

رابطه هیجان خواهی با رفتارهای پر خطر در نوجوانان شهرستان همدان

زهرا مختاری^۱، سید رضا میر مهدی^۲

تاریخ وصول: ۱۳۹۳/۱۱/۸

تاریخ پذیرش: ۱۳۹۳/۱۲/۱۹

۲۱-۴۴/

چکیده

هدف کلی از پژوهش حاضر بررسی رابطه هیجان خواهی و رفتارهای پر خطر نوجوانان شهر همدان بود. جامعه آماری در این تحقیق شامل ۱۶۰ نوجوان (۸۰ دختر، ۸۰ پسر) در سال ۱۳۹۳ بود. روش پژوهش به روش نمونه گیری تصادفی ساده انتخاب شدند. ابزار پژوهش: ابزار مورد استفاده جهت جمع آوری داده ها شامل پرسشنامه هیجان خواهی ذاکرمن و پرسشنامه رفتارهای پر خطر بود. آزمون آماری این تحقیق از نوع همبستگی بوده، تجزیه و تحلیل داده ها با استفاده از شاخص های آماری (توصیفی - استنباطی) ضریب همبستگی پیرسون و همچنین آزمون t صورت گرفته است. نتایج پژوهش: نتایج آزمون فرضیه ها نشان داد که بین میزان هیجان خواهی و رفتارهای پر خطر نوجوانان ۱۵ تا ۱۸ سال شهر همدان رابطه‌ی معنا داری وجود دارد، نوجوانان (۱۵-۱۶) و (۱۶-۱۷) سال بین میزان هیجان خواهی و رفتارهای پر خطر رابطه معنا داری وجود ندارد، اما در بین نوجوانان (۱۷-۱۸) سال، بین میزان هیجان خواهی و رفتارهای پر خطر رابطه معنا داری وجود دارد. با استفاده از آزمون t می توان نتیجه گرفت که بین میزان هیجان خواهی و رفتارهای پر خطر نوجوانان ۱۵ تا ۱۸ سال دختر و پسر شهر همدان تفاوت معنا داری وجود دارد.

واژه های کلیدی: نوجوانان، هیجان خواهی، رفتارهای پر خطر.

^۱ کارشناس ارشد روان شناسی، مربی دانشگاه، مشاور، مرکز مشاوره نیروی انسانی، همدان. zhrmokhtari@gmail.com

^۲ استادیار دانشگاه، عضو هیأت علمی دانشگاه علوم تحقیقات استان مرکزی (اراک).

مقدمه، بیان مساله، ضرورت و اهمیت مساله:

در میان موجوداتی که روی کره ی زمین زندگی می کنند انسانها از ویژگی های منحصر به فردی برخوردارند این ویژگی ها او را از سایر موجودات کره ی زمین جدا می سازد. احساسات، عواطف، اضطراب، هیجان و توانایی قضاوت درباره ی رفتارهای خود و دیگران و تصمیم گیری بر اساس این قضاوت ها (احمدیان راد، ۱۳۹۰). در بین سنین مختلف، نوجوانی دوره ای است که انسان ویژگی های شخصیتی و منحصر به فرد را کسب می کند. دوره ی نوجوانی^۳ را نمی توان به سنین خاصی محدود دانست زیرا بر حسب ویژگی های افراد و جوامع متفاوت است. اما معمولا بین ۱۲ تا ۱۸ سالگی را شامل می شود. این دوره از نظر تربیتی دوره ی نسبتا دشوار در زندگی است و یکی از حساس ترین، مهمترین و بحرانی ترین مراحل زندگی به شمار می آید. شناخت حالات مختلف نوجوانان مانند اضطراب و هیجان پذیری آنان در این دوره از زندگی از نظر روانشناسان مورد توجه بسیار قرار گرفته است. چون شخصیت نوجوانان طی این دوره از زندگی شکل می گیرد (سیف، ۱۳۸۹). نوجوانی مهمترین مرحله در زندگی است، که با تغییرات سریع جسمی و روانی همراه است. پلی است که از آن باید عبور کرد تا به مرحله ی جوانی و بزرگسالی رسید (علی آبادی، ۱۳۹۰). نوجوانی همراه با بلوغ که قسمتی از رشد محسوب می شود (به عقیده ی افراد بسیاری دوران بلوغ همان دوران نوجوانی می باشد و ویژگی های بلوغ و نوجوانی یکی می باشد) با تحول عمیق در جسم و روان و قدرت تجسم و تخیل زیاد همراه است و به همین سبب آن را دوره ای خاص از زندگی قلمداد می کنند که ثبات و تکوین شخصیت در آن صورت می گیرد. باید توجه داشت که نوجوانی حداثت کودکی و جوانی است. نوجوان از یک سو کمی کودکانه رفتار می کند و در حال گسستن پیوند

^۱ adolescence

های خود با کودکی است و از دیگر سو شیفته ی دستیابی به استقلال جوانی و بزرگسالی است. لذا این دوره دارای طیفی وسیع است که با بخشی از قلمرو کودکی مرتبط است و در انتهای طیف به دنیای جوانی پهلو می زند.

یکی از ویژگی ها و خصوصیات اصلی دوره ی نوجوانی هیجان^۲ است. هیجان به تغییرات ناگهانی اطلاق می شود که بعد از یک درک حسی یا تصور و یادآوری در رفتار فرد ایجاد می شود. در این حالت بدن برای مواجهه با این تغییرات روانی واکنش نشان می دهد که عبارتند از: افزایش تعداد ضربان قلب و تنفس، افزایش قند خون و تغییرات هورمونی و علایم جسمانی هیجان به صورت لرزش دستها و بدن و بالاخره علایم روانی هیجان به صورت اضطراب و آشفتگی آشکار می شود. هیجان در همه ی افراد دیده می شود اما نوجوانان (۱۲ تا ۱۸ساله) بسیار بیشتر از دیگران این تاثیر پذیری هیجانی را نشان می دهند. نوجوانان در دوران بلوغ "زود انگیخت" بوده، به گونه ای که واکنش آنها در برابر مسائل غالباً از کودکان بیشتر و پرهیجان تر است. بنابراین آنان گاه تحت تأثیر هیجان دست به کارهای عجیب و غیر معقول و گاه خارق العاده می زند. از طرف دیگر احساسات و عواطف نوجوان نیز در حد اعلی است به طوری که در دوستی و دشمنی افراط می کند. نوجوانان از محرکهای هیجانی به سرعت متاثر می شوند و قادر به مهار احساسات خود نیستند. (محمدیان، ۱۳۹۲).

در تحقیق احمدیان راد و همکاران (۱۳۹۰) بر روی دانش آموزان ۱۰ مدرسه تهران انجام دادند، نتایج تحقیق نشان داد ارتباط معناداری بین هیجان خواهی و نوع شیوه های فرزند پروری^۵ والدین وجود دارد.

۲ Emotion

۱ method growing child

در علم روانشناسی هیجان فقط مخصوص نوجوانان نیست. اما در سن جوانی و نوجوانی به دلیل همزمان شدن با سن بلوغ به اوج می رسد. به دلیل اینکه فرد هر زمان وارد یک دوره ی جدید از زندگی می شود، احساس می کند توانمندی هایش باید فرق کند و آدم دیگری شود و به تبع آن هیجان هایش چندین برابر می شود. خیلی از جوان ها هیجان را نمی شناسند. به نوعی نمی دانند هیجانی که با آن درگیر هستند، چیست؟ چون جوان و نوجوان به گروه های هم سن و سال علاقه مند است و در این سنین گروه ها برای فرد تصمیم می گیرند. نوجوان یا جوان در بعضی موقعیت ها بدون اینکه علاقه مند به انجام رفتاری باشد، صرفا چون می خواهد نزد دوستانش با اهمیت باشد، به انجام هر رفتاری دست می زند.

همانگونه که گفته شد، دوره ای که در طول عمر انسان، تنش های هیجانی به حد اعلامی خود می رسد، دوره ی نوجوانی است. در این دوره علاوه بر رشد و تغییرات بدنی و ترشحات غدد داخلی که تا حدی موجبات تنش و هیجان را در نوجوان پدید می آورد، عوامل محیطی و اجتماعی، یکی از علل اصلی وجود هیجانها در این دوره می باشند. روان شناسانی که به مطالعه ی این دوره پرداخته اند، سنین نوجوانی یعنی بین ۱۲ تا ۱۸ سال را " دوره ی ناکامل " نامیده اند. زیرا نوجوان عالم کودکی را پشت سر گذاشته و به دوره ی کامل بزرگسالی نیز نرسیده است. در نتیجه احساس نوعی ناامنی و عدم اطمینان و اعتماد به خود و نقش اجتماعی خود، نوعی حالت تعارض میان نوجوان و پدر و مادر ایجاد می شود. همزمانی عوامل ذکر شده با یکدیگر خطری جدی قلمداد می شود که توجه جدی و دقیق خانواده را می طلبد. خانواده های پرخاشگر^۱، عامل اصلی انحراف و ناسازگاری نوجوانان هستند. به باور برخی از روان شناسان بروز رفتارهای پر خطری همچون، جنایت و خشونت های اجتماعی، در

^۱ angry

رفتارهای خشونت آمیز والدین با نوجوانان، و تنبیه بدنی آنان، ریشه دارد؛ زیرا چنین رفتارهایی، عقده های روانی را در آنان پدیدار می سازد. رفتار خشونت آمیز خانواده، در روند پرورش نوجوانان، پی آمدهای نامناسبی بر جای خواهد گذاشت. از نظر روانی مهمترین تحولاتی که در نوجوان رخ می دهد: استقلال طلبی، دوست یابی، عصیان گری، انزواطلبی، بی خوابی، افسردگی^۱، اضطراب و همزیستی با گروه همسالان و بروز رفتارهای پر خطر است و عدم توجه به این مساله ممکن است آن را به صورت یک مشکل بهداشت روانی در آورد. چگونه است که تعدادی از نوجوانان با هیجانات روزمره خود به طریق مناسب برخورد می کنند و هیجانات تجربه شده، در انجام کارها و تکالیف تحصیلی و دستیابی آنان به اهدافشان اختلالی ایجاد نمی کند، اما در برخی نوجوانان، برای فرد یا اطرافیان نش رنج و ناراحتی به وجود می آورد، مانع رسیدن او به اهدافش میشود و یا در انجام کارهای روزانه و عادی و حتی امور تحصیلی او اختلال ایجاد میکند و باعث افت یا شکست نوجوان در تحصیل می شود و زمینه بروز رفتارهای پر خطر را در آنان به وجود می آورد (فتحی و همکاران، ۱۳۹۰).

روانشناسان اظهار می کنند: در مجموع حالات رفتاری انسان شامل فکر، رفتار و هیجان است. رفتار را برخی هیجانات کنترل می کند. اگر افکار پشت هیجان را شناسیم نمی توانیم هیجان و رفتار را مدیریت کنیم. رفتارهایی که انجام می دهیم بیشتر به دلیل شناختن افکار، یک احساس بلا تکلیفی می دهد و به نوعی احساس درماندگی نتیجه آن می شود و ممکن است انسان به سمت انجام رفتارهای پر خطر سوق داده شود (احمدیان راد، ۱۳۹۰).

^۱ depress

روانشناسان معتقد هستند در مورد تجربه هیجان حق انتخاب داریم و می توانیم تصمیم بگیریم که چگونه هیجانها را بروز دهیم. هیجان انسان ها از یک دسته نیست. انسان ها انواع مختلف هیجان را تجربه می کنند و بروز می دهند. هیجان را نمی توان نادیده گرفت هیجان قسمتی از هویت رفتاری یک انسان است. نادیده گرفتن هیجان در تمرکز و تصمیم گیرهای رفتاری اختلال ایجاد می کند. اضطراب و تردیدها افزایش می یابد. این که چه نوع افکاری هیجان و رفتارمان را حمایت می کند، امری قابل توجه است. در واقع این افکار ماست که اجازه می دهد هیجانمان را بروز دهیم یا مخفی کنیم و در سطح بالاتر احساسات و رفتارمان را کنترل کنیم. تحقیقات مختلف نشان داده است که اغلب هیجانها به نوعی با رفتارهای پر خطر^۱ جوانان و نوجوانان در ارتباط است. رفتار را به مجموعه اعمالی که از انسان سر می زند تعریف کرده اند. این رفتارها مناسب و هنجار یا نامناسب، نابهنجار و پر خطر است. رفتارهای پر خطر در نوجوانان که اغلب با هیجان خواهی آنان مرتبط می باشد اغلب به دو دسته تقسیم می شود. رفتارهای پر خطر برای خود و رفتارهای پر خطر برای دیگران، که ممکن است موجب آسیب رساندن به خود یا دیگران شود.

اغلب روانشناسان معتقد هستند: هیجان را نباید کنترل کرد، بلکه باید مدیریت کرد. در واقع وقتی هیجان را کنترل می کنیم، محدودیت ایجاد می شود. وقتی هیجان محدود شود، به صورت رفتار ناسالم خود را نشان می دهد. همیشه نتیجه هیجان را در رفتار می بینیم. هیجان نیاز به مدیریت دارد، نیاز به کنترل ندارد. مدیریت یعنی مسئولیت پذیری، یعنی افراد نسبت به هیجان هایی که تجربه می کنند مسئول هستند. هر هیجانی عواقبی دارد که در رفتار خود را نشان می دهد. رفتارهای سالم و مثبت یا رفتارهای ناسالم و پر خطر.

^۲ behavior dangerous

نتایج پژوهش اسپین (۲۰۱۲) نشان داد که عوامل تاثیر گذار بر هیجانات مدرسه شامل، افت عملکرد تحصیلی در بین نوجوانان طردشدگی، سخت گیریهای افراطی معلمان، انضباط متناقض و بی ثبات از سوی مادران و جدایی کودک از مادر در اوایل دوران کودکی می باشد.

همانگونه که بیان شد، هیجان خواهی بالا یکی از شایع ترین اختلالات روانی در جامعه به خصوص در گروه سنی نوجوانان می باشد که زندگی فردی، اجتماعی و تحصیلی و حتی آینده‌ی شغلی آنان را دستخوش تغییر قرار داده و ممکن است فرد متناسب با استعداد ذاتی خویش رشد و پرورش نیابد. لذا عدم تشخیص و درمان به موقع آن می تواند سلامت روانی افراد را به خطر انداخته و در نتیجه پیامد عملکرد و رفتار این قشر عظیم یعنی نوجوان به جامعه برگردد. در کشور ما حدود ۱۲/۵ میلیون نوجوان وجود دارد یعنی حدود نیمی از جمعیت کشور ایران افراد زیر ۱۸ سال تشکیل می دهند و از جوانترین کشورهای جهان است اهمیت و ضرورت مساله را دو چندان می کند. از این جهت محقق در این تحقیق به بررسی رابطه هیجان خواهی و رفتارهای پر خطر در نوجوانان ۱۵-۱۸ سال شهر همدان پرداخته است.

هیجان از نظر روانشناسی: انسان موجودی بسیار پیچیده است و حالت های زیادی را در طول زندگی خود تجربه می کند حالت هایی مثل شادی، غم، ترس و ... همه افراد آدمی احساس تنش، ناراحتی و یا انتظار وقوع رویدادهای ناگوار و هیجانی را تجربه کرده اند. در چنین مواقعی علت هیجان به تنهایی تشخیص داده نمی شود. هیجان در وسیع ترین معنای خود می تواند با حالت های فیزیولوژیکی یا بدن شناختی مختلفی همراه باشد. نشانه های فیزیولوژیکی مشخصی همانند نشانه های ترس و هیجان به وجود آورد و نیز در یک مساله هوشی پیچیده باعث پایین آمدن عملکرد فرد بشود، در حالی که در یک کار ساده موجب تسهیل عملکرد وی می شود. هیجان ممکن است

سبب انجام دادن یک کار غیر منطقی شود و یا اینکه کناره گیری شخص را از فعالیت های هیجان انگیز فراهم آورد.

با وجود آنکه درباره معنا و منابع هیجان بررسی های نظری فراوانی از نظر فلسفی و دینی وجود داشته است، اما اغلب این افتخار نصیب فروید می گردد، زیرا تصور می کنند که او نخستین کسی است که این پدیده را مورد بررسی قرار داده است. اضطراب از نظر فروید دارای سه جزء است: ۱. حالت خاص ۲. پدیده برون بری و رهاسازی ۳. ادراک این دو حالت.

فروید به طور کلی معتقد بود که هیجان را فرد آگاهانه درک می کند. برخی پژوهشگران حالات شدید هیجانی را علت و ریشه ۰/۲۵ تمام مشکلات بهداشت روانی می دانند که به درمان نیاز دارد.

دیدگاه های معتبری راجع به هیجان مطرح شده است که می توان به نظریه های بیولوژیکی هیجان، نظریه های روانکاوانه هیجان، نظریه های رفتاری هیجان، نظریه های یادگیری شناختی-اجتماعی هیجان و نظریه های شناختی اشاره کرد. هیچ یک از این دیدگاه ها در توجیه علت و ماهیت هیجان جامع و کافی نیستند، با این حال هر کدام به فهم عمیقتر این پدیده کمک می کند (احمدوند، ۱۳۸۹).

دسترسی به تعریفی دقیق از اضطراب بسیار دشوار است. اکثر نظریه پردازان با لانگ موافقند که هیجان مفهومی فرضی است. یعنی هیجان نوعی تصور است که وجود خارجی و عینی ندارد ولی در تفسیر پدیده های مشاهده پذیر می تواند مفید باشد. لانگ مدل سه سیستمی از اضطراب را ارائه داده است که عبارتند از: هیجان بر حسب افکار، بر حسب احساس ها، بر حسب رفتار.

نتایج تحقیق کروگر (۲۰۱۲) که به روی دانش آموزان دبیرستانی انجام داد. بین میانگین نمره هیجان خواهی و رفتارهای پر خطر در کل دانش آموزان دختر و پسر تفاوت

معنی داری نشان داد. این یافته نیز با مطالعات احمدوند (۱۳۸۹) و نیک روش (۱۳۸۹) هماهنگ می‌باشد. احمدیان راد (۱۳۹۰) نیز در مطالعه خود همبستگی معنی داری بین هیجان خواهی، رفتارهای پر خطر پیدا کرد.

برای انجام هر کاری میزان معینی از هیجان عادی است و ضروری هم می‌باشد. مثلاً وقتی می‌خواهیم از عرض بزرگرایی به سلامت عبور کنیم یا سوار هواپیما شویم و از شهری به شهر دیگری مسافرت کنیم احتمال خیلی کمی وجود دارد که حتی هیجان اندک هم نداشته باشیم. هیجان بیش از حد یا خیلی کم، بر هر عملکردی تأثیر زیان بخش دارد. گرچه برای انجام هر کاری درجاتی از هیجان لازم است.

هیجان و نوجوانان هیجان خواه: هیجان به " تغییرات ناگهانی اطلاق می‌شود که بعد از یک درک حسی یا تصور و یادآوری در رفتار فرد ایجاد می‌شود." در این حالت بدن برای مواجه با این تغییرات روانی واکنش نشان میدهد که عبارتند از: افزایش تعداد ضربان قلب و تنفس، افزایش قند خون، ناراحتی گوارشی (احساس نفخ و درد شکم) و تغییرات هورمونی؛ علائم جسمانی هیجان به صورت لرزش دست‌ها و بدن، بیداری یا بد خوابی، گریه، بروز احساسات به صورت بالا و پایین پریدن؛ علائم زبانی شامل آه کشیدن، فریاد گفتن، عباراتی که شادی و غم را نشان دهد و بالاخره علائم روانی هیجان به صورت اضطراب و آشفتگی آشکار می‌شود. هیجان در همه افراد دیده می‌شود اما نوجوانان (۱۲ تا ۱۸ ساله) آن را بسیار بیشتر از دیگران نشان می‌دهند.

تحقیقی که روی دانش آموزان سال سوم راهنمایی که شامل ۶۰ دانش آموز، دارای افت تحصیلی بودند و از نظر هیجان خواهی و رفتارهای پر خطر مورد بررسی قرار گرفتند، که ارتباط معنی داری یافت نشد. البته یافته های دیگر این پژوهش نشان داد که آموزش مهارتهای ارتباطی با همسالان به طور معناداری هیجان خواهی و بروز رفتارهای پر خطر اجتماعی و افت نمرات تحصیلی را کاهش می‌دهد. نتایج بدست

آمده از این تحقیق با نتایج تحقیقات آمالی (۱۳۹۱) همسو و هماهنگ بوده و آن را مورد تایید قرار می دهد.

روان شناسان، حالات هیجانی نوجوان را به خصوص در دوره ی بلوغ دارای پنج مشخصه به طریق زیر می دانند:

۱. شدت حالات هیجانی

۲. فقدان کنترل بر روی آن حالات

۳. عدم ثبات و تغییر ناگهانی از حالات شغف به حالت نومیدی

۴. افسردگی و خلق متغیر

۵. پیدا شدن احساسات علاقه مانند خداپرستی، وطن پرستی، وفاداری نسبت به والدین و احترام به دیگران.

انواع هیجان

۱- ترس (Phobia): معمولا وقتی ترس به انسان دست می دهد که فرد احساس خطر کند، مانند ترس از حیوانات درنده و یا زلزله و سیل و یا این که موقعیت و حیثیت اجتماعی شخص در معرض تهدید و خطر قرار بگیرد و کودک وقتی هیجان ترس از خود بروز می دهد که با موقعیت بیگانه و ناگهانی مواجه شود، چون هنوز برای انطباق با آن شرایط آمادگی لازم را کسب نکرده است و حتی بعضی از ترس های کودکانه مخلوق تخیل کودک است و این ترس در دوره ی نوجوانی به اوج خود می رسد و نوجوان معمولا از این که مورد تحقیر و استهزاء واقع شود خیلی می ترسد. معمولا ترس به سه صورت دیده می شود: اول این که شخص از چیز خطرناکی که موجودیت او را تهدید می کند بترسد که معمولا همه ی افراد از آن می ترسند؛ مانند: ترس از حیوان درنده. دوم: ترس موهوم که بعضی از افراد از اشیاء و موقعیتی می

ترسند، بدون این که این شیء یا موقعیت برای دیگران ترسناک باشد، مانند: ترس از تاریکی و یا حیوان خاصی مثل قورباغه ... که این نوع ترس ها را 'فوبیا' گویند که تقریباً نوعی حالت بیماری دارد که با روان درمانی قابل علاج است. نوع سوم ترس، به گونه ای است که شخص از عامل و علت ترس آگاهی ندارد ولی علائم ترس مانند بی قراری و تنش عضلانی در او دیده می شود که این گونه ترس ها به اصطلاح به "اضطراب" یا تشویش و نگرانی تعبیر می شود.

۲-خشم (Anger): معمولاً خشم در کودکان زمانی دیده می شود که از بازی آن ها جلوگیری شود و یا اسباب بازی را به زور از آن ها بگیرند و یا کودکان دیگر به آن ها حمله کنند. به طور کلی وضعی که باعث ناکامی انسان در رسیدن به اهدافش باشد و یا آرزوها و نقشه های شخص از طرف دیگران تهدید شود، خشم او برانگیخته می شود.

شیوه ی بیان و اظهار خشم بر حسب سن، نوع تربیت، محیط و فرهنگی که شخص در آن زندگی می کند متفاوت خواهد بود. قدر مسلم آن است که هر چه رشد و تعالی فرد از نظر انسانی و اخلاقی بیشتر باشد تسلط بیشتر بر خشم خود خواهد داشت. در فرهنگ اسلامی، تأکید فراوان بر فرو بردن خشم و کنترل آن شده است.

هیجان های خوشایند و ناخوشایند نه تنها در رفتار کنونی ما بلکه در رفتار آینده نیز تأثیر میگذارند. خاطره ی یک تجربه ی هیجانی ممکن است در سراسر عمر شخص پایدار بماند و یا احتمالاً سازگاری فرد را دچار اختلال کند و به نظر می رسد که یک انسان هیجانی، توانایی انجام دادن هیچ کاری را ندارد. در هر صورت به هنگام هیجان، کنترل، اراده، عمل و تفکر کاهش می یابد و سرانجام این که، هیجان ها بر تصمیم و

عمل ما اثر می گذارند. به همین سبب آگاهی از تأثیر هیجان ها، مهم و ادراک ما را نسبت به رفتار خود و دیگران یاری می دهد.

فرضیه های تحقیق

۱- بین میزان هیجان خواهی و رفتارهای پرخطر در نوجوانان ۱۵-۱۸ سال شهر همدان رابطه وجود دارد.

۲- بین میزان هیجان خواهی و رفتارهای پرخطر در نوجوانان ۱۵-۱۶ سال شهر همدان رابطه وجود دارد.

۳- بین میزان هیجان خواهی و رفتارهای پرخطر در نوجوانان ۱۶-۱۷ سال شهر همدان رابطه وجود دارد.

۴- بین میزان هیجان خواهی و رفتارهای پرخطر در نوجوانان ۱۷-۱۸ سال شهر همدان رابطه وجود دارد.

۵- بین میزان رفتارهای پرخطر در نوجوانان دختر و پسر ۱۵-۱۸ سال شهر همدان تفاوت وجود دارد.

۶- بین میزان هیجان خواهی در نوجوانان دختر و پسر ۱۵-۱۸ سال شهر همدان تفاوت وجود دارد.

روش شناسی پژوهش

روش تحقیق توصیفی و از نوع همبستگی می باشد. در این تحقیق از ۱۶۰ آزمودنی استفاده شده است و تحلیل داده های روانشناسی با برنامه SPSS، ویرایش ۱۶ در سطح اطمینان ۹۵٪ انجام شده است.

جامعه آماری

در تحقیق حاضر جامعه آماری متشکل از، کلیه نوجوانان دختر و پسر شهر همدان می باشد که سن آنها بین ۱۵ تا ۱۸ سال است.

روش نمونه گیری، حجم نمونه

برای نمونه گیری در این پژوهش از روش نمونه گیری تصادفی ساده استفاده شده است. روش انجام نمونه گیری به این صورت بود که از بین کلیه نوجوانان پسر و دختر شهر همدان با روش نمونه گیری تصادفی ساده، به تعداد ۸۰ نفر دختر و ۸۰ نفر پسر به عنوان نمونه انتخاب شدند. همه افراد نمونه، دامنه سنی آنها ۱۵ تا ۱۸ سال بود و میانگین سنی آنها تقریباً ۱۶/۵ سال بود.

روش و ابزار گردآوری اطلاعات

ابزار گردآوری اطلاعات، شامل پرسشنامه هیجان خواهی ذاکرمن که ۱۴ سوال و پرسشنامه رفتارهای پر خطر که شامل ۳۸ سوال است بوده است.

ابزار تحقیق

ابزار مورد استفاده در این تحقیق شامل پرسشنامه هیجان خواهی ذاکرمن و پرسشنامه رفتارهای پر خطر بود.

پرسشنامه هیجان خواهی ذاکرمن شامل ۲۱ سوال بود که میزان هیجان خواهی افراد توسط این پرسشنامه سنجیده می شود.

روایی و پایایی ابزار تحقیق

مطالعات انجام شده نشان می دهد این پرسشنامه از اعتبار و روایی بالایی برخوردار می باشد. ضریب همسانی درونی آن (ضریب آلفا) ۰/۹۲ اعتبار آن با روش باز آزمایی با فاصله یک هفته ۰/۷۵ و همبستگی ماده های آن از ۰/۳۰ تا ۰/۷۶ متغیر است. پنج نوع روایی و محتوا، همزمانی سازه ها، تشخیص و عامل برای این آزمون سنجیده شده است که همگی نشان دهنده ی کار آیی بالای این ابزار در اندازه گیری شدت هیجان خواهی می باشد.

جدول ۱ نرم مربوط به آزمون هیجان خواهی ذاکرمن

هیجان پذیری بسیار پایین	بین ۳-۵
هیجان پذیری سطح پایین	بین ۴-۵
هیجان پذیری متوسط	بین ۶-۹
هیجان پذیری بسیار بالا	بین ۱۰-۱۱

پرسشنامه رفتارهای پر خطر شامل ۳۸ سوال بود که میزان آگاهی افراد به رفتارهای پر خطر توسط این پرسشنامه سنجیده می شود. این پرسشنامه محقق ساخته است که با همکاری چند نفر از استایید روانشناسی تهیه و تنظیم گردیده است. ابتدا رفتارهای پر خطر را برای درک بهتر به دو گروه ۱- رفتارهای پر خطر برای خود ۲- رفتارهای پر خطر برای دیگران تقسیم بندی شده است. در مجموع برای اندازه گیری ابعاد سیزده گانه رفتارهای پر خطر ۳۸ گویه طراحی شده است که پاسخگویان با انتخاب گزینه مورد نظر دانش خود را درباره هر یک از معقولات سیزده گانه رفتارهای پر خطر برای خود و رفتارهای پر خطر برای دیگران و در نهایت رفتارهای پر خطر بیان می کنند.

نحوه نمره گذاری

در این پرسشنامه هر سوال دارای یک پاسخ صحیح می باشد. برای سنجش شیوع میزان رفتارهای پر خطر یک مقیاس متشکل از سیزده بعد طراحی شده است که میزان خطر پذیری هر پاسخگو از طریق میانگین پاسخ ها به سیزده بعد پرسشنامه اندازه گیری خواهد شد. دامنه نمرات در این مقیاس برابر ۱ تا ۵ است. نمره ۱ به معنای عدم خطر پذیری و نمره ۵ به معنای بیشترین میزان خطر پذیری می باشد.

نحوه اجرا

اجرای پرسشنامه هیجان خواهی ذاکرمن و رفتارهای پر خطر به صورت گروهی اجرا شد. انجام این کار به این صورت بود که ابتدا پرسشنامه هیجان خواهی ذاکرمن بین

نوجوانان توزیع شد و بعد از اجرای آن پرسشنامه رفتارهای پر خطر توزیع شد. قبل از پر کردن پرسشنامه توضیحات کافی برای نحوه پر کردن هر دو پرسشنامه داده شد. در حین اجرا محقق در محل اجرا حضور داشت و سوالات و ابهامات آزمودنی ها را بر طرف کرد. زمان اجرای هر دو پرسشنامه حدوداً ۴۰ دقیقه طول کشید.

روش آماری

پس از جمع آوری پرسشنامه ها، آنها نمره گذاری شدند و متغیر ها نیز کد گذاری گردیدند و داده ها با کمک نرم افزار SPSS ویرایش ۱۶ در سطح اطمینان ۹۵٪ مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت. برای تجزیه و تحلیل داده ها از روش ضریب همبستگی پیرسون استفاده گردید و همچنین در تجزیه و تحلیل داده ها از آزمون t استفاده شده است.

یافته های تحقیق

جدول شماره ۲: ضریب همبستگی بین متغیرهای هیجان خواهی و رفتارهای پر خطر در نوجوانان ۱۵-۱۸ سال

عنوان	تعداد	مقدار p	میزان همبستگی
مقدار	۱۶۰	۰/۰۰۸	۰/۲۱۱

اطلاعات مندرج در جدول فوق نشان می دهد؛ میزان همبستگی موجود ($r= ۰/۲۱۱$) است که نشانگر وجود رابطه ی مثبت بین این دو متغیر می باشد. بنابراین می توان نتیجه گرفت که بین میزان هیجان خواهی و رفتارهای پر خطر در نوجوانان ۱۵-۱۸ سال رابطه ی معناداری وجود دارد به عبارت دیگر بین میزان هیجان خواهی و رفتارهای پر خطر در نوجوانان ۱۵-۱۸ سال شهر همدان رابطه مثبت وجود دارد، با

افزایش سطوح یکی از متغیرها، دیگری نیز افزایش یافته و این معناداری قابلیت تعمیم به تمامی واحد های آماری را دارد.

جدول شماره ۳: ضریب همبستگی بین متغیرهای هیجان خواهی و رفتارهای پر خطر در

نوجوانان ۱۵-۱۶ سال

عنوان	تعداد	مقدار p	میزان همبستگی
مقدار	۵۰	۰/۳۸۳	۰/۱۲۶

اطلاعات مندرج در جدول فوق نشان می دهد؛ میزان همبستگی موجود (۰/۱۲۶) $r=$ است که نشانگر وجود رابطه ی ضعیف و مثبت بین این دو متغیر می باشد. بنابراین می توان نتیجه گرفت که بین میزان هیجان خواهی و رفتارهای پر خطر در نوجوانان ۱۵-۱۶ سال رابطه معناداری وجود ندارد. به عبارت دیگر با افزایش میزان هیجان خواهی میزان رفتار های پر خطر افزایش می یابد اما این افزایش معنی دار نمی باشد.

جدول شماره ۴: ضریب همبستگی بین متغیرهای هیجان خواهی و رفتارهای پر خطر در

نوجوانان ۱۶-۱۷ سال

عنوان	تعداد	مقدار p	میزان همبستگی
مقدار	۵۰	۰/۱۰۶	۰/۲۳۱

اطلاعات مندرج در جدول فوق نشان می دهد؛ میزان همبستگی موجود (۰/۲۳۱) $r=$ است که نشانگر وجود رابطه ی ضعیف و مثبت بین این دو متغیر می باشد. بنابراین می توان نتیجه گرفت که بین میزان هیجان خواهی و رفتارهای پر خطر در نوجوانان ۱۶-۱۷ رابطه معناداری وجود ندارد. به عبارت دیگر با افزایش میزان هیجان

خواهی میزان رفتارهای پر خطر در نوجوانان ۱۷-۱۸ افزایش می یابد اما این افزایش معنی دار نمی باشد.

جدول شماره ۵: ضریب همبستگی بین متغیرهای هیجان خواهی و رفتارهای پر خطر در نوجوانان ۱۷-۱۸ سال

عنوان	تعداد	مقدار p	میزان همبستگی
مقدار	۶۰	۰/۰۲۲	۰/۲۹۵

اطلاعات مندرج در جدول فوق نشان می دهد؛ میزان همبستگی موجود ($r=0/295$) است که نشانگر وجود رابطه ی مثبت بین این دو متغیر می باشد. بنابراین می توان نتیجه گرفت که بین میزان هیجان خواهی و رفتارهای پر خطر در نوجوانان ۱۷-۱۸ شهر همدان رابطه ی معناداری وجود دارد به عبارت دیگر بین میزان هیجان خواهی و رفتارهای پر خطر در نوجوانان ۱۷-۱۸ رابطه مثبت و معنی دار وجود دارد، با افزایش سطوح یکی از متغیرها، دیگری نیز افزایش می یابد.

جدول شماره ۶: مقایسه هیجان خواهی نوجوانان دختر و پسر ۱۵-۱۸ سال

شاخص / گروه	میانگین	انحراف معیار	درجه آزادی	مقدار t	سطح معناداری
دختر	۱۸/۶	۴۹/۲	۱۵۸	-۶۵۷	.۵۱۲
پسر	۴۲/۶	۰۶/۲			

با توجه به جدول فوق با استفاده از آزمون t برای مقایسه هیجان خواهی نوجوانان دختر و پسر ۱۵-۱۸ سال، مقدار به دست آمده در سطح معناداری ۰/۵۱۲ از سطح $\alpha=0/05$ بزرگتر است (مقدار t به دست آمده از مقدار t جدول کوچکتر است). بنابراین می توان نتیجه گرفت که بین میزان هیجان خواهی نوجوانان دختر و پسر ۱۵-۱۸ سال تفاوت معناداری وجود دارد.

جدول شماره ۷: مقایسه رفتارهای پر خطر نوجوانان دختر و پسر ۱۵-۱۸ سال

شاخص گروه	میانگین	انحراف معیار	درجه آزادی	مقدار t	سطح معناداری
دختر	۳۲/۱۴	۳۲۹/۹	۱۵۸	۰۵۳۵	۰۰۳۱
پسر	۵۸/۱۳	۰۷۶/۸			

با توجه به جدول فوق با استفاده از آزمون t برای مقایسه رفتارهای پر خطر نوجوانان دختر و پسر ۱۵-۱۸ سال، مقدار به دست آمده در سطح معناداری ۰/۰۳۱ از سطح $\alpha=0/05$ کوچکتر است (مقدار t به دست آمده از مقدار t جدول بزرگتر است). بنابراین می توان نتیجه گرفت که بین رفتارهای پر خطر نوجوانان دختر و پسر ۱۵-۱۸ سال تفاوت معناداری وجود دارد.

بحث و نتیجه گیری:

با توجه به نتایج تحلیل داده ها می توان نتیجه گرفت که بین میزان هیجان خواهی و رفتارهای پر خطر در نوجوانان ۱۵-۱۸ سال رابطه ی معنادار با ضریب همبستگی $(r=0/211)$ وجود دارد به عبارت دیگر بین میزان هیجان خواهی و رفتارهای پر خطر

در نوجوانان ۱۵-۱۸ سال شهر همدان رابطه مثبت وجود دارد، با افزایش سطوح یکی از متغیرها، دیگری نیز افزایش یافته و این معناداری قابلیت تعمیم به تمامی واحد های آماری را دارد. همچنین در فرضیه اول سطح معنی داری ($F=0/126$) به دست آمده. که می توان نتیجه گرفت بین میزان متغیرهای هیجان خواهی و رفتارهای پر خطر در نوجوانان ۱۵-۱۶ سال شهر همدان رابطه معناداری وجود ندارد. به عبارت دیگر با افزایش میزان هیجان خواهی میزان رفتارهای پر خطر در نوجوانان ۱۵-۱۶ سال شهر همدان افزایش می یابد اما این افزایش معنی دار نمی باشد. نتایج این تحقیق با تحقیقات امالی و همکاران (۱۳۹۱) همسو می باشد. نتایج تحقیقات آنان نیز یافته ها را مورد تایید قرار داده است. همین طور در فرضیه دوم سطح معنی داری ($F=0/231$) بدست آمده است که نشانگر وجود رابطه ی ضعیف و مثبت بین این دو متغیر می باشد. بنابراین می توان نتیجه گرفت که بین میزان هیجان خواهی و رفتارهای پر خطر در نوجوانان ۱۶-۱۷ سال شهر همدان رابطه معناداری وجود ندارد. به عبارت دیگر با افزایش میزان هیجان خواهی، میزان رفتارهای پر خطر در نوجوانان ۱۶-۱۷ سال شهر همدان افزایش می یابد اما این افزایش معنی دار نمی باشد. در فرضیه سوم سطح معنی داری ($F=0/295$) بدست آمده است که نشانگر وجود رابطه ی مثبت بین این دو متغیر می باشد. بنابراین می توان نتیجه گرفت که بین میزان هیجان خواهی و متغیرهای هیجان خواهی و رفتارهای پر خطر در نوجوانان ۱۸-۱۷ سال شهر همدان رابطه ی معناداری وجود دارد، به عبارت دیگر بین میزان هیجان خواهی و رفتارهای پر خطر در نوجوانان ۱۸-۱۷ سال شهر همدان رابطه مثبت و معنی دار وجود دارد، با افزایش سطوح یکی از متغیرها، دیگری نیز افزایش می یابد. نتایج تحقیق انجام شده توسط احمدوند، نیک روش و همکاران نیز یافته های این تحقیق را مورد تایید قرار می دهد. آنان نیز در تحقیقات خود به نتایج مشابه دست یافته اند.

نتایج به دست آمده از فرضیه چهارم (۰/۵۱۲) است که نشان می‌دهد بین میزان هیجان خواهی نوجوانان دختر و پسر مقطع ۱۵-۱۸ سال شهر همدان تفاوت معناداری وجود دارد. در فرضیه پنجم نیز با توجه با اطلاعات جدول فوق (۰/۰۳۱) می‌توان نتیجه گرفت که تفاوت معنی داری در میزان رفتارهای پر خطر نوجوانان دختر و پسر مقطع ۱۵-۱۸ سال شهر همدان وجود دارد. نتایج تحقیق کروگر (۲۰۱۲) نیز همین نتایج را مورد تایید قرار داده است و همچنین این یافته‌ها با مطالعات احمدوند (۱۳۸۹) و نیک‌روش (۱۳۸۹) هماهنگ و همسو می‌باشد.

هیجان خواهی، میزان شیوع بالایی در بین نوجوانان و جوانان دارد و منجر به اختلال در عملکرد تحصیلی، اجتماعی، و زندگی خانوادگی می‌گردد. هیجان خواهی شروع شده در دوران کودکی عامل خطر مهمی برای سایر اختلالات عاطفی و رفتاری که شامل "اضطراب نوجوانی و بزرگسالی، اختلال تغذیه و خوردن، افسردگی و رفتارهای پر خطر است می‌شود (مک کلر^۹، ۲۰۱۲). هیجان خواهی در دوران کودکی، پیش‌گویی کننده اختلالات روانپزشکی و رفتارهای پر خطر در دوران نوجوانی هستند (اپستین^۱، ۲۰۰۹). نگرانیهای دوران کودکی، آنقدرها که قبلاً تصور می‌شده گذرا یا بی‌خطر نیست. کودکان هیجان خواه چون نمی‌توانند به خوبی سایر کودکان از عهده کارهایشان بر آیند نگران می‌شوند و این حالت بر اعتماد به نفس آنها تأثیر دراز مدتی می‌گذارد. اغلب پدر و مادرها که می‌کوشند تا به این کودکان کمک کنند، گفته می‌شود که مساله را زیادی بزرگ می‌کنند یا بیش از حد مواظب فرزندانشان هستند، به خصوص وقتی کودک رفتار بدی نداشته باشد و جلب توجه نکند. حتی ممکن است برخی افراد متخصص هم با هیجان‌های دوران کودکی آشنا نباشند و در نتیجه ناراحتی

۱ mcculler

۲ Epstien

را درست تشخیص ندهند و درمان موثری نکنند و در دوران نوجوانی خود را بروز دهد و منجر به افت نمرات تحصیلی فرزندان و بروز رفتارهای پر خطر در دوران نوجوانی شود.

هیجان خواهی به عنوان بخشی از زندگی هر انسان، در حد متعادل آن به عنوان سازش یافته تلقی میشود، اما هیجان های مرضی که جنبه مزمن و مداوم داشته باشند فرد را دچار استیصال کرده و از بخش عمده ای از امکاناتش محروم می کند. در این میان اهمیت هیجان خواهی دوران نوجوانی از آن جهت پررنگتر می شود که پژوهش ها بیانگر آن است که اختلالات هیجان خواهی مزمن و بروز رفتارهای پر خطر، غالباً در خلال نوجوانی آغاز می شود (هربرت^{۱۱}، ۲۰۱۳).

والدین، نخستین کسانی هستند که هیجان خواهی را در نوجوان پدید می آورند. بسیاری از مسائل و گرفتاری های نوجوانان در هم آهنگ شدن با محیط، از تصویر ذهنی آنان از وجود خودشان سرچشمه می گیرد. تصویر نادرست از وجود ذهنی سبب پیدایش هیجان خواهی افراطی می شود و در رفتار و شخصیت آنان، آثار نامطلوب بسیاری برجای می گذارد. دوران نوجوانی را باید بهترین زمان برای آموختن کنترل هیجان ها به نوجوانان دانست. مطالعات نشان داده که کنترل هیجانها یکی از مواردی است که در زیرمجموعه تنظیم رفتارها خصوصاً در سنین ۱۷-۱۸ سالگی طبقه بندی می شود " در این سنین مجموعه ای از ساختارهای قشری و تحت قشری مغز در کنترل هیجانها نقش دارند " دوره نوجوانی زمانی است که این ساختارها سریعاً در حال تکامل هستند به همین دلیل این دوره، زمان بسیار مهمی برای یادگیری مهارت های کنترل و به دست آوردن تسلط بر خود و رفتارهای خود در موقعیت های

مختلف است.

اگر نوجوان بداند که می توان به صورت سازگارانه هیجان را کنترل کرد از روش های ناسازگارانه کمتر استفاده می کند. در حالی که نداشتن این مهارت باعث بروز رفتارهای پر خطر می شود که الگوی ذهنی نوجوان خواهد شد و تغییر آن بسیار سخت است.

نوجوانی که مهارت کنترل هیجان را نیاموخته از تاثیر هیجان پذیری بر روی تصمیمات و رفتارها، اطلاع کافی ندارد و ممکن است به این نتیجه برسد که نمی تواند هیجان خود را کنترل کند و یا تحمل این کار را ندارد. به همین دلیل به سراغ انجام رفتارهای پرخطر برود.

آموزش این مهارت ها در جاهای مختلف و گروه های هدف مختلف، متفاوت است. در جاهایی که ریسک جمعیت هدف بالاست یا برای نوجوانانی که در دارالتادیب هستند یا سابقه مشکلات مصرف مواد دارند بررسی بیشتری باید بر روی جامعه هدف صورت گیرد.

قسمت زیادی از محیط اجرا و تمرین این مهارت در خانواده است. در مواردی که عامل اصلی هیجان خواهی، نوجوان خانواده و پدر و مادر آنهاست، آنها باید در آموزش ها همراه باشند و این مهارت ها را به نوجوان آموزش دهند. پدر و مادر، نهادهای مختلف و مسئولان جامعه نقش تاثیرگذاری در آموزش مهارت کنترل هیجانها به نوجوان دارند.

بنابراین توجه به این مسائل در نوجوانان انجام تحقیقی در این زمینه لازم و ضروری به نظر می رسد تا از این طریق بتوانیم راهکارهایی را برای والدین، مربیان و مسئولان جامعه در برخورد با چنین نوجوانانی ارائه بدهیم. کنترل میزان هیجان خواهی و رفتارهای پر خطر در نوجوانان باعث می شود آنها برای پیشرفت درتحصیل و زندگی

بهتر تربیت شوند و با جایگزین شدن هیجانها و رفتارهای سالم و مثبت به جای رفتارهای پر خطر در آنها، برای زندگی سالمتر و زیباتر آماده شوند.



منابع

- آمالی، کمال. (۱۳۹۱). بررسی اثر بخشی آموزش مهارت‌های ارتباطی بر رفتارهای پر خطر اجتماعی دانش‌آموزان پسر سوم راهنمایی ناحیه ۴ آموزش و پرورش شهر اهواز. فصلنامه دانش و پژوهش در روانشناسی کاربردی دانشگاه آزاد اسلامی اصفهان، واحد خوراسگان، شماره ۴۲.
- احمدیان راد، سیمین. (۱۳۹۰). بررسی رابطه سبک دلبستگی مادران و هیجانان دانش‌آموزان پسر عقب‌مانده ذهنی مقطع راهنمایی. مجله علوم رفتاری. شماره ۱. تهران: انتشارات ارجمند.
- احمدوند، محمد علی. (۱۳۸۹). بهداشت روانی. تهران: انتشارات رشد. چاپ هشتم.
- سیف، علی اکبر. (۱۳۸۹). روانشناسی تربیتی. چاپ ۱۹. شماره ۲۰.
- علی‌آبادی، خدیجه. صمدی، سید علی. (۱۳۹۰). تحلیل داده‌های روانشناسی. ویرایش سوم، چاپ ششم. تهران: انتشارات ققنوس.
- دلاور، علی (۱۳۸۸). روش‌های آماری در روانشناسی و علوم تربیتی، چاپ ششم. تهران: انتشارات رشد.
- فتحی، کیهان. مهربانی، مهناز. (۱۳۹۰). بررسی میزان افسردگی، هیجان‌خواهی، پرخاشگری، سبک‌های دلبستگی و تحصیلات والدین به عنوان پیش‌بین‌های وابستگی به مواد مخدر در نوجوانان پسر شهر اهواز. مطالعات تربیتی و روانشناسی دانشگاه فردوسی.
- محمدیان، محمود (۱۳۹۲). تحقیقات روانشناسی، رهیافتی نو در مدیریت آموزش. تهران: انتشارات: گل‌آذین.
- نیک‌روش، دلبر. (۱۳۸۹). رفتارهای پر خطر در نوجوان و جوان. پژوهشگران جوان. چاپ ۱۹. شماره ۲۰.
- Epstien, J. A., Botvin, G. J., Diaz, T., Willams, C., & Griffin, k. (۲۰۰۰). Aggression, victimization, and problem behavior among inner-city minority adolescent. *Journal of Child and Adolescent Substance Abuse*, ۹, ۱۱-۶۶.
- Greco, L. & Morris, T. (۲۰۰۵). Factors Influencing the Link Between Social Anxiety and Peer Acceptance: Contributions of Social Skills and Close Friendships During Middle Childhood, *Behavior Therapy*, Volume ۳۶, Issue ۲, Spring ۲۰۰۵, Pages ۷۹۷-۸۰۵.
- Herbert, J.D.; Gaudiano, B.A.; Rheingold, A.A. & Myers V.H. (۲۰۰۵). Social Skills Training Augments the Effectiveness of Cognitive Behavioral Group Therapy for Social Anxiety Disorder. Issue ۱۰, Pages ۴۷۷-۸۸۱.
- McCuller, W. J., Sussman, S., Dent, C. W., & Teran, L. (۲۰۰۱). Concurrent prediction of drug use among high-risk youth. *Addictive Behaviors*, ۲۶ (۱), ۷۳۷-۱۴۲.