

سهم طرحواره های ناسازگار اولیه و اضطراب وجودی در استفاده ی مفرط از گوشی تلفن همراه در دانشجویان دانشکده ی شیمی داروئی دانشگاه آزاد اسلامی تهران

الهام سالارتاش^۱، فرحناز کیان ارثی^۲

چکیده

نظر به استفاده ی 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 دانشکده ی شیمی داروئی- صنایع غذایی و علوم تغذیه ی دانشگاه آزاد اسلامی تهران که به روش دردسترس و درپی معارفه ی حضوری پژوهشگر، مورد گزینش قرار گرفته بودند در معرض اجرای نسخ فارسی پرسشنامه‌های فرم کوتاه طرحواره ی یانگ (YSQ-SF)، اضطراب وجودی گود (EAS) و استفاده ی 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 واسطه ی آزمون‌های مناسب مربوطه) و استنباطی، از تأیید سه فرضیه ی مورد طرح در این پژوهش، یعنی سهم مستقیم و معنادار طرحواره‌های ناسازگار اولیه (به‌ویژه طرحواره ی 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 طرحواره ی 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 مورد نیاز) حکایت می‌نماید. درنهایت، پیشنهاداتی چند درباب 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 کهن ترین اسباب رسانه های ارتباطی چون چاپار و تلگراف تا پست، دوربین های عکاسی و تصویربرداری، رادیو، تلویزیون، نامه ی الکترونیکی، اینترنت و شبکه های اجتماعی موجود در آن، لپ تاپ، تبلت، و حتی بازی های رایانه ای (در جایگاه تولیداتی متعلق به حوزه ی تفنن و سرگرمی)، شاید بتوان نسل های اخیر گوشی های تلفن همراه را امروزه ابزاری جادویی با کارکردهای گوناگون، و قابلیت نصب بی شمار برنامه و نرم افزار به صورت فشرده، جامع، کاربردی، در دسترس، و با امتیاز اختصاصی امکان جابه جایی 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 بی بهره مانده اند.

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 به مانند دیگر اجزاء دست ساخت آدمی یا طبیعی جهان، بطور تمام و کمال از عوارض منفی فارغ نگردیده و در میانه ی طیفی خاکستری و مرکب از ویژگی های سازنده و آسیب زا، همزمان، در نوسان است؛ از امواج الکترومغناطیس ساطع از آن، که به زیستی جسم را در معرض خطرات احتمالی فزاینده قرار می دهد، گرفته تا امکان خوگیری/اعتیاد که دست کم یکی از اختلالات روانشناختی به رسمیت شناخته و ثبت شده ی مرتبط با گوشی تلفن همراه است. در حالیکه شاید بتوان عواقب فیزیولوژیکی (همچون آسیب به بینائی) را به ظاهر، قابل پیشبینی ترین پیامدهای ثانویه ی حاصل از اختلال مذکور به شمار آورد، امروزه با به میان آوردن پدیده های نوظهور تحت عنوان فوبینگ^۳ که داگلاس^۴ و چوتپیتایسونون^۵ (۲۰۱۷) از میان تعاریف گوناگون، آن را بعنوان شیوه ی نوینی از معاشرت توصیف می نمایند که در آن افراد به جای گفتگو با یکدیگر در یک ترکیب اجتماعی، با تمرکز بر گوشی تلفن همراه خود، دیگری/دیگران را نادیده می گیرند، و نیز شواهد پژوهشی مبتنی بر آن، خبر از آسیب های هرچه جدی تر و جبران ناپذیرتر در روابط بین فردی و شغلی بعنوان پیامدهای ثانویه ی این اعتیاد به گوش می رسد. 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 می دهند؛ به عبارتی، فوبینگ شریک عاطفی، به واسطه ی 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 می گذشت، می گذارد. رابرتس و دیوید^۹ (۲۰۱۷) نیز در تحقیقی دیگر تحت عنوان «تلفنت را زمین بگذار و به من گوش بده: چگونه فوبینگ کارفرما شرایط روانشناختی ضروری برای همکاری کارکنان را تضعیف می نماید» توافق نظری قدرتمندی را برسر تاثیر غیرمستقیم فوبینگ کارفرما بر کاهش مشارکت کارکنان و تضعیف خروجی عملکرد شغلی آنان گزارش نموده، وضع خط مشی های حقوقی در ارتباط با گوشی های تلفن همراه هوشمند را پیشنهاد می نمایند.

در همین راستا، در حالیکه دیوی^{۱۰} و همکاران (۲۰۱۸) طی پژوهشی، مهم ترین پیشبین های ابتلاء به این پدیده ی نوپا، یعنی فوبینگ، را به ترتیب، اعتیاد به گوشی تلفن همراه هوشمند، ترس از دست دادن/جاماندن، و فقدان خویشتنداری^{۱۱} معرفی می نمایند، گوتیرز، فونسکا، و روبیو^{۱۲} (۲۰۱۶) در یک تحقیق، عوامل مرتبط با جنبه ی مشکل آفرین استفاده از گوشی تلفن همراه را به متغیرهای شخصیتی از قبیل برونگرائی، روان رنجور خوئی، عزت نفس، تکانشگری، هویت خویشتن، و ماهیت تصویر از خود منتسب دانسته، از همزیستی میان استفاده ی مشکل ساز از گوشی تلفن همراه با مصرف مواد از قبیل دخانیات و الکل نیز خبر می دهند.

³ phubbing⁴ Douglas⁵ Chotpitayasunondh⁶ Wang⁷ Xie⁸ Lei⁹ Roberts & David¹⁰ Davey¹¹ self-control¹² Gutiérrez, Fonseca, and Rubio

حال، با توجه به اینکه اختلال اعتیاد به گوشی تلفن همراه نیز بی تردید مانند سایر امراض روانشناختی پیچیده، 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، کلوסקو، و ویشار^{۱۵} (۲۰۱۲) الگوها یا درون‌مایه‌هایی عمیق، فراگیر و به‌شدت 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 «همانگی 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، کلوסקو، و ویشار^{۱۸} (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^{۱۹} و فطری کودک با ویژگی‌های محیطی زندگی و تجارب اولیه‌ی زندگی) می‌باشند، در پنج حوزه‌ی^{۲۰} بریدگی^{۲۱} و طرد^{۲۲}، خودگردانی و عملکرد مختل^{۲۳}، محدودیت‌های مختل^{۲۴}، دیگرجهت‌مندی^{۲۵}، گوش‌به‌زنگی بیش از حد، و بازداري^{۲۶} و به هجده عدد (اعم از شرطی^{۲۷} و غیرشرطی^{۲۸}) تقسیم می‌گردند. همچنین این سه، با ارجاع به تجربیات [بالینی] خویش، طرحواره‌های ناسازگار اولیه را، که حالت ابعادی^{۲۹} 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 تأثیر 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، کلوסקو، و ویشار^{۳۰} (۲۰۱۲) طرحواره‌های ناسازگار اولیه را اغلب زیربنای نشانه‌های مزمن اختلالات محور I، از جمله سوء مصرف مواد^{۳۱} اعلام می‌دارند.

علاوه بر پیشینه‌ی پژوهشی ارائه‌شده توسط یانگ، کلوסקو، و ویشار^{۳۲} (۲۰۱۲) در راستای تأیید وجود همبستگی میان طرحواره‌های ناسازگار اولیه با برخی اختلالات موجود در DSM^{۳۳} (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، استوآرت، 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 خویش تندیاری/خود انضباطی 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، کلو سوکو، 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، شکل گیری 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 شکل گیری خاطرات هشیار به واسطه ی سیستم مرتبط با هیپوکامپ و نیز انعطاف در پردازش شناختی در جهت فرونشانی و بازداري برانگیختگی توسط نواحی قشر مغز (که نهائیتا و متقابلا، داده های متفاوتی را درباره ی رویداد آسیب زای مورد تجربه به ثبت می رسانند) را تبیین گر احتمالی سازوکار شکل گیری 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

^{۳۷} 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. درواقع، 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.

درحالی‌که 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 تأثیر می‌گذارند؛ وضعیتی که یانگ، کلوُسکو، 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 غالبا به ذهنیتی دیگر برگردان^{۴۹} می‌شود؛ بدین معنای که پاسخ‌هایی که پیشتر نافعال 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 کودکان^{۵۰}، ذهنیت مقابله‌ای ناکارآمد^{۵۱}، ذهنیت والد ناکارآمد^{۵۲} و ذهنیت بزرگسال سالم^{۵۳} دربرمی‌گیرند.

• 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 [مسلمات هستی] (گود و گود، ۱۹۷۴؛ نقل از نورعلیزاده میانجی و جان بزرگی، ۱۳۸۹، ص. ۳۸). چنانچه ون بروگخن، وُس، وِستِرهِوف، 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 دربرگیرنده‌ی خصائصی از قبیل تنهایی 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 نتیجتا 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 مدل های متعدد اگزستانسیال موجود در دهه های گذشته، با اتکاء به الگوهای تیلیچ^{۶۲}، اروین دیوید یالوم^{۶۳}، گلس، و تی.ام. تی.^{۶۴} که هریک بین چهار تا هفت زمینه ی دلواپسی را شامل می گردند، موضوعات مشترک و متفاوت مورد نظر آنان را مورد بررسی قرار می دهند؛ هرچند، پژوهش حاضر مشخصاً بر بررسی و ارزیابی چهار دلواپسی غائی موجود در مدل یالوم شامل مرگ^{۶۵}، آزادی^{۶۶}، تنهایی^{۶۷} (انزواء)^{۶۸} و پوچی^{۶۹} (بی معنائی)^{۷۰} متمرکز می باشد.

یالوم (۱۹۸۰) شواهد را حاکی از پویایی و پویه نگر رویکرد وجودی می داند؛ بدین معناء که ماهیت عمومی و کلی آن نسبت به ساختار روانپویه شناسی^{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 شاخص های توصیفی و نیز تظاهرات بالینی منتسب به موضوعات وجودی موجود در الگوی نظری خود را چنین عنوان می نماید:

• مرگ:

بخشی جدائی ناپذیر از زندگی؛ اضطرابی ازلی، و برانگیزاننده ی سازوکارهای دفاعی از جمله باور به گزندناپذیری / استثناء بودن^{۷۱} و/یا دریافت پشتیبانی ابدی از سوی نجات دهنده ی غائی^{۷۲} که در قالب برخی تظاهرات بالینی چون پرخاشجوئی و کنترل^{۷۳}، قهرمانی گری اجباری^{۷۴}، اعتیاد به کار، و خودشیفتگی^{۷۵} نمودمی یابد.

• آزادی:

که در پی آگاهی فرد از قدرت خویش در خلق و آفرینش (هرچند نسبی^{۷۶}) سرنوشت خود ظهورمی یابد و بالتبع، پذیرش مسوولیت^{۷۷} آرزوها و اعمال وی را به همراه خواهد داشت؛ مقوله ای که عدم مواجهه با آن در جایگاه یکی از مسلمات هستی، در قالب برخی تظاهرات بالینی همچون تکانه گری^{۷۸} و اجباری گری^{۷۹} نمودمی یابد.

• تنهایی:

اندوهی بنیادین برگرفته از بی پناهی انسان در برابر بی رحمی و بی تفاوتی عظیم جهانی (و برخوردار از وجوه افتراق و اشتراک با سایر انواع تنهایی از جمله درون فردی و بین فردی) که سازوکارهای خروج از آن غالباً دربرگیرنده ی ماهیتی ارتباطی و بالتبع، قابلیت شکلدهی نابهنجاری های بین فردی خواهد بود که در قالب برخی تظاهرات بالینی همچون مازوخیسم، سادیسم، و روابط جنسی بی اختیار (وسواس جبری) نمودپیدامی نماید.

• پوچی:

وضعیتی برآمده از پی به چالش کشیدن ارزش، اصالت و فلسفه ی اهداف فرد در زندگی و تمام آنچه وی در طول عمر خود انجام داده یا به تعبیری، معنای این جهانی^{۸۰}، و/یا معنای کیهانی^{۸۱} (با محوریت انسجام با هستی) که در قالب انواع نمودهای روان نژندی متظاهر می گردد.

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 نظریه ی جبرگرانی دوسویه ی بندورا (Bandura) که یالوم به نوعی محتوای آن را پاسخی به مناقشه ی تاریخی جبر و اختیار می داند.

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 لذت‌می‌برد (لذت‌انتظاری / لذت پیشبینی^{۸۴}) و درپی انجام آن به‌صورت بلافصل، احساس خرسندی و سبکباری می‌نماید، ذکرشده‌است. هرچند، احساس پشیمانی و گناه، و سرزنش خویش درپی 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 درباب 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 قرارمی‌گیرند با این تفاوت که تکانه، حالت یا وضعیت تنشی است که می‌تواند بدون «عمل» حضور داشته باشد، اما اجبار، همواره عنصر «عمل» را همراه خود دارد، و اجرای آن نیز الزاماً خطری پیش‌رو قرارنمی‌دهد.

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 قرارگرفتن 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 کابایو^{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 هم‌آیندهای 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 محتوای می‌پردازند. این پژوهش، همچنین، به توافق موجود بر سر وجود اعتیاد به گوشی تلفن همراه، علی‌رغم تنوع قابل توجه درمیان 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 قرارمی‌گیرد. 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 درمیان جوانان، و در درجه‌ی اول درمیان جنس مونث، اعلام‌داشته، عوامل مرتبط با جنبه‌ی مشکل‌آفرین استفاده از گوشی تلفن همراه را به متغیرهای شخصیتی از قبیل برونگرائی، روان‌رنجورخونی، 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. به علاوه، 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 انجام‌نپذیرفته؛ هرچند، تعدادی چند از تحقیقات داخلی و خارجی صورت گرفته در زمینه‌ی ارتباط میان دو متغیر پیشبین مورد تمرکز در این پژوهش با برخی اختلالات متعلق به طبقات اعتیادی، اجباری، و ایدائی، کنترل تکانه، 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 زیرا 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}، آتالای، کاراهان^{۹۳}، و چالیشان^{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)»، صورت گرفته توسط اوفیم^{۹۵} و همکاران (۲۰۱۵)، مبین نوعی همبستگی میان اضطراب وجودی و مصرف مواد شبه‌افیونی می‌باشد. علاوه، 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 سهم دارند.

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

⁹¹ Grebot, Dardard, and Briet

⁹² Atalay

⁹³ Karahan

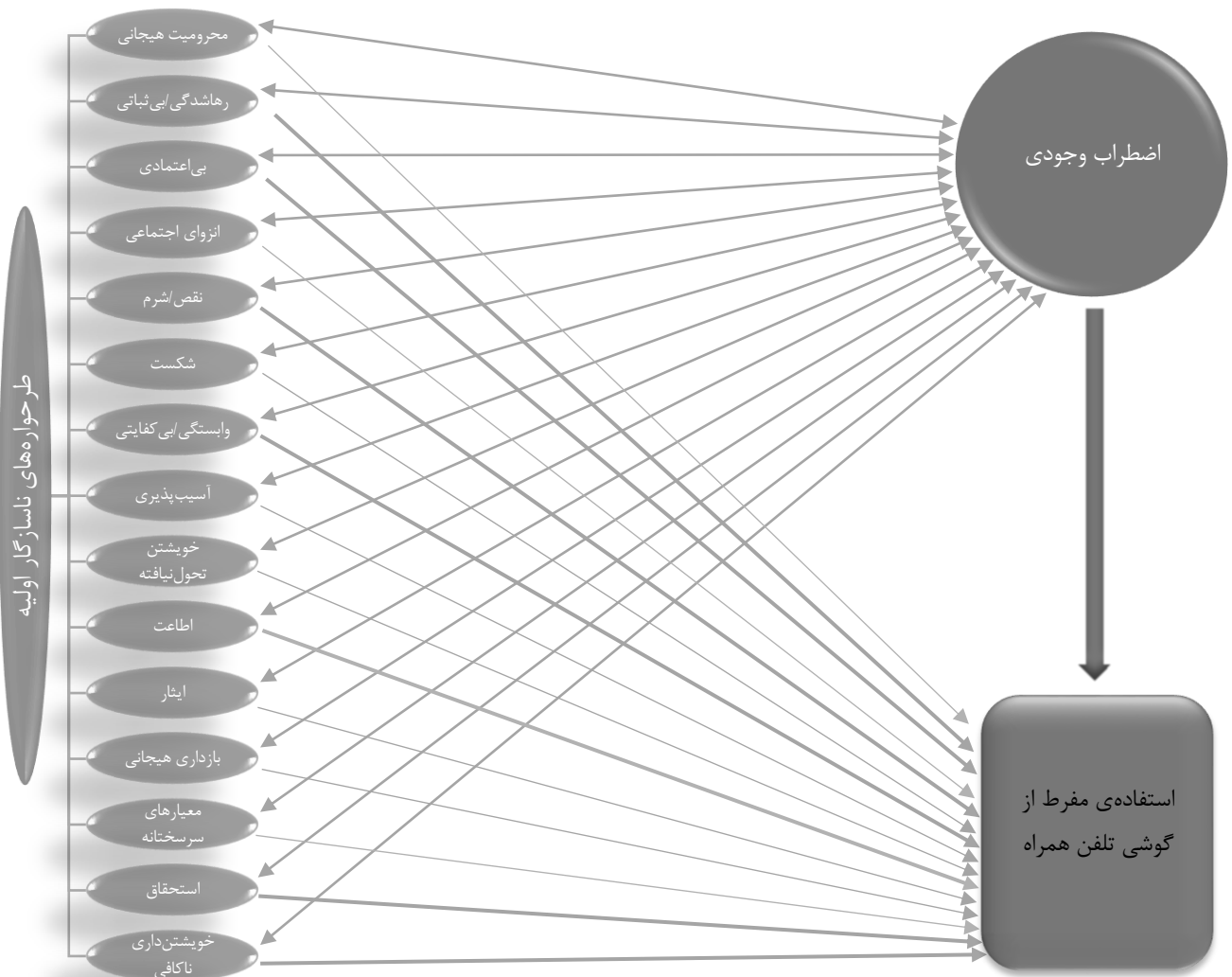
⁹⁴ Çaliskan

⁹⁵ Ophim



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 استفادهی مفرط 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 استفادهی مفرط 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

⁹⁶ 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 متمادی، 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 پاسخگوئی، 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

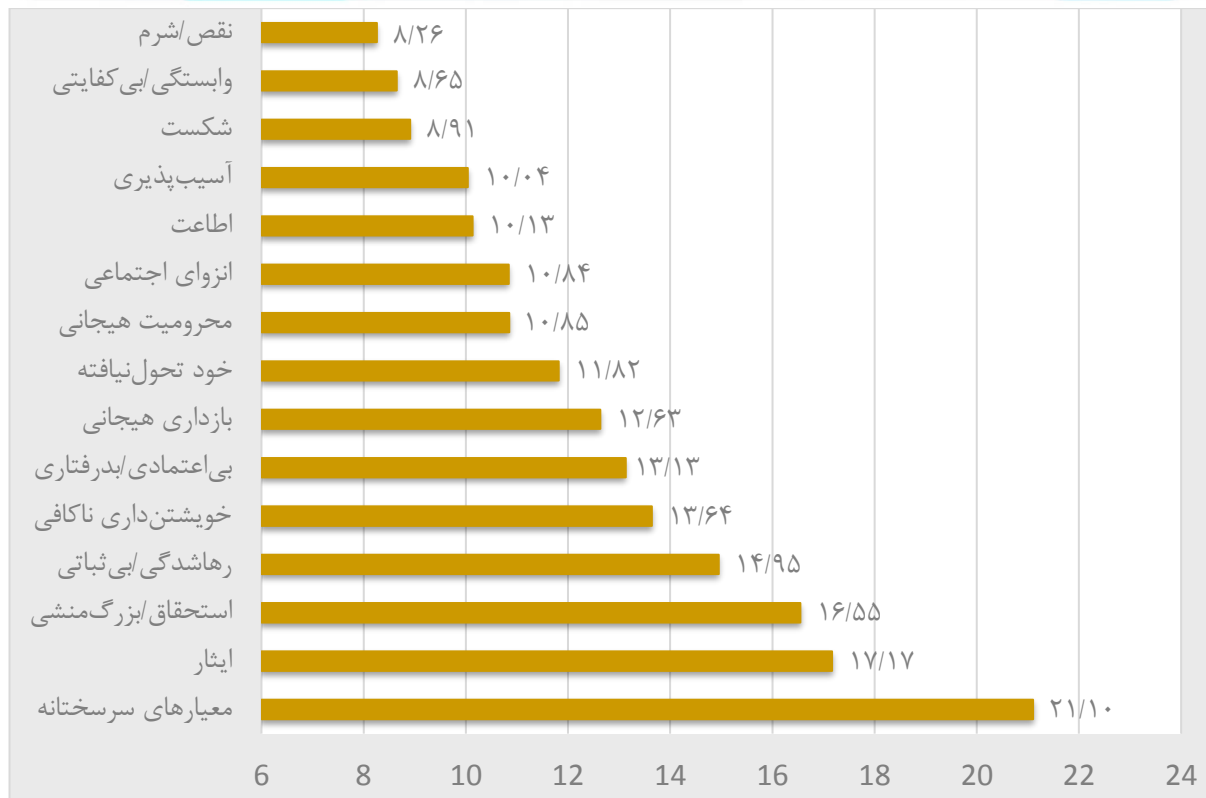
⁹⁹ C. Good

- 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 کار گیری 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 طرحواره های ناسازگار اولیه به ترتیب

در پی به کار گیری شاخص های آماری مربوطه و آزمون و تأیید پیش فرض های مورد نیاز، از جمله نرمال بودن، خطی بودن رابطه و همبستگی میان متغیرهای پژوهش، و نیز استقلال باقیمانده ها (عدم وجود همبستگی سریالی بین باقیمانده ها یا خطاها)، مقدمات آزمون فرضیات مورد طرح پژوهش با استفاده از آزمون های پارامتریک به انجام رسید.

نتایج همبستگی پیرسون میان استفاده ی مفرط از گوشی تلفن همراه با ۱۵ طرحواره ی ناسازگار اولیه و نیز اضطراب وجودی، از وجود رابطه ی معنادار با سطح اطمینان حداقل ۹۵ درصد میان استفاده ی مفرط از گوشی تلفن همراه با تمامی ۱۵ طرحواره ی ناسازگار اولیه و نیز اضطراب وجودی خبر می دهد ($p < 0.05$). جهت تمامی روابط، مثبت و بدین ترتیب، افزایش هر کدام از طرحواره های ناسازگار اولیه و یا اضطراب وجودی با افزایش میزان استفاده از گوشی تلفن همراه توأم می باشد.

به علاوه، بررسی شدت همبستگی ها نشان می دهد قوی ترین رابطه با استفاده ی مفرط از گوشی تلفن همراه به طرحواره ی اطاعت ($r = 0.41$) و ضعیف ترین آن به طرحواره ی معیارهای سرسختانه / عیب جوئی افراطی ($r = 0.16$) تعلق می یابد. شدت رابطه ی میان استفاده ی مفرط از گوشی تلفن همراه و اضطراب وجودی نیز 0.35 محاسبه گردیده که مقدار متوسطی به شمار می رود. فرضیه ی (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 (طرحواره های ناسازگار اولیه و اضطراب وجودی) قادرند بطور معناداری تغییرات استفاده ی 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 می آید) توسط متغیرهای پیشبین، تبیین شده است؛ بدین معنا که متغیرهای پیشبین مدل حاضر توانسته اند حدود ۴۶ درصد از تغییرات استفاده ی 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)، خویشن‌داری/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 ($p < ۰/۰۵$). بدین ترتیب، افزایش هریک 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:

نمره‌ی استفاده‌ی مفرط از گوشی تلفن همراه = $۳۵/۰۶ + (اطاعت) ۰/۶۶۵ + (خویشن‌داری/خودانضباطی ناکافی) ۰/۶۷۲ + (بی‌اعتمادی/بدرفتاری) ۰/۵۲۷ + (رهاشدگی/بی‌ثباتی) ۰/۴۲۷ + (نقص/شرم) ۰/۳۸۹ + (استحقاق/بزرگ‌منشی) ۰/۳۷۹ + (وابستگی/بی‌کفایتی) ۰/۳۶۸ + (اضطراب وجودی) ۰/۵۳۴$

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

متغیر مستقل	ضریب غیر استاندارد	خطای استاندارد	ضریب 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	
خویشن‌داری ناکافی	۰/۶۷۲	۰/۱۸۰	۰/۴۱۵	۳/۷۳	$< ۰/۰۰۱$	۱/۳۵	۰/۷۴۰	
بی‌اعتمادی/بدرفتاری	۰/۵۲۷	۰/۱۴۹	۰/۳۷۶	۳/۵۵	$< ۰/۰۰۱$	۱/۳۰	۰/۷۶۸	
رهاشدگی/بی‌ثباتی	۰/۴۲۷	۰/۱۷۲	۰/۲۹۵	۲/۴۸	۰/۰۱۵	۱/۴۲	۰/۷۰۲	
نقص/شرم	۰/۳۸۹	۰/۱۶۹	۰/۲۵۱	۲/۳۰	۰/۰۲۲	۱/۳۷	۰/۷۲۸	
استحقاق/بزرگ‌منشی	۰/۳۷۹	۰/۱۶۸	۰/۲۲۴	۲/۲۶	۰/۰۲۴	۱/۱۷	۰/۸۵۳	
وابستگی/بی‌کفایتی	۰/۳۶۸	۰/۱۷۰	۰/۱۸۷	۲/۱۶	۰/۰۳۴	۱/۴۶	۰/۶۸۵	
اضطراب وجودی	۰/۵۳۴	۰/۱۴۸	۰/۳۴۲	۳/۶۰	$< ۰/۰۰۱$	۱/۳۶	۰/۷۳۵	

توجه: $F = ۳۸/۴۱$ و $p \leq ۰/۰۰۱$ ، $R^2 = ۰/۴۶$ ، $DW = ۱/۹۰$

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 هرکدام 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 ($r = 0/23$) 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	$< 0/001$
رهاشدگی/بی‌ثباتی	۰/۳۸	$< 0/001$
بی‌اعتمادی/بدرفتاری	۰/۴۲	$< 0/001$
انزوا/اجتماعی / بیگانگی	۰/۴۴	$< 0/001$
نقص/شرم	۰/۴۶	$< 0/001$
شکست	۰/۵۵	$< 0/001$
وابستگی/بی‌کفایتی	۰/۴۹	$< 0/001$
آسیب‌پذیری	۰/۴۲	$< 0/001$
خود تحول نیافته/گرفتار	۰/۳۸	$< 0/001$
اطاعت	۰/۵۰	$< 0/001$
ایثار	۰/۲۳	$< 0/001$
بازداری هیجانی	۰/۴۲	$< 0/001$
معیارهای سرسختانه	۰/۲۳	$< 0/001$
استحقاق/بزرگ‌منشی	۰/۳۰	$< 0/001$
خویش‌داری ناکافی	۰/۴۲	$< 0/001$

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 آتالای و همکاران (۲۰۰۸) (هرچند با تمرکز بر نشانگان اختلال وسواس اجباری از طبقه‌ی اختلالات اجباری)، و قاسمی (۱۳۸۹)، رضوی، سلطانی‌نژاد و رفیعی (۱۳۹۱) و گربت، 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.

تائید 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، تائید 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، کلوسکو 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؛ به‌علاوه، 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، کلوسکو 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 روان‌درمانی اگزیستانسیال (یالوم، ۱۹۸۰؛ ترجمه‌ی حبیب، ۱۳۸۹) بعنوان تنها مرجع اساسی دردسترس، 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 گوتیز، 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 پیشین (و یا همبسته) در مصادیق موجود از هر طبقه‌ی اختلالات اعتیادی، اجباری، و ایذائی، کنترل‌تکانه، و سلوک بطور مجزاء (مانند اعتیاد به اینترنت و گوشی تلفن همراه از طبقه‌ی ایذائی، کنترل‌تکانه، 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 تائید 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 تیلیج 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 یافته های این پژوهش، تحقیقاتی مبنی بر آزمون همبستگی میان یک دلواپسی غائی بخصوص، مشخصا با یک (یا چند) طرحواره ی ناسازگار اولیه به شرح حداقلی زیر پیشنهاد می گردد:

- ۱: همبستگی آزادی با بازداری هیجانی
- ۲: همبستگی پوچی با طرحواره ی منفی گرائی/بدبینی و/یا دیگرجهت مندی
- هرچند، لازم به ذکر است به منظور اجرای طرحی از این دست، ابزاری جهت سنجش هریک از چهار زمینه ی وجودی مزبور بطور جداگانه، و نه در مجموعه ای یکپارچه و عمومی تحت عنوان اضطراب وجودی، ضروری به نظر می رسد، که در صورت عدم برخورداری از آن، تعبیه و طراحی ابزار مذکور نیز می تواند خود در جایگاه طرحی تحقیقاتی از نوع تحلیل عاملی، مورد نظر و اندیشه قرار گیرد.
- ۳: هنجاریابی و ترجمه ی دیگر مقیاس های سنجش اضطراب وجودی، و یا طراحی ابزاری دیگر (اعم از پرسشنامه و یا مصاحبه ای ساختارمند) برگرفته از مولفه های موجود در سایر الگوهای نظری روانشناسی وجودی در جبران کاستی های گزارش شده در پایائی و روائی ابزار مورد استفاده ی پژوهش حاضر و تکرار و راستی آزمائی نتایج حاصل از آن نیز پیشنهاد دیگر پژوهشگر را تشکیل می دهد.
- ۴: نهایتا، هنجاریابی ابزارهای مورد استفاده در این پژوهش در جامعه ی آماری متفاوت و با قابلیت بیشتر در تعمیم به سطوح مختلف جامعه نیز می تواند طرح پژوهشی دیگری را رقم بزند.

منابع

- آهی، قاسم؛ محمدی فر، محمدعلی؛ و بشارت، محمدعلی. (۱۳۸۶). پایائی و اعتبار فرم کوتاه پرسشنامه ی طرحواره های یانگ. *روانشناسی و علوم تربیتی (دانشگاه تهران)*، ۷۶، ۲۰-۵.
- بهشتیان، محمد. (۱۳۹۲). مقایسه ی طرحواره های ناسازگار اولیه ی دانشجویان دختر معتاد به اینترنت و غیرمعتاد. *پژوهشنامه ی 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، طیه؛ سعادت جو، علی رضا؛ شبانی، مجید؛ و صنوبری، محمد. (۱۳۹۲). بررسی شیوع وابستگی به موبایل و ارتباط آن با عزت نفس دانشجویان. *فصلنامه ی دانش و تندرستی*، ۸ (۴).
- زارعی محمودآبادی، حسن؛ و جمالی پاقلعه، حامد. (۱۳۹۵). پیشبینی اعتیاد به اینترنت از طریق طرحواره های ناسازگار اولیه در دانشجویان دانشگاه یزد. *دومین کنگره ی بین المللی توانمندسازی جامعه در حوزه ی علوم اجتماعی، روانشناسی و علوم تربیتی*. تهران، مرکز توانمندسازی مهارت های فرهنگی و اجتماعی جامعه. https://www.civilica.com/Paper-PECONF02-PECONF02_121.html
- سادوک، بنجامین؛ سادوک، ویرجینیا؛ و روئیز، پدرو. (۱۳۹۵). خلاصه ی روانپزشکی کاپلان و سادوک بر اساس DSM-5 (علوم رفتاری/روانپزشکی بالینی). ترجمه ی مهدی گنجی. ویراست یازدهم (چاپ دوم). تهران: انتشارات ساوالان.
- غباری بناب، باقر؛ خدایاری، محمد؛ شکوهی یکتا، محسن؛ و فقیهی، علی نقی. (۱۳۸۲). رابطه ی توکل به خدا با اضطراب، صبر و امیدواری در شرایط ناگوار در دانشجویان دانشگاه تهران. *همایش بین المللی نقش دین در بهداشت روان*، ۱.
- قاسمی، عبدالله. (۱۳۸۹). مقایسه ی طرحواره های ناسازگار اولیه در سه گروه عادی، معتاد به مواد سنتی و معتاد به مواد صنعتی. پایان نامه ی کارشناسی ارشد در رشته ی روانشناسی عمومی. دانشکده ی روانشناسی و علوم تربیتی. دانشگاه علامه طباطبائی.
- گل محمدیان، محسن؛ و یاسمی نژاد، پریرسا. (۱۳۹۰). هنجاریابی، روائی و پایائی مقیاس استفاده ی آسیب زا از تلفن همراه COS در دانشجویان. *یافته های نو در روانشناسی* (۱۹)، ۵۲-۳۷.
- نورعلیزاده میانجی، مسعود؛ و جان بزرگی، مسعود. (۱۳۸۹). رابطه ی اضطراب وجودی و اضطراب مرضی و مقایسه ی آن ها در سه گروه افراد بزهکار، عادی و مذهبی. *روانشناسی دین*، ۳ (۲)، ۲۹-۴۴.

یالوم، اروین دیوید. (۱۳۸۹). روان درمانی/اگزیزستانسیال. ترجمه ی دکتر سپیده حبیب. تهران: انتشارات نی.
یانگ، جفری ای.؛ کلوکسو، ژانت؛ و ویشار، مارجوری ای. (۱۳۹۶). طرحواره درمانی (راهنمای کاربردی برای متخصصان بالینی) (جلد اول). ترجمه ی دکتر حسن حمیدپور و دکتر زهرا اندوز. چاپ هفتم. تهران: انتشارات ارجمند.
یوسفی، افسانه. (۱۳۹۳). طرحواره های ناسازگار اولیه در اختلال وسواسی-اجباری. پایان نامه ی 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., & Przepiórkkaa, 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., González-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. Mjøhus, 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.