

## مقایسه طرحواره های ناسازگار اولیه و تمایز یافتگی خود در دانش آموزان دختر و پسر متوسطه دوم کرمانشاه

مینا احمدیان

دانشجوی کارشناسی ارشد مشاوره مدرسه، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد کرمانشاه.

### چکیده

پژوهش حاضر با هدف مقایسه طرحواره های ناسازگار اولیه و خودتمایز سازی در دانش آموزان (دختر و پسر) مدارس ناحیه ۲ کرمانشاه انجام گردید. در این مطالعه علی مقایسه ای، ۲۸۸ نفر (۱۳۷ دختر و ۱۵۱ پسر) با استفاده از روش نمونه-گیری خوشه ای چندمرحله ای انتخاب شدند. سپس همه افراد پرسشنامه های طرحواره های ناسازگار اولیه یانگ (نسخه ی دوم فرم کوتاه، ۲۰۰۵) و خودتمایز سازی (اسکورن و فرایدلندر ۱۹۸۸) را تکمیل نمودند. داده های بدست آمده با روش تحلیل واریانس یکراهه مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت. نتایج به دست آمده نشان داد که تنها در طرحواره معیارهای سرسختانه بین دو گروه دختر و پسر تفاوت وجود داشت و این تفاوت از نظر آماری معنادار بود. همچنین در خرده مقیاس های خودتمایز سازی تنها در مقیاس واکنش عاطفی و گسلش عاطفی بین دو گروه تفاوت معنادار وجود داشت. شاید بتوان علت این تفاوت ها را به نقش های قالبی جنسیتی مربوط دانست.

کلیدواژه ها: طرحواره های ناسازگار اولیه، خودتمایز سازی، جنسیت

## مقدمه

همزمان با رشد کودک، در شرایطی که رابطه کودک با همسالانش پیچیده‌تر می‌شود، کودک مهارت‌هایی را کسب می‌کند که خاص جنسیت اوست، و اقدام به فعالیت‌هایی می‌کند، که جامعه برای جنسیت او در نظر گرفته است. کودک در طول دوران رشد با این هنجارها رشد می‌کند و آنها بخشی از خصوصیات وی می‌شوند (تنن‌بام، احمد و مایو، ۲۰۱۷). به عقیده یانگ (۱۹۹۹)، به نقل از سلیگمن و همکاران، (۲۰۱۷) بین این تجارب رشدی و طرحواره‌ها در افراد رابطه به وجود می‌آید یکی از عواملی که طرحواره‌ها را تحت تاثیر قرار می‌دهد جنسیت است، زیرا هنجارهای اجنسیتهی در هر جامعه‌ای بخشی از فرهنگ آن جامعه است و نگرش‌هایی که با جنسیت مرتبط هستند روی طرحواره‌های شخص منعکس می‌شوند.

طرحواره‌های ناسازگار اولیه، موضوعات ثابت و درازمدتی هستند که در دوران کودکی به وجود می‌آیند، به بزرگسالی راه می‌یابند و تا حد زیادی ناکارآمدند. این طرحواره‌ها الگویی برای پردازش تجارب بعدی محسوب می‌شوند و اغلب نفوذ خود را بر سیستم پردازش اطلاعات در زیر آستانه هوشیاری اعمال می‌کنند (یانگ، ۱۹۹۹؛ به نقل از حمید پور، ۱۳۸۶). یانگ معتقد است که طرحواره‌های ناسازگار اولیه، قدیمی‌ترین مولفه‌های شناختی و باورها و احساسات غیرشرطی درباره خودمان هستند و از تعامل خلق و خوی فطری کودک با تجارب ناکارآمد او با والدین، خواهر و برادرها و همسالان در طی سالهای اولیه زندگی به وجود می‌آید و این طرحواره‌های غیرشرطی، آسیب‌پذیری و اشکال نوروتیک اختلالات و مشکلات روان‌شناختی را افزایش می‌دهد (یانگ، ۱۹۹۴؛ به نقل از کاملی، هاشم‌آبادی، شرعباف، ۱۳۹۹). آنها الگوهای خودتداوم‌بخش<sup>۳</sup> از خاطرات، هیجانات، شناخت‌ها، حواس و ادراکات انسان از محیط هستند. کار خود را از روی عادت و به راحتی انجام می‌دهند و هنگامی که فرد با چالشی مواجه می‌شود به جای تغییر طرح‌واره، اطلاعات دریافتی را تحریف می‌کند (یانگ، ۱۳۹۳).

یکی از عوامل دیگری که با جنسیت می‌تواند رابطه داشته باشد خودمتمایزسازی است. باون (۱۹۷۸) خودمتمایزسازی<sup>۵</sup> سطحی را بر اساس نظریه نظام‌های خانواده توصیف می‌کند که شخص قادر است در روابطش بین کارکرد عقلانی و عاطفی خود با صمیمیت و خودمختاری تعادل برقرار کند. بر اساس این نظریه حداقل چهار عامل، واکنش‌پذیری عاطفی<sup>۶</sup>، گسلس عاطفی<sup>۷</sup>، امتزاج با دیگران<sup>۸</sup> و توانایی به دست آوردن جایگاه من<sup>۹</sup> از پیش‌بینی‌کننده‌های سطح خودمتمایزسازی یک فرد است (دی‌کسار، ۲۰۰۸؛ گلید، ۲۰۰۵).

خودمتمایزسازی به عنوان یک سازه روانشناختی از مفاهیم اساسی نظریه بوئن است که آن را تفکیک خویشتن یا تفکیک من ترجمه کرده‌اند. این مفهوم، بیانگر آن است که افراد، چقدر قادرند بین فرآیند عقلی و احساسی خود، تفکیک قائل شوند. به عبارت دیگر درجه توانایی فرد برای اجتناب از تبعیت خودکار از احساسات، بیانگر میزان تفکیک خویشتن است (براوتی، نقشبندی و ارجمند، ۱۳۹۵). پژوهش‌های صورت گرفته در مورد خودمتمایزسازی بیش‌تر زوجها را در نظر گرفته و به دانش آموزان توجه چندانی نشده است. در حالی که دوران دانش‌آموزی مهمترین دوران تغییر و تحولات است. که یکی از اشکال تغییر که باید بدان توجه کرد استقلال از سوی خانواده است که دانش‌آموزان در این زمینه دچار مشکل می‌شوند. لذا توجه به این مسائل حائز اهمیت است. در این پژوهش سعی بر آن است که به مقایسه طرحواره‌های ناسازگار اولیه و

1 norms

2 Temperament

3 Self-perpetuating

4 Bowen

5 self-differentiation

6 emotional reactivity

7 emotional cut off

8 fusion with others

9 I-Position

10 De cease

11 Glade

خودمتمایزسازی در دانش آموزان بپردازیم که این امر به شناخت تفاوت‌های جنسیتی کمک می‌کند. در این زمینه پژوهشی یافت نشد که به مقایسه طرحواره‌های ناسازگار اولیه و خودمتمایزسازی در دانش آموزان پرداخته باشد.

### روش

این پژوهش از نوع بنیادی است و طرح مورد استفاده در این پژوهش از نوع طرح‌های علی-مقایسه‌ای است. جامعه آماری این پژوهش کلیه دانش آموزان متوسطه دوم (دختر و پسر) ناحیه ۲ کرمانشاه در سال ۱۴۰۳-۱۴۰۲ بود. نمونه‌ی مورد مطالعه شامل ۲۸۸ نفر (۱۳۷ دختر و ۱۵۱ پسر) بود. از جمله ملاک‌های ورود دانش آموزان به این پژوهش، دامنه سنی ۱۷-۱۵ سال و ملاک خروج از پژوهش، دانش آموزانی بودند که در این محدوده سنی قرار نداشتند. روش نمونه‌گیری از نوع خوشه‌ای چند مرحله‌ای و ابزار جمع‌آوری داده‌ها شامل پرسشنامه طرح‌واره ی یانگ (نسخه دوم فرم کوتاه، ۲۰۰۵) و پرسشنامه خودمتمایزسازی اسکورن و فرایدلندر (۱۹۸۸) بود.

**پرسشنامه طرح‌واره ی یانگ (نسخه دوم فرم کوتاه، ۲۰۰۵):** این پرسشنامه ۷۵ آیتم دارد که توسط یانگ بر پایه یافته‌های شمیت و همکاران برای ارزیابی ۱۵ طرح‌واره ناسازگار اولیه ساخته شده است. این ۱۵ طرح‌واره در درون پنج حوزه بریدگی و طرد، خودگردانی و عملکرد مختل، دیگر جهت‌مندی، گوش به زنگی بیش از حد و بازداری و محدودیت‌های مختل، مطابق با حوزه‌های تحولی اولیه قرار گرفته است. هر آیتم بر روی یک مقیاس شش درجه‌ای نمره‌گذاری می‌شود. شمیت و همکاران برای هر طرح‌واره ناسازگار اولیه ضریب آلفایی از ۰/۸۳ تا ۰/۹۶ به دست آوردند و ضریب بازآزمایی در جمعیت غیربالینی بین ۰/۵۰ تا ۰/۸۲ بود. پژوهش‌های دیگر نیز ساختار عاملی و روایی سازه این مقیاس را تایید کردند. در ایران آلفای کرونباخ این پرسشنامه را در جمعیت مونث ۰/۹۷ و در جمعیت مذکر ۰/۹۸ گزارش کرده‌اند. تحقیقات دیگر نیز اعتبار و روایی این پرسشنامه را تایید کردند. آلفای کرونباخ پرسشنامه در پژوهش حاضر برابر با ۰/۹۳ می‌باشد.

**پرسشنامه خودمتمایزسازی (DSI-R):** این پرسشنامه در سال ۱۹۸۸ توسط اسکورن و فرایدلندر ساخته شد و در سال ۲۰۰۳ توسط اسکورن و اسمیت مورد تجدید نظر قرار گرفت و پرسشنامه نهایی آن توسط جکسون در ۴۶ ماده بر مبنای نظریه بوئن ساخته شد و یونسی (۱۳۸۵) آن را در ایران هنجاریابی کرد. این پرسشنامه یک ابزار خودسنجی و خودگزارشی است و به منظور سنجش تمایز یافتگی افراد به کار می‌رود و تمرکز اصلی آن روی بزرگسالان، ارتباط‌های مهم و روابط فعلی آنها با خانواده است. آیتم‌های این پرسشنامه در یک طیف لیکرت از ۱ تا ۶، ۱ (اصلا در مورد من صحیح نیست) تا ۶ (خیلی در مورد من صحیح است) نمره‌گذاری می‌شوند. تمام پرسشنامه به صورت معکوس نمره‌گذاری می‌شود به جزء سوالات ۴-۷-۱۱-۱۵-۱۹-۲۳-۲۷-۳۱-۳۷-۴۳.

این مقیاس شامل چهار خرده مقیاس واکنش هیجانی، موقعیت من، گسلس عاطفی و آمیختگی با دیگران می‌باشد. حداکثر نمره واقعی در ۴۵ سوال ۲۷۴ و حداقل نمره ۴۶ خط برش هم ۱۳۸ است. یونسی (۱۳۸۵) ضرایب پایایی این پرسشنامه را به روش آلفای کرونباخ ۰/۸۵ محاسبه کرد. آلفای کرونباخ پرسشنامه در پژوهش حاضر ۰/۶۳ بود.

داده‌های بدست آمده توسط فراوانی، درصد فراوانی، میانگین، انحراف معیار و آزمون تحلیل واریانس یکراهه مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفتند.

### نتایج

کل نمونه مورد بررسی ۲۸۸ نفر بود که از تعداد ۱۳۷ نفر (۴۷/۶ درصد) دختر و ۱۵۱ نفر (۵۲/۴ درصد) پسر بودند.

جدول (۱) اطلاعات دموگرافیک کل نمونه مورد بررسی

| متغیرها | شاخص‌ها | فراوانی | درصد فراوانی |
|---------|---------|---------|--------------|
| جنس     | دختر    | ۱۳۷     | ۴۷/۶         |
|         | پسر     | ۱۵۱     | ۵۲/۴         |

در اینجا برای بررسی همگنی واریانس‌ها از آزمون پیش فرض لون استفاده شد نتایج نشان داد که در طرحواره‌های ناسازگار اولیه و خودتمایزسازی ( $P > 0/05$ ) است. در نتیجه شرط همگنی واریانس‌ها برقرار است و برای مقایسه دو گروه در خرده مقیاس‌های طرحواره‌های ناسازگار اولیه و خودتمایزسازی از آزمون تحلیل واریانس یک‌راهه استفاده شد. جدول (۲) خلاصه نتایج تحلیل واریانس طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه در حوزه بریدگی و طرد

| متغیرها             | گروهها | تعداد | میانگین | انحراف استاندارد | خطای استاندارد | مقدار f | سطح معناداری |
|---------------------|--------|-------|---------|------------------|----------------|---------|--------------|
| رها شدگی/بی‌ثباتی   | دختر   | ۱۳۷   | ۱۳/۹۳   | ۵/۰۹             | ۰/۴۳           | ۱/۸۲    | ۰/۱          |
|                     | پسر    | ۱۵۱   | ۱۳/۱۷   | ۴/۴۶             | ۰/۳۶           |         |              |
| بی-اعتمادی/بدرفتاری | دختر   | ۱۳۷   | ۱۲/۱۳   | ۴/۸۹             | ۰/۴۱           | ۰/۷     | ۰/۴          |
|                     | پسر    | ۱۵۱   | ۱۱/۶۲   | ۵/۴۵             | ۰/۴۴           |         |              |
| محرومیت هیجانی      | دختر   | ۱۳۷   | ۱۱/۴۳   | ۵/۷۶             | ۰/۴۹           | ۲/۹۸    | ۰/۰۸         |
|                     | پسر    | ۱۵۱   | ۱۲/۶۶   | ۶/۲۱             | ۰/۵            |         |              |
| نقص/شرم             | دختر   | ۱۳۷   | ۸/۲۵    | ۳/۳۲             | ۰/۲۸           | ۰/۰۹    | ۰/۷          |
|                     | پسر    | ۱۵۱   | ۸/۳۸    | ۳/۶۶             | ۰/۲۹           |         |              |
| انزوای اجتماعی      | دختر   | ۱۳۷   | ۱۰/۷۹   | ۴/۸۲             | ۰/۴۱           | ۱/۶۲    | ۰/۲          |
|                     | پسر    | ۱۵۱   | ۱۱/۵۶   | ۵/۴۴             | ۰/۴۴           |         |              |

جدول (۳) خلاصه نتایج تحلیل واریانس طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه در حوزه خودگردانی و عملکرد مختل

| متغیرها                     | گروهها | تعداد | میانگین | انحراف استاندارد | خطای استاندارد | مقدار f | سطح معناداری |
|-----------------------------|--------|-------|---------|------------------|----------------|---------|--------------|
| شکست                        | دختر   | ۱۳۷   | ۹/۴۷    | ۳/۸۷             | ۰/۳۳           | ۱/۲۸    | ۰/۲۵         |
|                             | پسر    | ۱۵۱   | ۸/۹۹    | ۳/۳۲             | ۰/۲۷           |         |              |
| بیکفایتی/وابستگی            | دختر   | ۱۳۷   | ۴/۶۶    | ۴/۶۱             | ۰/۳۹           | ۱/۱۷    | ۰/۲۷         |
|                             | پسر    | ۱۵۱   | ۹/۲۸    | ۵/۰۶             | ۰/۴۱           |         |              |
| آسیب پذیری به ضرر یا بیماری | دختر   | ۱۳۷   | ۸/۶۶    | ۴/۶۱             | ۰/۳۹           | ۱/۱۷    | ۰/۲۷         |
|                             | پسر    | ۱۵۱   | ۹/۲۸    | ۵/۰۶             | ۰/۴۱           |         |              |
| گرفتاری/خودتحوّل نیافته     | دختر   | ۱۳۷   | ۱۲/۸۴   | ۶/۲۱             | ۰/۵۳           | ۲/۷     | ۰/۰۹         |
|                             | پسر    | ۱۵۱   | ۱۱/۶۵   | ۴/۹۰             | ۰/۳۹           |         |              |

جدول (۴) خلاصه نتایج تحلیل واریانس طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه در حوزه محدودیت‌های مختل

| متغیرها       | گروهها | تعداد | میانگین | انحراف استاندارد | خطای استاندارد | مقدار f | سطح معناداری |
|---------------|--------|-------|---------|------------------|----------------|---------|--------------|
| استحقاق/بزرگ- | دختر   | ۱۳۷   | ۱۸/۰۹   | ۵/۲۹             | ۰/۴۵           | ۰/۸۸    | ۰/۳۴         |

|     |      |      |      |       |     |      |                                      |
|-----|------|------|------|-------|-----|------|--------------------------------------|
|     |      | ۰/۴۳ | ۵/۳۶ | ۱۷/۵۰ | ۱۵۱ | پسر  | منشی                                 |
| ۰/۳ | ۰/۸۳ | ۰/۵  | ۵/۸۶ | ۱۹/۴۲ | ۱۳۷ | دختر | خویشن داری /<br>خودانضباطی<br>ناکافی |
|     |      | ۰/۴۳ | ۵/۳۴ | ۱۸/۸۲ | ۱۵۱ | پسر  |                                      |

جدول (۵) خلاصه نتایج تحلیل واریانس طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه در حوزه دیگر جهت‌مندی

| متغیرها | گروهها | تعداد | میانگین | انحراف استاندارد | خطای استاندارد | مقدار f | سطح معناداری |
|---------|--------|-------|---------|------------------|----------------|---------|--------------|
| اطاعت   | دختر   | ۱۳۷   | ۹/۸۷    | ۴/۵۶             | ۰/۳۹           | ۰/۱۱    | ۰/۷          |
|         | پسر    | ۱۵۱   | ۹/۶۹    | ۴/۵۹             | ۰/۳۷           |         |              |
| ایثار   | دختر   | ۱۳۷   | ۱۷/۶۶   | ۵/۴۰             | ۰/۴۶           | ۱/۵     | ۰/۳          |
|         | پسر    | ۱۵۱   | ۱۶/۸۹   | ۵/۲۴             | ۰/۴۲           |         |              |

جدول (۶) خلاصه نتایج تحلیل واریانس طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه در حوزه گوش به زنگی بیش از حد

| متغیرها           | گروهها | تعداد | میانگین | انحراف استاندارد | خطای استاندارد | مقدار f | سطح معناداری |
|-------------------|--------|-------|---------|------------------|----------------|---------|--------------|
| بازداری هیجانی    | دختر   | ۱۳۷   | ۱۳/۹۵   | ۶/۷۱             | ۰/۵۷           | ۱       | ۰/۳          |
|                   | پسر    | ۱۵۱   | ۱۳/۱۹   | ۵/۷۷             | ۰/۴۷           |         |              |
| معیارهای سرسختانه | دختر   | ۱۳۷   | ۱۹/۷۴   | ۶/۱۱             | ۰/۵۲           | ۴/۸۵    | ۰/۰۲         |
|                   | پسر    | ۱۵۱   | ۱۸/۲۲   | ۵/۶۴             | ۰/۴۵           |         |              |

با توجه به جداول مشاهده می‌شود که بین دانش آموزان دختر و پسر فقط در طرحواره معیارهای سرسختانه تفاوت معنادار وجود دارد و در سایر طرحواره‌ها بین این دو گروه تفاوت معنادار وجود ندارد.

جدول (۷) خلاصه نتایج تحلیل واریانس خودمتمایزسازی

| متغیرها       | گروهها | تعداد | میانگین | انحراف استاندارد | خطای استاندارد | مقدار f | سطح معناداری |
|---------------|--------|-------|---------|------------------|----------------|---------|--------------|
| واکنش عاطفی   | دختر   | ۱۳۷   | ۳۵/۸۳   | ۶/۰۸             | ۰/۵۱           | ۱۰/۵۸   | ۰/۰۰۱        |
|               | پسر    | ۱۵۱   | ۳۳/۵۳   | ۵/۹۵             | ۰/۴۸           |         |              |
| حالت من       | دختر   | ۱۳۷   | ۳۴/۰۴   | ۶/۲۲             | ۰/۵۳           | ۰/۳۶    | ۰/۵۴         |
|               | پسر    | ۱۵۱   | ۳۴/۴۸   | ۶/۲۴             | ۰/۵۰           |         |              |
| گسلش عاطفی    | دختر   | ۱۳۷   | ۳۵/۴۸   | ۶/۴۶             | ۰/۵۵           | ۴/۴۳    | ۰/۰۳         |
|               | پسر    | ۱۵۱   | ۳۷/۰۹   | ۶/۴۵             | ۰/۵۲           |         |              |
| آمیختگی عاطفی | دختر   | ۱۳۷   | ۳۴/۶۲   | ۵/۵۲             | ۰/۴۷           | ۰/۰۳    | ۰/۸۴         |
|               | پسر    | ۱۵۱   | ۳۴/۷۵   | ۵/۷۵             | ۰/۴۶           |         |              |

همانگونه که در جدول ۷ مشاهده می‌شود بین دانش آموزان دختر و پسر در دو زیرمقیاس خودمتمایزسازی (واکنش عاطفی و گسلش عاطفی) تفاوت معنادار وجود دارد.

#### بحث

این مطالعه نشان داد که در طرحواره‌ی، معیارهای سرسختانه دختران نمرات بالاتری در مقایسه با پسران احراز نمودند. تفاوت میانگین معیارهای سرسختانه در دختران و پسران از نظر آماری معنادار بود. تاکنون تحقیقات قابل توجهی در این زمینه که طرحواره‌ها را در دختران و پسران مقایسه کند صورت نگرفته است. شاید این پدیده را بتوان با توجه به نظریه نقش‌های جنسیتی (بم، ۱۹۸۱) اینگونه تبیین کرد که چون در گذشته این طرحواره در ذهن جنس مونث به وجود آمده که پایین‌تر از جنس مذکر هستند در نتیجه همیشه دختران در پی این بوده‌اند که این نقص را جبران کنند. این باعث شده که در جبران جنبه افراط در پیش گرفته و معیارهای سرسختانه‌ای برای خود انتخاب کنند. از سویی با انتخاب معیارهای سرسختانه در پی تایید طلبی و جلب رضایت دیگران هستند. از سویی دیگر با توجه به اینکه در نقش‌های جنسیتی آسیب‌پذیری بیشتر، به دختران نسبت داده شده است در نتیجه این طرحواره در ذهن آنها ایجاد شده که برای رهایی از آسیب باید همواره گوش به زنگ و نگران باشند. در زیرمقیاس‌های خودمتمایزسازی نیز بین واکنش عاطفی و گسلش عاطفی در دختران و پسران تفاوت معنادار بود. در واقع میانگین واکنش عاطفی در دختران بالاتر از پسران بود و این تفاوت از نظر آماری معنادار بود. با توجه به نقش‌های جنسیتی (بم، ۱۹۸۱) دختران بیشتر احساساتی، عاطفی، مهربان و..... تعریف می‌شوند همین امر سبب شکل‌گیری این طرحواره در ذهن جنس مونث می‌شود، که دختران احساساتی هستند. در نتیجه بیشتر انرژی‌شان را به سمت تجربه و شدت احساساتشان متوجه ساخته‌اند. پوپکو (۲۰۱۴) معتقد است که برای چنین افرادی، احتمالاً مشکل است که در پاسخ به عاطفه دیگران آرام باقی بمانند چرا که آنها در یک دنیای عاطفی، به دام افتاده‌اند. در نتیجه قادر نیستند بین عملکردهای عاطفی و عقلانی تفاوت قائل شوند. همچنین نتایج پژوهش نشان داد که میانگین گسلش عاطفی در پسران بالاتر از دختران است و این تفاوت از نظر آماری معنادار است. با توجه به نقش‌های جنسیتی (بم، ۱۹۸۱) از آنجایی که در جامعه خصوصیات قالبی منتسب به جنس مذکر شامل: مستقل بودن، منطقی بودن، رقابت‌طلبی، برتری‌جویی و... است. در نتیجه پسران به خاطر ویژگی‌هایی همچون مستقل بودن که به آنها نسبت داده می‌شود ممکن است یک نمای افراطی از استقلال را نشان دهند و خودشان را از نظر عاطفی از دیگران جدا کنند چرا که صمیمیت را تهدیدی برای استقلال و قدرت خود می‌دانند.

#### منابع

- Bem, S.L. (1981). Gender schema theory: A cognitive account of sex – typing. *Psychological Review*, 88: 354 – 364.
- DeCesare, S.D. (2018). Anxiety and depression: selfdifferentiation as a unique predictor. *Unpublished doctoral dissertation, Faculty of psychology and counseling, Mary wood University, Utah.*
- Glade, A.C. (2015). Differentiation, marital satisfaction and depressive symptoms: an application of Bowen theory. *Unpublished doctoral dissertation, School of Family Research, The Ohio State University, Ohaio.*
- papko, O (2014). Differentiation and test anxiety in adolescents, university of Haifa. *Journal of adolscents*, vol 27, 645-6620.
- Seligman, M.E.P., Schulman, P., & Tryon, A. (2017). Group prevention of depression and anxiety symptoms. *Behavior Research & Therapy*, 45(6), 1111-1126.
- Skowron, E.A.,& Friedlander, M.L (1998). Differentiation of self and attachment in adulthood: relational correlates of effortful control. *Contemporary family therapy*, vol 26(3), pp.337357.

Tannenbaum, C., Ahmed, S., & Mayo, N. (2017). What drives older women's perceptions of health-related quality of life? *Quality of Life Research*, 16(4), 593-605.

Young, J. E., Klosko, J., & Weishaar, M. E. (2013). *Schema therapy: A practitioner guide*. New York: Guilford

کاملی، زهرا؛ قنبری هاشم آبادی، بهرامعلی؛ آقا محمدیان شعر باف، حمید (۱۳۹۰) بررسی اثربخشی گروه درمانی شناختی متمرکز بر طرحواره بر تعدیل طرحواره های ناسازگار اولیه در دختران نوجوان بی سرپرست و بد سرپرست. پژوهش های روان شناسی بالینی و مشاوره، ۱۱(۱)، ۸۳-۹۸.

گلدنبرگ، ایرنه. گلدنبرگ، هربرت (۱۳۸۶) خانواده درمانی، ترجمه: حمیدرضا حسین شاهی برواتی و سیامک نقشبندی و الهام ارجمند، تهران: انتشارات روان.

یانگ، جفری. کلوسکو، ژانت. ویشار، مارجوری (۱۳۹۶). طرحواره درمانی (راهنمای کاربردی برای متخصصین بالینی). ترجمه حسن حمیدپور و زهرا اندوز. تهران: ارجمند، جلد اول. ۳۷۶ص.