



سهم طرحواره‌های ناسازگار اولیه و اضطراب وجودی در استفاده‌ی مفرط از گوشی تلفن همراه در دانشجویان دانشکده‌ی شیمی دارویی دانشگاه آزاد اسلامی تهران

الهام سالارتاش^۱، فرحناز کیان ارثی^۲

چکیده

نظر به استفاده‌ی مفرط (آسیب‌زا) از گوشی تلفن همراه در جایگاه نوعی اعتیاد رفتاری عصر تجدد و نیز عوارض احتمالی آن، در پژوهش کمی و توصیفی (رابطه‌ای) حاضر با هدف ارزیابی نقش طرحواره‌های ناسازگار اولیه و نیز اضطراب وجودی در پیشبینی این اختلال، نمونه‌ای به حجم نهائی ۳۱۰ نفر از دانشجویان مشغول به تحصیل در نیمسال اول تحصیلی ۹۸-۹۷ در دانشکده‌ی شیمی دارویی- صنایع غذایی و علوم تغذیه‌ی دانشگاه آزاد اسلامی تهران که به روش دردسترس و درپی معارفه‌ی حضوری پژوهشگر، مورد گزینش قرار گرفته بودند در معرض اجرای نسخ فارسی پرسشنامه‌های فرم کوتاه طرحواره‌ی یانگ (YSQ-SF)، اضطراب وجودی گود (EAS) و استفاده‌ی مفرط از گوشی تلفن همراه جنارو و همکاران (COS) که علی‌رغم برخورداری از ماهیتی خودسنجی از روائی و پایائی نسبتاً قابل قبولی برخوردارند، همراه با دو متغیر جمعیت‌شناختی جنسیت و سن قرار گرفتند. نتایج حاصل از تجزیه و تحلیل داده‌ها در نرم‌افزار آماری SPSS 25، در دو بخش توصیفی (با ارزیابی شاخص‌های آماری متداول و پیش‌فرض‌های ضروری، به واسطه‌ی آزمون‌های مناسب مربوطه) و استنباطی، از تأیید سه فرضیه‌ی مورد طرح در این پژوهش، یعنی سهم مستقیم و معنادار طرحواره‌های ناسازگار اولیه (به‌ویژه طرحواره‌ی اطاعت با برخورداری از بیشترین شدت‌تأثیر) و اضطراب وجودی در پیشبینی میزان استفاده از گوشی تلفن همراه، و نیز همبستگی مثبت معنادار میان طرحواره‌های ناسازگار اولیه (به‌ویژه طرحواره‌ی شکست با بالاترین ضریب همبستگی احتسابی) با اضطراب وجودی در سطح اطمینان حداقل ۹۵٪ و عمدتاً با اتکاء به آزمون رگرسیون چندگانه (درپی تأیید پیش‌فرض‌های موردنیاز) حکایت می‌نمایند. در نهایت، پیشنهاداتی چند در باب طرح‌های پژوهشی آتی (در راستای یافته‌های تحقیق حاضر) در اختیار علاقه‌مندان قرار گرفت.

واژگان کلیدی: اضطراب وجودی، اعتیاد به گوشی تلفن همراه، طرحواره‌های ناسازگار اولیه

^۱ دانشجوی دکتری روانشناسی عمومی، گروه روانشناسی، واحد کرج، دانشگاه آزاد اسلامی، کرج، ایران (نویسنده مسئول)

^۲ استادیار و عضو هیئت علمی، دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی، دانشگاه دولتی سمنان، سمنان، ایران



مقدمه

از میان کهن‌ترین اسباب رسانه‌های ارتباطی چون چاپار و تلگراف تا پست، دوربین‌های عکاسی و تصویربرداری، رادیو، تلویزیون، نامه‌ی الکترونیکی، اینترنت و شبکه‌های اجتماعی موجود در آن، لپ‌تاپ، تبلت، و حتی بازی‌های رایانه‌ای (در جایگاه تولیداتی متعلق به حوزه‌ی تفنن و سرگرمی)، شاید بتوان نسل‌های اخیر گوشی‌های تلفن همراه را امروزه ابزاری جادویی با کارکردهای گوناگون، و قابلیت نصب بی‌شمار برنامه و نرم‌افزار به صورت فشرده، جامع، کاربردی، در دسترس، و با امتیاز اختصاصی امکان جابه‌جائی و حمل و نقل سهل و آسان قلمداد نمود، که حتی به گواه مشاهدات و تجربیات روزانه، ندرتا افرادی از هر قشر، از مالکیت و استفاده از این کالا بی‌بهره مانده‌اند.

هرچند این محصول کارآمد مدرن، بسیاری از نقاط ضعف اقوام ابتدائی و میانی خود، من جمله کندی عملکرد و یا فضای اشغالی حجیم را پشت سر گذارده، اما همچنان به‌مانند دیگر اجزاء دست‌ساخت آدمی یا طبیعی جهان، بطور تمام‌وکمال از عوارض منفی فارغ نگردیده و در میانه‌ی طیفی خاکستری و مرکب از ویژگی‌های سازنده و آسیب‌زا، همزمان، در نوسان است؛ از امواج الکترومغناطیس ساطع از آن، که بهزیستی جسم را در معرض خطرات احتمالی فزاینده قرار می‌دهد، گرفته تا امکان خوگیری/اعتیاد که دست کم یکی از اختلالات روانشناختی به رسمیت شناخته و ثبت شده‌ی مرتبط با گوشی تلفن همراه است. در حالیکه شاید بتوان عواقب فیزیولوژیکی (همچون آسیب به بینائی) را به‌ظاهر، قابل پیشبینی‌ترین پیامدهای ثانویه‌ی حاصل از اختلال مذکور به شمار آورد، امروزه با به میان آوردن پدیده‌ای نوظهور تحت عنوان فوبینگ^۳ که داگلاس^۴ و چوتپیتایاسونون^۵ (۲۰۱۷) از میان تعاریف گوناگون، آن را بعنوان شیوه‌ی نوینی از معاشرت توصیف می‌نمایند که در آن افراد به جای گفتگو با یکدیگر در یک ترکیب اجتماعی، با تمرکز بر گوشی تلفن همراه خود، دیگری/دیگران را نادیده می‌گیرند، و نیز شواهد پژوهشی مبتنی بر آن، خبر از آسیب‌های هرچه جدی‌تر و جبران‌ناپذیرتر در روابط بین‌فردی و شغلی بعنوان پیامدهای ثانویه‌ی این اعتیاد به گوش می‌رسد. بعنوان مثال، ونگ^۶، خسی^۷، ونگ، ونگ، و لی^۸ (۲۰۱۷) در پژوهشی به نام «فوبینگ شریک عاطفی و افسردگی در میان بزرگسالان متاهل چینی: نقش رضایتمندی نسبت به رابطه و طول رابطه» از تاثیر منفی فوبینگ شریک عاطفی بر میزان رضایتمندی از رابطه، و تاثیر مستقیم نارضایتی از رابطه بر افسردگی خبر می‌دهند؛ به عبارتی، فوبینگ شریک عاطفی، به واسطه‌ی میزان رضایتمندی از رابطه، تاثیر مثبت و مستقیمی بر افسردگی، و البته تنها در متاهلین مورد آزمایش در این تحقیق که بیش از هفت سال از زندگی مشترکشان می‌گذشت، می‌گذارد. رابرتس و دیوید^۹ (۲۰۱۷) نیز در تحقیقی دیگر تحت عنوان «تلفنت را زمین‌بگذار و به من گوش‌بده: چگونه فوبینگ کارفرما شرایط روانشناختی ضروری برای همکاری کارکنان را تضعیف می‌نماید» توافق نظری قدرتمندی را بر سر تاثیر غیرمستقیم فوبینگ کارفرما بر کاهش مشارکت کارکنان و تضعیف خروجی عملکرد شغلی آنان گزارش نموده، وضع خط مشی‌های حقوقی در ارتباط با گوشی‌های تلفن همراه هوشمند را پیشنهاد می‌نمایند.

در همین راستا، در حالیکه دیوی^{۱۰} و همکاران (۲۰۱۸) طی پژوهشی، مهم‌ترین پیشبین‌های ابتلاء به این پدیده‌ی نوپا، یعنی فوبینگ، را به ترتیب، اعتیاد به گوشی تلفن همراه هوشمند، ترس از دست دادن/جاماندن، و فقدان خویشتنداری^{۱۱} معرفی می‌نمایند، گوتیرز، فونسکا، و روبیو^{۱۲} (۲۰۱۶) در یک تحقیق، عوامل مرتبط با جنبه‌ی مشکل‌آفرین استفاده از گوشی تلفن همراه را به متغیرهای شخصیتی از قبیل برونگرائی، روان‌رنجور خوئی، عزت‌نفس، تکانشگری، هویت خویشتن، و ماهیت تصویر از خود منتسب دانسته، از همزیستی میان استفاده‌ی مشکل‌ساز از گوشی تلفن همراه با مصرف مواد از قبیل دخانیات و الکل نیز خبر می‌دهند.

³ phubbing

⁴ Douglas

⁵ Chotpitayasunondh

⁶ Wang

⁷ Xie

⁸ Lei

⁹ Roberts & David

¹⁰ Davey

¹¹ self-control

¹² Gutiérrez, Fonseca, and Rubio



حال، با توجه به اینکه اختلال اعتیاد به گوشی تلفن همراه نیز بی تردید مانند سایر امراض روانشناختی پیچیده، خود، عارضه‌ی اسباب و علل پیدا و پنهان بی‌شماری، از توارث و ویژگی‌های منحصر به فرد شخصیتی گرفته تا عوامل محیطی و اجتماعی (و یا ترکیبی از تعامل هر دو زمینه‌های درون فردی و برون فردی) بوده، شناسایی هریک از آنان پیش شرط چاره‌اندیشی در جهت رفع و رجوع این معضل می‌باشد، آزمون سهم احتمالی دو متغیر روانشناختی طرحواره‌های ناسازگار اولیه^{۱۳} و اضطراب وجودی^{۱۴} (که ذیلاً شرح مختصری از هریک ارائه می‌گردد) در پیش‌بینی میزان استفاده از گوشی تلفن همراه، بطور ویژه زمینه‌ی شکلگیری پژوهش حاضر را فراهم آورد.

• طرحواره‌های ناسازگار اولیه

طرحواره‌های ناسازگار اولیه بر اساس توصیف یانگ، کلووسکو، و ویشار^{۱۵} (۲۰۱۲) الگوها یا درون‌مایه‌هایی عمیق، فراگیر و به شدت ناکارآمد^{۱۶} درباره‌ی خود و رابطه با دیگران، و متشکل از خاطرات، هیجانات، شناخت‌واره‌ها و احساسات بدنی شکل گرفته در دوران کودکی یا نوجوانی در ذهن بوده، که در بزرگسالی با درک و پردازش (ناخودآگاه) رویدادهای فعلی زندگی به مثابه‌ی تجربیات آسیب‌زای کودکی توسط فرد برانگیخته و تکرار می‌گردند. این سه، تداوم طرحواره‌های ناسازگار اولیه علی‌رغم آگاهی فرد از درد و رنج حاصل از آن را، که به نوعی تناقض آلوده است، به تمایل به «هماهنگی شناختی»^{۱۷} در انسان منتسب دانسته، که جذب فرد به وقایع و روابطی همخوان با طرحواره‌های مزبور و تأیید ماهیت آن‌ها را منجر می‌گردد.

بعلاوه، طرحواره‌های ناسازگار اولیه که با توجه به باور یانگ، کلووسکو، و ویشار (۲۰۱۲) محصول ناکامی در ارضاء پنج نیاز هیجانی اساسی و جهان‌شمول آدمی در دوران کودکی (به هر دلیل، از جمله تعامل خلق و خوی هیجانی^{۱۸} و فطری کودک با ویژگی‌های محیطی زندگی و تجارب اولیه‌ی زندگی) می‌باشند، در پنج حوزه‌ی^{۱۹} بریدگی^{۲۰} و طرد^{۲۱}، خودگردانی و عملکرد مختل^{۲۲}، محدودیت‌های مختل^{۲۳}، دیگرجهت‌مندی^{۲۴}، گوش‌به‌زنگی بیش از حد، و بازداری^{۲۵} و به هجده عدد (اعم از شرطی^{۲۶} و غیرشرطی^{۲۷}) تقسیم می‌گردند. همچنین این سه، با ارجاع به تجربیات [بالینی] خویش، طرحواره‌های ناسازگار اولیه را، که حالت ابعادی^{۲۸} داشته، «شدت» و «گستره‌ی فعالیت» هریک از آنان «در ذهن» با دیگری متفاوت است، با وجود احتمال برداشت اولیه‌ی نادرست فرد، اغلب بازتاب نسبتاً دقیقی از محیط زندگی ابتدائی وی دانسته که رفتار فرد را نیز، به‌مانند تفکر، احساس و نحوه‌ی برقراری ارتباط وی با سایرین تحت تاثیر قرار می‌دهد؛ بدین معنا که رفتاری اخلاص‌گر، بی‌آنکه بخشی از طرحواره‌ی معیوب اولیه به حساب آید، در پاسخی ناسازگارانه در مقابله با آن به شمار می‌رود. همچنین شایان ذکر است یانگ، کلووسکو، و ویشار (۲۰۱۲) طرحواره‌های ناسازگار اولیه را اغلب زیربنای نشانه‌های مزمن اختلالات محور I، از جمله سوء مصرف مواد^{۲۹} اعلام می‌دارند. علاوه بر پیشینه‌ی پژوهشی ارائه‌شده توسط یانگ، کلووسکو، و ویشار (۲۰۱۲) در راستای تأیید وجود همبستگی میان طرحواره‌های ناسازگار اولیه با برخی اختلالات موجود در DSM^{۳۰} (اعم از محور I و یا II)، تحقیقاتی دیگر نیز از شیوع بیشتر بعضی حوزه‌های مزبور به تفکیک اختلالات (حتی متعلق به یک طبقه) و نیز جنسیت خبر می‌دهند؛ بعنوان مثال، شوری، استوارت، و اندرسون

¹³ early maladaptive schemas

¹⁴ existential anxiety

¹⁵ Young, Klosko, and Weishaar

¹⁶ dysfunctional

¹⁷ cognitive consistency

¹⁸ emotional temperament

¹⁹ domain

²⁰ disconnection

²¹ rejection

²² impaired autonomy and performance

²³ impaired limits

²⁴ other-directedness

²⁵ overvigilance and inhibition

²⁶ conditional

²⁷ unconditional

²⁸ dimensional

²⁹ drug abuse

³⁰ the Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders



^{۳۱} (۲۰۱۳) علی رغم محدودیت های موجود در اجرای طرح تحقیقاتی خود (مانند فقدان اندازه گیری شدت اعتیاد، و یا اندازه اثر کم رو به متوسط) در پژوهشی اکتشافی بر روی ۴۲۰ زن (با ویژگی های جمعیت شناختی متفاوت) در جنوب شرقی آمریکا که بیش از نیمی از آنان به اعتیاد به الکل و کمتر از ۵۰٪ آنان به اعتیاد به مواد افیونی مبتلاء، و در گروه های دوازده قدم در حال دریافت درمان بودند، نمره ی دو طرحواره ی تنبیه و وابستگی/بی کفایتی در زنان معتاد به مواد افیونی را بطرز معناداری نسبت به زنان معتاد به الکل، بالاتر گزارش نموده اند.

گربت و اولیویه ^{۳۲} (۲۰۱۸) نیز در پژوهشی، از فعالیت معنادار طرحواره ی خویشتنداری/خودانضباطی ناکافی در نیم رخ غیر شیفته ^{۳۳} نسبت به نیم رخ شیفته ^{۳۴} از معتادین به کار، که در توصیف ارائه شده توسط اسپنس و رابینز ^{۳۵} (۱۹۹۲) هریک به ترتیب در طبقات وسواس و اعتیادی (علی رغم وجوه اشتراک میان خود) جای می گیرند، خبر می دهند.

یانگ، کلسکو، و ویشار (۲۰۱۲) با استناد به پژوهش های انجام پذیرفته و نیز نتایج جمع بندی شده توسط لدو ^{۳۶} (۱۹۹۶) در حوزه ی هیجان و بیولوژی مغز، شکلگیری خاطرات ناهشیار به واسطه ی مکانیسم های شرطی شدن ترس، بازنمایی خودکار و سریع تصویری خام و ابتدائی از رویدادهای اطراف و بدون اطلاع از جزئیات مربوطه، و پاسخ های بدنی حاصل از آن توسط سیستم آمیگدال (که به لحاظ تکاملی از ارزش بقائی برخوردار است)، همزمان و به موازات شکلگیری خاطرات هشیار به واسطه ی سیستم مرتبط با هیپوکامپ و نیز انعطاف در پردازش شناختی در جهت فرونشانی و بازداری برانگیختگی توسط نواحی قشر مغز (که نهایتاً و متقابلاً، داده های متفاوتی را درباره ی رویداد آسیب زای مورد تجربه به ثبت می رسانند) را تبیین گر احتمالی سازوکار شکلگیری طرحواره ها معرفی می نمایند.

بدین ترتیب، از تحلیل سازوکارهای فوق چنین برمی آید که فرد در طی رویارویی با محرک هائی همجنس با همان ها که در حادثه ای آسیب زا در کودکی خود تجربه نموده، آمادگی پاسخ های بدنی را بعنوان برون داد فرآیند طی شده در آمیگدال (خاطرات هیجانی)، و یادآوری خاطرات به صورت هشیار را بعنوان برون داد فرآیند سپری شده در سیستم هیپوکامپ (خاطرات شناختی)، مورد بازیابی قرار خواهد داد. بی دلیل نیست تشکیل بسیاری طرحواره ها حتی در مراحل پیش کلامی سیر تحولی در کودک اتفاق می افتد و خاطرات، هیجانات و احساسات بدنی بدون هیچ تمایزی، در ذهن ذخیره می گردند.

در ادامه، توجه به دو عملیات ^{۳۷} عمده ی مرتبط با طرحواره های ناسازگار اولیه، یعنی تداوم ^{۳۸} در مقابل بهبود ^{۳۹} ضروری می نماید؛ تقویت و تثبیت وضعیت موجود طرحواره ی ناسازگار اولیه به واسطه ی هر آنچه اعم از فکر، احساس و یا رفتار (یا به عبارتی، تمام پیشگویی های خود کامبخش ^{۴۰}) فرد، «تداوم» نام گرفته، که در پی سه سازوکار بنیادین از جمله سبک ها و پاسخ های مقابله ای ناسازگار قوام می یابد. بطور کلی، تمام روش ها و راهکارهائی (اعم از شناختی، هیجانی و رفتاری) که در اوان زندگی فرد و خارج از حوزه ی آگاهی وی به منظور پرهیز از تجربه ی درماندگی و هیجان های ناخوشایند شدید خلق می گردد را سبک مقابله ای ^{۴۱} (شامل تسلیم ^{۴۲}، اجتناب ^{۴۳} و جبران افراطی ^{۴۴})، و بطور اخص، تمام راهبردهای موجود در خزانه ی رفتاری ^{۴۵} وی که در یک

³¹ Shorey, Stuart, and Anderson

³² Olivier

³³ non-enthusiast

³⁴ enthusiast

³⁵ Spence & Robbins

³⁶ LeDoux

³⁷ operation

لازم به توضیح است در ترجمه ی اصلی متن، واژه ی عملکرد در جایگاه معادل فارسی برای عبارت مزبور، مورد انتخاب حمیدپور و اندوز (۱۳۹۶) قرار گرفته؛ اما با توجه به اختلاف موجود در جزئیات و خصیصه های دو واژه ی عملکرد و عملیات (که در واقع، تجلی عملکرد به شمار می رود)، ترجیح پژوهشگر بر ابقاء واژه ی عملکرد در جایگاه معادل فارسی function، و عملیات در جایگاه معادلی مناسب تر برای عبارت operations می باشد.

³⁸ perpetuation

³⁹ healing

⁴⁰ self-fulfilling prophecies

⁴¹ coping style

⁴² surrender

⁴³ avoidance

⁴⁴ overcompensation

⁴⁵ behavioral repertoire



لحظه‌ی خاص و گذرا و از روی عادت در برابر تهدید از فرد بروزمی‌نماید را پاسخ مقابله‌ای گویند. در واقع، سبک مقابله‌ای (بعنوان یک صفت^{۴۶}) از طریق پاسخ مقابله‌ای (بعنوان یک حالت^{۴۷}) آشکار و متجلی می‌گردد، که البته به دلیل طیف‌های رفتاری متفاوت و حتی متضادی که افراد در مواجهه با رویدادهای مختلف زندگی و در مقابله با طرحواره‌های یکسان پیش می‌گیرند، و با در نظر گرفتن فقدان احتمالی ثبات این رفتارها در طول زمان (درست برخلاف طرحواره‌ها)، سبک‌ها و یا پاسخ‌های مقابله‌ای، نه تنها مولفه‌ی ذاتی طرحواره‌های ناسازگار اولیه محسوب نگشته، که عاملی مستقل در جهت تداوم آن‌ها به شمار می‌روند که هرچند در کودکی، کارکردی انطباقی داشته و ممکن است موقتا در تسکین حال فرد مشارکت نماید، در بزرگسالی، ناسازگار تلقی شده، در بهبود نهائی طرحواره نقشی ایفاء نخواهند نمود.

در حالیکه برخی طرحواره‌ها یا عملیات طرحواره (از جمله پاسخ‌های مقابله‌ای) در هنگام وقوع رویدادهای زندگی، خاموش می‌مانند، سایر طرحواره‌ها در همان لحظه فعال گردیده، بر حالات خلقی و رفتارهای فرد قویا تأثیری گذارند؛ وضعیتی که یانگ، کلسکو، و ویشار (۲۰۱۲) آن را ذهنیت‌های طرحواره‌ای نامیده‌اند. بطور دقیق‌تر ذهنیت‌های طرحواره‌ای، حالات هیجانی و پاسخ‌های مقابله‌ای (اعم از سازگار یا ناسازگار) اند که در موقعیت‌هایی که فرد از حساسیت بالائی نسبت به آن‌ها برخوردار است (گره‌های هیجانی^{۴۸}) برانگیخته، و در آن لحظه در سیستم پردازش اطلاعات وی فعال شده، برای مدت اندکی بر ذهن فرد غالب می‌گردند. هر ذهنیت طرحواره‌ای غالباً به ذهنیتی دیگر برگردان^{۴۹} می‌شود؛ بدین معنای که پاسخ‌هایی که پیشتر نافع بوده‌اند فعال می‌گردند. بدین ترتیب ممکن است هریک از ما لحظه‌به‌لحظه این ذهنیت‌ها را تجربه‌نمائیم که در مجموع، ده نوع مختلف را در چهار گروه اصلی ذهنیت کودکانه^{۵۰}، ذهنیت مقابله‌ای ناکارآمد^{۵۱}، ذهنیت والد ناکارآمد^{۵۲} و ذهنیت بزرگسال سالم^{۵۳} در برمی‌گیرند.

• اضطراب وجودی

برخلاف طرحواره‌های ناسازگار اولیه، اضطراب وجودی نه خصیصه‌ای ابتدائی مرضی، بلکه متغیری هستی‌شناسانه^{۵۴}، فرافردی و واجد عمومیت در خلقت نوع انسان تعبیر می‌گردد؛ رنجی برگرفته از احساس ناامیدی، بیگانگی، و خلاء [مسلّمات هستی] (گود و گود، ۱۹۷۴؛ نقل از نورعلیزاده میانجی و جان‌بزرگی، ۱۳۸۹، ص. ۳۸). چنانچه ون بروگخن، وُس، وسترفوف، بوهلمایر، و گلس^{۵۵} (۲۰۱۵) نیز با اشاره به ریشه‌ی فلسفی اضطراب وجودی، توجه و علاقه‌ی بسیاری روانشناسان و روانپزشکان به این متغیر را در کنار اندیشمندانی چون سورن کی‌یرکگور^{۵۶} و مارتین هایدگر^{۵۷} یادآور گردیده، آن را بطور کلی، «دلواپسی‌های غائی^{۵۸}» و تشکیل‌دهنده‌ی ماهیت اصیل زندگی که در برگیرنده‌ی خصائصی از قبیل تنهائی بنیادین^{۵۹} و فقدان قطعیت^{۶۰} می‌باشند معرفی می‌نمایند، و با استناد به پیشینه‌ی پژوهشی دردسترس، از توانائی مردمان در مدیریت این دلواپسی‌ها در شرایط طبیعی و بهنجار خبر می‌دهند؛ هرچند، همزمان به نقل از فوکس^{۶۱} (۲۰۱۳)، کاهش قابلیت سازگاری با آن‌ها را در مواجهه با رویدادهای بحران‌زا، و نتیجتاً قرار گرفتن در معرض آشفتگی‌های هستی‌شناختی گوشزد نموده، از اهمیت این متغیر در ابعاد و از جهات گوناگون خبر داده، شناخت آن را در درک رفتار انسان، شیوه‌ی مدیریت اضطرابات اولیه و اساسی توسط جوامع، و نیز فهم آسیب‌شناسی روانی موثر و نقش‌آفرین قلمداد می‌نمایند.

⁴⁶ trait

⁴⁷ state

⁴⁸ emotional buttons

⁴⁹ switch

⁵⁰ child mode

⁵¹ dysfunctional coping mode

⁵² dysfunctional parent mode

⁵³ healthy adult mode

⁵⁴ existential

⁵⁵ Van Bruggen, Vos, Westerhof, Bohlmeijer, and Glas

⁵⁶ kierkegaard

⁵⁷ Heidegger

⁵⁸ ultimate concerns

⁵⁹ fundamental loneliness

⁶⁰ lack of certainty

⁶¹ Fuchs



بعلاوه، ون بروگخن و همکاران (۲۰۱۵) در میان مدل‌های متعدد اگزیزتانسیال موجود در دهه‌های گذشته، با اتکاء به الگوهای تیلیچ^{۶۲}، اروین دیوید یالوم^{۶۳}، گلس، و تی.ام. تی.^{۶۴} که هر یک بین چهار تا هفت زمینه‌ی دلواپسی را شامل می‌گردند، موضوعات مشترک و متفاوت مورد نظر آنان را مورد بررسی قرار می‌دهند؛ هرچند، پژوهش حاضر مشخصاً بر بررسی و ارزیابی چهار دلواپسی غائی موجود در مدل یالوم شامل مرگ^{۶۵}، آزادی^{۶۶}، تنهائی (انزواء)^{۶۷} و پوچی (بی‌معنائی)^{۶۸} متمرکز می‌باشد. یالوم (۱۹۸۰) شواهد را حاکی از پویائی و پویانگری رویکرد وجودی می‌داند؛ بدین معنای که ماهیت عمومی و کلی آن نسبت به ساختار روانپویه‌شناسی^{۶۹} (که طرح آن نخستین بار توسط زیگموند فروید^{۷۰} بنیان نهاده شد) وفادار، اما از درونمایه و محتویاتی متفاوت برخوردار است (دلواپسی غائی ← اضطراب ← سازوکار دفاعی). وی برخی شاخص‌های توصیفی و نیز تظاهرات بالینی منتسب به موضوعات وجودی موجود در الگوی نظری خود را چنین عنوان می‌نماید:

• مرگ:

بخشی جدائی‌ناپذیر از زندگی؛ اضطرابی ازلی، و برانگیزاننده‌ی سازوکارهای دفاعی از جمله باور به گزندناپذیری / استثناء بودن^{۷۱} و/یا دریافت پشتیبانی ابدی از سوی نجات‌دهنده‌ی غائی^{۷۲} که در قالب برخی تظاهرات بالینی چون پرخاشجوئی و کنترل^{۷۳}، قهرمانی‌گری اجباری^{۷۴}، اعتیاد به کار، و خودشیفتگی^{۷۵} نمودمی‌یابد.

• آزادی:

که در پی آگاهی فرد از قدرت خویش در خلق و آفرینش (هرچند نسبی^{۷۶}) سرنوشت خود ظهورمی‌یابد و بالتبع، پذیرش مسوولیت^{۷۷} آرزوها و اعمال وی را به‌همراه خواهدداشت؛ مقوله‌ای که عدم مواجهه با آن در جایگاه یکی از مسلمات هستی، در قالب برخی تظاهرات بالینی همچون تکانه‌گری^{۷۸} و اجباری‌گری^{۷۹} نمودمی‌یابد.

• تنهائی:

اندوهی بنیادین برگرفته از بی‌پناهی انسان در برابر بی‌رحمی و بی‌تفاوتی عظیم جهانی (و برخوردار از وجوه افتراق و اشتراک با سایر انواع تنهائی از جمله درون‌فردی و بین‌فردی) که سازوکارهای خروج از آن غالباً دربرگیرنده‌ی ماهیتی ارتباطی و بالتبع، قابلیت شکلدهی نابهنجاری‌های بین‌فردی خواهدبود که در قالب برخی تظاهرات بالینی همچون مازوخیسم، سادیسیم، و روابط جنسی بی‌اختیار (وسواس جبری) نمودپیدامی‌نماید.

• پوچی:

وضعیتی برآمده از پی به چالش کشیدن ارزش، اصالت و فلسفه‌ی اهداف فرد در زندگی و تمام آنچه وی در طول عمر خود انجام‌داده یا به تعبیری، معنای این جهانی^{۸۰}، و/یا معنای کیهانی^{۸۱} (با محوریت انسجام با هستی) که در قالب انواع نمودهای روان‌نژندی متظاهر می‌گردد.

⁶² Tillich

⁶³ Yalom

⁶⁴ TMT

⁶⁵ death

⁶⁶ freedom

⁶⁷ isolation

⁶⁸ meaninglessness

⁶⁹ psychodynamics

⁷⁰ Freud

⁷¹ specialness

⁷² the ultimate rescuer

⁷³ aggression and control

⁷⁴ compulsive heroism

⁷⁵ narcissism

^{۷۶} برگرفته از نظریه‌ی جبرگرانی دوسویه‌ی بندورا (Bandura) که یالوم به‌نوعی محتوای آن را پاسخی به مناقشه‌ی تاریخی جبر و اختیار می‌داند.

⁷⁷ responsibility

⁷⁸ impulsivity

⁷⁹ compulsivity

⁸⁰ terrestrial meaning

⁸¹ cosmic meaning



• استفاده‌ی مفرط (آسیب‌زا) از گوشی تلفن همراه

اختلالات ایذائی، کنترل تکانه، و سلوک^{۸۲} یکی از ۲۰ طبقه‌ی به ثبت رسیده از اختلالات اصلی روانی موجود در پنجمین نسخه‌ی راهنمای تشخیصی و آماری اختلالات روانی (DSM-V) بوده که خود، زیرطبقه‌ای تحت عنوان سایر اختلالات مشخص و نامشخص^{۸۳} را دربرمی‌گیرد؛ اعتیاد به گوشی تلفن همراه [استفاده‌ی مفرط (آسیب‌زا) از گوشی تلفن همراه] یکی از مصادیق نامبرده در این زیرطبقه‌ی اختلالی، و متعلق به آن می‌باشد.

ویژگی‌های شاخص ابتلاء به اختلال کنترل تکانه بطور اخص، ناتوانی مقاومت در برابر یک تکانه، سائق، میل یا برانگیختگی شدید و فزاینده جهت انجام عملی خاص که به‌وضوح برای خود بیمار و/یا دیگران، خطرساز و آسیب‌رسان بوده، لکن فرد تا به انجام رساندن آن معمولاً احساس ایجاد تنش نموده، بعضاً حتی از فکر انجام عمل قریب‌القوع مزبور لذت می‌برد (لذت انتظاری / لذت پیشبینی^{۸۴}) و در پی انجام آن به‌صورت بلافصل، احساس خرسندی و سبکباری می‌نماید، ذکر شده‌است. هرچند، احساس پشیمانی و گناه، و سرزنش خویش در پی مناقشات ناخودآگاه درونی و نیز ترس از تاثیر منفی عمل فرد بر سایرین (که قادر است به مخفی‌کاری وی منجرشود) نیز دیگر معیار مورد نظر در باب تشخیص این اختلال می‌باشد.

هرچند، مبتلایان به اختلالات موجود در زیرطبقه‌ی سایر اختلالات مشخص و نامشخص از این طبقه، با وجود دشواری در مهار تکانه، همچنان معیارهای ضروری جهت تشخیص‌گذاری این اختلال را به‌صورت تمام‌وکمال برآورده‌نمی‌سازند. به‌علاوه، برخی از اختلالات جایگرفته در این زیرطبقه، بطور ظریفی در مرز بین اختلالات اجباری^{۸۵} و تکانشی قرار می‌گیرند با این تفاوت که تکانه، حالت یا وضعیت تشنی است که می‌تواند بدون «عمل» حضور داشته باشد، اما اجبار، همواره عنصر «عمل» را همراه خود دارد، و اجرای آن نیز الزاماً خطری پیش‌رو قرار نمی‌دهد.

همچنین، شاید بتوان گفت همپوشانی معیارهای مطرحه در DSM-V جهت تشخیص‌گذاری اختلالات اعتیادی^{۸۶}، یعنی پیوستگی یا تناوب و تکرار مکرر میل و برانگیختگی مقاومت‌ناپذیر در برابر لذتی اجتناب‌ناپذیر و فراگیر که پرهیز از فرارگرفتن در معرض وضعیتی آزاردهنده را تسهیل می‌نماید، با الگوهای رفتاری استفاده‌ی مفرط (آسیب‌زا) از گوشی تلفن همراه، انتساب عنوان «اعتیاد» و یا در تعبیری دقیق‌تر، «اعتیاد رفتاری» (خنارو، فلورس^{۸۷}، گومز-ولا^{۸۸}، گونزالس-خیل^{۸۹}، و کابالو^{۹۰}، ۲۰۰۷) به این اختلال را رسماً زمینه‌سازی نموده‌است.

گوتیرز، فونسکا، و روبیو (۲۰۱۶) در پژوهشی تحت عنوان «مروری بر اعتیاد به گوشی تلفن همراه» به تحلیل مفهوم، شیوع، روش‌شناسی پژوهشی، خصیصه‌های روانشناختی، و هم‌آیندی‌های روانپزشکی مرتبط با اعتیاد به گوشی تلفن همراه، و نیز سیر تکاملی مطالعات در این حوزه، از نگرشی کلی نسبت به گوشی تلفن همراه بعنوان یک ابزار گرفته تا تحلیل آن به‌واسطه‌ی کاربرد و محتوا می‌پردازند. این پژوهش، همچنین، به توافق موجود بر سر وجود اعتیاد به گوشی تلفن همراه، علی‌رغم تنوع قابل توجه در میان معیارهای مورد نظر محققان و رویکردهای روش‌شناختی، و نیز فقدان محدودیت در ارائه‌ی مفهومی مشخص که به نشر داده‌های رایج و متداول منتج‌گردیده، اشاره کرده، خاطرنشان می‌سازد اعتیاد به گوشی تلفن همراه با ارائه‌ی نیم‌رخ‌ی متفاوت از کاربران، نسبت به اعتیاد به اینترنت با فاصله قرار می‌گیرد. همچنین، ضمن یادآوری شواهد ناکافی مبنی بر تاثیر سطح فرهنگی و وضعیت اجتماعی-اقتصادی و نیز فقدان مطالعات کافی در زمینه‌ی تفاوت‌های بین فرهنگی و جغرافیائی، بیشترین الگوی سوءمصرف گوشی تلفن همراه را در میان جوانان، و در درجه‌ی اول در میان جنس مونث، اعلام‌داشته، عوامل مرتبط با جنبه‌ی مشکل‌آفرین استفاده از گوشی تلفن همراه را به متغیرهای شخصیتی از قبیل برونگرائی، روان‌رنجور خوئی، عزت نفس، تکانشگری،

⁸² disruptive, impulse-control, and conduct disorders

⁸³ other specified and unspecified disorders

⁸⁴ anticipatory pleasure

⁸⁵ compulsive disorders

⁸⁶ addictive disorders

⁸⁷ Flores

⁸⁸ Go'mez-Vela

⁸⁹ Gonza'lez-Gil

⁹⁰ Caballo



هویت خویشتن، و ماهیت تصویر از خود نسبت می‌دهد. به‌علاوه، از اختلال خواب، اضطراب، فشار روانی، و به میزان کم‌تر، افسردگی بعنوان پیامدهای مشترک میان استفاده‌ی مشکل‌آفرین از گوشی تلفن همراه و سوء‌مصرف اینترنت یاد می‌نماید. همزیستی میان استفاده‌ی مشکل‌ساز از گوشی تلفن همراه با مصرف مواد از قبیل دخانیات و الکل نیز از دیگر موضوعات مورد بحث در این تحقیق می‌باشد.

• دیگر پژوهش‌های مرتبط داخلی و خارجی

چنانچه به نظر می‌رسد، تا کنون پژوهشی مبنی بر بررسی ارتباط میان طرحواره‌های ناسازگار اولیه و نیز اضطراب وجودی با شکلگیری این اختلال انجام‌نیذیرفته؛ هرچند، تعدادی چند از تحقیقات داخلی و خارجی صورت‌گرفته در زمینه‌ی ارتباط میان دو متغیر پیشبین مورد تمرکز در این پژوهش با برخی اختلالات متعلق به طبقات اعتیادی، اجباری، و ایدائی، کنترل‌تکانه، و سلوک که پیشتر نیز مختصراً برخی از آنان مورد اشاره واقع گردیدند و به نظر می‌رسد در مجموع و بطور متوسط، از وجود همبستگی مثبت میان آن‌ها خبر می‌دهند ذیلاً به بحث گزاردده خواهند شد:

مرور پیشینه‌ی تحقیقاتی مربوط به متغیرهای روانشناختی موثر بر شکلگیری، تقویت و یا تداوم اختلالاتی چند از سه طبقه‌ی اختلالات تکانه، اختلالات اجباری، و اختلالات اعتیادی، که چنانچه پیشتر نیز مورد اشاره قرار گرفت معیارهای تشخیصی مشترکی را دربرمی‌گیرند، از همبستگی مثبت آنان با طرحواره‌های ناسازگار اولیه خبر می‌دهد.

بعنوان مثال، رضوی، سلطانی‌نژاد، و رفیعی (۱۳۹۱)، قاسمی (۱۳۸۹)، و گریب، دَرَدَر، و بریت^{۹۱} (۲۰۱۴) در سه پژوهش مستقل، بطور کلی از همبستگی نمرات بالا و معنادار طرحواره‌های ناسازگار اولیه با تعیین شدت و نوع اعتیاد (به انواع مواد مخدر) خبر می‌دهند.

زارعی محمودآبادی و جمالی پاقلعه (۱۳۹۵)، و بهشتیان (۱۳۹۲) نیز در دو پژوهش از نوع متمایز و در نمونه‌های متفاوت، از رابطه‌ی معناداری میان طرحواره‌های ناسازگار اولیه و اعتیاد به اینترنت حکایت می‌نمایند. همچنین، دو پژوهش جداگانه‌ی انجام‌شده توسط یوسفی (۱۳۹۳)، و آتالای^{۹۲}، و آتالای^{۹۳}، کاراهان^{۹۴}، و چالیسکان^{۹۴} (۲۰۰۸) حاکی از همبستگی مستقیم نمرات طرحواره‌های ناسازگار اولیه با حضور نشانگان اختلال وسواس اجباری می‌باشند.

پژوهشی تحت عنوان «اضطراب وجودی در دریافت‌کنندگان XR-NTX برای اولین بار جهت سمزدائی مواد (شبه‌افیونی)»، صورت‌گرفته توسط اوفیم^{۹۵} و همکاران (۲۰۱۵)، مبین نوعی همبستگی میان اضطراب وجودی و مصرف مواد شبه‌افیونی می‌باشد. به‌علاوه، رهبر کرباسدهی، ابوالقاسمی، و رهبر کرباسدهی (۱۳۹۶) طی پژوهشی با عنوان «تاثیر طرحواره‌درمانی در کنار توانبخشی بر تنظیم شناختی هیجان و اضطراب وجودی در بیماران مبتلاء به نارسائی احتقانی قلب» اثربخشی طرحواره‌درمانی بر کاهش اضطراب وجودی را در نمونه‌ی موردنظر گزارش می‌دهند.

بخشی بوجد و نیک‌منش (۱۳۹۲) در پژوهشی تحت عنوان «نقش طرحواره‌های ناسازگار اولیه در قابلیت [ابتلاء] به اعتیاد در جوانان» علاوه بر وجود همبستگی مثبت معنادار، نقش طرحواره‌های ناسازگار اولیه بالاخص سه طرحواره‌ی بریدگی و طرد، خودگردانی و عملکرد مختل، و دیگرجهت‌مندی را در پیشبینی قابلیت ابتلاء به اعتیاد، تأییدشده گزارش نموده‌اند.

نظر به پیشینه‌ی پژوهشی و مبانی نظری فوق‌الذکر، هدف از طرح و اجرای پژوهش حاضر، آزمون فرضیات ذیل بوده‌است:

(۱) طرحواره‌های ناسازگار اولیه و اضطراب وجودی در پیشبینی استفاده‌ی مفرط (آسیب‌زا) از گوشی تلفن همراه، بطور مستقیم سهم‌دارند.

(۲) بین طرحواره‌های ناسازگار اولیه و اضطراب وجودی همبستگی معناداری وجود دارد.

⁹¹ Grebot, Dardard, and Briet

⁹² Atalay

⁹³ Karahan

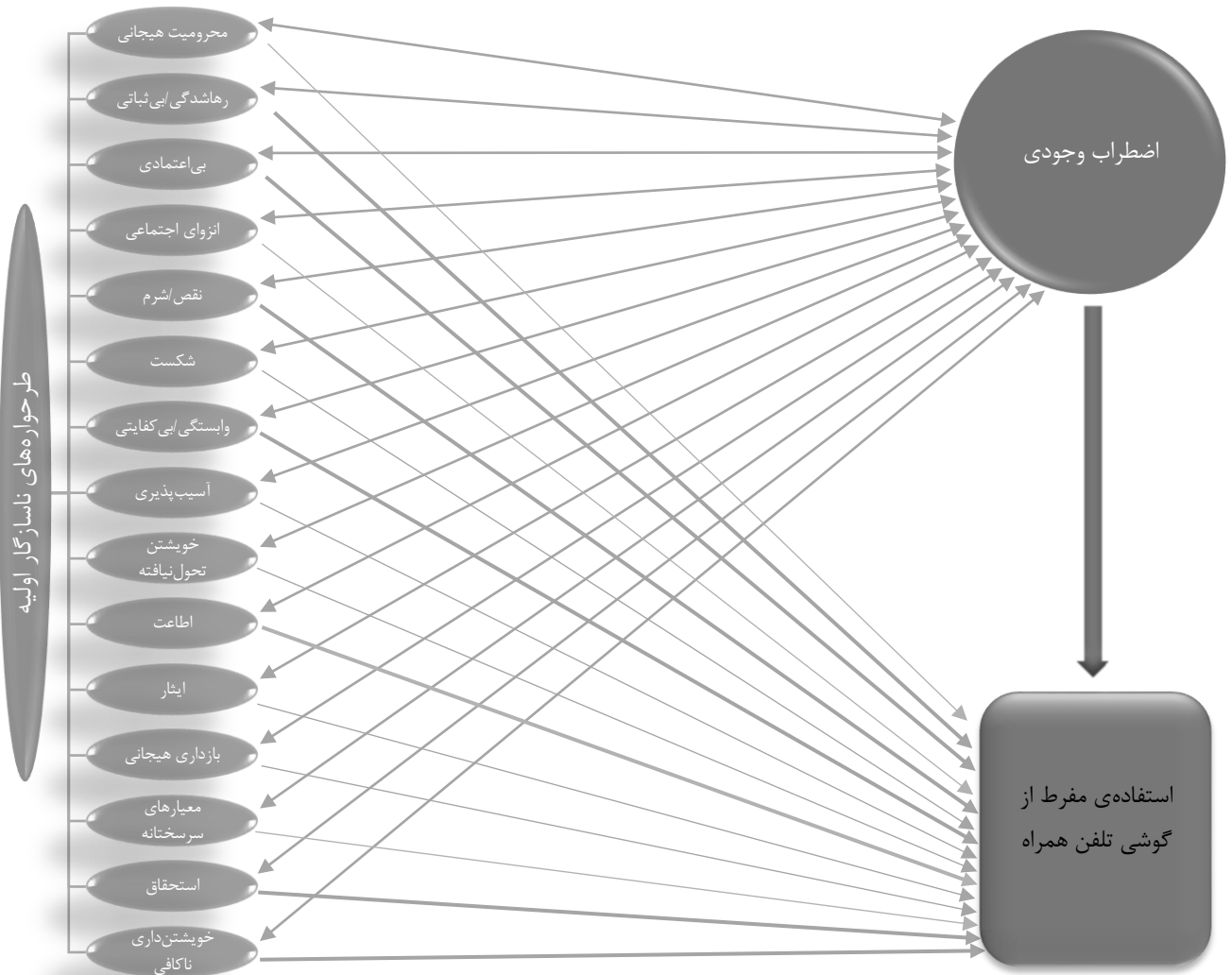
⁹⁴ Çaliskan

⁹⁵ Opheim



مواد و روش ها

پژوهش حاضر به لحاظ ماهوی، کمی و از جنس توصیفی (رابطه‌ای) بوده که در طی آن نقش دو متغیر طرحواره‌های ناسازگار اولیه و اضطراب وجودی در پیشبینی استفاده مفراط از گوشی تلفن همراه (و نیز همبستگی احتمالی موجود میان دو متغیر پیشبین مزبور) مورد بررسی قرار گرفت. نمودار ۱ رابطه‌ی متغیرهای مورد نظر این پژوهش را در قالب مدلی مفهومی به معرض نمایش می‌گذارد:



شکل ۱: پیشبینی متغیر استفاده مفراط از گوشی تلفن همراه برحسب طرحواره‌های ناسازگار

اولیه و اضطراب وجودی، و همبستگی میان دو متغیر طرحواره‌های ناسازگار اولیه و اضطراب وجودی

دانشجویان مشغول به تحصیل (در گرایش‌های مختلف) در دانشکده‌ی شیمی دارویی-صنایع غذایی و علوم تغذیه‌ی دانشگاه آزاد اسلامی تهران در نیمسال اول سال تحصیلی ۱۳۹۸-۱۳۹۷، جامعه‌ی آماری مورد نظر در این پژوهش را تشکیل می‌دهند. نمونه‌ی برگرفته از جامعه‌ی آماری مزبور به روش دردسترس (به منظور افزایش اعتبار یافته‌های نهائی) از میان دانشجویان حاضر در کلاس‌های مختلف، مورد گزینش واقع گردید. حجم آن نیز با استناد به دیدگاه چیمز استیونز^{۹۶} (هومن، ۱۳۸۴، ص. ۲۲؛ نقل از «تعیین حجم نمونه برای روش رگرسیون چندمتغیره و مدلیابی معادلات ساختاری») که معتقد است حتی در نظر گرفتن ۱۵

^{۹۶} Stevens



مشاهده به ازاء هر متغیر پیشبین در تحلیل رگرسیون چندگانه با روش معمولی کمترین مجذورات استاندارد، یک قاعده‌ی سرانگشتی خوب به حساب می‌آید، حداقل حجم نمونه‌ی مکفی در این پژوهش، تعداد ۲۴۰ آزمودنی برآورد گردید (حاصلضرب ۱۵ در ۱۶ (= تعداد متغیرهای پیشبین: ۱۵ [طرحواره‌های ناسازگار اولیه] + ۱ [اضطراب وجودی])؛ هرچند، از میان ۱۶۰۰ نفر جمعیت جامعه‌ی آماری، در طی شش روز کاری متممادی، و روزانه به مدت هشت ساعت متوالی (به منظور پوشش حداکثری دانشجویان حاضر)، ۳۲۵ مجموعه پرسشنامه توزیع، و در پی احتساب ریزش‌های رخ داده (در قالب پرهیز از ارائه‌ی اطلاعات درخواستی به صورت کامل (به هر دلیل)، و یا عدم بازگرداندن پرسشنامه‌های دریافتی توسط برخی آزمودنی‌ها)، حجم نهائی نمونه به تعداد ۳۱۰ نفر تخمین زده شد.

در ادامه، ابتدائاً با توزیع آزمایشی پرسشنامه‌های مورد نظر میان ۳۰ آزمودنی در دسترس (اما ناهمگون)، رخداد خطاها و موانع احتمالی در زمان اجرای نهائی آزمون، مورد پیشبینی و تدبیراندیشی قرار گرفت. متعاقباً، با سازماندهی پرسشنامه‌ها به ترتیب برخورداری از کمترین تا بیشترین تعداد گویه به منظور تامین دافعه‌ی حداقلی، طی معارفه‌ای حضوری نحوه‌ی پاسخدهی به مواد هر پرسشنامه با تاکید بر اعمال دقت و صداقت حداکثری در پاسخگویی، شرح داده، پذیرائی مختصری جهت تلطیف فضاء توسط پژوهشگر صورت پذیرفت. در پایان نیز برگه‌ای مکتوب مبنی بر ابراز قدردانی نسبت به همراهی شرکت‌کنندگان، به همراه نشانی الکترونیکی پژوهشگر به منظور فراهم‌ساختن امکان پیگیری نتایج نهائی پژوهش در صورت تمایل و اشتیاق هریک از آزمودنی‌ها، در اختیارشان قرار گرفت؛ بدین ترتیب، داده‌های مورد نیاز پژوهش حاضر به شیوه‌ی میدانی تهیه و گردآوری گردید. پرسش‌های جمعیت‌شناختی جهت سنجش سن با استناد به خنارو و همکاران (۲۰۰۷) و گوتیرز، فونسکا، و روبیو (۲۰۱۶)، و نیز جنسیت با استناد به خزاعی، سعادت‌جو، شبانی، و صنوبری (۱۳۹۲)، به همراه اجرای نسخه‌ی هنجاریابی‌شده‌ی فارسی سه پرسشنامه‌ی خودسنجی فرم کوتاه طرحواره‌ی یانگ، اضطراب وجودی گود، و استفاده‌ی مفرط از گوشی تلفن همراه جنارو [خنارو] و همکاران که جزئیات هریک، متعاقباً شرح داده خواهد شد، ابزار جمع‌آوری اطلاعات مورد نیاز در پژوهش جاری بوده‌اند:

- **پرسشنامه‌ی فرم کوتاه طرحواره‌ی یانگ (YSQ-SF)** که چهار سال پس از شکلگیری نسخه‌ی اولیه‌ی آن (SQ) توسط جفری ای. یانگ^{۹۷}، در سال ۱۹۹۸ جهت ارزیابی ۱۵ طرحواره‌ی ناسازگار اولیه (بعنوان زیرمقیاس)، مجدداً توسط خود وی مورد بازسازی قرار گرفت. این پرسشنامه که ۷۵ ماده با مقیاس اندازه‌گیری ۶ نمره‌ای (درجه‌بندی‌شده از ۱ = کاملاً غلط تا ۶ = کاملاً درست) را دربرمی‌گیرد، توسط صاحبی (۱۳۸۲) از زبان اصلی آن، یعنی انگلیسی، به فارسی برگردانده، پس از اعمال اصلاحات لازم، مورد استفاده قرار گرفت. آهی، محمدی‌فر، و بشارت (۱۳۸۶) طی پژوهشی، پایائی و نیز روائی سازه‌ای کافی برای نسخه‌ی ترجمه‌شده‌ی این پرسشنامه جهت استفاده میان جامعه‌ی دانشجویی ایرانی را مورد تأیید قرار داده‌اند.
- **پرسشنامه‌ی اضطراب وجودی گود (EAS)** شامل ۳۲ ماده که نمره‌گذاری هریک از مواد آن در مقیاس دوگزینه‌ای درست-نادرست (صحیح-غلط) صورت می‌گیرد، و توسط لارنس آر. گود^{۹۸} و کاترین سی. گود^{۹۹} در سال ۱۹۷۳ طراحی و پس از اعمال اصلاحات و تجدیدنظر، نسخه‌ی نهائی آن در سال ۱۹۷۴ عرضه گردید. هرچند، بروگن و همکاران (۲۰۱۵) پایائی نسبتاً ضعیف (با تنها یک شاخص اندازه‌گیری)، روائی سازه‌ی تک‌بعدی و روائی محتوای نسبتاً مناسبی را در رابطه با این مقیاس، گزارش نموده‌اند. غباری‌بناب، خدایاری، شکوهی‌یکتا، و فقیهی (۱۳۸۲) طی پژوهشی با به دست آوردن ضریب آلفای مناسبی ($\alpha = 0/88$) به روش آلفای کرونباخ، پایائی (همسانی درونی) آن را نیز به شیوه‌ی دونیمه‌سازی ارزیابی نمودند که آلفای کرونباخ حاصل از آن در بخش اول و دوم، به ترتیب معادل ۰/۷۲ و ۰/۸۶ محاسبه گردیده‌است.

⁹⁷ E. Young

⁹⁸ R. Good

⁹⁹ C. Good

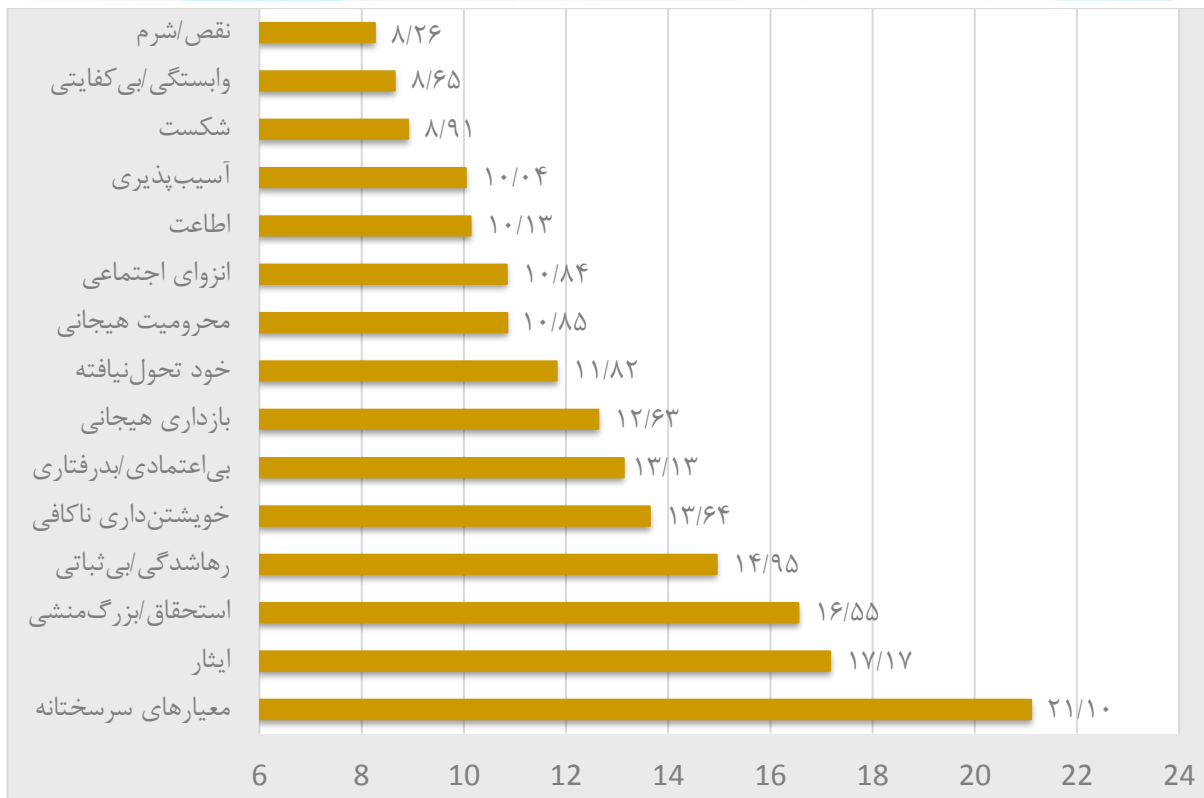


- پرسشنامه‌ی استفاده‌ی مفرط از گوشی تلفن همراه (COS) که بر اساس ۱۰ معیار روانشناختی مورد نظر در DSM، در سال ۲۰۰۷ توسط جنارو [خنارو] و همکاران در ۲۳ ماده (بدون هرگونه خرده‌مقیاسی) طراحی گردیده، هر ماده بر پایه‌ی مقیاس ۶ امتیازی لیکرتی (از ۱ = هرگز تا ۶ = همیشه) مورد نمره‌گذاری قرار می‌گیرد. بیاتیانی، سیف و بیاتی (۱۳۹۵)، پایائی نسخه‌ی اصلی این مقیاس (در جامعه‌ی اسپانیا) را ۰/۸۷ گزارش نموده‌اند. گل‌محمدیان و یاسمی‌نژاد (۱۳۹۰) نیز طی پژوهشی، پایائی این آزمون را با به کارگیری آلفای کرونباخ، ۰/۹۰، و روائی بازآزمائی آن را ۰/۷۱ = ۲ در سطح معناداری ۰/۰۰۱ گزارش نموده‌اند. در ادامه، اجرای تنصیف نیز از فقدان تفاوتی معنادار بین دو نیمه‌ی آزمون خبر داده‌است، و در مجموع، ابزاری رضایت‌بخش و معتبر جهت انجام پژوهش‌های میدانی به شمار می‌آید. حداکثر سطح خطای آلفا جهت آزمون فرضیه‌ها، مقدار ۰/۰۵ تعیین گردیده ($p < 0/05$)، تجزیه و تحلیل داده‌ها با استفاده از نرم‌افزار آماری SPSS 25 انجام پذیرفت.

یافته‌ها

نتایج از فراوانی بسیار بیشتر زنان (۸۳ درصد از نمونه‌ی پژوهش) نسبت به مردان (۱۷ درصد از نمونه‌ی پژوهش) خبر می‌دهد که در آن بیشترین فراوانی با ۵۲ درصد به بازه‌ی سنی ۲۱ تا ۲۳ سال، و کمترین فراوانی با ۱۳ درصد به سن ۲۴ سال یا بالاتر تعلق می‌گیرد.

بررسی میانگین ۱۵ طرحواره‌ی ناسازگار اولیه، چنانچه در نمودار ۲ نیز مشاهده می‌گردد، حاکی از آن است که بالاترین میانگین به دست آمده، به طرحواره‌ی معیارهای سرسختانه / عیب‌جوئی افراطی ($M = ۲۱/۱۰$)، و پایین‌ترین میانگین به طرحواره‌ی نقص/شرم ($M = ۸/۲۶$) متعلق می‌باشند.



شکل ۲: میانگین طرحواره‌های ناسازگار اولیه به ترتیب

در پی به کار گیری شاخص‌های آماری مربوطه و آزمون و تائید پیشفرض‌های مورد نیاز، از جمله نرمال بودن، خطی بودن رابطه و همبستگی میان متغیرهای پژوهش، و نیز استقلال باقیمانده‌ها (عدم وجود همبستگی سریالی بین باقیمانده‌ها یا خطاها)، مقدمات آزمون فرضیات مورد طرح پژوهش با استفاده از آزمون‌های پارامتریک به انجام رسید.

نتایج همبستگی پیرسون میان استفاده‌ی مفرط از گوشی تلفن همراه با ۱۵ طرحواره‌ی ناسازگار اولیه و نیز اضطراب وجودی، از وجود رابطه‌ی معنادار با سطح اطمینان حداقل ۹۵ درصد میان استفاده‌ی مفرط از گوشی تلفن همراه با تمامی ۱۵ طرحواره‌ی ناسازگار اولیه و نیز اضطراب وجودی خبر می‌دهد ($p < 0.05$). جهت تمامی روابط، مثبت و بدین ترتیب، افزایش هر کدام از طرحواره‌های ناسازگار اولیه و یا اضطراب وجودی با افزایش میزان استفاده از گوشی تلفن همراه توأم می‌باشد.

به‌علاوه، بررسی شدت همبستگی‌ها نشان می‌دهد قوی‌ترین رابطه با استفاده‌ی مفرط از گوشی تلفن همراه به طرحواره‌ی اطاعت ($r = 0.41$) و ضعیف‌ترین آن به طرحواره‌ی معیارهای سرسختانه / عیب‌جوئی افراطی ($r = 0.16$) تعلق می‌یابد. شدت رابطه‌ی میان استفاده‌ی مفرط از گوشی تلفن همراه و اضطراب وجودی نیز 0.35 محاسبه گردیده که مقدار متوسطی به شمار می‌رود. فرضیه‌ی (۱) چنانچه در جدول ۱ قابل مشاهده است، مقدار F آزمون رگرسیون مورد استفاده برابر با $38/41$ به دست آمده، در سطح معناداری کمتر از 0.05 قرار دارد ($p < 0.05$). این بدان معناست که مدل رگرسیونی، انتخابی مناسب بوده، دو متغیر پیشبین پژوهش حاضر (طرحواره‌های ناسازگار اولیه و اضطراب وجودی) قادرند بطور معناداری تغییرات استفاده‌ی مفرط از گوشی تلفن همراه را پیشبینی نمایند.

همچنین، ضریب تعیین مقدار واریانس متغیر ملاک، که معادل با 0.46 محاسبه گردیده (و مقدار متوسطی برای مدل رگرسیونی به کار رفته در این پژوهش به شمار می‌آید) توسط متغیرهای پیشبین، تبیین شده‌است؛ بدین معنا که متغیرهای پیشبین مدل حاضر توانسته‌اند حدود ۴۶ درصد از تغییرات استفاده‌ی مفرط از گوشی تلفن همراه را تبیین نمایند.



ضرائب آزمون رگرسیون چندگانه، مقادیر هم خطی میان متغیرهای مستقل گزارش شده، و نیز مقادیر آماره‌ی عامل تورم واریانس کمتر از ۲ و آماره‌ی تحمل بیشتر از ۰/۵۰ موجود در آن، مقادیری مناسب، و به معنای فقدان هم خطی میان متغیرهای پیشبین قلمداد می‌گردند.

با در نظر گرفتن گام به گام بودن روش اجرای رگرسیون در پژوهش حاضر (به دلیل تعدد و فراوانی متغیرهای پیشبین)، تنها متغیرهایی که اثری معنادار بر استفاده‌ی مفرط از گوشی تلفن همراه دارند در مدل باقی می‌مانند. در همین راستا، نتایج حاصل، اثرگذاری مثبت تنها هفت طرحواره‌ی ناسازگار اولیه‌ی اطاعت (با بیشترین شدت تاثیر، یعنی ۰/۴۲۵)، خویشتن‌داری/خودانضباطی ناکافی، بی‌اعتمادی/بدرفتاری، رهاشدگی/بی‌ثباتی، نقص/شرم، استحقاق/بزرگ‌منشی و وابستگی/بی‌کفایتی، و نیز اضطراب وجودی بر استفاده‌ی مفرط از گوشی تلفن همراه را تأیید می‌نمایند ($p < 0/05$). بدین ترتیب، افزایش هر یک از این هفت طرحواره‌ی ناسازگار اولیه، و یا اضطراب وجودی (با شدت تاثیر ۰/۳۴۲)، به افزایش میزان استفاده از گوشی تلفن همراه، منجر، و نخستین فرضیه‌ی مورد طرح در این پژوهش تأیید می‌گردد.

معادله‌ی رگرسیونی پیشبینی استفاده‌ی مفرط از گوشی تلفن همراه بر مبنای متغیرهای پیشبین مزبور، به شرح زیر می‌باشد:

$$\begin{aligned} \text{نمره‌ی استفاده‌ی مفرط از گوشی تلفن همراه} = & 35/06 + (اطاعت) 0/665 + (خویشتن‌داری/خودانضباطی ناکافی) 0/672 + \\ & (بی‌اعتمادی/بدرفتاری) 0/527 + (رهاشدگی/بی‌ثباتی) 0/427 + (نقص/شرم) 0/389 + (استحقاق/بزرگ‌منشی) 0/379 + \\ & (وابستگی/بی‌کفایتی) 0/368 + (اضطراب وجودی) 0/534 \end{aligned}$$

جدول ۱: ضرائب آزمون رگرسیون با هدف پیشبینی استفاده‌ی مفرط از گوشی تلفن همراه بر اساس طرحواره‌های ناسازگار

اولیه و اضطراب وجودی

متغیر مستقل	ضرب غیراستاندارد	خطای استاندارد	ضرب استاندارد	آماره‌ی تی	سطح معناداری	شاخص‌های هم خطی	تورم واریانس	آماره
مقدار ثابت	۳۵/۰۶	۲/۴۴۵	—	۱۴/۳۲	< ۰/۰۰۱	—	—	—
اطاعت	۰/۶۶۵	۰/۱۷۷	۰/۴۲۵	۳/۷۶	< ۰/۰۰۱	۱/۴۲	۰/۷۰۶	۰/۷۰۶
خویشتن‌داری ناکافی	۰/۶۷۲	۰/۱۸۰	۰/۴۱۵	۳/۷۳	< ۰/۰۰۱	۱/۳۵	۰/۷۴۰	۰/۷۴۰
بی‌اعتمادی/بدرفتاری	۰/۵۲۷	۰/۱۴۹	۰/۳۷۶	۳/۵۵	< ۰/۰۰۱	۱/۳۰	۰/۷۶۸	۰/۷۶۸
رهاشدگی/بی‌ثباتی	۰/۴۲۷	۰/۱۷۲	۰/۲۹۵	۲/۴۸	۰/۰۱۵	۱/۴۲	۰/۷۰۲	۰/۷۰۲
نقص/شرم	۰/۳۸۹	۰/۱۶۹	۰/۲۵۱	۲/۳۰	۰/۰۲۲	۱/۳۷	۰/۷۲۸	۰/۷۲۸
استحقاق/بزرگ‌منشی	۰/۳۷۹	۰/۱۶۸	۰/۲۲۴	۲/۲۶	۰/۰۲۴	۱/۱۷	۰/۸۵۳	۰/۸۵۳
وابستگی/بی‌کفایتی	۰/۳۶۸	۰/۱۷۰	۰/۱۸۷	۲/۱۶	۰/۰۳۴	۱/۴۶	۰/۶۸۵	۰/۶۸۵
اضطراب وجودی	۰/۵۳۴	۰/۱۴۸	۰/۳۴۲	۳/۶۰	< ۰/۰۰۱	۱/۳۶	۰/۷۳۵	۰/۷۳۵

توجه: $F = 38/41$ و $p \leq 0/001$, $R^2 = 0/46$, $DW = 1/90$

فرضیه‌ی (۲) چنانچه در جدول ۲ قابل ملاحظه است، نتایج حاصل از بررسی رابطه‌ی میان ۱۵ طرحواره‌ی ناسازگار اولیه و اضطراب وجودی با استفاده از آزمون همبستگی پیرسون، حاکی از وجود رابطه‌ی معنادار با سطح اطمینان حداقل ۹۵ درصد میان



تمامی ۱۵ طرحواره‌ی ناسازگار اولیه و اضطراب وجودی می‌باشد ($p < 0/05$). جهت تمامی روابط، مثبت، و افزایش هر کدام از طرحواره‌های ناسازگار اولیه با افزایش اضطراب وجودی همراه می‌باشد (طرحواره‌ی شکست از بالاترین شدت همبستگی $0/55$ $r =$ و معیارهای سرسختانه / عیب‌جوئی افراطی و ایثار از کمترین شدت همبستگی $0/23$ $r =$) با اضطراب وجودی برخوردارند). بدین ترتیب، دیگر فرضیه‌ی مطروحه در پژوهش حاضر نیز مورد تأیید واقع می‌گردد.

جدول ۲:

ماتریس همبستگی پیرسون بین طرحواره‌های ناسازگار اولیه و اضطراب وجودی

متغیرها	ضریب همبستگی	سطح معناداری
محرومیت هیجانی	۰/۳۸	< ۰/۰۰۱
رهاشده‌گی/بی‌ثباتی	۰/۳۸	< ۰/۰۰۱
بی‌اعتمادی/بدرفتاری	۰/۴۲	< ۰/۰۰۱
انزوای اجتماعی / بیگانگی	۰/۴۴	< ۰/۰۰۱
نقص/شرم	۰/۴۶	< ۰/۰۰۱
شکست	۰/۵۵	< ۰/۰۰۱
وابستگی/بی‌کفایتی	۰/۴۹	< ۰/۰۰۱
آسیب‌پذیری	۰/۴۲	< ۰/۰۰۱
خود تحول نیافته/اگر رفتار	۰/۳۸	< ۰/۰۰۱
اطاعت	۰/۵۰	< ۰/۰۰۱
ایثار	۰/۲۳	< ۰/۰۰۱
بازداری هیجانی	۰/۴۲	< ۰/۰۰۱
معیارهای سرسختانه	۰/۲۲	< ۰/۰۰۱
استحقاق/بزرگ‌منشی	۰/۳۰	< ۰/۰۰۱
خویش‌داری ناکافی	۰/۴۲	< ۰/۰۰۱

بحث و نتیجه‌گیری

بررسی یافته‌ها مبنی بر همبستگی مثبت معنادار میان ۱۵ طرحواره‌ی ناسازگار اولیه و اضطراب وجودی از همسوئی با رهبر کرباسده‌ی، ابوالقاسمی، و رهبر کرباسده‌ی (۱۳۹۶)، همبستگی مثبت معنادار میان ۱۵ طرحواره‌ی ناسازگار اولیه و استفاده‌ی مفرط از گوشی تلفن همراه از همسوئی با بهشتیان (۱۳۹۲) و زارعی محمودآبادی و جمالی پاقلعه (۱۳۹۵) (با تمرکز بر اختلالی متفاوت، اما همطبقه با اعتیاد به گوشی تلفن همراه)، یوسفی (۱۳۹۳) و آتالی و همکاران (۲۰۰۸) (هرچند با تمرکز بر نشانگان اختلال وسواس اجباری از طبقه‌ی اختلالات اجباری)، و قاسمی (۱۳۸۹)، رضوی، سلطانی‌نژاد و رفیعی (۱۳۹۱) و گریب، دردرد و بریت (۲۰۱۴) (هرچند با تمرکز بر انواع مواد مخدر از طبقه‌ی اختلالات اعتیادی)، و نهایتاً همبستگی مثبت معنادار میان



اضطراب وجودی و استفاده‌ی مفرط از گوشی تلفن همراه از همسوئی با اوفیم و همکاران (۲۰۱۵) (هرچند با محوریت مصرف مواد شبه‌افیونی از طبقه‌ی اختلالات اعتیادی) حکایت می‌نمایند.

تأیید اثرگذاری مثبت و معنادار (مشخصاً) هفت طرحواره‌ی ناسازگار اولیه‌ی اطاعت، خویش‌داری/خودانضباطی ناکافی، بی‌اعتمادی/بدرفتاری، ره‌اشدگی/بی‌ثباتی، نقص/شرم، استحقاق/بزرگ‌منشی و وابستگی/بی‌کفایتی، و اضطراب وجودی در پیش‌بینی تغییرات مربوط به استفاده‌ی مفرط از گوشی تلفن همراه، یعنی فرضیه‌ی نخستین، نیز قویاً در راستای حمایت از بخشی بوجد و نیک‌منش (۱۳۹۲) (هرچند با محوریت اختلالات طبقه‌ی اعتیادی در آن پژوهش) حتی در برخی نتایج جزئی حاصل از هر دو طرح تحقیقاتی قرار می‌گیرد.

بدین ترتیب، تأیید نهائی فرضیات مورد طرح در این پژوهش، از همسوئی حداکثری با انواع تحقیقات کیفی، رابطه‌ای، آزمایشی و علی-مقایسه‌ای مرتبط و مورد استناد در پیشینه‌ی پژوهش حاضر خبر می‌دهند، که در تبیین نخستین فرضیه شاید بتوان استفاده‌ی مفرط از گوشی تلفن همراه را در کنار سایر نمونه‌های برشمرده توسط یانگ، کلووسکو و ویشار (۲۰۱۲) تجلی دیگری از پاسخ‌های مقابله‌ای و یا حتی بطور اختصاصی‌تر، از مصادیق ذهنیت‌های طرحواره‌ای که با فعالسازی هفت طرحواره، و در راس آنان طرحواره‌ی اطاعت، که اثرگذاری معنادار آن‌ها از نتایج این پژوهش استخراج گردیده، راه‌اندازی می‌گردد، قلمداد نمود؛ به علاوه، به نظر می‌رسد تلقی استفاده‌ی مفرط از گوشی تلفن همراه بعنوان یکی از تظاهرات بالینی اضطراب وجودی، به‌مانند دیگر نمودهای برشمرده توسط یالوم (۱۹۸۰) قادر به تبیین بخش دیگری از این فرضیه می‌باشد. همچنین، وجود مولفه‌های سازنده‌ی مشترک میان مفاهیم ریشه‌های تحولی طرحواره‌های ناسازگار اولیه‌ی مورد طرح یانگ، کلووسکو و ویشار (۲۰۱۲) و زمینه‌های اضطراب وجودی مورد نظر یالوم (۱۹۸۰) در تبیین فرضیه‌ی ثانویه‌ی این پژوهش قابل استناد به نظر می‌رسند.

شایان ذکر است، کاستی‌های چشمگیر موجود در پیشینه‌ی پژوهشی خارجی معتبر و مرتبط با اضطراب وجودی، فقدان دسترسی به منابع دربرگیرنده‌ی مضامین متعلق به مدل‌های نظری متنوع و موجود در حوزه‌ی روانشناسی هستی‌گرایانه، چه در قالب نسخ اصلی و چه برگردان، و نتیجتاً ضرورت اکتفاء به روان‌رمانی اگزیستانسیال (یالوم، ۱۹۸۰؛ ترجمه‌ی حبیب، ۱۳۸۹) بعنوان تنها مرجع اساسی در دسترس، که در طی جستجوهای انجام‌گرفته، اصلی‌ترین منبع مورد ارجاع پژوهش‌های داخلی مرتبط با متغیر اضطراب وجودی، چه در قالب پایان‌نامه و چه مقاله (در حوزه‌های گوناگون تحصیلی) به نظر می‌رسد، را شاید بتوان محدودیتی در تعمیق و غور هرچه بیشتر در مبانی نظری روانشناسی اگزیستانسیال قلمداد نمود؛^{۱۰۰} آنچه خارج از اختیار پژوهشگر به نظر می‌رسد.

متعاقباً و در همین راستا، نمونه‌ای حداقلی از انواع طرح‌های قابل اجراء، به مشتاقان حوزه‌ی تحقیق و پژوهش عرضه می‌گردد؛ هرچند بی‌تردید، نوآوری و خلاقیت دانش‌پژوهان و محققین آینده، سهمی به‌سزاء در تعمیم و گسترش این مقدمات اندک و ناچیز، ایفاء خواهند نمود:

۱: با توجه به یافته‌هایی مبنی بر تاثیر مشخصاً هفت طرحواره‌ی ناسازگار اولیه در پیش‌بینی تغییرات استفاده‌ی مفرط از گوشی تلفن همراه و فقدان تاثیر معنادار هشت طرحواره‌ی باقیمانده [و نظر به گوتیرز، فونسکا و روبیو (۲۰۱۶)، شوری، استوآرت و اندرسون (۲۰۱۳) و یا گرت و اولیویه (۲۰۱۸)] طرح پژوهش‌هایی مبنی بر مقایسه و کشف وجوه افتراق/اشتراک میان طرحواره‌های پیش‌بین (و یا همبسته) در مصادیق موجود از هر طبقه‌ی اختلالات اعتیادی، اجباری، و ایذائی، کنترل تکانه، و سلوک بطور مجزاء (مانند اعتیاد به اینترنت و گوشی تلفن همراه از طبقه‌ی ایذائی، کنترل تکانه، و سلوک) و نیز مقایسه‌ی طرحواره‌های شاخص و مشترک تاثیرگذار در پیش‌بینی مصادیق هر سه طبقه‌ی اختلالی با یکدیگر، نخستین پیشنهاد پژوهشگر به برنامه‌ریزان پژوهش‌های آتی می‌باشد.

۲: با آتکاء به وجوه مشترک میان برخی مولفه‌های توصیفی چهار دلوایسی غائی مورد طرح در مدل وجودی یالوم با خصیصه‌های پنج حوزه‌ی متعلق به طرحواره‌های ناسازگار اولیه، و نیز با نظر به تأیید همبستگی مثبت معنادار میان طرحواره‌های ناسازگار

^{۱۰۰} ویمز (Weems) و همکاران (۲۰۰۴) نیز طی پژوهشی مفهومی و تجربی، فقدان مقیاس ارزیابی مفاهیم نظری اضطراب وجودی در مدل تیلاج از طریق یکپارچگی و ادغام حوزه‌های مربوطه را یادآور می‌گردند، که خود، گواهی دیگر بر کاستی‌های موجود در این حوزه می‌باشد.



اولیه با اضطراب وجودی بعنوان یکی از یافته‌های این پژوهش، تحقیقاتی مبنی بر آزمون همبستگی میان یک دلواپسی غائی بخصوص، مشخصا با یک (یا چند) طرحواره‌ی ناسازگار اولیه به شرح حداقلی زیر پیشنهاد می‌گردد:

۱: همبستگی آزادی با بازداری هیجانی

۲: همبستگی پوچی با طرحواره‌ی منفی گرائی/بدبینی و/یا دیگرجهت‌مندی

هرچند، لازم به ذکر است به منظور اجرای طرحی از این دست، ابزاری جهت سنجش هریک از چهار زمینه‌ی وجودی مزبور بطور جداگانه، و نه در مجموعه‌ای یکپارچه و عمومی تحت عنوان اضطراب وجودی، ضروری به نظر می‌رسد، که در صورت عدم برخورداری از آن، تعبیه و طراحی ابزار مذکور نیز می‌تواند خود در جایگاه طرحی تحقیقاتی از نوع تحلیل عاملی، مورد نظر و اندیشه قرار گیرد.

۳: هنجاریابی و ترجمه‌ی دیگر مقیاس‌های سنجش اضطراب وجودی، و یا طراحی ابزاری دیگر (اعم از پرسشنامه و یا مصاحبه‌ای ساختارمند) برگرفته از مولفه‌های موجود در سایر الگوهای نظری روانشناسی وجودی در جبران کاستی‌های گزارش شده در پایائی و روائی ابزار مورد استفاده‌ی پژوهش حاضر و تکرار و راستی‌آزمائی نتایج حاصل از آن نیز پیشنهاد دیگر پژوهشگر را تشکیل می‌دهد.

۴: نهایتا، هنجاریابی ابزارهای مورد استفاده در این پژوهش در جامعه‌ی آماری متفاوت و با قابلیت بیشتر در تعمیم به سطوح مختلف جامعه نیز می‌تواند طرح پژوهشی دیگری را رقم‌بزند.

منابع

- آهی، قاسم؛ محمدی‌فر، محمدعلی؛ و بشارت، محمدعلی. (۱۳۸۶). پایائی و اعتبار فرم کوتاه پرسشنامه‌ی طرحواره‌های یانگ. *روانشناسی و علوم تربیتی (دانشگاه تهران)*، ۷۶، ۲۰-۵.
- بهشتیان، محمد. (۱۳۹۲). مقایسه‌ی طرحواره‌های ناسازگار اولیه‌ی دانشجویان دختر معتاد به اینترنت و غیرمعتاد. *پژوهشنامه‌ی زنان (پژوهشگاه علوم انسانی و مطالعات فرهنگی)*، ۴(۲)، ۷۱-۶۱.
- تعیین حجم نمونه برای روش رگرسیون چندمتغیره و مدلیابی معادلات ساختاری. بازیابی شده در ۱ اسفند، ۹۷، از: ایران پژوهان: <http://www.iranresearches.ir/>
- خزاعی، طیبه؛ سعادت‌جو، علی‌رضا؛ شبانی، مجید؛ و صنوبری، محمد. (۱۳۹۲). بررسی شیوع وابستگی به موبایل و ارتباط آن با عزت نفس دانشجویان. *فصلنامه‌ی دانش و تندرستی*، ۸(۴).
- زارعی محمودآبادی، حسن؛ و جمالی پاقلعه، حامد. (۱۳۹۵). پیشینی اعتیاد به اینترنت از طریق طرحواره‌های ناسازگار اولیه در دانشجویان دانشگاه یزد. *دومین کنگره‌ی بین‌المللی توانمندسازی جامعه در حوزه‌ی علوم اجتماعی، روانشناسی و علوم تربیتی*. تهران، مرکز توانمندسازی مهارت‌های فرهنگی و اجتماعی جامعه. https://www.civilica.com/Paper-PECONF02-PECONF02_121.html
- سادوک، بنجامین؛ سادوک، ویرجینیا؛ و روئیز، پدرو. (۱۳۹۵). *خلاصه‌ی روانپزشکی کاپلان و سادوک بر اساس DSM-5 (علوم رفتاری/روانپزشکی بالینی)*. ترجمه‌ی مهدی گنجی. ویراست یازدهم (چاپ دوم). تهران: انتشارات ساوالان.
- غباری‌بناب، باقر؛ خدایاری، محمد؛ شکوهی‌یکتا، محسن؛ و فقیهی، علی‌نقی. (۱۳۸۲). رابطه‌ی توکل به خدا با اضطراب، صبر و امیدواری در شرایط ناگوار در دانشجویان دانشگاه تهران. *همایش بین‌المللی نقش دین در بهداشت روان*، ۱.
- قاسمی، عبدالله. (۱۳۸۹). *مقایسه‌ی طرحواره‌های ناسازگار اولیه در سه گروه عادی، معتاد به مواد سنتی و معتاد به مواد صنعتی*. پایان‌نامه‌ی کارشناسی ارشد در رشته‌ی روانشناسی عمومی. دانشکده‌ی روانشناسی و علوم تربیتی. دانشگاه علامه طباطبائی.
- گل محمدیان، محسن؛ و یاسمی‌نژاد، پریرسا. (۱۳۹۰). هنجاریابی، روائی و پایائی مقیاس استفاده‌ی آسیب‌زا از تلفن همراه COS در دانشجویان. *یافته‌های نو در روانشناسی (۱۹)*، ۳۷-۵۲.
- نورعلیزاده میانجی، مسعود؛ و جان‌بزرگی، مسعود. (۱۳۸۹). رابطه‌ی اضطراب وجودی و اضطراب مرضی و مقایسه‌ی آن‌ها در سه گروه افراد بزهکار، عادی و مذهبی. *روانشناسی دین*، ۳(۲)، ۴۴-۲۹.



یالوم، اروین دیوید. (۱۳۸۹). روان‌درمانی اگزیزتانسیال. ترجمه‌ی دکتر سپیده حبیب. تهران: انتشارات نی. یانگ، جفری ای.؛ کلوسکو، ژانت؛ و ویشار، مارجوری ای. (۱۳۹۶). طرحواره‌درمانی (راهنمای کاربردی برای متخصصان بالینی) (جلد اول). ترجمه‌ی دکتر حسن حمیدپور و دکتر زهرا اندوز. چاپ هفتم. تهران: انتشارات ارجمند.

یوسفی، افسانه. (۱۳۹۳). طرحواره‌های ناسازگار اولیه در اختلال وسواسی-اجباری. پایان‌نامه‌ی کارشناسی ارشد. گروه آموزشی روانشناسی بالینی. دانشگاه علوم بهزیستی و توانبخشی.

- Atalay, H., Atalay, F., Karahan, D., & Çaliskan, M. (2008). Early Maladaptive Schemas Activated in Patients with Obsessive Compulsive Disorder: A Cross-Sectional Study. *International Journal of Psychiatry in Clinical Practice*, 1-12, iFirst article.
- Bakhshi Bojed, F., & Nikmanesh, Z. (2013). Role of Early Maladaptive Schemas on Addiction Potential in Youth. *Int J High Risk Behav Addict*, 2(2), 72–76.
- Bayatiani, M. R., Seif, F., & Bayati, A. (2016). the Correlation between Cell Phone Use and Sleep Quality in Medical Students. *Iranian Journal of Medical Physics*, 13(1), 8-16.
- Chotpitayasunondh, V., & M. Douglas, K. (2016). How “phubbing” becomes the norm: The antecedents and consequences of snubbing via smartphone. *Computers in Human Behavior*, 63, 9-18.
- Davey, S., Davey, A., Raghav, S. K., Singh, J. V., Singh, N., Blachnio, A., & Przepiórkaa, A. (2018). Predictors and Consequences of “Phubbing” among Adolescents and Youth in India: An Impact Evaluation Study. *Journal of Family & Community Medicine*, 25, 35-42.
- De-Sola Gutiérrez, J., Rodríguez de Fonseca, F., & Rubio, G. (2016). Cell-Phone Addiction: A Review. *Frontiers in Psychiatry*, 7, 175.
- F. Weems, C., M. Costa, N., Dehon, C., & L. Berman, S. (2004). Paul Tillich's theory of existential anxiety: A preliminary conceptual and empirical examination. *Anxiety Stress & Coping*, 17(4), 383-399.
- George, D., & Mallery, M. (2010). *SPSS for Windows Step by Step: A Simple Guide and Reference*. 0/17 update (10a ed.) Boston: Pearson.
- Grebot, É., & Olivier, M. (2018). Antécédents cognitifs de l'activisme professionnel: schémas précoces inadaptés et profils d'activisme professionnel. *Journal de Thérapie Comportementale et Cognitive*, 28, 23-32.
- Grebot, E., Dardard, J., & Briet, G. (2015). Schémas précoces inadaptés, croyances addictives et styles défensifs chez des étudiants consommateurs de cannabis. *Annales Médico-psychologiques, revue psychiatrique*, 174(2), 93-99.
- Jenaro, C., Flores, N., Go´mez-Vela, M., Gonza´lez-Gil, F., & Caballo, C. (2007). Problematic Internet and Cell-Phone Use: Psychological, Behavioral, and Health Correlates. *Addiction Research and Theory*, 15(3), 309–320.
- Karadağ, E., Tosuntaş, Ş. B., Erzen, E., Duru, P., Bostan, N., Mizrak Şahin, B., Çulha, İ., & Babadağ, B. (2015). Determinants of phubbing, which is the sum of many virtual addictions: A structural equation model. *Journal of Behavioral Addictions* 4(2), 60–74.
- Merriam-Webster's Dictionary (11th ed.). (2004). Springfield, MA: Merriam-Webster Incorporated.
- Opheim, A., S. Haase, K., Tanum, L., Kunøe, N., Nesvåg, S., Stavseth, L., Z. Latif, H., L. Mjølhus, A., and Møller, M. (2015). Existential Anxiety in First-Time Recipients of XR-NTX for Opioid Addiction. *Drug and Alcohol Dependence*, 146, e58.
- Oxford Dictionary of English (3rd rev. ed.). (2010). Oxford, UK: Oxford University Press.
- Rahbar Karbasdehi, E., Abolghasemi, A., & Rahbar Karbasdehi, F. (2018). the Effectiveness of Schema Therapy Integrated with Rehabilitation on Cognitive Emotion Regulation and



- Existential Anxiety in Patients with Congestive Heart Failure. *Journal of Contemporary Psychotherapy*.
- Razavi, V., Soltaninezhad, A., & Rafiee, A. (2011). Comparing of Early Maladaptive Schemas between Healthy and Addicted Men. *Zahedan Journal of Research in Medical Sciences*, 14(9), 60-63.
- Roberts, J. A., & David, M. E. (2017). Put down your phone and listen to me: How boss phubbing undermines psychological conditions necessary for employee engagement. *Computers in Human Behavior*.
- Shorey, R. C., Stuart, G. L., & Anderson, S. (2013). Differences in Early Maladaptive Schemas in a Sample of Alcohol and Opioid Dependent Women: Do Schemas Vary Across Disorders? *Addiction Research and Theory*, 21(2), 132-140.
- Van Bruggen, V., Vos, J., Westerhof, G., Bohlmeijer, E., & Glas, G. (2015). Systematic Review of Existential Anxiety Instruments. *Journal of Humanistic Psychology*, 55(2), 173-201.
- Wang, X., Xie, X., Wang, Y., Wang, P., & Lei, L. (2017). Partner Phubbing and Depression among Married Chinese Adults: The Roles of Relationship Satisfaction and Relationship Length. *Personality and Individual Differences*, 110, 12-17.