

گرایش به رفتارهای پرخطر در نوجوانان پسر: نقش پیش‌بین راهبردهای ناسازگارانه تنظیم شناختی هیجان و تحریف شناختی بین‌فردی

Tendency to high-risk behaviors in male adolescents: The role of predictors of maladaptive strategies of cognitive emotion regulation and interpersonal cognitive distortion

Ali Kermani*

Master of Clinical Psychology, Faculty of Educational Sciences and Psychology, Mohaghegh Ardabili University, Ardabil, Iran.

a.kermani1993@gmail.com

Shaghayegh Rahimi

Master of Family Counseling, Faculty of Educational Sciences and Psychology, Mohaghegh Ardabili University, Ardabil, Iran.

Hosein Fanoodi

Master of Clinical Psychology, Faculty of Educational Sciences and Psychology, Mohaghegh Ardabili University, Ardabil, Iran.

Mohammad Narimani

Distinguished Professor, Faculty of Educational Sciences and Psychology, Mohaghegh Ardabili University, Ardabil, Iran.

علی کرمانی (نویسنده مسئول)

کارشناس ارشد روان‌شناسی بالینی، دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناسی، دانشگاه محقق اردبیلی، اردبیل، ایران.

شقایق رحیمی

کارشناس ارشد مشاوره خانواده، دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناسی، دانشگاه محقق اردبیلی، اردبیل، ایران.

حسین فنودی

کارشناس ارشد روان‌شناسی بالینی، دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناسی، دانشگاه محقق اردبیلی، اردبیل، ایران.

محمد نریمانی

استاد ممتاز روان‌شناسی، دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناسی، دانشگاه محقق اردبیلی، اردبیل، ایران.

Abstract

The present study was performed to investigate the role of maladaptive strategies of cognitive emotion regulation and interpersonal cognitive distortion in predicting the tendency to high-risk behaviors in male adolescents. The research method was descriptive-correlational and the statistical population included all male students of the secondary high schools in Rasht during the academic year 2020-2021. 150 students were selected via convenient sampling method and participated in the research online through social media (Telegram, WhatsApp, and Shad), and responded to risk questionnaires (ZadehMohammadi et al., 2011), cognitive emotion regulation (Hasani, 2010). And interpersonal cognitive distortion (Hamamci et al., 2004); Research data were analyzed by Pearson correlation test and multiple regression analysis. The results showed that maladaptive strategies of cognitive emotion regulation and interpersonal cognitive distortion have a positive and significant relationship with the tendency to high-risk behavior ($P < 0.01$). The maladaptive strategies of cognitive emotion regulation and interpersonal cognitive distortion explain 50% of the variance in the tendency to high-risk behavior. Therefore, it can be concluded from the research findings that cognitive and emotional deficits can play an important role in high-risk behaviors.

Keywords: High-risk behaviors, maladaptive strategies cognitive emotion regulation, interpersonal cognitive distortion, adolescents.

چکیده

هدف پژوهش حاضر با هدف بررسی نقش راهبردهای ناسازگارانه تنظیم شناختی هیجان و تحریف شناختی بین‌فردی در پیش‌بینی گرایش به رفتارهای پرخطر در نوجوانان پسر انجام گرفت. روش پژوهش توصیفی از نوع همبستگی و جامعه آماری شامل تمامی دانش‌آموزان پسر مدارس دوره دوم متوسطه شهر رشت در سال تحصیلی ۱۴۰۰-۱۳۹۹ بود. تعداد ۱۵۰ دانش‌آموز به روش نمونه‌گیری در دسترس به روش اینترنتی، از طریق شبکه‌های مجازی (تلگرام، واتساپ و شاد) در پژوهش شرکت کردند و به پرسشنامه‌های خطرپذیری (زاده‌محمدی و همکاران، ۱۳۹۰)، تنظیم شناختی هیجان (حسنی، ۱۳۸۹) و تحریف شناختی بین‌فردی (همام‌سی و همکاران، ۲۰۰۴) پاسخ دادند؛ داده‌های پژوهش با استفاده از آزمون همبستگی پیرسون و تحلیل رگرسیون چندگانه مورد تجزیه تحلیل قرار گرفت. نتایج نشان داد که راهبردهای ناسازگارانه تنظیم شناختی هیجان و تحریف شناختی بین‌فردی با گرایش به رفتار پرخطر رابطه مثبت و معنادار دارد ($P < 0.01$). راهبردهای ناسازگارانه تنظیم شناختی هیجان و تحریف شناختی بین‌فردی ۵۰٪ واریانس گرایش به رفتار پرخطر را تبیین می‌کنند. بنابراین از یافته‌های پژوهش می‌توان نتیجه گرفت که نقص شناختی و هیجانی می‌تواند نقش مهمی در رفتارهای پرخطر داشته باشد.

واژه‌های کلیدی: رفتارهای پرخطر، راهبردهای ناسازگارانه تنظیم شناختی هیجان، تحریف شناختی بین‌فردی، نوجوانان.

نوجوانی دوره‌ای است که با تغییرات سریع جسمانی، شناختی و اجتماعی مشخص می‌شود. این تحولات معمولاً در چهار حوزه رشد جنسی و زیستی، شکل‌گیری هویت فردی، درگیر شدن در روابط صمیمانه و خودمختاری و استقلال مورد بررسی قرار می‌گیرد. به‌غیر از این موارد دوره نوجوانی با آزمایش‌گری و خطرپذیری در رفتارهایی که ممکن است سلامتی و رفاه حال و زندگی آینده فرد را مختل کند، مشخص می‌شود (الیانی، تهرانی، اسماعیلی، محمدزاده‌رضایی و واحیدیان‌شاهرودی، ۲۰۱۷). توجه به سلامت نوجوانان به‌دلیل جمعیت آنان و همچنین چالش‌های پیش روی این گروه سنی بسیار ارزشمند است؛ رفتارها و شیوه زندگی در این سن بر سلامت آینده نوجوانان تأثیر می‌گذارند. علت ۷۰ درصد مرگ‌ها در بزرگسالی، رفتارهایی است که در نوجوانی پایه‌ریزی شده‌اند (پنجعلی‌پور، بستانی‌خالصی، رضایی‌چمنی و کاظم‌نژاد، ۱۳۹۹). از دیدگاه متخصصان بهداشتی و مسائل اجتماعی رفتارهای پرخطر یکی از مهم‌ترین مشکلات تهدیدکننده برای سلامت جسمانی، روان‌شناختی و اجتماعی فرد و جامعه به‌شمار می‌رود (اکستراند و همکاران، ۲۰۱۷). رفتارهای پرخطر^۱ شامل فعالیت‌هایی در شیوه زندگی است که شخص را در معرض خطر بسیاری از بیماری‌ها و آسیب‌های جسمی و روانی، قرار می‌دهد (چمپیون و همکاران، ۲۰۱۸). رفتارهای پرخطر، رفتارهایی هستند که به‌طور بالقوه افراد را به خطر انداخته یا آسیب قابل توجهی به فرد و اطرافیانش وارد می‌کند که جبران‌پذیر نیست (الکساندر، کرنان، مونتالو، لانکنو، ۲۰۱۹). تداوم چنین رفتارهای مخاطره‌آمیزی از سوی آنان، موجب شکل‌گیری خرده فرهنگ ضداجتماعی می‌شود و زمینه نامنی، ترس از جرم، هراس اجتماعی و کاهش اعتماد را در بین شهروندان فراهم می‌آورد (سعادت، ۱۳۹۹). براساس پژوهش‌های انجام شده گرایش به رفتارهای پرخطر در جامعه دانش‌آموزان کشور ما هر ساله رو به افزایش است (علیزادگانی، اخوان‌تفتی و کدخدایی، ۱۳۹۸). در زمینه شیوع رفتارهای پرخطر در ایران نتایج یک مطالعه فراتحلیل نشان داد که شیوع مصرف مواد مخدر، مصرف الکل، استعمال دخانیات، قلیان و روابط خارج از ازدواج در نوجوانان ایرانی به ترتیب ۰/۴، ۰/۹، ۰/۹، ۰/۲۰ و ۰/۲۰ بود (بهادیوند، دوستی ایرانی، کرمی، قربانی و محمدی، ۲۰۲۱). در پژوهش احمدی-مونتکالوو و همکاران (۲۰۱۹) وقوع هم‌زمان رفتارهای پرخطر در نوجوانان بررسی شد و نتایج نشان داد که ۹۷٪ نوجوانان سیگار استفاده می‌کنند و ۷۳٪ آنها هم‌زمان با سیگار، الکل نیز مصرف می‌کنند و بیش از نیمی از آنها مصرف هم‌زمان ماریجوانا را گزارش دادند؛ همچنین نتایج پژوهش آنها نشان داد که برخی رفتارهای پرخطر در نوجوانان بدون توجه به جنسیت، با هم مرتبط هستند. ویوو، گوستینا، آیو و سوفیانای (۲۰۱۹) در مطالعه‌ای پدیدارشناسانه، عوامل مؤثر در رفتارهای پرخطر سیگار کشیدن، مصرف الکل، مصرف مواد مخدر، خشونت و رابطه جنسی نوجوانان را مشکلات خانوادگی، وجود والدین دارای رفتارهای پرخطر، همسالان و الگوهای منفی دوستان برشمردند. ارگن و همکاران (۲۰۱۹) در پژوهش خود، عوامل خطر و محافظت‌کننده در بروز رفتارهای پرخطر دانشجویان را روابط خانوادگی و دوستان ذکر کردند. توانایی سازگاری افراد در رویارویی با مشکلات زندگی و معضلات اجتماعی برابر نیست. در محیط‌های مشابه، بعضی اشخاص توانایی مقابله با مشکلات و موقعیت‌های چالش‌برانگیز را از دست می‌دهند و دچار افسردگی، استرس، اضطراب، رفتارهای ضد اجتماعی و خودکشی می‌شوند. در حالی که عده‌ای دیگر به راحتی قادرند از پس این موقعیت‌ها برآیند و آن را پشت سر بگذارند. هر اندازه چنین ظرفیتی بالاتر باشد، به همان اندازه شخص قادر خواهد بود سلامت روانی و اجتماعی خود را در سطح بهتری نگه دارد و به شیوه مثبت، سازگارانه و کارآمد به حل مشکلات خویش بپردازد. از سویی دیگر، تنظیم هیجان، بخش مهمی از زندگی هر فرد را تشکیل می‌دهد. تعجب‌آور نیست که آشفتنگی در هیجان و تنظیم آن می‌تواند منجر به بروز اندوه و حتی آسیب روانی شود (اسکندری، حسینی‌فیاض و اسکندری، ۱۳۹۹). تنظیم هیجان، فرایندی هدف‌مدار است که بر شدت، مدت و نوع هیجانات تجربه شده اثر می‌گذارد و از طریق تمرکز بر ارزیابی و تغییر موقعیت، درک مناسب هیجان و تنظیم رفتار، موجب سازگاری در تنش‌ها و اثرگذاری بر محیط می‌شود (بانگ، سندمن و کراسک،^۱

1. Olyani, Tehrani, Esmaily, MohammadzadehRezaei & VahedianShahroodi
2. Eckstrand
3. Risk Behaviors
4. Champion
5. Aleksandar, Kernan, Montalvo, & Lanckenau
6. Bahadivand, Doosti-Irani, Karami, Qorbani, Mohammadi
7. Ahmadi-Montecalvo
8. Wibowo, Gustina, Ayu & Sofiana
9. Ergene
- 1 . Young, Sandman & Craske

۲۰۱۹). مجموعه‌ای از تحقیقات در حال گسترش نشان می‌دهد که رفتارهای پرخطر ممکن است به دلیل مشکل در فرایندهای تنظیم هیجانی ایجاد شوند (رویز دلارا، ناواس و پراس، ۲۰۱۹). افرادی که بیشتر از راهبردهای تنظیم هیجان منفی استفاده می‌کنند ممکن است مستعد استفاده از رفتارهای پرخطر جایگزین به‌عنوان وسیله‌ای برای کاهش حال هیجانی منفی خود باشند؛ زیرا آنها فاقد راهبردهای مؤثری هستند که تصور می‌شود برای عملکرد موفقیت‌آمیز مهم هستند؛ به عبارتی نظریه پردازان چنین استدلال می‌کنند که افرادی که نمی‌توانند به‌طور مؤثری واکنش‌های هیجانی خود را کنترل و نظارت کنند، دوره‌های شدیدتری از آشفتگی روانی را تجربه می‌کنند که می‌تواند منجر به رفتارهای پرخطر گردد (عبدزاده، آزموده، عبدالله‌پور و لیوارجانی، ۱۳۹۹). در همین راستا، پژوهش محمدخانی، حسنی، اکبری و یزدان‌پناه (۱۳۹۸) نشان داد راهبردهای تنظیم هیجان ناسازگار به‌طور معنی‌داری رفتارهای پرخطر کودکان را پیش‌بینی می‌کند. طبق مطالعه بلانچارد، استیونز، کن و لیتفلدز (۲۰۱۹) سرکوب هیجانی در طی میزان نوشیدن الکل و ملاک‌های اختلال سوء مصرف الکل در مردان (و نه زنان) را به‌طور منفی پیش‌بینی می‌کند. پژوهش زارع، آهی، وزیری و شهابی‌زاده (۱۳۹۸) نیز بیان‌گر ارتباط راهبردهای تنظیم شناختی هیجان مثبت و منفی با رفتارهای جنسی پرخطر بود.

نوجوانان با توجه به مشخصه‌هایی که دارند، از جمله گروه‌هایی هستند که تحریفات شناختی بین‌فردی می‌تواند در آنها برجسته باشد (ستین، پیکر، اروگلو و سایتمل، ۲۰۱۱). تحریفات شناختی الگوهای تفکری هستند که ارزیابی فرد از موقعیت‌ها و فشارهای روانی را تحت تأثیر قرار می‌دهد و با تغییر دیدگاه آنها نسبت به خود، دنیا، آینده، اعتقادات و نگرش‌هایی که دارد، سبب افزایش آسیب‌پذیری در برابر اختلالات هیجانی می‌شود (بلیر، عرفانی و صفایی‌راد، ۱۳۹۵). به عبارتی تحریفات شناختی از عوامل اصلی نداشتن ارزیابی صحیح شرایط و انتخاب بهترین گزینه در زندگی است که همین ارزیابی نادرست باعث می‌شود فرد به سمت مواد مخدر به‌عنوان یک راهبرد درست برای تنظیم هیجان خود و فرار از مشکلات برود (چوکورجی و همکاران، ۲۰۲۰). بر طبق روی‌آورد شناختی رفتاری، باورهای غیرمنطقی و تحریفات شناختی می‌تواند نقشی مهمی در ایجاد و ادامه رفتارهای ناکارآمد و مشکلات روان‌شناختی ایفا کنند که در این بین، ارتباطات بین‌فردی نیز می‌تواند از شناخت‌های غیرمنطقی تأثیر بپذیرند (همام‌سی و بویوک اوزتورک، ۲۰۰۴). در واقع تحریفات شناختی بین‌فردی به‌عنوان تحریفات شناختی در ارتباطات و تعاملات افراد با یکدیگر تلقی می‌شوند که می‌توانند پیامدهای منفی بسیاری را در سطوح مختلف به همراه داشته باشند (شباهنگ، باقری‌شیخانگشسه و یوسفی‌سیاکوچه، ۱۳۹۸). پژوهش چوکورجی و همکاران (۲۰۲۰) نشان داد که تحریفات شناختی ارتباط مثبت قابل توجهی با رفتارهای پرخطر مصرف مواد مخدر در بین قماربازها دارد. همچنین پژوهش تاملینسون (۲۰۱۹) بیان‌گر نقش تحریفات شناختی در پیش‌بینی مشکلات مرتبط با مصرف الکل بود و نشان داد که تحریفات شناختی در حفظ و نگهداری این رفتار پرخطر نقش دارد. طبق پژوهش میرزایی، مولوی و طاهری (۱۳۹۸) رفتارهای پرخطر با تنظیم هیجان و بازداری شناختی رابطه معناداری دارد. با توجه به ساختار سنی جوان کشور و نظر به اینکه نوجوانان، آسیب‌پذیرترین قشر جامعه در برابر رفتارهای پرخطر را تشکیل می‌دهند، بدیهی است که هرگونه ضایعه و نارسایی در بهداشت جسمی و روانی و در نتیجه کاهش توانایی‌های این قشر، به‌کندی و عدم پیشرفت جامعه بیانجامد. برای جلوگیری از مشکلات عدیده‌ای که این نوع رفتارها برای جامعه دارند، به‌نظر می‌رسد که پیش‌گیری بهترین روش برای کاهش رفتارهای پرخطر در بین نوجوانان است. طبق پیشینه پژوهشی نقص شناختی و هیجانی می‌تواند نقش مهمی در رفتارهای پرخطر داشته باشد. با این حال، سهم هرکدام از این عوامل در مطالعات قبلی روشن نشده است. لذا پژوهش حاضر با هدف تعیین نقش راهبردهای ناسازگارانه تنظیم شناختی هیجان و تحریفات شناختی بین‌فردی در پیش‌بینی گرایش به رفتارهای پرخطر در نوجوانان پسر انجام شد.

روش

1. Ruiz de Lara, Navas & Perales
2. Blanchard, Stevens, Cann & Littlefield
3. Interpersonal Cognitive Distortions
4. Cetin, Peker, Eroglu & Citemel
5. Chukwuorji
6. Hamamci & Bukozturk
7. Tomlinson

گرایش به رفتارهای پرخطر در نوجوانان پسر: نقش پیش‌بین راهبردهای ناسازگارانه تنظیم شناختی هیجان و تحریف شناختی بین‌فردی
Tendency to high-risk behaviors in male adolescents: The role of predictors of maladaptive strategies of cognitive ...

پژوهش حاضر از نظر هدف جزء تحقیقات بنیادی و از نظر روش جزء تحقیقات توصیفی- همبستگی محسوب می‌شود. جامعه پژوهش حاضر شامل تمامی دانش‌آموزان پسر مدارس دوره دوم متوسطه شهر رشت در سال تحصیلی ۱۴۰۰-۱۳۹۹ در شرایط اپیدمی کرونا بود. در پژوهش‌های همبستگی حداقل حجم نمونه را ۳۰ نفر تا ۵۰ نفر به ازای هر متغیر ذکر نموده‌اند. در این پژوهش ۱۵۰ دانش‌آموز پسر، به ازای هر متغیر ۵۰ آزمودنی به صورت نمونه‌گیری در دسترس و به روش اینترنتی، از طریق شبکه‌های مجازی تلگرام، واتساپ و شاد در پژوهش شرکت کردند. این روش با توجه به محدودیت تردد هنگام جدی‌شدن خطر کرونا در ایران انتخاب شد. ملاک‌های ورود به پژوهش عبارت بودند از جنسیت پسر، مشغول به تحصیل بودن در سال تحصیلی ۱۴۰۰-۱۳۹۹ در مقطع متوسطه دوم، برخورداری از سلامت جسمی و روانی بدون سابقه روانپزشکی (به شکل خوداظهاری) و تمایل برای شرکت داوطلبانه در پژوهش و ملاک‌های خروج از پژوهش شامل پرسشنامه‌های مخدوش و انصراف شرکت‌کننده برای تکمیل پرسشنامه بود.

ابزار سنجش

مقیاس خطرپذیری نوجوانان ایرانی (IARS): این پرسشنامه توسط زاده‌محمدی، احمدآبادی و حیدری (۱۳۹۰)، برای سنجش خطرپذیری در نوجوانان ایرانی تدوین شده است. تعداد ۳۸ سؤال پرسشنامه برای سنجش رفتارهای پرخطر از قبیل رانندگی (۶ سؤال)، خشونت (۵ سؤال)، سیگار کشیدن (۵ سؤال)، مصرف مواد مخدر (۸ سؤال)، مصرف الکل (۶ سؤال)، رابطه با جنس مخالف و گرایش به رفتار جنسی (۸ سؤال) به کار برده می‌شود. پاسخگویان موافقت و مخالفت خود را با این سؤالات در یک مقیاس ۵ گزینه‌ای از کاملاً مخالف (۱ نمره) تا کاملاً موافق (۵) مطرح کردند. تمامی گویه‌ها هم‌جهت بوده، نیازی به نمره‌گذاری وارون وجود نداشت و بنابراین نمره بالاتر، نشان‌گر میزان خطرپذیری بیشتر بود. روایی سازه با استفاده از تحلیل عاملی اکتشافی با مؤلفه‌های اصلی بررسی شد و نتایج نشان داد که این پرسشنامه مقیاسی هفت بعدی است، که ۶۴/۸۴ درصد واریانس خطرپذیری را تبیین می‌کند. همچنین نتایج آزمون کایزر- مایر- اولکین (KMO) برابر با ۰/۹۵۲ نشان‌گر مناسب بودن همبستگی میان گویه‌ها بود. آزمون کرویت بارلت نیز از نظر آماری معنادار بود ($X^2=26191/21$, $df=703$, $p=0/001$). در پژوهشنامه زاده‌محمدی و همکاران (۱۳۹۰) پایایی آن نیز به روش آلفای کرونباخ برای مقیاس کلی ۰/۹۳ گزارش شده است. در پژوهش حاضر پایایی آن نیز با استفاده از تحلیل آلفای کرونباخ برابر با ۰/۸۵ به دست آمد.

پرسشنامه تنظیم شناختی هیجان (CERQ): این پرسشنامه توسط گارنفسکی، کرایج و اسپینهوون (۲۰۰۱) در یک پیوستار پنج درجه‌ای (همیشه، اغلب اوقات، گاهی و هرگز) طراحی شده است. ساختار این پرسشنامه چند بعدی بوده و به منظور شناسایی راهبردهای شناختی از تجربه‌ای ناگوار به کار می‌رود. در مقایسه با دیگر پرسشنامه‌های مقابله‌گری که تفاوتی میان تفکرات و اعمال فرد قائل نیستند، این پرسشنامه منحصراً به تفکرات اشخاص بعد از تجارب منفی می‌پردازد. نسخه اصلی این پرسشنامه از نه مؤلفه (سرزنش خود، پذیرش، نشخوار ذهنی، توجه مجدد مثبت، توجه مجدد به برنامه‌ریزی، باز ارزیابی مثبت، اتخاذ دیدگاه فاجعه‌آمیز پنداری و سرزنش دیگران) تشکیل شده است. حسنی (۱۳۸۹) با استفاده از تکنیک ترجمه مضاعف، نسخه فارسی و کوتاه‌تر این پرسشنامه را در ۱۸ سؤال تنظیم کرد. در CERQ-R هر یک از خرده مقیاس‌ها شامل دو ماده هستند که براساس مقیاس درجه‌بندی لیکرت از ۱ (هرگز) تا ۵ (همیشه) نمره‌گذاری می‌شود. نمره کل هریک از خرده مقیاس‌ها از طریق جمع کردن نمره‌های ماده‌ها به دست می‌آید. همچنین روایی پرسشنامه مذکور از طریق تحلیل مؤلفه‌های اصلی مورد بررسی قرار گرفت. در پژوهش حسنی (۱۳۸۹) نتایج تحلیل مؤلفه‌های اصلی از الگو ۹ عاملی اصلی این پرسشنامه حمایت کرد که ۷۴ درصد واریانس را تبیین می‌کرد. همچنین نتایج آزمون‌های کایزر- مایر- اولکین (KMO) برابر با ۰/۹۱ و آزمون کرویت بارلت ($\chi^2=585/8$, $p<0/001$) نشان داد که ماده‌های این مقیاس توانایی عامل شدن را دارا هستند. ماده‌های CERQ-R همسانی درونی (آلفای کرونباخ ۰/۷۶ تا ۰/۹۶ بود) خوبی داشته و ضرایب همبستگی آزمون/آزمون مجدد ۰/۵۱ تا ۰/۷۷ بیان‌گر پایایی مقیاس بود. در پژوهش حاضر از سؤالات مربوط به خرده مقیاس راهبردهای تنظیم شناختی هیجانی ناسازگار استفاده گردید. در پژوهش حاضر پایایی به روش آلفای کرونباخ ۰/۹۰ برآورد گردید.

1. Iranian Adolescents Risk-Taking Scale
2. Kaiser-Meyer-Olkin measure of sampling adequacy
3. Bartlett test of sphericity
4. Cognitive Emotion Regulation Questionnaire
5. Garnefski, Kraaij & Spinhoven

مقیاس تحریف شناختی بین فردی (ICDS): این مقیاس توسط همام‌سی و همکاران (۲۰۰۴) جهت ارزیابی تحریف‌های شناختی در روابط بین‌فردی بر مبنای نظریه شناختی آرون تی یک ساخته شده است. مقیاس دارای ۱۹ گویه که در مقیاس لیکرت از شدیداً مخالفم (۱)، مخالفم (۲)، نظری ندارم (۳)، موافقم (۴)، قویاً موافقم (۵) نمره‌گذاری می‌شود و یک نمره کلی از کمترین ۱۹ تا بیشترین ۹۵ را به‌دست می‌دهد؛ که شامل سه خرده مقیاس باورهای غیرمنطقی، افکار خودکار و گرایش به تعارض در روابط بین‌فردی است. روایی این مقیاس از طریق همبستگی با مقیاس‌های باورهای غیرمنطقی، افکار خودکار و گرایش به تعارض در روابط بین‌فردی به ترتیب ۰/۵۴، ۰/۵۳ و ۰/۵۳ به‌دست آمده که همگی در سطح ($p < 0/01$) معنی‌دار بودند و ضریب پایایی کل پرسشنامه با روش آلفای کرونباخ ۰/۸۱ به‌دست آمده است (همام‌سی و همکاران، ۲۰۰۴). در مطالعه احمدی، عباسی و بابایی (۱۳۹۹) پایایی به روش آلفای کرونباخ ۰/۷۸ گزارش شده است. در پژوهش حاضر پایایی به روش آلفای کرونباخ ۰/۸۸ برآورد گردید.

روش اجرای پژوهش بدین صورت بود که پرسشنامه‌ها به صورت آنلاین طراحی شد، پس از شناسایی کانال‌های ارتباطی دانش‌آموزان شهر رشت از جمله گروه‌های کلاسی در تلگرام، واتساپ و شاد به‌صورت گسترده توزیع شد. توضیحات لازم از جمله هدف از پژوهش، نحوه پاسخ‌دهی به سؤالات و اهمیت همکاری داوطلبان در این پژوهش، در متن تکمیلی همراه پرسشنامه ارائه شد و افراد به صورت کاملاً داوطلبانه در این پژوهش شرکت کردند. همچنین به شرکت‌کنندگان در پژوهش اطمینان داده شد که هویت آنها محرمانه و مخفی خواهد ماند و تحت هیچ شرایطی اطلاعات آنان به هیچ‌یک از افراد خارج از پژوهش داده نخواهد شد. بعد از حذف موارد ناقص نهایتاً ۱۵۰ پاسخنامه به‌دست آمد.

به‌منظور تجزیه و تحلیل داده‌ها نیز با استفاده از نرم افزار SPSS-۲۳ و از آماره‌های توصیفی نظیر میانگین، انحراف استاندارد و تحلیل‌های استنباطی همچون ضریب همبستگی پیرسون و آزمون رگرسیون خطی چندگانه استفاده شد.

یافته‌ها

تعداد ۱۵۰ دانش‌آموز پسر دوره دوم متوسطه با میانگین سنی ۱۶/۷۱ و انحراف معیار ۰/۷۶ در بازه سنی ۱۶ تا ۱۸ سال در این مطالعه شرکت داشتند. ۴۶/۴ درصد (۷۰ نفر) پایه دهم، ۲۲/۱ درصد (۵۰ نفر) پایه یازدهم و ۱۹/۹ درصد (۳۰ نفر) پایه دوازدهم، ۲۱/۳ درصد (۳۲ نفر) وضعیت اقتصادی ضعیف، ۵۳/۳۳ درصد (۸۰ نفر) متوسط و ۲۵/۳۴ درصد (۳۸ نفر) وضعیت اقتصادی خوب داشتند. در جدول ۱، آماره توصیفی مربوط به نمرات متغیرهای رفتارهای پرخطر، راهبردهای ناسازگارانه تنظیم شناختی هیجان و تحریف شناختی بین‌فردی در دانش‌آموزان آورده شده است. همچنین مطابق نتایج، مقدار چولگی مشاهده شده برای متغیرهای رفتارهای پرخطر، راهبردهای ناسازگارانه تنظیم شناختی هیجان و تحریف شناختی بین‌فردی در بازه (۲، -۲) قرار دارد؛ یعنی از لحاظ کجی متغیرهای مورد مطالعه نرمال بوده و توزیع آنها متقارن است. همچنین مقدار کشیدگی برای متغیرهای رفتارهای پرخطر، راهبردهای ناسازگارانه تنظیم شناختی هیجان و تحریف شناختی بین‌فردی در بازه (۲، -۲) قرار دارد؛ این نشان می‌دهد توزیع متغیرهای پژوهش از کشیدگی نرمال برخوردار است.

جدول ۱. توصیف متغیرهای پژوهش

متغیرها	میانگین	انحراف معیار	چولگی	کشیدگی
رفتارهای پرخطر	۱۰۸/۳۲	۱۶/۸۴	-۱/۰۸	۱/۱۴
راهبردهای ناسازگارانه تنظیم شناختی هیجان	۲۲/۳۶	۳/۴۲	-۱/۲۶	۱/۱۹
تحریف شناختی بین‌فردی	۵۰/۴۰	۹/۰۶	-۱/۲۲	۱/۱۹

در جدول ۲، نتایج همبستگی بین متغیرهای پژوهش ارائه گردیده است. براساس نتایج جدول ۲، بین رفتارهای پرخطر با راهبردهای ناسازگارانه تنظیم شناختی هیجان و تحریف شناختی بین‌فردی در سطح معنی‌دار ۹۹ درصد، رابطه مثبت و معنادار برقرار است. همچنین

گرایش به رفتارهای پرخطر در نوجوانان پسر: نقش پیش‌بین راهبردهای ناسازگارانه تنظیم شناختی هیجان و تحریف شناختی بین‌فردی
Tendency to high-risk behaviors in male adolescents: The role of predictors of maladaptive strategies of cognitive ...

بین راهبردهای ناسازگارانه تنظیم شناختی هیجان و تحریف شناختی بین‌فردی در سطح معنی‌دار ۹۹ درصد رابطه مثبت و معنادار وجود دارد.

جدول ۲. مان‌ریس همبستگی متغیرهای پژوهش

متغیرها	رفتارهای پرخطر	راهبردهای ناسازگارانه تنظیم شناختی هیجان	تحریف شناختی بین‌فردی
رفتارهای پرخطر	۱		
راهبردهای ناسازگارانه تنظیم شناختی هیجان	۰/۶۹**	۱	
تحریف شناختی بین‌فردی	۰/۶۳**	۰/۶۰**	۱

با توجه به نرمال بودن داده‌های پژوهش از آزمون پارامتریک رگرسیون برای بررسی فرضیه پژوهش استفاده گردید. به منظور استفاده از روش تحلیل رگرسیون چندگانه پیش‌فرض‌های آن مورد بررسی قرار گرفت. برای این منظور شاخص‌های هم‌خطی چندگانه یعنی شاخص تورم واریانس (VIF) و آماره دوربین واتسون استفاده شد. در ادامه نتایج مربوط به تحلیل رگرسیون به روش هم‌زمان در جدول ۳، ارائه شده است.

جدول ۳. نتایج تحلیل رگرسیون در پیش‌بینی رفتارهای پرخطر براساس متغیرهای راهبردهای ناسازگارانه تنظیم شناختی هیجان و تحریف شناختی بین‌فردی

متغیر ملاک	متغیرهای پیش‌بین	B	Std	Beta	T	sig	VIF	R	R ²	F	sig	دوربین واتسون
رفتارهای پرخطر	راهبردهای ناسازگارانه تنظیم شناختی هیجان	۰/۵۵	۰/۱۱	۰/۳۶	۵/۳۷	۰/۰۰۸	۱/۷۳	۰/۷۱	۰/۵۰	۶۱/۴۳۶	۰/۰۰۱	۱/۷۸
	تحریف شناختی بین‌فردی	۰/۴۳	۰/۱۲	۰/۲۹	۴/۳۴	۰/۰۰۱	۱/۴۵					

با توجه به جدول ۳، میزان مجموع همبستگی راهبردهای ناسازگارانه تنظیم شناختی هیجان و تحریف شناختی بین‌فردی با رفتارهای پرخطر کاری برابر با ۰/۷۱ است. مجذور ضریب همبستگی چندگانه (ضریب تعیین) برابر است با ۰/۵۰، در واقع راهبردهای ناسازگارانه تنظیم شناختی هیجان و تحریف شناختی بین‌فردی ۵۰ درصد واریانس رفتارهای پرخطر نوجوانان را تبیین می‌کنند. همچنین مقدار آماره دوربین واتسون برابر ۱/۷۸ به دست آمد که بر اساس آن فرض همبستگی باقی‌مانده‌ها رد می‌شود. زیرا قرار داشتن مقدار دوربین واتسون در دامنه ۲/۵-۱/۵ حاکی از رد شدن همبستگی باقی‌مانده‌ها می‌باشد. علاوه بر این مقدار عامل تورم واریانس (VIF) متغیرهای پیش‌بین در دامنه ۲/۲۸-۲/۱۱ بود که بر اساس آن پیش‌فرض عدم هم‌خطی چندگانه نیز تأیید می‌گردد. همان‌گونه که در جدول بالا مشاهده می‌شود اعتبار تحلیل واریانس رگرسیون چندگانه مورد تأیید است. با توجه به سطح معناداری که برابر است با ۰/۰۰۱ و کوچکتر از پنج درصد است بنابراین فرض صفر (عدم برقراری رابطه رگرسیونی) رد می‌شود. بنابراین بین راهبردهای ناسازگارانه تنظیم شناختی هیجان و تحریف شناختی بین‌فردی با رفتارهای پرخطر نوجوانان پسر رابطه رگرسیونی وجود دارد. همچنین از بین متغیرهای پژوهش، راهبردهای ناسازگارانه تنظیم شناختی هیجان با بتای ۰/۳۶ ($P < ۰/۰۱$) و $T = ۵/۳۷$ و تحریف شناختی بین‌فردی با بتای ۰/۲۹ ($P < ۰/۰۱$) و $T = ۴/۳۴$ به طور معناداری می‌توانند رفتارهای پرخطر نوجوانان را پیش‌بینی نمایند.

بحث و نتیجه‌گیری

پژوهش حاضر با هدف پیش‌بینی گرایش به رفتارهای پرخطر براساس راهبردهای تنظیم هیجان ناسازگارانه و تحریف شناختی بین‌فردی در نوجوانان پسر انجام شد. نتایج نشان داد بین راهبردهای تنظیم هیجان ناسازگارانه نوجوانان و ابعاد آن (خود سرزنش‌گری، دیگر سرزنش‌گری، نشخوارگری و فاجعه‌نمایی) با گرایش به رفتارهای پرخطر (رانندگی خطرناک، خشونت، سیگار کشیدن، مصرف مواد مخدر، مصرف الکل، دوستی با جنس مخالف و رفتار جنسی) رابطه مثبت وجود دارد. به بیان دیگر راهبردهای تنظیم هیجان ناسازگارانه در پیش‌بینی رفتارهای پرخطر نقش دارد. این نتایج با یافته‌های پژوهش محمدخانی و همکاران (۱۳۹۸)؛ بلانچارد و همکاران (۲۰۱۹) و زار و همکاران (۱۳۹۸) همسو بود. طبق پژوهش محمدخانی و همکاران (۱۳۹۸) راهبردهای تنظیم هیجان ناسازگار به‌طور معنی‌داری رفتارهای پرخطر کودکان را پیش‌بینی می‌کنند. کنترل هیجانی و تنظیم هیجان منفی اغلب با سرکوب پاسخ‌های هیجانی مرتبط هستند. این نوع تنظیم هیجان در بسیاری از اوقات رفتار سالمی تلقی نشده و به‌عنوان خبری برای ایجاد انواع جدی مشکلات و رفتارهای پرخطر شناخته می‌شود (ابرو، کلین، منظور، طباطبائی و ترور، ۲۰۱۵). افرادی که بیشتر از راهبردهای تنظیم هیجان منفی استفاده می‌کنند مستعد استفاده از رفتارهای پرخطر جایگزین به‌عنوان وسیله‌ای برای کاهش حالات هیجانی منفی خود هستند، زیرا آنها فاقد راهبردهای مؤثری هستند که تصور می‌شود برای عملکرد موفقیت‌آمیز مهم هستند (آئورباچ، آبل و رینگوهو، ۲۰۰۷). نظریه‌پردازان چنین استدلال می‌کنند افرادی که نمی‌توانند به‌طور مؤثری واکنش‌های هیجانی خود را کنترل و نظارت کنند دوره‌های شدیدتری از آشفتگی روانی را تجربه می‌کنند که می‌تواند منجر به رفتارهای پرخطر گردد (عبدزاده و همکاران، ۱۳۹۹). در سرزنش خود، فرد در مواجهه با شرایط و اتفاقات ناگوار خود را مقصر و متهم اصلی در بروز شرایط پیش‌آمده می‌داند. این در حالی است که در سرزنش دیگران، فرد دیگری مقصر و عامل اصلی در وقوع موقعیت در نظر گرفته می‌شود. در نشخوار فکری بروز شرایط ناگوار موجب ایجاد مشغولیت فکری پیرامون ابعاد گوناگون واقعه می‌شود. تلقی فاجعه‌آمیز به ادراک و ابراز شدید و وحشتناک از واقعیت اشاره می‌کند، تمامی این عوامل بیان‌گر آن است که فقدان مهارت‌های لازم برای کنار آمدن با تجارب هیجانی در این افراد موجب می‌شود نتوانند عواطف منفی خود را مدیریت کنند، و به دنبال آن درگیر رفتارهای پرخطر می‌شوند. به عبارتی افرادی که مهارت لازم برای کنترل هیجانات در زمان تجربه هیجانات خود را ندارند، امکان دارد برای رهایی از هیجانات منفی خود به مصرف مواد روی آورند. از سوی دیگر اقدام به رفتارهای پرخطر یک راهبردهای ناسازگارانه، در مواجهه با موقعیت‌های فشارزا و منفی زندگی است.

نتایج نشان داد بین تحریف شناختی بین‌فردی نوجوانان و ابعاد آن (باورهای غیرمنطقی، افکار خودکار و گرایش به تعارض در روابط بین‌فردی) با گرایش به رفتارهای پرخطر (رانندگی خطرناک، خشونت، سیگار کشیدن، مصرف مواد مخدر، مصرف الکل، دوستی با جنس مخالف و رفتار جنسی) رابطه مثبت وجود دارد. به بیان دیگر تحریف شناختی بین‌فردی در پیش‌بینی رفتارهای پرخطر نقش دارد. این نتایج با یافته‌های پژوهش چوکورچی و همکاران (۲۰۲۰)؛ تاملینسون (۲۰۱۹) و میرزایی و همکاران (۱۳۹۸) و همسو بود. به اعتقاد محققان (دماری و همکاران، ۲۰۰۶)؛ مکسنس، ملجرد، اسپنس و بیرن، ۲۰۱۰) چگونگی ارزیابی دستگاه شناختی فرد در هنگام روبه‌رو شدن با حادثه منفی از اهمیت بالایی برخوردار است. هنگامی که کودک وارد نوجوانی می‌شود، نقش همسالان در زندگی وی افزایش می‌یابد. بنابراین توجه وی به پذیرش و طرد همسالان نیز بیشتر می‌گردد. علت اصلی و عمده‌ای که به زندگی معنا و تعمق می‌بخشد حدود تعلق و ارتباط با جامعه است. بر این اساس برای نوجوانانی که احساس کمبود یا فقدان روابط اجتماعی می‌نمایند، معنای زندگی از دست می‌رود و امکان رفتارهای پرخطر افزایش می‌یابد (رحمانی، قاسمی و هاشمیان‌فر، ۱۳۹۵). طرح‌ها یا اعتقادات مهم یک فرد موضوع تحریفات شناختی هستند. به دلیل اینکه اغلب طرح‌ها از کودکی شروع می‌شوند، فرایندهای فکر که از این طرح پشتیبانی می‌کنند، شاید اشتباهات دوران کودکی را منعکس نمایند. تحریفات شناختی زمانی ظاهر می‌شود که پردازش اطلاعات غلط یا غیر مؤثر است. به عبارت دیگر، گاهی تجزیه و تحلیل اطلاعات در ذهن افراد تحریف می‌شود. این نوع تحریف‌ها که خطاها و تحریف‌های شناختی نامیده می‌شوند، به اشکال گوناگونی ظاهر می‌گردند. این تحریفات اگر متناوباً و به دفعات رخ دهند، می‌توانند منجر به ناراحتی‌ها یا اختلالات روان‌شناختی و رفتارهای نابهنجار مانند مصرف مواد، زیاده‌روی در مصرف الکل و روابط جنسی بی‌بند و بار می‌شود.

به‌طور کلی یافته‌های پژوهش حاضر نشان داد که راهبردهای تنظیم هیجان ناسازگار و تحریف شناختی بین‌فردی به‌عنوان منابع درونی و بین‌فردی با گرایش به رفتارهای پرخطر در نوجوانان، همراه هستند. پژوهش حاضر نشان می‌دهد که باید به منابع روان‌شناختی نوجوان

1. Abro, Klein, Manzoor, Tabatabaei & Treur
2. Auerbach, Abela & RingoHo
3. Demaree
4. Moksnes, Moljord, Espnes & Byrne

گرایش به رفتارهای پرخطر در نوجوانان پسر: نقش پیش‌بین راهبردهای ناسازگارانه تنظیم شناختی هیجان و تحریف شناختی بین‌فردی
Tendency to high-risk behaviors in male adolescents: The role of predictors of maladaptive strategies of cognitive ...

که مانع گرایش آنها به سمت رفتارهای پرخطر هستند، مانند هیجان‌ات و شناخت نوجوان توجه بیشتری شود. در همین راستا، از یافته‌های پژوهش می‌توان در جهت تدوین برنامه‌ها و مداخلات درمانی مانند آموزش تنظیم شناختی هیجان، درمان شناختی- رفتاری و تحریف‌های شناختی برای کاهش گرایش به رفتارهای پرخطر در سنین نوجوانی اقدام کرد.

از جمله محدودیت‌های پژوهش حاضر می‌توان به روش نمونه‌گیری در دسترس، حجم کم نمونه و عدم ارزیابی روانپزشکی اشاره کرد. همچنین به دلیل حجم کم نمونه و انجام پژوهش حاضر تنها در شهر رشت، لذا در تعمیم یافته‌های پژوهش به سایر مناطق باید احتیاط کرد. از این رو پیشنهاد می‌شود در پژوهش‌های آتی مطالعات مشابهی با تعداد نمونه بیشتر در سایر مناطق و شهرها انجام شود. همچنین پیشنهاد می‌شود در پژوهش‌های آینده علاوه بر پرسشنامه از ارزیابی‌های بالینی و روانپزشکی استفاده شود.

منابع

- احمدی، ع.، عباسی، ع.، و بابایی، ا. (۱۳۹۹). نقش استراتژی‌های مقابله‌ای، تحریف‌های شناختی و اختلال‌های شخصیت در پیش‌بینی خشونت در بین زنان محکوم به ایراد ضرب و جرح در زندان‌های استان مازندران. *پلیس زن*، ۱۴(۳۳)، ۹۹-۱۱۷.
- اسکندری، ا.، حسینی‌فیاض، م.، و اسکندری، م. (۱۳۹۹). رابطه بین راهبردهای تنظیم هیجانی ناسازگانه با افسردگی و اضطراب در دریانوردان. *طب دریا*، ۲۲(۲)، ۱۳۲-۱۲۵.
- بلیر، س.، عرفانی، ن.، و صفایی‌راد، ا. (۱۳۹۵). بررسی رابطه تحریف شناختی و کیفیت زندگی در بین زنان یائسه، ناباور، تحت عمل هیستریکتومی، فیبروم رحمی و زنان بارور. *مجله پژوهش سلامت*، ۴۱(۴)، ۲۱۴-۲۰۷.
- پنجعلی‌پور، س.، بستانی‌خالصی، ز.، رضایی‌چمنی، ص.، و کاظم‌نژاد، ا. (۱۳۹۹). نخستینگی نیاز سلامت از دیدگاه دختران نوجوان شهر رشت. *دانشگاه علوم پزشکی دانشگاه گیلان*، ۲۹(۳)، ۷۱-۵۸.
- حسینی، ج. (۱۳۸۹). خصوصیات روانسنجی پرسشنامه‌ی نظم‌جویی شناختی هیجان. *روانشناسی بالینی*، ۲(۳)، ۸۴-۷۳.
- رحمانی، م.، قاسمی، و.، و هاشمیان‌فر، ع. (۱۳۹۵). تأثیر روابط اجتماعی بر بروز رفتارهای پرخطر نوجوانان شهر بجنورد. *جامعه‌شناسی کاربردی*، ۲۷(۱)، ۲۶-۱.
- زارع، س.، آهی، ق.، وزیر، ش.، و شهابی‌زاده، ف. (۱۳۹۸). نقش میانجی راهبردهای تنظیم شناختی هیجان در رابطه بین سبک‌های دلبستگی با رفتارهای پرخطر جنسی: طراحی و آزمون یک مدل مفهومی. *تحقیقات علوم رفتاری*، ۱۷(۳)، ۴۱۵-۴۰۰.
- زاده‌محمدی، ع.، احمدآبادی، ز.، و حیدری، م. (۱۳۹۰). تدوین و بررسی ویژگی‌های روان‌سنجی مقیاس خطرپذیری نوجوانان ایرانی. *روانپزشکی روانشناسی بالینی ایران*، ۱۷(۳)، ۲۲۵-۲۱۸.
- سعادت، م. (۱۳۹۹). مطالعه جامعه شناختی نقش فرایند اجتماعی در تبیین رفتارهای پرخطر. *پژوهش‌های راهبردی مسائل اجتماعی ایران*، ۹(۲)، ۱۰۹-۱۳۴.
- شباهنگ، ر.، باقری‌شیخ‌انگوشه، ف.، و یوسفی‌سیاکوچه، ع. (۱۳۹۸). پیش‌بینی تحریف‌های شناختی بین‌فردی براساس پرستش افراد مشهور و تعامل فرااجتماعی با آنان. *سلامت روان کودک*، ۶(۱)، ۱۷۵-۱۶۳.
- عبدالزاده، س.، آزموده، م.، عبدالله‌پور، م.، و لیوارجانی ش. (۱۳۹۹). نقش واسطه‌ای آشفنگی روان‌شناختی در رابطه طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه و تنظیم هیجان منفی با گرایش به رفتارهای پرخطر در دانش‌آموزان. *اعتیادپژوهی*، ۱۴(۵۸)، ۱۷۰-۱۴۳.
- علیزادگانی، ف.، اخوان‌تفتی، م.، و کدخدایی، م. (۱۳۹۸). شناسایی علل گرایش نوجوانان به رفتارهای پرخطر و بررسی تفاوت‌های جنسیتی: یک مطالعه کیفی. *مجله تحقیقات کیفی در علوم سلامت*، ۸(ویژه نامه)، ۹۷-۸۶.
- محمدخانی، ش.، حسینی، ج.، اکبری، م.، و یزدان‌پناه، ن. (۱۳۹۸). نقش واسطه‌ای راهبردهای تنظیم هیجان در رابطه بین باورهای فراشناختی و سبک‌های دلبستگی با رفتارهای پرخطر فرزندان نوجوانان جانبازان اعصاب و روان جنگ ایران و عراق. *روانپزشکی و روانشناسی بالینی ایران*، ۲۵(۴)، ۴۱۱-۳۹۶.
- میرزایی، س.، مولوی، ا.، و طاهری، ن. (۱۳۹۸). رابطه تنظیم هیجانی و بازداری شناختی در گرایش رفتارهای پرخطر نوجوانان دختر شهر مشهد. *روانشناسی اجتماعی*، ۱۳(۵۲)، ۱۳۶-۱۲۳.

Abro, A. H., Klein, M. C. A., Manzoor, A.R., Tabatabaei, S.A., & Treur, J. (2015). Modeling the effect of regulation of negative emotions on mood. *Biologically Inspired Cognitive Architectures*, 13, 35-47.

Ahmadi-Montecalvo, H. L., Christa, L., Zullig, K. J., Jarrett, T., Cottrell, L. A., & Dino, G. A. (2019). A latent class Analysis of the cooccurrence of risk behaviors among adolescents. *American Journal of Health Behavior*, 43(3), 449-63

- Aleksandar, K. B., Kernan, W. D., Montalvo, Y., & Lanckenau, S. E. (2019). Perceived social support, problematic drug use behaviors, and depression among prescription drugs-misusing young men who have sex with men. *Journal of Drug Issues*, 49(2), 324-37
- Auerbach, R. P., Abela, J. R. Z., & Ringo Ho, M. H. (2007). Responding to symptoms of depression and anxiety: Emotion regulation, neuroticism, and engagement in risky behaviors. *Behaviour Research and Therapy*, 45(9), 2182-2191.
- Bahadivand, S., Doosti-Irani, A., Karami, M., Qorbani, M., & Mohammadi, Y. (2021). Prevalence of High-Risk Behaviors among Iranian Adolescents: a Comprehensive Systematic Review and Meta-Analysis. *J Educ Community Health*, 8(2),135-142.
- Blanchard, B. E., Stevens, A., Cann, A. T., & Littlefield, A. K. (2019). Regulate yourself: Emotion regulation and protective behavioral strategies in substance use behaviors. *Addictive behaviors*, 92, 95-101.
- Çetin, B., Peker, A., Eroğlu, Y., & Çitemel, N. (2011). Interpersonal cognitive distortions as a predictor of cyber victimization and bullying: A preliminary report in adolescents. *International Online Journal of Educational Sciences*, 3(3), 1064-1080.
- Champion, K. E., Mather, M., Spring, B., Kay-Lambkin, F., Teesson, M., & Newton, N. C. (2018). Clustering of multiple risk behaviors among a sample of 18-year-old australians and associations with mental health outcomes: a latent class analysis. *Frontiers in Public Health*, 6(135), 1-11.
- Chukwuorji, J. C., Nweke, A., Iorfa, S. K., Lloyd, C. J., Effiong, J. E., & Ndukaihe, I. L. (2020). Distorted cognitions, substance use and suicide ideation among gamblers: A moderated mediation approach. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 1-12.
- Demaree, H.A., Schmeichel, B., Robinson, J.L., Pu., Everhart, D.E., & Berntson, G.G. (2006). Upand down-regulating facial disgust: Affective, vagal, sympathetic, and respiratory consequences. *Biological Psychology*, 71, 90-99.
- Eckstrand, K. L., Choukas-Bradley, S., Mohanty, A., Cross, M., Allen, N. B., Silk, Jennifer S. et al. (2017). Heightened activity in social reward networks is associated with adolescents' risky sexual behaviors. *In Developmental Cognitive Neuroscience*, 27, 1-9.
- Ergene, T., Arif, O., Genctanirim-Kurt, D., Arici-Sahin, F., Demirtas-Zorbaz, S., Kizildag, S., & Hoard, P. (2019). The Risk Behaviors of High School Students and Causes Thereof: A Qualitative Study. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 34(1), 197-217
- Garnefski, N., Kraaij, V., & Spinhoven, P. (2001). Negative life events, cognitive emotion regulation, and emotional problems. *Personality and Individual Differences*, 30, 1311-1327.
- Hamamci, Z. & Bukozturk, S. (2004). The interpersonal cognitive distortions scale: development and psychometric characteristics. *Psychological Reports*, 95(1), 291-303.
- Moksnes, U. K., Moljord, I. E. O., Espnes, G. A., & Byrne, D. G. (2010). The association between stress and emotional states in adolescents: The role of gender and self-esteem. *Personality and Individual Differences*, 49, 430-435.
- Olyani, S., Tehrani, H., Esmaily, H., MohammadzadehRezaii, M., VahedianShahroodi, M. (2017). Assessment of health literacy with the Newest Vital Sign and its correlation with body mass index in female adolescent students. *International Journal of Adolescent Medicine and Health*. 32(2), 1-9.
- Ruiz de Lara, C. M., Navas, J. F., & Perales, J. C. (2019). The paradoxical relationship between emotion regulation and gambling-related cognitive biases. *Plos One*, 14(8), e0220668.
- Tomlinson, M. F. (2019). The Role of Cognitive Distortions in the Longitudinal Relationship Between Problematic Drinking and Depressive Symptoms.
- Wibowo, M., Gustina, E., Ayu, S. M., & Sofiana, L. (2019). Digital Flipbook Media as a Media for Health Promotion in Youth: Research and Development. *International Journal of Educational Research Review*, 4, 725-733.
- Young, K. S., Sandman, C. F., & Craske, M. G. (2019). Positive and negative emotion regulation in adolescence: links to anxiety and depression. *Brain sciences*, 9(4), 76.