

## نقش سیستم‌های بازداری / فعال‌سازی رفتار و راهبردهای نظم‌جویی شناختی هیجان در

### استفاده مفرط از تلفن همراه در نوجوانان

مهرنسا شهبابی<sup>۱\*</sup>، لیلا ممهوری<sup>۲</sup>، فاطمه صدرا<sup>۳</sup>، سپیده ایمانیان نجف آبادی<sup>۴</sup>

۱. دکترای روانشناسی، گروه روانشناسی، دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناسی، دانشگاه فردوسی مشهد، مشهد، ایران. (نویسنده مسئول).

۲. کارشناسی ارشد، مشاوره، گروه مشاوره، دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناسی، دانشگاه علامه طباطبائی، تهران، ایران.

۳. کارشناسی، مشاوره، گروه مشاوره و علوم تربیتی، دانشگاه فرهنگیان، قم، ایران.

۴. کارشناسی، مشاوره، گروه مشاوره و علوم تربیتی، دانشگاه فرهنگیان، قم، ایران.

مجله پیشرفت‌های نوین در علوم رفتاری، دوره سوم، شماره هجدهم، فروردین ماه ۱۳۹۷، صفحات ۱۷-۱

#### چکیده

پژوهش حاضر که از نوع توصیفی-همبستگی بوده، باهدف بررسی نقش سیستم‌های بازداری/فعال‌سازی رفتار و راهبردهای نظم‌جویی شناختی هیجان در استفاده مفرط از تلفن همراه در نوجوانان صورت گرفت. جامعه آماری این پژوهش، کلیه دانش‌آموزان شهرستان کلاله مشغول به تحصیل در سال تحصیلی ۹۶-۱۳۹۵ بودند که از این جامعه آماری ۲۴۰ نفر به روش نمونه‌گیری خوشه‌ای انتخاب شدند. برای جمع‌آوری داده‌ها از پرسشنامه نظم‌جویی شناختی هیجان، مقیاس‌های بازداری/فعال‌سازی رفتار و مقیاس استفاده مفرط از تلفن همراه استفاده شد و تجزیه و تحلیل داده‌ها با استفاده از آزمون‌های ضریب همبستگی و تحلیل رگرسیون در SPSS-۱۹ انجام شد. نتایج حاصل شده، نشان داد که راهبردهای پذیرش ( $r=0/23$ )، تمرکز مجدد مثبت ( $r=0/26$ )، ملامت خویش ( $r=0/22$ )، نشخوارگری ( $r=0/23$ )، فاجعه‌سازی ( $r=0/26$ ) و فعال‌سازی رفتار/تفریح ( $r=-0/17$ ) با استفاده مفرط از تلفن همراه همبستگی دارند. نتایج تحلیل رگرسیون نیز نشان داد که فعال‌سازی رفتار/تفریح، با تبیین ۰/۰۳ درصد واریانس استفاده مفرط از تلفن همراه راپیش‌بینی می‌کند. همچنین راهبردهای فاجعه‌سازی، ملامت دیگران و ملامت خود با تبیین ۰/۱۱ درصد واریانس استفاده مفرط از تلفن همراه را پیش‌بینی نموده‌اند. طبق این یافته‌ها می‌توان گفت که توجه به اقدامات آموزشی و تربیتی در راستای ارتقای راهبردهای نظم‌جویی شناختی هیجان و درمان‌های مبتنی بر سیستم‌های بازداری/فعال‌سازی رفتار، به‌عنوان تلاش پیش‌گیرانه و بنیادین جهت کاهش رفتارهای آسیب‌زا مانند استفاده مفرط از تلفن همراه می‌تواند مورد توجه متخصصان و مربیان کودکان و نوجوانان قرار گیرد. **واژه‌های کلیدی:** سیستم‌های بازداری/فعال‌سازی رفتار، راهبردهای نظم‌جویی شناختی هیجان، استفاده مفرط از تلفن همراه

## مقدمه

دگرگونی‌های دهه‌های اخیر و رشد روزافزون فناوری‌های جدید از جمله تلفن همراه در زندگی بشر منجر به تغییر سبک زندگی شده (مهرفروز، ۱۳۸۷؛ وانگ<sup>۱</sup> و همکاران، ۲۰۱۶) و نگرانی‌های فزاینده‌ای را در ارتباط با اثرات مخرب آن ایجاد کرده است (کاور<sup>۲</sup> و همکاران، ۲۰۰۹). با توجه به فرصت‌های دست‌یابی به اینترنت، امروزه تلفن همراه بیش از آن‌که فقط یک وسیله ارتباطی باشد، ابزاری برای محیط‌های مجازی شناخته می‌شود (لئونگ<sup>۳</sup>، ۲۰۰۸) که این امر ممکن است با دیگر فعالیت‌های زندگی روزانه تداخل کرده، بر سلامتی، شادی و روابط بین فردی افراد تأثیر منفی بگذارد (چولیز<sup>۴</sup>، ۲۰۱۲؛ لویز-فرناندز<sup>۵</sup> و همکاران، ۲۰۱۴). برای مثال گریفتس<sup>۶</sup> (۲۰۱۳) مطرح می‌کند که استفاده مفرط از تلفن همراه در نوجوانان، بامشکلاتی در قلمرو رفتاری، عاطفی و اجتماعی، ارتباط با والدین، مداخله در فعالیت‌های مدرسه یا شخصی، کناره‌گیری و نیاز به تلفن همراه مدر روز همراه است. در یک تحلیل عاملی، نشانه‌های استفاده مشکل‌زا از تلفن همراه به چهار مورد کلی تقسیم می‌شود: از دست دادن کنترل، اضطراب، انزوا و فقدان سودمندی (چانگ، کیم و کیم<sup>۷</sup>، ۲۰۱۳). بعلاوه، این کاربرد، با افسردگی، خودکنترلی ضعیف و احساس بی‌کفایتی (تامی<sup>۸</sup> و همکاران، ۲۰۱۱)، پرخاشگری، بی‌خوابی، سیگار کشیدن، گرایش به خودکشی، عزت‌نفس پایین، مصرف الکل و دارو و افت عملکرد تحصیلی ارتباط دارد (کاور و همکاران، ۲۰۱۲؛ مولوانی<sup>۹</sup> و همکاران، ۲۰۱۲؛ آگنر و هکر<sup>۱۰</sup>، ۲۰۱۲). با توجه به مشکلات موجود در استفاده مفرط از تلفن همراه، محققان به اهمیت درک عوامل زمینه‌ساز چنین کاربردهای اعتیادگونه پی‌برده‌اند (گریفتس، ۲۰۱۳). از مهم‌ترین این عوامل می‌توان به ویژگی‌های شخصیتی کاربران (دمونتجوی<sup>۱۱</sup> و همکاران، ۲۰۱۳)، استرس زندگی (جانسون<sup>۱۲</sup> و همکاران، ۲۰۱۰)، موفقیت تحصیلی (پ، بارکلی و کارپینسکی<sup>۱۳</sup>، ۲۰۱۴)، سن (لن<sup>۱۴</sup> و همکاران، ۲۰۱۰) و خود نظم‌جویی هیجان<sup>۱۵</sup> (ین<sup>۱۶</sup> و همکاران، ۲۰۱۲) اشاره نمود.

- 1- Wang
- 2- Kauer
- 3- Leung
- 4- Choliz
- 5- Lopez-Fernandez
- 6- Griffiths
- 7- Khang, Kim & Kim
- 8- Thomee
- 9- Mulvaney
- 10- Augner & Haccker
- 11- D Montjoye
- 12- Johansson
- 13- Lepp, Barkley & Karpinski
- 14- Lane
15. emotional regulation
- 16- Yen

از میان ویژگی‌های شخصیتی، بارزترین ویژگی، سیستم بازداری/فعال‌سازی رفتار<sup>۱</sup> است که چارچوب مفیدی را برای فهم انگیزش<sup>۲</sup> و شخصیت<sup>۳</sup> فراهم می‌کند (باری و رابینز<sup>۴</sup>، ۲۰۱۳). برای توضیح رفتارهای اعتیادآور، می‌توان نظریه حساسیت تقویت<sup>۵</sup> گری<sup>۶</sup> (۱۹۸۳) را بکار گرفت که پایه‌ای برای انگیزش و فعالیت انسان و دو بعد مستقل انگیزشی و شخصیتی مبتنی بر زیست‌شناختی را فرض می‌کند (اسمیلی<sup>۷</sup> و همکاران، ۲۰۰۶). اولین بعد نظریه حساسیت تقویت، سیستم فعال‌سازی رفتار است که به محرک‌های پاداش پاسخ داده یا به وسیله پاسخ مثبت، تنبیه را خاتمه می‌بخشد. این سیستم شامل تعقیب اهداف سریع و قوی (سائق)، قدرت پذیرش پاداش (پاسخ‌دهی به پاداش) و تمایل برای تجربیات پاداش‌دهنده بالقوه و جدید (جستجوی تفریح) است (کارور و وایت<sup>۸</sup>، ۱۹۹۴). بعد دیگر نظریه حساسیت تقویت گری، سیستم بازداری رفتاری است؛ این سیستم یا با پاسخ به تنبیه یا از طریق ترس و اضطراب و رفتار اجتناب/کناره‌گیری تنبیه را خاتمه می‌بخشد (الوی<sup>۹</sup> و همکاران، ۲۰۰۸).

یافته‌های پیشین نشان می‌دهد که سطوح بالای حساسیت سیستم فعال‌سازی رفتاری می‌تواند شرایط آسیب‌شناسی را در رفتارهای هیجانی و تکانشی، مانند سوء‌مصرف الکل/دارو فراهم کند (کارور و وایت، ۱۹۹۴؛ باری و رابینز، ۲۰۱۳؛ نیومن<sup>۱۰</sup> و همکاران، ۱۹۹۷، پورکرد و ابوالقاسمی، ۱۳۹۲) و به‌عنوان یک عامل خطر اعتیاد به اینترنت محسوب شود (لین و تسیا<sup>۱۱</sup>، ۱۹۹۹). همچنین هردو سیستم فعال‌سازی رفتاری به‌عنوان پیش‌بین اضطراب و تکانش‌گری (گری و همکاران، ۱۹۸۳)، خوش‌بختی روانی و نیز پریشانی روانشناختی<sup>۱۲</sup> به‌شمار می‌آیند (مک اندرو و استیل<sup>۱۳</sup>، ۱۹۹۱). با توجه به نقش مهم سیستم بازداری/فعال‌سازی رفتار در بروز شرایط آسیب‌زا در افراد، در گام اول به بررسی نقش سیستم‌های فعال‌سازی و بازداری رفتار در آسیب‌پذیری نسبت به استفاده مفرط از تلفن همراه می‌پردازیم.

از عوامل مهم دیگری که باعث ایجاد رفتارهای پرخطر در نوجوانان می‌گردد، هوش هیجانی (خیری، عبداللهی، شاهقلیان، ۱۳۹۲) و یا بطور اختصاصی ترمشکلاتی در نظم‌جویی هیجانی (صمیمی و همکاران، ۱۳۹۵) است. تحقیقات تحولی، نظم‌جویی هیجان را به‌عنوان یک عامل درونی و بیرونی درگیر در نظارت، ارزیابی و سازگاری واکنش‌های هیجانی برای دست‌یابی به اهداف تعیین‌شده،

<sup>۱</sup>. Inhibition and behavioral activation system

<sup>۲</sup>. Motivation

<sup>۳</sup>. Personality

<sup>۴</sup>. Bari & Rabbins

<sup>۵</sup>. Reinforcement Sensitivity Theory

<sup>۶</sup>. Gray

<sup>۷</sup>. Smilie

<sup>۸</sup>. Carver & White

<sup>۹</sup>. Alloy

<sup>۱۰</sup>. Newman

<sup>۱۱</sup>. Lin & Tsia

<sup>۱۲</sup>. distress

<sup>۱۳</sup>. MacAndrew & Steele

تعریف نموده‌اند (تامپسون<sup>۱</sup>، ۱۹۹۴؛ اندامی خشک، ۱۳۹۲) که با طیف مختلفی از مشکلات روان‌شناختی، از جمله اعتیاد پذیری همراه می‌باشد (امیری و همکاران، ۱۳۹۴؛ درخشانی و همکاران، ۱۳۹۴؛ داو و لوکستن<sup>۲</sup>، ۲۰۰۴). در واقع رفتارهایی مانند استفاده افراطی از تلفن همراه را شکل خاصی از راهبردهای نظم‌جویی ناسازگارانه می‌توان تلقی نمود (اسپادا<sup>۳</sup> و همکاران، ۲۰۰۸) که در فرار از موقعیت دشوار یا فراموش کردن و تعدیل حالت درونی ناخوشایند به فرد کمک می‌کند (هیگینز و اندلر<sup>۴</sup>، ۱۹۹۵). راهبردهای ناسازگارانه نظم‌جویی شناختی هیجان را می‌توان به‌عنوان راهبردهای هشیارانه ذهنی توصیف کرد که افراد برای مقابله با شرایط و اطلاعات برانگیزاننده هیجانی استفاده می‌کنند (گارفنسکی، بون و کرایج<sup>۵</sup>، ۲۰۰۳) این راهبردهای شناختی نقش مهمی در ایجاد مشکلات هیجانی و رفتاری بعد از مواجهه با رویداد استرس‌زا، ایفا می‌کنند. گارفنسکی<sup>۶</sup> و همکاران (۲۰۰۲)، با بازنگری ادبیات پژوهشی و نظری، ۹ راهبرد شناختی شامل راهبردهای سازگارانه و ناسازگارانه تقسیم کرده‌اند (اورباچ، آبالا و رینگو<sup>۷</sup>، ۲۰۰۷). راهبردهای سازگارانه نظم‌جویی شناختی هیجان، باعث افزایش احساسات مثبت و کاهش احساسات منفی و افزایش رفتار سازگارانه می‌گردد. لیکن، راهبردهای نظم‌جویی هیجانی ناسازگارانه به‌عنوان ابزاری برای تسکین هیجان منفی می‌باشند (فوکس<sup>۸</sup> و همکاران، ۲۰۰۷). از آن جایی که کمتر پژوهشی به بررسی نقش سیستم بازداری/فعال‌سازی رفتار و راهبردهای نظم‌جویی شناختی هیجان در استفاده مفرط از تلفن همراه همراه در نوجوانان پرداخته است. لذا پژوهش حاضر باهدف بررسی ارتباط این متغیرها با استفاده مفرط از تلفن در نوجوانان صورت پذیرفت.

### روش پژوهش

جامعه آماری این پژوهش توصیفی<sup>۹</sup> همبستگی، شامل ۳۰۰۰ دانش‌آموز مشغول به تحصیل در شهرستان کلاله در سال تحصیلی ۱۳۹۵-۹۶ بودند. حجم نمونه مورد نیاز بر اساس جدول مورگان، ۳۴۱ نفر است که با استفاده از روش نمونه‌گیری خوشه‌ای چندمرحله‌ای انتخاب شدند، سپس با حذف پرسشنامه‌های مخدوش، پرسشنامه‌های تعداد ۲۴۰ دانش‌آموز شامل ۱۴۶ دختر و ۹۴ پسر (میانگین سنی ۱۴/۰۵) مورد تحلیل قرار گرفت. پیش از توزیع پرسش‌نامه‌ها، برای جلب همکاری دانش‌آموزان این کلاس‌ها، ابتدا توضیحات لازم در مورد هدف و اهمیت پژوهش به آن‌ها داده شد و از آن‌ها خواسته شد به تمام سؤالات پرسش‌نامه‌ها به‌دقت پاسخ دهند. سپس پرسشنامه‌های پژوهش (راهبردهای شناختی نظم‌جویی هیجان، مقیاس استفاده مفرط از تلفن همراه و مقیاس سیستم‌های بازداری/فعال‌سازی رفتار) بین دانش‌آموزان توزیع گردید. پس از اجرا و جمع‌آوری پرسشنامه‌ها، تجزیه و تحلیل داده‌ها

1- Thompson

2- Dawe & Loxton

3- Spada

4- Higgins & Endler

5- Garnefski, Boon & Kraaij

6- Garnefski

7- Auerbach, Abela & Ringo

8- Fox

به‌وسیله نرم‌افزار Spss19؛ و با استفاده از ضریب همبستگی پیرسون و تحلیل رگرسیون چندگانه به شیوه‌ی گام‌به‌گام صورت گرفت. برای جمع‌آوری اطلاعات از ابزارهای زیر استفاده گردید:

**پرسشنامه‌ی نظم‌جویی شناختی هیجان<sup>۱</sup> (CERQ):** پرسشنامه نظم‌جویی شناختی هیجان یک پرسشنامه چندبعدی است که توسط گارنفسکی، کرایچ<sup>۲</sup> و اسپینهاون<sup>۳</sup> (۲۰۰۱) جهت شناسایی راهبردهای مقابله‌ای شناختی افراد پس از تجربه رخداد‌های تهدیدکننده یا استرس‌های زندگی مورد استفاده قرار می‌گیرد. برخلاف سایر پرسشنامه‌های مقابله‌ای که به صورت آشکار بین افکار و اعمال واقعی فرد تمایز قائل نمی‌شوند، این پرسشنامه افکار فرد را پس از مواجهه با یک تجربه منفی و ناخوشایند ارزیابی می‌کند. در پژوهش حاضر از فرم بلند پرسشنامه‌ی نظم‌جویی شناختی هیجان استفاده شده است، این پرسشنامه یک ابزار خود گزارشی است و دارای ۳۶ ماده می‌باشد و بر روی افراد ۱۲ سال به بالا اجرا می‌شود. این پرسشنامه دارای نه خرده مقیاس متفاوت شامل، ملامت خویش، ملامت دیگران، پذیرش، نشخوارگری، تمرکز مجدد مثبت، تمرکز مجدد بر برنامه‌ریزی، ارزیابی مجدد مثبت، فاجعه سازی و دیدگاه‌گیری می‌باشد. دامنه‌ی نمرات مقیاس از ۱ (تقریباً هرگز) تا ۵ (تقریباً همیشه) می‌باشد. در بررسی مشخصات روان‌سنجی آزمون، گارنفسکی و همکاران (۲۰۰۶)، پایایی آزمون را با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ به ترتیب برابر با ۰/۹۱، ۰/۸۷، ۰/۹۳، ۰/۹۳ و ۰/۹۳ در فرهنگ ایرانی نتایج آلفای کرونباخ (با دامنه‌ی ۰/۷۶ تا ۰/۹۲) نشان داد که ۹ خرده مقیاس نسخه‌ی فارسی پرسشنامه‌ی نظم‌جویی شناختی هیجان دارای اعتبار مطلوبی هستند. تحلیل مؤلفه‌ی اصلی ضمن تبیین ۷۴ درصد واریانس، الگوی ۹ عاملی اصلی پرسشنامه‌ی نظم‌جویی شناختی هیجان را مورد حمایت قرارداد. همچنین، همبستگی بین خرده مقیاس‌ها نسبتاً بالا بود (۰/۳۲ تا ۰/۶۷) (حسنی، ۱۳۸۹).

**مقیاس‌های بازداری / فعال‌سازی رفتار (BIS/BAS):** مقیاس‌های بازداری / فعال‌سازی رفتار توسط کارور و وایت (۱۹۹۴) تهیه شده است. این پرسشنامه خود گزارشی ۲۰ آیتمی در مقیاس لیکرت (۴ نقطه‌ای) از کاملاً موافقم تا کاملاً مخالفم می‌باشد و دو سیستم انگیزشی فعال‌سازی رفتار و بازداری رفتار را ارزیابی می‌کند. سیستم فعال‌سازی رفتار در این ابزار سه خرده آزمون سائق، شادی جویی و پاداش را شامل می‌شود. مقیاس BIS/FFS شامل ۷ آیتم است که بر پایه دومین اصلاح نظریه گری ساخته شده است و به صورت همزمان ارزیابی می‌شوند. چندین پژوهش نشان دادند که از این ۷ آیتم، ۳ آیتم می‌تواند FFFS و ۴ آیتم باقی مانده BIS را مطابق با آخرین تغییرات مدل گری (۲۰۰۰) به صورت جداگانه ارزیابی نمایند. ضرایب آلفای کرونباخ این آزمون برای BAS، ۰/۷۸ و سه خرده مقیاس آن، سائق، شادی جویی و پاداش به ترتیب ۰/۷۱، ۰/۷۱ و ۰/۷۰ و برای BIS و FFFS نیز به ترتیب ۰/۶۹ و ۰/۵۹

۱. Cognitive emotion regulation questionnaire

۲. Kraaij

۳. Spinhoven

گزارش شده است. ساختار عاملی این آزمون در مطالعه خانجانی و همکاران (۴۲) مورد تأیید و ضرایب آلفای کرونباخ برای سیستم جنگ گریز/بهت ۰/۶۹، سیستم بازداری رفتار ۰/۶۸ و سیستم فعال‌ساز رفتار ۰/۷۰ گزارش شده است.

مقیاس استفاده مفرط از تلفن همراه<sup>۱</sup> (COS): مقیاس استفاده مفرط از تلفن همراه توسط جنارو<sup>۲</sup> و همکاران (۲۰۰۷) ساخته شده است. این مقیاس بر اساس ده شاخص روان‌شناختی از راهنمای تشخیص و طبقه‌بندی اختلالات روانی است. این مقیاس ۲۳ آیتم دارد و دارای خرده مقیاس و زیر عامل نیست. همچنین COS بر اساس قالب پاسخ طیف لیکرت شش گزینه‌ای (۱- هرگز = ۲ تقریباً هرگز ۳- برخی اوقات ۴- اغلب ۵- تقریباً همیشه ۶- همیشه) است. نمرات بالا منعکس‌کننده استفاده مفرط است و آزمودنی‌های با نمرات بالای ۷۵ به‌عنوان استفاده‌کننده مفرط و پایین‌تر از ۲۵ به‌عنوان استفاده‌کننده کم مشخص می‌شوند. پایایی این مقیاس به روش همسانی درونی روی دانشجویان دختر و پسر اسپانیایی آلفای کرونباخ را ۰/۸۷ گزارش شده است. این مقیاس توسط گل محمدیان و یاسمی نژاد در سال ۱۳۹۰ هنجاریابی شد. در خصوص تعیین روایی مقیاس COS از روش همبستگی خرده مقیاس‌ها با کل پرسشنامه و روش همسانی درونی استفاده شد که نتایج حاکی از روایی مطلوب کلیه گویه‌های مقیاس بود. برای تعیین پایایی مقیاس از روش‌های باز آزمایی، تصنیف و آلفای کرونباخ استفاده گردید که پایایی مطلوب (۰/۹۰ = و  $r=0.71$ ) گزارش شده است.

#### یافته‌ها

تعداد ۲۴۰ دانش‌آموز با میانگین سنی ۱۴/۰۵ در این پژوهش شرکت نمودند. ابتدا شاخص‌های میانگین، انحراف استاندارد و همبستگی متغیرهای راهبردهای نظم‌جویی شناختی هیجان و بازداری/فعال‌سازی رفتار در قالب متغیرهای پیش‌بین و استفاده مفرط از تلفن همراه در قالب متغیرهای ملاک و ضرایب همبستگی پیرسون درج شد. سپس نقش متغیرهای پیش‌بین در پیش‌بینی متغیر ملاک بررسی گردید.

داده‌های جدول ۱ نشان می‌دهد که بین ۵ راهبرد نظم‌جویی شناختی هیجان و استفاده مفرط از تلفن همراه همبستگی مثبت معنادار اما ضعیفی وجود دارد. این روابط مثبت معنادار شامل راهبردهای پذیرش، تمرکز مجدد مثبت، ملامت خویش، نشخوارگری و فاجعه‌سازی هستند که با استفاده مفرط از تلفن همراه ارتباط دارند. سایر روابط بین راهبردهای سازگارانه و رفتارهای پرخطر از لحاظ آماری معنادار نیست. علاوه بر این، از بین مؤلفه‌های بازداری/فعال‌سازی رفتار، تنها مؤلفه فعال‌سازی رفتار/تفریح و استفاده مفرط از تلفن همراه رابطه ضعیف معناداری داشت که این رابطه معنادار منفی می‌باشد.

<sup>1</sup>. Cell-phone over-use scale

<sup>2</sup>. Jenaro

جدول ۱. میانگین و انحراف معیار و همبستگی متغیرهای پژوهش

متغیرها	میانگین	انحراف استاندارد	استفاده مفرط از تلفن همراه
پذیرش	۱۰/۴	۳/۲	**۰/۲۳
تمرکز مجدد مثبت	۱۴/۱	۵/۱	**۰/۲۶
تمرکز مجدد بر برنامه‌ریزی	۱۴/۱	۳/۵	-۰/۴۵
ارزیابی مجدد مثبت	۱۱/۸	۳/۶	-۰/۱۰
دیدگاه‌پذیری	۱۱/۵	۳/۲	-۰/۱۱
ملامت خویش	۹/۴	۲/۸	**۰/۲۲
ملامت دیگران	۷/۴	۳/۱	-۰/۰۲
نشخوارگری	۱۲/۱	۳/۶	**۰/۲۴
فاجعه‌سازی	۱۰/۴	۳/۴	**۰/۲۶
فعال‌سازی رفتار/تفریح	۸/۱	۲/۳	**۰/۱۷
فعال‌سازی رفتار/سائق	۹/۲	۳/۹	-۰/۰۰
فعال‌سازی رفتار/پاداش	۷/۸	۲/۳	۰/۰۰
بازداری رفتار	۱۴/۸	۲/۶	-۰/۰۶
استفاده مفرط از تلفن همراه	۴۸/۰	۱۷/۴	

\* =  $P < 0.05$ ; \*\* =  $P < 0.01$ ; \*\*\* =  $P < 0.001$

جهت بررسی نقش سیستم بازداری/فعال‌سازی رفتار و راهبردهای نظم‌جویی شناختی هیجان در استفاده مفرط از تلفن همراه از روش تحلیل رگرسیون چندگانه به شیوه گام به گام استفاده شد. بدین منظور، در تمام معادلات ابتدا پیش‌فرض‌های استفاده از مدل رگرسیون از طریق آزمون دوربین/واتسن<sup>۱</sup> برای بررسی استقلال خطاها، آزمون هم خطی<sup>۲</sup> با دو شاخص ضریب تحمل<sup>۳</sup> و عامل تورم واریانس<sup>۴</sup> مورد بررسی قرار گرفت. مقادیر عددی آزمون‌های دوربین/واتسن برای متغیرهای مورد بررسی در فاصله ۱/۹۰-۲/۰۶ و شاخص‌های هم خطی ضرایب تحمل در فاصله ۰/۸۳-۱/۰۰ و عامل تورم واریانس نیز در فاصله ۱/۲-۱/۰۰ قرار داشت، این

1. Durbin- Watson

2. Collinearity

3. Tolerance

4. Variance Inflation Factor

نتایج نشان می‌دهد که بین متغیرهای پیش‌بین، هم خطی وجود ندارد و نتایج حاصل از مدل رگرسیون‌ها قابل‌اتکاست. نتایج جدول ۲ نشان می‌دهد که فعال‌سازی رفتاری/تفریح، استفاده مفرط از تلفن همراه را با تبیین ۰/۰۳ درصد واریانس آن مورد پیش‌بینی قرار جدول ۲. مشخصه‌های آماری رگرسیون گام به گام بازداری رفتار/فعال‌سازی رفتار بر استفاده مفرط از تلفن همراه

متغیر ملاک	گام	متغیر پیش‌بین	R	R <sup>2</sup>	Df	F	B	Beta	T
استفاده مفرط از تلفن همراه	اول	فعال‌سازی رفتاری/تفریح	۰/۱۷	۰/۰۳	(۱/۲۳۲)	*۷/۲	-۱/۲	-۰/۱	*-۲/۶۹

$$* = P < ۰/۰۵ ; ** = P < ۰/۰۱ ; *** = P < ۰/۰۰۱$$

نتایج جدول ۳ نشان می‌دهد که در گام اول، راهبرد فاجعه‌سازی، استفاده مفرط از تلفن همراه را با تبیین ۰/۰۶ درصد واریانس آن پیش‌بینی نموده‌اند. در گام دوم، راهبردهای فاجعه‌سازی و ملامت دیگران، استفاده مفرط از تلفن همراه را با تبیین ۰/۱۰ درصد واریانس آن مورد پیش‌بینی قرار داده است و در گام سوم، راهبردهای فاجعه‌سازی، ملامت دیگران و ملامت خود، استفاده مفرط از تلفن همراه را با تبیین ۰/۱۱ درصد واریانس آن پیش‌بینی نموده‌اند.

جدول ۳. مشخصه‌های آماری رگرسیون گام به گام راهبردهای نظم‌جویی شناختی هیجان بر استفاده مفرط از تلفن همراه

متغیر ملاک	گام	متغیر پیش‌بین	R	R <sup>2</sup>	Df	F	B	Beta	T
استفاده مفرط از تلفن همراه	اول	فاجعه‌سازی	۰/۲	۰/۰۶	(۱/۲۳۴)	***۱۸/۵	۱/۳	۰/۲	***۴/۳۰
استفاده مفرط از تلفن همراه	اول	فاجعه‌سازی	۰/۳	۰/۱۰	(۲/۲۲۳)	***۱۴/۲	۱/۰	۰/۲	***۳/۲۱
	دوم	ملامت دیگران					۱/۱	۰/۱	***۳/۰۴
استفاده مفرط از تلفن همراه	اول	فاجعه‌سازی	۰/۳	۰/۱۱	(۳/۲۳۲)	***۱۰/۹	۰/۸	۰/۱	***۲/۳۹
	دوم	ملامت دیگران					۱/۰	۰/۱	***۲/۹۵
	سوم	ملامت خود					۰/۸	۰/۱	*۲/۰۳

$$* = P < ۰/۰۵ ; ** = P < ۰/۰۱ ; *** = P < ۰/۰۰۱$$



## بحث و نتیجه‌گیری

پژوهش حاضر باهدف بررسی نقش سیستم‌های بازداری/فعال‌سازی رفتار و راهبردهای نظم‌جویی شناختی هیجان در استفاده مفرط از تلفن همراه در نوجوانان صورت گرفت. نخستین یافته پژوهش نشان داد که بین مؤلفه فعال‌سازی رفتار/تفریح و استفاده مفرط از تلفن همراه رابطه منفی معناداری وجود داشت به این صورت که به هر میزان فعالیت مؤلفه فعال‌سازی رفتار/تفریح بیشتر باشد میزان استفاده مفرط از تلفن همراه کاهش خواهد یافت. این یافته با پژوهش‌های لی و گومز<sup>۱</sup> (۲۰۱۴)، کیمبرال، میشل و نلسون<sup>۲</sup> (۲۰۱۰) و گری (۱۹۹۵) همسو است که نشان دادند فعالیت بالای سیستم فعال‌سازی رفتار با برون‌گرایی، منش و عاطفه مثبت و اضطراب پایین و پیشرفت تحصیلی همراه می‌باشد و همچنین افرادی که از فعالیت کمتری در سیستم فعال‌سازی رفتار برخوردارند از اضطراب، رفتارهای پرخطر و آسیب‌زای بیشتری برخوردار هستند. در تبیین این یافته می‌توان گفت فعالیت سیستم فعال‌سازی رفتار، رفتارهایی را ترغیب می‌کند که هنگام دریافت پاداش، انگیزش و فعالیت را کاهش می‌دهد؛ بنابراین به نظر می‌رسد فعالیت این سیستم نوجوانان را به سمت هیجان، وجد، عاطفه مثبت و محرک‌های خوشایند می‌کشاند و از محرک‌های ناخوشایند و آسیب‌زایی که همراه با تنبیه و کاهش پاداش هستند جلوگیری می‌کند (گری و همکاران، ۱۹۸۳).

همچنین در تبیین این یافته نتایج تحقیقات نشان داده است که فعالیت سیستم فعال‌سازی رفتار با پیشرفت تحصیلی و اشتیاق تحصیلی بیشتر در بین نوجوانان همراه هست که منجر به تمایل کمتر به رفتارهای مشکل‌آفرین مانند استفاده مفرط از تلفن همراه دارند (رولینگز<sup>۳</sup>، ۲۰۱۴). بعلاوه، بر اساس یافته‌های پیشین مشخص می‌گردد که بین فعالیت سیستم فعال‌سازی رفتار و اضطراب ارتباط منفی وجود دارد به این صورت که به هر میزان فعالیت سیستم فعال‌سازی رفتار کمتر باشد، اضطراب بیشتر می‌شود (جانسون، ترنر و ایواتا<sup>۴</sup>، ۲۰۰۳)؛ از آن جایی که یکی از دلایل مهم استفاده افراطی از تلفن همراه کاهش اضطراب و رفتارهای نگرانی و استرس می‌باشد، همچنین فعالیت مؤلفه فعال‌سازی رفتار/تفریح در نوجوانان با اضطراب پایین باعث می‌گردد که آنها به دنبال تفریحاتی باشند که با کمترین استرس و شرایط آسیب‌زا همراه باشند و از رفتارهای مشکل‌زا مانند استفاده مفرط از تلفن همراه پرهیز کنند.

ازجمله نتیجه دیگر این پژوهش این بود که بین برخی از راهبردهای سازگاران و ناسازگاران نظم‌جویی شناختی هیجان و استفاده مفرط از تلفن همراه رابطه معنی‌دار وجود داشت، و راهبردهای ناسازگارانه پیش‌بینی‌کننده استفاده مفرط از تلفن همراه در نوجوانان است. نتیجه پژوهش حاضر با نتایج پژوهش‌های صمیمی و همکاران (۱۳۹۵)، گارنفسکی و همکاران (۲۰۰۲)، عزیز و همکاران (۱۳۸۹) و لوئیس<sup>۵</sup> (۲۰۰۸) هماهنگ است که بیان می‌کنند افرادی که از سبک‌های شناختی ضعیف مانند فاجعه‌سازی، ملامت خود

1- Ly & Gomez

2- Kimbral, Mitchell & Nelson

3- Rawlings

4- Turner & Iwata

5. Louis

و ملامت دیگران استفاده می‌کنند نسبت به دیگران در برابر اختلال‌های روان‌شناسی آسیب‌پذیرترند و ممکن است نسبت به سایر افراد به رفتارهای پرخطر بیشتری مانند اعتیاد به اینترنت و استفاده بیش از معمول از تلفن همراه اقدام کنند. بنابراین راهبردهای ناسازگارانه نظم‌جویی شناختی هیجان به‌عنوان نوعی آسیب‌پذیری روان‌شناختی، پیش‌بین استفاده مفرط از تلفن همراه است که پژوهش‌های انجام‌شده در این زمینه نیز مؤید همین مطلب می‌باشد (درخشانی و محمود، ۱۳۹۴). برای مثال، نتایج پژوهش اورباج<sup>۱</sup> و همکاران (۲۰۰۷) نشان می‌دهد افرادی که سطوح بالایی از نقایص نظم‌جویی هیجانی را نشان می‌دهند، بیش از دیگران احتمال دارد که در افسردگی و یا اضطراب درگیر شوند و استفاده مفرط از تلفن همراه و سایر رفتارهای پرخطر می‌تواند ابزاری برای تسکین این هیجان‌های منفی باشد (کاو<sup>۲</sup> و همکاران، ۲۰۱۰). پژوهش لان<sup>۳</sup> و همکاران (۲۰۱۰) نیز نشان داد که بین اعتیاد به اینترنت (که می‌تواند یک رفتار ناسازگارانه مشابه با استفاده افراطی از تلفن همراه باشد) و هوش هیجانی رابطه منفی وجود دارد و نشانگر این مطلب است که به‌کارگیری راهبردهای ناسازگارانه نظم‌جویی شناختی هیجان می‌تواند نوعی مؤلفه منفی از هوش هیجانی در این افراد باشد. همچنین مک لاگین<sup>۴</sup> و همکاران (۲۰۱۱) عقیده دارند افراد زمانی که نتوانند از راهبردهای مناسب و مسئله‌محور برای مقابله با هیجان‌های آزاردهنده خود استفاده نمایند و یا درک درستی از هیجان‌های خود نداشته باشند، به‌ناچار به رفتارهای نامطلوب متوسل می‌شوند تا آن‌ها را تعدیل و تغییر دهند (آکسرولد و همکاران<sup>۵</sup>، ۲۰۱۱). این رفتارها ممکن است رفتارهای آسیب‌زایی مانند سوء‌مصرف مواد (گراتز و تول<sup>۶</sup>، ۲۰۱۰) و یا استفاده مفرط از تلفن همراه باشد (اورباج و همکاران، ۲۰۰۷). در واقع تلفن همراه با فراهم کردن یک دنیای جداگانه امکان ارتباط و فضای لازم را برای بروز هیجان‌های فرد فراهم می‌کند و با این عمل هیجان‌های منفی نوجوانان را برطرف می‌کند و به همین دلیل این افراد به خاطر داشتن راهبردهای ناسازگارانه نظم‌جویی هیجانی به‌سوی تلفن همراه جذب می‌شوند و درنهایت در اثر استفاده مفرط و عدم دانش کافی در مورد نحوه‌ی استفاده از آن به آن وابسته شوند.

درمجموع نتایج پژوهش حاضر به درک بهتر نقش عوامل روان‌شناختی در استفاده افراطی از تلفن همراه کمک می‌کند و یکی از یافته‌های اصلی این پژوهش این بود که استفاده افراطی از تلفن همراه می‌تواند از سیستم‌های بازداری/فعال‌سازی رفتار و راهبردهای نظم‌جویی شناختی هیجان ناشی شده و به‌عنوان راهبردی مقابله‌ای هیجانی نگریسته شوند. اما از آنجایی که متغیرهای دیگری نیز احتمالاً در ایجاد یا تعدیل این آسیب مؤثر هستند، شاید یکی از مهم‌ترین دلایل ضعیف بودن شدت رابطه حاصل شده از نتایج این مطالعه، وجود متغیرهایی همچون تفاوت‌های فردی و عوامل خانوادگی می‌تواند باشد که اثر راهبردهای نظم‌جویی هیجانی و سیستم بازداری/فعال‌سازی رفتار را تعدیل کرده و باعث کاهش ضریب همبستگی این متغیرها با استفاده مفرط از تلفن همراه گردیده

1. Auerbach

2. Keough

3. Lan

4. McLaughlin

5. Axelrod

6. Gratz & Tull

است. همچنین حجم بالاتر آزمودنی‌ها می‌تواند به نتایج دقیق‌تری در بررسی رابطه بین متغیرها منجر شود. لذا پیشنهاد می‌شود که پژوهش‌های آتی در جهت تکمیل داده‌های پژوهش حاضر، به متغیرهای دیگر نظیر تفاوت‌های فردی، سبک‌های فرزند پروری و سبک‌های دل‌بستگی در پیش‌بینی استفاده مفرط از تلفن همراه، پردازند و با نمونه‌های بزرگتر و در جوامع آماری دیگری نیز مورد بررسی قرار بگیرد.

### تشکر و قدردانی

بدین‌وسیله از کلیه همکاران و دانش‌آموزان شهرستان کلاله که با همکاری‌های خود ما را در انجام این پژوهش یاری رساندند، تشکر و قدردانی به عمل می‌آوریم.

### منابع

- اندامی خشک، علیرضا؛ گلزاری، محمود؛ اسماعیلی‌نسب، مریم. (۱۳۹۲). نقش راهبردهای تنظیم شناختی هیجان در پیش‌بینی تاب‌آوری. اندیشه و رفتار. دوره هفتم، شماره ۲۷، ۵۷-۷۱.
- امیری، سهراب؛ سپهریان آذر، فیروزه؛ ناصری‌تمرین، کبری. (۱۳۹۴). نقش راهبردهای نظم‌جویی شناختی هیجان، تکانشگری و برون‌گرایی در گرایش به اعتیاد به اینترنت دانشجویان دانشگاه ارومیه در سال ۱۳۹۳. مجله علمی پژوهان. ۱۱-۱، (۱)، ۱۱-۱۱.
- پورکرد، مهدی؛ ابوالقاسمی، عباس. (۱۳۹۲). بررسی ارتباط تکانشگری، سیستم‌های بازداری و فعال‌سازی رفتاری با گرایش به سوء مصرف مواد در نوجوانان. فصلنامه روان‌شناسی سلامت، سال دوم، شماره ۲، ۱۷-۵.
- پورمحسنی کلوری، فرشته؛ حق‌شناس، آزاده؛ اسدی، صبا. (۱۳۹۰). بررسی فعالیت سیستم‌های مغزی-رفتاری و تفاوت‌های جنسیتی بین افراد معتاد و غیر معتاد. تازه‌های علوم شناختی، سال ۱۳، شماره ۲، ۹-۲.
- جوانمرد، شبنم؛ پورآبادی، پرینا؛ اکرمی، ناهید. (۱۳۹۲). نقش پیش‌بین آمادگی‌های زیستی در اعتیاد به اینترنت: سیستم‌های مغزی-رفتاری و جنسیت. مجله دانشگاه علوم پزشکی مازندران. ۲۳(۱۰۲)، ۴۰-۵۱.
- حسنی، جعفر. (۱۳۸۹). ویژگی‌های روان‌سنجی پرسشنامه تنظیم هیجان شناختی. مجله روان‌شناسی بالینی، ۲(۳)، ۷۳-۸۴.
- خانجانی، زینب؛ محمدی، فرهاد؛ هاشمی، تورج؛ بیرامی، منصور. (۱۳۹۳). تاثیر سیستم‌های مغزی رفتاری و عواطف بر نشانه‌های ابعادی و سواسی جبری. مجله دانشگاه علوم پزشکی کرمانشاه (بهبود). دوره ۱۸، شماره ۲(۷۵)، ۸۰-۹۱.
- خیری، طوبی؛ عبداللهی، محمدحسین؛ شاهقلیان، مهناز. (۱۳۹۲). فصلنامه روان‌شناسی سلامت. سال دوم. شماره ۲.
- عزیزی، علیرضا؛ میرزایی، آزاده؛ شمس، جمال. (۱۳۸۹). بررسی رابطه تحمل آشفتگی و تنظیم هیجانی با میزان وابستگی دانشجویان به سیگار. مجله حکیم، دوره ۱۳، شماره ۱، ۱۱-۱۸.

- مهرافروز، حجت‌الله. (۱۳۷۸). بررسی رابطه نگرش به سبک‌های فرزندپروری مادر (اقتدار منطقی، استبدادی، آزادگذاری) با مکان کنترل و پیشرفت تحصیلی در دانش‌آموزان پسر پایه چهارم ابتدایی. پایان‌نامه کارشناسی ارشد. دانشگاه تربیت معلم تهران. دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناسی.
- یاسمی‌نژاد، پریسا؛ گل‌محمدیان، محسن. (۱۳۹۰). بررسی رابطه پنج عامل نیرومند شخصیت و استفاده آسیب‌زا از تلفن همراه در دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی دزفول. دوره ۱، شماره ۲، ۷۹-۱۰۵.
- Alloy, L. B., Abramson, L. Y., Walshaw, P. D., Cogswell, A., Grandin, L. D., Hughes, M. E., & Hogan, M. E. (2008). Behavioral approach system and behavioral inhibition system sensitivities and bipolar spectrum disorders: Prospective prediction of bipolar mood episodes. *Bipolar disorders*, 10(2), 310-322.
- Auerbach, R. P., Abela, J. R., & Ho, M. H. R. (2007). Responding to symptoms of depression and anxiety: Emotion regulation, neuroticism, and engagement in risky behaviors. *Behaviour Research and Therapy*, 45(9), 2182-2191.
- Augner, C., & Hacker, G. W. (2012). Associations between problematic mobile phone use and psychological parameters in young adults. *International Journal of Public Health*, 57(2), 437-441.
- Axelrod, S. R., Perepletchikova, F., Holtzman, K., & Sinha, R. (2011). Emotion regulation and substance use frequency in women with substance dependence and borderline personality disorder receiving dialectical behavior therapy. *The American journal of drug and alcohol abuse*, 37(1), 37-42.
- Bari, A., & Robbins, T. W. (2013). Inhibition and impulsivity: behavioral and neural basis of response control. *Progress in neurobiology*, 108, 44-79.
- Carver, C. S., & White, T. L. (1994). Behavioral inhibition, behavioral activation, and affective responses to impending reward and punishment: the BIS/BAS scales. *Journal of personality and social psychology*, 67(2), 319.
- Chóliz, M. (2012). Mobile-phone addiction in adolescence: the test of mobile phone dependence (TMD). *Prog Health Sci*, 2(1), 33-44.
- Dawe, S., & Loxton, N. J. (2004). The role of impulsivity in the development of substance use and eating disorders. *Neuroscience & Biobehavioral Reviews*, 28(3), 343-351.
- de Montjoye, Y. A., Quoidbach, J., Robic, F., & Pentland, A. S. (2013, April). Predicting personality using novel mobile phone-based metrics. In *International Conference on Social Computing, Behavioral-Cultural Modeling, and Prediction* (pp. 48-55). Springer Berlin Heidelberg.

- Derakhshani N, Mahmoud S. (2015). The role of smartphone addiction in emotion regulation of boy's high school students in Chabahar City. *Indian Journal of Fundamental and Applied Life Sciences*, 5(3), 1105-1108
- Garnefski, N., & Kraaij, V. (2006). Cognitive emotion regulation questionnaire° development of a short 18-item version (CERQ-short). *Personality and Individual Differences*, 41(6), 1045-1053.
- Garnefski, N., Boon, S., & Kraaij, V. (2003). Relationships between cognitive strategies of adolescents and depressive symptomatology across different types of life event. *Journal of Youth and Adolescence*, 32(6), 401-408.
- Garnefski, N., Kraaij, V., & Spinhoven, P. (2001). Negative life events, cognitive emotion regulation and emotional problems. *Personality and Individual differences*, 30(8), 1311-1327.
- Garnefski, N., Teerds, J., Kraaij, V., Legerstee, J., & van den Kommer, T. (2004). Cognitive emotion regulation strategies and depressive symptoms: Differences between males and females. *Personality and Individual Differences*, 36(2), 267-276.
- Garnefski, N., Van Den Kommer, T., Kraaij, V., Teerds, J., Legerstee, J., & Onstein, E. (2002). The relationship between cognitive emotion regulation strategies and emotional problems: comparison between a clinical and a non-clinical sample. *European journal of personality*, 16(5), 403-420.
- Garnefski, N., Van Den Kommer, T., Kraaij, V., Teerds, J., Legerstee, J., & Onstein, E. (2002). The relationship between cognitive emotion regulation strategies and emotional problems: comparison between a clinical and a non-clinical sample. *European journal of personality*, 16(5), 403-420.
- Gratz, K. L., & Tull, M. T. (2010). The relationship between emotion dysregulation and deliberate self-harm among inpatients with substance use disorders. *Cognitive therapy and research*, 34(6), 544-553.
- Gray, J. A. (1995). A model of the limbic system and basal ganglia: applications to anxiety and schizophrenia
- Gray, J. A., Owen, S., Davis, N., & Tsaltas, E. (1983). Psychological and physiological relations between anxiety and impulsivity. *Biological bases of sensation seeking, impulsivity, and anxiety*, 181-217.
- Griffiths, M. D. (2013). Adolescent mobile phone addiction: A cause for concern. *Education and Health*, 31(3), 76-78.
- Higgins JE, Endler NS. (1995). Coping, life stress, and psychological and somatic distress. *European Journal of Personality*. 9(4), 253-70

- Jenaro, C., Flores, N., Gómez-Vela, M., González-Gil, F., & Caballo, C. (2007). Problematic internet and cell-phone use: Psychological, behavioral, and health correlates. *Addiction research & theory, 15*(3), 309-320.
- Johansson, A., Nordin, S., Heiden, M., & Sandström, M. (2010). Symptoms, personality traits, and stress in people with mobile phone-related symptoms and electromagnetic hypersensitivity. *Journal of psychosomatic research, 68*(1), 37-45.
- Johnson, S. L., Turner, R. J., & Iwata, N. (2003). BIS/BAS levels and psychiatric disorder: An epidemiological study. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment, 25*(1), 25-36.
- Kauer, S. D., Reid, S. C., Crooke, A. H. D., Khor, A., Hearps, S. J. C., Jorm, A. F., & Patton, G. (2012). Self-monitoring using mobile phones in the early stages of adolescent depression: randomized controlled trial. *Journal of medical Internet research, 14*(3), e67.
- Kauer, S. D., Reid, S. C., Sanci, L., & Patton, G. C. (2009). Investigating the utility of mobile phones for collecting data about adolescent alcohol use and related mood, stress and coping behaviours: lessons and recommendations. *Drug and Alcohol Review, 28*(1), 25-30.
- Keough, M. E., Riccardi, C. J., Timpano, K. R., Mitchell, M. A., & Schmidt, N. B. (2010). Anxiety symptomatology: The association with distress tolerance and anxiety sensitivity. *Behavior Therapy, 41*(4), 567-574.
- Khang, H., Kim, J. K., & Kim, Y. (2013). Self-traits and motivations as antecedents of digital media flow and addiction: The Internet, mobile phones, and video games. *Computers in Human Behavior, 29*(6), 2416-2424.
- Kimbrel, N. A., Mitchell, J. T., & Nelson-Gray, R. O. (2010). An examination of the relationship between behavioral approach system (BAS) sensitivity and social interaction anxiety. *Journal of anxiety disorders, 24*(3), 372-378.
- Lan Hua L, Li ping Z, Zhao Lan L. (2010). Impact of emotional intelligence on internet addiction disorder among students at a college in 2009. *Weifang Preventive Medicine Tribune. 9*(5). 6-9.
- Lane, N. D., Miluzzo, E., Lu, H., Peebles, D., Choudhury, T., & Campbell, A. T. (2010). A survey of mobile phone sensing. *IEEE Communications magazine, 48*(9), 140-150.
- Lepp, A., Barkley, J. E., & Karpinski, A. C. (2014). The relationship between cell phone use, academic performance, anxiety, and satisfaction with life in college students. *Computers in Human Behavior, 31*, 343-350.
- Leung, L. (2008). Leisure boredom, sensation seeking, self-esteem, and addiction. *Mediated interpersonal communication, 359-381*.

- Leung, L. (2008). Linking psychological attributes to addiction and improper use of the mobile phone among adolescents in Hong Kong. *Journal of Children and Media*, 2(2), 93-113.
- Lin, S. S., & Tsai, C. C. (1999). Internet Addiction among High Schoolers in Taiwan.
- Lopez-Fernandez, O., Honrubia-Serrano, L., Freixa-Blanxart, M., & Gibson, W. (2014). Prevalence of problematic mobile phone use in British adolescents. *CyberPsychology, Behavior, and social networking*, 17(2), 91-98.
- Ly, C., & Gomez, R. (2014). Unique associations of reinforcement sensitivity theory dimensions with social interaction anxiety and social observation anxiety. *Personality and Individual Differences*, 60, 20-24.
- MacAndrew, C., & Steele, T. (1991). Gray's behavioral inhibition system: A psychometric examination. *Personality and Individual Differences*, 12(2), 157-171.
- McLaughlin, K. A., Hatzenbuehler, M. L., Mennin, D. S., & Nolen-Hoeksema, S. (2011). Emotion dysregulation and adolescent psychopathology: A prospective study. *Behaviour research and therapy*, 49(9), 544-554.
- Mulvaney, S. A., Rothman, R. L., Dietrich, M. S., Wallston, K. A., Grove, E., Elasy, T. A., & Johnson, K. B. (2012). Using mobile phones to measure adolescent diabetes adherence. *Health Psychology*, 31(1), 43.
- Newman, J. P., Wallace, J. F., Schmitt, W. A., & Arnett, P. A. (1997). Behavioral inhibition system functioning in anxious, impulsive and psychopathic individuals. *Personality and Individual Differences*, 23(4), 583-592.
- Rawlings, A. (2014). *Effects of BIS/BAS on achievement goal orientations* (Doctoral dissertation, Helsingin yliopisto).
- Samimi, Z., Mirdoraghi, F., Hasani, J., & Zakeri, M. M. The Role of Cognitive Emotion Regulation Strategies and Distress Tolerance in High-Risk Behaviors among Students. *Åw Í îÉ ÁùwÑ≈ ùð†÷.*
- Smillie, L. D., Pickering, A. D., & Jackson, C. J. (2006). The new reinforcement sensitivity theory: Implications for personality measurement. *Personality and Social Psychology Review*, 10(4), 320-335.
- Spada, M. M., Langston, B., Nik evi , A. V., & Moneta, G. B. (2008). The role of metacognitions in problematic Internet use. *Computers in Human Behavior*, 24(5), 2325-2335.
- Thomée, S., Härenstam, A., & Hagberg, M. (2011). Mobile phone use and stress, sleep disturbances, and symptoms of depression among young adults-a prospective cohort study. *BMC public health*, 11(1), 1.
- Thompson, R. A. (1994). Emotion regulation: A theme in search of definition. *Monographs of the society for research in child development*, 59(2-3), 25-52.

- Wang, D., Xiang, Z., & Fesenmaier, D. R. (2016). Smartphone use in everyday life and travel. *Journal of Travel Research*, 55(1), 52-63.
- Yen, J. Y., Cheng-Fang, Y., Chen, C. S., Chang, Y. H., Yeh, Y. C., & Ko, C. H. (2012). The bidirectional interactions between addiction, behaviour approach and behaviour inhibition systems among adolescents in a prospective study. *Psychiatry research*, (2002), 588-592.





## The role of Inhibition / behavioral activation systems and Cognitive Emotion Regulation Strategies in Cell-phone over-use in Adolescents

### ABSTRACT

The study was a descriptive- correlational researched. The aim of this study was to survey the role of Inhibition / behavioral activation system and Cognitive Emotion Regulation Strategies in Cell-phone over-use. This study was performed on students of kalaleh city who were studying in the academic year 2015-2016. A sample of 240 persons was selected by the cluster sampling method. The questionnaires including Inhibition and behavioral activation system scale, Cognitive emotion regulation questionnaire) CERQ) AND Cell-phone over-use scale were used for data gathering. Correlation test and regression analysis were used to data analysis by SPSS-19. Findings indicated that strategies acceptance ( $r = 0/23$ ), positive refocusing ( $r = 0/26$ ), Self-blaming ( $r = 0/22$ ), Rumination ( $r = 0/23$ ), Catastrophizing ( $r = 0/23$ ) and Behavioral Activation / Fun ( $r = -0/17$ ) are correlated with Cell-phone over-use. Results of regression analysis showed Behavioral Activation / Fun can explain 0/03 of the variance of Cell-phone over-use. In addition to, Catastrophizing strategies, blame others and Self-blaming can explain 0/11 of the variance of Cell-phone over-use. According to the findings, in order to promote cognitive emotion regulation strategies and treatment base on Inhibition / behavioral activation system, the education and training as preventive and fundamental efforts to reduce harmful behaviors, such as Cell-phone over-use can be considered experts and trainers adolescent.

**Keywords:** Inhibition / behavioral activation system, Cognitive Emotion Regulation Strategies, Cell-phone over-use