها به کاهش تعارض یا تنظیم هیجان‌ها کمک نمی‌کنند، بلکه شدت و تداوم هیجان‌های منفی را افزایش می‌دهند و فرد را در چرخه‌ای از فرسودگی عاطفی، ناکامی شناختی و فاصله‌گیری تدریجی از رابطه گرفتار می‌سازند. در بافت ورزش که همراه با فشارهای روانی شدید، رقابت‌های مداوم، استرس عملکرد، محدودیت زمانی و تعارض میان نقش‌های حرفه‌ای و خانوادگی است، استفاده از

References

1. Abbas J, Aqeel M, Abbas J, Shaher B, Sundas J, Zhang W. The moderating role of social support for marital adjustment, depression, anxiety, and stress: Evidence from Pakistani working and nonworking women. *J Affect Disord.* 2019;244:231–238. doi:[10.1016/j.jad.2018.07.071](https://doi.org/10.1016/j.jad.2018.07.071)
2. Zhang C, Liang Y. The impact of education level on marital satisfaction: Evidence from China. *Soc Sci Humanit Open.* 2023;7(1):100487. doi:[10.1016/j.ssaho.2023.100487](https://doi.org/10.1016/j.ssaho.2023.100487).
3. Jafari A, Alami A, Charoghchian E, Delshad Noghabi A, Nejatian M. The impact of effective communication skills training on the status of marital burnout among married women. *BMC Womens Health.* 2021;21(1):231. doi:[10.1186/s12905-021-01372-8](https://doi.org/10.1186/s12905-021-01372-8).
4. Vieira C, Kuss DJ, Griffiths MD. Early maladaptive schemas and behavioural addictions: A systematic literature review. *Clin Psychol Rev.* 2023;105:102340. doi:[10.1016/j.cpr.2023.102340](https://doi.org/10.1016/j.cpr.2023.102340).
5. Tariq A, Quayle E, Lawrie SM, Reid C, Chan SWY. Relationship between early maladaptive schemas and anxiety in adolescence and young adulthood: A systematic review and meta-analysis. *J Affect Disord.* 2021;295:1462–1473. doi:[10.1016/j.jad.2021.09.031](https://doi.org/10.1016/j.jad.2021.09.031)
6. Young JE, Klosko JS, Weishaar ME. *Schema therapy: A practitioner's guide.* 1st ed. New York: Guilford Press; 2006.
7. Asadpour E, Karimi A, Amini M. The relationship between early maladaptive schemas and marital conflict and burnout among female nurses. *North Khorasan Univ Med Sci J.* 2020;12(3):23–30. In Persian
8. Zadeh Mohammadi A, Kordestanchi Aslani H. The mediating role of cognitive emotion regulation in the relationship between early maladaptive schemas and spousal abuse. *Iran J Psychiatry Clin Psychol.* 2020;4(103):502–523.
9. Mitchell E, Rosario-Williams B, Yeshchenko I, Miranda R. Cognitive emotion regulation strategies among emerging adults with different self-harm histories. *J Affect Disord Rep.* 2023;14:100638. doi:[10.1016/j.jadr.2023.100638](https://doi.org/10.1016/j.jadr.2023.100638).
10. Hasani J, Emadi Chashmi SJ, Zakiniaieiz Y, Potenza MN. Psychometric properties of the Persian version of the cognitive emotion regulation questionnaire-short (CERQ-P-short): Reliability, validity, factor structure, treatment sensitivity, and measurement invariance. *J Psychiatr Res.* 2024;170:1-10. doi:[10.1016/j.jpsychires.2023.11.011](https://doi.org/10.1016/j.jpsychires.2023.11.011).
11. Pirayeh Z. Predicting emotion regulation based on early maladaptive schemas in adolescents (case study: high school students in Karaj during the 2019–2020 academic year). *Q J New Ideas Psychol.* 2022;12(16):1–10. In Persian
12. Emadi S, Mirhashemi M, Sharifi HP. A structural model for predicting marital burnout based on sensation seeking, perfectionism and emotion regulation strategies with the mediating role of resilience in married women. *J Psychol Sci.* 2020;19(92):1111–1122. In Persian
13. Kline RB. *Principles and practice of structural equation modeling.* 4th ed. New York (NY): Guilford Press; 2016.
14. Kayser K. *The Marital Disaffection Scale: An inventory for assessing emotional estrangement in marriage.* *Am J Fam Ther.*

- 1996;24(1):83–88.
doi:[10.1080/01926189508251019](https://doi.org/10.1080/01926189508251019).
15. Sadati SE, Mehrabizadeh Honarmand M, Soudani M. Validity, reliability, and factor analysis of the Kayser Marital Disaffection Scale. In: Proceedings of the First National Congress of Family Psychology: A Step Toward Designing the Optimal Family Model; 2014; Iran. In Persian
 16. Young JE. Young Schema Questionnaire–Short Form (YSQ-SF, YSQ-S, YSQ) [database record]. Washington (DC): APA PsycTests; 1998.
 17. Sedoughi Z, Aguilar-Vafayi M, Rasoulzadeh-Tabatabaei K, Esfahaniyan N. Factor analysis of the short form of the Young Schema Questionnaire in a non-clinical Iranian sample. *Iran J Psychiatry Clin Psychol*. 2008;14(2):214–219. In Persian
 18. Garnefski N, Kraaij V, Spinhoven P. Negative life events, cognitive emotion regulation and depression. *Pers Individ Dif*. 2001;30:1311–1327.
 19. Hasani J. Psychometric properties of the Cognitive Emotion Regulation Questionnaire. *J Clin Psychol*. 2011;3(7):73–83. In Persian
 20. Bach B, Lockwood G, Young JE. A new look at the schema therapy model: Organization and role of early maladaptive schemas. *Cogn Behav Ther*. 2018;47(4):328–349.
doi:[10.1080/16506073.2017.1410566](https://doi.org/10.1080/16506073.2017.1410566).
 21. Calvete E, Estévez A, López de Arroyabe E, Ruiz P. The schema questionnaire–short form: Structure and relationship with automatic thoughts and symptoms of affective disorders. *Eur J Psychol Assess*. 2005;21(2):90–99. doi:[10.1027/1015-5759.21.2.90](https://doi.org/10.1027/1015-5759.21.2.90).
 22. Saariaho T, Saariaho A, Karila I, Joukamaa M. Early maladaptive schemas in Finnish adult population: Associations with psychopathology. *J Affect Disord*. 2009;112(1-3):245–252.
doi:[10.1016/j.jad.2008.03.024](https://doi.org/10.1016/j.jad.2008.03.024).
 23. Riso LP, du Toit PL, Stein DJ, Young JE, editors. Cognitive schemas and core beliefs in psychological problems: A scientist-practitioner guide. Washington (DC): American Psychological Association; 2007.
 24. Van Vreeswijk M, Broersen J, Nadort M. The Wiley-Blackwell handbook of schema therapy: Theory, research, and practice. Chichester (UK): Wiley-Blackwell; 2012.
 25. Arntz A, van Genderen H. Schema therapy for borderline personality disorder. Chichester (UK): Wiley-Blackwell; 2009.
 26. Van Vreeswijk M, Broersen J, Nadort M, editors. The Wiley-Blackwell handbook of schema therapy: Theory, research, and practice. Chichester (UK): Wiley-Blackwell; 2012.