

## رابطه‌ی راهبردهای فراشناختی با پرخاشگری و شیوه‌های مقابله با استرس دانش‌آموزان دوره‌ی پیش‌دانشگاهی شهر شیراز

سیروس سروقد<sup>۱</sup> و آیدا دانش‌پور<sup>۲\*</sup>

### چکیده

این پژوهش با هدف بررسی رابطه‌ی راهبردهای فراشناختی با پرخاشگری و شیوه‌های مقابله با استرس دانش‌آموزان دوره‌ی پیش‌دانشگاهی شهر شیراز انجام شده است. در این پژوهش، ۳۶۰ نفر از دانش‌آموزان دوره‌ی پیش‌دانشگاهی شهر شیراز در رده‌ی سنی ۱۷ تا ۱۹ سال (۲۴۰ دختر و ۱۲۰ پسر)، در سال تحصیلی ۸۸-۸۹ که به روش خوشه‌ای چند مرحله‌ای انتخاب شدند. به کمک پرسشنامه‌ی فراشناخت ولز و کارت رایت هاتون (۲۰۰۴)، پرسشنامه‌ی پرخاشگری باس و پری (۱۹۹۲) و پرسشنامه‌ی راهبردهای مقابله‌ای راجر، جارویس و نجاریان (۱۹۹۳)، ارزیابی شدند. داده‌ها به کمک آزمون‌های آماری ضریب همبستگی پیرسون، آزمون  $t$  برای گروه‌های مستقل و تحلیل رگرسیون چندگانه تحلیل شدند. تجزیه و تحلیل داده‌ها نشان داد که بین راهبردهای فراشناختی و پرخاشگری و همچنین، بین راهبردهای فراشناختی و شیوه‌های مقابله با استرس در سطح  $p < 0/01$  رابطه‌ی معنادار وجود دارد. در میان دختران و پسران، پرخاشگری در سطح  $0/01 < p$  و بکارگیری شیوه‌های مقابله با استرس در سطح  $0/05 < p$  دارای تفاوت معناداری بود. لازم به ذکر است که از میان راهبردهای فراشناختی، اعتماد شناختی پیش‌بینی‌کننده‌قوی و معناداری برای پرخاشگری در سطح  $0/01 < p$  بود. راهبرد خودآگاهی شناختی پیش‌بینی‌کننده‌ی قوی و معناداری برای شیوه‌های مقابله‌ای عقلانی و نفع‌گرای و راهبرد افکار خطرناک و کنترل ناپذیر

۱- دکترای روان‌شناسی عمومی، استادیار دانشگاه آزاد اسلامی واحد مرودشت

۲- کارشناسی ارشد روان‌شناسی عمومی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد مرودشت

aida\_daneshpour@yahoo.com

پیش‌بینی‌کننده‌ی قوی و معناداری برای شیوه‌های مقابله‌ای هیجانی و اجتنابی در سطح ۰/۰۰۱/ <math>p</math> بودند.

نتایج پژوهش نشان داد که راهبردهای فراشناختی در بروز اختلالات رفتاری از جمله پرخاشگری و هم‌چنین عدم بکارگیری شیوه‌های مقابله‌ای متناسب با موقعیت از جانب نوجوانان نقشی مؤثری ایفا می‌کنند.

### مقدمه

فراشناخت را می‌توان به عنوان هر نوع دانش یا فرایند شناختی تعریف کرد که در آن ارزیابی، نظارت یا کنترل شناختی وجود داشته باشد (فلاول<sup>۱</sup>، ۱۹۷۹؛ موزس و بیرد<sup>۲</sup>، ۲۰۰۲). فراشناخت در بسیاری از رفتارها و مشکلات و به عبارتی آسیب‌های روانی رد پا دارد. بررسی‌ها نشان داده‌اند که راهبردهای فراشناختی مثبت و منفی، ارتباطی مثبت با استعداد فرد در برابر نگرانی آسیب شناختی (به عنوان یک راهبرد مقابله‌ای ناکارآمد) دارند (کارت رایت - هاتون و ولز، ۱۹۹۷؛ ولز و پاجورجیو، ۱۹۹۸). راهبردهای مقابله‌ای استفاده از راهکارهایی برای تسلط یافتن، کم کردن و یا تحمل آسیب‌هایی است که استرس ایجاد می‌کنند و ممکن است رابطه‌ی فرد را با محیط تغییر داده و یا میزان ناراحتی عاطفی او را کاهش دهند (لازاروس و فولکمن<sup>۳</sup>، ۱۹۸۶).

بسته به تعبیر ما از موقعیت فشارزا پیامدهای استرس می‌توانند شامل دامنه‌ای از آسیب‌های جسمی و روانی و هم‌چنین، آسیب‌های اجتماعی مانند انزوا و رفتارهای منفعلانه و یا واکنش‌های تهاجمی، پرخاشگرانه و ... باشند (لازاروس و فولکمن، ۱۹۸۴؛ به نقل از حسن شاهی و دارایی، ۱۳۸۴). پرخاشگری یکی از مسایل دوره‌ی نوجوانی است. نوجوانان پرخاشگر معمولاً توان مهار رفتار خود را ندارند و در خواندن نشانه‌های هیجانی، درک دیدگاه‌های طرف مقابل و مدیریت خشم مشکل دارند. این افراد مهارت‌های رفتاری مورد نیاز برای ارزیابی پاسخ‌های با کفایت برای مسایل را کسب نکرده‌اند و در مهارت‌های حل تعارض دچار کاستی هستند (اولوس<sup>۴</sup>، ۱۹۹۳). با توجه به باور ولز و متیوس<sup>۵</sup> (۱۹۹۴؛ به نقل از ولز، ۲۰۰۱) می‌توان گفت که برخی از جنبه‌های خاص فراشناخت با اختلالات روان‌شناسی، از جمله پرخاشگری رابطه دارد. یک رفتار پرخاشگرانه‌ی ضد اجتماعی ممکن است تحت تأثیر حوادث شناختی قبلی نظیر احساس تنفر (مانند به یادآوری یک کینه‌ی

<sup>۱</sup>-Flavell

<sup>۲</sup>- Moses & Baird

<sup>۳</sup>-Lazarus & Folkman

<sup>۴</sup>- Olweus

<sup>۵</sup>- Matthews

قدیمی)، ناآگاهی از پیامدهای احتمالی اعمال پرخاشگرانه و یا ناتوانی روانی در حل مسایل (به جای برونریزی خودکار) قرارگیرد (به نقل از شکیبایی و همکاران، ۱۳۸۳).

بکارگیری راهبردهای مقابله‌ای سودمند در کاهش مشکلات رفتاری از جمله پرخاشگری، اضطراب و افسردگی و نقش راهبردهای فراشناختی در سلامت روان و پیشرفت تحصیلی افراد، اهمیت بررسی رابطه‌ی راهبردهای فراشناختی، پرخاشگری و شیوه‌های مقابله با استرس در جنبه‌های بالینی و آموزشی را نشان می‌دهد.

اسپادا، هایو و نیکچویک<sup>۱</sup> (۲۰۰۶) بمنظور ارزیابی ارتباط میان فراشناخت، هیجان‌های منفی و مسامحه‌گری مطالعه‌ای انجام دادند. نتایج نشان می‌دهد که فعال شدن راهبرد فراشناختی افکار خطرناک و کنترل ناپذیر باعث ایجاد تنش عاطفی در افراد می‌شود و راهبردهای مقابله‌ای ناسازگارانه از جمله اجتناب، سرکوبی فکر و ... را بر می‌انگیزد. بر اساس این نتایج، راهبردهای فراشناختی نقش میانجی بین ادراک استرس و بروز هیجانات منفی بازی می‌کنند.

پژوهش‌های متیود<sup>۲</sup> (۲۰۰۴) نشان داده است که اگرچه زنان و مردان در تعداد وقایع استرس زای تجربه شده تفاوتی نداشتند، ولی زنان نسبت به مردان، وقایع زندگی را منفی‌تر و کنترل ناپذیرتر ارزیابی کرده‌اند. افزون بر این، زنان در مقایسه با مردان در سبک‌های مقابله‌ای اجتنابی، هیجان مدار و اختلالات روان‌شناختی و نشانه‌های بیماری‌های جسمی، نمره‌های بالاتری بدست آوردند. به بیان دیگر، زنان در مقایسه با مردان نمره‌های هیجانی بالاتری نشان دادند.

در یک زمینه‌یابی در دانش آموزان دبیرستانی آمریکا معلوم شد که ۲۸ درصد پسرها و ۷ درصد دخترها در طول یک ماه مطالعه در نزاع فیزیکی درگیر بوده‌اند. تقریباً ۳۵ درصد از افراد مورد پژوهش گزارش کرده‌اند که دست‌کم در یکی از موارد نزاع فیزیکی، جراحات وارده نیازمند معالجه طبی بوده است (کاپلان و سادوک، ۱۹۹۶؛ ترجمه پورافکاری، ۱۳۷۵).

نتایج پژوهش‌های کریک و گروت پیتتر<sup>۳</sup> (۱۹۹۵) بیانگر این یافته است که پسران، پرخاشگری جسمانی (نظیر کتک زدن، هل دادن و لگد زدن) بیش‌تری نسبت به دختران و دختران پرخاشگری ارتباطی (نظیر شایعه پراکنی، خودداری از ادامه‌ی دوستی و حذف فرد از گروه دوستان) بیش‌تری نسبت به پسران نشان می‌دهند.

نتایج پژوهش‌های پور شهریاری (۱۳۸۸) نشان می‌دهد که زنان نسبت به مردان، پرخاشگری خود را به صورت کلامی نشان می‌دهند.

<sup>۱</sup>- Spada, Hiou & Nikcevic

<sup>۲</sup>- tudMa

<sup>۳</sup>- Crick & Grotmeter

عاشوری، وکیلی، بن سعید و نوعی (۱۳۸۸) در پژوهشی با عنوان "باورهای فراشناختی و سلامت عمومی دانشجویان" که بر روی ۱۰۰ نفر از دانشجویان دختر و پسر انجام شده است، نشان داده‌اند که بین نمره‌های افراد در مقیاس باورهای فراشناختی و سلامت عمومی همبستگی مثبت معنی‌داری وجود دارد که این نتایج با پژوهش‌های راسیس و ولز (۲۰۰۶) همسو می‌باشد.

نتایج پژوهش‌های واحدی، مقدم، حسینی نسب و فتحی آذر (۱۳۸۷) و هم‌چنین، مطالعات شهیم و همکاران (۱۳۸۵) به همراه نظریه‌پردازانی هم‌چون، ریس و بیر<sup>۱</sup> (۱۹۹۷) نشان داده است که پسران، پرخاشگری فیزیکی (نظیر کتک‌زدن، هل دادن و لگدزدن) بیش‌تری نسبت به دختران نشان می‌دهند (به نقل از واحدی، مقدم، حسینی نسب و فتحی آذر، ۱۳۸۷).

نتایج پژوهش‌های بهرامی و رضوان (۱۳۸۶) در زمینه‌ی راهبردهای فراشناختی، با نتایج یافته‌های ولز و پاپاجورجیو (۱۹۹۵)، مبنی بر این‌که دختران بیش از پسران دارای راهبردهای فراشناختی مثبت (از جمله باورهای مثبت در مورد نگرانی) هستند و از آن به عنوان نوعی مقابله در برابر عوامل فشارزا و شرایط نامساعد بهره می‌گیرند. هم‌چنین بیش از پسران دارای راهبردهای فراشناختی منفی (از جمله: کنترل ناپذیری و خطر افکار) هستند، همسو می‌باشد.

بر اساس پژوهش‌های شگری، مرادی، ولی ا...، سنگری، غنایی و رضایی (۱۳۸۴) جنسیت بر مسئله مداری، اثر منفی و معنی‌دار و بر سبک‌های مقابله‌ی هیجان مداری و اجتنابی اثر مثبت و معنی‌داری نشان می‌دهد. این نتایج با یافته‌های متیود (۲۰۰۴)، سویکرت<sup>۲</sup> و همکاران (۲۰۰۴) و گریگوری<sup>۳</sup> و همکاران (۲۰۰۵) همسو می‌باشد (به نقل از شگری، مرادی، ولی ا...، سنگری، غنایی و رضایی، ۱۳۸۴).

پژوهش‌های آقامحمدیان و پاژخ زاده (۱۳۸۰) نشان داده است که عوامل فشارزا در دانش‌آموزان کم تنش و پر تنش با هم متفاوت بوده و دختران بیش‌تر از پسران از شیوه‌های مقابله‌ی مسئله مدار استفاده می‌کنند.

نتایج پژوهش‌های الگار، آرلت و گراوز<sup>۴</sup> (۲۰۰۳) نشان داده‌اند که چنانچه نوجوانان به راهبردهای مقابله‌ای کارآمد مجهز نباشند و توانایی کمی برای درک هیجان‌های خود و دیگران داشته باشند، در برخورد با فشارها و بحران‌های نوجوانی توان کم‌تری خواهند داشت و مشکلات رفتاری بیش‌تری را به صورت پرخاشگری، افسردگی و اضطراب نشان خواهند داد.

<sup>۱</sup>-Race & Bier

<sup>۲</sup>-Sevikret

<sup>۳</sup>- Garygury

<sup>۴</sup>- Elgar, Arlett & Groves

مطالعات ولز (۲۰۰۰) نشان می‌دهد که اختلالات روان‌شناختی هنگامی که راهبردهای مقابله‌ای ناسازگار مثل تفکر درجاماندگی، اجتناب و سرکوبی فکر اصلاح خود باورهای ناکارآمد را با شکست مواجه می‌سازد، تداوم می‌یابند و باعث می‌شوند که داده‌های منفی در مورد خود افزایش یابند. مطالعات ولز و ماتیوس (۱۹۹۴) نشان داده است که برخی از جنبه‌های خاص فراشناخت با اختلال روان‌شناختی از جمله پرخاشگری رابطه دارد (به نقل از ولز، ۲۰۰۱).

البوا و لاگریکا<sup>۱</sup> (۱۹۸۸) همراه با پژوهشگران و نظریه پردازانی مانند بروک و هربرت<sup>۲</sup> (۱۹۸۲) بر این باورند که بین مهارت‌های فراشناختی ضعیف با مشکلات رفتاری از جمله پرخاشگری، رابطه‌ی معنی دار وجود دارد (به نقل از استیلیادیس و واینر<sup>۳</sup>، ۱۹۸۹).

نتایج پژوهش‌های لازاروس و فولکمن (۱۹۸۴) نشان دادند که در فرایند مقابله، مهارت‌های شناختی برای حل مشکل مورد استفاده قرار می‌گیرند و فرد با بکار بستن سبک‌های مقابله‌ای کارآمد مسئله مدار از مهارت‌های شناختی برای حل مسئله استفاده می‌کند و بر این اساس راه‌های مقابله با مشکل مستقیماً بررسی می‌شوند و معمولاً با یافتن راه‌حل‌های مناسب برای مشکل، رضایت روان‌شناختی بدست می‌آید.

هدف کلی این پژوهش، کشف، پیش‌بینی و تبیین روابط بین راهبردهای فراشناختی با پرخاشگری و شیوه‌های مقابله با استرس دانش آموزان دوره‌ی پیش دانشگاهی شهر شیراز بود.

### روش پژوهش

این پژوهش یک پژوهش توصیفی و از نوع همبستگی است. جامعه‌ی آماری شامل کلیه‌ی دانش آموزان پیش دانشگاهی نواحی چهارگانه‌ی شهر شیراز به تعداد ۹۱۰۹ نفر (۶۱۴۴ دختر و ۲۹۶۵ پسر) در سال تحصیلی ۸۸-۸۹ بودند. نمونه شامل ۳۶۰ نفر (۲۴۰ دختر و ۱۲۰ پسر) از دانش آموزان پیش دانشگاهی شهر شیراز در رده سنی ۱۷ تا ۱۹ سال بودند که به روش نمونه‌گیری خوشه‌ای چند مرحله‌ای انتخاب شدند. به این ترتیب که دو ناحیه از چهار ناحیه‌ی شهر شیراز (ناحیه ۲ و ۴) به صورت تصادفی انتخاب شدند و از میان مدارس این دو ناحیه، ۴ مدرسه‌ی دخترانه (۲ مدرسه از ناحیه‌ی ۲ و ۲ مدرسه از ناحیه‌ی ۴) و ۲ مدرسه‌ی پسرانه (۱ مدرسه از ناحیه‌ی ۲ و ۱ مدرسه از ناحیه‌ی ۴) به گونه‌ی تصادفی انتخاب شدند و از هر مدرسه ۳ کلاس از هر رشته‌ی ریاضی، تجربی و انسانی به صورت تصادفی برگزیده شدند. تعداد دانش آموزان هر

<sup>۱</sup> - Oliva & Legerica

<sup>۲</sup> - Brock & Herbert

<sup>۳</sup> - Stiliadis & Wiener

کلاس متغیر و بین ۲۵ تا ۳۵ نفر بود که در نهایت تعداد دختران و پسران از کل نمونه با توجه به تفاوت قابل ملاحظه از نظر تعداد، به گونه‌ی نسبی انتخاب شدند. پس از انتخاب آزمودنی‌های پژوهش با روش نمونه‌گیری ذکر شده و حضور در مدارس نواحی ۲ و ۴ آموزش و پرورش شهر شیراز و هماهنگی با مدیر و معلمان این مدارس، پرسشنامه‌های فراشناخت، پرخاشگری و راهبردهای مقابله‌ای در اختیار هر کدام از دانش آموزان قرار گرفت. با حضور در محل پاسخگویی دانش آموزان به آن‌ها توضیح داده شد تا عبارت‌های هر پرسشنامه را به دقت خوانده و گزینه‌ی مورد نظر خود را انتخاب کنند و هیچ‌کدام از عبارت‌ها را بدون پاسخ نگذارند.

#### درصد فراوانی افراد نمونه بر حسب جنسیت

جنسیت	فراوانی	درصد
دختر	۲۴۰	۷۰
پسر	۱۲۰	۳۰
کل	۳۶۰	۱۰۰

#### ویژگی‌های افراد نمونه از نظر ناحیه تحصیلی

ناحیه‌ی تحصیلی	فراوانی	درصد
ناحیه ۲	۱۸۰	۵۰
ناحیه ۴	۱۸۰	۵۰
کل	۳۶۰	۱۰۰

در این پژوهش از پرسشنامه‌های زیر، بمنظور اندازه‌گیری متغیرهای مورد بررسی استفاده شد:

۱- پرسشنامه‌ی فراشناخت-۳۰<sup>۱</sup> (MCQ-30): در این پژوهش، راهبردهای فراشناختی به وسیله‌ی فرم ترجمه شده‌ی پرسشنامه‌ی فراشناخت (MCQ-30) ولز و کارت راییت هاتون (۲۰۰۴)، بررسی و ارزیابی گردیدند. فرم پذیرفته شده‌ی این پرسشنامه (MCQ-30)، شامل ۳۰ پرسش است که به وسیله‌ی کارت راییت هاتون و ولز (۲۰۰۴)، ایجاد و گسترش داده شده است (ولز، ۱۹۹۵، ۱۹۹۷؛ به نقل از کارت راییت هاتون و ولز، ۲۰۰۴). پرسشنامه‌ی فراشناخت شامل ۵ خرده مقیاس می‌باشد که عبارتند از:

<sup>۱</sup> - Metacognition Questionnaire-30

اعتماد شناختی<sup>۱</sup>، باورهای مثبت در مورد نگرانی<sup>۲</sup>، خودآگاهی شناختی<sup>۳</sup>، افکار خطرناک و کنترل ناپذیر<sup>۴</sup> و نیاز به کنترل افکار<sup>۵</sup>. پاسخ‌ها در این پرسشنامه بر اساس مقیاس ۴ درجه‌ای لیکرت ( موافق نیستم (۱) ، کمی موافقم (۲) ، نسبتاً موافقم (۳) ، کاملاً موافقم (۴) ) محاسبه می‌شوند. نمره کل برای فراشناخت با مجموع نمره‌های زیر مقیاس‌ها بدست می‌آید .

پرسشنامه‌ی MCQ-30 دارای پایایی<sup>۶</sup> و روایی<sup>۷</sup> قابل قبولی می باشد . پایایی بدست آمده از روش ضریب آلفای کرونباخ برای خرده مقیاس‌ها در دامنه ۰/۷۲ تا ۰/۹۳. و پایایی بازآزمایی برای نمره کل ، پس از ۲۲ تا ۱۱۸ روز، ۰/۷۵. و برای خرده مقیاس‌ها ۰/۵۹ تا ۰/۸۷. گزارش شده است (کارت رایت هاتون و ولز ، ۲۰۰۴؛ به نقل از ایراک و تاسون<sup>۸</sup> ، ۲۰۰۸).

در ایران، شیرین‌زاده دستگیری (۱۳۸۵)، ضریب همسانی درونی را با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ برای کل مقیاس ۰/۹۱. و برای خرده مقیاس‌ها در دامنه ۰/۷۱ تا ۰/۸۷. و پایایی بازآزمایی این آزمون را در فاصله‌ی ۴ هفته برای کل مقیاس ۰/۷۳. و برای خرده مقیاس‌ها در دامنه ۰/۵۹ تا ۰/۸۳. گزارش کرد. همبستگی کل مقیاس با مقیاس اضطراب خصلتی ۰/۴۳. و همبستگی خرده مقیاس‌ها در دامنه ۰/۵۸ تا ۰/۸۷. بود .

میزان ضریب پایایی بدست آمده در این پژوهش از روش ضریب آلفای کرونباخ برای راهبردهای فراشناختی بدین شرح است: اعتماد شناختی (۰/۶۹)، باورهای مثبت در مورد نگرانی (۰/۷۱)، وقوف شناختی (۰/۸۶)، افکار خطرناک و کنترل ناپذیر (۰/۷۸)، نیاز به کنترل افکار (۰/۸۱).

۲- پرسشنامه‌ی پرخاشگری (AQ<sup>۹</sup>): پرخاشگری در این پژوهش به وسیله‌ی فرم ترجمه شده پرسشنامه‌ی پرخاشگری (AQ) باس و پری (۱۹۹۲) ، مورد بررسی قرار گرفت. این پرسشنامه یک ابزار خود گزارشی است که شامل ۲۹ عبارت بوده و دارای ۴ خرده مقیاس با عنوان پرخاشگری فیزیکی<sup>۱۰</sup> ، پرخاشگری کلامی<sup>۱۱</sup> ، خشم<sup>۱۲</sup> و خصومت<sup>۱۳</sup> می‌باشد (باس و پری ، ۱۹۹۲).

<sup>1</sup>- Cognitive Confidence

<sup>2</sup>- Positive Beliefs about Worry

<sup>3</sup>- Cognitive Self- Conciousness

<sup>4</sup>- Uncontrollability and Danger Thoughts

<sup>5</sup>- Need to Control Thoughts

<sup>6</sup>-Reliability

<sup>7</sup>-validity

<sup>8</sup>-Irak & Toson

<sup>9</sup>- Aggression Questionnaire

<sup>10</sup>-Phisical Aggression

<sup>11</sup>-Verbal aggression

<sup>12</sup>- Anger

<sup>13</sup>- Hostile

پاسخ‌ها در این پرسشنامه بر اساس مقیاس ۵ درجه‌ای لیکرت (کاملاً شبیه من است (۵)، تا حدودی شبیه من است (۴)، نه شبیه من است نه شبیه من نیست (۳)، تا حدودی شبیه من نیست (۲)، به شدت به من شبیه نیست (۱)) محاسبه شدند. دو عبارت ۹ و ۱۶ به گونه‌ی معکوس نمره گذاری می شوند. نمره کل برای پرخاشگری با مجموع نمرات زیر مقیاس ها به دست می آید.

پرسشنامه‌ی پرخاشگری دارای پایایی و روایی قابل قبولی است. پایایی پرسشنامه‌ی پرخاشگری به روش بازآزمایی در مورد ۳۷ نفر پس از نه هفته، ضریب همبستگی ۰/۸۰، ۰/۷۶، ۰/۷۲ و ۰/۷۲ به ترتیب برای عوامل پرخاشگری بدنی، کلامی، خشم و خصومت بدست داده است. محتوای عامل خصومت در پرسشنامه پرخاشگری، شامل دو گونه پرسش در مورد رنجیدگی و بدگمانی بود. (باس و پری، ۱۹۹۲؛ به نقل از سامانی، ۱۳۸۶). جهت سنجش اعتبار درونی مقیاس از ضریب آلفای کرونباخ استفاده شده است که نتایج نشانگر همسانی درونی زیر مقیاس‌های پرخاشگری بدنی ۰/۸۲، پرخاشگری کلامی ۰/۸۱، خشم ۰/۸۳ و خصومت ۰/۸۰ است (باس و پری، ۱۹۹۲).

در ایران، سامانی (۱۳۸۶) با تحلیل عاملی پرسش‌های پرسشنامه به شیوه‌های اکتشافی، چهار عامل خشم، پرخاشگری بدنی و کلامی (در قالب یک عامل رفتاری کلی‌تر) به جای دو عامل جداگانه پرخاشگری بدنی و کلامی در بررسی باس و پری، رنجیدگی و بدگمانی (در قالب دو عامل رفتاری جداگانه) که در فرم اصلی در قالب عامل چهارم (خصومت) قرار داشتند استخراج کرد. در این بررسی، ضریب پایایی کل به شیوه‌ی بازآزمایی برابر با ۰/۷۸ بود. ضریب همسانی درونی بدست آمده از تحلیل عاملی با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ برای عوامل خشم، پرخاشگری، رنجیدگی و بدگمانی برابر با ۰/۸۳، ۰/۷۹، ۰/۷۷ و ۰/۷۰ بود. بررسی پایایی پرسشنامه به روش بازآزمایی و محاسبه ضریب همبستگی گشتاوری در مورد ۴۰ نفر از دانشجویان با فاصله زمانی دو هفته ضریب پایایی ۰/۷۴، ۰/۷۸، ۰/۶۸ و ۰/۶۸ را به ترتیب برای عوامل خشم، پرخاشگری، رنجیدگی و بدگمانی بدست داده است.

ضریب پایایی بدست آمده در این پژوهش از روش ضریب آلفای کرونباخ برای مقیاس‌های پرخاشگری بدین شرح است: پرخاشگری فیزیکی (۰/۷۵)، پرخاشگری کلامی (۰/۸۰)، خشم (۰/۷۸)، خصومت (۰/۷۶).

۳- پرسشنامه‌ی راهبردهای مقابله‌ای (CSQ)<sup>۱</sup>: در این پژوهش، شیوه‌های مقابله با استرس به وسیله‌ی فرم ترجمه شده پرسشنامه راهبردهای مقابله‌ای (CSQ) راجر، جارویس و نجاریان (۱۹۹۳) بررسی شد. این پرسشنامه شامل ۶۰ عبارت بوده و دارای ۴ خرده مقیاس می‌باشد که

<sup>۱</sup>- Coping Styles Questionnaire



عبارتند از: مقیاس عقلانی (شناختی)<sup>۱</sup>، مقیاس انفصالی<sup>۲</sup>، مقیاس هیجانی<sup>۳</sup> و مقیاس اجتنابی<sup>۴</sup> (راجر، جارویس و نجاریان، ۱۹۹۳).

پاسخ‌ها در این پرسشنامه بر اساس مقیاس ۴ درجه‌ای لیکرت (هرگز (۰)، گاهی (۱)، اغلب (۲)، همیشه (۳)) محاسبه شدند. در این آزمون نمره‌ی هر زیر مقیاس به گونه‌ی جداگانه حساب می‌شود و نمره‌ی کل وجود ندارد.

پرسشنامه‌ی راهبردهای مقابله‌ای از پایایی و روایی قابل قبولی برخوردار است. همسانی درونی این پرسشنامه با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ برای چهار خرده مقیاس راهبردهای مقابله‌ای شناختی (۰/۸۵)، انفصالی (۰/۸۹)، هیجانی (۰/۷۳) و اجتنابی (۰/۷۰) گزارش شده است. نتایج ضریب بازآزمایی برای چهار خرده مقیاس راهبردهای مقابله‌ای شناختی (۰/۸۰)، انفصالی (۰/۷۹)، هیجانی (۰/۷۶) و اجتنابی (۰/۷۰) بدست آمده است. پایایی بازآزمایی برای نمره‌ی کل (۰/۷۵) گزارش شده است. روایی بدست آمده در دامنه‌ی (۰/۸۰) تا (۰/۹۵) متغیر بوده است.

در ایران ملکوتی (۱۳۷۴)، طی هنجاریابی از این پرسشنامه برای تعیین پایایی پرسشنامه‌ی راهبردهای مقابله‌ای از ضریب آلفای کرونباخ استفاده نمود و ضرایب بدست آمده برای خرده مقیاس‌ها در دامنه‌ی (۰/۷۹) تا (۰/۹۲) متغیر بوده و برای کل مقیاس (۰/۸۱) گزارش کرده است. همچنین، برای تعیین روایی این پرسشنامه از روش تحلیل عاملی استفاده کرده است و نتایج بیانگر آن است که روایی پرسشنامه در دامنه‌ی (۰/۸۱) تا (۰/۹۵) متغیر است.

ضریب پایایی بدست آمده در این پژوهش از روش آلفای کرونباخ برای مقیاس‌های راهبردهای مقابله‌ای بدین شرح است: مقیاس عقلانی (۰/۷۸)، مقیاس انفصالی (۰/۸۴)، مقیاس هیجانی (۰/۸۰)، مقیاس اجتنابی (۰/۸۹).

پژوهشگاه علوم انسانی و مطالعات فرهنگی  
رتال جامع علوم انسانی

<sup>1</sup>- Intellectual Coping Style

<sup>2</sup>- Separative Coping Style

<sup>3</sup>- Emotional Coping Style

<sup>4</sup>- Avoidance Coping Style

**یافته‌های پژوهش**

بمنظور بررسی رابطه‌ی راهبردهای فراشناختی و پرخاشگری، از ضریب همبستگی پیرسون استفاده شد که نتایج آن در جدول ۱ ارائه شده است.

**جدول ۱- همبستگی بین راهبردهای فراشناختی و پرخاشگری**

مقیاس‌های پرخاشگری		راهبردهای فراشناختی	
پرخاشگری فیزیکی	پرخاشگری کلامی	خشم	خصوصیت
۰/۲۹**	۰/۲۰**	۰/۱۹**	۰/۲۶**
۰/۱۹**	۰/۱۸**	۰/۱۴**	۰/۲۰**
N.S	۰/۱۱*	N.S	N.S
۰/۱۶**	۰/۲۲**	۰/۳۰**	۰/۳۴**
۰/۱۸**	۰/۲۰**	۰/۲۴**	۰/۲۲**

\* p&lt;0/05

\*\* p&lt;0/01

بمنظور بررسی رابطه‌ی راهبردهای فراشناختی و شیوه‌های مقابله با استرس، از ضریب همبستگی پیرسون استفاده شد که نتایج آن در جدول ۲ ارائه شده است.

**جدول ۲- همبستگی بین راهبردهای فراشناختی و شیوه‌های مقابله با استرس**

شیوه‌های مقابله‌ای				راهبردهای فراشناختی
مقیاس عقلانی	مقیاس انقبالی	مقیاس هیجانی	مقیاس اجتنابی	
-۰/۲۶**	N.S	۰/۲۶**	۰/۱۱*	اعتماد شناختی
N.S	N.S	۰/۲۱**	۰/۱۹**	باورهای مثبت در مورد نگرانی
۰/۴۶**	۰/۳۳**	N.S	N.S	خودآگاهی شناختی
N.S	N.S	۰/۴۳**	۰/۳۲**	افکار خطرناک و کنترل ناپذیر
۰/۰۷	N.S	۰/۲۴**	۰/۲۲**	نیاز به کنترل افکار

\* p&lt;0/05

\*\* p&lt;0/01

بمنظور مقایسه‌ی میزان پرخاشگری در گروه دختران و پسران از آزمون تی مستقل استفاده شد. نتایج این مقایسه در جدول ۳ ارائه شده است.

جدول ۳- مقایسه‌ی مؤلفه‌های پرخاشگری بین دختران و پسران

مقیاس‌ها	جنسیت	تعداد	میانگین	انحراف استاندارد	درجه‌ی آزادی	مقدار t	سطح معناداری
پرخاشگری فیزیکی	دختر	۲۴۰	۲۰/۲۱	۶/۴۰	۳۵۸	-۸/۹۰	/۰۰
	پسر	۱۲۰	۲۶/۵۸	۶/۵۰			
پرخاشگری کلامی	دختر	۲۴۰	۱۳/۶۰	۳/۶۰	۳۵۸	-۴/۶۰	/۰۰
	پسر	۱۲۰	۱۵/۴۰	۳/۴۰			
خشم	دختر	۲۴۰	۲۰/۸۷	۵/۳۰	۳۵۸	-۱/۸۰	/۰۷
	پسر	۱۲۰	۲۱/۸۹	۴/۹۰			
خصومت	دختر	۲۴۰	۲۱/۶۹	۵/۹۰	۳۵۸	-۴/۰۱	/۰۰
	پسر	۱۲۰	۲۴/۳۰	۵/۵۳			

بمنظور مقایسه‌ی شیوه‌های مقابله‌ای در گروه دختران و پسران از آزمون تی مستقل استفاده شد. نتایج این مقایسه در جدول ۴ ارائه شده است.

جدول ۴- مقایسه مؤلفه‌های شیوه‌های مقابله‌ای بین دختران و پسران

مقیاس‌ها	جنسیت	تعداد	میانگین	انحراف استاندارد	درجه‌ی آزادی	مقدار t	سطح معناداری
مقیاس عقلانی	دختر	۲۴۰	۲۶/۹۲	۷/۹۰	۳۵۸	۱/۸۰	/۰۷
	پسر	۱۲۰	۲۵/۴۲	۷/۱۰			
مقیاس انفصالی	دختر	۲۴۰	۱۹/۴۳	۵/۶۱	۳۵۸	-۲/۰۵	/۰۴
	پسر	۱۲۰	۲۰/۷۰	۵/۳۱			
مقیاس هیجانی	دختر	۲۴۰	۱۹/۶۴	۶/۵۰	۳۵۸	/۴۵	/۶۵
	پسر	۱۲۰	۱۹/۳۱	۶/۵۴			
مقیاس اجتنابی	دختر	۲۴۰	۱۵/۶۱	۴/۵۰	۳۵۸	۲/۰۳	/۰۴
	پسر	۱۲۰	۱۴/۶۰	۴/۴۳			

در این پژوهش، بمنظور پیش‌بینی پرخاشگری به شیوه‌ی راهبردهای فراشناختی از تحلیل رگرسیون چندگانه استفاده شد و نتایج بیانگر این یافته بود که توان پیش‌بینی‌کننده‌ی راهبردهای فراشناختی برای پرخاشگری ( $R=0/39$ )،  $16\%$  است و راهبرد اعتماد شناختی پیش‌بینی‌کننده‌ی قوی‌تری ( $0/21$ )، برای پرخاشگری است که در سطح  $p < 0/001$  معنادار می‌باشد. هم‌چنین، به دلیل نبود نمره‌ی کل در مقیاس راهبردهای مقابله‌ای، رگرسیون چندگانه جهت پیش‌بینی شیوه‌های مقابله‌ای بر اساس راهبردهای فراشناختی برای هر زیر مقیاس به گونه‌ی جداگانه صورت گرفت و نتایج بدست آمده نشان داد که توان پیش‌بینی‌کننده‌ی راهبردهای فراشناختی برای شیوه‌ی مقابله‌ای عقلانی ( $R=0/50$ )،  $25\%$ ، برای شیوه‌ی مقابله‌ای انفصالی ( $R=0/35$ )،  $12\%$ ، برای شیوه‌ی مقابله‌ای هیجانی ( $R=0/48$ )،  $13\%$  و برای شیوه‌ی مقابله‌ای اجتنابی ( $R=0/33$ )،  $11\%$  بود. راهبرد خودآگاهی شناختی پیش‌بینی‌کننده‌ی قوی‌تری، برای شیوه‌ی مقابله‌ای عقلانی ( $0/41$ ) و شیوه‌ی مقابله‌ای انفصالی ( $0/34$ ) و هم‌چنین راهبرد افکار خطرناک و کنترل ناپذیر پیش‌بینی‌کننده‌ی قوی‌تری برای شیوه‌ی مقابله‌ای هیجانی ( $0/40$ ) و شیوه‌ی مقابله‌ای اجتنابی ( $0/26$ ) در سطح  $p < 0/001$  بود.

### بحث در نتایج

یافته‌های پژوهش با توجه به داده‌های بدست آمده از ضریب همبستگی پیرسون که در جدول ۱ آمده است، نشان داد که بین تمام راهبردهای فراشناختی به غیر از خودآگاهی شناختی، با تمام مقیاس‌های پرخاشگری در سطح  $P < 0/01$  رابطه‌ی مثبت و معنادار وجود داشت. بین راهبرد وقوف شناختی تنها با مقیاس پرخاشگری کلامی در سطح  $P < 0/05$  رابطه‌ی مثبت و معناداری وجود داشت. این یافته‌ها با نتایج پژوهش‌های الیوا و لاگریکا (۱۹۸۸) و هم‌چنین، بروک و هربرت (۱۹۸۲) که نشان دادند بین مهارت‌های فراشناختی ضعیف و مشکلات رفتاری از جمله پرخاشگری رابطه‌ای معنادار وجود دارد، همسو می‌باشد. در تبیین این نتیجه با توجه به نظریه‌ی شناختی پرخاشگری و هم‌چنین، با توجه به جنبه‌ی آسیب شناختی فراشناخت در زمینه‌ی اختلالات رفتاری می‌توان بیان کرد که پردازش داده‌های اجتماعی، عملکرد گام‌های متوالی پردازش می‌باشد که شامل: کد گذاری اشارات اجتماعی، تفسیر اشارات اجتماعی، مشخص کردن اهداف، دسترسی به پاسخ، تصمیم‌گیری برای پاسخ دهی و تصویب انجام رفتار می‌باشد (کریک و داج<sup>۱</sup>، ۱۹۹۴). پردازش ماهرانه از جانب نوجوانان در هر گام، موجب عملکرد شایسته در موقعیت خاص و پردازش سودار یا ناقص منجر به رفتار پرخاشگرانه می‌شود.

<sup>۱</sup>-Dodge

داده‌های بدست‌آمده با استفاده از ضریب همبستگی پیرسون که در جدول ۲ نیز آمده است، نشان داد که بین راهبرد اعتماد شناختی و مقابله‌ی عقلانی در سطح  $P < 0/01$  رابطه‌ی منفی و معنی‌داری وجود داشت. بین راهبرد اعتماد شناختی با مقابله‌ی هیجانی در سطح  $P < 0/01$  و با مقابله‌ی اجتنابی در سطح  $P < 0/05$ ، بین باورهای مثبت در مورد نگرانی با مقابله‌ی هیجانی و اجتنابی، بین خودآگاهی شناختی با مقابله‌ی عقلانی و انفصالی، بین افکار خطرناک و کنترل‌ناپذیر با مقابله‌ی هیجانی و اجتنابی و بین نیاز به کنترل افکار با مقابله‌ی هیجانی و اجتنابی در سطح  $P < 0/01$  رابطه‌ی مثبت و معناداری وجود داشت. این نتایج بیانگر این است که در میان نوجوانان پیش‌دانشگاهی، افزایش در تمام مقیاس‌های راهبردهای فراشناختی، به جز خودآگاهی شناختی با افزایش مقابله‌ی هیجانی و اجتنابی همراه است و افزایش خودآگاهی شناختی، افزایش مقابله‌ی عقلانی و انفصالی را در پی دارد. این نتایج با مطالعات ولز (۲۰۰۰)، مبنی بر این‌که اختلالات روان‌شناختی هنگامی که شیوه‌های مقابله‌ای ناسازگار مثل تفکر درجاماندگی، اجتناب و سرکوبی فکر، اصلاح خود باورهای ناکارآمد را با شکست مواجه می‌سازد، تداوم می‌یابند و باعث می‌شوند که داده‌های منفی در مورد خود افزایش یابند و هم‌چنین، با نتایج مطالعات عاشوری و همکاران (۱۳۸۸) که نشان دادند راهبردهای فراشناختی نقشی مهم در سلامت روانی افراد دارند، همسو می‌باشد. تبیین احتمالی این نتیجه می‌تواند این‌گونه باشد که راهبردهای فراشناختی با خودپنداره‌ی مثبت، برنامه‌ریزی و توانایی حل مسئله‌ی نوجوانان (به نقل از ابراهیمی قوام آبادی، ۱۳۸۰) و در نتیجه سلامت روانی آن‌ها رابطه‌ی مثبت دارد.

نتایج بدست‌آمده از آزمون  $t$  برای گروههای مستقل، همان‌گونه که در جدول ۳ آمده است، نشان داد که بین دختران و پسران در بکارگیری پرخاشگری فیزیکی، پرخاشگری کلامی و خصومت، در سطح  $p < 0/001$  تفاوت معناداری وجود داشت. با توجه به نتیجه‌ی بدست‌آمده، پسران به گونه‌ای معنادار بیش‌تر از دختران از مقیاس‌های فوق استفاده می‌کردند. نتایج بدست‌آمده از این پژوهش با نتایج یافته‌های کاپلان و سادوک (۱۹۹۶)، مبنی بر این‌که در یک زمینه‌یابی در دانش‌آموزان دبیرستانی آمریکا معلوم شد که ۲۸ درصد پسرها و ۷ درصد دخترها در طول یک ماه مطالعه در نزاع فیزیکی درگیر بوده‌اند و هم‌چنین با یافته‌های پژوهش‌های کریک و گروت پیتر (۱۹۹۵)، ریس و بیر (۱۹۹۷) و شهیم (۱۳۸۵) که نشان دادند پسران، پرخاشگری فیزیکی (نظیر کتک زدن، هل دادن و لگد زدن) بیش‌تری نسبت به دختران نشان می‌دهند، همسو می‌باشد (به نقل از واحدی و همکاران، ۱۳۸۷)، اما با نتایج یافته‌های پور شهریاری (۱۳۸۸) مبنی بر این‌که زنان نسبت به مردان، پرخاشگری خود را به صورت کلامی نشان می‌دهند، همسو نیست. بنابراین، برای تبیین نتایج در این زمینه نیاز به پژوهش‌های بیش‌تری است.

نتایج بدست آمده از آزمون  $t$  برای گروههای مستقل، همان گونه که در جدول ۴ آمده است، نشان داد که میان دختران و پسران در بکارگیری مقابله‌ی انفصالی و مقابله‌ی اجتنابی، در سطح  $P < 0/05$  تفاوت معناداری وجود داشت. این نتیجه نشان می‌دهد که پسران نوجوان بیش‌تر از مقابله‌ی انفصالی و دختران نوجوان بیش‌تر از مقابله‌ی اجتنابی در این پژوهش استفاده کرده‌اند. نتایج بدست آمده از پژوهش با نتیجه‌ی پژوهش گریفیث و همکاران (۲۰۰۰) مبنی بر این‌که، تفاوت معنی داری در بین جنسیت و شیوه‌های مقابله‌ای وجود نداشت، همسو نمی‌باشد، اما با نتایج پژوهش‌های متیود (۲۰۰۴) و اندلر و پارکر (۱۹۹۴) که نشان داد زنان در مقایسه با مردان در سبک‌های مقابله‌ی اجتنابی، هیجان مدار و اختلالات روان‌شناختی و نشانه‌های بیماری‌های جسمی، نمره‌های بالاتری بدست آوردند و هم‌چنین با نتایج مطالعات سویکرت و همکاران (۲۰۰۴)، گریگوری و همکاران (۲۰۰۵) و شکری و همکاران (به نقل از شکری و همکاران، ۱۳۸۴) مبنی بر این‌که جنس، بر مسئله مداری، اثر منفی و معنی دار و بر سبک‌های مقابله‌ی هیجان مداری و اجتنابی، اثر مثبت و معنی داری نشان می‌دهد، همسو می‌باشد. در تبیین این یافته باید گفت که نوجوانان پسر برای مقابله با موقعیت‌های فشارزا بیش‌تر از شیوه‌هایی استفاده می‌کنند که ناهشیارانه برای مقابله‌ی مستقیم با عامل فشارزا بکار برده می‌شوند نه با منبع فشار (راجر و همکاران، ۱۹۹۳؛ به نقل از شریفی، ۱۳۸۴) و نوجوانان دختر در موقعیت‌های فشارزا از شیوه‌هایی که ناهشیارانه برای فاصله گرفتن و اجتناب از منبع فشار اعم از اجتناب در سطح تفکر، افکار وجود عامل فشارزا و یا اجتناب در سطح عمل اتخاذ می‌شوند، استفاده می‌کنند (توکلی، ۱۳۸۰).

در این پژوهش، نتایج بدست آمده از تحلیل رگرسیون چندگانه نشان داد که راهبرد اعتماد شناختی پیش‌بینی‌کننده‌ی قوی‌تری (۰/۲۱٪) برای پرخاشگری است که در سطح  $P < 0/001$  معنادار است. این یافته با نتایج پژوهش‌های الیوا و لاگریکا (۱۹۸۸) و هم‌چنین، بروک و هربرت (۱۹۸۲)؛ به نقل از استیلیادیس و واینر، ۱۹۸۹) که نشان دادند بین مهارت‌های فراشناختی ضعیف و مشکلات رفتاری، از جمله پرخاشگری رابطه‌ی معناداری وجود دارد، همسو می‌باشد. در تبیین این یافته با توجه به نتایج بدست آمده از این پژوهش و هم‌چنین، با توجه به باور ولز و متیوس (۱۹۹۴)؛ به نقل از ولز، ۲۰۰۱) می‌توان گفت که برخی از جنبه‌های خاص فراشناخت از جمله اعتماد شناختی با اختلال روان‌شناسی، از جمله پرخاشگری نوجوانان رابطه دارد. هم‌چنین، با توجه به نتایج بدست آمده از تحلیل رگرسیون چندگانه، راهبرد خودآگاهی شناختی پیش‌بینی‌کننده‌ی قوی‌تر، برای شیوه‌ی مقابله‌ای عقلانی (۰/۴۱٪) است که در سطح  $P < 0/001$  معنادار بود. در تبیین احتمالی این نتیجه می‌توان این‌گونه بیان کرد که راهبرد وقوف شناختی پیش‌بینی مناسب برای شیوه‌هایی است که هشیارانه برای مقابله‌ی مستقیم با منبع فشار و جهت حل مسئله از جانب

نوجوانان بکار برده می‌شوند (موس<sup>۱</sup>، ۱۹۹۳؛ به نقل از موهینو، کرچنر و فورنز<sup>۲</sup>، ۲۰۰۳). این یافته با نتایج پژوهش‌های لازاروس و فولکمن (۱۹۸۴) مبنی بر این‌که در فرایند مقابله، مهارت‌های شناختی برای حل مشکل مورد استفاده قرار می‌گیرند و فرد با بکار بستن سبک‌های مقابله‌ای کارآمد مسئله مدار از مهارت‌های شناختی برای حل مسئله استفاده می‌کند و این‌که بر این اساس راه‌های مقابله با مشکل مستقیماً بررسی می‌شوند و معمولاً با یافتن راه‌حل‌های مناسب برای مشکل، رضایت روان‌شناختی بدست می‌آید، همسو می‌باشد. هم‌چنین نتایج نشان دهنده‌ی توان پیش‌بینی‌کننده‌ی راهبرد خودآگاهی شناختی برای شیوه‌ی مقابله‌ای انفصالی (۰/۳۴) در سطح  $p < 0/01$  بود. این نتیجه با نتایج پژوهش‌های قبلی به دلیل انجام نشدن پژوهش در این رابطه، قابل مقایسه نبود و در تبیین آن می‌توان بیان کرد که خودآگاهی شناختی در مواردی که هدف نوجوانان درگیری کمتر با موقعیت فشارزا بمنظور کنترل مؤثر موقعیت می‌باشد، تأثیر گذار است و می‌تواند موقعیت‌هایی را پیش‌بینی کند که فرد نوجوان بر خود متمرکز می‌شود و تمام تلاش او متوجه کاهش احساس‌های ناخوشایند خویشتن است (راجر و همکاران، ۱۹۹۳؛ به نقل از شریفی، ۱۳۸۳). هم‌چنین، نتایج بدست آمده از تحلیل رگرسیون چندگانه نشان داد که راهبرد افکار خطرناک و کنترل ناپذیر پیش‌بینی‌کننده‌ی قوی‌تری برای شیوه‌ی مقابله‌ای هیجانی (۰/۴۰) است که در سطح  $p < 0/01$  معنادار بود. این راهبرد می‌تواند موقعیت‌هایی را که در آن شیوه‌ی مقابله‌ای جهت تغییر در معنی، درک یک موقعیت فشارزا و تنظیم هیجانات منفی ناشی از این موقعیت کاربرد دارد، پیش‌بینی کند (سارنی، ۱۹۹۴). این نتایج با یافته‌های اسپادا و همکاران (۲۰۰۶)، راسیس و ولز<sup>۳</sup> (۲۰۰۶؛ به نقل از عاشوری و همکاران، ۱۳۸۸)، عاشوری و همکاران (۱۳۸۸)، بهرامی و رضوان (۱۳۸۵) و مفروضات نظریه SREF<sup>۴</sup> مبنی بر این‌که راهبردهای فراشناختی نقشی مهم در انتخاب و تداوم راهبردهای مقابله‌ای ناکارآمد از جمله مقابله‌ی هیجانی بازی می‌کنند و هم‌چنین، افکار خطرناک و کنترل ناپذیر با تداوم استرس رابطه‌ی مثبت و معناداری دارند، همسو می‌باشد. در تبیین این نتیجه می‌توان به این نکته اشاره کرد که نوجوانانی که دارای راهبردهای فراشناختی منفی از جمله افکار خطرناک و کنترل ناپذیر هستند، برای تنظیم عواطف، شناخت و پردازش داده‌های هیجانی از راهبردهای کاملاً متفاوتی (راهبردهایی که بر هیجان‌ها و شناخت‌های منفی تأکید دارند) استفاده می‌کنند که این مسئله، خود باعث تداوم استرس می‌شود. با توجه به توان پیش‌بینی‌کننده‌ی راهبرد افکار خطرناک و کنترل ناپذیر برای شیوه‌ی مقابله‌ای اجتنابی (۰/۲۶)

<sup>۱</sup>- Moos

<sup>۲</sup>- Mohino, Kirchner & Forns

<sup>۳</sup>- Rassis

<sup>۴</sup>- Self-Regulatory Executive Function Mode

در سطح  $p < 0/001$ ، می‌توان به این تبیین احتمالی رسید که تجربه‌ی تنش عاطفی در نوجوانانی که در بعد افکار خطرناک و کنترل ناپذیر نمره بالایی دارند، آنان را درگیر راهبردهای مقابله‌ای اجتنابی می‌سازد و در نتیجه باعث در دسترس تر بودن مفاهیم تهدید در پردازش و تشدید استرس و هیجانات منفی می‌شود. این نتیجه با یافته‌های اسپادا و همکاران (۲۰۰۶) مبنی بر این‌که فعال شدن راهبرد فراشناختی افکار خطرناک و کنترل ناپذیر باعث می‌شوند افراد دچار تنش عاطفی شده و در نتیجه درگیر راهبردهای مقابله‌ای ناسازگارانه از جمله اجتناب و ... شوند، همسو می‌باشد.

### تنگناهای پژوهش

- ۱- به دلیل عدم همکاری مدارس در زمینه‌ی توزیع پرسشنامه‌ها بین دانش آموزان پیش دانشگاهی، بخاطر قرار گرفتن آن‌ها در مرحله‌ی حساس تحصیلی و عدم فرصت کافی برای پاسخ گویی به پرسش‌ها، نمونه‌ها در حجم پایین انتخاب شدند.
- ۲- محدودیت امکان تعمیم نتایج به کل جامعه‌ی دانش آموزی به دلیل محدود بودن جامعه‌ی آماری به یک شهر خاص.

### پیشنهادها

پیشنهادها در ۲ زمینه‌ی پژوهشی و کاربردی ارائه می‌شود.

### پیشنهادهای پژوهشی

- ۱- پژوهش‌هایی در این زمینه در جوامع وسیع‌تر دانش آموزی و با قابلیت تعمیم بالاتر صورت گیرد و با نتایج این پژوهش مقایسه شود.
- ۲- پژوهش‌هایی در این زمینه در رابطه با دانش آموزان در گروه‌های سنی دیگر نیز انجام گیرد.
- ۳- در راستای متغیرهای پژوهش، جهت نشان دادن نقش میانجی شیوه‌های مقابله با استرس بین راهبردهای فراشناختی و پرخاشگری مدلی ارائه شود.

### پیشنهادهای کاربردی

- ۱- ایجاد کارگاه‌های آموزشی در مدارس، در زمینه‌ی راهبردهای فراشناختی و بکارگیری شیوه‌های مقابله کارآمد برای دانش آموزان.
- ۲- برگزاری کارگاه‌هایی در زمینه‌ی کنترل پرخاشگری مخصوص برای پسران دانش آموز.



۳- استفاده مراکز آموزش و پرورش از نتایج این پژوهش و پژوهش‌های مشابه در زمینه‌ی کنترل رفتاری دانش آموزان.

### منابع

- آقامحمدیان ، ح . ؛ پاژخ زاده ، ش . (۱۳۸۱) . مقایسه عوامل تنیدگی زا و شیوه های مقابله با آن در دانش آموزان . مجله روانشناسی ۲۲، سال ششم، شماره ۲، صص ۱۴۸-۱۳۵ .
- ابراهیمی قوام آبادی ، ص . (۱۳۸۰) . اثربخشی سه روش آموزش راهبردهای یادگیری (آموزش دوجانبه)، توضیح مستقیم و چرخه افکار بر درک حل مسئله، دانش فراشناختی، خود پنداره تحصیلی و سرعت یادگیری در دانش آموزان دختر دوم راهنمایی معدل پایین تر از ۱۵ شهر تهران . رساله دکتری. دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی دانشگاه علامه طباطبایی تهران .
- بهرامی، فاطمه . رضوان، شیوا. (۱۳۸۶). رابطه افکار اضطرابی با باورهای فراشناختی در دانش آموزان بیرستانی مبتلا به اختلال اضطراب فراگیر . مجله روانپزشکی و روانشناسی بالینی ایران ، سال سیزدهم، شماره ۳ ، صص ۲۵۵-۲۴۹ .
- پورشهریاری، مه سیما. (۱۳۸۸). بررسی رابطه شرم با ابعاد خشم و مقایسه آن در دانشجویان دانشگاه‌های تهران . فصلنامه مطالعات روانشناختی ، سال پنجم ، شماره ۳ (پیاپی ۱۹) ، ص ۲۷ .
- توکلی ، مهین (۱۳۸۰) . شیوه های مقابله با استرس و ارتباط با سلامت روانی . تهران ، نشر قو .
- تیموری، مرضیه . (۱۳۸۸) . بررسی رابطه ابعاد فراشناخت با اضطراب و مقایسه ابعاد فراشناخت در افراد مبتلا به اختلال وسواس فکری- عملی و عادی شهر شیراز . پایان نامه کارشناسی ارشد روانشناسی عمومی. دانشگاه آزاد اسلامی واحد مرودشت .
- حسن شاهی ، محمد مهدی ؛ دارایی ، مریم (۱۳۸۴) . تأثیر راهبردهای مقابله با استرس بر سلامت روان دانشجویان : اثر تعدیل کننده سرسختی روانشناختی . فصلنامه دانش و پژوهش در روانشناسی ، شماره ۲۶ ، صص ۹۸-۷۷ .
- سامانی، سیامک . (۱۳۸۶). بررسی پایایی و روایی پرسشنامه پرخاشگری باس و پری . مجله روانپزشکی و روان‌شناسان بالینی ایران ، سال سیزدهم ، شماره ۴ ، صص ۳۶۵-۳۵۹ .
- شریفی ، رضا (۱۳۸۳) . پیش بینی میزان سلامت روانی دانشجویان علوم پزشکی مبتنی بر استرس و شیوه‌های مقابله ای آنان . فصلنامه طب و تزکیه ، شماره ۵۳ ، صص ۹۸-۸۹ .
- شکیبایی ، فرشته ؛ تهرانی دوست ، مهدی ؛ شهرپور ، زهرا ؛ آثاری ، شروین (۱۳۸۳) . گروه درمانی مدیریت خشم با رویکرد شناختی- رفتاری در نوجوانان مؤسسه ای . فصلنامه تازه های علوم شناختی ، سال ششم، شماره ۲و۱ .

- شکری ، امید ؛ مرادی ، علیرضا ؛ ولی ... ، فرزاد ؛ سنگری ، علی اکبر ؛ غنایی ، زیبا ؛ رضایی ، اکبر. (۱۳۸۴). نقش صفات شخصیت و سبک های مقابله در سلامت روانی دانشجویان: ارائه مدل های علی. فصلنامه تازه‌های علوم شناختی ، سال هفتم ، شماره ۱ .
- شیرین زاده دستگیری ، صمد (۱۳۸۵) . مقایسه باورهای فراشناختی و مسئولیت پذیری در بیماران دچار اختلال وسواسی- اجباری ، اضطراب منتشر و افراد بهنجار . پایان نامه کارشناسی ارشد روانشناسی بالینی. دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی دانشگاه شیراز .
- عاشوری، احمد ؛ وکیلی ، یعقوب ؛ بن سعید ، سارا ؛ نوعی ، زهرا (۱۳۸۸) . باورهای فراشناختی و سلامت مومی در دانشجویان . فصلنامه اصول بهداشت روانی ، سال یازدهم ، شماره ۱ (پی در پی ۴۱) ، صص ۱۵-۲۰ .
- کاپلان ، ه . ؛ سادوک ، ب . (۱۳۷۵) . خلاصه روانپزشکی ، علوم رفتاری روانپزشکی بالینی . ترجمه نصرت... ورافکاری . جلد سوم ، تهران ، انتشارات شهرآب .
- واحدی ، شهرام ؛ فتحی آذر ، اسکندر ؛ حسینی نسب ، سید داوود ؛ مقدم ، محمد ( ۱۳۸۷) . بررسی پایایی و روایی مقیاس پرخاشگری پیش دبستانی و ارزیابی میزان پرخاشگری در کودکان پیش دبستانی ارومیه . فصلنامه اصول بهداشت روانی ، سال دهم ، شماره ۳۷ ، صص ۲۴-۱۵ .
- Buss, A.H. & Perry, M. (1992) . *The Aggression Questionnaire*. *Jornal of Personality and Social Psychology* , vol 63 , 452-459 .
- Cartwright-Hatton, S. & Wells,A.(1997). *Beliefs about worry and intrusion: The Metacognition Questionnaire*. *Jornal of Anxiety Disorder*, vol 11, 297-315.
- Crick,N.R. & Dodge,K.A.(1994). *A review and reformulation of social information in children's social adjustment* .*Psychological Social Bulletin*, vol 115, 74-101.
- Crick, N.R. & Grotmeter, J.K. (1995). *Relational aggression ,gender and social psychological adjustment*. *Child Development*, vol 66, 710-722.
- Elgar, J., Arlett, C. & Groves, R. (2003). *Stress coping behavioral problems among rural and urban adolescence*. *Journal of Adolescence*, vol 26, 574-585.
- Endler,N.S., & Parker,J.D.A.(1990). *Assessment of multidimensional coping: Task,emotion and avoidance strategies*. *Psychological Assessment*, vol 6, 50-60.
- Flavell, J.H. (1979). *Metacognition and cognitive monitoring : A new area of cognitive developmental inquiry*, *American Psychologist*, vol 34, 906-911.
- Folkman, S. & Lazarus, R.S. (1986). *Appraisal coping and encounter outcomes*. *Journal of Personality and Social Psychology*. vol 50(5), 992-1003.
- Folkman, S., & Lazarus, R.S. (1984). *Stress,appraisal and process*. New York: Springer.

- Irak, M. & Toson, A. (2008). *Exploring the role of metacognition in obsessive-compulsive and anxiety symptoms*. Journal of Anxiety Disorder, vol 22, 1316-1325.
- Matud, P.M. (2004). *Gender differences in stress and coping style*. Personality and Individual Differences, vol 37, 1401-1415.
- Mohino, S., Kirchner, T. & Forns, M. (2003). *Coping strategies in young male prisoners*. Journal of Youth and Adolescence, vol 33, No.1, 41-49.
- Moses, L.J. & Baird, j.A. (2002). *Metacognition in R.A. Wilson & F.C. keil* (eds.). The MIT Encycloped of the Cognitive Siences. Cambridge, M.A : MIT press.
- Olweus, D. (1993). *Bullies on the playground : The role of victimization*. In hurt CH.(ed.), *Children on playground*, Albany : State University of New York Press Psychology, 85-128.
- Roger, D., Jarvis, G. & Najarian, B. (1993). *Detachment and coping: The construction and validation of a new scale for measuring coping strategies*. Personality and Individual Differences, vol 15, 619-626.
- Saarni, C. (1994). *The development of emotional competence*. New York: Guilford.
- Spada, M.M., Hiou, K. & Nikcevic, A.V. (2006). *metacognitions emotions and procrastinations*. Journal of Cognitive psychotherapy, vol 42, 385-396.
- Stiliadis, K. & Wiener, j. (1989). *Relationship between social perception and peer status in children with learning disabilities*. Journal of Learning Disabilities, vol 22, 624-629.
- Wells, A. (2001). *Further tests of cognitive model of GAD and PD*. Behavioral Therapy, vol 34, 881-888.
- Wells, A. (2000). *Emotional disorders and metacognition : Innovative cognitive therapy*. Chichester: Wiley.
- Wells, A. & Cartwright-Hatton, S. (2004). *A short form of the Metacognition Questionnaire: Properties of the MCQ-30*. Behavior Research and Therapy, vol 42, 385-396.
- Wells, A. & Papageorgiou, C. (1998). *Relationships between worry, obsessive-compulsive symptoms and metacognitive beliefs*. behavior research and Therapy, vol 36, 899-913.

s



شعبه‌ی پژوهش‌های علوم انسانی و مطالعات فرهنگی  
پرتال جامع علوم انسانی