

## نقش راهبردهای نظم‌جویی شناختی هیجانی در پیش‌بینی پرخاشگری کودکان

سیده نرگس موسوی<sup>۱</sup>

### چکیده

مطالعه حاضر با هدف بررسی نقش راهبردهای نظم‌جویی شناختی هیجانی در پیش‌بینی پرخاشگری انجام شد. جامعه آماری پژوهش، دانش‌آموزان پسر متوسطه منطقه ۶ تهران بودند که تعداد ۲۵۰ نفر به عنوان نمونه آماری و بر اساس روش نمونه‌گیری خوشه‌ای مرحله‌ای انتخاب شدند. روش پژوهش کاربردی با ماهیت توصیفی-همبستگی بود. شاخص‌هایی نظیر فراوانی، میانگین و انحراف استاندارد نمرات و در بخش استنباطی (تحلیل فرضیه‌ها) از تحلیل رگرسیون همزمان استفاده شد. ابزار گردآوری داده‌ها سه پرسشنامه تنظیم هیجان شناختی گارنفسکی و کرایچ (۲۰۰۶)، و پرسش‌نامه پرخاشگری باس و پری (۱۹۹۲) بودند. تحلیل یافته‌های پژوهش با آزمون‌های همبستگی پیرسون و تحلیل رگرسیون چندگانه نشان داد بین راهبردهای نظم‌جویی شناختی هیجانی و پرخاشگری رابطه معنادار، همچنین راهبردهای نظم‌جویی شناختی هیجانی و هوش معنوی می‌توانند، پرخاشگری را پیش‌بینی کنند. نوجوانان با ایجاد شبکه معنایی امید بخش در حکم راهبرد نظم‌جویی شناختی هیجان، تغییر و توسعه چشم اندازه‌ها، تمرکز مثبت بر وقایع، ارزیابی مثبت از شرایط پیش آمده و پذیرش آن شرایط قادر خواهند بود به کنترل تکانه‌ها و برنامه‌ریزی برای کم کردن عوارض منفی دوران بلوغ و نوجوانی دست یابند.

**واژه‌گان کلیدی:** نظم‌جویی شناختی هیجانی، پرخاشگری، دانش‌آموزان پسر متوسطه.

## مقدمه

دوره نوجوانی<sup>۱</sup> به علت تغییر و تحولات جسمانی و روانی به دوره‌ای پرکشمکش تلقی می‌شود. در این سنین، نوجوان جهت رسیدن به هویتی مستقل با موانع خانوادگی و اجتماعی روبه‌رو می‌شود که این به نوبه خود می‌تواند موجبات رفتار پرخاشگری<sup>۲</sup> را فراهم کند (پری<sup>۳</sup>، ۲۰۰۵). پرخاشگری، زمانی به‌عنوان رفتار تعریف می‌گردد که احساس به نفرت تبدیل شده ابراز گردد. این تعریف شامل پرخاشگری بدنی<sup>۴</sup> و پرخاشگری کلامی<sup>۵</sup> است (یاگسی و کاگلار<sup>۶</sup>، ۲۰۱۰). پرخاشگری می‌تواند به صورت مستقیم و غیرمستقیم صورت گیرد. پرخاشگری مستقیم، رفتاری است که اثر منفی مستقیمی به صورت فیزیکی یا کلامی بر بهزیستی قربانی داشته باشد. اما پرخاشگری غیرمستقیم، رفتاری است که به صورت غیرمستقیم (مانند غیبت کردن و شایعه پراکنی)، باعث صدمه و آسیب به روابط اجتماعی می‌شود (گارسیا-سانچو، سالگائرو و فرناندز-بروکال<sup>۷</sup>، ۲۰۱۶).

پرخاشگری ناشی از عدم توانایی افراد در نظم‌جویی شناختی هیجان<sup>۸</sup> است و به‌عنوان یک راهبرد ناکارآمد مدیریت هیجان‌ها در پاسخ به حوادث تنش‌زا<sup>۹</sup> و اتفاقات ناگوار تلقی می‌شود (گارنسکی، کوپمن، کرایج و کیت<sup>۱۰</sup>، ۲۰۰۹). نوجوانان دارای بدتنظیمی هیجانی، مشکلات رفتاری<sup>۱۱</sup> شدید شامل ناپایداری خلق، تحریک‌پذیری شدید، پرخاشگری و خلق

<sup>1</sup>adolescence

<sup>2</sup> aggression

<sup>3</sup> Parry, T.S.

<sup>4</sup> physical aggression

<sup>5</sup> verbal aggression

<sup>6</sup>Yagci E, &Çaglar M.

<sup>7</sup>García-Sancho E, Salguero JM, &Fernández-Berrocal, P.

<sup>8</sup> cognitive emotion regulation

<sup>9</sup> tension

<sup>10</sup>Garnefski, N., Koopman, H., Kraaij, V. & Cate, R. T.

<sup>11</sup> behavioral problems

و خوی انفجاری دارند (ماراتوری، پیسانو، میلون و ماسی<sup>۱</sup>، ۲۰۱۶؛ ترنتاکوستا و شاو<sup>۲</sup>، ۲۰۰۹).

افرادی که از نظم‌جویی بالا یا توانایی برای به تعویق انداختن ارضای فوری نیازها برخوردارند، در مهار افکار، نظم‌جویی هیجان‌ها و بازداری تکانه‌ها از افراد با خودنظم‌جویی کم‌تر عملکرد بهتری دارند (دریدر، دبوئر، باکر و هوفت<sup>۳</sup>، ۲۰۱۱). همین‌طور، حماما و رونن-شنهاو<sup>۴</sup> (۲۰۱۲)، نیز در پژوهشی به بررسی پرخاشگری نوجوانان خانواده‌های طلاق<sup>۵</sup> گرفته و دارای پدر و مادر برای کشف خودنظم‌جویی و حمایت اجتماعی<sup>۶</sup> به عنوان منابعی برای کاهش پرخاشگری پرداختند. یافته‌ها نشان داد، طلاق والدین با افزایش اقدامات پرخاشگرانه فیزیکی یا لفظی مرتبط نیست، اما با افزایش قابل توجه در خشم و افکار خصمانه رابطه معنی‌دار دارد. همچنین، به این نتیجه دست یافتند که سطوح بالای نظم‌جویی هیجان و حمایت اجتماعی ممکن است، باعث کاهش پرخاشگری نوجوانان شود. کاهن، آهلِس، آلدریک و یلگز و مزولیس<sup>۷</sup> (۲۰۱۷)، در پژوهشی که با هدف اثربخشی نظم‌جویی شناختی هیجان در ایجاد رابطه بین تحریک‌پذیری<sup>۸</sup> و رفتارهای پرخاشگرانه در نوجوانان، انجام دادند، به این نتیجه رسیدند که ظرفیت نظم‌جویی هیجان، موجب کاهش انگیزش<sup>۹</sup> برای انجام رفتارهای پرخاشگرانه می‌شود. نظم‌جویی شناختی هیجان هم‌چنین موجب، کاهش رفتارهای تکانشی و تحریک‌پذیری می‌شود.

<sup>1</sup>Muratori, P., Pisano, S., Milone, A. & Masi, G.

<sup>2</sup>Trentacosta, C. J. & Shaw, D. S.

<sup>3</sup>De Rider, T.D., De Boer, B. J., Baker, A. B., & Van Hooft, A. J.

<sup>4</sup>Hamama, L., & Ronen-Shenhav, A.

<sup>5</sup>divorce

<sup>6</sup>social support

<sup>7</sup>Kuhn, M. A., Ahles, J. J., Aldrich, J. T., Wielgus, M. D., & Mezulis, A. H.

<sup>8</sup>irritability

<sup>9</sup>motivation

با توجه به مطالب ذکر شده پژوهش حاضر به بررسی نقش راهبردهای نظم‌جویی شناختی هیجانی در پیش‌بینی پرخاشگری می‌پردازد.

## ۱. طرح پژوهش

این تحقیق از نظر هدف، کاربردی و از نظر روش شناختی، توصیفی و از نوع همبستگی<sup>۱</sup> است.

## ۲. جامعه و گروه نمونه

جامعه آماری پژوهش شامل کلیه دانش‌آموزان پسر مقطع متوسطه ساکن در منطقه ۶ تهران در سال تحصیلی ۹۷-۱۳۹۶ بود.

به منظور برآورد حجم نمونه، از فرمول پیشنهادی تاباخنیک و فیدل<sup>۲</sup> (۲۰۰۷)، استفاده شد. بر اساس فرمول پیشنهادی آنان، حداقل حجم نمونه در مطالعات همبستگی از فرمول  $N > 50 + 8M$  محاسبه شد. در این فرمول  $N$  تعداد نمونه،  $M$  تعداد متغیرهای مستقل است. در این مطالعه با در نظر گرفتن مولفه‌ها، ۶ متغیر مستقل وجود دارد، اما برای اطمینان از حجم نمونه، ۲۵۰ دانش‌آموز پسر انتخاب شدند.

نمونه مورد نظر به روش نمونه‌گیری خوشه‌ای مرحله‌ای انتخاب شدند. به این صورت که از بین تمامی مدارس مقطع متوسطه منطقه ۶ شهر تهران، ۴ مدرسه انتخاب و از هر مدرسه تعداد ۳ کلاس و از هر کلاس تعداد ۲۰ دانش‌آموز پسر انتخاب شدند.

<sup>1</sup>correlation

<sup>2</sup>Tabakhnick, B. G., & Fidell, L. S.

## توزیع فراوانی سن پاسخ دهندگان

جدول ۱-۳ توزیع فراوانی سن پاسخ دهندگان

درصد	فراوانی	ارزش
۱۱/۶	۲۹	۱۲ سال
۲۹/۲	۷۳	۱۳ سال
۳۵/۶	۸۹	۱۴ سال
۱۸/۸	۴۷	۱۵ سال
۲/۰	۵	۱۶ سال
۲/۸	۷	بدون پاسخ
۱۰۰/۰	۲۵۰	جمع

همانطور که جدول شماره ۱-۳ نشان می‌دهد، ۲۹ نفر از اعضای نمونه پژوهش دارای ۱۲ سال (۱۱/۶ درصد)، ۷۳ نفر دارای ۱۳ سال (۲۹/۲ درصد)، ۸۹ نفر دارای ۱۴ سال (۳۵/۶ درصد)، ۴۷ نفر دارای ۱۵ سال (۱۸/۸ درصد) و ۵ نفر دارای ۱۶ سال (۲/۰ درصد) سن هستند. بیش تر اعضا یعنی ۳۵/۶ درصد از اعضا ۱۴ ساله هستند.

### • میانگین و انحراف معیار سن، معدل و تعداد فرزندان در خانواده

جدول ۲-۳ میانگین و انحراف معیار سن، معدل و تعداد فرزندان در خانواده

متغیر	میانگین	انحراف معیار	کمینه	بیشینه
سن	۱۳/۶۹	۰/۹۸	۱۲	۱۶
تعداد فرزندان	۱/۹۲	۰/۷۱	۱	۴
معدل	۱۹/۳۰	۰/۸۴	۱۴	۲۰

جدول (۲-۳) نشان می‌دهد که میانگین و انحراف معیار سن دانش آموزان شرکت کننده در پژوهش به ترتیب ۱۳/۶۹ و ۰/۹۸ است. میانگین و انحراف معیار معدل دانش آموزان شرکت کننده در پژوهش نیز به ترتیب ۱۹/۳۰ و ۰/۸۴ به دست آمد. کمینه برای تعداد فرزندان خانواده ۱ و بیشینه ۴ به دست آمد.

### ۳. ابزارهای پژوهش

#### ۳-۱ پرسش‌نامه نظم‌جویی شناختی هیجان

الف) معرفی ابزار: پرسش‌نامه نظم‌جویی شناختی هیجان گارنفسکی و کرایچ (۲۰۰۶)، شامل ۱۸ ماده است و راهبردهای نظم‌جویی شناختی هیجان‌ها را در پاسخ به حوادث تهدیدکننده و تنش‌زای زندگی بر حسب نه زیرمقیاس خود سرزنش‌گری، دیگر سرزنش‌گری، تمرکز بر فکر / نشخوارگری، فاجعه‌نمایی، کم‌اهمیت‌شماری، تمرکز مجدد مثبت، ارزیابی مجدد مثبت، پذیرش، تمرکز مجدد بر برنامه‌ریزی می‌سنجد (گارنفسکی و کرایچ، ۲۰۰۶).

ب) روش اجرا و نمره گذاری ابزار: هر سوال بر اساس مقیاس لیکرت<sup>۱</sup> از دامنه ۱ (هرگز)، تا ۵ (همیشه)، تنظیم شده است. حداقل و حداکثر نمره در هر زیرمقیاس به ترتیب ۲ و ۱۰ خواهد بود و نمره بالاتر نشان‌دهنده استفاده بیش‌تر فرد از آن راهبرد شناختی است.

پ) اعتبار و روایی ابزار: گارنفسکی و همکاران (۲۰۰۲)، اعتبار<sup>۲</sup> پرسش‌نامه را با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ به ترتیب برابر ۰/۹۱، ۰/۸۷، و ۰/۹۳ گزارش دادند. در ایران روایی<sup>۳</sup> پرسش‌نامه از طریق همبستگی نمره کل با نمرات خرده مقیاس‌های آزمون بررسی شد که دامنه‌ای از ۰/۴۰ تا ۰/۶۸، با میانگین ۰/۵۶ را در برمی‌گرفت که همگی معنادار بودند. همچنین برای اعتبار پرسش‌نامه، روی نمونه‌ای از ۱۵ تا ۲۵ سال ضریب آلفای کرونباخ برابر با ۰/۸۲ گزارش شده و برای روایی پرسش‌نامه از طریق همبستگی راهبردهای منفی با نمرات افسردگی و اضطراب پرسش‌نامه سلامت عمومی<sup>۴</sup>، به ترتیب

<sup>1</sup>likertscale

<sup>2</sup> reliability

<sup>3</sup> validity

<sup>4</sup> General Health Questionnaire (GHQ)

ضرایبی برابر با ۰/۳۵ و ۰/۳۷ به دست آمده است که همگی معنادار بودند (یوسفی، ۱۳۸۲). در بررسی مقدماتی ویژگی‌های روان‌سنجی این پرسش‌نامه ضرایب آلفای کرونباخ برای زیرمقیاس‌ها از ۰/۶۷ تا ۰/۸۹ محاسبه شد (بشارت، ۱۳۸۸). این ضرایب همسانی درونی<sup>۱</sup> پرسش‌نامه نظم‌جویی شناختی هیجان را تایید می‌کند.

صالحی، باغبان، بهرامی و احمدی (۱۳۹۰)، ضرایب آلفای به دست آمده برای زیرمقیاس‌های سرزنش خود (۰/۶۵)، پذیرش (۰/۴۹)، تمرکز مجدد بر فکر (۰/۵۸)، تمرکز مجدد بر برنامه‌ریزی (۰/۷۲)، باز ارزیابی مثبت (۰/۷۱)، کم اهمیت شماری (۰/۷۶)، فاجعه بار خواندن (۰/۷۹) و سرزنش دیگران (۰/۶۵) گزارش کردند.

در پژوهش حاضر، اعتبار به روش ضریب آلفای کرونباخ، برای زیرمقیاس‌های سرزنش خود (۰/۶۲)، پذیرش (۰/۵۵)، تمرکز مجدد بر فکر (۰/۷۰)، تمرکز مجدد بر برنامه‌ریزی (۰/۶۹)، باز ارزیابی مثبت (۰/۸۰)، کم اهمیت شماری (۰/۸۵)، فاجعه بار خواندن (۰/۷۳)، و سرزنش دیگران (۰/۵۹)، به دست آمد.

### پرسش‌نامه پرخاشگری باس و پری

الف) معرفی ابزار: نسخه جدید پرسش‌نامه پرخاشگری که نسخه قبلی آن تحت عنوان پرسش‌نامه خصومت بود، توسط باس و پری (۱۹۹۲)، مورد بازنگری قرار گرفت. این پرسش‌نامه یک ابزار خود گزارشی است که شامل ۲۹ عبارت و چهار زیرمقیاس است، که عبارت است از پرخاشگری بدنی<sup>۲</sup>، پرخاشگری کلامی<sup>۳</sup>، خشم<sup>۴</sup>، و خصومت<sup>۱</sup>.

<sup>۱</sup> internal consistency

<sup>۲</sup> physical aggression (PA)

<sup>۳</sup> verbal aggression

<sup>۴</sup> anger(A)

ب) روش اجرا و نمره گذاری ابزار: آزمودنی‌ها به هر یک از عبارات در یک طیف ۴ درجه‌ای از: کاملاً شبیه من است (۴)، تا حدودی شبیه من است (۳)، نه شبیه من است نه شبیه من نیست (۲)، تا حدودی شبیه من نیست (۱)، تا به شدت شبیه من نیست (۰). دو عبارت ۹ و ۱۶ به صورت معکوس نمره گذاری می‌شوند. نمره کل برای پرخاشگری با مجموع نمرات زیرمقیاس‌ها بدست می‌آید.

پرخاشگری بدنی، شامل ۹ عبارت: ۲-۵-۸-۱۱-۱۳-۱۶-۲۲-۲۵-۲۹.

پرخاشگری کلامی، شامل ۵ عبارت: ۴-۶-۱۴-۲۱-۲۷.

خشم، شامل ۷ عبارت: ۱-۹-۱۲-۱۸-۱۹-۲۳-۲۸.

خصومت، شامل ۸ عبارت: ۳-۷-۱۰-۱۵-۱۷-۲۰-۲۴-۲۶.

پ) اعتبار و روایی ابزار: پرسش‌نامه پرخاشگری دارای اعتبار و روایی قابل قبولی است. نتایج تحلیل روان‌سنجی (باس و پری، ۱۹۹۲)، نشان داده است که این پرسش‌نامه از همسانی درونی بالایی (۰/۸۹)، برخوردار است. همچنین، همبستگی زیرمقیاس‌های این پرسش‌نامه با یک‌دیگر و با کل پرسش‌نامه، بین ۰/۲۵ تا ۰/۴۵ به دست آمد، که بیانگر روایی مناسب ابزار است. محمدی (۱۳۸۵) در تحقیقی ضریب اعتبار تصنیفی را برای کل پرسش‌نامه ۰/۷۳، ضرایب اعتبار به روش بازآزمایی برای زیرمقیاس‌ها بین ۰/۶۱ تا ۰/۷۴ و برای کل پرسش‌نامه ۰/۷۸ و ضریب آلفای کرونباخ برای کل پرسش‌نامه ۰/۸۹ به دست آورد. همچنین برای بررسی روایی پرسش‌نامه از همبستگی بین این پرسش‌نامه با مقیاس آسیب روانی عمومی<sup>۲</sup> استفاده کرد که همبستگی بین این دو پرسش‌نامه ۰/۳۴ و معنادار بود. در روایی همگرایی نیز ضریب همبستگی زیرمقیاس‌های پرخاشگری بین ۰/۶۰ تا ۰/۶۰ به

<sup>۱</sup> hostility(H)

<sup>۲</sup> General psychopathology Scale (GPS)



دست آمد. علاوه بر این همبستگی هر یک از عوامل با نمره کل پرسش‌نامه بین ۰/۶۸ تا ۰/۸۱ بود (محمدی، ۱۳۸۵).

اعتبار پرسش‌نامه در پژوهش حاضر، به روش ضریب آلفای کرونباخ، ۰/۸۸ به دست آمد.

#### ۴. روش تجزیه و تحلیل داده‌ها

در تجزیه و تحلیل داده‌های پژوهش از روش آماری زیر استفاده شد:

- ۱- استفاده از شاخص‌های آمار توصیفی: میانگین و انحراف معیار
  - ۲- استفاده از آمار استنباطی مانند همبستگی پیرسون<sup>۱</sup> (برای بررسی رابطه متغیرها)، تحلیل رگرسیون چندگانه<sup>۲</sup> (برای بررسی نقش متغیرهای پیش‌بین بر متغیر ملاک) و برای سنجش اعتبار پرسش‌نامه‌ها از آلفای کرونباخ استفاده شد.
- تحلیل داده‌ها در دو قسمت آماره‌های توصیفی و استنباطی تنظیم شده است. در بخش توصیفی از فراوانی، درصد فراوانی، میانگین و انحراف استاندارد استفاده گردید. در بخش استنباطی از همبستگی پیرسونو تحلیل رگرسیون چندگانه<sup>۳</sup> به کمک نرم افزار **SPSS.22** انجام گرفت.

پژوهشگاه علوم انسانی و مطالعات فرهنگی  
پرتال جامع علوم انسانی

<sup>1</sup>pearsoncorrelation matrix

<sup>2</sup>multiple regression

<sup>3</sup>multiple regression

## ۱. یافته‌های توصیفی

## جدول ۴-۱ آماره‌های توصیفی شرکت‌کنندگان در متغیرهای پژوهش

بیشینه	کمینه	انحراف معیار	میانگین	آماره‌ها
۶۵	۲۶	۸/۳۳	۴۰/۰۴	سازگار (مثبت)
۶۳	۲۲	۹/۱۵	۴۰/۱۲	ناسازگار (منفی)
۱۴۵	۲۹	۱۸/۳۶	۸۹/۸۲	پرخاشگری
۴۵	۹	۵/۶۳	۲۲/۱۴	تفکر انتقادی

تفکر انتقادی  
پرخاشگری  
ناسازگار (منفی)  
سازگار (مثبت)

## ۲. یافته‌های استنباطی

برای بررسی نرمال بودن داده‌ها از آزمون کولموگروف اسمیرنوف استفاده شد.

## جدول ۴-۲ بررسی توزیع نرمال بودن داده‌ها به کمک آزمون کولموگروف اسمیرنوف

Sig.	Df	آماره	مقیاس‌ها	متغیرها
۰/۱۹	۲۵۰	۰/۱۱	سازگار	راهبردهای نظم‌جویی
۰/۱۸	۲۵۰	۰/۱۳	ناسازگار	شناختی هیجان
۰/۱۸	۲۵۰	۰/۱۳	پرخاشگری	
۰/۱۹	۲۵۰	۰/۱۱	تفکر انتقادی	

نتایج این آزمون در جدول ۴-۲ برای بررسی مفروضه نرمال بودن توزیع داده‌ها حاکی از آن است که تمامی خرده مقیاس‌های راهبردهای نظم‌جویی شناختی هیجانی، پرخاشگری از مفروضه نرمال بودن پیروی می‌کنند ( $P > ۰/۰۵$ ). یکی دیگر از مفروضه‌ها، داده‌های پرت<sup>۱</sup> است که این مساله نیز به کمک فاصله مهالانوبیس<sup>۲</sup> مورد بررسی قرار گرفت و مشخص

<sup>۱</sup>outliers

<sup>۲</sup>mahalanobis distance

شد، چون هیچ اندازه‌ای از ملاک مجذور خی فراتر نیست، نتیجه می‌گیریم که هیچ داده پرت چند متغیری وجود ندارد.

**فرضیه اول: بین راهبردهای نظم جویی شناختی هیجان سازگار و پرخاشگری رابطه معکوس وجود دارد.**

جدول ۴-۳ همبستگی پیرسون بین راهبردهای نظم جویی شناختی هیجانی سازگار با

**پرخاشگری**

آماره	پرخاشگری
سازگار	-۰/۴۷**

**فرضیه دوم: بین راهبردهای نظم جویی شناختی هیجان ناسازگار و پرخاشگری رابطه مستقیم وجود دارد.**

جدول ۴-۴ همبستگی پیرسون بین راهبردهای نظم جویی شناختی هیجانی ناسازگار با

**پرخاشگری**

آماره	پرخاشگری
ناسازگار	۰/۵۶**

**$P < 0/01$**

چنانچه از جدول ۴-۳ مشاهده می‌شود، راهبردهای سازگار نظم جویی شناختی هیجانی (آزمون دو دامنه،  $P < 0/01$ ،  $n = 250$ ،  $r = -0/47$ ) دارای همبستگی منفی معناداری با پرخاشگری است. راهبردهای سازگار نظم جویی شناختی هیجانی دارای همبستگی منفی با پرخاشگری است، به این معنی که هر چه افراد، دارای راهبردهای سازگار نظم جویی شناختی هیجانی باشند، نمرات پرخاشگری آنها کاهش می‌یابد. از سوی دیگر، راهبردهای

ناسازگار نظم‌جویی شناختی هیجانی دارای همبستگی مثبت معناداری با پرخاشگری بود (آزمون دو دامنه،  $P < 0/01$ ،  $n=250$ ،  $r=0/56$ ). به این معنی که هر چه افراد، بیش‌تر دارای راهبردهای ناسازگار نظم‌جویی شناختی هیجانی باشند، نمرات پرخاشگری آن‌ها افزایش می‌یابد.

### فرضیه سوم: راهبردهای نظم‌جویی شناختی هیجانی می‌توانند، پرخاشگری را پیش‌بینی کنند.

برای بررسی نقش متغیرهای راهبردهای نظم‌جویی شناختی هیجانی بر پرخاشگری از روش رگرسیون خطی چندگانه به روش‌های همزمان<sup>۱</sup> استفاده شد. در این روش رگرسیونی، راهبردهای نظم‌جویی شناختی هیجانی به عنوان متغیر پیش‌بین، و پرخاشگری به عنوان متغیر پیامد وارد معادله رگرسیون شدند. نتایج این بررسی در جداول ۴-۵ ارائه شده است.

#### جدول ۴-۵ رگرسیون پرخاشگری از روی راهبردهای نظم‌جویی شناختی هیجانی

P	T	Beta	F	R <sup>2</sup> اصلاح شده	R <sup>2</sup>	R	متغیر
۰/۰۰۰۱	۱۱/۶۵	-					مقدار ثبات
۰/۰۴	-۱/۹۸	-۰/۳۵	۷۵/۵۸	۰/۶۴	۰/۶۵	۰/۸۰	سازگار
۰/۰۰۰۱	۹/۲۲	۰/۴۳					ناسازگار
۰/۰۰۳	-۲/۹۸	۰-/۲۰					تفکر انتقادی

مدل پیش‌بینی پرخاشگری در جدول ۴-۵ نشان داده شده است. در این مدل پرخاشگری به عنوان متغیر ملاک، راهبردهای نظم‌جویی شناختی هیجان (سازگار و ناسازگار) به عنوان

<sup>11</sup> enter

متغیر پیش‌بین، وارد معادله رگرسیون شدند. نتایج این مدل نشان داد که راهبرد ناسازگار ( $\text{Beta}=0/43$ ،  $t=9/22$ ،  $P<0/0001$ )، راهبرد سازگار ( $\text{Beta}=-0/35$ ،  $t=-1/98$ )، ( $P<0/05$ )، را پیش‌بینی کنند. بنابراین متغیرهای راهبردهای نظم‌جویی شناختی هیجان (سازگار و ناسازگار) با پرخاشگری روابط چندگانه وجود داشت.

## نتیجه گیری

این پژوهش با هدف بررسی نقش راهبردهای نظم جویی شناختی هیجانی در پیش بینی پرخاشگری انجام شده است و در این قسمت به بحث و نتیجه گیری درباره نتایج بدست آمده از این پژوهش پرداخته می‌شود. بدین منظور در ابتدا هر یک از نتایج پژوهش مطرح شده است؛ سپس باتوجه به شواهد پژوهشی، نتایج فرضیه‌ها و دلایل احتمالی رد یا تایید آنها مورد بحث قرار خواهد گرفت؛ بحث پیرامون فرضیه‌ها:

فرضیه ۱: بین راهبردهای نظم جویی شناختی هیجانی سازگار و پرخاشگری رابطه معکوس وجود دارد. باتوجه به جداول خروجی تحلیل‌های آماری مشخص شد که راهبردهای سازگار نظم جویی شناختی هیجانی دارای همبستگی منفی معناداری با پرخاشگری است، به این معنی که هرچه افراد، دارای راهبردهای سازگار نظم جویی شناختی هیجانی باشند نمرات پرخاشگری آنها کاهش می‌یابد.

در تبیین این یافته‌ها می‌توان اینگونه استدلال کرد که استفاده از این نوع راهبردهای نظم جویی شناختی هیجان سازگار در بستر تنیدگی ممکن است با حفظ سلامت روان و کاستن از هیجان‌های منفی و حتی افزایش هیجان‌های مثبت از طریق به کارگیری برخی

از این استراتژی‌های کارآمد مانند ارزیابی مجدد مثبت، پیامدی همچون افزایش تاب آوری را به دنبال خواهد داشت.

فرضیه ۲: بین راهبردهای نظم جویی شناختی هیجانی ناسازگار و پرخاشگری رابطه مستقیم وجود دارد. باتوجه به تحلیل‌های آماری مشخص شد راهبردهای ناسازگار نظم جویی شناختی هیجانی دارای همبستگی مثبت معناداری با پرخاشگری بود. به این معنی که هرچه افراد، دارای راهبردهای ناسازگار نظم جویی شناختی هیجانی باشند نمرات پرخاشگری آن‌ها افزایش می‌یابد. و همچنین پژوهش‌ها نشان می‌دهد رابطه معکوس و معناداری بین تاب آوری و پرخاشگری وجود دارد. بنابراین به نظر می‌رسد نقش راهبردهای ناسازگارانه نظم جویی شناختی هیجان در مشکلات سلامت روانی نقش اساسی ایفا می‌کند و در ایجاد و حفظ مشکلات سلامت روان، نقش پررنگی دارند و به نظر می‌رسد که در افزایش پرخاشگری نقش موثری دارند. ناتوانی در تمرکز مجدد بر برنامه ریزی هنگام تجربه هیجان منفی باعث وقوع مشکلاتی در بازداری تکانه‌های پرخاشگری و دسترسی ادراک شده محدود به راهبردهای مناسب هیجان می‌شود و در نتیجه دسترسی محدود به راهبردهای موثر نظم جویی هیجان فرد برای خاتمه دادن به حالت عاطفی منفی به رفتار پرخاشگری دست می‌زند.

فرضیه ۳: راهبردهای نظم جویی شناختی هیجانی می‌توانند پرخاشگری را پیش بینی کنند. باتوجه به جداول آماری (جدول ۴-۵) مشخص شد که راهبرد سازگار (راهبردهای نظم شناختی هیجان) با پرخاشگری روابط چندگانه وجود دارد.

نظم جویی هیجانی، توانایی هر فرد برای نظم جویی هیجانی مشخص یا مجموعه‌ای از هیجان‌هاست. روش‌های نظم جویی هیجانی خودآگاه یادگرفتن تفسیر وضعیت‌ها به

صورت متفاوت به منظور مدیریت بهتر آنها، تغییر هدف هیجان به صورتی که احتمال بروز برون داده های مثبت بیشتر شود و تشخیص این است که چگونه رفتارهای متفاوت در خدمت وضعیت های هیجانی مختلف قرار میگیرد. بر همین مبنا از راهبردهای گوناگونی می توان برای نظم جویی هیجانی یا به قصد رسیدن به اهداف یاد شده استفاده کرد.



## منابع

- ۱) ابوالمعالی، خ.، موسی زاده، ز (۱۳۹۱). **پرخاشگری، ماهیت، علل و پیشگیری**. چاپ اول، تهران: نشر ارجمند.
- ۲) احمدی، ر (۱۳۹۱). بررسی عوامل مؤثر در بروز خشونت و پرخاشگری تماشاگران تیم فوتبال تراکتورسازی تبریز (از دیدگاه تماشاگران). **پایان نامه کارشناسی ارشد**، رشته مدیریت ورزشی، دانشگاه تبریز، دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی.
- ۳) احمدی، ن (۱۳۹۲). اثربخشی زوج درمانی شناختی - رفتاری بر بهبود نظم جویی شناختی هیجان، بازسازی طرحواره های شناختی ناسازگار و کاهش تعارضات زوجین. **پایان نامه کارشناسی ارشد**، روانشناسی بالینی پردیس بین الملل دانشگاه فردوسی مشهد.
- ۴) اسدی، م (۱۳۹۰). اثربخشی برنامه آموزشی بخشش بر کاهش پرخاشگری، ارتقاء همدلی و بخشش نوجوانان پسر بزهکار کانون اصلاح و تربیت تهران ۱۳۹۰. **پایان نامه کارشناسی ارشد روانشناسی عمومی**. دانشگاه علامه طباطبائی.
- ۵) بختیاری، م.، تاشکه، م.، بازانی، م. و محمدی، س (۱۳۹۵). «همبستگی میان تنظیم شناختی هیجان و پرخاشگری». **پژوهنده**، ۲۱، ۵ (۱۱۳)، ۱۸-۱۰.
- ۶) بیگی، پ (۱۳۸۹). مقایسه اثربخشی آموزش های شناختی- رفتاری و مهارت های تنظیم هیجان بر وضعیت تحصیلی دانش آموزان دارای اضطراب امتحان. **پایان نامه کارشناسی ارشد**، دانشگاه محقق اردبیلی.
- ۷) پورجلی، م (۱۳۸۴). **پرخاشگری و کودکان**. تهران، نشر نور.
- ۸) حسنی، ج (۱۳۸۹). «خصوصیات روانسنجی پرسشنامه تنظیم شناختی هیجان». **مجله روانشناسی بالینی**، ۳، ۷۳-۸۳.
- ۹) حیدری، م.، اسکندری، ح.، نظارات، ش.، معجم، م.، سروندیان، م.، شبانی، س. و آذر، م (۱۳۹۵). «بررسی تحلیلی ترس از تصویر بدنی و پرخاشگری در دانش آموزان دبیرستانی دختر و پسر». **مجله دانشکده پرستاری و مامایی ارمیه**، ۱۴، ۱۰ (۸۷)، ۸۴۶-۸۳۷.



- ۱۰) رضویه، ا.، لطیفیان، م.، عارفی، م (۱۳۸۵). «نقش تئوری ذهن و همدلی در پیش بینی رفتارهای پرخاشگر ارتباطی و آشکار و رفتارهای جامعه پسند دانش آموزان». **فصلنامه مطالعات روان شناختی**، ۲(۳-۴)، ۲۵-۳۸.
- ۱۱) صانعی، ر (۱۳۹۵). مقایسه نظم جویی شناختی هیجان و سرزندگی تحصیلی بین دانش آموزان تیز هوش و عادی متوسطه پسرانه شهرستان شاهرود. **پایان نامه برای دریافت کارشناسی ارشد دانشکده علوم انسانی**، رشته روانشناسی عمومی دانشگاه آزاد اسلامی واحد شاهرود.
- ۱۲) صدیقی، م.، و نظیری، ق (۱۳۹۵). «اثر بخشی آموزش مهارت‌های تنظیم هیجان بر کاهش رفتارهای پرخاشگری و لجبازی نوباوگان ۴ تا ۶ سال»، **نهمین کنگره بین المللی روان درمانی (اجلاس آسیایی در بستر ارزش های فرهنگی)**، تهران، دبیرخانه کنگره بین المللی روان درمانی.
- ۱۳) غریب نواز شریانی، گک (۱۳۹۴). نقش واسطه گری پردازش اطلاعات اجتماعی در رابطه تنظیم شناختی هیجان و پرخاشگری کودکان دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی. **پایان نامه جهت اخذ درجه کارشناسی ارشد**، رشته مشاوره و راهنمایی دانشگاه الزهراء
- ۱۴) فلاح، ز (۱۳۸۶). بررسی رابطه بین صفات شخصیت و هوش هیجانی و پرخاشگری در دختران مقطع راهنمایی. **پایان نامه کارشناسی ارشد**، دانشگاه الزهراء (س).
- ۱۵) محمودی، ز (۱۳۸۸). بررسی رابطه خودپنداره، یادگیری خودتنظیمی و پیشرفت تحصیلی دانش آموزان دختر پایه دوم راهنمایی شهرستان شهریار. **پایان نامه کارشناسی ارشد**، دانشگاه تربیت معلم.
- ۱۶) نوابی نژاد، ش (۱۳۷۰). **رفتارهای بهنجار و نابهنجار در کودکان و نوجوانان**. تهران: ابتکار هنر.
- ۱۷) یوسفی، ف (۱۳۸۲). «بررسی رابطه راهبردهای شناختی تنظیم هیجان با افسردگی و اضطراب در دانش آموزان مراکز راهنمایی استعدادهای درخشان». **پژوهش در حیطه کودکان استثنایی**، ۶(۴)، ۸۷۱-۸۹۲.

- 18) Aldao, A., Nolen-Hoeksema, S., & Schweizer, S. (2010). Emotion-regulation strategies across psychopathology: A meta-analytic review. *Clinical Psychology Review*, 30, 217-237.
- 19) Amram, J. Y. & Dryer, D. Christopher. (2008). The Integrated Spiritual Intelligence Scale (ISIS): Development And Preliminary Validation. Institute Of Transpersonal Psychology, Palo Alto, CA. 116th Annual Conference Of The American Psychological Association. and families. In W. V. D'Antonio and J. Aldous (eds.). *Families and Religions: and Theology*, 28(3), 221-228.
- 20) Bandura, A. (1999). Social cognitive theory of personality. *Handbook of personality: Theory and research*, 154-196.
- 21) Bashir, h & Bashir, l. (2016). Investigating the relationship between self-regulation and spiritual intelligence of higher secondary school students. *Indian Journal of Health and Wellbeing*, 7(3), 327-329.
- 22) Corsini RJ, Wedding D. (2011). *Current Psychotherapies*. 9th Edition Indiana: Book Company
- 23) Davis, H. A., Distefano, C., & Schuts, P. A. (2008). Identifying patterns of appraising tests in first-year college student: Implications for anxiety and emotion regulation during test taking. *Journal of Educational Psychology*, 100(4), 9420.
- 24) De Rider, T .D., De Boer, B. J., Baker, A. B., & Van Hooft, A. J. (2011). Not doing bad things is not equivalent to doing the right things: distinguishing between inhibitory self control. *Personality and Individual Differences*, 50, 1006-1011.
- 25) Desrosiers, A., Vine, V., Klemanski, D. H., & Nolen Hoeksema, S. (2013). Mindfulness and emotion regulation in depression and anxiety: common and distinct mechanisms of action. *Depression and Anxiety*, 30(7), 654-661.
- 26) Evans, J.R. (2017). Violent Aggression Exposure, Psychoemotional Distress, Aggressive Behavior, and Academic Performance Among

- Adolescents. Degree of Dissertation Doctor of Philosophy. Walden University ScholarWorks.
- 27) García-Sancho E, Salguero JM, Fernández-Berrocal P. (2016). Angry rumination as a mediator of the relationship between ability emotional intelligence and various types of aggression. *Personality and Individual Differences*, 89: 143–7.
- 28) Gross, J. J & Jazaieri, H. (2014). Emotion, Emotion Regulation, and Psychopathology. *An Affective Science Perspective*, 2(4) 387-401
- 29) Gross, J. J., & Thompson, R. A. (2007). Emotion regulation: Conceptual foundations. In J. J. Gross (Ed.), *Handbook of emotion regulation*. New York: Guilford Press.
- 30) Hamama, L., & Ronen-Shenhav, A. (2012). Self-control, social support, and aggression among adolescents in divorced and two-parent families. *Children and Youth Services Review*, 34, 1042- 1049.
- 31) Juliana, C., Soares, M. J., Pereira, A. T., & Macedo, M. (2016). Perfectionism, cognitive emotion regulation and perceived distress/coping. *European Psychiatry, Supplement*, 100 (33), 43-48.
- 32) Lnasford, J. E. (2012). Boys' and girls' relational and physical aggression in nine countries. *Journal of Aggressive Behavior*, 38, 298-308.
- 33) Muratori, P., Pisano, S., Milone, A. & Masi, G. (2016). Is emotional dysregulation a risk indicator for auto-aggression behaviors in adolescents with oppositional defiant disorder? *Affective Disorders*, 208 (3): 110-112.
- 34) Rey Peña, L & Extremera Pacheco, N. (2012). Physical-Verbal Aggression and Depression in Adolescents: The Role of Cognitive Emotion Regulation Strategies. *Universitas Psychologica*, 11, 4, 1245-1254.
- 35) Rosen, L. H., & Underwood, M. K. (2010). Facial attractiveness as a moderator of the association between social and physical aggression and popularity in adolescents. *Journal of school psychology*, 7, 11- 22.

- 36) Setty, G.A.G, Subramanya, P, Mahadevan, B. (2017). Effect of Yoga on Adolescents' Beliefs about Aggression and Alternatives. *Int J Med Public Health*.7(3):166-71.
- 37) Smokowski, P. R., Cotter, K. L., Robertson, C. I., &Guo, S. (2013). Anxiety and aggression in rural youth: Baseline results from the Rural Adaptation Project. *Child Psychiatry & Human Development*, 44(4), 479-492.
- 38) Tashkeh M, Bazani M. (2015). Prediction of social anxiety by cognitive emotional regulation and emotional schema in female and male students. *Zanko J Med Sci*, 16(50):72-83
- 39) Trentacosta, C, J. & Shaw, D. S. (2009). Emotional self-regulation, peer rejection: Developmental associations from early childhood to early adolescence. *Applied Developmental Psychology*, 30 (3): 356-365.

