

The Moderating Role of Emotional Literacy in the Relationship Between Early Maladaptive Schemas and Maladaptive Emotional Relationships in Adolescents: An Integrative Approach for Reforming the Social Studies Curriculum

1. Mehdi Akbarzadeh Sagay[✉]: PhD in Curriculum Planning, Department of Educational Studies and Curriculum Planning, Allameh Amini Campus, Farhangian University, Tabriz, Iran
2. Sara Rastkar Ebrahimzade[✉]: Department of Clinical Psychology, Shiraz. Shiraz University, Shiraz, Iran
3. Maryam Ashrafi[✉]: PhD Candidate in Curriculum Planning, Department of Educational Studies and Curriculum Planning, Ta.C., Islamic Azad University, Tabriz, Iran
4. Hamed Ebadi Barbin[✉]: PhD in Sports Management, Department of Physical Education and Sports Sciences, Ur.C., Islamic Azad University, Urmia, Iran
5. Nasrin Mohaddes*[✉]: Faculty of Educational Sciences and Psychology, Shab.C., Islamic Azad University, Shabestar, Iran

*Corresponding Author's Email: mohaddes@iau.ac.ir

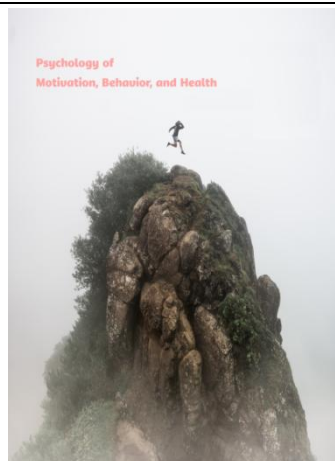
Received: 2026-02-28

Revised: 2026-05-17

Accepted: 2026-05-27

Initial Publish: 2026-07-26

Final Publish: 2026-12-22



Abstract

Introduction and Aim: Maladaptive emotional relationships during adolescence may contribute to anxiety, emotional dependency, relational instability, and poor social adjustment, while early maladaptive schemas are considered among the most important cognitive-emotional factors underlying such relational dysfunctions. The present study aimed to investigate the moderating role of emotional literacy in the relationship between early maladaptive schemas and maladaptive emotional relationships among adolescents within the framework of an integrative approach to social studies curriculum reform.

Methodology: This study employed a descriptive-correlational design using a moderation modeling approach. The statistical population consisted of secondary school adolescents in Tehran during the 2025–2026 academic year, from whom 360 participants were selected through multistage cluster random sampling. Research instruments included the Young Schema Questionnaire–Short Form, the Emotional Literacy Scale, and the Maladaptive Emotional Relationships Questionnaire. Data were analyzed using SPSS-27 and AMOS-26 through Pearson correlation coefficients, hierarchical regression analyses, and structural equation modeling.

Findings: The findings indicated that all domains of early maladaptive schemas were positively and significantly associated with maladaptive emotional relationships, whereas emotional literacy demonstrated a significant negative association with maladaptive emotional relationships. The disconnection and rejection schema domain emerged as the strongest predictor of maladaptive emotional relationships. Moderation analyses further revealed that emotional literacy significantly moderated the relationships between disconnection and rejection, impaired autonomy and performance, other-directedness, overvigilance and inhibition, and maladaptive emotional relationships. In addition, structural model fit indices were within acceptable ranges.

Conclusion: The findings demonstrated that early maladaptive schemas play a substantial role in the development of maladaptive emotional relationships among adolescents, while emotional literacy can reduce the negative effects of these schemas. Therefore, integrating emotional literacy education into social studies curricula may serve as a preventive and developmental strategy for improving adolescents' psychological well-being and interpersonal relationship quality.

Keywords: Emotional literacy, early maladaptive schemas, maladaptive emotional relationships, adolescents, social studies curriculum, emotion regulation

How to Cite: Akbarzadeh Sagay, M., Rastkar Ebrahimzade, S., Ashrafi, M., Ebadi Barbin, H., & Mohaddes, N. (2026). The Moderating Role of Emotional Literacy in the Relationship Between Early Maladaptive Schemas and Maladaptive Emotional Relationships in Adolescents: An Integrative Approach for Reforming the Social Studies Curriculum. *Psychology of Motivation, Behavior, and Health*, 4(5), 1-16.



Copyright: © 2026 by the authors. Published under the terms and conditions of Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International (CC BY-NC 4.0) License.

Extended Abstract

Introduction and Aim

Adolescence is a critical developmental period characterized by profound emotional, cognitive, and interpersonal transformations. During this stage, adolescents gradually develop stable relational patterns, emotional regulation abilities, and social identities that significantly influence their psychological well-being and future adjustment. However, many adolescents experience maladaptive emotional relationships characterized by emotional dependency, fear of intimacy, instability in interpersonal interactions, emotional withdrawal, jealousy, and relational anxiety. These maladaptive relational patterns are associated with a wide range of psychological difficulties, including depression, impulsive behaviors, self-injury, aggression, and emotional dysregulation (Wang et al., 2023; Zhou et al., 2025). Consequently, identifying the psychological mechanisms underlying maladaptive emotional relationships in adolescents has become an important concern in contemporary developmental and educational psychology.

One of the most influential constructs in explaining emotional and interpersonal dysfunction is the concept of early maladaptive schemas. According to schema theory, early maladaptive schemas are pervasive cognitive-emotional patterns formed during childhood and adolescence through adverse relational experiences, emotional deprivation, rejection, abuse, insecure attachment, or dysfunctional parenting practices. Once formed, these schemas shape individuals' interpretations of themselves, others, and interpersonal situations and tend to remain relatively stable across the lifespan (May et al., 2022; Pilkington et al., 2020). Research has consistently demonstrated that early maladaptive schemas are associated with numerous emotional and behavioral problems, including depression, anxiety, aggression, self-harming behaviors, impulsivity, substance abuse, and relational dysfunction (Carreiras et al., 2023; Kurnali-Ulusoy, 2026).

Several studies have specifically emphasized the role of maladaptive schemas in adolescents' emotional and relational functioning. Borges and Dell'Aglío reported that maladaptive schemas significantly predicted dating violence symptomatology and dysfunctional relational patterns among adolescents (Borges & Dell'Aglío, 2020). Similarly, Celsi and colleagues found that adverse childhood experiences and maladaptive schemas contributed to cyber dating abuse among

adolescents and young adults (Celsi et al., 2021). Other studies have shown that maladaptive schemas are associated with jealousy, emotional instability, risky behaviors, and interpersonal conflicts (Farajli et al., 2022; Karimi et al., 2023). In addition, studies examining attachment and family functioning demonstrated that insecure attachment and dysfunctional family interactions increase the likelihood of developing maladaptive schemas and subsequent interpersonal problems (Lukáč & Popelková, 2020; Tsouvelas et al., 2025).

Another construct receiving increasing attention in recent years is emotional literacy. Emotional literacy refers to individuals' ability to recognize, understand, express, and regulate emotions in themselves and others. Adolescents with higher emotional literacy tend to show greater emotional awareness, empathy, communication skills, and interpersonal competence, while those with lower emotional literacy are more vulnerable to impulsive reactions, emotional dysregulation, and maladaptive relationships. Emotional literacy is therefore considered a protective factor against psychological maladjustment and relational dysfunction. Previous research has demonstrated that emotional regulation difficulties mediate the relationship between maladaptive schemas and self-injurious or impulsive behaviors (Khosravi, 2025; Manesh et al., 2024). Likewise, Mahdavi and colleagues showed that interventions focused on emotional regulation and compassion-based techniques improved adolescents' emotional adjustment and reduced loneliness and emotional difficulties (Mahdavi et al., 2020).

Despite extensive evidence regarding the independent effects of maladaptive schemas and emotional competencies, limited research has examined the moderating role of emotional literacy in the relationship between early maladaptive schemas and maladaptive emotional relationships among adolescents. Moreover, little attention has been paid to the educational implications of these relationships, particularly within the context of social studies curricula. Contemporary educational perspectives emphasize that schools should not only transmit academic knowledge but also promote emotional and social competencies that facilitate healthy interpersonal functioning. Therefore, integrating emotional literacy education into social studies curricula may provide adolescents with opportunities to improve emotional awareness, empathy, interpersonal understanding, and healthy relational skills (Aasen et al., 2024, 2025). Accordingly, the present study aimed to investigate the moderating role

of emotional literacy in the relationship between early maladaptive schemas and maladaptive emotional relationships among adolescents within the framework of an integrative approach to social studies curriculum reform.

Methodology

This study employed an applied, descriptive-correlational design using a moderating model approach. The statistical population consisted of high school adolescents studying in Tehran during the 2025–2026 academic year. A total of 360 adolescents were selected through multistage cluster random sampling from different educational districts of Tehran. Participants ranged in age from 15 to 18 years and included both male and female students enrolled in secondary schools.

Data were collected using three standardized instruments. Early maladaptive schemas were assessed using the Young Schema Questionnaire–Short Form, which measures five major schema domains including disconnection and rejection, impaired autonomy and performance, impaired limits, other-directedness, and overvigilance and inhibition. Emotional literacy was measured using the Emotional Literacy Scale, assessing emotional awareness, emotional expression, empathy, emotional regulation, and emotional communication skills. Maladaptive emotional relationships were assessed using the Relationship Scales Questionnaire, which evaluates dysfunctional relational patterns such as emotional dependency, relational anxiety, fear of intimacy, and emotional avoidance.

After obtaining ethical approval and school permissions, questionnaires were administered collectively in classroom settings. Participants were informed about confidentiality and voluntary participation. Data were analyzed using SPSS-27 and AMOS-26. Descriptive statistics, Pearson correlation coefficients, hierarchical regression analyses, moderation analyses, and structural equation modeling were conducted. Statistical assumptions including normality, independence of errors, and multicollinearity were also examined prior to inferential analyses.

Findings

Descriptive findings indicated that the disconnection and rejection schema domain had the highest mean score among the maladaptive schema domains, followed by overvigilance and inhibition. Maladaptive emotional relationships also showed

moderate-to-high mean levels among participants, while emotional literacy demonstrated moderate levels overall.

Correlation analyses revealed that all domains of early maladaptive schemas were positively and significantly associated with maladaptive emotional relationships. The strongest correlation was found between the disconnection and rejection schema domain and maladaptive emotional relationships. Overvigilance and inhibition, impaired autonomy and performance, other-directedness, and impaired limits also demonstrated significant positive associations with maladaptive emotional relationships. In contrast, emotional literacy was negatively and significantly correlated with maladaptive emotional relationships as well as all maladaptive schema domains.

Hierarchical regression analyses showed that maladaptive schema domains significantly predicted maladaptive emotional relationships. Among the schema domains, disconnection and rejection emerged as the strongest predictor, followed by overvigilance and inhibition and impaired autonomy and performance. Emotional literacy negatively predicted maladaptive emotional relationships, indicating that adolescents with higher emotional literacy experienced fewer dysfunctional relational patterns.

Moderation analyses demonstrated that emotional literacy significantly moderated the relationship between several maladaptive schema domains and maladaptive emotional relationships. Specifically, the effects of disconnection and rejection, impaired autonomy and performance, other-directedness, and overvigilance and inhibition on maladaptive emotional relationships became weaker at higher levels of emotional literacy. However, the moderating effect of emotional literacy on the relationship between impaired limits and maladaptive emotional relationships was not statistically significant.

Structural equation modeling indicated satisfactory model fit indices. The obtained values for CFI, IFI, GFI, and TLI were all above acceptable thresholds, while RMSEA and SRMR values indicated appropriate model fit. These findings supported the proposed conceptual model regarding the direct effects of maladaptive schemas and emotional literacy as well as the moderating role of emotional literacy.

Discussion and Conclusion

The findings of the present study demonstrated that early maladaptive schemas play a significant role in adolescents' maladaptive emotional relationships. Adolescents who experienced stronger schemas

related to rejection, emotional deprivation, dependency, emotional inhibition, or insecurity were more likely to engage in dysfunctional emotional relationships characterized by instability, dependency, emotional avoidance, and relational anxiety. These findings suggest that maladaptive schemas function as enduring cognitive-emotional structures influencing adolescents' interpretations of interpersonal interactions and emotional experiences.

The strongest predictive role belonged to the disconnection and rejection schema domain, indicating that adolescents who perceive others as emotionally unavailable, rejecting, or unreliable may develop maladaptive emotional expectations and insecure relational patterns. Similarly, adolescents characterized by overvigilance and emotional inhibition may suppress emotions, fear vulnerability, and experience difficulties establishing healthy intimacy and emotional trust.

One of the most important findings of this study was the protective role of emotional literacy. Adolescents with higher emotional literacy showed lower levels of maladaptive emotional relationships even when maladaptive schemas were present. Emotional literacy appeared to weaken the influence of maladaptive schemas on dysfunctional relational patterns by improving emotional awareness, empathy, emotional regulation, and communication skills. Therefore,

emotional literacy may function as a psychological resilience factor that prevents maladaptive cognitive-emotional structures from translating into destructive interpersonal behaviors.

The findings also have important educational implications. The results suggest that emotional literacy training should be integrated into social studies curricula and broader school-based educational programs. Schools can serve as important developmental contexts for promoting emotional awareness, empathy, social understanding, and healthy relational skills. Integrating emotional literacy into educational curricula may reduce adolescents' vulnerability to maladaptive emotional relationships and contribute to psychological well-being and social adjustment.

Overall, the findings emphasize the importance of addressing both cognitive-emotional vulnerabilities and emotional competencies in adolescent development. Early maladaptive schemas appear to contribute significantly to maladaptive emotional relationships, whereas emotional literacy can reduce the severity of these effects. Consequently, educational, counseling, and preventive interventions targeting emotional literacy and schema-related vulnerabilities may play a valuable role in improving adolescents' emotional and relational functioning.

نقش تعدیل گر سواد هیجانی در رابطه بین طرحواره‌های ناسازگار اولیه و روابط عاطفی ناسازگار در نوجوانان: رویکردی تلفیقی برای اصلاح برنامه درسی مطالعات اجتماعی

۱. مهدی اکبرزاده سقایی^{ID}: دکترای تخصصی برنامه‌ریزی درسی، گروه مطالعات تربیتی و برنامه‌ریزی درسی، پردیس علامه امینی، دانشگاه فرهنگیان، تبریز، ایران
۲. سارا راستکار ابراهیم زاده^{ID}: کارشناس ارشد روانشناسی بالینی، واحد شیراز، دانشگاه شیراز، شیراز، ایران
۳. مریم اشرفی^{ID}: دانشجوی دکتری مطالعات تربیتی و برنامه درسی، واحد تبریز، دانشگاه آزاد اسلامی، تبریز، ایران
۴. حامد عبادی باری^{ID}: ندرکتی تخصصی مدیریت ورزشی، گروه تربیت بدنی و علوم ورزشی، واحد ارومیه، دانشگاه آزاد اسلامی، ارومیه، ایران
۵. نسرين محدث^{ID}: دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناسی، واحد شبستر، دانشگاه آزاد اسلامی، شبستر، ایران

*ایمیل نویسنده مسئول: mohaddes@iau.ac.ir

انتشار نهایی: ۱۴۰۵/۱۰/۰۱

انتشار اولیه: ۱۴۰۵/۰۵/۰۴

پذیرش: ۱۴۰۵/۰۳/۰۶

بازنگری: ۱۴۰۵/۰۲/۲۷

دریافت: ۱۴۰۴/۱۲/۰۹

چکیده

مقدمه و هدف: روابط عاطفی ناسازگار در نوجوانی می‌تواند زمینه‌ساز مشکلاتی همچون اضطراب، وابستگی هیجانی، بی‌ثباتی عاطفی و اختلال در سازگاری اجتماعی شود و طرحواره‌های ناسازگار اولیه از مهم‌ترین عوامل شناختی - هیجانی مؤثر بر این روابط محسوب می‌شوند. پژوهش حاضر با هدف بررسی نقش تعدیل‌گر سواد هیجانی در رابطه بین طرحواره‌های ناسازگار اولیه و روابط عاطفی ناسازگار در نوجوانان و با تأکید بر رویکردی تلفیقی برای اصلاح برنامه درسی مطالعات اجتماعی انجام شد.

روش‌شناسی: پژوهش حاضر از نوع توصیفی - همبستگی با رویکرد مدلیابی تعدیلی بود. جامعه آماری شامل تمامی دانش‌آموزان دوره دوم متوسطه شهر تهران در سال تحصیلی ۲۰۲۵-۲۰۲۶ بود که از میان آنان ۳۶۰ نفر به روش نمونه‌گیری خوشه‌ای چندمرحله‌ای انتخاب شدند. ابزارهای پژوهش شامل فرم کوتاه پرسشنامه طرحواره یانگ، مقیاس سواد هیجانی و پرسشنامه روابط عاطفی ناسازگار بود. داده‌ها با استفاده از نرم‌افزارهای SPSS-۲۷ و AMOS-۲۶ و از طریق ضریب همبستگی پیرسون، رگرسیون سلسله‌مراتبی و مدلیابی معادلات ساختاری تحلیل شدند.

یافته‌ها: نتایج نشان داد تمامی حوزه‌های طرحواره‌های ناسازگار اولیه با روابط عاطفی ناسازگار رابطه مثبت و معنادار دارند و سواد هیجانی با روابط عاطفی ناسازگار رابطه منفی و معنادار نشان داد. حوزه گسست و طرد قوی‌ترین پیش‌بین روابط عاطفی ناسازگار بود. نتایج تحلیل رگرسیون تعدیلی نشان داد سواد هیجانی رابطه میان حوزه‌های گسست و طرد، خودگردانی و عملکرد مختل، دیگرجهت‌مندی و گوش‌به‌زنگی افراطی و بازداري با روابط عاطفی ناسازگار را به‌طور معناداری تعدیل می‌کند. همچنین شاخص‌های برازش مدل ساختاری در دامنه مطلوب قرار داشتند.

نتیجه‌گیری: یافته‌های پژوهش نشان داد طرحواره‌های ناسازگار اولیه نقش مهمی در شکل‌گیری روابط عاطفی ناسازگار نوجوانان دارند و سواد هیجانی می‌تواند اثر منفی این طرحواره‌ها را کاهش دهد. بر این اساس، ادغام آموزش سواد هیجانی در برنامه درسی مطالعات اجتماعی می‌تواند به‌عنوان یک راهبرد پیشگیرانه و تحولی در ارتقای سلامت روان و بهبود کیفیت روابط بین‌فردی نوجوانان مورد استفاده قرار گیرد.

کلیدواژه‌گان: سواد هیجانی، طرحواره‌های ناسازگار اولیه، روابط عاطفی ناسازگار، نوجوانان، برنامه درسی مطالعات اجتماعی، تنظیم هیجان

روان‌شناسی انگیزش،
رفتار و سلامت



نحوه استناددهی: اکبرزاده سقایی، مهدی، راستکار ابراهیم زاده، سارا، اشرفی، مریم، عبادی باری، حامد، و محدث، نسرين. (۱۴۰۵). نقش تعدیل‌گر سواد هیجانی در رابطه بین طرحواره‌های ناسازگار اولیه و روابط عاطفی ناسازگار در نوجوانان: رویکردی تلفیقی برای اصلاح برنامه درسی مطالعات اجتماعی. *روان‌شناسی انگیزش، رفتار و سلامت*، ۴(۵)، ۱۶-۱.



مجاز و حق نشر: © ۱۴۰۵ تمامی حقوق انتشار این مقاله متعلق به نویسنده است. انتشار این مقاله به‌صورت دسترسی آزاد مطابق با گواهی (CC BY-NC) صورت گرفته است. (4.0)

مقدمه

دوره نوجوانی یکی از حساس‌ترین و تعیین‌کننده‌ترین مراحل تحول روان‌شناختی انسان محسوب می‌شود که در آن شکل‌گیری هویت، تنظیم هیجان‌ها، تجربه روابط عاطفی و توسعه مهارت‌های اجتماعی به‌صورت همزمان رخ می‌دهد. نوجوانان در این مرحله، علاوه بر تغییرات زیستی و شناختی، با تحولات عمیق هیجانی و بین‌فردی مواجه می‌شوند و کیفیت تعاملات عاطفی آنان می‌تواند نقش مهمی در سلامت روان، سازگاری اجتماعی و عملکرد تحصیلی آنان ایفا کند. در سال‌های اخیر، پژوهشگران توجه ویژه‌ای به الگوهای ناسازگار روابط عاطفی در نوجوانان نشان داده‌اند؛ زیرا این الگوها می‌توانند زمینه‌ساز مشکلاتی نظیر وابستگی افراطی، اضطراب رابطه‌ای، پرخاشگری هیجانی، اجتناب از صمیمیت، بی‌ثباتی عاطفی و حتی رفتارهای آسیب‌زا شوند (Borges & Dell’Aglia, 2020; Estévez et al., 2021). روابط عاطفی ناسازگار نه تنها بر کیفیت تعاملات فردی نوجوانان اثر می‌گذارد، بلکه با پیامدهایی نظیر افسردگی، اضطراب، رفتارهای تکانشی و آسیب به خود نیز مرتبط شناخته شده است (Wang et al., 2023; Zhou et al., 2025).

یکی از مهم‌ترین سازه‌هایی که در تبیین مشکلات هیجانی و بین‌فردی نوجوانان مورد توجه قرار گرفته، طرحواره‌های ناسازگار اولیه است. یانگ طرحواره‌های ناسازگار اولیه را الگوهای عمیق شناختی - هیجانی می‌داند که در دوران کودکی و نوجوانی شکل می‌گیرند و بر ادراک فرد از خود، دیگران و جهان تأثیر می‌گذارند. این طرحواره‌ها معمولاً در نتیجه تجارب ناکارآمد اولیه، سبک‌های فرزندپروری نامناسب، طرد هیجانی، سوءاستفاده یا بی‌ثباتی عاطفی ایجاد می‌شوند و در طول زندگی تداوم می‌یابند (May et al., 2022; Pilkington et al., 2020). مطالعات نشان داده‌اند که طرحواره‌های ناسازگار اولیه با طیف گسترده‌ای از اختلالات روان‌شناختی و مشکلات سازگاری ارتباط دارند (Carreiras et al., 2023; Kurnali-Ulusoy, 2026). این طرحواره‌ها به‌ویژه در نوجوانی اهمیت بیشتری پیدا می‌کنند؛ زیرا نوجوان در این مرحله در حال ساختن الگوهای ارتباطی و هیجانی پایدار است و هرگونه سوگیری شناختی ناسازگار می‌تواند کیفیت روابط بین‌فردی او را تحت تأثیر قرار دهد.

پژوهش‌های متعددی نشان داده‌اند که طرحواره‌های ناسازگار اولیه نقش مهمی در بروز رفتارهای آسیب‌زا و مشکلات هیجانی نوجوانان دارند. برای مثال، نتایج پژوهش ژو و همکاران نشان داد که طرحواره‌های شناختی ناسازگار می‌توانند الگوهای خودآسیب‌رسانی غیرخودکشی را در نوجوانان پیش‌بینی کنند (Zhou et al., 2025). همچنین، وانگ و همکاران گزارش کردند که طرحواره‌های ناسازگار اولیه در تعامل با تجارب سوءرفتار کودکی، خطر افسردگی در نوجوانان را افزایش می‌دهند (Wang et al., 2023). در پژوهشی دیگر، رادا و همکاران نشان دادند که تجربه سوءاستفاده در کودکی از طریق شکل‌گیری طرحواره‌های ناسازگار اولیه با بروز خشونت در نوجوانان ارتباط دارد (Rada et al., 2025). یافته‌های مطالعات اخیر همچنین نشان داده‌اند که این طرحواره‌ها با مشکلاتی نظیر سوءمصرف مواد، رفتارهای بزهکارانه، اختلالات خوردن، نقص در تنظیم هیجان و مشکلات سازگاری اجتماعی در نوجوانان مرتبط هستند (Karatoprak et al., 2025; Kleszczewska-Albińska, 2023; Olave et al., 2024).

بررسی ادبیات پژوهش نشان می‌دهد که طرحواره‌های ناسازگار اولیه نقش تعیین‌کننده‌ای در کیفیت روابط عاطفی نوجوانان دارند. بورگس و دل‌آگلیو دریافتند که طرحواره‌های ناسازگار اولیه می‌توانند نشانه‌های آسیب در روابط عاطفی و تجربه خشونت در روابط دوستی را پیش‌بینی کنند (Borges & Dell’Aglia, 2020). همچنین، فرجی و همکاران نشان دادند که میان طرحواره‌های ناسازگار اولیه و حسادت چندبعدی رابطه معناداری وجود دارد (Faraji et al., 2022). کریمی و همکاران نیز گزارش کردند که این طرحواره‌ها می‌توانند گرایش به خیانت زناشویی و رفتارهای ناسالم بین‌فردی را پیش‌بینی کنند (Karimi et al., 2023). در مطالعه‌ای دیگر، سلسی و همکاران نشان دادند که تجارب آسیب‌زای کودکی و طرحواره‌های ناسازگار اولیه با سوءاستفاده سایبری در روابط عاطفی مرتبط هستند (Celsi et al., 2021). این یافته‌ها نشان می‌دهد که طرحواره‌های ناسازگار اولیه نه تنها بر سلامت روان فردی، بلکه بر کیفیت و ساختار روابط هیجانی و بین‌فردی نوجوانان نیز اثرگذار هستند.

از سوی دیگر، یکی از عوامل مهمی که می‌تواند شدت اثر طرحواره‌های ناسازگار اولیه بر روابط عاطفی را کاهش دهد، سواد هیجانی است. سواد هیجانی به توانایی فرد در شناخت، درک، تنظیم و بیان هیجان‌های خود و دیگران اشاره دارد و یکی از مؤلفه‌های کلیدی رشد اجتماعی - هیجانی در نوجوانی محسوب می‌شود. نوجوانانی که از سواد هیجانی بالاتری برخوردارند، معمولاً توانایی بیشتری در مدیریت تعارض‌ها، کنترل واکنش‌های هیجانی و ایجاد روابط سالم دارند. در مقابل، ضعف در سواد هیجانی می‌تواند به سوءبرداشت‌های هیجانی، وابستگی ناسالم، رفتارهای تکانشی و ناکارآمدی در روابط منجر شود (Mahdavi et al., 2020; Manesh et al., 2024). پژوهش خسروی نشان داد که نقص در تنظیم هیجان و تکانشگری می‌تواند تحت تأثیر مکانیزم‌های طرحواره‌ای قرار گیرد و شدت مشکلات رفتاری را افزایش دهد (Khosravi, 2025). همچنین، مقدماتی و مراوجی گزارش کردند که نوجوانان دارای مشکلات رفتاری و مصرف مواد در مقایسه با گروه عادی، سطوح بالاتری از طرحواره‌های ناسازگار و دشواری در تنظیم هیجان را تجربه می‌کنند (Moghaddasi & Moraveji, 2024).

مطالعات اخیر نشان داده‌اند که آموزش مهارت‌های هیجانی و اجتماعی می‌تواند در کاهش پیامدهای منفی طرحواره‌های ناسازگار مؤثر باشد. برای مثال، صبزی و همکاران نشان دادند که آموزش والدگری مبتنی بر طرحواره می‌تواند به اصلاح طرحواره‌های ناسازگار کودکان و بهبود کیفیت رابطه والد - کودک منجر شود (Sabzi et al., 2022). همچنین، مهدوی و همکاران گزارش کردند که تکنیک‌های مبتنی بر شفقت و طرحواره‌درمانی شناختی - رفتاری در کاهش احساس تنهایی و دشواری تنظیم هیجان در دختران نوجوان فراری مؤثر بوده است (Mahdavi et al., 2020). کریمی‌پور و همکاران نیز نشان دادند که طرحواره‌درمانی در نوجوانان می‌تواند رفتارهای برون‌ریز را کاهش دهد (Karimipour et al., 2021). این یافته‌ها نشان می‌دهد که توجه به ابعاد هیجانی و شناختی در برنامه‌های آموزشی و درمانی می‌تواند نقش مهمی در ارتقای سلامت روان نوجوانان داشته باشد.

در سال‌های اخیر، مفهوم سواد هیجانی در حوزه آموزش و برنامه‌ریزی درسی نیز مورد توجه قرار گرفته است. بسیاری از

پژوهشگران معتقدند که نظام آموزشی نباید صرفاً بر انتقال دانش شناختی تمرکز کند، بلکه باید مهارت‌های اجتماعی و هیجانی را نیز در دانش‌آموزان تقویت نماید. برنامه درسی مطالعات اجتماعی یکی از بسترهای مهم برای آموزش مهارت‌های ارتباطی، همدلی، تنظیم هیجان و تعامل اجتماعی محسوب می‌شود. در این چارچوب، ادغام آموزش سواد هیجانی در برنامه درسی می‌تواند به نوجوانان کمک کند تا درک بهتری از روابط انسانی، مسئولیت‌پذیری اجتماعی و شیوه‌های سالم تعامل هیجانی پیدا کنند. آسن و همکاران تأکید کرده‌اند که مداخلات مبتنی بر مهارت‌های اجتماعی و هیجانی می‌توانند پیامدهای واقعی و پایداری در عملکرد روانی و اجتماعی افراد ایجاد کنند (Aasen et al., 2024, 2025). همچنین، پژوهش‌های جدید نشان داده‌اند که فناوری‌ها و محیط‌های آموزشی نوین می‌توانند در ارتقای مهارت‌های هیجانی و اجتماعی نوجوانان نقش مؤثری داشته باشند (Spicer et al., 2024).

با وجود اهمیت موضوع، هنوز شکاف‌های قابل توجهی در ادبیات پژوهش وجود دارد. نخست آنکه بیشتر مطالعات پیشین بر پیامدهای بالینی طرحواره‌های ناسازگار اولیه تمرکز داشته‌اند و کمتر به نقش این طرحواره‌ها در روابط عاطفی نوجوانان پرداخته‌اند (Tsouvelas et al., 2025; Zheng & Nguyen-Feng, 2024). دوم آنکه، نقش تعدیل‌گر سواد هیجانی در رابطه میان طرحواره‌های ناسازگار اولیه و روابط عاطفی ناسازگار کمتر مورد بررسی قرار گرفته است. در حالی که شواهد پژوهشی نشان می‌دهد توانایی تنظیم هیجان و درک هیجانی می‌تواند اثر تجارب شناختی ناسازگار را کاهش دهد (Shrivastava & Sharma, 2022; Wijk-Herbrink et al., 2021). سوم آنکه، در بسیاری از پژوهش‌ها به ظرفیت برنامه درسی مطالعات اجتماعی برای مداخله پیشگیرانه و اصلاح الگوهای هیجانی ناسازگار توجه کافی نشده است (Aflakian et al., 2023; Maher et al., 2022). این در حالی است که آموزش مبتنی بر سواد هیجانی می‌تواند در مدارس به‌عنوان یک راهبرد پیشگیرانه و توسعه‌ای مورد استفاده قرار گیرد.

پژوهش‌های جدید همچنین نشان داده‌اند که عوامل خانوادگی و سبک‌های دلبستگی در شکل‌گیری طرحواره‌های ناسازگار اولیه نقش تعیین‌کننده‌ای دارند (Lukáč & Popelková, 2020; Tsouvelas et al., 2020).

al., 2025). اقبال و انیس‌الحقه گزارش کردند که شیوه‌های فرزندپروری و عملکرد خانواده بر سازگاری روان‌شناختی نوجوانان مبتلا به ADHD از طریق طرحواره‌های ناسازگار اولیه اثر می‌گذارد (Iqbal & Anis-ul-Haque, 2023). همچنین، سوچتا و استرزلتسکی نشان دادند که طرحواره‌های ناسازگار می‌توانند به‌صورت بین‌نسلی انتقال یابند و بر سبک‌های فرزندپروری نسل بعد اثر بگذارند (Sójta & Strzelecki, 2023). مطالعات دیگر نیز بر نقش تجارب هیجانی اولیه، دلبستگی ناایمن و بدرفتاری کودکی در ایجاد طرحواره‌های ناسازگار تأکید کرده‌اند (Li et al., 2020; May et al., 2022; Pilkington et al., 2020). این یافته‌ها نشان می‌دهد که طرحواره‌های ناسازگار اولیه سازه‌هایی عمیق و چندبعدی هستند که از طریق عوامل خانوادگی، هیجانی و اجتماعی شکل می‌گیرند و در روابط نوجوانان بازتولید می‌شوند.

از سوی دیگر، پژوهشگران به اهمیت راهبردهای مقابله‌ای و تنظیم هیجان در تعدیل اثر طرحواره‌های ناسازگار اشاره کرده‌اند. ژنگ و انگوین‌فنگ نشان دادند که کودکان دارای طرحواره‌های ناسازگار اولیه، الگوهای مقابله‌ای متفاوتی را تجربه می‌کنند و کیفیت این راهبردها می‌تواند پیامدهای روان‌شناختی آنان را تحت تأثیر قرار دهد (Zheng & Nguyen-Feng, 2025). همچنین، تن و همکاران گزارش کردند که نگرش‌های ناکارآمد و عملکرد ضعیف خانواده می‌تواند رابطه میان بدرفتاری کودکی و رفتارهای آسیب‌زننده را تشدید کند (Tan et al., 2025). بنابراین، به نظر می‌رسد متغیرهایی نظیر سواد هیجانی، تنظیم هیجان و مهارت‌های اجتماعی می‌توانند نقش محافظتی در برابر اثرات منفی طرحواره‌های ناسازگار ایفا کنند.

در مجموع، مرور پژوهش‌های پیشین نشان می‌دهد که طرحواره‌های ناسازگار اولیه نقش مهمی در شکل‌گیری روابط عاطفی ناسازگار نوجوانان دارند و سواد هیجانی می‌تواند به‌عنوان یک عامل محافظتی، شدت این رابطه را کاهش دهد. همچنین، ادغام آموزش سواد هیجانی در برنامه درسی مطالعات اجتماعی می‌تواند زمینه‌ای برای ارتقای سلامت روان و کیفیت روابط بین‌فردی نوجوانان فراهم آورد. با این حال، هنوز پژوهش جامعی که به‌صورت همزمان نقش تعدیل گر سواد هیجانی را در رابطه میان طرحواره‌های ناسازگار اولیه و روابط عاطفی ناسازگار در نوجوانان و در چارچوب اصلاح برنامه

درسی مطالعات اجتماعی بررسی کند، انجام نشده است. بنابراین، هدف پژوهش حاضر بررسی نقش تعدیل گر سواد هیجانی در رابطه بین طرحواره‌های ناسازگار اولیه و روابط عاطفی ناسازگار در نوجوانان با تأکید بر رویکردی تلفیقی برای اصلاح برنامه درسی مطالعات اجتماعی بود.

روش‌شناسی

پژوهش حاضر از نظر هدف کاربردی و از نظر شیوه اجرا، توصیفی از نوع همبستگی با رویکرد مدل‌یابی تعدیلی بود. جامعه آماری این پژوهش را تمامی دانش‌آموزان نوجوان دوره دوم متوسطه شهر تهران در سال تحصیلی ۲۰۲۵-۲۰۲۶ تشکیل دادند. با توجه به ماهیت پژوهش و لزوم بررسی روابط ساختاری میان متغیرها، حجم نمونه بر اساس فرمول کلاین و با در نظر گرفتن تعداد متغیرهای مشاهده‌پذیر و پنهان، ۳۶۰ نفر تعیین شد. نمونه‌گیری به روش خوشه‌ای چندمرحله‌ای انجام گرفت؛ بدین صورت که ابتدا از میان مناطق آموزش و پرورش شهر تهران، چهار منطقه به‌صورت تصادفی انتخاب شد، سپس از هر منطقه چند دبیرستان دخترانه و پسرانه به‌صورت تصادفی انتخاب گردید و در نهایت دانش‌آموزانی که ملاک‌های ورود به مطالعه را داشتند، به‌عنوان نمونه پژوهش انتخاب شدند. ملاک‌های ورود شامل قرار داشتن در بازه سنی ۱۵ تا ۱۸ سال، اشتغال به تحصیل در مدارس متوسطه شهر تهران، رضایت آگاهانه دانش‌آموز و والدین برای شرکت در پژوهش و نداشتن اختلال روان‌پزشکی شدید گزارش شده بود. همچنین ملاک‌های خروج شامل ناقص بودن پرسشنامه‌ها، عدم تمایل به ادامه همکاری و غیبت در زمان اجرای ابزارها بود. پس از اخذ مجوزهای لازم از مدارس و ارائه توضیحات لازم درباره اهداف پژوهش، پرسشنامه‌ها به‌صورت گروهی در محیط مدرسه اجرا شدند و به شرکت‌کنندگان اطمینان داده شد که اطلاعات آنان محرمانه باقی خواهد ماند.

برای سنجش طرحواره‌های ناسازگار اولیه از فرم کوتاه پرسشنامه طرحواره یانگ (Young Schema Questionnaire-Short Form) استفاده شد که توسط یانگ در سال ۱۹۹۸ تدوین گردید. این پرسشنامه دارای ۷۵ گویه و ۱۵ خرده‌مقیاس شامل رهاشدگی، بی‌اعتمادی، بدرفتاری، محرومیت هیجانی، نقص‌شرم، انزوای اجتماعی، وابستگی بی‌کفایتی، آسیب‌پذیری نسبت به ضرر،

بررسی‌های روان‌سنجی انجام‌شده بر روی این مقیاس نشان داده‌اند که این ابزار از روایی سازه مناسب برخوردار است و ضریب آلفای کرونباخ کل آن در مطالعات مختلف بالاتر از ۰.۸۰ گزارش شده است. همچنین نسخه فارسی این ابزار در پژوهش‌های داخلی دارای شاخص‌های مطلوب پایایی و روایی بوده و برای استفاده در گروه نوجوانان مناسب ارزیابی شده است.

برای تجزیه و تحلیل داده‌ها از نرم‌افزار SPSS-27 و AMOS-26 استفاده شد. در بخش آمار توصیفی از شاخص‌هایی نظیر میانگین، انحراف معیار، کمینه و بیشینه استفاده گردید و در بخش آمار استنباطی ابتدا مفروضه‌های آماری شامل نرمال بودن داده‌ها، استقلال خطاها و همخطی چندگانه بررسی شد. سپس به منظور بررسی روابط میان متغیرها از ضریب همبستگی پیرسون استفاده گردید. همچنین برای آزمون نقش تعدیل‌گر سواد هیجانی در رابطه بین طرحواره‌های ناسازگار اولیه و روابط عاطفی ناسازگار، از تحلیل رگرسیون تعدیلی و مدلیابی معادلات ساختاری استفاده شد. سطح معناداری آزمون‌ها ۰.۰۵ در نظر گرفته شد.

یافته‌ها

در این پژوهش، داده‌های ۳۶۰ دانش‌آموز نوجوان دوره دوم متوسطه شهر تهران تحلیل شد. دامنه سنی شرکت‌کنندگان بین ۱۵ تا ۱۸ سال بود و میانگین سنی آنان ۱۶.۴۲ با انحراف معیار ۰.۹۱ به دست آمد. از نظر جنسیت، ۱۸۳ نفر دختر معادل ۵۰.۸۳ درصد و ۱۷۷ نفر پسر معادل ۴۹.۱۷ درصد بودند. از نظر پایه تحصیلی، ۱۲۱ نفر معادل ۳۳.۶۱ درصد در پایه دهم، ۱۲۴ نفر معادل ۳۴.۴۴ درصد در پایه یازدهم و ۱۱۵ نفر معادل ۳۱.۹۵ درصد در پایه دوازدهم تحصیل می‌کردند. همچنین، بیشتر شرکت‌کنندگان در خانواده‌های دارای هر دو والد زندگی می‌کردند و از نظر وضعیت تحصیلی، بخش عمده نمونه دارای معدل متوسط به بالا بود. بررسی اولیه پرسشنامه‌ها نشان داد که داده‌های ناقص یا دارای الگوی پاسخ‌دهی نامعتبر از تحلیل حذف نشده‌اند؛ زیرا همه پرسشنامه‌های واردشده به تحلیل، از نظر کامل بودن پاسخ‌ها و یکپارچگی الگوی پاسخ‌دهی قابل قبول بودند.

گرفتار خودتحويل‌نیافته، شکست، استحقاق، خویش‌داری ناکافی، اطاعت، ایثار، تأییدطلبی و معیارهای سرسختانه است. پاسخ‌دهی به گویه‌ها بر اساس طیف لیکرت ۶ درجه‌ای از «کاملاً نادرست درباره من» تا «کاملاً درست درباره من» انجام می‌شود و نمرات بالاتر نشان‌دهنده شدت بیشتر طرحواره‌های ناسازگار اولیه است. مطالعات متعدد روایی سازه و محتوایی این ابزار را تأیید کرده‌اند و ضرایب پایایی آن با استفاده از آلفای کرونباخ برای خرده‌مقیاس‌ها در دامنه ۰.۷۴ تا ۰.۹۳ گزارش شده است. در پژوهش‌های انجام‌شده در ایران نیز ویژگی‌های روان‌سنجی مطلوب این ابزار مورد تأیید قرار گرفته است.

برای ارزیابی روابط عاطفی ناسازگار از پرسشنامه الگوهای ناسالم روابط عاطفی (Relationship Scales Questionnaire) که توسط گریفین و بارتولومئو در سال ۱۹۹۴ طراحی شد، استفاده گردید. این ابزار دارای ۳۰ گویه است و ابعاد مختلف الگوهای ارتباطی ناسازگار از جمله وابستگی افراطی، ترس از صمیمیت، اجتناب هیجانی و اضطراب در روابط را ارزیابی می‌کند. پاسخ‌ها در طیف لیکرت ۵ درجه‌ای از «کاملاً مخالفم» تا «کاملاً موافقم» نمره‌گذاری می‌شوند و کسب نمرات بالاتر بیانگر وجود روابط عاطفی ناسازگارتر است. مطالعات مختلف روایی همگرا و واگرای مطلوب این ابزار را گزارش کرده‌اند و ضرایب آلفای کرونباخ برای ابعاد مختلف آن بین ۰.۷۰ تا ۰.۸۸ به دست آمده است. همچنین در پژوهش‌های داخلی، اعتبار و پایایی نسخه فارسی این پرسشنامه مورد تأیید قرار گرفته و قابلیت استفاده آن در جمعیت نوجوانان گزارش شده است.

به‌منظور سنجش سواد هیجانی از مقیاس سواد هیجانی (Emotional Literacy Scale) تدوین‌شده توسط استاینر در سال ۲۰۰۳ استفاده شد. این مقیاس دارای ۴۰ گویه بوده و ابعادی همچون خودآگاهی هیجانی، همدلی، تنظیم هیجان، مهارت‌های ارتباطی هیجانی و مسئولیت‌پذیری هیجانی را اندازه‌گیری می‌کند. شیوه پاسخ‌دهی به گویه‌ها بر اساس طیف لیکرت ۵ درجه‌ای از «هرگز» تا «همیشه» است و نمرات بالاتر نشان‌دهنده سطح بالاتر سواد هیجانی در فرد می‌باشد.

جدول ۱. شاخص‌های توصیفی متغیرهای پژوهش

متغیر	تعداد	کمینه	بیشینه	میانگین	انحراف معیار	چولگی	کشیدگی
حوزه گسست و طرد	۳۶۰	۱.۱۸	۵.۸۲	۳.۴۱	۰.۸۶	۰.۲۸	-۰.۳۹
حوزه خودگردانی و عملکرد مختل	۳۶۰	۱.۲۲	۵.۶۴	۳.۲۷	۰.۷۹	۰.۲۱	-۰.۳۱
حوزه محدودیت‌های مختل	۳۶۰	۱.۱۰	۵.۳۱	۲.۹۸	۰.۷۴	۰.۳۴	-۰.۲۴
حوزه دیگرجهت‌مندی	۳۶۰	۱.۱۵	۵.۴۸	۳.۱۲	۰.۷۷	۰.۱۹	-۰.۲۸
حوزه گوش‌به‌زنگی افراطی و بازداری	۳۶۰	۱.۲۰	۵.۷۶	۳.۳۶	۰.۸۲	۰.۲۵	-۰.۳۵
سواد هیجانی	۳۶۰	۱.۴۲	۴.۸۹	۳.۲۴	۰.۶۸	-۰.۱۷	-۰.۲۲
روابط عاطفی ناسازگار	۳۶۰	۱.۳۵	۴.۹۲	۳.۱۸	۰.۷۳	۰.۲۳	-۰.۳۰

همان‌گونه که در جدول ۱ مشاهده می‌شود، میانگین حوزه گسست و طرد برابر با ۳.۴۱ و انحراف معیار آن ۰.۸۶ بود که نشان می‌دهد این

حوزه در مقایسه با سایر حوزه‌های طرحواره‌های ناسازگار اولیه، میانگین بالاتری در میان نوجوانان مورد مطالعه داشته است. پس از آن، حوزه گوش‌به‌زنگی افراطی و بازداری با میانگین ۳.۳۶ و حوزه خودگردانی و عملکرد مختل با میانگین ۳.۲۷ در رتبه‌های بعدی قرار گرفتند. حوزه محدودیت‌های مختل با میانگین ۲.۹۸ پایین‌ترین مقدار را در میان حوزه‌های طرحواره‌ای نشان داد. میانگین سواد هیجانی برابر با ۳.۲۴ بود که بیانگر سطح متوسط رو به بالای این متغیر در نمونه پژوهش است. همچنین، میانگین روابط عاطفی ناسازگار برابر با ۳.۱۸ و انحراف معیار آن ۰.۷۳ به دست آمد که نشان می‌دهد بخش قابل توجهی از نوجوانان مورد مطالعه، درجاتی از الگوهای ناسازگار در روابط عاطفی را گزارش کرده‌اند. مقادیر چولگی و کشیدگی همه متغیرها در دامنه قابل قبول -۲ تا +۲ قرار داشت؛ بنابراین، توزیع

متغیرها از نظر نرمال بودن تک‌متغیره برای انجام تحلیل‌های پارامتریک مناسب ارزیابی شد. پیش از انجام تحلیل‌های اصلی، مفروضه‌های آماری بررسی شد. نتایج آزمون شاپیرو-ویلک و بررسی شاخص‌های چولگی و کشیدگی نشان داد که توزیع متغیرها انحراف شدیدی از نرمال بودن ندارد. همچنین مقدار آماره دوربین-واتسون برای مدل رگرسیونی برابر با ۱.۹۱ به دست آمد که نشان‌دهنده استقلال خطاها بود. بررسی شاخص‌های همخطی چندگانه نیز نشان داد که مقادیر عامل تورم واریانس برای متغیرهای پیش‌بین بین ۱.۲۹ تا ۲.۴۱ قرار داشت و مقادیر تحمل نیز بالاتر از ۰.۴۰ بود؛ بنابراین، مشکل همخطی چندگانه در داده‌ها مشاهده نشد. نمودار پراکندگی باقیمانده‌های استاندارد نیز نشان داد که مفروضه خطی بودن رابطه متغیرهای پیش‌بین با متغیر ملاک و همگنی واریانس خطاها در حد قابل قبول برقرار است.

جدول ۲. ماتریس همبستگی پیرسون بین حوزه‌های طرحواره‌های ناسازگار اولیه، سواد هیجانی و روابط عاطفی ناسازگار

متغیر	۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷
۱. حوزه گسست و طرد	۱						
۲. حوزه خودگردانی و عملکرد مختل	۰.۵۶***	۱					
۳. حوزه محدودیت‌های مختل	۰.۳۹***	۰.۴۳***	۱				
۴. حوزه دیگرجهت‌مندی	۰.۴۷***	۰.۴۵***	۰.۳۶***	۱			
۵. حوزه گوش‌به‌زنگی افراطی و بازداری	۰.۵۸***	۰.۵۱***	۰.۴۰***	۰.۴۹***	۱		
۶. سواد هیجانی	-۰.۴۲***	-۰.۳۶***	-۰.۲۴***	-۰.۳۱***	-۰.۳۹***	۱	
۷. روابط عاطفی ناسازگار	۰.۵۳***	۰.۴۶***	۰.۳۱***	۰.۳۸***	۰.۵۰***	-۰.۴۸***	۱

$p < 0.01$

بر اساس نتایج جدول ۲، همه حوزه‌های طرحواره‌های ناسازگار اولیه با روابط عاطفی ناسازگار رابطه مثبت و معنادار داشتند. بیشترین ضریب همبستگی مربوط به رابطه حوزه گسست و طرد با روابط عاطفی ناسازگار بود ($r = 0.53, p < 0.01$). این یافته نشان می‌دهد نوجوانانی که در حوزه‌هایی مانند ره‌اشدگی، محرومیت هیجانی، بی‌اعتمادی و احساس طردشدگی نمرات بالاتری کسب کرده‌اند، بیشتر مستعد تجربه روابط عاطفی ناسازگار هستند. پس از آن، حوزه گوش‌به‌زنگی افراطی و بازداری با روابط عاطفی ناسازگار رابطه نسبتاً قوی داشت ($r = 0.50, p < 0.01$). حوزه خودگردانی و عملکرد مختل نیز رابطه مثبت معناداری با روابط عاطفی ناسازگار نشان داد ($r = 0.46, p < 0.01$). حوزه دیگرجهت‌مندی و حوزه محدودیت‌های

مختل نیز با روابط عاطفی ناسازگار رابطه مثبت و معنادار داشتند، اما شدت این روابط در مقایسه با حوزه گسست و طرد و گوش‌به‌زنگی افراطی کمتر بود. همچنین، سواد هیجانی با روابط عاطفی ناسازگار رابطه منفی و معنادار داشت ($r = -0.48, p < 0.01$)، به این معنا که هرچه سطح سواد هیجانی نوجوانان بالاتر باشد، شدت الگوهای ناسازگار در روابط عاطفی آنان کاهش می‌یابد. رابطه منفی سواد هیجانی با همه حوزه‌های طرحواره‌های ناسازگار اولیه نیز نشان می‌دهد که توانایی شناخت، نام‌گذاری، تنظیم و بیان هیجان‌ها می‌تواند با شدت پایین‌تر طرحواره‌های ناسازگار در نوجوانان همراه باشد.

جدول ۳. نتایج رگرسیون سلسله‌مراتبی برای پیش‌بینی روابط عاطفی ناسازگار بر اساس حوزه‌های طرحواره‌های ناسازگار اولیه، سواد هیجانی و اثرهای تعاملی

مرحله و متغیر پیش‌بین	B	خطای معیار	β	t	p	VIF
مرحله اول: جنسیت	۰.۰۶	۰.۰۶	۰.۰۴	۰.۹۴	۰.۳۴۸	۱.۰۴
مرحله اول: سن	۰.۰۳	۰.۰۴	۰.۰۴	۰.۷۲	۰.۴۷۲	۱.۱۱
مرحله اول: پایه تحصیلی	۰.۰۲	۰.۰۵	۰.۰۲	۰.۳۸	۰.۷۰۴	۱.۰۹
مرحله دوم: حوزه گسست و طرد	۰.۲۶	۰.۰۴	۰.۳۱	۶.۵۶	< ۰.۰۰۱	۱.۸۴
مرحله دوم: حوزه خودگردانی و عملکرد مختل	۰.۱۶	۰.۰۴	۰.۱۷	۳.۷۹	< ۰.۰۰۱	۱.۷۱
مرحله دوم: حوزه محدودیت‌های مختل	۰.۰۸	۰.۰۴	۰.۰۸	۲.۰۱	۰.۰۴۵	۱.۳۹
مرحله دوم: حوزه دیگرجهت‌مندی	۰.۱۱	۰.۰۴	۰.۱۲	۲.۷۸	۰.۰۰۶	۱.۵۲
مرحله دوم: حوزه گوش‌به‌زنگی افراطی و بازداری	۰.۱۹	۰.۰۴	۰.۲۲	۵.۰۳	< ۰.۰۰۱	۱.۷۶
مرحله دوم: سواد هیجانی	-۰.۲۸	۰.۰۵	-۰.۲۶	-۶.۱۲	< ۰.۰۰۱	۱.۴۸
مرحله سوم: گسست و طرد × سواد هیجانی	-۰.۱۱	۰.۰۳	-۰.۱۴	-۳.۶۷	< ۰.۰۰۱	۲.۲۹
مرحله سوم: خودگردانی و عملکرد مختل × سواد هیجانی	-۰.۰۸	۰.۰۳	-۰.۱۰	-۲.۷۴	۰.۰۰۶	۲.۱۷
مرحله سوم: محدودیت‌های مختل × سواد هیجانی	-۰.۰۳	۰.۰۳	-۰.۰۴	-۱.۱۲	۰.۲۶۴	۱.۸۸
مرحله سوم: دیگرجهت‌مندی × سواد هیجانی	-۰.۰۶	۰.۰۳	-۰.۰۸	-۲.۱۸	۰.۰۳۰	۱.۹۴
مرحله سوم: گوش‌به‌زنگی افراطی و بازداری × سواد هیجانی	-۰.۱۰	۰.۰۳	-۰.۱۳	-۳.۴۱	۰.۰۰۱	۲.۴۱
شاخص مدل	R ²	R ² تعدیل‌شده	ΔR^2	F	ΔF	p
مرحله اول	۰.۱۳	۰.۰۱۸	۰.۰۱۰	۲.۱۷	۲.۱۷	۰.۰۹۱
مرحله دوم	۰.۷۰	۰.۴۸۶	۰.۴۷۵	۴۱.۱۸	۵۳.۴۲	< ۰.۰۰۱
مرحله سوم	۰.۷۳	۰.۵۳۳	۰.۵۱۸	۳۵.۶۱	۶.۹۹	< ۰.۰۰۱

نتایج جدول ۳ نشان می‌دهد که متغیرهای جمعیت‌شناختی وارد شده در مرحله اول، یعنی جنسیت، سن و پایه تحصیلی، در مجموع تنها

۱۸ درصد از واریانس روابط عاطفی ناسازگار را تبیین کردند و این مقدار از نظر آماری معنادار نبود. در مرحله دوم، با ورود حوزه‌های

سواد هیجانی با کاهش روابط عاطفی ناسازگار همراه بود. در مرحله سوم، اثرهای تعاملی حوزه‌های ط‌حواره‌ای با سواد هیجانی وارد مدل شدند و مقدار ضریب تعیین به ۰.۵۳۳ رسید. افزایش ۴.۷ درصدی ضریب تعیین در این مرحله معنادار بود ($\Delta R^2 = ۰.۰۴۷, p < ۰.۰۰۱$). نتایج نشان داد که سواد هیجانی رابطه میان حوزه گسست و ط‌رد، حوزه خودگردانی و عملکرد مختل، حوزه دیگرجهت‌مندی و حوزه گوش‌به‌زنگی افراطی و بازداري با روابط عاطفی ناسازگار را به‌طور معنادار تعدیل می‌کند. با این حال، اثر تعاملی حوزه محدودیت‌های مختل و سواد هیجانی معنادار نبود ($p = ۰.۲۶۴$). منفی بودن ضرایب تعاملی نشان می‌دهد که با افزایش سواد هیجانی، شدت اثر حوزه‌های ط‌حواره‌ای بر روابط عاطفی ناسازگار کاهش می‌یابد.

طرحواره‌های ناسازگار اولیه و سواد هیجانی، ضریب تعیین مدل به ۰.۴۸۶ افزایش یافت؛ بنابراین، این مجموعه از متغیرها توانستند ۴۸.۶ درصد از واریانس روابط عاطفی ناسازگار را تبیین کنند. در این مرحله، حوزه گسست و طرد قوی‌ترین پیش‌بین مثبت روابط عاطفی ناسازگار بود ($\beta = 0.31, p < 0.001$). پس از آن، حوزه گوش‌به‌زنگی افراطی و بازداری ($\beta = 0.22, p < 0.001$)، حوزه خودگردانی و عملکرد مختل ($\beta = 0.17, p < 0.001$)، حوزه دیگرجهت‌مندی ($\beta = 0.06, p = 0.12$) و حوزه محدودیت‌های مختل ($\beta = 0.08, p = 0.45$) به ترتیب در پیش‌بینی روابط عاطفی ناسازگار نقش مثبت و معنادار داشتند. سواد هیجانی نیز اثر منفی و معناداری بر روابط عاطفی ناسازگار نشان داد ($\beta = -0.26, p < 0.001$)، به این معنا که افزایش

جدول ۴. تحلیل شبیه ساده رابطه حوزه‌های طرحواره‌های ناسازگار اولیه با روابط عاطفی ناسازگار در سطوح مختلف سواد هیجانی

حوزه طرح‌واره‌ای	سطح سواد هیجانی	B	خطای معیار	β	t	p	فاصله اطمینان ۹۵ درصد
گسست و طرد	پایین	۰.۳۸	۰.۰۵	۰.۴۴	۷.۶۰	< ۰.۰۰۱	۰.۲۸ تا ۰.۴۸
گسست و طرد	متوسط	۰.۲۶	۰.۰۴	۰.۳۱	۶.۵۶	< ۰.۰۰۱	۰.۱۸ تا ۰.۳۴
گسست و طرد	بالا	۰.۱۴	۰.۰۵	۰.۱۶	۲.۸۰	۰.۰۰۵	۰.۰۴ تا ۰.۲۴
خودگردانی و عملکرد مختل	پایین	۰.۲۵	۰.۰۵	۰.۲۸	۵.۲۱	< ۰.۰۰۱	۰.۱۵ تا ۰.۳۵
خودگردانی و عملکرد مختل	متوسط	۰.۱۶	۰.۰۴	۰.۱۷	۳.۷۹	< ۰.۰۰۱	۰.۰۸ تا ۰.۲۴
خودگردانی و عملکرد مختل	بالا	۰.۰۷	۰.۰۵	۰.۰۸	۱.۵۵	۰.۱۲۲	-۰.۰۲ تا ۰.۱۶
محدودیت‌های مختل	پایین	۰.۱۱	۰.۰۵	۰.۱۲	۲.۱۰	۰.۰۳۶	۰.۰۱ تا ۰.۲۱
محدودیت‌های مختل	متوسط	۰.۰۸	۰.۰۴	۰.۰۸	۲.۰۱	۰.۰۴۵	۰.۰۱ تا ۰.۱۶
محدودیت‌های مختل	بالا	۰.۰۵	۰.۰۴	۰.۰۵	۱.۲۵	۰.۲۱۴	-۰.۰۳ تا ۰.۱۳
دیگر جهت‌مندی	پایین	۰.۱۷	۰.۰۵	۰.۱۹	۳.۴۲	۰.۰۰۱	۰.۰۷ تا ۰.۲۷
دیگر جهت‌مندی	متوسط	۰.۱۱	۰.۰۴	۰.۱۲	۲.۷۸	۰.۰۰۶	۰.۰۳ تا ۰.۱۹
دیگر جهت‌مندی	بالا	۰.۰۵	۰.۰۴	۰.۰۶	۱.۳۴	۰.۱۸۲	-۰.۰۲ تا ۰.۱۳
گوش‌به‌زنگی افراطی و بازداری	پایین	۰.۳۱	۰.۰۵	۰.۳۶	۶.۴۷	< ۰.۰۰۱	۰.۲۲ تا ۰.۴۱
گوش‌به‌زنگی افراطی و بازداری	متوسط	۰.۱۹	۰.۰۴	۰.۲۲	۵.۰۳	< ۰.۰۰۱	۰.۱۲ تا ۰.۲۷
گوش‌به‌زنگی افراطی و بازداری	بالا	۰.۰۸	۰.۰۴	۰.۰۹	۱.۸۱	۰.۰۷۱	-۰.۰۱ تا ۰.۱۶

قابل توجهی کاهش یافت، هرچند همچنان معنادار باقی ماند ($B = 0.05, p = 0.14$). این نتیجه نشان می‌دهد که سواد هیجانی می‌تواند شدت پیامدهای منفی ناشی از تجربه طحاره‌های مرتبط با طرد، محرومیت هیجانی و بی‌اعتمادی را کاهش دهد. در حوزه خودگردانی و عملکرد مختل نیز رابطه این حوزه با روابط عاطفی

نتایج جدول ۴ نشان می‌دهد که رابطه حوزه‌های طرحواره‌های ناسازگار اولیه با روابط عاطفی ناسازگار در سطوح مختلف سواد هیجانی یکسان نیست. در سطح پایین سواد هیجانی، اثر حوزه گسست و طرد بر روابط عاطفی ناسازگار قوی و معنادار بود ($B = 0.38, p < 0.001$)، اما در سطح بالای سواد هیجانی، این اثر به‌طور

ناسازگار در سطح پایین و متوسط سواد هیجانی معنادار بود، اما در سطح بالای سواد هیجانی معنادار نبود ($B = ۰.۰۷, p = ۰.۱۲۲$). این یافته نشان می‌دهد نوجوانانی که با وجود نگرانی درباره کفایت فردی، وابستگی یا احساس شکست، از سواد هیجانی بالاتری برخوردارند، کمتر این طرحواره‌ها را به الگوهای ناسازگار رابطه‌ای تبدیل می‌کنند. در حوزه دیگر جهت‌مندی نیز اثر طرحواره در سطح پایین و متوسط سواد هیجانی معنادار بود، اما در سطح بالای سواد

هیجانی از معناداری خارج شد. در حوزه گوش‌به‌زنگی افراطی و بازداری، اثر طرحواره در سطح پایین سواد هیجانی بسیار قوی‌تر بود و در سطح بالای سواد هیجانی به سطح غیرمعنادار نزدیک شد. در مقابل، اگرچه حوزه محدودیت‌های مختل در سطح پایین و متوسط سواد هیجانی با روابط عاطفی ناسازگار رابطه معنادار داشت، اما اثر تعاملی آن با سواد هیجانی در مدل کلی معنادار نبود؛ بنابراین، در تفسیر نقش تعدیلی سواد هیجانی برای این حوزه باید احتیاط کرد.

جدول ۵. شاخص‌های برازش مدل تعدیلی رابطه حوزه‌های طرحواره‌های ناسازگار اولیه، سواد هیجانی و روابط عاطفی ناسازگار

شاخص برازش	مقدار به دست آمده	ملاک قابل قبول	تفسیر
χ^2	۲۱۴.۳۷	—	وابسته به حجم نمونه
df	۹۶	—	—
χ^2/df	۲.۲۳	کمتر از ۳	مطلوب
GFI	۰.۹۳	بالاتر از ۰.۹۰	مطلوب
AGFI	۰.۹۰	بالاتر از ۰.۹۰	قابل قبول
CFI	۰.۹۵	بالاتر از ۰.۹۰	مطلوب
IFI	۰.۹۵	بالاتر از ۰.۹۰	مطلوب
NFI	۰.۹۱	بالاتر از ۰.۹۰	مطلوب
TLI	۰.۹۴	بالاتر از ۰.۹۰	مطلوب
RMSEA	۰.۰۵۸	کمتر از ۰.۰۸	مطلوب
SRMR	۰.۰۴۶	کمتر از ۰.۰۸	مطلوب

همان گونه که در جدول ۵ مشاهده می‌شود، شاخص‌های برازش مدل تعدیلی پژوهش در دامنه مطلوب قرار داشتند. نسبت خدو به درجه آزادی برابر با ۲.۲۳ بود که کمتر از مقدار ملاک ۳ است و نشان‌دهنده برازش قابل قبول مدل با داده‌هاست. مقدار GFI برابر با ۰.۹۳، CFI برابر با ۰.۹۵، IFI برابر با ۰.۹۵، NFI برابر با ۰.۹۱ و TLI برابر با ۰.۹۴ به دست آمد که همگی بالاتر از ۰.۹۰ هستند و نشان می‌دهند مدل پیشنهادی از نظر شاخص‌های برازش تطبیقی و افزایشی وضعیت مطلوبی دارد. همچنین مقدار RMSEA برابر با ۰.۰۵۸ و مقدار SRMR برابر با ۰.۰۴۶ بود که هر دو کمتر از ۰.۰۸ هستند؛ بنابراین، خطای برآورد مدل در سطح قابل قبول قرار دارد. بر این اساس، می‌توان گفت مدل نظری پژوهش مبنی بر نقش مستقیم حوزه‌های طرحواره‌های ناسازگار اولیه و سواد هیجانی در پیش‌بینی

روابط عاطفی ناسازگار و همچنین نقش تعدیلی سواد هیجانی در بخشی از این روابط، با داده‌های تجربی پژوهش انطباق مناسبی دارد. اثر تعدیلی نشان می‌دهد که در سطوح پایین سواد هیجانی، شیب رابطه میان حوزه‌های طرحواره‌های ناسازگار اولیه و روابط عاطفی ناسازگار تندتر است؛ به این معنا که افزایش نمره در هر یک از حوزه‌های طرحواره‌ای، به‌ویژه گسست و طرد و گوش‌به‌زنگی افراطی و بازداری، با افزایش چشمگیرتر روابط عاطفی ناسازگار همراه می‌شود. در مقابل، در سطوح بالای سواد هیجانی، شیب این رابطه کاهش می‌یابد و اثر حوزه‌های طرحواره‌ای بر روابط عاطفی ناسازگار ضعیف‌تر می‌شود. این الگو نشان می‌دهد که سواد هیجانی نقش محافظتی دارد و می‌تواند از تبدیل تجربه‌های شناختی - هیجانی ناسازگار به الگوهای رابطه‌ای آسیب‌زا جلوگیری کند. به بیان دقیق‌تر، نوجوانانی که توانایی بیشتری در تشخیص هیجان‌های خود،

درک هیجان‌های دیگران، بیان مناسب احساسات و تنظیم پاسخ‌های هیجانی دارند، حتی در صورت برخورداری از سطوحی از طرحواره‌های ناسازگار، کمتر وارد روابط عاطفی وابسته، اجتنابی، اضطرابی یا بی‌ثبات می‌شوند. این یافته از نظر برنامه‌ریزی آموزشی نیز اهمیت دارد؛ زیرا نشان می‌دهد اصلاح برنامه درسی مطالعات اجتماعی از طریق ادغام آموزش سواد هیجانی می‌تواند به‌عنوان یک مسیر مداخله‌ای غیرمستقیم، اثر طرحواره‌های ناسازگار اولیه را بر روابط عاطفی ناسازگار در نوجوانان کاهش دهد.

بحث و نتیجه‌گیری

پژوهش حاضر با هدف بررسی نقش تعدیل گر سواد هیجانی در رابطه بین طرحواره‌های ناسازگار اولیه و روابط عاطفی ناسازگار در نوجوانان و با تأکید بر رویکردی تلفیقی برای اصلاح برنامه درسی مطالعات اجتماعی انجام شد. نتایج نشان داد که تمامی حوزه‌های طرحواره‌های ناسازگار اولیه با روابط عاطفی ناسازگار رابطه مثبت و معنادار دارند و در مقابل، سواد هیجانی با روابط عاطفی ناسازگار رابطه منفی و معنادار نشان داد. همچنین، یافته‌ها بیانگر آن بود که سواد هیجانی توانسته است رابطه بین برخی حوزه‌های طرحواره‌های ناسازگار اولیه و روابط عاطفی ناسازگار را به‌صورت معنادار تعدیل کند؛ به این معنا که نوجوانانی با سطح بالاتر سواد هیجانی، حتی در صورت برخورداری از طرحواره‌های ناسازگار، روابط عاطفی سالم‌تری را تجربه می‌کنند.

یکی از مهم‌ترین یافته‌های پژوهش حاضر، نقش قوی حوزه گسست و طرد در پیش‌بینی روابط عاطفی ناسازگار بود. این یافته نشان می‌دهد نوجوانانی که احساس محرومیت هیجانی، رهاشدگی، بی‌اعتمادی یا طردشدگی بیشتری را تجربه می‌کنند، در روابط عاطفی خود نیز الگوهای ناسازگارانه‌تری نشان می‌دهند. این نتیجه با یافته‌های بورگس و دل‌آگلیو همسو است که گزارش کردند طرحواره‌های ناسازگار اولیه، به‌ویژه طرحواره‌های مرتبط با طرد و بی‌اعتمادی، می‌توانند نشانه‌های آسیب در روابط عاطفی و تجربه خشونت در روابط نوجوانان را پیش‌بینی کنند (Borges & Dell'Aglío, 2020). همچنین، نتایج پژوهش وانگ و همکاران نشان داد که تجربه بدرفتاری و غفلت در کودکی از طریق فعال‌سازی طرحواره‌های ناسازگار اولیه با افسردگی و اختلال در سازگاری هیجانی نوجوانان

مرتبط است (Wang et al., 2023). از منظر نظری، نوجوانانی که دارای طرحواره گسست و طرد هستند، معمولاً جهان اجتماعی را ناایمن، غیرقابل پیش‌بینی و فاقد حمایت هیجانی درک می‌کنند؛ در نتیجه در روابط عاطفی خود دچار اضطراب، وابستگی افراطی یا اجتناب هیجانی می‌شوند.

نتایج پژوهش همچنین نشان داد که حوزه گوش‌به‌زنگی افراطی و بازداري یکی از قوی‌ترین پیش‌بین‌های روابط عاطفی ناسازگار است. این یافته را می‌توان با ویژگی‌های روان‌شناختی افراد دارای این حوزه طرحواره‌ای تبیین کرد؛ زیرا این افراد معمولاً هیجان‌های خود را سرکوب می‌کنند، از اشتباه کردن هراس دارند و همواره در حالت کنترل و مراقبت افراطی قرار دارند. چنین ویژگی‌هایی مانع از شکل‌گیری صمیمیت عاطفی سالم می‌شود و روابط را به سمت سردی، فاصله هیجانی و نارضایتی سوق می‌دهد. یافته حاضر با نتایج مطالعه خسروی همخوان است که نشان داد مکانیزم‌های طرحواره‌ای مرتبط با بازداري هیجانی و نقص در تنظیم هیجان با تکانشگری و بی‌ثباتی هیجانی در ارتباط هستند (Khosravi, 2025). همچنین، ویک-هربرینک و همکاران گزارش کردند که طرحواره‌های ناسازگار اولیه از طریق افزایش هیجان منفی و ادراک بی‌عدالتی می‌توانند رفتارهای پرخاشگرانه و ناسازگار را تشدید کنند (Wijk- Herbrink et al., 2021).

در این پژوهش، حوزه خودگردانی و عملکرد مختل نیز با روابط عاطفی ناسازگار رابطه مثبت و معنادار داشت. نوجوانانی که در این حوزه نمرات بالاتری کسب می‌کنند، معمولاً احساس بی‌کفایتی، وابستگی و ترس از شکست را تجربه می‌کنند و در تعاملات عاطفی خود نیز وابستگی ناسالم، اضطراب جدایی یا ناتوانی در تصمیم‌گیری مستقل نشان می‌دهند. این یافته با نتایج مطالعه استوز و همکاران همسو است که نشان دادند طرحواره‌های ناسازگار اولیه و سبک‌های دلبستگی ناایمن با رفتارهای تکانشی و مشکلات هیجانی نوجوانان مرتبط هستند (Estévez et al., 2021). همچنین، تسوولاس و همکاران گزارش کردند کودکانی که در مراکز نگهداری زندگی می‌کنند و تجربه دلبستگی ناایمن دارند، بیشتر در معرض شکل‌گیری طرحواره‌های ناسازگار و مشکلات بین‌فردی قرار می‌گیرند (Tsouvelas et al., 2025). بنابراین، به نظر می‌رسد ضعف در

احساس خودکارآمدی و استقلال روان‌شناختی می‌تواند روابط عاطفی نوجوانان را به سمت وابستگی و ناپایداری سوق دهد.

یافته دیگر پژوهش حاضر، رابطه منفی و معنادار سواد هیجانی با روابط عاطفی ناسازگار بود. این نتیجه نشان می‌دهد نوجوانانی که توانایی بیشتری در شناخت، درک و تنظیم هیجان‌های خود و دیگران دارند، روابط عاطفی سالم‌تر و سازگارانه‌تری را تجربه می‌کنند. این یافته با نتایج پژوهش مهدوی و همکاران هماهنگ است که نشان دادند تقویت مهارت‌های مبتنی بر شفقت و تنظیم هیجان می‌تواند احساس تنهایی و دشواری‌های هیجانی نوجوانان را کاهش دهد (Mahdavi et al., 2020). همچنین، مانس و همکاران نشان دادند که راهبردهای تنظیم شناختی هیجان در تبیین رفتارهای خودآسیب‌رسان نوجوانان نقش اساسی دارند (Manesh et al., 2024). از منظر روان‌شناختی، سواد هیجانی موجب می‌شود نوجوان بتواند هیجان‌های منفی را مدیریت کند، نیازهای عاطفی خود را به شیوه سالم‌تری بیان نماید و در موقعیت‌های تعارض‌آمیز واکنش‌های تکانشی کمتری نشان دهد. در نتیجه، احتمال شکل‌گیری روابط ناسازگار، وابستگی افراطی یا اجتناب هیجانی کاهش می‌یابد.

از مهم‌ترین یافته‌های پژوهش حاضر، نقش تعدیل‌گر سواد هیجانی در رابطه بین طرحواره‌های ناسازگار اولیه و روابط عاطفی ناسازگار بود. نتایج نشان داد که در سطوح پایین سواد هیجانی، اثر طرحواره‌های ناسازگار اولیه بر روابط عاطفی ناسازگار شدیدتر است، در حالی که در سطوح بالاتر سواد هیجانی، این رابطه تضعیف می‌شود. این یافته نشان می‌دهد که سواد هیجانی می‌تواند به‌عنوان یک عامل محافظتی عمل کند و از تبدیل آسیب‌های شناختی - هیجانی به رفتارهای ناسازگار در روابط عاطفی جلوگیری نماید. این نتیجه با یافته‌های شریواستاوا و شارما همسو است که نشان دادند نقص در تنظیم هیجان و سبک‌های فرزندپروری ناکارآمد، شدت رفتارهای خودآسیب‌رسان نوجوانان را افزایش می‌دهد (Shrivastava & Sharma, 2022). همچنین، ژنگ و انگوین‌فنگ گزارش کردند که کیفیت راهبردهای مقابله‌ای در کودکان دارای طرحواره‌های ناسازگار می‌تواند شدت پیامدهای روان‌شناختی را تغییر دهد (Zheng & Nguyen-Feng, 2025). بر این اساس، می‌توان استدلال کرد که نوجوانانی که از سواد هیجانی بالاتری برخوردارند، حتی در صورت

داشتن طرحواره‌های ناسازگار، قادرند هیجان‌های خود را بهتر تنظیم کنند و از واکنش‌های هیجانی افراطی در روابط عاطفی اجتناب نمایند.

نتایج پژوهش حاضر همچنین نشان داد که برخی حوزه‌های طرحواره‌ای، از جمله گسست و طرد و گوش‌به‌زنگی افراطی و بازداری، بیشتر از سایر حوزه‌ها تحت تأثیر نقش تعدیل‌گر سواد هیجانی قرار می‌گیرند. این موضوع می‌تواند ناشی از ماهیت هیجانی این طرحواره‌ها باشد. افرادی که دارای این طرحواره‌ها هستند، معمولاً در تشخیص و ابراز هیجان‌ها با دشواری مواجه‌اند و به‌همین دلیل، تقویت سواد هیجانی می‌تواند بیشترین اثر محافظتی را برای آنان داشته باشد. این تبیین با نتایج مطالعات مرتبط با طرحواره‌درمانی نیز هماهنگ است. برای مثال، افلاکیان و همکاران نشان دادند که طرحواره‌درمانی می‌تواند اضطراب و طرحواره‌های ناسازگار را در بیماران مبتلا به وسواس کاهش دهد (Aflakian et al., 2023). همچنین، جازی و همکاران گزارش کردند که مداخلات مبتنی بر طرحواره موجب کاهش کمال‌گرایی و طرحواره‌های ناسازگار در زنان مبتلا به اختلال بدشکلی بدن می‌شود (Jazi et al., 2024). این یافته‌ها نشان می‌دهد که اصلاح الگوهای شناختی - هیجانی ناسازگار، به‌ویژه در تعامل با آموزش مهارت‌های هیجانی، می‌تواند پیامدهای قابل توجهی در روابط بین‌فردی داشته باشد.

یافته‌های این پژوهش از منظر آموزشی نیز قابل توجه است. یکی از نوآوری‌های مطالعه حاضر، تأکید بر نقش برنامه درسی مطالعات اجتماعی در ارتقای سواد هیجانی نوجوانان بود. برنامه درسی مطالعات اجتماعی، به دلیل ماهیت تعاملی و اجتماعی خود، بستری مناسب برای آموزش همدلی، خودآگاهی، مسئولیت‌پذیری اجتماعی و تنظیم هیجان محسوب می‌شود. نتایج پژوهش حاضر نشان می‌دهد که آموزش سواد هیجانی در این بستر می‌تواند نقش پیشگیرانه در کاهش روابط عاطفی ناسازگار داشته باشد. این دیدگاه با یافته‌های آسن و همکاران هماهنگ است که نشان دادند مداخلات مبتنی بر مهارت‌های اجتماعی و هیجانی می‌تواند آثار پایداری در عملکرد روانی و اجتماعی افراد ایجاد کنند (Aasen et al., 2024, 2025). همچنین، اسپایسر و همکاران تأکید کردند که مداخلات مبتنی بر رویکردهای شناختی - هیجانی در افراد دارای مشکلات روان‌شناختی

می‌تواند به تغییر روایت‌های ناسازگار ذهنی و بهبود سازگاری اجتماعی منجر شود (Spicer et al., 2024).

از سوی دیگر، یافته‌های پژوهش حاضر با مطالعات مرتبط با نقش خانواده و تجارب اولیه در شکل‌گیری طرحواره‌های ناسازگار نیز همخوانی دارد. اقبال و انیس‌الحقه نشان دادند که عملکرد خانواده و شیوه‌های فرزندپروری بر سازگاری روان‌شناختی نوجوانان از طریق طرحواره‌های ناسازگار اثر می‌گذارد (Iqbal & Anis-ul-Haque, 2023). همچنین، سوچتا و استرزلتسکی بیان کردند که طرحواره‌های ناسازگار می‌توانند از نسلی به نسل دیگر انتقال یابند و بر سبک‌های ارتباطی خانواده تأثیر بگذارند (Sójta & Strzelecki, 2023). این یافته‌ها نشان می‌دهد که مشکلات روابط عاطفی نوجوانان را نمی‌توان صرفاً به ویژگی‌های فردی محدود کرد، بلکه باید آن را در بستر تعاملات خانوادگی، تجارب کودکی و محیط اجتماعی تحلیل نمود.

در مجموع، نتایج پژوهش حاضر نشان داد که طرحواره‌های ناسازگار اولیه نقش مهمی در شکل‌گیری روابط عاطفی ناسازگار نوجوانان دارند و سواد هیجانی می‌تواند شدت این رابطه را کاهش دهد. این یافته‌ها از یک‌سو اهمیت توجه به عوامل شناختی - هیجانی در سلامت روان نوجوانان را نشان می‌دهد و از سوی دیگر، بر ضرورت طراحی مداخلات آموزشی مبتنی بر سواد هیجانی در مدارس تأکید می‌کند. همچنین، یافته‌های پژوهش حاضر از رویکردهای تلفیقی در اصلاح برنامه درسی مطالعات اجتماعی حمایت می‌کند؛ رویکردی که علاوه بر انتقال دانش اجتماعی، بر توسعه مهارت‌های هیجانی و بین‌فردی نیز تمرکز دارد.

از جمله محدودیت‌های پژوهش حاضر می‌توان به استفاده از روش خودگزارشی اشاره کرد که ممکن است تحت تأثیر سوگیری پاسخ‌دهی یا تمایل به ارائه تصویر مطلوب از خود قرار گرفته باشد. همچنین، نمونه پژوهش محدود به نوجوانان شهر تهران بود و تعمیم نتایج به سایر شهرها و فرهنگ‌ها باید با احتیاط انجام شود. ماهیت مقطعی پژوهش نیز امکان استنباط روابط علی را محدود می‌کند. علاوه بر این، متغیرهای دیگری نظیر سبک‌های فرزندپروری، وضعیت اقتصادی - اجتماعی خانواده و ویژگی‌های شخصیتی در این پژوهش کنترل نشدند و ممکن است در روابط بین متغیرها نقش داشته باشند.

پیشنهاد می‌شود پژوهش‌های آینده به‌صورت طولی انجام شوند تا روند تحول طرحواره‌های ناسازگار اولیه و روابط عاطفی نوجوانان در طول زمان بررسی گردد. همچنین، بررسی نقش سایر متغیرهای تعدیل‌گر و میانجی مانند تاب‌آوری، سبک دلبستگی، ذهن‌آگاهی و حمایت اجتماعی می‌تواند درک دقیق‌تری از سازوکارهای مؤثر بر روابط عاطفی نوجوانان فراهم کند. انجام پژوهش‌های مداخله‌ای برای ارزیابی اثربخشی آموزش سواد هیجانی در کاهش روابط عاطفی ناسازگار نیز ضروری به نظر می‌رسد. علاوه بر این، پیشنهاد می‌شود مطالعات آینده در گروه‌های فرهنگی و اجتماعی متفاوت و در میان نوجوانان دارای شرایط ویژه انجام شود.

با توجه به یافته‌های پژوهش حاضر، پیشنهاد می‌شود نظام آموزشی به‌ویژه در برنامه درسی مطالعات اجتماعی، آموزش سواد هیجانی را به‌صورت هدفمند در محتوای درسی و فعالیت‌های آموزشی ادغام کند. برگزاری کارگاه‌های مهارت‌های هیجانی برای دانش‌آموزان، آموزش والدین درباره تأثیر طرحواره‌های ناسازگار و طراحی برنامه‌های پیشگیرانه مبتنی بر مهارت‌های ارتباطی می‌تواند در ارتقای سلامت روان نوجوانان مؤثر باشد. همچنین، مشاوران مدارس و متخصصان سلامت روان می‌توانند از رویکردهای مبتنی بر طرحواره و آموزش تنظیم هیجان برای کاهش روابط عاطفی ناسازگار نوجوانان استفاده کنند.

تعارض منافع

بین نویسندگان هیچ تعارض منافی وجود نداشت.

حامی مالی

این پژوهش بدون هیچ حمایت مالی و با هزینه شخصی انجام شد.

ملاحظات اخلاقی

در این مطالعه، اهمیت و ضرورت پژوهش برای نمونه‌ها تشریح و درباره رعایت ملاحظات اخلاقی مانند رازداری، محرمانگی، حفظ حریم نمونه‌ها، آزادی جهت شرکت در پژوهش و انصراف از آن و غیره به آنان اطمینان داده شد.

مشارکت نویسندگان

نویسندگان این مقاله با یکدیگر مشارکت داشتند.

تشکر و قدردانی

بدین وسیله از تمامی افرادی که در مراحل پژوهش همکاری و یاری نمودند تقدیر و تشکر می‌شود.

References

- in Türkiye; A Case-control Study. *Legal and Criminological Psychology*, 30(2), 349-363. <https://doi.org/10.1111/lcrp.70003>
- Karimi, S., Doostdari, F., Lotfabadi, N. B., Yosefi, R., Soleymani, M., Kianimoghadam, A. S., & Safari, F. (2023). The Role of Early Maladaptive Schemas in Predicting Legitimacy, Seduction, Normalization, Sexuality, Social Background, and Sensation Seeking in Marital Infidelity. *Practice in Clinical Psychology*, 11(3), 249-258. <https://doi.org/10.32598/jpcp.11.3.848.2>
- Karimipour, A., Asgari, P., Makvandi, B., & Fard, R. J. (2021). Effects of Schema Therapy for Children and Adolescents on the Externalizing Behaviors of the Adolescents Referred to the Counseling Centers in Ahvaz, Iran. *International Journal of Health and Life Sciences*, 7(4). <https://doi.org/10.5812/ijhls.118076>
- Khosravi, M. (2025). Schema Mechanisms Underlying Emotion Dysregulation and Impulsivity in Comorbid Attention-Deficit/Hyperactivity Disorder and Borderline Personality Disorder. *Clinical Psychology & Psychotherapy*, 32(6). <https://doi.org/10.1002/cpp.70206>
- Kleszczewska-Albińska, A. (2023). Potential Applications Of Schema Therapy in The treatment Of adolescents With Anorexia Nervosa: A theoretical Analysis. *Postępy Psychiatrii I Neurologii*, 32(4), 215-233. <https://doi.org/10.5114/ppn.2023.135530>
- Kurnali-Ulusoy, E. (2026). A Potential Schema Mode Model of Depression: Findings From a Cross-Sectional Clinical Sample. *Clinical Psychology & Psychotherapy*, 33(1). <https://doi.org/10.1002/cpp.70243>
- Li, E., Luyten, P., & Midgley, N. (2020). Psychological Mediators of the Association Between Childhood Emotional Abuse and Depression: A Systematic Review. *Frontiers in Psychiatry*, 11. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2020.559213>
- Lukáč, J., & Popelková, M. (2020). The Relationship Between Early Maladaptive Schemas and Attachment. *Pomáhajúce Profesie*, 3(1), 5-19. <https://doi.org/10.17846/pp.2020.3.15-19>
- Mahdavi, A., Yaghoobi, A., Rashid, K., & Kordnoghi, R. (2020). Comparison of the Effect of Compassion-based Techniques and Cognitive-Behavioral Schema Therapy Techniques in Reducing Loneliness and Emotion Regulation Difficulties in Runaway Adolescent Girls. *Iranian Evolutionary Educational Psychology Journal*, 2(1), 33-45. <https://doi.org/10.29252/ieepj.2.1.33>
- Maher, A. L., Allen, A., Mason, J., Houlihan, C., Wood, A., & Huckstepp, T. (2022). Exploring the Association Between Early Adaptive Schemas and Self-reported Eating Disorder Symptomatology. *Clinical Psychology & Psychotherapy*, 30(1), 152-165. <https://doi.org/10.1002/cpp.2789>
- Manesh, S. E., Nejad, F. G., Moosivand, M., Zaremohzzabieh, Z., & Kulemarzi, M. J. B. (2024). Structural Pattern of Emotional Schemas With Adolescents' Self-Injury Behavior Based on Mediating Role of Cognitive Emotion Regulation Strategies. <https://doi.org/10.21203/rs.3.rs-4357284/v1>
- May, T., Younan, R., & Pilkington, P. D. (2022). Adolescent Maladaptive Schemas and Childhood Abuse and Neglect: A Systematic Review and Meta-analysis. *Clinical Psychology & Psychotherapy*, 29(4), 1159-1171. <https://doi.org/10.1002/cpp.2712>
- Moghaddasi, M., & Moraveji, M. (2024). Comparison of Early Maladaptive Schemas and Difficulty in Emotion Regulation Among Adolescent Boys and Girls With and Without Marijuana Use. *Jayps*, 5(6), 124-134. <https://doi.org/10.61838/kman.jayps.5.6.14>
- Aasen, J., Nilsson, F., Sørensen, T., & Leonhardt, M. (2024). Social Skills Acquisition in Virtual Reality-Based Interventions for People With Mental Health and Substance Use Disorders: A Qualitative Exploration (Preprint). <https://doi.org/10.2196/preprints.57643>
- Aasen, J., Nilsson, F., Sørensen, T., & Leonhardt, M. (2025). Promoting Sustained Real-Life Benefits of Virtual Reality-Based Interventions in People With Mental Health and Substance Use Disorders: Qualitative Study. *Jmir Formative Research*, 9, e57643-e57643. <https://doi.org/10.2196/57643>
- Aflakian, M., Atashpour, S. H., & Khayatan, F. (2023). Comparison of the Effectiveness of the Schema Therapy Package Based on Psychosocial Issues of Obsessive-Compulsive Patients With Cognitive-Behavioral Therapy on Early Maladaptive Schemas and Anxiety in Patients With Obsessive-Compulsive Disorder. *Jayps*, 4(5), 129-137. <https://doi.org/10.61838/kman.jayps.4.5.12>
- Borges, J. L., & Dell'Aglia, D. D. (2020). Early Maladaptive Schemas as Predictors Symptomatology Among Victims and Non-Victims of Dating Violence. *Contextos Clínicos*, 13(2), 424-450. <https://doi.org/10.4013/ctc.2020.132.04>
- Carreiras, D., Castilho, P., Rijo, D., Salvador, M. d. C., & Carona, C. (2023). Cognitive-behavioural Therapy as a Comprehensive Treatment for Personality Disorders. *Bjpsych Advances*, 30(5), 274-287. <https://doi.org/10.1192/bja.2023.59>
- Celsi, L., Paleari, F. G., & Fincham, F. D. (2021). Adverse Childhood Experiences and Early Maladaptive Schemas as Predictors of Cyber Dating Abuse: An Actor-Partner Interdependence Mediation Model Approach. *Frontiers in psychology*, 12. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.623646>
- Estévez, A., Chávez-Vera, M. D., Momeñe, J., Olave, L., & Díez, I. I. (2021). Role of Attachment and Early Maladaptive Schemas in the Impulsive Behaviour of Adolescents. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 53. <https://doi.org/10.14349/rlp.2021.v53.16>
- Farajl, H., Utar, K., & Boran, N. B. (2022). Investigation of the Relationship Between Early Maladaptive Schemas and Multidimensional Jealousy. *Humanistic Perspective*, 4(2), 265-286. <https://doi.org/10.47793/hp.1076655>
- Iqbal, R., & Anis-ul-Haque, M. (2023). Impact of Parenting Practices and Family Functioning on Psychological Adjustment of Adolescents With ADHD: Role of Early Maladaptive Schemas. *International Journal of Psychology and Cognitive Education*, 2(2), 27-52. <https://doi.org/10.58425/ijpce.v2i2.221>
- jazi, E. R., Torkan, H., & Yousefi, Z. (2024). Comparing the Efficacy of a Specialized Package for Women With Body Dysmorphic Disorder and Schema Therapy on Perfectionism and Maladaptive Schemas in Women With Body Dysmorphic Disorder. *Aftj*, 5(3), 33-45. <https://doi.org/10.61838/kman.aftj.5.3.4>
- Karatoprak, S., Akyıldız, A., Emiral, G. Ö., Emiral, E., & Dönmez, Y. E. (2025). Assessment of Parental Attachment and Early Maladaptive Schemas in Juvenile Boy Offenders

- Zheng, L., & Nguyen-Feng, V. N. (2025). Mixed-Method Examination of Early Maladaptive Schemas and Coping Among Children at a Child Advocacy Center. *Psychological Trauma Theory Research Practice and Policy*, 17(5), 1040-1048. <https://doi.org/10.1037/tra0001751>
- Zhou, Q., Liang, Y., & Liu, X. (2025). Profiles and Transitions of Non-Suicidal Self-Injury With Addictive Features in Adolescents: Predictive Role of Maladaptive Cognitive Schemas. *Journal of Behavioral Addictions*, 14(3), 1468-1480. <https://doi.org/10.1556/2006.2025.00065>
- Olave, L., Momeñe, J., Macía, L., Macía, P., María Dolores del Rocío Chávez, V., Herrero, M., Estévez, A., & Díez, I. I. (2024). Substance Use and Its Relationship With Attachment and Early Maladaptive Schemas in Adolescents in Ecuador. *Developmental Psychobiology*, 66(6). <https://doi.org/10.1002/dev.22532>
- Pilkington, P. D., Bishop, A., & Younan, R. (2020). Adverse Childhood Experiences and Early Maladaptive Schemas in Adulthood: A Systematic Review and Meta-analysis. *Clinical Psychology & Psychotherapy*, 28(3), 569-584. <https://doi.org/10.1002/cpp.2533>
- Rada, C., Neagu, A.-E., Marinescu, V., Rodideal, A. A., & Lunga, R.-A. (2025). The Impact of Childhood Abuse on the Development of Early Maladaptive Schemas and the Expression of Violence in Adolescents. *Behavioral Sciences*, 15(7), 854. <https://doi.org/10.3390/bs15070854>
- Sabzi, N., Bijari, A. F., & Khosravi, Z. (2022). The Effectiveness of Group Schema Therapy-Based Parenting Education of Mothers on Modifying Maladaptive Schemas of the Child and Improving the Quality of the Parent-Child Relationship. *Practice in Clinical Psychology*, 10(1), 33-44. <https://doi.org/10.32598/jpcp.10.1.798.1>
- Shrivastava, O., & Sharma, P. (2022). Influence of Parenting on Maladaptive Schemas and Emotion Regulation in Adolescents Presenting With Self-Injurious Behavior in a Tertiary Care Hospital of North India. *Journal of Indian Association for Child and Adolescent Mental Health*, 18(2), 167-175. <https://doi.org/10.1177/09731342221120714>
- 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>
- Spicer, L., DeCicco, E., Clarke, A., 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. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1436053>
- Tan, H., Zhang, F., Zong, X., Gui, G., Bai, H., Wang, H., Weng, S., & Liu, Z. (2025). Family Functioning and Dysfunctional Attitudes Mediate the Link Between Childhood Maltreatment and Nonsuicidal Self-Injury in Depressed College Students: A Moderated Mediation Model of Anhedonia. *Frontiers in Psychiatry*, 16. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2025.1649915>
- Tsouvelas, G., Laious, R., Chondrokouki, M., Antoniou, X., & Nikolaidis, G. (2025). Aspects of Attachment in Relation to Early Maladaptive Schemas in Children Residing in Child Care Facilities. *Clinical Psychology & Psychotherapy*, 32(3). <https://doi.org/10.1002/cpp.70095>
- Wang, Y., Gao, Y., Liu, J., Bai, R., & Liu, X. (2023). Reciprocal Associations Between Early Maladaptive Schemas and Depression in Adolescence: Long-Term Effects of Childhood Abuse and Neglect. *Child and adolescent psychiatry and mental health*, 17(1). <https://doi.org/10.1186/s13034-023-00682-z>
- Wijk-Herbrink, M. F. v., Lobbestael, J., Bernstein, D. P., Broers, N. J., Roelofs, J., & Arntz, A. (2021). The Influence of Early Maladaptive Schemas on the Causal Links Between Perceived Injustice, Negative Affect, and Aggression. *International Journal of Forensic Mental Health*, 20(2), 133-149. <https://doi.org/10.1080/14999013.2020.1842562>
- Zheng, L., & Nguyen-Feng, V. N. (2024). Mixed-Method Examination of Early Maladaptive Schemas and Coping Among Children at a Child Advocacy Center. <https://doi.org/10.31234/osf.io/w6jcf>