

## تأثیر القای خلق بر عملکرد شناختی و رفتاری

تورج هاشمی<sup>۱</sup> PhD، مرتضی عندلیب کورایم<sup>\*</sup> MSc، اصغر پوراسمعی<sup>۲</sup> MSc، مجتبی صالحی حیدرآباد<sup>۱</sup> MSc

<sup>\*</sup>باشگاه پژوهشگران جوان، واحد تهران جنوب، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران، ایران

<sup>۱</sup>گروه روان شناسی، دانشکده علوم تربیتی و روان شناسی، دانشگاه تبریز، تبریز، ایران

<sup>۲</sup>باشگاه پژوهشگران جوان، واحد اردبیل، دانشگاه آزاد اسلامی، اردبیل، ایران

### چکیده

**اهداف:** هیجانات مختلف در زندگی روزمره، اثرات متفاوت روی افراد می گذارند و هریک از این هیجانات، به گونه‌ای نقش تسهیل کننده و یا بازدارنده روی عملکردهای مختلف شناختی و رفتاری دارند. بنابراین هدف پژوهش حاضر، بررسی اثر یکی از هیجانات یعنی خلق، بر عملکرد شناختی و رفتاری دانشجویان دختر و پسر بود.

**روش‌ها:** این مطالعه شبه تجربی در سال ۱۳۸۹ در شهر تبریز انجام شد. ۳۶ دانشجوی دانشگاه تبریز با روش نمونه‌گیری در دسترس انتخاب شدند و در سه گروه ۱۲ نفره با القای خلق مثبت، القای خلق منفی و کنترل قرار گرفتند. در جلسه آزمایش، بعد از القای خلق در سه سطح، داده‌های مربوط به متغیرهای وابسته (عملکرد رفتاری و شناختی) به ترتیب با استفاده از دستگاه کروئوسکوپ و آزمون محقق ساخته (شمارش معکوس اعداد) اندازه‌گیری شد. داده‌ها به کمک نرم‌افزار SPSS 16 با روش تحلیل واریانس چندمتغیره و آزمون تعقیبی توکی تحلیل شد.

**یافته‌ها:** متغیر جنسیت بر روی عملکرد رفتاری و شناختی تأثیر معنی‌دار نداشت ( $p > 0.05$ )، ولی متغیر خلق هم بر عملکرد شناختی و هم بر عملکرد رفتاری دارای تأثیر معنی‌دار بود ( $p < 0.05$ ). اثر تعاملی جنسیت با خلق روی هیچ یک عملکردهای رفتاری و شناختی معنی‌دار نبود ( $p > 0.05$ ).

**نتیجه‌گیری:** خلق القایی، می‌تواند عملکرد افراد را تحت تأثیر قرار دهد. القای خلق منفی بر عملکرد شناختی و رفتاری افراد، اثرات مخرب و القای خلق مثبت دارای اثرات مثبت است و این موضوع در مساله تقدم شناخت و هیجان، حاکی از تقدم هیجان بر شناخت است.

**کلیدواژه‌ها:** خلق، القای خلق، عملکرد شناختی، عملکرد رفتاری

## Effect of inducing mood on cognitive and behavioral performance

Hashemi T.<sup>1</sup> PhD, Andalib Kouraeim M.\* MSc, Pouresmali A.<sup>2</sup> MSc, Salehi Heydarabad M.<sup>1</sup> MSc

\*Young Researchers Club, South Tehran Branch, Islamic Azad University, Tehran, Iran

<sup>1</sup>Department of Psychology, Faculty of Humanities & Psychology, Tabriz University, Tabriz, Iran

<sup>2</sup>Young Researchers Club, Ardebil Branch, Islamic Azad University, Ardebil, Iran

### Abstract

**Aims:** Different daily emotions have different effects on people and each of these emotions play a facilitating or inhibitory role in cognitive and behavioral performances. The aim of this study was investigating the effect of induced mood on male and female students' behavioral and cognitive performance.

**Methods:** This quasi-experimental study was performed in 2010 in Tabriz. 36 students were selected among the students of Tabriz University by available sampling method. Subjects were divided into three 12-subject groups of positive mood induction, negative mood induction and control. After applying the 3 levels of mood induction, measurement of dependent variables (behavioral and cognitive performance) was done by chronoscope and a researcher-made test (numbers countdown). Data were analyzed by SPSS 16 software using ANOVA method and Tukey's post-hoc test.

**Results:** Gender didn't have a significant effect on behavioral and cognitive performance ( $p > 0.05$ ), but the effect of mood was significant on behavioral and cognitive performance ( $p < 0.05$ ). The interactional effect of gender and mood on behavioral and cognitive performance was not significant ( $p > 0.05$ ).

**Conclusion:** Induced mood can affect the individual's performance. Negative mood induction has destructive effects on individuals' behavioral and cognitive performance and positive mood induction has positive effects. This issue shows the priority of emotion to cognition in struggle of cognition and emotion.

**Keywords:** Mood, Induced Mood, Cognitive Performance, Behavioral Performance

## مقدمه

هیجان‌ها انواع مختلفی دارند که از سرخوشی تا تنفر و از وحشت تا ملال گسترده‌اند [۱]. زایونک معتقد است که هیجان‌ها پدیده‌های درونی هستند که بر انگیزه و رفتار تاثیر دارند و ممکن است مقدم بر شناخت باشند [۲]. داده‌های تجربی نشان داده‌اند که هیجان توسط ساختارهای زیرین قشر مخ کنترل می‌شود، و بر دامنه‌ای از پردازش‌های شناختی که شامل سوگیری توجه، سوگیری حافظه [۳]، [۴] و قضاوت و تصمیم‌گیری است [۵] تاثیر می‌گذارد.

هیجان اندوه در معنای عمیق با مساله محرومیت از فرآیندهای لذت‌بخش همراه است. موجودات زنده به‌طور طبیعی تمایل دارند که به حالت‌های لذت و شادی دست یابند. وقتی چنین احساسی به دلایل مختلفی دچار ناکامی می‌شود احساس محرومیت در فرد به‌وجود می‌آید. در واقع واکنش اندوه پاسخی به محرومیت از یک نیاز است که فرد احساس می‌کند نمی‌تواند بر آن کنترل داشته باشد. موجودات زنده به‌طور طبیعی تمایل دارند به اهداف لذت‌بخش برسند. انسان و حیوانات به‌طور طبیعی لذت‌جو هستند، رسیدن به این لذت‌ها آنها را شادمان و خوشحال می‌کند، عملکردهای او را بالا می‌برد و موجب انگیزش بیشتر می‌شود. در چنین حالی نیرو و انرژی بدنی و حتی ذهنی در حد بهینه قرار می‌گیرد و عملکردهای فرد را، از فعالیت جنسی گرفته تا فعالیت‌های اجتماعی تحت تاثیر قرار می‌دهد. هیجان شادی را معمولاً ثمربخش و نیرودهنده و هدایت‌کننده دانسته‌اند. اغلب افراد تقریباً روزی ۱۰۰۰ دقیقه بیدارند ولی در مقدار کمی از این زمان، هیجان‌هایی چون خشم، ترس یا شادی را تجربه می‌کنند [۶].

انسان معمولی، به‌طور کلی جریان دایمی از خلق‌ها را تجربه می‌کند. با این‌که هیجان‌ها در تجربه روزمره نادر هستند، ولی افراد همیشه چیزی را احساس می‌کنند. آنچه انسان‌ها معمولاً احساس می‌کنند، خلق (Mood) است؛ نوعی احساس که اغلب به‌صورت اثر پسین رویداد هیجانی که قبلاً تجربه شده وجود دارد. با این حال، خلق به‌صورت عاطفه مثبت یا عاطفه منفی وجود دارد؛ یعنی، خلق خوب و خلق بد [۷]. عاطفه مثبت و عاطفه منفی حالت‌های متضاد احساس کردن نیستند، بلکه این دو خلق، حالت‌های مستقل (و نه متضاد) احساس کردن هستند. برای مثال، افراد هنگام مصاحبه شغلی اذعان می‌کنند که به‌طور همزمان، عاطفه‌های مثبت و منفی را احساس می‌کنند. آنها معمولاً به‌طور همزمان احساس علاقه و عصبیت را تجربه می‌کنند. عاطفه مثبت طبق چرخه خواب-بیداری نوسان می‌کند، درحالی‌که عاطفه منفی چنین نیست. سطح عاطفه مثبت هنگام بیدارشدن پایین است و در طول روز به تدریج بالا می‌رود و تا بعد از ظهر به اوج خود می‌رسد و از آن پس در اواخر شب پایین می‌آید و به سطح پایین اوایل صبح برمی‌گردد [۶].

عاطفه مثبت بیانگر یک تجربه درونی لذت‌بخش است. وقتی عاطفه منفی افراد بالاست، معمولاً احساس مثبت آنها پایین است و معمولاً احساس می‌کنند خموده و خسته هستند. عاطفه منفی بیانگر تجربه

درونی ناخوشایند است، وقتی عاطفه منفی افراد بالاست، معمولاً احساس می‌کنند ناخشنود و عصبی و تحریک‌پذیر هستند، در حالی که وقتی عاطفه منفی افراد پایین است آرام و آرمیده هستند. عاطفه مثبت و منفی نه تنها به خلق بلکه به سیستم‌های گسترده شناختی، زیستی و رفتاری هم مربوط می‌شود [۶].

از این‌رو عاطفه مثبت بیانگر سیستم انگیزشی خوشایندی است که فرآیندهای پاداش در برانگیختگی آن، نقش اساسی ایفا می‌کنند در حالی که عاطفه منفی بیانگر سیستم انگیزشی آزارنده است که فرآیندهای تنبیهی در برانگیختگی آن نقش دارد. عاطفه مثبت و خلق خوش، به رفتار گرایشی و عاطفه منفی و خلق ناخوش به رفتار اجتنابی کمک می‌کند [۶]. سیستم عاطفه مثبت مینا و مسیرهای عصبی دوپامینرژیک دارد و رویدادهای خوشایند، این مسیرها را فعال می‌کنند، در صورتی که سیستم عاطفه منفی مینا و مسیرهای عصبی جداگانه دارد و پیامدهای ناخوشایند، مسیرهایی را که ناقل عصبی آنها سروتونین و نورآدرنالین هستند، فعال می‌کند [۸] این یافته‌ها اشاره بر این دارند که عاطفه مثبت و منفی به جای این که اعداد هیجانی یا عصبی باشند شیوه‌های مستقل احساس کردن هستند.

بیان این موضوع توسط افراد دشوار است که توضیح دهند چرا احساس خوبی دارند. اگر از آنها خواسته شود که در این مورد توضیح ارائه کنند، معمولاً می‌گویند اوضاع کلاً خوب پیش می‌رود. از سوی دیگر، پژوهشگران خلق اذعان می‌کنند که شرایطی که موجب می‌شود که افراد احساس کنند خوب هستند، چندان در ضمیر خودآگاه آنها قرار ندارد لذا افراد از علت خلق خوش خود بی‌خبر هستند [۹]. خلق مثبت باعث می‌شود که افراد به دیگران کمک کنند، بیشتر ریسک کنند، در مورد خودشان و دیگران بخشنده‌تر باشند و در امور تشریک مساعی داشته باشند و کمتر پرخاشگرانه رفتار کنند، مسایل را به‌صورت خلاقانه حل کنند، در صورت دریافت بازخورد منفی، استقامت کنند، به‌صورت کارآمدتری تصمیم‌گیری کنند و در فعالیت‌های جالب، انگیزش درونی بیشتری نشان دهند [۱۰].

این‌که عاطفه مثبت چگونه و چرا به خلاقیت، تصمیم‌گیری کارآمد، معاشرتی‌بودن در روابط بین فردی، استقامت و غیره کمک می‌کند، آن‌گونه که ممکن است ابتدا به‌نظر برسد روشن نیست. عاطفه مثبت خواه خلق باشد یا هیجان، بر فرآیندهای شناختی مانند حافظه، قضاوت، و راهبردهای حل مساله تاثیر می‌گذارد. بنابراین عاطفه مثبت با تاثیر گذاشتن بر محتوای فکر و خاطرات و انتظاراتی که به ذهن فرد می‌رسند، بر محتوای حافظه فعال تاثیر می‌گذارد وقتی افراد احساس خوبی دارند عاطفه مثبت، نقش بارزی در بازیابی و یادآوری مطالب اندوخته‌شده در حافظه ایفا می‌کند. در نتیجه، افرادی که احساس خوبی دارند، در مقایسه با افرادی که احساس خشنی دارند، به افکار شاد و خاطرات مثبت راحت‌تر دسترسی دارند [۱۱].

خلق ممکن است بالا یا پایین باشد، افراد طیف وسیعی از خلق‌ها را تجربه می‌کنند که مجموعه‌ای از تجلیات عاطفی را دربر دارد. کسانی

از آن برای سنجش زمان واکنش و مقایسه افراد استفاده کرد، که زمان واکنش را تا یک صدم ثانیه می‌سنجد [۱۲]. این دستگاه شامل دو قسمت است؛ جعبه فرمان که در مقابل آزمایشگر قرار دارد و کلید پاسخ که به دستگاه ضمیمه شده و آزمودنی به وسیله آن پاسخ می‌دهد. جعبه فرمان شامل کلیدهای ارایه محرک‌های دیداری، شنیداری و صفحه نشانگر زمان واکنش است. در این آزمایش فقط از محرک شنیداری استفاده شد که آزمودنی با شنیدن صدا باید کلید را فشار می‌داد تا صدای ارایه‌شده قطع می‌شد. همچنین برای سنجش عملکرد شناختی از آزمودنی‌ها خواسته شد تا اعداد را به‌طور معکوس از ۱۰۰، با فاصله ۷ رقم، شمارش کنند. برای اندازه‌گیری عملکرد شناختی، زمان سپری‌شده برای شمارش اعداد با استفاده از کرومومتر محاسبه شد.

بعد از انتخاب آزمودنی‌ها و کسب رضایت، از آنها خواسته شد در مقابل آزمایشگر قرار بگیرند. برای القای خُلق مثبت و منفی از آنها خواسته شد از هدفون برای شنیدن موسیقی استفاده کنند. برای القای خُلق مثبت از موسیقی شاد و برای القای خُلق منفی از موسیقی غمگین استفاده شد. بعد از القای خُلق از آزمودنی‌ها خواسته شد که در مقابل دستگاه کروئوسکوپ قرار بگیرند و با شنیدن صدای بوق (محرک) دکمه مربوطه را فشار دهند، این مرحله برای سنجش عملکرد رفتاری به انجام رسید. همچنین عملکرد شناختی با شمارش معکوس اعداد سنجیده شد. لازم به ذکر است که ترتیب قرارگرفتن در موقعیت‌های سنجش عملکرد شناختی و رفتاری به‌صورت تصادفی بود. افراد گروه کنترل (ختی) همان روش‌های گروه‌های آزمایشی را پیمودند، با این تفاوت که به آنها موسیقی القا نشد.

داده‌ها برای آنالیز به نرم‌افزار SPSS 16 وارد شدند. با توجه به نرمال بودن داده‌ها براساس یکسانی واریانس و قراردادن متغیرهای مورد مطالعه در مقیاس فاصله‌ای، داده‌های به‌دست‌آمده با روش تحلیل واریانس چندمتغیره (MANOVA) مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت. برای تعیین اثر متغیرهای جنسیت، القای خُلق و اثر تعاملی آنها بر متغیرهای عملکرد شناختی و رفتاری از آزمون چندمتغیره لامبدای ویلکز و برای تعیین تفاوت گروه‌ها در عملکرد شناختی و رفتاری از تحلیل واریانس چندمتغیره و آزمون تعقیبی توکی استفاده شد.

## نتایج

میانگین و انحراف معیار کل در عملکرد رفتاری به‌ترتیب ۱۹/۴۹ و ۲/۱۸ و میانگین و انحراف معیار کل در عملکرد شناختی به‌ترتیب ۵۳/۱۸ و ۱۶/۴۴ بود (جدول ۱).

جنسیت و همچنین تأثیر تعاملی جنسیت و خُلق بر عملکرد شناختی و رفتاری تأثیر معنی‌داری نداشتند ( $p > 0.05$ )؛ ولی تأثیر خُلق بر عملکرد شناختی و رفتاری معنی‌دار بود ( $p < 0.05$ )؛ جدول ۲).

که خُلق بالا دارند، ممکن است حالت انبساط خاطر، پرش افکار، کاهش خواب، اعتمادبه‌نفس کاذب و افکار بزرگ‌منشانه نشان دهند. در مقابل افرادی که خُلق پایین دارند، نشانه‌های کاهش انرژی و علاقه، احساس گناه، اشکال در تمرکز، بی‌اشتهایی، افکار مرگ و خودکشی را نشان می‌دهند [۱۲].

بنابر نظریه اسکینر (۱۹۵۴) و دیگر رفتارگرایان، رفتار فرد تحت تأثیر عوامل بیرونی همچون شرایط محیطی قرار می‌گیرد [۱۳]. به‌نظر می‌رسد که انگیزه‌های انسان در پاسخ به استفاده و محرومیت از محرک‌های خاص، متفاوت باشد بنابر نظر براون (۱۹۶۱) یکی از محرک‌های انگیزشی که ممکن است موجب افزایش در انگیزه انسان شود اصوات خاص است. ممکن است انواع خاصی از اصوات موجب افزایش عملکرد فرد شوند، در حالی که وجود متغیرهایی در همان نوع اصوات نتایج متضادی دهد. اگر موسیقی به‌عنوان یکی از انواع اصوات طبقه‌بندی و به‌عنوان محرک استفاده شود، می‌توان انتظار داشت موسیقی به پاسخ‌های خاصی منجر شود. بنابراین در این پژوهش از موسیقی به‌عنوان صوتی که بر رفتارهای خاص تأثیر می‌گذارد استفاده شده است.

با توجه به مطالب فوق چنین برمی‌آید که خُلق و عاطفه مثبت و منفی به‌گونه‌های مختلف در دو جنس بر عملکرد رفتاری و شناختی آدمیان اثر بگذارد. از این‌رو، هدف اصلی پژوهش حاضر بررسی تأثیر القای خُلق مثبت و منفی، بر عملکرد شناختی و رفتاری دانشجویان دختر و پسر بود.

## روش‌ها

پژوهش حاضر از نوع شبه‌تجربی و طرح مورد استفاده در آن از نوع مقایسه گروه‌های ایستاست. جامعه آماری پژوهش، دانشجویان دختر و پسر بین سنین ۱۸ تا ۲۷ سال شاغل به تحصیل در نیمسال اول سال تحصیلی ۹۰-۱۳۸۹ دانشگاه تبریز بودند که از میان آنها ۳۶ نفر به‌صورت در دسترس انتخاب شدند و در ۳ گروه مجزا قرار گرفتند. در هر گروه، ۶ پسر و ۶ دختر گنجانده شد. به ۱۲ نفر از آزمودنی‌ها، خُلق مثبت و ۱۲ نفر دیگر، خُلق منفی القا شد؛ به ۱۲ نفر گروه کنترل هیچ خُلقی القا نشد. به‌منظور کنترل خُلق آزمودنی‌ها قبل از آزمایش از آزمون افسردگی بک (BDI) استفاده شد و افرادی که طبق این پرسش‌نامه افسرده تلقی نمی‌شدند به مطالعه وارد شدند.

برای انجام پژوهش در ابتدا ۵ موسیقی شاد و ۵ موسیقی غمگین انتخاب شد (هر موسیقی حدوداً ۵ دقیقه بود)؛ سپس طبق نظر سنجی از ۲۰ دانشجو، موسیقی‌ها روی طیفی از شادترین تا غمگین‌ترین طبقه‌بندی شدند. در نهایت، ۲ قطعه اول طیف (شادترین) و ۲ قطعه آخر طیف (غمگین‌ترین) برای القا به دو گروه آزمایشی انتخاب شدند. به‌منظور سنجش عملکرد رفتاری از کروئوسکوپ (روان‌آزما، ایران) استفاده شد. این دستگاه به‌وسیله دارسونوال ابداع شده و مک‌کین‌کتل

**جدول ۱)** شاخص‌های توصیفی عملکرد شناختی و رفتاری گروه‌های مورد مطالعه

جنسیت ← ↓ عملکرد/گروه	مطالعه		
	پسر	دختر	کل
انحراف میانگین معیار	انحراف میانگین معیار	انحراف میانگین معیار	انحراف میانگین معیار
مثبت	۱۷/۹۷	۲/۶۱	۱۷/۴۷
کنترل	۲۰/۲۶	۱/۱۷	۲۰/۲۷
منفی	۱۹/۹۹	۱/۱۹	۲۰/۴۷
کل	۱۹/۴۱	۲/۱۴	۱۹/۵۷
مثبت	۴۲/۱۵	۱۳/۱۰	۱۵/۵۰
کنترل	۵۱/۳۵	۲/۶۴	۵۱/۸۳
منفی	۳۵/۶۶	۳/۶۹	۷۲/۷۶
کل	۴۹/۰۵	۱۱/۵۷	۵۸/۷۰

**جدول ۲)** تحلیل واریانس دوطرفه اثرات جنسیت و القا خلق بر عملکرد شناختی و رفتاری (آزمون لامبدای ویلکز)

شاخص ← متغیر ↓	Df	خطا	F	سطح معنی داری
جنسیت	۲	۲۹	۱/۹۰	۰/۱۶۶
خلق	۴	۵۸	۴/۷۵	۰/۰۰۲
جنسیت × خلق	۴	۵۸	۰/۷۴	۰/۵۶۸

با توجه به نتایج جدول ۳، جنسیت و عامل تعامل جنسیت و خلق بر عملکرد رفتاری و شناختی تاثیر معنی داری نداشت و تاثیر خلق بر عملکرد شناختی و رفتاری معنی دار بود.

**جدول ۳)** تحلیل واریانس چندمتغیره اثرات جنسیت و خلق بر عملکرد رفتاری و شناختی

شاخص ← متغیر ↓	مجموع درجه مجزورات آزادی	درجه میانگین مجزورات	F	سطح معنی داری
رفتاری	۱	۰/۲۱۹	۰/۶۳	۰/۸۰
شناختی	۱	۸۳۷/۱۳	۳/۹۲	۰/۰۵۷
رفتاری	۲	۵۶/۱۶	۷/۸۹	۰/۰۰۲
شناختی	۲	۱۷۰۶/۱۹	۳/۹۹	۰/۰۲۹
رفتاری	۲	۳/۳۴	۰/۴۶	۰/۶۳۰
شناختی	۲	۵۲۰/۲۶	۲۶/۱۳	۰/۳۱۰

در عملکرد شناختی تفاوت بین گروه خلق مثبت و منفی معنی دار ( $p < 0/05$ ) و زمان پاسخ در گروه خلق مثبت کمتر بود. همچنین در عملکرد شناختی بین گروه‌های خلق مثبت و خنثی و همچنین بین گروه‌های خلق خنثی و منفی تفاوت معنی داری مشاهده نشد. در عملکرد رفتاری، تفاوت بین گروه خلق مثبت با گروه خلق خنثی و گروه خلق منفی معنی دار ( $p < 0/05$ ) و زمان واکنش در گروه خلق مثبت کمتر بود. در این عملکرد بین گروه خلق خنثی و منفی تفاوت معنی دار مشاهده نشد (جدول ۴).

**جدول ۴)** مقایسه زوجی تفاوت گروه‌های خلقی مورد مطالعه در عملکرد شناختی و رفتاری

شاخص ← عملکرد ↓	تفاوت میانگین‌ها	انحراف معیار سطح معنی داری
مثبت/خنثی	-۴/۷۷	۵/۹۶
مثبت/منفی	-۱۶/۳۹	۵/۹۶
خنثی/منفی	-۱۱/۶۲	۵/۹۶
مثبت/خنثی	-۲/۵۴	۰/۷۷
مثبت/منفی	-۲/۷۵	۰/۷۷
خنثی/منفی	-۰/۲۱	۰/۷۷

### بحث

یافته‌های این پژوهش نشان می‌دهد که القای خلق مثبت و منفی بر عملکرد شناختی و رفتاری تاثیر دارد. فریدریکسون معتقد است که یکی از راه‌هایی که احساسات می‌توانند رفتار و پردازش اطلاعات را هدایت کنند از طریق گرایش‌های عملی و فکری است [۱۴]. خلق و سیستم پردازش اطلاعات در ارتباط هستند و هیجانات می‌توانند بر توجه، یادگیری و حافظه تاثیر بگذارند. هیجانات مثبت دارای مزایایی هستند، آنها امید به زندگی را افزایش می‌دهند و منجر به سلامتی و بهزیستی می‌شوند [۱۵]. هیجانات مثبت اثرات تشویق کننده دارند، می‌توانند عمل و تفکر را وسیع تر سازند و منجر به وسعت راه‌های تفکر شوند [۱۶]، از سوی دیگر هیجانات مثبت می‌توانند به ایجاد واکنش خلاق منجر شوند.

اَشکنازی، هارتل و دوس [۱۷] تاثیر عواطف مثبت و منفی را بررسی کردند. آنها دریافتند خلق خوب با خلاقیت بیشتر، رضایت شغلی بالاتر، ترک شغل کمتر، عملکرد زمینه‌ای بیشتر و عملکرد شغلی بهتر همراه است و همچنین عواطف با رفتار شغلی تخریب کننده نیز ارتباط دارد به طوری که عواطف مثبت سطح این رفتارهای آسیب‌زا را کاهش می‌دهد و عواطف منفی به افزایش این رفتارها می‌انجامد. خلق مثبت در این پژوهش موجب بالارفتن میزان توجه، حافظه و انگیزش در فرد شده که این موارد نیز به نوبه خود عملکرد فرد را به ویژه در حیطه رفتاری افزایش داده است.

آدر، ایریش و مک لاگلین [۱۸] گزارش کردند که در بیماران افسرده، عملکرد، تکالیف ذهنی و بین شخصی، بازده مدیریت زمان و کارهای فیزیکی و جسمانی کاهش می‌یابد.

نتیجه این پژوهش تا حدودی به روشن نمودن مساله تقدم هیجان بر شناخت کمک می‌کند. بک [۲] و سایر نظریه پردازان شناختی، عاطفه را امری پس شناختی می‌دانند و ماهیت پاسخ عاطفی را وابسته به ارزیابی شناختی فرد از رویداد و محرک می‌دانند. از طرفی برخی نظریه پردازان مانند زیونک [۲]، پاسخ عاطفی را مقدم بر بعد شناختی آن می‌دانند. که در این پژوهش القای خلق، شناخت و عملکرد را تحت تاثیر قرار داد که از نظریه زیونک حمایت می‌کند.

- judgments. *Eur J Soc Psychol.* 1994;24(1):101-15.
- 6- Watson D, Clark LA. Extraversion and its positive emotional core. In: Hogan R, Johnson J, Briggs S, editors. *Handbook of personality psychology.* San Diego: Academic Publication; 1997.
- 7- Davidson Richard J. Seven sins in the study of emotion: Correctives from affective neuroscience. *Brain and Cogn.* 2003;52(1):129-32.
- 8- Ashby FG, Isen AM, Turken UA. Neuropsychological theory of positive affect and its influence on cognition. *Psychol Rev.* 1999;106(3):529-50.
- 9- Isen AM. Positive affect and decision making. In: Lewis M, Havilan J, editors. *Handbook of emotion.* New York: Guilford; 1993.
- 10- Isen AM. Positive affect. In: Dalgleish T, Power MJ, editors. *Handbook of cognition and emotion.* United State: John Wiley and Sons; 1999.
- 11- Kring AM, Davison GC, Neale JM, Johnson SL. *Abnormal psychology.* Shamsipour H, translator. Tehran: Arjmand Publication; 2007. [Persian]
- 12- Irvani M. *Experimental psychology.* Tehran: Payam Avarane Kelk Azad Publication; 2004. [Persian]
- 13- Pierce WD, Epling WD. *Behavior analysis and learning.* Upper Saddle River, NJ: Prentice-Hall Incorporated; 1999.
- 14- Frederiksen BL. The role of positive emotions in positive psychology. *Am Psychol.* 2001;56(3):218-26.
- 15- Nolen-Hoeksema S, Morrow J, Fredrickson BL. Response style and the duration of episodes of depressed mood. *Abnorm Psychol.* 1993;102(1):20-8.
- 16- Wason PC, Johnson-Laird PN. *Psychology of reasoning: Structure and content.* London: Batsford Publication; 2002.
- 17- Ashkanasy NM, Hartel CEJ, Daus CS. Diversity and emotion: The new frontiers in organizational behavior research. *J Manag.* 2002;28(3):307-38.
- 18- Adler DA, Irish J, McLaughlin TJ. The work impact of dysthymia in a primary care population. *Gen Hosp Psychiatry.* 2004;26(4):269-76.
- 19- Clarck DA, Beck AT, Alford BA. *Scientific foundations of cognitive theory of depression.* United State: John Wiley and Sons; 1999.
- 20- Gil KM, Crason JW, Porter LS, Scipio C, Bediako SM, Orringer E. Daily mood and stress predict pain, health care use and work activity in African-American adults with sickle-cell disease. *Health psychol.* 2004;23(3):267-74.

اعتقاد بر این است که فرد نه تنها یک ذهن بلکه دارای چندین ذهن است که با تغییر شرایط، یک ذهن موقعیتی جای خود را به ذهن موقعیتی دیگر می‌دهد، به گونه‌ای که فرد به گستره‌ای از ذهن‌های گوناگون وارد و از آن‌ها خارج می‌شود. زمانی که فرد در حالت هیجانی است معمولاً به حوادثی بیشتر توجه می‌کند که با خُلق او همخوانی دارند. در نتیجه، افراد مطالب و وقایع همخوان با خُلق خود را بیشتر از مطالب ناهمخوان یاد می‌گیرند [۱۹]. یکی از مسائلی که امروزه توجه زیادی را به خود جلب کرده است، بحث اهمیت مساله شادزیستن در دنیای سرشار از نگرانی‌ها و اضطراب‌ها است. تحقیقات نشان داده است که القای خُلق مثبت می‌تواند اثرات منفی هیجان‌های منفی پیشین را کاهش دهد [۲۰].

### نتیجه‌گیری

القای خُلق منفی بر عملکرد شناختی و رفتاری افراد اثرات مخرب و القای خُلق مثبت دارای اثرات مثبت است. بنابراین بایستی سعی شود تا شرایط ایجادکننده خُلق منفی کاهش یابد و در مقابل اقداماتی برای افزایش خُلق مثبت در محیط‌های مختلف آموزشی، شغلی، ورزشی و غیره انجام گیرد.

### منابع

- 1- Pervin LA. *The science of personality.* United State: John Wiley and Sons; 1996.
- 2- Bervin K. *Cognitive bases of clinical psychology.* Alilu MM, Bakhsipour Roodsari A, Sabouri Moghaddam H, translators. Tabriz: Ravanpouya Publication; 2007. [Persian]
- 3- Wells A, Mathews G. *Attention and emotion: A clinical perspective.* Hove: Erlbaum; 1994.
- 4- Williams JMG, Watts FN, Macleod C, Mathews A. *Cognitive psychology and emotional disorders.* Chi Chester: John Wiley and Sons; 1988.
- 5- Clore GL, Parrott WG. *Cognitive feeling and metacognitive*