

## مقایسه وضعیت تنظیم شناختی هیجان در دانش‌آموزان خانواده‌های طلاق و عادی شهر شیراز

سیمین حسینیان\*

زهرا نادری نوبندگانی\*\*

مهرآور مؤمنی جاوید\*\*\*

### چکیده

پژوهش حاضر به منظور تبیین تفاوت وضعیت تنظیم شناختی هیجان در دو گروه فرزندان خانواده‌های طلاق و عادی بود. جامعه‌ی مورد مطالعه دانش‌آموزان دختر و پسر پایه‌ی اول دبیرستان در سال تحصیلی ۹۰-۹۱ بودند؛ بنابراین، برای این منظور گروه نمونه‌ای شامل ۵۰ دانش‌آموز از خانواده‌های طلاق و ۵۰ دانش‌آموز از خانواده‌های عادی به روش نمونه‌گیری در دسترس انتخاب شدند. به منظور ارزیابی وضعیت تنظیم شناختی هیجان گروه‌های مورد مطالعه، از پرسشنامه تنظیم شناختی هیجان گارفنسکی و همکاران (۲۰۰۱) استفاده گردید. به منظور مقایسه سبک‌های مختلف تنظیم شناختی هیجان در دو گروه مورد مطالعه از تحلیل کوواریانس چندمتغیره استفاده شد. روش پژوهش حاضر از نوع علی-مقایسه‌ای (پس‌رویدادی) بود. نتایج تحلیل کوواریانس چندمتغیره گویای آن بود که در متغیر ترکیبی تنظیم شناختی هیجان، تفاوت دو گروه دانش‌آموزان عادی و طلاق معنادار است ( $P=0/007$ ). نتایج نشان داد که دانش‌آموزان خانواده‌های طلاق در تنظیم شناختی هیجان خود، بیشتر از دانش‌آموزان خانواده‌های عادی، از سبک‌های پذیرش، ملامت دیگران، نشخوارگری و فاجعه‌سازی استفاده می‌کنند. همچنین برحسب جنسیت در ملامت خویش ( $P=0/01$ )، دیدگاه‌گیری ( $P=0/05$ ) و ملامت دیگران ( $P=0/02$ ) وجود دارد. به عبارتی مقایسه میانگین‌ها نشان داد که دختران میانگین بالاتری در این متغیرها دارند. بر اساس نتایج به دست آمده می‌توان گفت که فرزندان خانواده‌های طلاق به دلیل شرایط تنش‌زایی که تجربه کرده‌اند بیشتر امکان دارد که از راهبردهای منفی تنظیم شناختی هیجان استفاده کنند و در این بین دختران ممکن است بیش از پسران تحت تأثیر قرار گیرند.

واژگان کلیدی: تنظیم شناختی هیجان، خانواده‌های طلاق، دانش‌آموزان.

\* استاد گروه مشاوره دانشگاه الزهرا

\*\* دانشجوی دکتری مشاوره دانشگاه شهید چمران اهواز

\*\*\* دانشجوی دکتری مشاوره دانشگاه شهید چمران اهواز

## مقدمه

تنظیم هیجانی به راهبردهایی اشاره دارد که برای کاهش، نگهداری و یا افزایش هیجان مورد استفاده قرار می‌گیرند. در حقیقت مفهوم تنظیم هیجان خیلی گسترده است، طیف وسیعی از فرآیندهای فیزیولوژیکی، رفتاری و شناختی را دربر می‌گیرد (گراس<sup>۱</sup>، ۲۰۰۱، به نقل از جرمن، وندرلین، آکرمنت، و زرماسن<sup>۲</sup>، ۲۰۰۶) و دلالت بر به کار گماشتن افکار و رفتارهایی دارد که در هیجان‌های آدمی تأثیر می‌گذارند. هنگامی که انسان‌ها تنظیم هیجان را به کار می‌گیرند، چگونگی تجارب و تظاهر هیجان‌های خود را هم تحت اختیار می‌گیرند. گمان می‌رود که تنظیم هیجانی خصیصه‌ای از خصوصیات هوش هیجانی است (بار آن و پارکر<sup>۳</sup>، ۲۰۰۰؛ به نقل از امین‌آبادی، دهقانی و خدایانه‌ی، ۱۳۹۰).

همچنین، تنظیم هیجانی از طریق شناخت به‌طور جدایی‌ناپذیری به زندگی انسان‌ها مربوط است و به اداره هیجان‌ها بعد از تجربه حوادث استرس‌زا کمک می‌کند (گارنفسکی، ریف، جلسما، تروگت و کرایج<sup>۴</sup>، ۲۰۰۷). به‌عبارت‌دیگر، راهبردهای تنظیم شناختی هیجان می‌تواند به‌عنوان راهبردهای روانی آگاهانه‌ای تعریف شود که افراد برای سازگاری با ورود اطلاعات از نظر هیجانی تحریک‌کننده استفاده می‌کنند (گارنفسکی، کرایج و اسپینهاون<sup>۵</sup>، ۲۰۰۱، به نقل از گارنفسکی، کوپمان<sup>۶</sup>، کرایج، و تن کیت<sup>۷</sup>، ۲۰۰۹). گارنفسکی و کرایج (۲۰۰۶) بر این باورند که راهبردهای تنظیم شناختی هیجان نشان‌دهنده راه‌های کنار آمدن با وضعیت تنش‌زا و اتفاقات ناگوار است. مطالعه‌ی گراس و جان<sup>۸</sup> (۲۰۰۳) نشان می‌دهد افرادی که در روبه‌رویی با حوادث زندگی از سبک‌های مثبت تنظیم

- 
1. Gross
  2. Jermann, Van der Linden, d Acremont, & Zermatten
  3. Bar-On, & Parker
  4. Garnefski, Rieffe, Jellesma, Terwogt, & Kraaij
  5. Spinhoven
  6. Koopman
  7. ten Cate
  8. John

شناختی هیجان نظیر ارزیابی مجدد مثبت استفاده می‌کنند نسبت به افرادی که بیشتر سبک‌های منفی را به کار می‌گیرند دارای بهزیستی بالاتری هستند.

به هر شکل، مردم مجبورند برای سازگاری با دنیا در همه‌ی مراحل زندگی با طیف وسیعی از استرس‌ها و چالش‌ها سروکار داشته باشند. حتی نوزادان با روش‌های ساده و ابتدایی سعی در تغییر محیطشان دارند (گارنفسکی و همکاران، ۲۰۰۷). از جمله چالش‌های مهمی که مردم جوامع امروزی روبه‌روز به‌صورت گسترده‌تری با آن روبه‌رو می‌شوند، پدیده طلاق است. به‌طورکلی طلاق والدین به میزان زیادی ادراک کودک از امنیت و ثبات را تعیین می‌کند (گیندز<sup>۱</sup>، ۱۹۹۸) و از جمله حوادثی است که یکسری تغییرات را در زندگی فرد، روابط خانوادگی و عملکرد فردی به وجود می‌آورد. البته برای فرزندان که مستقیماً در تصمیم طلاق درگیر نیستند این تغییرات می‌تواند شدیداً پریشان‌کننده باشد. بچه‌ها قادر نیستند پیچیدگی‌های طلاق را درک کنند و تلاش می‌کنند از منابع محدودشان برای فهم این اتفاق استفاده کنند (ونتر<sup>۲</sup>، ۲۰۰۹). تحقیقات نشان می‌دهد، افرادی که رویدادهای با اضطراب بالا همچون طلاق را در طول زندگی تجربه کرده‌اند، در نوجوانی دچار مشکلات زیادی می‌شوند. مطالعه یونسی، معین و شمیری نیا (۱۳۸۹) نشان داد دختران خانواده‌های طلاق از نظر مسئولیت‌پذیری، عزت‌نفس و سلامت روان با دختران خانواده‌های عادی تفاوت معناداری دارند که این امر ناشی از عوارض ناخوشایند طلاق والدین بر فرزندان است. همچنین مطالعه یوسفی (۱۳۸۵) بر روی دانش آموزان مراکز راهنمایی نشان داد استفاده از راهبردهای شناختی مقصر دانستن خود، تمرکز بر تفکر، ارزیابی مجدد مثبت، مصیبت‌بار تلقی کردن، و مقصر دانستن دیگران پیش‌بین‌های افسردگی و اضطراب در دانش آموزان هستند.

شواهد در حال افزایشی وجود دارد که نشان می‌دهد درماندگی روان‌شناختی در پاسخ به استرس‌زاهای زندگی، ممکن است به راهبردهای تنظیم شناختی هیجانی که فرد

به منظور کنار آمدن با استرس‌زاهای انتخاب می‌کند، مربوط باشد (مثل گارنفسکی و کرایچ، ۲۰۰۶). طی یک دهه‌ی اخیر مطالعات متعددی در زمینه‌ی تنظیم شناختی هیجان صورت گرفته است. تحقیقات مختلف نشان داده‌اند درحالی‌که پاسخ‌هایی مثل ملامت خود، نشخوارگری و فاجعه‌سازی، به حوادث استرس‌زا به گزارش مشکلات هیجانی بیشتر مربوط هستند، پاسخ‌هایی نظیر ارزیابی مجدد مثبت، به مشکلات کمتر در کودکان و نوجوانان مربوط می‌باشند (گارنفسکی و همکاران، ۲۰۰۹؛ ۲۰۰۷، جرمن و همکاران، ۲۰۰۶). به عبارتی، تلاش برای کنار آمدن بهتر با حادثه‌ی آسیب‌زا می‌تواند موجب مشکلات روانی کمتری برای فرد شود. مطالعه‌ی گارنفسکی، تیردس<sup>۱</sup>، کرایچ، لگرستی و ون دن کومر<sup>۲</sup> (۲۰۰۴) نشان می‌دهد که میزان بالای گزارش ملامت خود، نشخوارگری و یا فاجعه‌سازی از جمله راهبردهایی هستند که رابطه قوی با افسردگی دارند، درحالی‌که میزان ارزیابی مجدد مثبت مورد استفاده به افسردگی پایین‌تر مربوط است. در سن هشت تا نه سالگی بچه‌ها یاد می‌گیرند هیجان‌اتشان را توسط شناخت‌ها یا عقاید در مورد خودشان، احساساتشان یا دیگران تنظیم کنند (گارنفسکی و همکاران، ۲۰۰۷). در این میان، علی‌رغم شباهت در مشکلات سلامتی، برخی نوجوانان ممکن است نسبت به دیگران دچار مشکلات روان‌شناختی بیش‌تری شوند (سند استورم و اسپانبرگ<sup>۳</sup>، ۲۰۰۴، به نقل از گارنفسکی و همکاران، ۲۰۰۹). از جمله افرادی که ممکن است به سبب مشکلات موجود در تنظیم شناختی هیجان‌اتشان نسبت به دیگر افراد متفاوت باشند فرزندان طلاق هستند. این دسته از نوجوانان بعد از طلاق ممکن است دچار مشکلاتی مانند افت تحصیلی، مشکلات سازشی مزمن مانند افسردگی و عزت‌نفس پایین و مشکلات تعاملی به‌ویژه با همسالان شوند (بانکی، امیری و اسعدی،

- 
1. Teerds
  2. Legerstee, van den Kommer
  3. Sandstrom, & Schanberg

۱۳۸۸). از این رو، پژوهش حاضر، تفاوت در کاربرد سبک‌های تنظیم شناختی هیجان دانش آموزان دارای والدین طلاق گرفته و عادی را مورد مطالعه قرار می‌دهد.

### روش

روش پژوهش حاضر از نوع علی-مقایسه‌ای (پس‌رویدادی) است. جامعه آماری این پژوهش کلیه دانش آموزان دختر و پسر ۱۸-۱۲ ساله‌ای بودند که والدینشان طلاق گرفته و در سال تحصیلی ۹۱-۱۳۹۰، در مدارس شهر شیراز تحصیل می‌کردند. همچنین جامعه افراد عادی شامل کلیه دانش آموزان پسر و دختر ۱۸-۱۲ ساله‌ای بود که در مدارس شهر شیراز، در سال تحصیلی ۹۱-۱۳۹۰ به تحصیل اشتغال داشتند. مدارس که هر دو نمونه طلاق و عادی از آن جمع‌آوری شدند عبارت بودند از: صنف پوشاک، دستغیب، رشد، معارف، ابوذر و سید جمال. به منظور بررسی تفاوت تنظیم شناختی هیجان در دو گروه دانش آموزان عادی و دانش آموزانی که والدینشان طلاق گرفته بودند ۵۰ دانش آموز از خانواده‌های طلاق و ۵۰ دانش آموز از خانواده‌های عادی با استفاده از روش در دسترس انتخاب شدند و پرسشنامه تنظیم شناختی هیجان (CERQ) را تکمیل نمودند.

### ابزار پژوهش

تنظیم شناختی هیجان (CERQ)

مقیاس خودگزارشی تنظیم شناختی هیجان توسط گارنفسکی و همکاران (۲۰۰۱) به منظور ارزیابی ابعاد شناختی هیجان طراحی شده است. این مقیاس ۳۶ ماده دارد و نمره‌گذاری تمام ماده‌ها به وسیله مقیاس لیکرت است. مقیاس مذکور نه راهبرد شناختی هیجان که در پی روبه‌رویی با حوادث پراسترس زندگی به کار گرفته می‌شوند را ارزیابی می‌کند. این ابعاد عبارت‌اند از:

۱. پذیرش<sup>۱</sup> (داشتن افکاری در مورد پذیرش و تسلیم در برابر آنچه اتفاق افتاده است)
۲. تمرکز مجدد مثبت<sup>۲</sup> (داشتن افکار مثبت، شاد و خوشایند به جای افکار ترس‌آور و استرس‌زا در مورد حوادث)
۳. تمرکز مجدد بر برنامه‌ریزی<sup>۳</sup> (تفکر در مورد اینکه چه کاری می‌توان انجام داد و چگونه با موقعیت برخورد کرد)
۴. ارزیابی مجدد مثبت<sup>۴</sup> (تفکر در مورد اینکه چگونه می‌توان به رویداد منفی معانی مثبت داد و رشد شخصی پیدا کرد)
۵. دیدگاه‌گیری<sup>۵</sup> (افکاری در مورد رویداد منفی و مقایسه آن با رویدادهای دیگر مثل اینکه اوضاع می‌توانست از این هم بدتر باشد). به عبارتی افرادی که از این دیدگاه استفاده می‌کنند اهمیت وقایع را برای خودشان کم می‌کنند و به این ترتیب از هیجانات منفی وقایع مختلف به دور هستند. این دیدگاه یا نحوه‌ی تفکر وقتی روی می‌دهد که یکسری عوامل باهم همراه شوند یا نقش یکسری عوامل ضعیف شود (گارنفسکی و کارایج<sup>۶</sup>، ۲۰۰۶؛ گارنفسکی، کارایج و اسپینهاون<sup>۷</sup>، ۲۰۰۲؛ به نقل از امین‌آبادی و همکاران، ۱۳۹۰).
۶. ملامت خود<sup>۸</sup> (داشتن افکاری که در آن‌ها فرد خود یا آنچه را که تجربه کرده است ملامت می‌کند). این افراد خود را مسئول اتفاقات پیش‌آمده می‌دانند و به واسطه‌ی این احساس مسئولیت در برابر حادثه، از نظر هیجانی درگیر می‌شوند.

- 
1. Acceptance
  2. Positive Refocusing
  3. Refocus on Planning
  4. Positive Reappraisal
  5. Putting into perspective
  6. Kraaij
  7. Spinhoven
  8. Self-blame

۷. ملامت دیگران<sup>۱</sup> (داشتن افکاری که فرد دیگران را برای آنچه تجربه کرده است مقصر می‌داند)
۸. نشخوارگری<sup>۲</sup> (داشتن افکار یا احساساتی که به رویداد منفی مربوط هستند). این افراد به‌طور مداوم در رابطه با حادثه‌ی رخ داده افکار نشخوار گونه دارند.
۹. فاجعه سازی<sup>۳</sup> (داشتن افکاری که بر حالت منفی رویداد تأکید دارد). این افراد پیامدهای واقعه را بیش از آنچه هست برای خود بزرگ می‌کنند.

در پژوهش گارنفسکی و همکاران (۲۰۰۹) ضریب آلفای کرونباخ غیر از خرده‌مقیاس ملامت دیگران (۰/۳۲)، برای سایر خرده‌مقیاس‌ها بین ۰/۶۳ تا ۰/۸۰ برای توجه مثبت مجدد به دست آمد. همچنین، گارنفسکی و همکاران (۲۰۰۷) ضریب آلفای کرونباخ اغلب خرده‌مقیاس‌ها را بالای ۰/۷۰ به دست آوردند. جرمن و همکاران (۲۰۰۶) نیز ضریب آلفای کرونباخ خرده‌مقیاس‌های این پرسشنامه را از ۰/۶۸ تا ۰/۸۷ پذیرش تا ۰/۸۷ برای ارزیابی مجدد مثبت به دست آوردند. در ایران صالحی، باغبان، بهرامی، و احمدی (۱۳۹۰) ضرایب آلفای کرونباخ برای خرده‌مقیاس‌های این پرسشنامه را از خرده‌مقیاس پذیرش (۰/۶۰) تا ارزیابی مجدد مثبت (۰/۸۶) به دست آوردند. در پژوهش حاضر ضریب آلفای کرونباخ برای همه‌ی خرده‌مقیاس‌ها در گروه طلاق و عادی بالای ۰/۷۰ به دست آمد.

#### یافته‌ها

در پژوهش حاضر ۱۰۰ نفر از دانش آموزان دبیرستانی از خانواده‌های عادی و طلاق به‌عنوان نمونه مورد بررسی قرار گرفتند. شاخص‌های جمعیت‌شناختی در جدول ۱ آورده شده است.

- 
1. other-blame
  2. Rumination
  3. Catastrophizing

جدول ۱. شاخص‌های جمعیت‌شناختی نمونه پژوهش

گروه	جنسیت		سن	
	دختر	پسر	میانگین	انحراف استاندارد
طلاق	۶۱	۳۹	۱۴/۲۹	۱/۴۷
عادی	۶۸/۳	۳۱/۷	۱۵/۸۳	۰/۸۶
کل	۶۴/۶	۳۵/۴	۱۵/۰۶	۱/۴۳

جدول فوق نشان می‌دهد در کل نمونه ۶۴/۶ درصد دختر و ۳۵/۴ درصد پسر هستند.

میانگین سن نیز در کل نمونه ۱۵/۰۶ با انحراف استاندارد ۱/۴۳ بود.

در پژوهش حاضر جهت بررسی تفاوت دانش آموزان خانواده‌های طلاق و عادی در تنظیم شناختی هیجان، از تحلیل کوواریانس چندمتغیره استفاده شد. نتایج آزمون کالموگروف-اسمیرنوف جهت بررسی نرمال بودن توزیع متغیرها و نتایج آزمون لوین جهت بررسی همگنی واریانس‌ها در جدول ۲ آمده است. همان‌طور که نتایج نشان می‌دهد، توزیع تمامی متغیرها نرمال بوده و فرض همگنی واریانس‌ها محقق شده است. علاوه بر این مفروضات، همگنی ماتریس کوواریانس نیز با آزمون ام باکس<sup>۱</sup> مورد بررسی قرار گرفت. نتایج نشان از همگنی ماتریس کوواریانس داشت ( $F=۱/۱۲$ ,  $P=۰/۱۱$ ) (Box's  $M=۵۶/۵۸$ ).

جدول ۲. بررسی نرمال بودن توزیع متغیرها و همگنی واریانس‌ها

متغیرها	آزمون کالموگروف-اسمیرنوف		آزمون لوین	
	آماره	سطح معناداری	F	سطح معناداری
ملالت خویش	۱/۰۴	۰/۲۳	۳/۳۵	۰/۰۷
پذیرش	۱/۲۲	۰/۱۰	۰/۰۰۲	۰/۹۶
نشخوارگری	۰/۹۴	۰/۳۴	۰/۲۰	۰/۶۶
تمرکز مجدد مثبت	۰/۸۶	۰/۴۵	۰/۵۷	۰/۴۵
تمرکز مجدد بر برنامه‌ریزی	۰/۸۵	۰/۴۶	۳/۴۲	۰/۰۹
ارزیابی مجدد مثبت	۰/۷۰	۰/۷۱	۰/۰۱	۰/۹۲
دیدگاه‌گیری	۱/۰۵	۰/۲۲	۰/۱۳	۰/۷۲



۰/۱۶	۲/۰۲	۰/۴۵	۰/۸۶	فاجعه سازی
۰/۱۶	۲/۰۵	۰/۵۴	۰/۸۱	ملاط دیگران

همان‌طور که جدول شماره ۳ نشان می‌دهد در بین فرزندان خانواده‌های طلاق پذیرش (۱۵/۶۶) دارای بیشترین و ملاط خویش (۹/۸۵) کمترین میانگین، و ملاط خویش (۵/۴۹) دارای بیشترین انحراف معیار و دیدگاه گیری (۳/۱۹) کمترین انحراف معیار را داراست. همچنین در بین فرزندان خانواده‌های عادی، تمرکز مجدد بر برنامه‌ریزی دارای بیشترین میانگین (۱۵/۱۵) و ملاط خویش (۱۰/۳۷) دارای کمترین میانگین، و ارزیابی مجدد مثبت (۳/۵۷) بیشترین انحراف معیار و تمرکز مجدد مثبت (۲/۹۶) دارای کمترین انحراف معیار است. به‌طور کلی، شاخص‌های توصیفی در جدول ۳ نشان می‌دهد که در پذیرش، نشخوارگری، فاجعه سازی و ملاط دیگران دانش آموزان خانواده‌های طلاق میانگین بیشتری نسبت به دانش آموزان عادی دارند.

جدول ۳. میانگین و انحراف استاندارد متغیرهای پژوهشی

متغیر	گروه	میانگین	انحراف استاندارد	گروه	میانگین	انحراف استاندارد	
ملاط خویش	طلاق	۹/۸۵	۵/۴۹	ارزیابی مجدد مثبت	طلاق	۳/۷۷	
	عادی	۱۰/۳۷	۳/۰۴		عادی	۱۳/۳۹	۳/۵۷
	کل	۱۰/۱۱	۴/۴۲		کل	۱۳/۵۹	۳/۶۵
پذیرش	طلاق	۱۵/۶۶	۳/۲۵	دیدگاه گیری	طلاق	۳/۱۹	
	عادی	۱۲/۹۸	۳/۳۵		عادی	۱۲/۲۹	۳/۲۲
	کل	۱۴/۳۲	۳/۵۴		کل	۱۲/۷۱	۳/۲۱
نشخوارگری	طلاق	۱۴/۲۷	۳/۷۵	فاجعه سازی	طلاق	۴/۶۲	
	عادی	۱۲/۷۶	۳/۱۰		عادی	۱۰/۷۸	۳/۱۹
	کل	۱۳/۵۱	۳/۵۰		کل	۱۲/۰۷	۴/۱۶
تمرکز مجدد مثبت	طلاق	۱۳/۶۸	۳/۳۹	ملاط دیگران	طلاق	۵/۱۳	
	عادی	۱۲/۷۸	۲/۹۶		عادی	۱۰/۶۸	۲/۹۸
	کل	۱۳/۲۳	۳/۲۰		کل	۱۱/۶۵	۴/۲۸
تمرکز مجدد بر برنامه‌ریزی	طلاق	۱۵/۰۰	۳/۸۵	*****	طلاق	۵/۱۳	
	عادی	۱۵/۱۵	۲/۸۷		عادی	۱۰/۶۸	۲/۹۸
	کل	۱۵/۰۷	۳/۳۷		کل	۱۱/۶۵	۴/۲۸

همان‌طور که جدول ۴ گویای آنست، نتایج تحلیل کواریانس چندمتغیره گویای آن بود که در متغیر ترکیبی تنظیم شناختی هیجان، تفاوت دو گروه دانش آموزان عادی و طلاق معنادار است ( $F=2/88, P=0/007, \eta^2=0/74$ )، نتایج تحلیل واریانس چندمتغیره (جدول ۴) نیز نشان داد که برحسب جنسیت تفاوت در ملامت خویش ( $F=5/69, P=0/01$ )، دیدگاه گیری ( $F=3/87, P=0/05$ ) و ملامت دیگران ( $F=4/68, P=0/02$ ) معنادار است. مقایسه میانگین‌ها نشان داد که دختران میانگین بالاتری در این متغیرها دارند.

سایر نتایج نشان داد که با حذف اثر جنسیت تفاوت دو گروه دانش آموزان عادی و طلاق در پذیرش ( $F=14/25, P=0/0005$ )، نشخوارگری ( $F=4/68, P=0/03$ )، فاجعه سازی ( $F=9/79, P=0/002$ ) و ملامت دیگران ( $F=5/28, P=0/02$ ) معنادار است. مقایسه مجذور اتای سهمی در جدول ۴ گویای آن است که میزان تأثیر عضویت گروهی بر این متغیرها از ۶ تا ۱۵ درصد در تغییر است. بدین معنی که تأثیر متغیر عضویت در خانواده عادی یا طلاق بر تنظیم شناختی هیجان پایین است و سایر متغیرها سهم بیشتری در تبیین تفاوت دو گروه دارند. توان آزمون نیز از ۰/۵۷ تا ۰/۹۶ می‌باشد. بدین معنی که حجم نمونه برای این مقایسه کافی است.

جدول ۴. تحلیل کواریانس چندمتغیره ابعاد تنظیم شناختی هیجان در دانش آموزان عادی و طلاق

منبع تغییرات	متغیر وابسته	مجموع مجذورات	Df	میانگین مجذورات	F	سطح معناداری	مجذور اتای سهمی	توان آزمون
جنسیت	ملالت خویش	۱۰۵/۸۶	۱	۱۰۵/۸۶	۵/۶۹	۰/۰۱	۰/۰۷	۰/۶۵
	پذیرش	۱۵/۹۱	۱	۱۵/۹۱	۱/۴۷	۰/۲۲	۰/۰۱	۰/۲۲
	نشخوارگری	۴۲/۴۴	۱	۴۲/۴۴	۳/۷۰	۰/۰۶	۰/۰۵	۰/۴۷
	تمرکز مجدد مثبت	۷/۸۲	۱	۷/۸۲	۰/۷۶	۰/۳۸	۰/۰۱	۰/۱۳
	تمرکز مجدد بر	۶/۳۷	۱	۶/۳۷	۰/۵۵	۰/۴۶	۰/۰۰۷	۰/۱۱
	ارزیابی مجدد	۰/۶۳	۱	۰/۶۳	۰/۰۴	۰/۸۳	۰/۰۰۱	۰/۰۵
	دیدگاه گیری	۳۸/۴۱	۱	۳۸/۴۱	۳/۸۷	۰/۰۵	۰/۰۴	۰/۴۹
	فاجعه سازی	۵۴/۹۵	۱	۵۴/۹۵	۳/۵۹	۰/۰۶	۰/۰۴	۰/۴۶

۰/۶۰	۰/۰۶	۰/۰۲	۵/۰۳	۸۴/۳۰	۱	۸۴/۳۰	ملاط دیگران	گروه
۰/۰۶	۰/۰۰۲	۰/۷۲	۰/۱۲	۲/۳۲	۱	۲/۳۲	ملاط خویش	
۰/۹۶	۰/۱۵	۰/۰۰۰۵	۱۴/۲۵	۱۵۴/۱۸	۱	۱۵۴/۱۸	پذیرش	
۰/۵۷	۰/۰۶	۰/۰۳	۴/۶۸	۵۳/۶۵	۱	۵۳/۶۵	نشخوارگری	
۰/۲۶	۰/۰۲	۰/۱۸	۱/۸۰	۱۸/۳۸	۱	۱۸/۳۸	تمرکز مجدد مثبت	
۰/۰۵	۰/۰۰۰	۰/۸۹	۰/۰۱	۰/۲۱	۱	۰/۲۱	تمرکز مجدد بر	
۰/۰۷	۰/۰۰۳	۰/۶۴	۰/۲۱	۲/۸۹	۱	۲/۸۹	ارزیابی مجدد	
۰/۲۶	۰/۰۲	۰/۱۸	۱/۷۹	۱۷/۷۹	۱	۱۷/۷۹	دیدگاه گیری	
۰/۸۷	۰/۱۱	۰/۰۰۲	۹/۷۹	۱۴۹/۷۸	۱	۱۴۹/۷۸	فاجعه سازی	
۰/۶۲	۰/۰۶	۰/۰۲	۵/۲۸	۸۸/۳۸	۱	۸۸/۳۸	ملاط دیگران	

### بحث و نتیجه گیری

یافته‌های پژوهش حاضر نشان می‌دهد، دانش آموزان خانواده‌های طلاق نسبت به دانش آموزان خانواده‌های عادی از راهبردهای تنظیم شناختی متفاوتی استفاده می‌کنند. به عبارتی تفاوت این دو گروه در استفاده از راهبردهایی مانند پذیرش، نشخوارگری، فاجعه سازی و ملاط دیگران معنادار است و دانش آموزان خانواده‌های طلاق از این راهبردهای منفی بیشتر از دانش آموزان خانواده‌های عادی استفاده می‌کنند.

این یافته با نتایج تحقیق صالحی و همکاران (۱۳۹۰)، یوسفی (۱۳۸۵) و گارنفسکی و همکاران (۲۰۰۴) که نشان دادند بین مشکلات هیجانی نظیر افسردگی و اضطراب و راهبردهای تنظیم هیجان به همراه استرس اخیر (نظیر طلاق والدین) و حوادث فردی رابطه معناداری وجود دارد مطابقت دارد. این محققان نیز به این نتیجه دست یافتند که افراد دارای مشکلات هیجانی و عاطفی، از راهبردهای تنظیم هیجانی نظیر فاجعه سازی، نشخوار فکری، ملاط خود، ملاط دیگران استفاده می‌کنند. در تبیین این یافته می‌توان این چنین گفت که کودکان و نوجوانان طلاق در سنین پایین مشکلات زیادی را تجربه می‌کنند. طبق یافته‌های فریمن<sup>۱</sup> (۱۹۹۴)، به نقل از بانکی و همکاران، (۱۳۸۸) این برای فرزندان طلاق غیرمعمول نیست که خشم، غمگینی، اضطراب و رهاشدگی، تنهایی

1 . Frieman

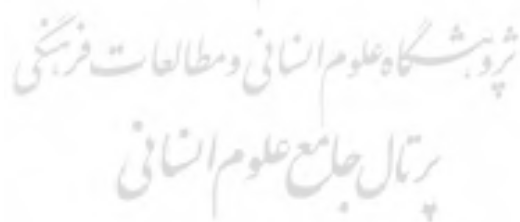
و خارج از کنترل بودن یا حتی به دوش کشیدن بیش از اندازه‌ی بار مسئولیت را تجربه کنند؛ بعضی از این بچه‌ها کشمکش خود را با رفتارهای آشفته بروز می‌دهند، در صورتی که بقیه منفعل می‌شوند و عقب‌نشینی می‌کنند. از سویی تحقیق یونسی و همکاران (۱۳۸۹) حکایت از آن دارد که دختران خانواده‌های طلاق از نظر متغیرهای مربوط به سلامت روان و عزت‌نفس با دختران خانواده‌های عادی تفاوت دارند و به عبارتی در سطوح پایین‌تری قرار دارند.

بنابراین این افراد به دلیل مشکلات خانوادگی که در روند طلاق و بعد از این حادثه تجربه می‌کنند دچار مشکلات هیجانی و روان‌شناختی می‌شوند و در نتیجه طبیعی است که برای کنار آمدن با این حادثه از راهبردهایی نظیر ملامت خود و دیگران، نشخوارگری و فاجعه‌سازی که بیشتر جنبه‌ی تخریبی دارد استفاده کنند؛ به عبارتی به واسطه‌ی مشکلات هیجانی و افسردگی که فرزندان طلاق به آن دچار آن می‌شوند بیشتر احتمال دارد که راهبردهای منفی را به کار ببرند. همچنین بیشتر احتمال دارد که این افراد در پی روبه‌رویی با حادثه‌ای که هیجانانگیزان را دستکاری می‌کند دچار مشکلاتی نظیر نشخوار ذهنی و فاجعه‌سازی بشوند.

همچنین نتایج نشان داد که بین پسران و دختران در استفاده از راهبردهای ملامت خود، ملامت دیگران و دیدگاه‌گیری تفاوت وجود دارد و دختران از این راهبردها به میزان بیشتری استفاده می‌کنند. این یافته نیز با نتیجه تحقیق عبدی، باباپور و فتحی (۱۳۸۹) که نشان دادند بین دختران و پسران در استفاده از این راهبردها تفاوت وجود دارد همسان است؛ این محققان به این نتیجه دست یافتند که پسران نسبت به دختران از راهبردهای مثبت تنظیم هیجانی بیشتری استفاده می‌کنند و از سلامت روان بالاتری برخوردار هستند.

تحقیقات نشان داده‌اند، استفاده از راهبردهای تنظیم هیجان موجب پیشرفت تحصیلی دانش‌آموز و افزایش سلامت روان او می‌شود. بنابراین با توجه به اینکه گرازینو، ریویس

و کین و کالکینس<sup>۱</sup> (۲۰۰۶) در تحقیق خود به این نتیجه دست یافتند که استفاده از مهارت‌های تنظیم هیجانی در دانش‌آموزان باعث رشد و پیشرفت رابطه‌ی مثبت معلم و شاگرد و نیز یادگیری رفتار مستقل می‌شود؛ که این‌ها همه می‌تواند برای پیشرفت تحصیلی فرد مؤثر واقع شود؛ و نیز با توجه به اینکه گارنفسکی و همکاران (۲۰۰۰؛ به نقل از صالحی و همکاران، ۱۳۹۰) در تحقیق خود پیشنهاد کردند که آموزش برخی از راهبردها می‌تواند در پیشگیری و مداخله در مشکلات هیجانی مؤثر واقع شود، می‌توان به این نتیجه رسید که آموزش نحوه‌ی مقابله با حوادث آسیب‌زا و نحوه‌ی یاددهی استفاده از راهبردهای تنظیم هیجانی مثبت از سنین دبستان می‌تواند موجب جلوگیری از پاسخ‌های منفی به حوادثی نظیر طلاق و نتیجتاً مقابله بهتر با حوادثی از این دست شود.



## منابع

امین‌آبادی، زهرا؛ دهقانی، محسن و خداپناهی، محمد کریم (۱۳۹۰). بررسی ساختار عاملی و اعتباریابی پرسشنامه تنظیم هیجان شناختی، *مجله علوم رفتاری*، دوره ۵، شماره ۴، ۳۶۵-۳۷۱.

بانکی، یاسمن؛ امیری، شعله و اسعدی سمانه (۱۳۸۸). اثربخشی کتاب‌درمانی گروهی بر میزان اضطراب جدایی و افسردگی در کودکان طلاق گرفته، *مجله دانشور رفتار*، سال ۱۶، شماره ۳۷، ۱-۸.

صالحی، اعظم؛ باغبان، ایران؛ بهرامی، فاطمه و احمدی، احمد (۱۳۹۰). رابطه بین راهبردهای شناختی تنظیم هیجان و مشکلات هیجانی با توجه به عوامل فردی و خانوادگی، *فصلنامه روان‌درمانی و مشاوره خانواده*، سال اول، شماره ۱، ۱-۱۸.

عبدی، سلمان؛ باباپور، خیرالدین؛ جلیل و فتحی، حیدر (۱۳۸۹). رابطه‌ی سبک‌های تنظیم هیجان شناختی و سلامت عمومی دانشجویان. *مجله دانشگاه علوم پزشکی ارتش جمهوری اسلامی ایران*. سال هشتم. شماره ۴، ۲۶۴-۲۵۸.

یوسفی، فریده (۱۳۸۵). بررسی رابطه راهبردهای شناختی تنظیم هیجان با افسردگی و اضطراب در دانش‌آموزان مراکز راهنمایی استعدادهای درخشان. *پژوهش در حیطه کودکان استثنایی*، سال ششم، شماره ۴.

یونسی، فلورا؛ معین، لادن؛ شمشیری نیا، پروانه (۱۳۸۹). مقایسه سلامت روان، عزت‌نفس و مسئولیت‌پذیری دانش‌آموزان دختر مقطع راهنمایی خانواده‌های طلاق و عادی شهرستان فیروزآباد سال تحصیلی ۸۸-۸۷. *فصلنامه زن و جامعه*، سال اول، شماره دوم، ۷۲-۹۵.

Garnefski, N., Kraaij, V., & Spinhoven, Ph (2001). Negative life events, cognitive emotion regulation and depression. *Personality and Individual Differences*, 30, 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, 267° 276.
- Granefski, N., Kraaij, V (2006). Cognitive emotion regulation strategies and depressive symptoms: A comparative study of five specific Sample. **Pers Indiv Diff**, 40, 1659- 69.
- Garnefski, N., Rieffe, C., Jellesma, F., Terwogt, M., & Kraaij, V (2007). Cognitive emotionl regulation strategies and emotional problems in 9° 11 year-old children. **European Child & Adolescent Psychiatry**, 16, 1-10.
- Garnefski, N., Koopman, H., Kraaij, V., ten Cate, R (2009). Brief report: Cognitive emotion regulation strategies and psychological adjustment in adolescents with a chronic disease, **Journal of Adolescence**, 32, 449-454.
- Gindes, M (1998). The Psychological Effects of Relocation for Children of Divorce., **Psychological Effects of Relocation**, 15, 119-148.
- Gross J., J & John, O., P (2003). Individual differences in two emotion regulation processes: Implications for affect, relationships, and well-being. **Journal of Personality and Social Psychology**; 85 (2): 348° 362.
- Graziano, P. A., Reavis, R. D., Keane, S. P., & Calkins, S. D (2007). The role of emotion regulation in children's early academic success. **Journal of School Psychology**. 45, 3-19.
- Jermann, F., Van der Linden, M., d Acremont, M., & Zermatten, A (2006). Cognitive Emotion Regulation Questionnaire (CERQ): confirmatory factor analyses and psychometric properties of the French translation. **European Journal of Psychological Assessment**, 22, 126-131.
- Venter, A (2009). **Assessing Emotional indicators of the pre-adolescent child,s life world functioning after divorce**. Master of Education Specialisation in guidance and Counseling, university of south Africa.