

Article type: Research Article

The Mediating Role of Psychological Flexibility and Emotion Regulation in the Relationship Between Positive Parenting Schemas and Psychological Well-Being in College Students

Fatemeh Khajeh Hasani Rabari¹ , Sunay Güngör² , Mehdi Akbarzadeh^{3✉} 

1. Master's student in clinical psychology, Department of Psychology, Neyshabur Branch, Islamic Azad University, Neyshabur, Iran. E-mail: hasani@iau-neyshabur.ac.ir
2. Assistant Professor, Gümüşhane University, Faculty of Literature, Department of Psychology, Gümüşhane, TURKIYE. E-mail: sunaygungor@gumushane.edu.tr
3. Corresponding author, Assistant Professor, Department of Psychology, Islamic Azad University, Neyshabor Branch, Neyshabor, Iran. E-mail: m.abarzadeh_phd_caco@iau.ac.ir

Article Info

Article history:

Received 28 May 2025

Revised form 6 September
2025

Accepted 19 September 2025

Keywords:

Psychological Flexibility,
Psychological Well-being,
Emotion Regulation,
Positive Parenting Schema.

ABSTRACT

Objective: The university period is one of the most stressful and challenging stages of life, accompanied by multiple academic, social, and personal changes. The present study aimed to investigate the mediating role of psychological flexibility and emotion regulation in the relationship between positive parenting schemas and psychological well-being among university students.

Methods: This descriptive-correlational study employed a structural equation modeling (SEM) design. The statistical population included all students of Islamic Azad University, Nishapur branch, during the second semester of 1402 (2023-2024), from which 250 students were selected through convenience sampling. Research instruments included the Acceptance and Action Questionnaire (Bond et al., 2011), the Positive Parenting Schema Questionnaire (Young, 2003), Ryff's Psychological Well-Being Scale (1989), and the Emotion Regulation Questionnaire (Gross & John, 2003). Data were analyzed using descriptive statistics.

Results: Findings indicated that positive parenting schemas had significant effects on emotion regulation ($r = 0.44$), psychological flexibility ($r = 0.33$), and psychological well-being ($r = 0.25$). Additionally, emotion regulation ($r = 0.17$) and psychological flexibility ($r = 0.32$) significantly affected psychological well-being ($p < 0.001$). Emotion regulation ($r = 0.07$) and psychological flexibility ($r = 0.10$) also served as mediators in the relationship between positive parenting schemas and psychological well-being.

Conclusions: Based on the findings, positive parenting schemas can enhance students' psychological well-being by promoting psychological flexibility and emotion regulation skills, thereby providing a foundation for their psychological and social growth.

Cite this article: Khajeh Hasani Rabari, F., Güngör, S., & Akbarzadeh, M. (2025). The mediating role of psychological flexibility and emotion regulation in the relationship between positive parenting schemas and psychological well-being in college students. *Cognit Strateg Learn*, 13(25), 57-74. <https://doi.org/10.22084/J.PSYCHOLOGY.2025.31250.2813>



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/).
Copyright © 2024 The Authors.

Publisher: Bu-Ali Sina University.

Extended Abstract

1. Introduction

University years represent a critical developmental period characterized by substantial academic, social, and personal transitions, often accompanied by elevated psychological stress. Research indicates that 12–50% of university students meet criteria for at least one psychological disorder, with 30% reporting high stress, 21% experiencing anxiety, and 12% showing depressive symptoms (Mendola et al., 2024). Surveys further suggest that 86% of students experienced psychological pressure, 61% reported deep sadness, and 46% faced hopelessness in the past year (Yakasi et al., 2022). Such stressors can impair academic performance, social functioning, and overall life satisfaction, highlighting the importance of identifying protective factors that support mental health.

Early life experiences, particularly positive parenting, play a pivotal role in shaping psychological well-being. Defined as warm, supportive, and consistent caregiving, positive parenting fosters secure attachment, adaptive coping, and emotional competence that persist into adulthood (Young et al., 2025). Positive parenting schemas—internalized cognitive frameworks derived from nurturing parental behaviors—affect key psychological capacities, including psychological flexibility and emotion regulation, which facilitate coping with academic and social challenges (Jean et al., 2024). These schemas encompass trust, self-acceptance, emotional expression, stable attachment, optimism, competence, autonomy, and self-care (McArthur et al., 2017). Empirical evidence demonstrates that individuals with positive parenting experiences report higher life satisfaction and healthier psychological profiles in young adulthood (Chin et al., 2019).

Psychological flexibility—the capacity to adapt thoughts, emotions, and behaviors in alignment with personal values—is strongly linked to resilience and well-being (Kromke, Dudek, & Sobzik-Kraszlinka, 2022; Proctor, Reiman, & Best, 2023). It enhances emotion regulation, enabling effective management of stress and emotional challenges (Gimon, Ivers, & Savard, 2019). Emotion regulation, particularly adaptive strategies such as cognitive reappraisal, mediates the impact of positive parenting on well-being, while maladaptive strategies like expressive suppression increase psychological distress (Gross, 1998; Shahid et al., 2025).

Given the high prevalence of mental health difficulties in students, understanding the mechanisms through which positive parenting supports psychological well-being is essential. This study investigates the mediating roles of psychological flexibility and emotion regulation in the relationship between positive parenting schemas and psychological well-being, providing insights for interventions to enhance resilience and mental health among university students.

2. Materials and Methods

This study employed a descriptive-correlational design using structural equation modeling (SEM). The target population consisted of all students at Islamic Azad University, Nishapur Branch, during the second semester of 2023–2024. A sample of 250 students was selected using convenience sampling, a method commonly applied in cross-sectional studies due to its accessibility, cost-effectiveness, and feasibility in university settings (Eitken et al., 2016). Inclusion criteria were voluntary informed consent, cognitive awareness, ability to understand the questions, and age above 20 years. To ensure alertness, a brief screening question (“What day of the week is it today?”) was administered before the main questionnaires; only participants who responded correctly were allowed to proceed. Exclusion criteria included refusal to participate and incomplete questionnaires. After

providing detailed instructions and obtaining consent, participants received the online survey link.

Data collection instruments included four standardized questionnaires. Psychological flexibility was measured using the Acceptance and Action Questionnaire-II (Bond et al., 2011), a seven-item Likert-scale instrument ranging from 1 (never) to 7 (always), with reverse scoring to calculate total flexibility (Didevar et al., 2022). Positive parenting schemas were assessed via the Positive Parenting Schema Questionnaire, comprising 76 items across 17 subscales on a six-point Likert scale (1 = strongly disagree to 6 = strongly agree) (Pettich et al., 2022; McArthur et al., 2017). Psychological well-being was evaluated using Ryff's 18-item short form covering six dimensions: self-acceptance, environmental mastery, positive relations, purpose in life, personal growth, and autonomy (Ryff, 1989). Emotion regulation was assessed through Gross and John's (2003) 10-item scale, including cognitive reappraisal and expressive suppression subscales rated on a 7-point Likert scale. Descriptive statistics, including means, standard deviations, and Pearson correlations, were analyzed using SPSS-26. SEM was performed with AMOS-24 to examine the proposed conceptual model and the mediating roles of psychological flexibility and emotion regulation. Reliability for all instruments in the current sample was acceptable, with Cronbach's alpha ranging from 0.72 to 0.87, confirming internal consistency.

3. Results

In the present study, the sample consisted of 250 students from universities in Tehran, including 178 females (71.2%) and 72 males (28.8%). The mean age of participants was 38.72 ± 15.38 years. Regarding educational level, 142 students (56.8%) were undergraduates, 83 (33.2%) were master's students, and 25 (10.0%) were doctoral students. In terms of marital status, 156 (62.4%) were single, and 94 (37.6%) were married. The Kolmogorov-Smirnov test indicated that all variables were normally distributed. The Durbin-Watson statistic (1.20) confirmed the absence of autocorrelation among residuals, and multicollinearity tests ($VIF < 5$, tolerance > 0.1) suggested no multicollinearity among predictors.

Correlation analysis revealed that positive parenting schemas were significantly positively correlated with emotion regulation ($r = 0.44$, $p < 0.01$) and psychological flexibility ($r = 0.28$, $p < 0.01$). Both emotion regulation ($r = 0.43$, $p < 0.01$) and psychological flexibility ($r = 0.37$, $p < 0.01$) were significantly associated with psychological well-being.

Table 1. Direct Effects of Variables

Path	Standardized β	t	p-value
Positive Parenting $\rightarrow$ Psychological Flexibility	0.33	6.90	0.001
Positive Parenting $\rightarrow$ Emotion Regulation	0.44	9.66	0.001
Positive Parenting $\rightarrow$ Psychological Well-Being	0.25	4.95	0.001
Psychological Flexibility $\rightarrow$ Psychological Well-Being	0.32	7.20	0.001
Emotion Regulation $\rightarrow$ Psychological Well-Being	0.17	3.62	0.001

Table 2. Indirect Effects via Mediation (Bootstrap 5000, 95% CI)

Path	Indirect Effect β	95% CI (Lower–Upper)	p-value	Mediation
Positive Parenting $\rightarrow$ Psychological Flexibility $\rightarrow$ Well-Being	0.10	0.061–0.152	0.001	Confirmed
Positive Parenting $\rightarrow$ Emotion Regulation $\rightarrow$ Well-Being	0.07	0.028–0.124	0.001	Confirmed

Model fit indices indicated an excellent fit: RMSEA = 0.07, CFI = 0.97, GFI = 0.97, $X^2/df = 2.59$, confirming the adequacy of the proposed structural model. In summary, positive parenting schemas were positively associated with psychological flexibility and emotion regulation, which in turn exerted significant direct and indirect effects on students' psychological well-being.

4. Discussion and Conclusion

The present study aimed to examine the mediating roles of psychological flexibility and emotion regulation in the relationship between positive parenting schemas and psychological well-being among university students. The findings revealed that positive parenting schemas were positively associated with psychological well-being both directly and indirectly through psychological flexibility and emotion regulation. This is consistent with prior research indicating that supportive and responsive parenting fosters adaptive coping strategies, emotional competencies, and overall mental health (Prime et al., 2023; Shrivastava & Sharma, 2022; Fassot et al., 2022; Abbas et al., 2022; Hossein & Kalati, 2021; Bazylianski & Cohen, 2021; Arsi Ocean et al., 2019; Siscente et al., 2019). Positive parenting experiences provide children with a foundation of emotional security, which translates into higher psychological flexibility and more effective emotion regulation in adulthood. Such skills allow individuals to reinterpret stressful situations, reduce emotional distress, and maintain focus on personal values, thereby enhancing well-being (You et al., 2025; Yang et al., 2024).

Moreover, psychological flexibility demonstrated a significant positive relationship with psychological well-being, highlighting its role as a protective factor enabling students to manage academic, interpersonal, and personal challenges effectively (Sarbasova et al., 2023). Similarly, emotion regulation, particularly cognitive reappraisal, was positively associated with well-being, whereas maladaptive strategies such as emotional suppression were linked to increased distress and reduced life satisfaction (Du & Liu, 2024; Sousa et al., 2024; Nelson & Cherry, 2024; Rehman et al., 2024).

These results underscore the pivotal role of positive parenting in shaping the emotional and psychological competencies of students. Educational and counseling interventions, such as life skills workshops, psychoeducational programs, and online counseling, can further enhance emotion regulation and psychological flexibility, ultimately promoting well-being (McDowall et al., 2024).

Limitations include the exclusive sampling of students from Tehran universities and the predominance of female participants, which may constrain generalizability. Future research should include diverse samples across regions, genders, and educational levels and explore cultural and environmental moderators of these relationships. Overall, the findings emphasize that nurturing parenting and the development of adaptive emotional and cognitive skills are critical for supporting students' mental health and resilience.

5. Ethical Considerations

Compliance with ethical guidelines: All ethical principles are considered in this article.

Funding: This research did not receive any grant from funding agencies in the public, commercial, or non-profit sectors.

Authors' contributions: All authors have participated in the design, implementation and writing of all sections of the present study.

Conflicts of interest: The authors declared no conflict of interest.

نقش واسطه‌ای انعطاف‌پذیری روان‌شناختی و تنظیم هیجان در رابطه طرح‌واره‌های مثبت فرزندپروری و بهزیستی روان‌شناختی در دانشجویان

فاطمه خواجه حسنی رابری^۱، سونای گونگور^۲، مهدی اکبرزاده^۳

۱. دانشجوی کارشناسی ارشد روانشناسی بالینی، واحد نیشابور، دانشگاه آزاد اسلامی، نیشابور، ایران. رایانامه: hasani@iau-neyshabur.ac.ir

۲. استادیار، گروه روانشناسی، دانشکده ادبیات، دانشگاه گوموشانه، گوموشانه، ترکیه. رایانامه: sunaygungor@gumushane.edu.tr

۳. نویسنده مسئول، استادیار، گروه روانشناسی، دانشکده علوم انسانی، واحد نیشابور، دانشگاه آزاد اسلامی، نیشابور، ایران. رایانامه:

m.abarzadeh_phd_caco@iau.ac.ir

اطلاعات مقاله	چکیده
تاریخچه مقاله:	هدف: دوران دانشجویی یکی از مراحل پرتنش و چالش‌برانگیز زندگی است که با تغییرات متعدد در زمینه‌های تحصیلی، اجتماعی و فردی همراه است. پژوهش حاضر با هدف بررسی نقش میانجی انعطاف‌پذیری روان‌شناختی و تنظیم هیجان در رابطه طرح‌واره‌های مثبت فرزندپروری و بهزیستی روان‌شناختی در دانشجویان انجام شد.
تاریخ دریافت: ۱۴۰۴/۰۳/۰۷	روش: این مطالعه به روش توصیفی - همبستگی و با طرح مدل‌یابی معادلات ساختاری (SEM) انجام گرفت. جامعه آماری شامل کلیه دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی واحد نیشابور در نیمه دوم سال ۱۴۰۲ بود که از میان آن‌ها ۲۵۰ نفر به روش نمونه‌گیری در دسترس انتخاب شدند. ابزار پژوهش شامل پرسش‌نامه پذیرش و عمل بوند و همکاران (۲۰۱۱)، پرسش‌نامه طرح‌واره مثبت فرزندپروری یانگ (۲۰۰۳)، مقیاس بهزیستی روان‌شناختی ریف (۱۹۸۹) و پرسش‌نامه تنظیم هیجان گراس و جان (۲۰۰۳) بود. برای تحلیل داده‌ها، آمار توصیفی (میانگین، انحراف معیار و همبستگی پیرسون) با نرم‌افزار SPSS-26 و آزمون مدل‌یابی معادلات ساختاری با نرم‌افزار AMOS-24 مورد استفاده قرار گرفت.
تاریخ بازنگری: ۱۴۰۴/۰۶/۱۵	یافته‌ها: نتایج نشان داد که اثر طرح‌واره‌های مثبت فرزندپروری بر تنظیم هیجان ($r^2=0/44$)، انعطاف‌پذیری روان‌شناختی ($r^2=0/33$)، بهزیستی روان‌شناختی ($r^2=0/25$)، اثر تنظیم هیجان بر بهزیستی روان‌شناختی ($r^2=0/17$) و اثر انعطاف‌پذیری بر بهزیستی روان‌شناختی ($r^2=0/32$) معنادار است ($p < 0/001$). همچنین تنظیم هیجان ($r^2=0/07$) و انعطاف‌پذیری روان‌شناختی ($r^2=0/10$) در رابطه طرح‌واره‌های فرزندپروری بر بهزیستی روان‌شناختی نقش میانجی را داشتند.
تاریخ پذیرش: ۱۴۰۴/۰۶/۲۸	نتیجه‌گیری: بر اساس یافته‌های این پژوهش، طرح‌واره‌های مثبت فرزندپروری می‌توانند از طریق ارتقا انعطاف‌پذیری روان‌شناختی و مهارت‌های تنظیم هیجان، به بهبود بهزیستی روان‌شناختی دانشجویان کمک کنند و بستر رشد روانی و اجتماعی آن‌ها را فراهم سازند.
کلیدواژه‌ها:	
انعطاف‌پذیری روان‌شناختی، بهزیستی روان‌شناختی، تنظیم هیجان، طرح‌واره مثبت فرزندپروری.	

استاد: خواجه حسنی رابری، فاطمه، گونگور، سونای و اکبرزاده، مهدی (۱۴۰۴). نقش واسطه‌ای انعطاف‌پذیری روان‌شناختی و تنظیم هیجان در رابطه طرح‌واره‌های مثبت فرزندپروری و بهزیستی روان‌شناختی در دانشجویان. *راهبردهای شناختی در یادگیری*، ۱۳(۲۵)، ۷۴-۵۷.

<https://doi.org/10.22084/J.PSYCHOLOGY.2024.29560.2710>

۱. مقدمه

سال‌های دانشگاه یکی از مراحل سرنوشت‌ساز در زندگی جوانان به شمار می‌رود که با دگرگونی‌های قابل توجه در ابعاد تحصیلی، اجتماعی و شخصی همراه است. این تغییرات معمولاً با فشارهای روانی چشمگیری توأم بوده و به افزایش شیوع اختلالات روان‌شناختی در میان دانشجویان منجر می‌شود؛ پژوهش‌ها نشان می‌دهند که حدود ۱۲ تا ۵۰ درصد از دانشجویان دانشگاه‌ها واجد معیارهای یک یا چند اختلال روانی شایع هستند (منلودا^۱ و همکاران، ۲۰۲۴). چنین فشارهای روانی نه تنها سلامت روان دانشجویان را تضعیف می‌کند، بلکه بر عملکرد تحصیلی و کیفیت کلی زندگی آن‌ها نیز اثر منفی می‌گذارد (علی^۲ و همکاران، ۲۰۲۴). حدود ۳۰ درصد از دانشجویان دارای سطح بالایی از استرس، ۲۱ درصد مبتلا به اضطراب و ۱۲ درصد دچار نشانه‌های افسردگی هستند. افزون بر این، گزارش‌ها حاکی از آن‌اند که ۸۶ درصد از دانشجویان احساس فشار روانی، ۶۱ درصد احساس غم عمیق و ۴۶ درصد تجربه ناامیدی را در طی یک سال گذشته تجربه کرده‌اند (کاوازا^۳ و همکاران، ۲۰۲۵). یکی از عوامل اساسی مؤثر بر سلامت روان دانشجویان، کیفیت تجربیات اولیه زندگی است، به‌ویژه آن دسته از تجربیاتی که تحت تأثیر طرح‌واره مثبت فرزندپروری شکل می‌گیرند.

طرح‌واره‌های مثبت فرزندپروری^۴ مفهومی که به ادراک فرد از رفتارهای حمایت‌گرانه، سازگارانه و امن والدین در دوران کودکی اشاره دارد (یانگ^۵ و همکاران، ۲۰۲۵). این طرح‌واره‌ها می‌توانند بنیان ویژگی‌هایی همچون بهزیستی روان‌شناختی، انعطاف‌پذیری روان‌شناختی و توانایی تنظیم هیجان را شکل دهند، مهارت‌هایی که نقش مهمی در مقابله با چالش‌های تحصیلی و اجتماعی دوران دانشجویی دارند (جین^۶ و همکاران، ۲۰۲۴). طرح‌واره‌های مثبت شامل اعتماد پایه، پذیرش خود/دوست داشتن خود، تحقق هیجانی، تعلق هیجانی، گشودگی هیجانی/خودانگیختگی هیجانی، موفقیت، سلامت و ایمنی پایه، اعتمادبه‌نفس/شایستگی، خود رشد یافته/مرزهای سالم، دل‌بستگی باثبات، جراتمندی/ابراز وجود، خوش‌بینی/امیدواری، خودکنترلی/خود انضباطی سالم، خودگردانی، انتظارات واقع‌بینانه، بخشش/شفقت با خود و نفع شخصی/خود مراقبتی سالم می‌شود (مک آرتور، استراتر و اسکولته^۷، ۲۰۱۷). طرح‌واره‌های مثبت از عملکردهای مثبت و رفتارهای سازگارانه‌ای تشکیل شده‌اند که در دوران کودکی و نوجوانی نیازهای هیجانی اصلی شخص توسط مراقبان اصلی به طور مناسب و کافی برآورده شده است (آکتاش و اوگر^۸، ۲۰۲۳). مطالعات اخیراً نشان داده‌اند که طرح‌واره مثبت فرزندپروری با بهزیستی روان‌شناختی در دوره جوانی و بزرگسالی ارتباط قوی و مثبتی دارند؛ به‌طوری‌که افراد دارای الگویی از فرزندپروری مثبت، در سطح بالاتری از رضایت از زندگی و علائم روانی سالم‌تری قرار دارند (چین^۹ و همکاران، ۲۰۱۹). یو^{۱۰} و همکاران (۲۰۲۵) گزارش کردند که طرح‌واره فرزندپروری مثبت با تقویت راهبردهای مقابله‌ای سازگار و بهبود تنظیم هیجان همراه است و این امر به افزایش حس ارزشمندی در نوجوانان کمک می‌کند. علاوه بر انعطاف‌پذیری روان‌شناختی، طرح‌واره مثبت فرزندپروری با راهبردهای مؤثر تنظیم هیجان نیز مرتبط هستند.

بهزیستی روان‌شناختی^{۱۱} مفهومی چندبعدی است که شامل ابعاد شناختی، هیجانی و اجتماعی زندگی فرد می‌شود و بر اساس مدل ریف (۱۹۸۹) در شش مؤلفه اصلی تعریف می‌گردد: پذیرش خود، روابط مثبت با دیگران، استقلال، تسلط بر محیط، هدفمندی در زندگی و رشد شخصی. پژوهش‌ها نشان داده‌اند که سطوح بالای بهزیستی روان‌شناختی می‌تواند به‌عنوان عامل حفاظتی در برابر مشکلات روانی و جسمی عمل کند (اسلیوسارنکو^{۱۲} و همکاران، ۲۰۲۲). از سوی دیگر، تجارب اولیه خانوادگی، به‌ویژه شیوه‌های فرزندپروری، نقش کلیدی در شکل‌گیری این ابعاد دارند. طرح‌واره‌های مثبت فرزندپروری به‌عنوان الگوهای ذهنی

1. Mendola

2. Ali

3. Kavvadas

4. Yang

5. Positive Parenting Schema

6. Jin

7. McArthur, Strother & Schulte

8. Aktaş & Uğur

9. Chen

10. You

11. Psychological well-being

12. Slyusarenko

درونی شده از تعاملات سازنده والدین، باعث تقویت عزت‌نفس، امنیت هیجانی و مهارت‌های اجتماعی می‌شوند (سان^۱ و همکاران، ۲۰۲۴؛ ژانگ^۲ و همکاران، ۲۰۲۳). علاوه بر آن، تجربه‌ی درد و ناراحتی جسمی و روانی در میان دانشجویان می‌تواند تأثیر منفی قابل توجهی بر بهزیستی روان‌شناختی آن‌ها داشته باشد و زمینه‌ساز کاهش عملکرد تحصیلی و اختلال در روابط اجتماعی شود (باربیانیس^۳ و همکاران، ۲۰۲۲).

هرچند سطح بهزیستی روان‌شناختی در افراد متفاوت است، اما این تفاوت‌ها تا حد زیادی به ویژگی‌های فردی مانند انعطاف‌پذیری روان‌شناختی^۴ بستگی دارد (اوزندر اونا^۵ و همکاران، ۲۰۲۳). انعطاف‌پذیری روان‌شناختی که یکی از ظرفیت‌های شناختی - هیجانی کلیدی انسان محسوب می‌شود، به توانایی تغییر و تنظیم افکار، احساسات و رفتار در پاسخ به موقعیت‌های متنوع و گاه متناقض اشاره دارد. این مفهوم شامل آگاهی لحظه‌ای، پذیرش تجربه‌های درونی و عمل بر اساس ارزش‌ها و اهداف فرد است (کرومکه^۶ و همکاران، ۲۰۲۲). افرادی که از انعطاف‌پذیری روان‌شناختی بالایی برخوردارند، معمولاً در مواجهه با چالش‌های عاطفی و استرس‌های زندگی، رویکردهای سازگارانه‌تری اتخاذ کرده و کمتر تحت تأثیر هیجانات منفی قرار می‌گیرند (اسمیت^۷ و همکاران، ۲۰۱۸). یافته‌های پژوهشی نشان می‌دهد که انعطاف‌پذیری روان‌شناختی نقش مهمی در ارتقای بهزیستی و سازگاری مؤثر با چالش‌های زندگی ایفا می‌کند، به گونه‌ای که افراد دارای این ویژگی معمولاً از سلامت عاطفی بالاتر و احساس شادی بیشتری برخوردارند. علاوه بر این، شواهد حاکی از آن است که افرادی با انعطاف‌پذیری شناختی بیشتر، توانایی بالاتری در تنظیم هیجان داشته و در مواجهه با موقعیت‌های تنش‌زا، دشواری کمتری را تجربه می‌کنند (پورکتور^۸ و همکاران، ۲۰۲۳؛ گیمون^۹ و همکاران، ۲۰۱۹).

پژوهش‌های اخیر اهمیت تنظیم هیجان^{۱۰} را به عنوان یک عامل میانجی کلیدی در رابطه بین طرح‌واره‌های مثبت فرزندپروری و بهزیستی روان‌شناختی بیان می‌کنند. شواهد نشان می‌دهد که فرزندپروری مقتدرانه، مهارت‌های تنظیم هیجان کودکان را تقویت می‌کند؛ مهارت‌هایی که برای مدیریت نشانه‌های درونی شده، از جمله اضطراب و افسردگی، اهمیت حیاتی دارند (شافن^{۱۱} و همکاران، ۲۰۲۵؛ مارتینز - لیبانو^{۱۲} و همکاران، ۲۰۲۵). تنظیم هیجان به فرایندهایی اطلاق می‌شود که از طریق آن‌ها افراد بر تجربیات، ابرازها و واکنش‌های هیجانی خود تأثیر می‌گذارند. مدل فرایندی گراس (۱۹۹۸) پنج مرحله متمایز برای تنظیم هیجان ارائه می‌دهد: انتخاب موقعیت، اصلاح موقعیت، استقرار توجه، تغییر شناخت و تعدیل پاسخ. دو راهبرد اصلی در این مدل شامل راهبردهای پیشایند مانند ارزیابی مجدد شناختی که شامل تغییر در تفسیر محرک‌های هیجانی است، و راهبردهای پسایند مانند سرکوب ابراز هیجانی است (شاهید^{۱۳} و همکاران، ۲۰۲۵). یافته‌های پژوهشی نشان می‌دهند که ارزیابی مجدد شناختی به عنوان یک راهبرد تنظیم هیجان سازگارانه، با سطوح بالاتر بهزیستی روان‌شناختی و کاهش پریشانی روانی همراه است. افرادی که از این راهبرد بهره می‌گیرند، معمولاً مشکلات روان‌شناختی کمتری را گزارش می‌کنند؛ در مقابل، افرادی که از راهبرد سرکوب هیجانات استفاده می‌کنند، میزان بالاتری از پریشانی روانی را تجربه می‌نمایند (سیا^{۱۴} و همکاران، ۲۰۲۴؛ شوم^{۱۵} و همکاران، ۲۰۲۴). داشتن طرح‌واره مثبت فرزندپروری، زمینه‌ساز پرورش مهارت‌های مؤثر تنظیم هیجان در کودکان است. این فرایند، در

1. Sun
2. Zhang
3. Barbayannis
4. Psychological flexibility
5. Özönder Ünal
6. Kroemeke
7. Smith
8. Proctor
9. Guimond
10. Emotion Regulation
11. Shofwan
12. Martínez-Líbano
13. Shahid
14. Sia
15. Shum

تعامل با شیوه‌های مراقبتی حمایتی، موجب تقویت مکانیزم‌های مقابله‌ای سازگارانه و کاهش بروز نشانه‌های درونی‌شده در کودکان می‌گردد (وو^۱ و همکاران، ۲۰۲۴).

باتوجه به افزایش مشکلات روان‌شناختی در میان دانشجویان و نقش کلیدی سلامت روان در موفقیت تحصیلی و اجتماعی، شناسایی عوامل مؤثر بر بهزیستی روان‌شناختی اهمیت ویژه‌ای دارد. طرح‌واره‌های مثبت فرزندپروری به‌عنوان تجارب اولیه حمایتی می‌توانند زیربنای شکل‌گیری مهارت‌های سازگارانه همچون انعطاف‌پذیری روان‌شناختی و تنظیم هیجان باشند؛ مهارت‌هایی که در مواجهه با فشارهای تحصیلی و اجتماعی دوران دانشگاه، نقش حفاظتی ایفا می‌کنند. بااین‌حال، پژوهش‌های کمی به بررسی هم‌زمان این دو متغیر به‌عنوان متغیر واسطه‌ای پرداخته‌اند و شکاف پژوهشی در شناخت روابط مستقیم و غیرمستقیم آن‌ها وجود دارد. نتایج این مطالعه می‌تواند مبنای طراحی مداخلات آموزشی و مشاوره‌ای در دانشگاه‌ها قرار گیرد و راهکارهای علمی برای ارتقا سلامت روان دانشجویان فراهم سازد؛ لذا پژوهش حاضر باهدف بررسی نقش میانجی انعطاف‌پذیری روان‌شناختی و تنظیم هیجان در رابطه طرح‌واره‌های مثبت فرزندپروری و بهزیستی روان‌شناختی در دانشجویان انجام شد.

۲. روش پژوهش^۲

روش اجرای این پژوهش توصیفی و طرح پژوهش همبستگی از نوع مدل‌یابی معادلات ساختاری است. جامعه آماری شامل کلیه دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی واحد نیشابور در نیمه دوم سال ۱۴۰۲ بود. برای تعیین حجم نمونه از فرمول کلاین (۲۰۰۵)، استفاده شد و نمونه حداقل ۲۵۰ نفر بود که به روش نمونه‌گیری در دسترس انتخاب و به پرسشنامه‌ها پاسخ دادند. روش نمونه‌گیری در دسترس به دلیل سهولت دسترسی به جامعه هدف، کاهش هزینه‌ها و امکان اجرای سریع در محیط دانشگاهی، به‌ویژه در مطالعات مقطعی، رایج است. از آنجا که هدف پژوهش بررسی روابط بین متغیرها و نه تعمیم نتایج به کل جمعیت بود، این روش نمونه‌گیری مناسب تشخیص داده شد (ایتکن^۳ و همکاران، ۲۰۱۶). معیارهای ورود به مطالعه شامل رضایت شرکت‌کنندگان در پژوهش، هوشیار بودن و توانایی فهمیدن سؤالات، سن بالای ۲۰ سال بود. به منظور ارزیابی هوشیار بودن، پیش از آغاز پرسشنامه اصلی، یک سؤال غربالگری ساده و کنترل‌شده «در حال حاضر چه روزی از هفته است؟» مطرح شد و تنها پاسخ‌دهندگانی که پاسخ صحیح ارائه کردند، اجازه ورود به پرسشنامه اصلی را داشتند. همچنین معیارهای خروج نیز شامل عدم رضایت به همکاری، ناقص بودن پرسشنامه در نظر گرفته شد. پس از ارائه توضیحات و اخذ رضایت، لینک پرسش‌نامه برخط جهت تکمیل از طریق شبکه‌های اجتماعی برای شرکت‌کنندگان ارسال شد. در این پژوهش ابتدا روش‌های آمار توصیفی مانند میانگین، انحراف معیار و همبستگی‌های پیرسون با کمک نرم افزار آماری SPSS-26 انجام گردید. پس از آن، الگویابی معادلات ساختاری SEM با استفاده از نرم افزار AMOS-24 برای ارزیابی مدل پیشنهادی صورت گرفت.

۲-۱. پرسش‌نامه پذیرش و عمل^۴: این مقیاس توسط بوند و همکاران (۲۰۱۱) جهت ارزیابی میزان انعطاف‌پذیری روان‌شناختی طراحی شده است و اجتناب تجربی و تمایل به اقدام با وجود افکار و احساسات ناخواسته را می‌سنجد. پاسخ‌های این مقیاس ۷ گویه‌ای در طیف لیکرت با ۷ درجه از هرگز (نمره ۱) تا همیشه (نمره ۷) ثبت می‌شوند. جهت ارزیابی میزان انعطاف‌پذیری روان‌شناختی، پاسخ‌ها به طور معکوس نمره‌گذاری می‌شوند (دیدهور و همکاران، ۱۴۰۱). جمع نمرات نمره کلی انعطاف‌پذیری روان‌شناختی را نشان می‌دهد. روایی و پایایی این مقیاس در ایران توسط ایمانی (۱۳۹۵) در نمونه‌ای از دانشجویان ایرانی تأیید شده است. پایایی این مقیاس در پژوهش کنونی با ضریب آلفای کرونباخ ۰/۸۵ مطلوب ارزیابی شد.

۲-۲. پرسش‌نامه طرح‌واره مثبت فرزندپروری^۵: این پرسش‌نامه شامل ۱۴ خرده مقیاس و ۷۶ سؤال است که جهت اندازه‌گیری طرح‌واره‌های سازگار اولیه در بزرگسالان ساخته شده است (پتیچ^۶ و همکاران، ۲۰۲۲). هر سؤال در یک مقیاس لیکرتی ۶ درجه‌ای از نمره ۱ (کاملاً غلط) تا نمره ۶ (کاملاً درست) نمره‌گذاری می‌شود. این نسخه ساختار عاملی مستقل از فرهنگ غربی

1. Wu

2. method

3. Etikan

4. Acceptance and Action Scale

5. Positive Parenting Schema Scale

6. Paetsch

و شرقی دارد که روایی سازه و پایایی درونی مطلوبی را نشان می‌دهد (مک آرتور و همکاران، ۲۰۱۷). لویس^۱ و همکاران (۲۰۱۸) روایی محتوایی پرسش‌نامه را بالاتر از ۰/۷۹ گزارش کردند. در ایران دیده‌ور و همکاران (۱۴۰۱) پایایی خرده مقیاس‌ها را بین ۰/۶۸ تا ۰/۸۷ اعلام کردند. همچنین آلفای کرونباخ پژوهش حاضر ۰/۸۷ گزارش شد.

۲-۳. پرسش‌نامه بهزیستی روان‌شناختی^۲: پرسش‌نامه بهزیستی روان‌شناختی توسط ریف در سال ۱۹۸۹ طراحی شده است. فرم کوتاه پرسش‌نامه دارای ۱۸ سؤال است. پاسخ به هر یک از سؤال‌ها روی طیفی ۶ درجه‌ای از کاملاً مخالف تا کاملاً موافق مشخص می‌شود (ریف، ۱۹۸۹). این پرسش‌نامه دارای ۶ بعد پذیرش خود، تسلط بر محیط، رابطه مثبت با دیگران، داشتن هدف در زندگی، رشد فردی و استقلال است. مجموع نمره‌های این شش بعد به عنوان نمره کل بهزیستی روان‌شناختی محاسبه می‌شود. نمره بیشتر بیانگر بهزیستی روان‌شناختی بهتر است. همبستگی نسخه کوتاه مقیاس بهزیستی روان‌شناختی ریف (۲۰۰۶) با مقیاس اصلی ۰/۷۰ تا ۰/۸۹ متغیر بوده است. در پژوهش ریف (۲۰۱۴) روایی این پرسش‌نامه ۰/۶۷ و پایایی آن از طریق آلفای کرونباخ ۰/۸۹ به دست آمد. نتایج پژوهش خانجانی و همکاران (۱۳۹۳) نشان داد الگوی شش عاملی این مقیاس از برازش خوبی برخوردار است و همسانی درونی آن با استفاده از آلفای کرونباخ برای شش عامل از ۰/۵۱ تا ۰/۷۶ گزارش کردند و برای کل مقیاس ۰/۷۱ به دست آورده‌اند. در این پژوهش پایایی پرسش‌نامه بهزیستی روان‌شناختی به روش آلفای کرونباخ معادل ۰/۷۲ به دست آمد.

۲-۴. پرسش‌نامه تنظیم هیجان^۳: این پرسش‌نامه توسط گراس و جان (۲۰۰۳) ساخته شده است. دارای ۱۰ گویه بوده و دو خرده مقیاس است که عبارت‌اند از بازداری هیجانی و باز ارزیابی شناختی. آزمودنی به هر گویه این مقیاس بر اساس مقیاس هفت‌درجه‌ای لیکرت از کاملاً موافقم تا کاملاً مخالفم پاسخ می‌دهد. دامنه نمرات در این مقیاس از ۱۰ تا ۷۰ می‌باشد. ضریب همسانی درونی در خرده مقیاس باز ارزیابی شناختی برای مردان ۰/۷۲ و برای زنان ۰/۷۹ می‌باشد. ضریب همسانی درونی در خرده مقیاس بازداری هیجانی برای مردان ۰/۶۷ و برای زنان ۰/۶۹ گزارش گردید. همچنین ضریب آلفای کرونباخ در تحقیق نریمانی و همکاران (۱۳۸۹) برای مقیاس باز ارزیابی شناختی ۰/۷۱ و برای بازداری ۰/۷۵ به دست آمد. ضریب آلفای کرونباخ مقیاس در این پژوهش ۰/۸۲ به دست آمد.

۳. یافته‌های پژوهش

میانگین و انحراف معیار سن کل نمونه $3/72 \pm 38/15$ سال بود. نمونه پژوهش حاضر شامل ۲۵۰ دانشجو بود که از نظر جنسیت، ۱۷۸ نفر (۷۱/۲٪) زن و ۷۲ نفر (۲۸/۸٪) مرد بودند. از نظر مقطع تحصیلی، ۱۴۲ نفر (۵۶/۸٪) در مقطع کارشناسی، ۸۳ نفر (۳۳/۲٪) در مقطع کارشناسی ارشد و ۲۵ نفر (۱۰/۰٪) در مقطع دکتری تحصیل می‌کردند. همچنین، از لحاظ وضعیت تأهل، ۱۵۶ نفر (۶۲/۴٪) مجرد و ۹۴ نفر (۳۷/۶٪) متأهل بودند.

برای پیش‌فرض طبیعی بودن متغیرهای پژوهش از آزمون کلموگروف - اسمیرنف استفاده شد. باتوجه به اینکه سطح معناداری، بزرگ‌تر از ۰/۰۵ بود، می‌توان گفت توزیع نمرات متغیرها نرمال است. به جهت بررسی استقلال خطاها از آزمون دوربین - واتسون^۴ استفاده شد؛ مقدار این آماره $1/20$ به دست آمد که نشان از عدم همبستگی بین خطاها داشت، زیرا دامنهٔ قابل قبول بین $1/5$ تا $2/5$ است (کیم و ها، ۲۰۱۶). برای بررسی هم‌خطی چندگانه بین متغیرهای پیش‌بین از عامل تورم واریانس^۵ و تحمل^۶ استفاده شد که نتایج نشان داد عدم هم‌خطی بین متغیرها برقرار است؛ زیرا دامنه‌ی تورم واریانس کمتر از ۵ و تحمل بالاتر از ۰/۱ به دست آمد. ابتدا میانگین و انحراف معیار همراه کجی و کشیدگی بررسی شد که نتایج آن در جدول ۱ ارائه شده است.

1. Louis
2. Psychological Well-being Scale
3. Emotion Regulation Scale
4. Durbin Watson
5. Kim & Ha
6. Variance Inflation Factor
7. Tolerance

نتایج جدول ۱ مقادیر کجی و کشیدگی بدست آمده برای توزیع نمرات متغیرهای مورد بررسی، بین ۲+ و ۲- است که نشان می‌دهد نمرات متغیرهای تحقیق، دارای توزیع نرمالی است. بنابراین امکان استفاده از آزمون‌های پارامتریک جهت آزمون فرضیه‌ها وجود دارد.

جدول ۱. میانگین، انحراف معیار، کجی و کشیدگی متغیرهای پژوهش و همبستگی بین متغیرهای پژوهش

متغیر	تعداد	میانگین	انحراف معیار	کجی	کشیدگی	۱	۲	۳
۱. طرح‌واره‌های مثبت فرزندپروری	۲۵۰	۳۸۲/۴۳	۱۲۸	-۰/۲۵۳	-۰/۱۸۰	-	-	-
۲. تنظیم هیجان (باز ارزیابی شناختی)	۲۵۰	۲۵/۴۹	۵/۹۵	-۰/۱۷۱	۰/۳۷۰	۰/۴۴**	-	-
۳. انعطاف‌پذیری روان‌شناختی	۲۵۰	۲۷/۳۰	۵/۵۷	-۰/۱۷۲	-۰/۱۶۱	۰/۲۸**	۰/۳۳**	-
۴. بهزیستی روان‌شناختی	۲۵۰	۱۷/۲۵	۳/۷۹	-۰/۲۳۸	۰/۹۱۱	۰/۴۰**	۰/۴۳**	۰/۳۷**

** = $P < ۰/۰۱$

نتایج جدول ۱ نشان می‌دهد، طرح‌واره‌های مثبت فرزندپروری با تنظیم هیجان ($r = ۰/۴۴$ و $P < ۰/۰۱$) و انعطاف‌پذیری روان‌شناختی ($r = ۰/۲۸$ و $P < ۰/۰۱$) رابطه‌ی مثبت و معناداری دارد. تنظیم هیجان با بهزیستی روان‌شناختی ($r = ۰/۴۳$ و $P < ۰/۰۱$) رابطه‌ی مثبت و معناداری دارد. انعطاف‌پذیری روان‌شناختی با بهزیستی روان‌شناختی ($r = ۰/۳۷$ و $P < ۰/۰۱$) رابطه‌ی مثبت و معناداری دارد. بین طرح‌واره‌های مثبت فرزندپروری با بهزیستی روان‌شناختی ($r = ۰/۴۰$ و $P < ۰/۰۱$) نیز رابطه‌ی مثبت و معناداری وجود دارد.

نمودار ۱ ضرایب مسیر بین متغیرهای پژوهش را نشان می‌دهد. در این مدل متغیر طرح‌واره‌های مثبت فرزندپروری به‌عنوان متغیرهای برون‌زا قرار گرفته که نقش مستقیم آن‌ها بر تنظیم هیجان و انعطاف‌پذیری و نقش مستقیم و غیرمستقیم آن‌ها بر بهزیستی روان‌شناختی مورد بررسی قرار گرفته است. در ادامه ضرایب مستقیم و غیرمستقیم روابط بین متغیرها در جدول ۲ ارائه شده است.

جدول ۲. ضریب استاندارد و سطوح معناداری اثرات مستقیم

متغیر	ضریب استاندارد	مقدار t	سطح معناداری
طرح‌واره مثبت فرزندپروری $\leftarrow$ انعطاف‌پذیری روان‌شناختی	۰/۳۳	۶/۹۰	۰/۰۰۱
طرح‌واره مثبت فرزندپروری $\leftarrow$ تنظیم هیجان	۰/۴۴	۹/۶۶	۰/۰۰۱
طرح‌واره مثبت فرزندپروری $\leftarrow$ بهزیستی روان‌شناختی	۰/۲۵	۴/۹۵	۰/۰۰۱
انعطاف‌پذیری روان‌شناختی $\leftarrow$ بهزیستی روان‌شناختی	۰/۳۲	۷/۲۰	۰/۰۰۱
تنظیم هیجان $\leftarrow$ بهزیستی روان‌شناختی	۰/۱۷	۳/۶۲	۰/۰۰۱

تجزیه و تحلیل داده‌های حاصل از روابط متغیرها از طریق ضرایب مستقیم در جدول ۲ نشان می‌دهد که اثرات طرح‌واره‌های مثبت فرزندپروری بر تنظیم هیجان، انعطاف‌پذیری روان‌شناختی و بهزیستی روان‌شناختی و اثر تنظیم هیجان و انعطاف‌پذیری بر بهزیستی روان‌شناختی مثبت و معنادار است.

جدول ۳. نتایج حاصل از بررسی اثرات غیرمستقیم

مسیر	اثر غیرمستقیم	فاصله اطمینان		سطح معناداری	نتیجه
		حد بالا	حد پایین		
طرح‌واره‌های مثبت فرزندپروری $\leftarrow$ انعطاف‌پذیری روان‌شناختی	۰/۱۰	۰/۰۶۱	۰/۱۵۲	۰/۰۰۱	تأیید میانجی
طرح‌واره‌های مثبت فرزندپروری $\leftarrow$ تنظیم هیجان	۰/۰۷	۰/۰۲۸	۰/۱۲۴	۰/۰۰۱	تأیید میانجی

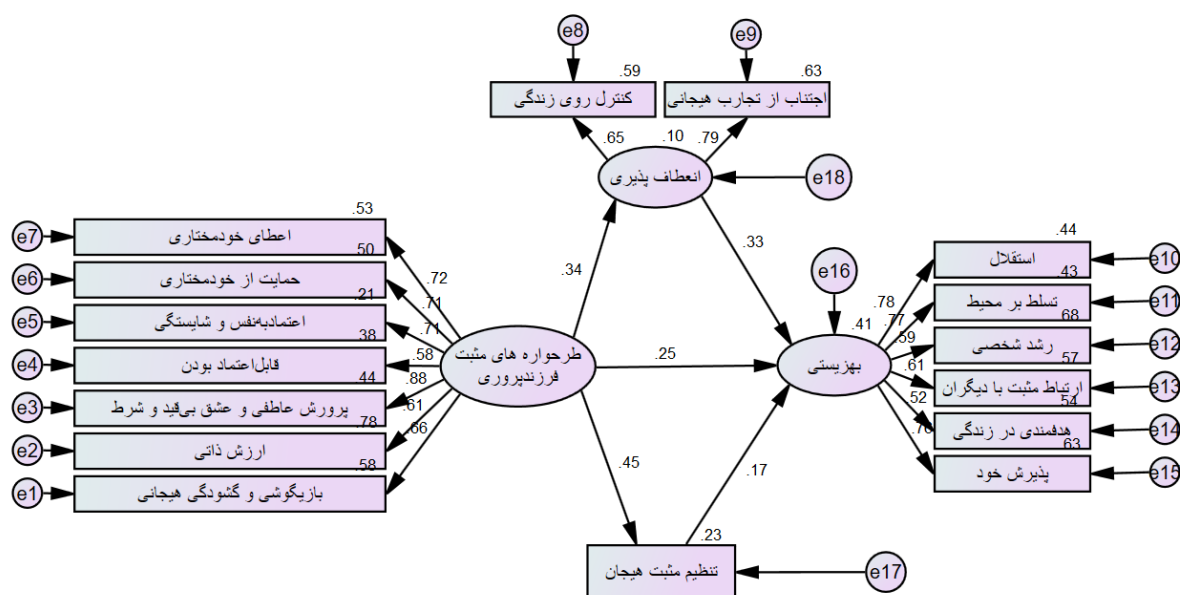
جهت بررسی معناداری اثر طرح‌واره‌های مثبت فرزندپروری بر بهزیستی روان‌شناختی از روش بوت‌استرپ استفاده شد که نتایج آن در جدول ۳ گزارش شده است. در روش بوت‌استرپ سطح اطمینان ۹۵ درصد و تعداد نمونه‌گیری مجدد بوت‌استرپ ۵۰۰۰ در نظر گرفته شده است. در این روش چنانچه حد پایین و جد بالا از صفر عبور نکنند، نقش میانجی معنادار است؛ با توجه به این امر،

اثر غیرمستقیم طرح‌واره‌های مثبت فرزندپروری بر بهزیستی روان‌شناختی از طریق انعطاف‌پذیری روان‌شناختی ($\beta = 0.10$)، با فاصله اطمینان 0.061 و 0.152)، تنظیم هیجان ($\beta = 0.07$)، با فاصله اطمینان 0.028 و 0.124) در سطح 0.001 معنادار است. همچنین جهت تعیین برازش کلی مدل، شاخص‌های برازش مدنظر قرار گرفت. شاخص‌های برازش مدل در جدول ۴ ارائه شده است.

جدول ۴. شاخص‌های برازندگی برای الگوی تدوین شده

شاخص‌های برازندگی الگو	RMSEA	CFI	GFI	X ² /df
دامنه پذیرش	0.08<	0.97>	0.97>	3<
مقادیر به دست آمده	0.07	0.97	0.97	2/59

باتوجه به جدول ۴ می‌توان گفت شاخص‌های برازش مدل پژوهش از نظر شاخص‌های معنی‌داری و برازش مورد تأیید است؛ زیرا طبق نظر کلاين^۱ (۲۰۰۵) در برازش مدل، نسبت خی دو به درجه آزادی (X^2/df) کمتر از ۳، برازش تطبیقی (CFI) و شاخص نیکویی برازش (GFI) بزرگ‌تر از ۰/۹۰ و ریشه میانگین مجذور خطا (RMSEA) کمتر از ۰/۰۸ نشان‌دهنده برازش مطلوب است.



شکل ۱. مدل اصلاح شده

بحث و نتیجه‌گیری

پژوهش حاضر با هدف بررسی نقش میانجی انعطاف‌پذیری روان‌شناختی و تنظیم هیجان در رابطه بین طرح‌واره‌های مثبت فرزندپروری و بهزیستی روان‌شناختی در دانشجویان انجام شد. نتایج نشان داد که طرح‌واره‌های مثبت فرزندپروری، هم به طور مستقیم و هم از طریق انعطاف‌پذیری روان‌شناختی و تنظیم هیجان، با بهزیستی روان‌شناختی رابطه مثبت دارند. این یافته با نتایج پژوهش‌های پرایم^۲ و همکاران (۲۰۲۳)، شریواستاوا و شارما^۳ (۲۰۲۲)، فاسوت^۴ و همکاران (۲۰۲۲)، عباس^۵ و همکاران (۲۰۲۲)، بازیلیانسکی و کوهن (۲۰۲۱)، آرسی اوشن^۶ و همکاران (۲۰۱۹) و همچنین سیسنتی^۷ و همکاران (۲۰۱۹) همسو بود. با این حال،

1. Prim
2. Shrivastava & Sharma
3. Fassot
4. Abbas
5. Arici-Ozcan
6. Secinti

برخی پژوهش‌ها مانند حسین و کلاتی (۲۰۲۱) ناهمسو بود. مطالعات تأکید کرده‌اند که تجارب فرزندپروری مثبت با ارتقاء سلامت روان، افزایش راهبردهای مقابله‌ای سازگارانه و بهبود توانمندی‌های هیجانی در فرزندان همراه است. تبیین این یافته چنین است که طرح‌واره‌های مثبت فرزندپروری زیربنای تجربه‌های عاطفی سالم در دوران کودکی محسوب می‌شوند. والدینی که پاسخ‌گو و حمایت‌گر هستند، چارچوب‌هایی ایجاد می‌کنند که نیازهای عاطفی فرزندان را به طور مؤثر برآورده می‌سازد. در نتیجه، این تجربه‌ها به شکل باورهای بنیادین مثبت ذخیره می‌شوند و در بزرگسالی به صورت انعطاف‌پذیری روان‌شناختی بیشتر و مهارت‌های تنظیم هیجان کارآمدتر بروز پیدا می‌کنند. این تفسیر با نتایج آرسی اوشن و همکاران (۲۰۱۹) همخوان است که نشان دادند فرزندپروری مثبت می‌تواند منجر به احساس ارزشمندی و راهبردهای مقابله‌ای سازگارانه‌تر در فرزندان شود. با این حال، شواهد پژوهشی، از جمله مطالعه حسین و کلاتی (۲۰۲۱)، حاکی از آن است که تأثیر طرح‌واره‌های فرزندپروری می‌تواند با توجه به زمینه‌های فرهنگی و محیطی متفاوت باشد و در برخی موارد، نقش واسطه‌ای متغیرهایی نظیر ویژگی‌های شخصیتی یا کیفیت روابط اجتماعی پرنسب‌تر گزارش شده است. بر این اساس، اگرچه یافته‌های پژوهش حاضر در مجموع با نتایج پیشین هم‌راستا است، برخی تفاوت‌های مشاهده‌شده را می‌توان به ویژگی‌های خاص جمعیت مورد مطالعه (دانشجویان ایرانی) یا ابزارهای سنجش به‌کاررفته نسبت داد.

یافته‌های تحقیقات اخیر نشان‌دهنده وجود رابطه مثبت و معنادار بین طرح‌واره مثبت فرزندپروری و انعطاف‌پذیری روان‌شناختی در دانشجویان است. نتایج یافته‌ها با پژوهش‌های راثول و همکاران (۲۰۲۵) و یو و همکاران (۲۰۲۵) همسو و با نتایج پی و همکاران (۲۰۲۴) و وو و همکاران (۲۰۲۳) ناهمسو بود. این طرح‌واره‌ها با ایجاد حمایت عاطفی و تجربه پذیرش در دوران کودکی، زمینه‌ساز شکل‌گیری چارچوب‌های شناختی انعطاف‌پذیر می‌شوند؛ چارچوب‌هایی که در بزرگسالی به صورت تاب‌آوری روان‌شناختی تجلی می‌یابند. شواهد پژوهشی متعدد نشان می‌دهد که محیط‌های پرورشی حمایت‌گر، توانمندی افراد را در مواجهه با موقعیت‌های دشوار، پذیرش و مدیریت هیجانات منفی، و پایبندی به ارزش‌های شخصی به‌ویژه در زمینه‌های تحصیلی و اجتماعی ارتقاء می‌بخشد (راثول و داوودی، ۲۰۲۵؛ یو و همکاران، ۲۰۲۵). پژوهش‌ها نشان داده‌اند افرادی که در کودکی حمایت عاطفی و احترام دریافت کرده‌اند، تمایل بیشتری به استفاده از تکنیک‌های سازگار مانند بازتفسیر شناختی دارند و کمتر از راهبردهای ناسازگار مانند سرکوب هیجانات بهره می‌برند (یانگ و همکاران، ۲۰۲۵؛ راثول و داوودی، ۲۰۲۵). این ویژگی، تاب‌آوری روانی را تقویت می‌کند و به دانشجویان امکان می‌دهد تا با شرایط چالش‌برانگیز به طور مؤثر مواجه شوند. با این حال، رابطه میان طرح‌واره مثبت فرزندپروری، تنظیم هیجان و انعطاف‌پذیری روان‌شناختی پیچیده است و به طور یکسان در همه افراد مشاهده نمی‌شود. راثول و داوودی (۲۰۲۵) نشان دادند که تفاوت‌های فردی، از جمله ویژگی‌های شخصیتی و زمینه‌های فرهنگی، می‌توانند روابط فرزندپروری و توسعه روان‌شناختی کودکان را تعدیل کنند و بدین ترتیب وابستگی تأثیر فرزندپروری به شرایط محیطی را آشکار سازند. بر این اساس، اگرچه فرزندپروری حمایتی به‌طور کلی مزایای بنیادین را فراهم می‌آورد، عوامل محیطی همچون فشارهای اجتماعی و کیفیت روابط همسالان نیز می‌توانند تأثیر قابل‌توجهی بر رشد هیجانی و روان‌شناختی کودکان داشته و موجب تفاوت در نتایج شوند (پی^۱ و همکاران، ۲۰۲۴؛ وو و همکاران، ۲۰۲۳).

یافته‌های پژوهش حاضر نشان‌دهنده وجود رابطه مثبت و معنادار بین انعطاف‌پذیری روان‌شناختی و بهزیستی روان‌شناختی در میان دانشجویان است. نتایج پژوهش حاضر با پژوهش‌های کرومکه و همکاران (۲۰۲۲)، نگن و همکاران (۲۰۲۴) و سارباسوا^۲ و همکاران (۲۰۲۳) همسو و پژوهش گولرچ^۳ و همکاران (۲۰۲۳) ناهمسو بود. انعطاف‌پذیری روان‌شناختی، همان‌طور که در ادبیات موضوع مطرح شده است، توانایی فرد در حفظ توجه به لحظه حال، پذیرش تجربه‌های هیجانی ناخوشایند و انجام رفتارهایی منطبق با ارزش‌ها و اهداف شخصی، حتی در مواجهه با موانع و فشارهای روان‌شناختی، تعریف می‌شود (کرومکه و همکاران، ۲۰۲۲). این ظرفیت نقش مهمی در توانایی دانشجویان برای مدیریت چالش‌های مختلف از جمله الزامات تحصیلی، روابط بین فردی و مسائل شخصی دارد و در نهایت منجر به ارتقای بهزیستی روان‌شناختی آن‌ها می‌شود. دانشجویانی که از سطوح بالاتری از انعطاف‌پذیری روان‌شناختی برخوردارند، توانایی بهتری در مدیریت پاسخ‌های خود به شرایط دشوار دارند. آن‌ها تمایل بیشتری به استفاده از راهبردهای حل مسئله سازگار دارند که به آن‌ها کمک می‌کند تا پاسخ‌های مؤثر بسازند و از رفتارهای ناسازگار مانند

1. Pei

2. Sarbassova

3. Güler

اجتناب پرهیز کنند (علی و همکاران، ۲۰۲۴). پژوهش‌ها نشان می‌دهند که این افراد در بازتفسیر شناختی شرایط مهارت دارند؛ آن‌ها قادرند موقعیت‌های چالش‌برانگیز را بازتعریف کنند، معناهای جدید از آن‌ها استخراج کنند و راه‌حل‌های متنوعی ارائه دهند (یوا و همکاران، ۲۰۲۴). این بازتفسیر شناختی نه تنها اثرات تجربه‌های ناخوشایند را کاهش می‌دهد، بلکه آن‌ها را به فرصت‌هایی برای رشد و یادگیری تبدیل می‌کند و اهمیت انعطاف‌پذیری روان‌شناختی در توسعه شخصی را آشکار می‌سازد. علاوه بر این، دانشجویانی که انعطاف‌پذیری روان‌شناختی بالاتری دارند، تمایل دارند حتی در مواجهه با مشکلات، دیدگاهی مثبت حفظ کنند. این رویکرد مثبت برای تقویت تاب‌آوری اهمیت دارد، زیرا به فرد امکان می‌دهد تجرب ناخوشایند را به‌عنوان فرصت‌هایی برای رشد شخصی ببیند (سارباسا و همکاران، ۲۰۲۳). در نتیجه، این دسته از دانشجویان غالباً سطوح بالاتری از رضایت از زندگی، خودکارآمدی و احساس معنا در زندگی را گزارش می‌کنند. اگرچه انعطاف‌پذیری روان‌شناختی نقش محافظتی در ارتقای بهزیستی دارد، عوامل خارجی مختلف مانند حمایت اجتماعی و فشارهای محیطی می‌توانند اثربخشی آن را تحت‌تأثیر قرار دهند (گولرچ و همکاران، ۲۰۲۳).

یافته‌های پژوهش حاضر نشان‌دهنده وجود رابطه مثبت و معنادار بین تنظیم هیجان و بهزیستی روان‌شناختی در میان دانشجویان است. نتایج پژوهش با پژوهش‌های دیو و لیو^۱ (۲۰۲۴)، سوسا^۲ و همکاران (۲۰۲۴)، نلسون و چری^۳ (۲۰۲۴)، رحمان و همکاران (۲۰۲۴)، یوا^۴ و همکاران (۲۰۲۴)، دسوسا^۵ و همکاران (۲۰۲۴)، لئو و همکاران (۲۰۲۴)، جیانگ^۶ و همکاران (۲۰۲۳) همسو بود. به طور خاص، استفاده مؤثر از راهبردهای سازگار مانند ارزیابی مجدد شناختی با ارتقای بهزیستی روان‌شناختی همراه است، درحالی‌که اتکای بیش از حد به راهبردهای ناسازگار مانند سرکوب هیجانات با کاهش بهزیستی مرتبط است (دیو و لیو، ۲۰۲۴). دانشجویانی که اغلب از سرکوب هیجانات استفاده می‌کنند، معمولاً با افزایش فشار روانی و نارضایتی مواجه می‌شوند که می‌تواند لذت کلی از زندگی آن‌ها را کاهش دهد (دسوسا و همکاران، ۲۰۲۴). در مقابل، افرادی که قادر به بازتفسیر شناختی موقعیت‌های استرس‌زا هستند، تنظیم هیجانی مؤثرتری دارند و در نتیجه سطوح بالاتری از شادی و سلامت روانی را گزارش می‌کنند (نلسون و چری، ۲۰۲۴). ارزیابی مجدد شناختی به‌عنوان توانایی فرد در بازتفسیر موقعیت‌ها به‌گونه‌ای که تهدید آن کاهش یافته یا معنای مثبت‌تری به آن نسبت داده شود، در مطالعات روان‌شناختی به‌عنوان یک مکانیسم اساسی برای تقویت بهزیستی روان‌شناختی شناخته شده است (رحمان و همکاران، ۲۰۲۴). دانشجویانی که از این راهبرد استفاده می‌کنند، نسبت به کسانی که هیجانات خود را سرکوب می‌کنند، اضطراب کمتری تجربه کرده و رضایت بیشتری از زندگی دارند (یوا و همکاران، ۲۰۲۴). این راهبرد سازگار نه تنها اثرات منفی استرس را کاهش می‌دهد، بلکه تاب‌آوری و نگرش مثبت را تقویت می‌کند و به دانشجویان کمک می‌کند تا با چالش‌های تحصیلی و شخصی خود بهتر مواجه شوند. علاوه بر این، پژوهش نشان داد که طرح‌واره‌های مثبت فرزندپروری از طریق نقش میانجی انعطاف‌پذیری روان‌شناختی تأثیر غیرمستقیم معناداری بر بهزیستی روان‌شناختی دانشجویان دارند. انعطاف‌پذیری روان‌شناختی به دانشجویان امکان می‌دهد تا در شرایط متغیر سازگار شوند، بر ارزش‌های درونی تمرکز داشته باشند و علی‌رغم فشارهای تحصیلی، عملکرد مؤثر خود را حفظ کنند (رحمان و همکاران، ۲۰۲۴). تحقیقات نشان می‌دهند که تجربه‌های مثبت فرزندپروری، ظرفیت بنیادینی برای دانشجویان فراهم می‌آورد و آن‌ها را توانمند می‌سازد تا با چالش‌های مختلف، از جمله اضطراب تحصیلی و تعارضات بین‌فردی، مؤثرتر مقابله کنند (لئو و همکاران، ۲۰۲۴). این یافته‌ها نشان می‌دهند که کیفیت فرزندپروری در دوران کودکی نقش مهمی در شکل‌گیری توانایی دانشجویان برای تنظیم هیجان و سازگاری با فشارها ایفا می‌کند و در نهایت به ارتقای بهزیستی روان‌شناختی آنان منجر می‌شود (جیانگ و همکاران، ۲۰۲۳).

همچنین نتایج حاکی از آن است که طرح‌واره‌های مثبت فرزندپروری از طریق میانجی‌گری تنظیم هیجان نیز اثر غیرمستقیم معناداری بر بهزیستی روان‌شناختی دارند. دانشجویانی که تجربه‌های مثبت فرزندپروری داشته‌اند، در بزرگسالی تمایل بیشتری به استفاده از راهبردهای سازنده در مدیریت هیجانات خود دارند. به‌جای سرکوب احساسات یا اجتناب از موقعیت‌های استرس‌زا، این

1. Du & Liu
2. de Sousa
3. Nelson & Cherry
4. Yao
5. de Sousa
6. Jiang

افراد از تکنیک‌هایی مانند ارزیابی مجدد شناختی برای درک و بازتعریف مؤثر شرایط دشوار استفاده می‌کنند (رضوی و همکاران، ۲۰۲۴). این رویکرد باعث کاهش فشارهای روانی و ارتقای بهزیستی روان‌شناختی می‌شود و با این اصل همسوست که محیط‌های پرورشی و حمایتگر، تنظیم هیجانی مؤثر را تقویت می‌کنند (مکدوال^۱ و همکاران، ۲۰۲۵). بنابراین، پژوهش بر نقش اساسی فرزندپروری مثبت در تقویت تاب‌آوری هیجانی و عملکرد روان‌شناختی سالم دانشجویان تأکید دارد.

انجام این پژوهش با محدودیت‌هایی همراه بود؛ نمونه پژوهش تنها شامل دانشجویان دانشگاه‌های شهر نیشابور بود و توزیع جنسیتی نمونه نامتقارن بود؛ بنابراین تعمیم نتایج به سایر دانشگاه‌ها و جمعیت مردان محدود است. همچنین ابزار پژوهش مبتنی بر خودگزارشی بود که احتمال سوگیری پاسخ و تأثیر عوامل فرهنگی-اجتماعی را افزایش می‌دهد و با توجه به طراحی همبستگی و مقطعی، امکان استنتاج علیت بین متغیرها محدود است. بر اساس یافته‌های پژوهش، توصیه می‌شود در مطالعات آینده نمونه‌های متنوع‌تری از نظر جنسیت، مقطع تحصیلی و موقعیت جغرافیایی انتخاب شود و نقش متغیرهای میانجی و زمینه‌ای دیگر، مانند حمایت اجتماعی، ویژگی‌های شخصیتی و کیفیت روابط همسالان، بررسی شود. همچنین انجام مطالعات طولی یا مداخلاتی می‌تواند امکان بررسی اثرات علی فرزندپروری مثبت و توسعه انعطاف‌پذیری و مهارت‌های تنظیم هیجان بر بهزیستی روان‌شناختی را فراهم کند. از منظر کاربردی، با توجه به نقش مثبت فرزندپروری، انعطاف‌پذیری روان‌شناختی و تنظیم هیجان در ارتقای بهزیستی، پیشنهاد می‌شود دانشگاه‌ها و مراکز مشاوره، برنامه‌های آموزشی و کارگاه‌های مهارت‌های زندگی برای تقویت انعطاف‌پذیری و تنظیم هیجان دانشجویان ارائه دهند، از ترکیب مشاوره فردی و گروه‌درمانی همراه با خدمات آنلاین استفاده شود و محیط‌های حمایتگر و فرصت‌های بازخورد مثبت در فضای دانشگاهی افزایش یابد تا توانایی دانشجویان در مدیریت فشارهای تحصیلی و ارتقای بهزیستی روان‌شناختی بهبود یابد.

تشکر و قدردانی

با سپاس فراوان از جویندگان و پژوهشگران علم و دانش در حوزه روان‌شناسی. شایان ذکر است این مطالعه بدون هرگونه حمایت مالی صورت گرفته است.

تعارض منافع

بنابر اظهار نویسندگان این مقاله تعارض منافی ندارد.

References

- Abbas, A., Ekowati, D., Suhariadi, F., & Hamid, S. A. R. (2022). Negative vs. positive psychology: A review of science of well-being. *Integrative Psychological and Behavioral Science*, 1-32. <https://doi.org/10.1007/s12124-022-09708-1>
- Aktaş, A., & Uğur, Ö. (2023). The effect of physical and psychological symptoms on spiritual well-being and emotional distress in inpatient cancer patients. *Supportive Care in Cancer*, 31(8), 473. <https://doi.org/10.1007/s00520-023-07945-7>
- Ali, M., Dhirani, M., & Fawad, F. (2024). Impact of depression on academic performance. *BMS*, 1(1), 34-45. <https://doi.org/10.48112/bms.v1i1.760>
- Arici-Ozcan, N., Cekici, F., & Arslan, R. (2019). The relationship between resilience and distress tolerance in college students: The mediator role of cognitive flexibility and difficulties in emotion regulation. *International Journal of Educational Methodology*, 5(4), 525-533. <https://doi.org/10.12973/ijem.5.4.525>
- Baziliansky, S., & Cohen, M. (2021). Emotion regulation and psychological distress in cancer survivors: A systematic review and meta-analysis. *Stress and Health*, 37(1), 3-18. <https://doi.org/10.1002/smi.2972>
- Bond, F. W., Hayes, S. C., Baer, R. A., Carpenter, K. M., Guenole, N., Orcutt, H. K.,... & Zettle, R. D. (2011). Preliminary psychometric properties of the Acceptance and Action Questionnaire-II: A revised measure of psychological inflexibility and experiential avoidance. *Behavior therapy*, 42(4), 676-688. <https://doi.org/10.1016/j.beth.2011.03.007>

- Chen, Y., Haines, J., Charlton, B. M., & VanderWeele, T. J. (2019). Positive parenting improves multiple aspects of health and well-being in young adulthood. *Nature human behaviour*, 3(7), 684-691. <https://doi.org/10.1186/s12912-024-01832-0>
- Coates McDowall, H., Rimfeld, K., & Krishnan, S. (2025). Cognitive reappraisal reduces academic anxiety in university students with dyslexia. *Mind, Brain, and Education*, 19(1), 18-31. <https://doi.org/10.1111/mbe.12434>
- de Sousa, J. C. P., de Castro Soares, M. J., Amaral, A. P. M., Pereira, A. T. F., & e Santos, A. F. D. M. (2024). Psychological Distress During COVID-19: Its Association With Stress, Emotion Regulation, and Sleep. *Sleep Medicine Research*, 15(1), 19-28. <https://doi.org/10.17241/smr.2023.01963>
- Didevar, R., Zarqam, E., & Kourayem, M. A. (2022). Young Positive Schema Questionnaire (YPSQ): Psychometric properties and factor structure of Persian version in female students. *Applied Family Therapy Journal (AFTJ)*, 3(4), 366-387. <https://doi.org/10.61838/kman.aftj.3.4.20> [In Persian]
- Du, W., & Liu, L. (2024). *Examining the Role of Peace of Mind, Gratitude, and Positive Reappraisal in Predicting Psychological Well-being Among College Students*. <https://doi.org/10.21203/rs.3.rs-4476792/v1>
- Etikan, I., Musa, S. A., & Alkassim, R. S. (2016). Comparison of convenience sampling and purposive sampling. *American Journal of Theoretical and Applied Statistics*, 5(1), 1-4. <https://doi.org/10.11648/j.ajtas.20160501.11>
- Gross, J. J. (1998). Antecedent- and response-focused emotion regulation: Divergent consequences for experience, expression, and physiology. *Journal of Personality and Social Psychology*, 74(1), 224-237. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.74.1.224>
- Gross, J. J., & John, O. P. (2003). Individual differences in two emotion regulation processes: implications for affect, relationships, and well-being. *Journal of personality and social psychology*, 85(2), 348-362. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.85.2.348>
- Guimond, A. J., Ivers, H., & Savard, J. (2019). Is emotion regulation associated with cancer-related psychological symptoms?. *Psychology & Health*, 34(1), 44-63. <https://doi.org/10.1080/08870446.2018.1514462>
- Güler, K., Demir, Z. G., & Yurtseven, C. S. (2024). Investigation of the relationship between childhood traumas, psychological resilience, cognitive flexibility and emotion regulation skills in adults. *The European Research Journal*, 1-12. <https://doi.org/10.18621/eurj.1279884>
- Imani, M. (2016). An investigation of the factor structure of the Psychological Flexibility Questionnaire among university students. *Journal of Studies in Learning and Instruction*, 8(1), 162-181. <https://doi.org/10.22099/jsli.2016.3830> [In Persian]
- Jiang, Y., Qiao, T., Zhang, Y., Wu, Y., & Gong, Y. (2023). Social support and vicarious posttraumatic growth among psychological hotline counselors during COVID-19: the role of resilience and cognitive reappraisal. *Health Psychology and Behavioral Medicine*, 11(1), 2274550. <https://doi.org/10.1080/21642850.2023.2274550>
- Jin, Y., Wang, Y., Liu, S., Niu, S., Sun, H., Liu, Y., & Liu, N. (2024). The relationship between stressful life events and depressive symptoms in college students: mediation by parenting style and Gender's moderating effect. *Psychology Research and Behavior Management*, 1975-1989. <https://doi.org/10.2147/PRBM.S461164>
- Kavvadas, D., Kavvada, A., Karachrysafi, S., Papaliagkas, V., Chatzidimitriou, M., & Papamitsou, T. (2023). Stress, anxiety, and depression levels among university students: three years from the beginning of the pandemic. *Clinics and Practice*, 13(3), 596-609. <https://doi.org/10.3390/clinpract13030054>
- Khanjani, M., Shahidi, S., Fathabadi, J., Mazaheri, M. A., & Shokri, O. (2014). Factor structure and psychometric properties of the Ryff's scale of Psychological well-being, short form (18-item) among male and female students. *Thoughts and Behavior in Clinical Psychology*, 9(32), 27-36. [In Persian] <https://sanad.iau.ir/en/Journal/jtbcp/Article/1118221>

- Kroemeke, A., Dudek, J., & Sobczyk-Kruszelnicka, M. (2022). The role of psychological flexibility in the meaning-reconstruction process in cancer: The intensive longitudinal study protocol. *PLoS One*, 17(10), e0276049. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0276049>
- Louis, J. P., Wood, A. M., Lockwood, G., Ho, M. H. R., & Ferguson, E. (2018). Positive clinical psychology and schema therapy (ST): The development of the Young Positive Schema Questionnaire (YPSQ) to complement the Young Schema Questionnaire 3 Short Form (YSQ-S3). *Psychological Assessment*, 30(9), 1199. <https://doi.org/10.1037/pas0000567>
- Lu, K. (2024). A study of emotion regulation in learning English for high school students: Taking the affiliated high school to Hangzhou Normal University students as a case study. *Communications in Humanities Research*, 33(1), 65-73. <https://doi.org/10.1037/edu0000800>
- Martínez-Líbano, J., Serey, A. K., & Barahona-Fuentes, G. (2025). Emotional Regulation and Subjective Well-Being in Adolescents: A Systematic Review. *Mental Health: Global Challenges Journal*, 8(1), 14-26. <https://doi.org/10.56508/mhgcj.v8i1.240>
- McArthur, B. A., Strother, D., & Schulte, F. (2017). Positive schemas, psychopathology, and quality of life in children with pediatric cancer: A pilot study. *Journal of Psychosocial Oncology*, 35(3), 362-375. <https://doi.org/10.1080/07347332.2017.1283655>
- Mendola, M., Masi, F., Castiglione, R., Soriano, A., Zazou, S., Tonelli, F., & Carrer, P. (2024). Mental Disorders Among Healthcare Students Attending a Large University Hospital in Milan, Italy. *La Medicina del Lavoro*, 115(2), e2024009. <https://doi.org/10.23749/mdl.v115i2.15168>
- Narimani, M., Ariapooran, S., Abolghasemi, A., & Ahadi, B. (2010). Comparison of the effectiveness of mindfulness training and emotion regulation on mental health in victims of chemical weapons. *Clinical Psychology Journal*, 2(4), 61-71. <https://doi.org/10.22075/jcp.2017.2039> [In Persian]
- Nelson, T., & Cherry, M. (2024). Sister Outsider: Superwoman Schema, Emotion Regulation, and Psychological Distress Among Black College Women. *Journal of Black Psychology*, 00957984241284985. <https://doi.org/10.1177/00957984241284985>
- Ning, M., Chen, Q., Li, Y., & Huang, C. (2024). Psychological flexibility profiles and mental health among university students with left-behind experience: a latent profile analysis. *Child Psychiatry & Human Development*. <https://doi.org/10.1007/s10578-024-01720-3>
- Özönder Ünal, I., Ünal, C., Duymaz, T., & Ordu, C. (2023). The relationship between psychological flexibility, self-compassion, and posttraumatic growth in cancer patients in the COVID-19 pandemic. *Supportive Care in Cancer*, 31(7), 428. <https://doi.org/10.1007/s00520-023-07891-4>
- Paetsch, A., Moultrie, J., Kappelmann, N., Fietz, J., Bernstein, D. P., & Kopf-Beck, J. (2022). Psychometric properties of the german version of the young positive schema questionnaire (YPSQ) in the general population and psychiatric patients. *Journal of Personality Assessment*, 104(4), 522-531. <https://doi.org/10.1080/00223891.2021.1966020>
- Pei, F., Yoon, S., Zhai, F., & Gao, Q. (2023). Environment matters: How are neighborhood structural indexes associated with parenting stress among Asian immigrant families?. *Plos one*, 18(11), e0293594. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0293594>
- Prime, H., Andrews, K., Markwell, A., Gonzalez, A., Janus, M., Tricco, A. C., ... & Atkinson, L. (2023). Positive parenting and early childhood cognition: A systematic review and meta-analysis of randomized controlled trials. *Clinical child and family psychology review*, 26(2), 362-400. <https://doi.org/10.1007/s10567-022-00423-2>
- Proctor, C. J., Reiman, A. J., & Best, L. A. (2023). Cancer, now what? A cross-sectional study examining physical symptoms, subjective well-being, and psychological flexibility. *Health Psychology and Behavioral Medicine*, 11(1), 2266220. <https://doi.org/10.1080/21642850.2023.2266220>
- Razavi, S., Khajepour, L., & Moltafet, G. (2024). The causal model of cognitive emotion regulation: maladaptive early schemas and parenting styles. *JAYPS*, 5(6), 68-77. <https://doi.org/10.61838/kman.jayps.5.6.8>

- Rehman, S., Addas, A., Rehman, E., & Khan, M. N. (2024). The mediating roles of self-compassion and emotion regulation in the relationship between psychological resilience and mental health among college teachers. *Psychology Research and Behavior Management*, 4119-4133. <https://doi.org/10.2147/PRBM.S491822>
- Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6), 1069-1081. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.57.6.1069>
- Ryff, C. D. (2014). Psychological well-being revisited: Advances in the science and practice of eudaimonia. *Psychotherapy and Psychosomatics*, 83(1), 10-28. <https://doi.org/10.1159/000353263>
- Ryff, C. D., & Singer, B. H. (2006). Best news yet on the six-factor model of well-being. *Social Science Research*, 35(4), 1103-1119. <https://doi.org/10.1016/j.ssresearch.2006.01.002>
- Sarbassova, G., Kudaibergenova, A., Madaliyeva, Z., Kassen, G., Sadvakassova, Z., Ramazanov, S., & Ryskulova, M. (2024). Diagnostics of psychological flexibility and the ability to cope with the inevitable changes among psychology students. *Current Psychology*, 43(6), 5364-5376. <https://doi.org/10.1007/s12144-023-04712-z>
- Secinti, E., Tometich, D. B., Johns, S. A., & Mosher, C. E. (2019). The relationship between acceptance of cancer and distress: A meta-analytic review. *Clinical Psychology Review*, 71, 27-38. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2019.05.001>
- Shahid, M. S., Tariq, S., Sajjad, M., Nadeem, H. A., Rahman, R., & Sarfraz, S. (2025). Parental Emotional Abuse and Psychological Well-Being: The Role of Expressive Suppression as a Mediator and Cognitive Reappraisal as a Moderator among Adolescents in Pakistan. *Journal of Asian Development Studies*, 14(1), 524-535. <https://doi.org/10.62345/jads.2025.14.1.41>
- Shi, Z., Qu, Y., Wang, Q., & Li, Y. (2024). Parental psychological control and emotional well-being among emerging adults: The moderating role of parent-oriented self-construals. *International Journal of Behavioral Development*, 48(3), 261-268. <https://doi.org/10.1177/01650254241233545>
- Shofwan, A. M., Akhtar, S., & Amin, R. (2025). The Influence of Parenting Patterns on the Mental Health of School-Age Children. *International Journal of Educational Narratives*, 3(1), 44-55. <https://doi.org/10.70177/ijen.v3i1.2152>
- Shrivastava, O., & Sharma, P. (2022). Influence of Parenting on Maladaptive Schemas and Emotion Regulation in Adolescents Presenting With Self-Injurious Behavior in a Tertiary Care Hospital of North India. *Journal of Indian Association for Child and Adolescent Mental Health*, 18(2), 167-175. <https://doi.org/10.1177/09731342221120714>
- Shum, C., Dockray, S., & McMahon, J. (2025). The relationship between cognitive reappraisal and psychological well-being during early adolescence: A scoping review. *The Journal of Early Adolescence*, 45(1), 104-133. <https://doi.org/10.1177/02724316241231918>
- Sia, S. K., & Aneesh, A. (2024). Single-parent adolescents' resilience and psychological well-being: the role of social competence and emotion regulation. *Journal of Indian Association for Child and Adolescent Mental Health*, 20(3), 205-211. <https://doi.org/10.1177/09731342241239441>
- Slyusarenko, O., Talanova, Z., Debych, M., Levkulych, V., & Shchegliuk, D. (2022). Personal Development as a Key Criterion for Higher Education Quality. *Wisdom*, (3S (4)), 168-177. <https://doi.org/10.24234/wisdom.v4i3.894>
- Smith, E., Gow, A., Forsyth, L., Bryne, B., Howells, L., Anderson, A., & Maggie's Centres. (2018). The relationship between psychological flexibility, value-based living and emotional well-being in people affected by cancer. *JGO*, 4, 115s-115s. <https://doi.org/10.1200/jgo.18.57800>
- Sun, F., Wang, F., Hu, X., Xue, J., Zheng, S., Su, J., & Lu, Q. (2024). Alexithymia and Negative Emotions among Nursing Students: a Moderated Mediation Model. *BMC nursing*, 23(1), 167. <https://doi.org/10.1038/s41562-019-0602-x>

- Wu, W. (2024). The effects of parent-child attachment style and parenting style on children's emotional competence. *Journal of Education Humanities and Social Sciences*, 26, 627-633. <https://doi.org/10.54097/4bc2zt07>
- Yang, L., Song, A., Wu, Y., Wang, X., & Liu, Y. (2025). Impact of parenting style disparities on mental health of medical college students: an analysis of mediating effects of positive psychological qualities. *Frontiers in Public Health*, 13, 1584232. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2025.1584232>
- Yang, T., Gai, X., Wang, S., & Gai, S. (2024). The relationship between parenting behaviors and adolescent well-being varies with the consistency of parent-adolescent cultural orientation. *Behavioral Sciences*, 14(3), 193. <https://doi.org/10.3390/bs14030193>
- Yao, G., Jamal, A., Abdullah, M., Dzulkpli, M., & Jamil, N. (2024). Examining the psychosocial factors of mental health well-being among medical university students: gender-based analyses. *Information Management and Business Review*, 16(3(I)S), 787-798. [https://doi.org/10.22610/imbr.v16i3\(i\)s.4108](https://doi.org/10.22610/imbr.v16i3(i)s.4108)
- You, R., Li, S., Li, X., & Yuan, X. (2025). The cross-lagged relationship between parent-child relationship and psychological capital in Chinese Adolescents: Gender differences. *Asian Journal of Social Psychology*, 28(2), e70008. <https://doi.org/10.1111/ajsp.70008>
- Zhang, Y., Wang, T., Jin, S., Zhang, H., Chen, L., & Du, S. (2023). Resilience mediates the association between alexithymia and stress in Chinese medical students during the COVID-19 pandemic. *General Psychiatry*, 36(1), e100926. <https://doi.org/10.1136/gpsych-2022-100926>