



**The Mediating Role of Cognitive Emotion Regulation in the  
Relationship between Emotional Maturity and Self-Differentiation  
with Family Communication Patterns in Young People**

Zahra Sahebdel, Seyed Abolghasem Mehri Nejad ✉, Abolghasem Isamorad, Rasool Roshan Chesley

**Background and Purpose:** The development of emotions and feelings is formed with the passage of time and reveals the background of a person's nature. After that, the living environment, the way of education and the models that exist around him play the biggest role in a person's reaching emotional maturity and understanding the emotions of others, which is realized in moral competence. The aim of this study was to mediate the cognitive regulation of emotion in the relationship between emotional maturity and self-differentiation with family communication patterns in young people. **Methods:** The research method is cross-sectional correlation. The statistical population of this study consisted of all students (boys and girls) of Tehran Azad University in the academic year 1399-1400, from which 400 people were selected by stepwise cluster sampling. In this study, the tools of family communication patterns (Fitzpatrick and Rich, 1990), emotional maturity (Singh and Bahargawa, 1991), self-differentiation (Skorn and Friedlander, 1998) and emotional cognitive regulation (Garnfski and Craig, 2006) were all used. They had acceptable credibility and reliability. **Results:** Findings showed that the model has a good fit. The results also showed that emotional maturity had a significant direct effect on family communication pattern. Differentiation has had a significant direct positive effect on family communication pattern. Moral competence has a direct positive effect on the cognitive regulation of positive emotions. Emotional maturity has a direct positive effect on cognitive regulation of positive emotion and a direct negative effect on cognitive regulation of negative emotion. Differentiation has a direct effect on cognitive regulation of positive emotion. Differentiation also had a significant direct negative effect on cognitive regulation of negative emotion. Cognitive regulation of positive emotion has a direct effect on family communication pattern. Cognitive regulation of negative emotion also had a direct negative effect on family communication pattern. Emotional maturity has an indirect effect on family communication pattern through negative emotion regulation. Differentiation has had an indirect effect on family communication pattern by regulating positive and negative emotions. **Conclusion:** Therefore, paying attention to the mentioned variables in prevention and designing more appropriate treatments helps researchers and therapists.

**Received:** 15.10.2021  
**Revision:** 13.01.2022  
**Acceptance:** 10.01.2022

**Keywords:**

*Cognitive emotion  
regulation, Emotional  
maturity, Self-differentiation,  
Family communication  
patterns*

**How to cite this article:**

Sahebdel, Z., Mehri Nejad, S.A., Isamorad, A., Roshan Chesley, R. (2021). The Mediating Role of Cognitive Emotion Regulation in the Relationship between Emotional Maturity and Self-Differentiation with Family Communication Patterns in Young People. *Bi-Quarterly Journal of studies and psychological in adolescents and youth*, 2(2): 349-364

**Article type**

Original research

**1. Zahra Sahibdel**, Ph.D. student, Department of Psychology, Semnan Branch, Islamic Azad University, Semnan, Iran, **2. Seyed Abolghasem Mehri Nejad**, Associate professor, Department of psychology, faculty of Education and psychology, Alzahra university, Tehran, Iran, **3. Abolghasem Isamorad**, Associate Professor, Department of Clinical Psychology, Faculty of Psychology and Educational Sciences, Allameh Tabataba'i University of Tehran, Tehran, Iran, **4. Rasool Roshan Chesley**, Professor, Department of Psychology, Faculty of Humanities, Shahed University, Tehran, Iran.  
✉ Correspondence related to this article should be addressed to **Seyed Abolghasem Mehri Nejad**, Associate professor, Department of psychology, faculty of Education and psychology, Alzahra university, Tehran, Iran  
**Email:** s.mehrinejad@alzahra.ac.ir

## نقش واسطه‌ای تنظیم شناختی هیجان در رابطه بین بلوغ عاطفی و تمایز یافتگی خود با الگوهای ارتباطی خانواده در جوانان

زهرا صاحب‌دل، سیدابوالقاسم مهری نژاد✉، ابوالقاسم عیسی مراد، رسول روشن چسلی

**زمینه و هدف:** رشد عواطف و احساس‌ها با گذشت زمان شکل می‌گیرد و زمینه‌های سرشتی فرد را نمایان می‌سازد. پس از آن محیط زندگی، شیوه تربیتی و الگوهایی که در پیرامون وی وجود دارند، بیشترین نقش را در رسیدن فرد به بلوغ عاطفی و درک عواطف دیگران که در شایستگی اخلاقی محقق می‌شود، ایفا می‌کند؛ لذا این پژوهش با هدف، نقش واسطه‌ای تنظیم شناختی هیجان در رابطه بین بلوغ عاطفی و تمایز یافتگی خود با الگوهای ارتباطی خانواده در جوانان انجام شد. **روش پژوهش:** روش پژوهش مقطعی از نوع همبستگی است. جامعه آماری این پژوهش را کلیه دانشجویان (دختر و پسر) دانشگاه‌های آزاد شهر تهران در سال تحصیلی ۱۳۹۹-۱۴۰۰ تشکیل دادند، که از میان آن‌ها، تعداد ۴۰۰ نفر با روش نمونه‌گیری خوشه‌ای مرحله‌ای انتخاب شدند. در این پژوهش از ابزارهای الگوهای ارتباطی خانواده (فیتزپاتریک و ریچ، ۱۹۹۰)، بلوغ عاطفی (سینگ و بهارگاو، ۱۹۹۱)، تمایز یافتگی خود (اسکورن و فریدلندر، ۱۹۹۸) و تنظیم شناختی هیجانی (گارنفسکی و کرایچ، ۲۰۰۶) استفاده شد که همگی از اعتبار و پایایی قابل قبولی برخوردار بودند. **یافته‌ها:** یافته‌های پژوهش نشان داد که مدل از برازش مناسبی برخوردار است. همچنین نتایج نشان داد بلوغ عاطفی اثر مستقیم معنادار بر الگوی ارتباطی خانواده داشته است. تمایز یافتگی اثر مستقیم مثبت معنادار بر الگوی ارتباطی خانواده داشته است. شایستگی اخلاقی اثر مستقیم مثبت بر تنظیم شناختی هیجان مثبت داشته است. بلوغ عاطفی اثر مستقیم مثبت بر تنظیم شناختی هیجان مثبت و اثر مستقیم منفی بر تنظیم شناختی هیجان مثبت داشته است. همچنین یافته‌های پژوهش نشان داد که مدل از برازش مناسبی برخوردار است. همچنین نتایج نشان داد بلوغ عاطفی اثر مستقیم معنادار بر الگوی ارتباطی خانواده داشته است. تمایز یافتگی اثر مستقیم مثبت بر تنظیم شناختی هیجان مثبت و اثر مستقیم منفی بر تنظیم شناختی هیجان مثبت داشته است. همچنین یافته‌های پژوهش نشان داد که توجه به متغیرهای مذکور در پیشگیری و طراحی درمان‌های مناسب‌تر به پژوهشگران و درمانگران یاری می‌رساند.

دریافت مقاله: ۱۴۰۰/۰۷/۲۳

اصلاح مقاله: ۱۴۰۰/۱۰/۲۳

پذیرش نهایی: ۱۴۰۰/۱۰/۳۰

**واژه‌های کلیدی:**

تنظیم شناختی هیجان، بلوغ عاطفی، تمایز یافتگی خود، الگوهای ارتباطی خانواده

**نحوه ارجاع دهی به مقاله:**

صاحب‌دل، ز.، مهری نژاد س.ا.، عیسی مراد، ا.، روشن چسلی، ر. (۱۴۰۰). نقش واسطه‌ای تنظیم شناختی هیجان در رابطه بین بلوغ عاطفی و تمایز یافتگی خود با الگوهای ارتباطی خانواده در جوانان. *دوفصلنامه مطالعات و تازه‌های روان‌شناختی نوجوان و جوان*، (۲)۲: ۳۶۴-۳۴۹

**نوع مقاله:**

پژوهشی اصیل

۱. **زهرا صاحب‌دل**، دانشجوی دکتری، گروه روانشناسی، واحد سمنان، دانشگاه آزاد اسلامی، سمنان، ایران، ۲. **سیدابوالقاسم مهری نژاد**، دانشیار گروه روانشناسی، دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی، دانشگاه الزهراء، تهران، ایران، ۳. **ابوالقاسم عیسی مراد**، دانشیار، گروه روانشناسی بالینی، دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی، دانشگاه علامه طباطبائی تهران، تهران، ایران، ۴. **رسول روشن چسلی**، استاد، گروه روانشناسی، دانشکده علوم انسانی، دانشگاه شاهد، تهران، ایران.

✉ مکاتبات مربوط به این مقاله خطاب به **سیدابوالقاسم مهری نژاد**، دانشیار گروه روانشناسی، دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی، دانشگاه الزهراء، تهران، ایران است.

پست الکترونیکی: s.mehrinejad@alzahra.ac.ir

## مقدمه

رشد عواطف و احساس‌ها با گذشت زمان شکل می‌گیرد و زمینه‌های سرشتی فرد را نمایان می‌سازد. پس از آن محیط زندگی، شیوه تربیتی و الگوهایی که در پیرامون وی وجود دارند، بیشترین نقش را در رسیدن فرد به بلوغ عاطفی و درک عواطف دیگران که در شایستگی اخلاقی محقق می‌شود، ایفا می‌کند (هنسون و اولسون<sup>۱</sup>، ۲۰۱۸). در این میان نقش خانواده، به عنوان نخستین و اصلی‌ترین عاملی که در تکامل ابعاد مختلف تحول شخصیت افراد تأثیر دارد، حائز اهمیت است (وستر و کینگ<sup>۲</sup>، ۲۰۱۸). کمپل-سالوم، راسچر و فریتیچ<sup>۳</sup> (۲۰۱۹) خانواده را نظامی تعریف می‌کنند که اعضای آن به طور مداوم در حال تعریف و بازتعریف ماهیت خود بر مبنای الگوهای ارتباطی هستند. در واقع، شناخت انواع مختلف الگوها به شناخت بعضی از جنبه‌های عملکرد خانواده کمک می‌کند (سبزی و شیخ‌الاسلامی، ۱۳۹۴). بر همین اساس، فیتزپاتریک و ریچی<sup>۴</sup> (۱۹۹۴) دو بعد زیربنایی جهت‌گیری گفت‌وشنود و جهت‌گیری هم‌نوایی را در الگوهای ارتباطی خانواده شناسایی کردند. جهت‌گیری گفت‌وشنود به فضایی اشاره دارد که اعضای خانواده به تعامل‌های خودانگیخته با یکدیگر مشارکت در مباحث آزاد در مورد طیف وسیعی از موضوعات و ابراز عقاید جدید تشویق می‌شوند و منظور از جهت‌گیری هم‌نوایی، میزان فشاری است که خانواده بر اعضا برای هم‌رأیی و یکسان‌سازی گرایش‌ها، ارزش‌ها و باورها وارد می‌آورد (جعفری صحرارودی، ۱۳۹۹). در بسیاری از پژوهش‌ها نشان داده شده است که الگوی ارتباطی گفت‌وشنود با کیفیت زندگی افراد رابطه مثبت و معنادار و الگوی ارتباطی هم‌نوایی با کیفیت زندگی افراد رابطه منفی و معنادار دارد (میکلسون و هسه<sup>۵</sup>، ۲۰۲۰). مطالعات چندی به بررسی رفتارها و تعاملات خانواده در جوانان پرداخته‌اند که در این میان نشان داده شده که رابطه معنی‌داری بین حمایت خانواده با میزان شایستگی‌های افراد وجود داشته است

(هنسون و اولسون، ۲۰۱۸). همچنین برخی از پژوهش‌ها نیز نشان داده‌اند با ارائه حمایت عاطفی توسط خانواده در مواقع استرس‌ها و فشارهای به وجود آمده در زندگی، افراد استرس و نگرانی کمتری را تجربه خواهند کرد (وستر و کینگ، ۲۰۱۸). همچنین هرچه میزان توافق فرزندان و والدین در زندگی بیشتر باشد، کیفیت زندگی در فرزندان نیز افزایش می‌یابد (چاو، لیو و کونگ<sup>۶</sup>، ۲۰۲۰).

از سوی دیگر جوانی مقدمه‌ای برای ورود به بزرگسالی و بر عهده گرفتن نقش‌های مهمی چون اشتغال و تأهل است. چنانچه فرد بتواند به پختگی قابل قبولی در جوانی دست یابد، در واقع شالوده قابل اعتمادی را برای آینده خود بنا نهاده است (کومار<sup>۷</sup>، ۲۰۱۹). همچنین یکی از مؤلفه‌های رسیدن به دوره بزرگسالی به معنای واقعی کلمه، کسب بلوغ عاطفی است (باجاج و نانسی<sup>۸</sup>، ۲۰۱۹). بلوغ عاطفی به توانایی افراد برای مدیریت عواطف خود و همچنین ارزیابی حالت‌های عاطفی دیگران در روابط بین فردی، به منظور اتخاذ تصمیمات و اقدامات مناسب گفته می‌شود. برجسته‌ترین علامت بلوغ عاطفی، توانایی تحمل تنش و در عین حال بی‌تفاوتی نسبت به برخی محرک‌هایی است که بر فرد اثر می‌گذارند و ممکن است او را دستخوش احساسات منفی کنند (راجان و جوزف<sup>۹</sup>، ۲۰۱۹). فردی که از نظر عاطفی به سطحی از رشد و بلوغ نرسیده نمی‌تواند زندگی مسالمت‌آمیزی با فرد دیگری داشته باشد. بنابراین، برخی افراد هر چند از نظر جسمی بالغ می‌شوند، ولی از نظر عاطفی هرگز به بلوغ نمی‌رسند. در جریان بلوغ عاطفی شخصیت فرد به طور دائمی، برای کسب سلامت عاطفی از لحاظ روانی و فردی می‌کوشد و چنین فردی قابلیت مقاومت در برابر تأخیر نیازها را دارد (دهستانی، ابراهیمی و ابوهاشمی مقدم، ۱۳۹۸). سینگ و بهار گاو<sup>۱۰</sup> (۱۹۸۴) پنج معیار اصلی برای بلوغ عاطفی برمی‌شمارند که عبارت‌اند از: ناسازگاری اجتماعی، سرکوب عاطفی، بی‌ثباتی عاطفی، فروپاشی شخصیت و عدم استقلال. هر چه میزان برخورداری از این مؤلفه‌ها در فردی کمتر باشد بلوغ عاطفی

6 - Chow, J., Lau, B. H. P., & Kong, S. S. T  
7 - Qomar, R.  
8 - Bajaj, S., & Nancy, S  
9 - Rajan, C. S., & Joseph, H. B  
10 - Singh, H. P., & Bhargava, S. K

1 - Hanson, T. A., & Olson, P. M  
2 - Wester, K. L., & King, K  
3 - Campbell-Salome, G., Rauscher, E. A., & Freytag, J  
4 - Fitzpatrick, M. A., & Ritchie, L. D.  
5 - Mikkelsen, A. C., & Hesse, C.

پروتی، اسمیت، کو، وتچلر و اوه<sup>۵</sup> (۲۰۱۵) انجام شد معلوم شد، تمایز یافتگی کافی افراد در سیستم خانواده ارتباط مثبت و معناداری با عملکرد سالم و موفق آن‌ها در خانواده دارد و به دلیل آگاهی از توانایی‌های خود از خودکارآمدی و تنظیم هیجان بیشتری برخوردارند.

یکی از عوامل مرتبط با الگوهای ارتباطی خانواده، تنظیم هیجانی در جوانان است. بر اساس نظریات مربوط به روان‌پویشی تنظیم هیجانی شناخت از مهمترین ویژگی‌های یک ایگوی سالم به حساب می‌آید. تنظیم شناختی هیجانی با راهبردهایی اطلاق می‌گردد که از آنها برای افزایش، کاهش و یا نگهداری تجربه‌های هیجانی استفاده می‌گردد (گارنفسکی و کرایچ<sup>۶</sup>، ۲۰۱۸). تنظیم هیجانی یک وجه ذاتی برای گرایش‌های مرتبط به پاسخ‌های هیجانی در افراد است. در واقع اعمالی است که برای تعدیل یا تغییر حالات هیجانی مورد استفاده قرار می‌گیرد. برخی از هیجان‌ها دارای کیفیت‌های بالایی هستند به این گونه که می‌توانند باعث ایجاد واکنش‌های منفی با مثبت در فرد گردند. اگر این هیجان‌ها متناسب با موقعیت‌ها و شرایط باشند باعث واکنش هیجانی مثبت و در غیر این صورت باعث ایجاد واکنش‌های هیجانی منفی در فرد می‌شوند. بنابراین هنگامی که هیجان‌ها شدید یا طولانی می‌شوند و یا با شرایط سازگاری ندارند آن زمان فرد نیاز به تنظیم نمودن آنها دارد (پولاتوس و فرنرتزی<sup>۷</sup>، ۲۰۱۸). پژوهش‌های انجام شده نشان داده است که تنظیم هیجان سازگاران با عزت‌نفس و تعاملات اجتماعی مثبت، مرتبط است و افزایش تجربه‌های هیجانی مثبت باعث مواجهه مؤثر با موقعیت‌های استرس زاده شده و پاسخ مناسب به موقعیت‌های اجتماعی را افزایش می‌دهد (ساکیریس و برل<sup>۸</sup>، ۲۰۱۹). همچنین، تحقیقات نشان داده است که راهبردهای تنظیم شناختی هیجان با پریشانی روان‌شناختی مرتبط بوده و سازگاری بعدی فرد را پیش‌بینی می‌کند و تمرکز بر مهارت‌های تنظیم شناختی هیجان می‌تواند در پیش‌بینی و درمان

او بیشتر خواهد بود. فردی که از رشد عاطفی بهره‌مند نیست، تنبل، گوشه‌گیر، لجوج و تندخو بوده و به رفتارهای بد اخلاقی مانند بدبینی و هراس‌گرایی بیشتری دارد. در همین رابطه تحقیقات نشان می‌دهد، افرادی که بلوغ عاطفی کمتری دارند، از توانایی کمتری نیز برای سازگاری عاطفی و اجتماعی با محیط برخوردار و با مشکلات زندگی بیشتر مواجه می‌شوند (راوات و گولاتی<sup>۱</sup>، ۲۰۱۹). نتایج به دست آمده توسط لی، خدج و کنزک<sup>۲</sup> (۲۰۱۸) نشان داد که بلوغ عاطفی جوانانی که در رفتارهای ضد اجتماعی پافشاری دارند کمتر است. به بیان دیگر، کمبود عناصر بلوغ عاطفی، خصوصاً در کنترل بر انگیزش، جلوگیری از پرخاشگری و جهت‌گیری آینده وجود دارد.

عدم تمایز یافتگی خود در روابط، باعث افزایش احساس افسردگی و کاهش تنظیم هیجانی در جوانان می‌شود. تمایز یافتگی، به توانایی افراد برای تمایز خود از خانواده اصلی‌شان در سطح عاطفی و عقلی اطلاق می‌شود (اسلام زاده، رشیدی و فکریان، ۱۳۹۵). جوانانی که تمایز یافتگی کمی نسبت به خود دارند، قادر نیستند احساس خود را از دیگران متمایز کنند و به راحتی با احساساتی که خانواده و اطرافیان به آن‌ها وارد می‌کنند، آشفته می‌شوند و افرادی که از سطح مناسب تمایز یافتگی بهره‌مند هستند، خود رهبرند و به احساسات و افکار خود واقف‌اند. این در حالی است که افراد تمایز نیافته از لحاظ عاطفی به دیگران وابسته‌اند و به سختی برای خود فکر، احساس و عمل می‌کنند (آزادی و ناهیدپور، ۱۳۹۵). افراد با تمایز یافتگی بالا به هیجان‌ها خود واقف‌اند و قادر به سنجش متفکرانه موقعیت‌ها هستند و توانایی رشد خود مستقل را دارند و این در حالی است که افراد کمتر تمایز یافته، یا به همجوشی با دیگران تمایل دارند و یا به بریدگی عاطفی تن می‌دهند (ژو<sup>۳</sup>، ۲۰۱۹) بررسی رابطه بین تمایز یافتگی و روابط درون گروهی در افراد نشان داد که همدلی باعث افزایش میزان تمایز یافتگی و خودشفقتی در افراد می‌شود (دوبا، برنا، کانستند و نادرینو<sup>۴</sup>، ۲۰۱۸). طبق پژوهشی که توسط کیم،

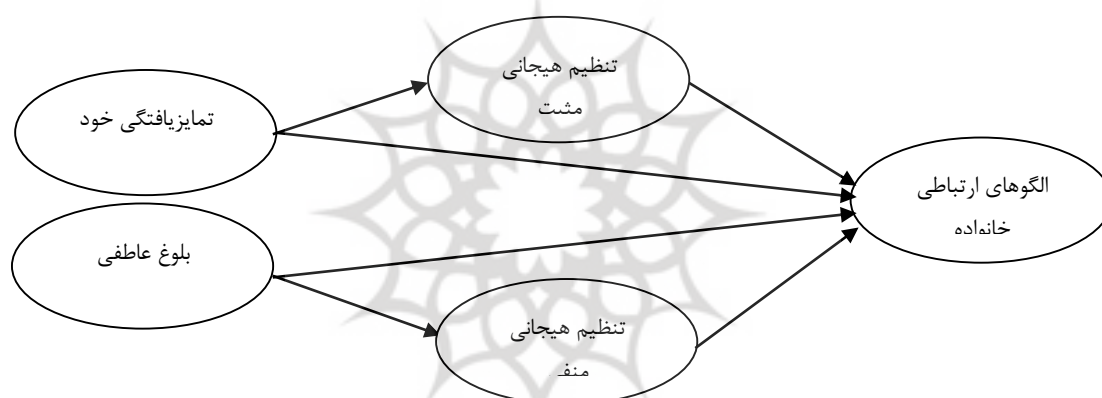
5 - Kim, H., Prouty, A. M., Smith, D. B., KO, M. J., Wetchler, J. L., & Oh, J. E.  
6 - Garnefski, N., & Kraaij, V  
7 - Pollatos, O., & Ferentzi, E  
8 - Sakiris, N., & Berle, D

1 - Rawat, C., & Singh, R  
2 - Lai, K.W., Khaddage, F., Knezek, G  
3 - Zhu, X  
4 - Doba, K., Berna, G., Constant, E., & Nandrino, J. L.



بیکره نظام تعلیم و تربیت جامعه وارد آورد. بنابراین به منظور جلوگیری از این خسارات، لازم است به صورت علمی، الگوهای ارتباطی خانواده و اثر آن‌ها بر ویژگی‌های روان‌شناختی و عملکرد فرزندان مورد بررسی قرار گیرد. لذا به دلیل خلأ پژوهش در این زمینه پژوهشی و بررسی کمتر نمونه جوانان شهر تهران، پژوهش حاضر درصدد پاسخ به این سؤال خواهد بود: بین الگوهای ارتباطی خانواده مبتنی بر بلوغ عاطفی و تمایزیافتگی خود با نقش میانجی تنظیم شناختی هیجان در جوانان چه رابطه‌ای وجود دارد؟ همچنین آیا مدل ساختاری پیش‌بینی الگوهای ارتباطی خانواده مبتنی بر بلوغ عاطفی و تمایزیافتگی خود با نقش میانجی تنظیم شناختی هیجان در جوانان برازش دارد؟

مشکلات روانی، مؤثر باشد (چاپمن، ۲۰۱۹). پژوهش‌های دیگر نیز نشان داده است که تنظیم شناختی هیجان، سازگاری مثبت را پیش‌بینی می‌کند و ارزیابی مجدد به عنوان یک راهبرد تنظیم هیجان با بهزیستی و سلامت روانی بالا، مرتبط است (کلودیوس، منین و ارینگ، ۲۰۲۰). بنابراین با وجود اهمیت نقش الگوهای ارتباطی خانواده در موفقیت فرزندان، متأسفانه در نظام تعلیم و تربیت ما و بخصوص در نهادهای اجتماعی جامعه و در نظام خانواده این الگوها مورد غفلت واقع شده و یا توجه در خوری به آنها نمی‌شود، غافل از آنکه در اثر شیوه‌های ارتباطی غیرسازنده، ممکن است بسیاری از توانمندی‌ها و استعداد‌های مثبت روانی و تحصیلی جوانان نادیده انگاشته شود و همین امر می‌تواند خسارات جبران‌ناپذیری را بر



شکل ۱. مدل پیشنهادی پژوهش

واحد اسلامشهر انتخاب شد با توجه به چنین روشی، فرایند نمونه‌گیری در این پژوهش به این صورت است که ابتدا به واحد دانشکده‌ها مراجعه شده و سپس با توجه به رشته‌ها و کلاس‌ها، تعدادی از آن‌ها انتخاب و مورد آزمون واقع شدند. پرسشنامه‌ها به مدت ۶۰ روز بر روی دانشجویان اجرا شد. کلاین (۲۰۰۵) برای مطالعاتی که از روش مدل‌یابی معادلات ساختاری استفاده می‌کنند، راه حل ویژه‌ای را جهت تعیین حجم نمونه پیشنهاد کرده است. به عقیده او حداقل نسبت حجم نمونه برای هر پارامتر برآورد شده، ۵ نفر است؛ نسبت ۱۰ به ۱ مناسب‌تر و ۲۰ به ۱ مطلوب

2 - Cludius, B., Mennin, D., & Ehring, T

## روش پژوهش

روش پژوهش حاضر، به لحاظ روش گردآوری داده‌ها توصیفی-همبستگی از طریق الگویابی معادلات ساختاری است. جامعه آماری پژوهش حاضر را کل دانشجویان دختر و پسر دانشگاه‌های آزاد شهر تهران در سال تحصیلی ۱۳۹۹ تشکیل داد که همگی در مقطع کارشناسی مشغول به تحصیل هستند. روش نمونه‌گیری نیز از نوع نمونه‌گیری خوشه‌ای چند مرحله‌ای بود. با توجه به شهرستان‌های مختلف استان، از طریق نمونه‌گیری خوشه‌ای تعداد ۵ واحد تهران مرکز، علوم و تحقیقات، تهران شمال، شهر قدس و

1 - Chapman, A. L.

به دست آورده‌اند (عبداللهی و همکاران، ۲۰۱۳). نتایج تحلیل عامل به شیوه مؤلفه‌های اصلی نشان داده است که پرسشنامه خودتنظیمی یک ساختار هفت عاملی دارد که شامل تمرکز مجدد مثبت/ برنامه‌ریزی، ارزیابی مثبت/ دیدگاه وسیع، پذیرش، سرزنش دیگران، سرزنش خود، نشخوار فکری و فاجعه انگاری است. روایی محتوایی پرسشنامه خودتنظیمی، بر اساس داوری هشت نفر از متخصصان روان‌شناسی بررسی و ضرایب توافق کندال برای زیر مقیاس‌ها از ۰/۸۱ تا ۰/۹۲ محاسبه شد. در پژوهش خدایانه و همکاران (۱۳۹۶) آلفای کرونباخ راهبردهای منفی (ناکارآمد) ۰/۸۹ به دست آمد.

**۲. پرسشنامه بلوغ عاطفی سینگ و بهارگاوا (۱۹۹۱):** این مقیاس ۴۸ سؤال دارد و یاشویر سینگ و ماهیش بهار گاوا در سال ۱۹۹۱ آن را تدوین کرده‌اند. هدف آن بررسی ابعاد مختلف بلوغ عاطفی (عدم ثبات عاطفی، بازگشت عاطفی، فروپاشی شخصیت، سازگاری اجتماعی و فقدان استقلال) است. جمع کل نمرات به عنوان نمره بلوغ عاطفی آزمودنی در نظر گرفته می‌شود. به این صورت که هر چه این نمرات پایین‌تر باشد، بلوغ عاطفی فرد بالاتری خواهد بود. نحوه نمره‌گذاری گزینه‌های این پرسشنامه عبارت است از: هرگز نمره «۱»، احتمالاً «۲»، نامشخص «۳»، زیاد «۴» و خیلی زیاد «۵». تفسیر نمرات بر اساس ثبات بلوغ عاطفی به این ترتیب است: نمره ۵۰-۸۰، بسیار ثبات، ۸۱-۸۸ نسبتاً با ثبات، ۸۹-۱۰۶ بی‌ثبات، ۱۰۷-۱۴۰ بسیار بی‌ثبات. روایی این مقیاس در برابر معیارهای بیرونی یعنی پرسشنامه سازگاری حوزه «گها»، برای دانشجویان کالج توسط سینها و سینگ تعیین شده است. پرسشنامه حوزه «گها» سازگاری عاطفی دانشجویان کالج را اندازه می‌گیرد و تعداد سؤال‌های این حوزه ۲۱ مورد است. همبستگی گشتاوری حاصل بین کل نمرات در ۲۱ سؤال حوزه گها و کل نمرات در مقیاس بلوغ عاطفی ۰/۶۴ گزارش شده است (سراج خرمی و صفرزاده، ۱۳۹۱). پایایی مقیاس توسط آزمون بازآزمون بر روی دانشجویان اندازه‌گیری شد که دختران و پسران ۲۴-۲۰ را شامل می‌شد. فاصله زمانی بین این دو آزمون ۶ ماه بود و همبستگی گشتاوری بین این دو اجرا ۰/۷۵ بود (ایمانی و محب، ۱۳۸۸).

قلمداد می‌شود. در مدل مفروض پژوهش حاضر، طبق دیدگاه کلاین ۱۸ پارامتر اندازه‌گیری می‌شود. بنابراین برای دستیابی به نتایج قابل قبول (با استفاده از قاعده ۲۰ به نمونه‌ای برابر با ۳۸۶ شرکت کننده کافی است. ولی از آنجا که احتمال دارد بسیاری از پرسشنامه‌ها به صورت ناقص جواب داده شوند، تصمیم بر این شد که حداقل ۴۲۰ شرکت کننده وارد این پژوهش شوند. پس از تکمیل پرسشنامه‌ها توسط دانشجویان، تمامی آن‌ها تورق می‌شود و مورد بررسی قرار گرفت.

### ابزارهای پژوهش

**۱. پرسشنامه تنظیم شناختی هیجانی گارنفسکی و کرایچ (۲۰۰۶):** پرسشنامه تنظیم شناختی هیجان گارنفسکی و کرایچ (۲۰۰۶) یک ابزار ۱۸ گویه‌ای است که راهبردهای تنظیم شناختی هیجانی را در پاسخ به حوادث تهدیدکننده و استرس‌زای زندگی در اندازه‌های پنج درجه‌ای از یک (هرگز) تا پنج (همیشه) برحسب ۹ زیرمقیاس زیر می‌سنجد: سرزنش خود، سرزنش دیگران، نشخوارگری، فاجعه انگاری، تمرکز مجدد مثبت، تمرکز مجدد بر برنامه‌ریزی، ارزیابی مجدد مثبت، دیدگاه وسیع و پذیرش. نمره بیشتر، نشان دهنده استفاده بیشتر فرد از آن راهبرد شناختی محسوب می‌شود. ضریب آلفا برای خرده مقیاس‌های این پرسشنامه در دامنه ۰/۷۱ تا ۰/۸۱ و ضریب اعتبار خرده مقیاس‌های آن به شیوه بازآزمایی به فاصله زمانی ۱۴ ماهه در دامنه ۰/۴۸ تا ۰/۶۱ گزارش شده است. راهبردهای خودتنظیمی را می‌توان هم در امتداد یک بعد در نظر گرفت (مقابل شناختی) و هم به دو نوع راهبرد مقابله‌ای بیشتر سازش یافته (مثبت/ کارآمد) و کمتر سازش یافته (منفی/ ناکارآمد) تقسیم کرد. تمرکز مجدد مثبت/ تمرکز بر برنامه‌ریزی، ارزیابی مجدد مثبت/ دیدگاه وسیع (کم‌اهمیت شماری) و پذیرش راهبردهای مقابله‌ای بیشتر سازش یافته هستند و خودسرزنش‌گری، دیگر سرزنش‌گری، نشخوار فکری و فاجعه‌نمایی از راهبردهای مقابله‌ای کمتر سازش یافته محسوب می‌شوند. در ایران نیز ضریب آلفا برای خرده مقیاس‌های این آزمون را در دامنه ۰/۶۲ تا ۰/۹۱ و همچنین ضریب اعتبار این عوامل را به شیوه بازآزمایی با فاصله زمانی یک هفته بین ۰/۷۵ تا ۰/۸۸

۴. پرسشنامه الگوهای ارتباطی خانواده فیتزپاتریک و ریچ (۱۹۹۰): این پرسشنامه یک ابزار خودگزارش دهی است که توسط فیتزپاتریک و ریچی (۱۹۹۰) به منظور اندازه‌گیری ابعاد الگوهای ارتباطی خانواده یا به عبارت دیگر ابعاد جهت‌گیری گفت‌وشنود و جهت‌گیری هم‌نواپی خانواده طراحی شد. دارای ۲۶ سؤال و ۲ خرده‌مقیاس شامل جهت‌گیری گفت‌وشنود (۱، ۲، ۳، ۴، ۵، ۶، ۷، ۸، ۹، ۱۰، ۱۱، ۱۲، ۱۳، ۱۴، ۱۵) و جهت‌گیری هم‌نواپی (۱۶، ۱۷، ۱۸، ۱۹، ۲۰، ۲۱، ۲۲، ۲۳، ۲۴، ۲۵، ۲۶) است. سؤالات بر روی طیف لیکرت ۵ درجه‌ای از اصلاً در مورد من درست نیست = ۰، کمی در مورد من درست است = ۱، اغلب در مورد من درست است = ۲، خیلی در مورد من درست است = ۳ و کاملاً در مورد من درست است = ۴ نمره‌گذاری می‌شود. حداقل و حداکثر نمره در این مقیاس در دامنه‌ای از صفر تا ۱۰۴ است. نمره بیشتر در هر دو خرده‌مقیاس به معنای آنست که آزمودنی چنین ادراک می‌کند که در خانواده او جهت‌گیری گفت‌وشنود یا هم‌نواپی بیشتری وجود دارد. کوروش نیا و لطیفیان (۱۳۸۶) ضریب همسانی درونی (آلفای کرونباخ) را برای خرده‌مقیاس‌ها به ترتیب ۰/۸۷٪ و ۰/۸۱٪ گزارش کرد. در ایران نیز این مقیاس توسط کوروش نیا و لطیفیان هنجاریابی شده است.

#### یافته‌ها

میانگین و انحراف استاندارد شرکت‌کنندگان برابر با ۲۳/۸۴ (۳/۵۴) سال بود؛ در ادامه شاخص‌ها و یافته‌های توصیفی متغیرهای پژوهش در جدول (۱) آورده شده است.

۳. پرسشنامه تمایز یافتگی خود اسکورن و فریدلندر (۱۹۹۸): فرم اولیه این پرسشنامه توسط اسکورن و فریدلندر در سال ۱۹۹۸ تهیه شده و سپس در سال ۲۰۰۳ توسط اسکورن و اسمیت (به نقل از شایگان، ۱۳۹۲) مورد تجدید نظر قرار گرفته است. این پرسشنامه دارای ۴۵ ماده و ۴ مؤلفه واکنش‌پذیری هیجانی، موقعیت من، گسلس عاطفی و هم‌آمیختگی با دیگران است، در این پرسشنامه ماده‌ها در یک طیف شش‌رتبه‌ای لیکرت (۱= کاملاً مخالفم تا ۶= کاملاً موافقم) مرتب شده است. که حداقل و حداکثر نمره در این پرسشنامه به ترتیب ۴۵ و ۲۷۶، و نمره کمتر در این پرسشنامه نشانه سطح پایین تمایز یافتگی است. یونسی (۱۳۸۵) ضرایب پایایی بازآزمایی برای کل پرسشنامه ۰/۸۵؛ و برای مؤلفه‌های واکنش‌پذیری هیجانی ۰/۷۷، موقعیت من ۰/۶۰، گسلس عاطفی ۰/۶۵ و امتزاج با دیگران ۰/۷۰؛ اسکورن و اسمیت (۲۰۰۳) این ضرایب در کل پرسشنامه ۰/۹۲ و برای واکنش عاطفی ۰/۸۹، گسلس عاطفی ۰/۸۴، موقعیت من ۰/۸۱ و آمیختگی با دیگران ۰/۸۱. آقاجانی، شوقی و نعیمی (۱۳۹۳) ضرایب کل پرسشنامه ۰/۸۳ و بازآزمایی ۰/۸۱ و برای چهار مؤلفه از ۰/۷۷ تا ۰/۸۵ گزارش کرده‌اند. روایی سازه این پرسشنامه از طریق تحلیل عاملی بیانگر تأیید چهار عامل واکنش‌پذیری هیجانی، موقعیت من، گسلس عاطفی و هم‌آمیختگی با دیگران است (امانی و همکاران، ۱۳۹۵). در پژوهش اسکبان (۱۳۸۴) ضریب آلفای کرونباخ ۰/۸۱ و در پژوهش شکیبایی به روش بازآزمایی ۰/۸۱ بوده است که پایایی بالای این پرسشنامه را نشان می‌دهد.

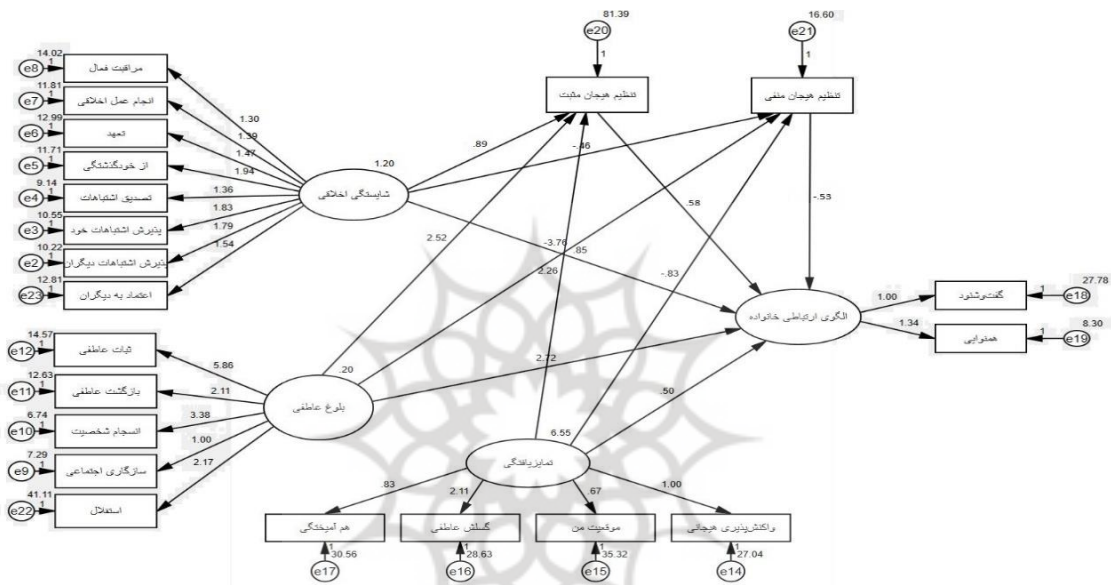
جدول ۱. یافته‌های توصیفی خرده‌مقیاس‌های پژوهش

شاخص آماری	میانگین	انحراف استاندارد	کجی	کشیدگی
واکنش‌پذیری هیجانی	۳۹/۳۵	۵/۸۰	۰/۳۶	-۱/۱۱
موقعیت من	۴۰/۹۴	۶/۱۹	-۰/۰۶	-۱/۶۰
گسلس عاطفی	۳۵/۳۴	۷/۶۲	۰/۷۰	-۰/۲۶
هم‌آمیختگی	۴۰/۹۴	۵/۹۳	۰/۰۳	-۱/۶۰
تنظیم شناختی هیجان مثبت	۲۸/۵۷	۱۰/۹۰	۰/۰۸	-۰/۷۹
تنظیم شناختی هیجان منفی	۲۰/۶۵	۵/۱۹	-۰/۲۳	-۰/۶۲
ثبات عاطفی	۳۱/۹۱	۴/۶۵	-۰/۴۷	-۰/۷۲
بازگشت عاطفی	۲۹/۷۴	۳/۶۸	-۰/۱۰	-۰/۵۸

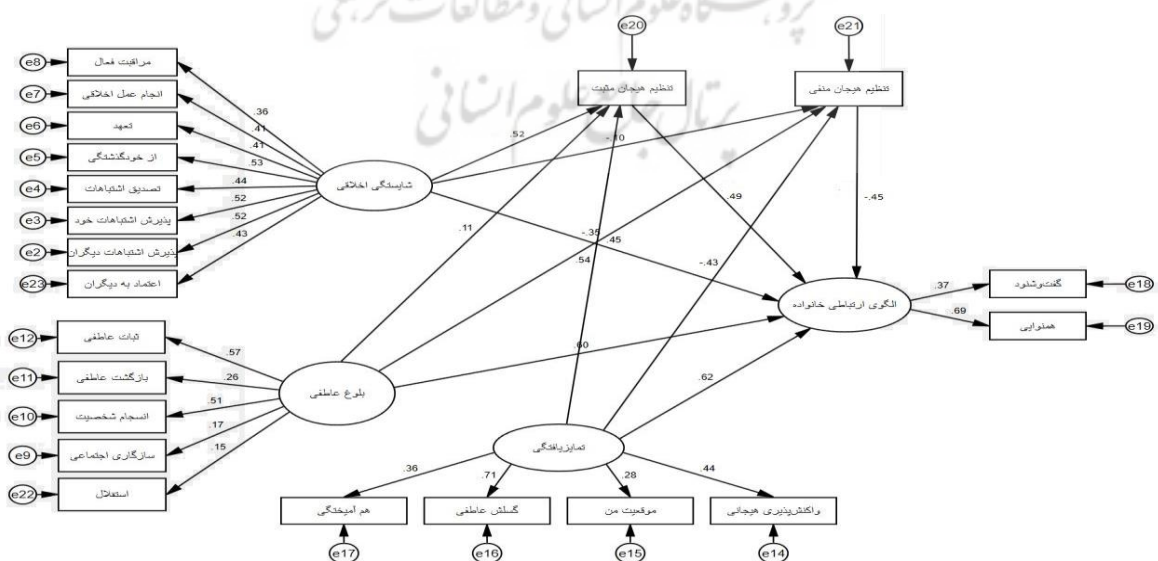
انسجام شخصیت	۲۷/۱۸	۳/۰۲	۰/۵۰	-۰/۱۳
سازگاری اجتماعی	۲۶/۶۸	۲/۷۴	-۰/۰۲	-۰/۲۹
استقلال	۲۹/۸۷	۶/۴۹	۰/۲۷	-۱/۳۲
همنوایی	۳۰/۳۳	۵/۸۵	۰/۰۹	-۰/۶۲
گفت‌وشنود	۲۷/۶۰	۴/۴۵	-۰/۴۱	۰/۳۸

استاندارد شده و استاندارد نشده به همراه برخی از مهمترین شاخص‌های برازش تحلیل مسیر مدل اولیه در شکل و جدول زیر ارائه شده است.

نتایج جدول میانگین، انحراف استاندارد، کجی و کشیدگی هر یک از متغیرهای پژوهش به همراه مؤلفه‌های آن را نشان می‌دهد. نتایج مربوط به اجرای مدل در حالت



شکل ۲. مدل در حالت ضرایب استاندارد نشده



شکل ۳. مدل در حالت ضرایب استاندارد شده



جدول ۲. شاخص‌های برازش مدل

شاخص‌های برازش		نام شاخص
مقدار	حد مجاز	
۲/۳۲	کمتر از ۳	$\frac{\chi^2}{df}$
۰/۰۶	کمتر از ۰/۱	RMSEA <sup>۱</sup> (ریشه میانگین خطای برآورد)
۰/۹۷	بالاتر از ۰/۹	CFI <sup>۲</sup> (برازندگی تعدیل یافته)
۰/۹۶	بالاتر از ۰/۹	NFI <sup>۳</sup> (برازندگی نرم شده)
۰/۹۶	بالاتر از ۰/۹	GFI <sup>۴</sup> (نیکویی برازش)
۰/۹۴	بالاتر از ۰/۹	AGFI <sup>۵</sup> (نیکویی برازش اصلاح شده)

مناسبی برخوردار است. با توجه به اینکه در مدل‌های آزمون شده بالا، مسیرهای بین متغیرها همان فرضیه‌های پژوهش هستند، در ادامه به همراه جدول اثرات مستقیم و غیرمستقیم به آزمون سایر فرضیه‌های پژوهش پرداخته شده است.

به طور کلی در کار با برنامه اموس هر یک از شاخص‌های بدست آمده به تنهایی دلیل برازندگی یا عدم برازندگی مدل نیستند و این شاخص‌ها را در کنار هم بایستی تفسیر نمود. مقدارهای بدست آمده برای این شاخص‌ها نشان می‌دهد که در مجموع الگو در جهت تبیین و برازش از وضعیت

جدول ۳. ضرایب و معناداری اثر مستقیم بلوغ عاطفی و تمایز یافتگی بر الگوی ارتباطی خانواده

متغیر پیش بین	متغیر ملاک	نوع اثر	$\beta$ استاندارد شده	آماره معناداری	سطح معناداری
بلوغ عاطفی	الگوی ارتباطی خانواده	مستقیم	۰/۶۰	۵/۱۹	۰/۰۰۱
تمایز یافتگی	الگوی ارتباطی خانواده	مستقیم	۰/۶۲	۵/۳۰	۰/۰۰۱

همچنین تمایز یافتگی اثر مستقیم مثبت معنادار بر الگوی ارتباطی خانواده داشته است ( $P=۰/۰۵$ )؛ بدین معنا که با افزایش تمایز یافتگی، سطح الگوی ارتباطی خانواده افزایش می‌یابد ( $P=۰/۰۵$ ).

آنچه از نتایج جدول ۳ برمی‌آید این است که بلوغ عاطفی اثر مستقیم معنادار بر الگوی ارتباطی خانواده داشته است ( $P=۰/۰۵$ )؛ بدین معنا که با افزایش بلوغ عاطفی، سطح الگوی ارتباطی خانواده افزایش می‌یابد ( $P=۰/۰۵$ ).

جدول ۴. ضرایب و معناداری اثر مستقیم بلوغ عاطفی و تمایز یافتگی بر تنظیم شناختی هیجان

متغیر پیش بین	متغیر ملاک	نوع اثر	$\beta$ استاندارد شده	آماره معناداری	سطح معناداری
بلوغ عاطفی	تنظیم شناختی هیجان مثبت	مستقیم	۰/۱۱	۱/۷۹	۰/۱۹
بلوغ عاطفی	تنظیم شناختی هیجان منفی	مستقیم	-۰/۳۵	-۳/۲۵	۰/۰۰۱
تمایز یافتگی	تنظیم شناختی هیجان مثبت	مستقیم	۰/۶۰	۵/۰۳	۰/۰۰۱

- 1 Root Mean Square Error Approximation
- 2 Comparative Fit Index
- 3 Normed Fit Index
- 4 Goodness of Fit Index
- 5 Goodness of Fit Index

تمایز یافتگی	تنظیم شناختی هیجان منفی	مستقیم	-۰/۴۳	-۳/۸۳	۰/۰۰۱
--------------	----------------------------	--------	-------	-------	-------

همچنین تمایز یافتگی بر تنظیم شناختی هیجان مثبت اثر مستقیم معنادار داشته است ( $P=0/05$ )؛ تمایز یافتگی بر تنظیم شناختی هیجان منفی اثر مستقیم منفی معنادار داشته است ( $P=0/05$ ).

آنچه از نتایج ۴ فوق برمی‌آید این است که بلوغ عاطفی اثر مستقیم مثبت بر تنظیم شناختی هیجان مثبت و اثر مستقیم منفی بر تنظیم شناختی هیجان منفی داشته است ( $P=0/05$ )؛ همچنین شایستگی اخلاقی اثر مستقیم منفی بر تنظیم شناختی هیجان منفی داشته است ( $P=0/05$ ).

جدول ۵. ضرایب و معناداری اثر مستقیم تنظیم شناختی هیجان بر الگوی ارتباطی خانواده

متغیر پیش بین	متغیر ملاک	نوع اثر	$\beta$ استاندارد شده	آماره معناداری	سطح معناداری
تنظیم شناختی هیجان مثبت	الگوی ارتباطی خانواده	مستقیم	۰/۴۹	۴/۱۰	۰/۰۰۱
تنظیم شناختی هیجان منفی	الگوی ارتباطی خانواده	مستقیم	-۰/۴۵	-۳/۹۹	۰/۰۰۱

هیجان منفی اثر مستقیم منفی بر الگوی ارتباطی خانواده داشته است ( $P=0/05$ ).

آنچه از نتایج جدول ۵ برمی‌آید این است که تنظیم شناختی هیجان مثبت اثر مستقیم بر الگوی ارتباطی خانواده داشته است ( $P=0/05$ )؛ همچنین تنظیم شناختی

جدول ۶. ضرایب و معناداری اثر غیرمستقیم بلوغ عاطفی بر الگوی ارتباطی خانواده

متغیر پیش بین	متغیر ملاک	نوع اثر	$\beta$ استاندارد شده	آماره سوبل	سطح معناداری
بلوغ عاطفی	الگوی ارتباطی خانواده	غیرمستقیم (به واسطه تنظیم هیجان مثبت)	۰/۱۶	۲/۰۶	۰/۰۳
بلوغ عاطفی	الگوی ارتباطی خانواده	غیرمستقیم (به واسطه تنظیم هیجان منفی)	۰/۰۶	۰/۸۹	۰/۲۵

این است که بلوغ عاطفی اثر غیرمستقیم بر الگوی ارتباطی خانواده به واسطه ی تنظیم هیجان منفی داشته است ( $P=0/05$ ).

جهت بررسی اثر متغیر میانجی تنظیم شناختی هیجان در رابطه بین بلوغ عاطفی با الگوی ارتباطی خانواده، از آزمون سوبل استفاده گردید. آنچه از نتایج جدول فوق برمی‌آید

جدول ۷. ضرایب و معناداری اثر غیرمستقیم تمایز یافتگی بر الگوی ارتباطی خانواده

متغیر پیش بین	متغیر ملاک	نوع اثر	$\beta$ استاندارد شده	آماره سوبل	سطح معناداری
تمایز یافتگی	الگوی ارتباطی خانواده	غیرمستقیم (به واسطه تنظیم هیجان مثبت)	۰/۳۰	۳/۴۳	۰/۰۰۱

۰/۰۲	۲/۴۰	۰/۱۹	غیرمستقیم(به واسطه تنظیم هیجان منفی)	الگوی ارتباطی خانواده	تمایز یافتگی
------	------	------	--------------------------------------	-----------------------	--------------

برطرف کردن نیازهای روانی و عاطفی افراد دیگر احساس مسئولیت کند و از الگوهای ارتباطی خوبی برخوردار باشند. با مطالعه سبزی و شیخ‌الاسلامی (۱۳۹۴) در پژوهش خود به بررسی رابطه بلوغ عاطفی و الگوهای ارتباطی خانواده و همدلی پرداخت. نتایج مطالعه او نشان می‌دهد بین بلوغ عاطفی با مؤلفه گفت‌و شنود الگوهای ارتباطی خانواده و مؤلفه‌های همدلی رابطه معناداری وجود دارد. با نتایج این پژوهش همسو است. بلوغ عاطفی مراحل متفاوتی دارد و در بزرگسالی به کمال خواهد رسید. با ادامه رشد، فرد به نقطه ای از حساسیت می‌رسد که می‌تواند با دیگران همدلی داشته باشد و این به معنی حس کردن احساسات دیگران و توانایی درک دیگران است بلوغ عاطفی نشان دهنده چگونگی تنظیم کردن هیجان‌ات، صمیمیت، همدلی، ثبات روانی و استقلال است. فردی که بتواند موارد یاد شده در تعریف بلوغ عاطفی را به درستی و با راهبردهای مع این تنظیم کند، از نظر عاطفی بالغ است؛ بنابراین در تبیین این یافته می‌توان نتیجه گرفت کسانی که از الگوهای هم‌نواپی ارتباطی خانواده استفاده می‌کنند بلوغ عاطفی پایین‌تری دارند. بنابراین بلوغ عاطفی به توانایی هدایت و تسهیل تمایلات عاطفی برای رسیدن به اهداف در نظر گرفته شده اشاره دارد. بلوغ عاطفی توانایی افراد برای مدیریت عواطف خود و همچنین ارزیابی حالت‌های عاطفی دیگران در روابط بین فردی، به منظور اتخاذ تصمیمات و اقدامات مناسب تعریف شود. برجسته‌ترین علامت بلوغ عاطفی توانایی تحمل تنش و در عین حال بی‌تفاوتی به برخی از محرک‌هایی است که بر فرد اثر می‌گذارد و ممکن است او را دستخوش احساسات منفی می‌کنند.

نتایج نشان داد که تمایز یافتگی اثر مستقیم مثبت معنادار بر الگوی ارتباطی خانواده داشته است. بدین معنا که با افزایش تمایز یافتگی، سطح الگوی ارتباطی خانواده افزایش می‌یابد. در راستای نتایج بدست آمده فخاری (۱۳۹۱)، پژوهشی تحت عنوان نقش میانجی‌گری تمایز یافتگی خود

جهت بررسی اثر متغیر میانجی تنظیم شناختی هیجان در رابطه بین تمایز یافتگی با الگوی ارتباطی خانواده، از آزمون سوبل استفاده گردید. آنچه از نتایج جدول فوق برمی‌آید این است که تمایز یافتگی اثر غیرمستقیم بر الگوی ارتباطی خانواده به واسطه تنظیم هیجان مثبت و منفی داشته است ( $P=0/05$ ).

### بحث و نتیجه‌گیری

پژوهش حاضر با هدف نقش واسطه‌ای تنظیم شناختی هیجان در رابطه بین بلوغ عاطفی و تمایز یافتگی خود با الگوهای ارتباطی خانواده در جوانان انجام شد. نتایج نشان داد که بلوغ عاطفی اثر مستقیم معنادار بر الگوی ارتباطی خانواده داشته است. بدین معنا که با افزایش بلوغ عاطفی، سطح الگوی ارتباطی خانواده افزایش می‌یابد. در راستای نتایج بدست آمده جعفری هرندی و رجایی موسوی (۱۳۹۸)، پژوهشی تحت عنوان رابطه بلوغ عاطفی، حمایت اجتماعی ادراک شده و جو عاطفی خانواده در بین دانش‌آموزان دختر دوره دوم متوسطه شهر قم انجام دادند. طبق نتایج به دست آمده: ۱. بین «بلوغ عاطفی»، «حمایت اجتماعی ادراک شده» و «جو عاطفی خانواده» همبستگی مثبت و معنادار وجود دارد. ۲. حمایت اجتماعی ادراک شده و جو عاطفی خانواده می‌توانند بلوغ عاطفی را پیش‌بینی کنند. ۳. تنها در متغیر «بلوغ عاطفی» تفاوت معناداری بین دانش‌آموزان ناحیه ۱ و ۴ مشاهده شد. در تبیین نتایج بدست آمده می‌توان گفت بلوغ عاطفی رشدی است که انتظار می‌رود افراد بتوانند به کنترل احساسات و دریافت و شناخت آن دست پیدا کنند و بر اساس آن رفتار بکنند، فردی که به رشد عاطفی کامل رسیده باشد در زندگی شخصی خود از توانایی برقراری ارتباطی صحیح با همسالان و اطرافیان خود برخوردار است و در تعامل با همسالان خویش موفق عمل می‌کند با استناد به پژوهش‌های مشابه و همسو با آن احمدی (۱۳۹۵) نشان داد که فرد با بلوغ فردی بتواند با در نظر گرفتن نیازهایش در کنار یک انسان زندگی کند و برای

دارد که از رفتارهای اجتنابی استفاده کنند. در افراد تمایز نیافته احساسات فرد بر منطق و عقل غلبه دارد و تصمیم‌گیری بر اساس واکنش هیجانی صورت می‌گیرد. این افراد از مواجهه با مسائل و مشکلات هیجانی حل نشده و روابط صمیمانه با دیگران اجتناب می‌کنند. در صورت بروز تعارض و اختلاف نظر، تلاشی برای متقاعد کردن طرف مقابل و برقراری تفاهم نمی‌کنند و از تعارض فرار می‌کنند. افرادی که دارای الگوهای ارتباطی هم‌نوایی هستند، از یکدیگر انتقاد می‌کنند، به سرزنش یکدیگر می‌پردازند، اما افراد با سطح تمایز یافتگی بالا، به جهت این که می‌توانند در موقعیت‌های استرس‌زا، عقلانی‌تر برخورد کنند، انتظار می‌رود بیشتر از الگوهای ارتباطی گفت‌وشنود استفاده کنند. این گروه از افراد، مشکلات و مسائل خود را با یکدیگر در میان می‌گذارند، از پرخاشگری اجتناب می‌کنند و واکنش‌های منطقی نشان می‌دهند. افراد با سطح تمایز بالا، دارای پختگی هیجانی هستند، انعطاف پذیرند، قادر به برقراری و ادامه روابط صمیمانه با یکدیگرند و می‌توانند از آن لذت ببرند. افرادی که از الگوی ارتباطی گفت‌وشنود بیشتر بهره می‌برند، از رفتارهای مخرب پرهیز و برای حفظ و تداوم رابطه سالم تلاش می‌کنند، احساس می‌کنند همدیگر را درک می‌کنند، احساساتشان را به طور مناسب بروز داده و برای مشکل ارتباطی پیشنهاد راه حل داده و با هم مذاکره می‌کنند در نتیجه از زندگی خود بیشتر راضی هستند.

نتایج نشان داد که بلوغ عاطفی اثر مستقیم مثبت بر تنظیم شناختی هیجان مثبت و اثر مستقیم منفی بر تنظیم شناختی هیجان منفی داشته است. همچنین شایستگی اخلاقی اثر مستقیم منفی بر تنظیم شناختی هیجان منفی داشته است. مرشدلو و حسامی (۱۳۹۳)، پژوهشی تحت عنوان رابطه تنظیم هیجانی با بلوغ عاطفی انجام دادند. بلوغ عاطفی: بلوغ صرفاً به معنای قابلیت نگرش و عمل خاص نیست، بلکه توانایی لذت کامل از آنها را هم شامل می‌شود، برجسته‌ترین علامت بلوغ عاطفی توانایی تحمل تنش است و یک علامت دیگر، بی‌تفاوتی به برخی از انواع محرک‌ها است که بر فرد، اثر می‌گذارد و او را بی‌حوصله یا دستخوش احساسات می‌نماید تنظیم هیجانی: به عنوان فرایند آغاز، حفظ، تعدیل یا تغییر در بروز، شدت یا استمرار احساس

در رابطه بین الگوهای ارتباطی خانواده و سلامت روان انجام داد. نتایج تحلیل مسیر، نشان داد: الف) جهت‌گیری گفت‌وشنود در تعاملات خانوادگی، پیش‌بینی‌کننده‌ی مثبت و جهت‌گیری هم‌نوایی پیش‌بینی‌کننده منفی و معنادار سلامت روان است. ب) جهت‌گیری هم‌نوایی قادر به پیش‌بینی منفی هم‌آمیختگی با دیگران، برش هیجانی و واکنش‌پذیری هیجانی است؛ در حالی که جهت‌گیری گفت‌وشنود قادر به پیش‌بینی جایگاه من به صورت مثبت است. ج) گفت‌وشنود به واسطه جایگاه من، می‌تواند سلامت روان را پیش‌بینی نماید و هم‌نوایی به واسطه‌ی هم‌آمیختگی با دیگران، برش هیجانی و واکنش‌پذیری هیجانی قادر به پیش‌بینی سلامت روان است. در مجموع یافته‌ها بیانگر آن بود که تمایز یافتگی خود، در رابطه‌ی بین الگوهای ارتباطی خانواده و سلامت روان، نقش واسطه‌ای کامل را ایفا می‌کند. این یافته را می‌توان اینگونه استنباط کرد جوانان به تعامل با یکدیگر در زندگی می‌پردازند و به صورت کلامی و غیرکلامی، افکار و احساسات خود را با یکدیگر مبادله می‌کنند. تمایز یافتگی افراد بر نحوه ارتباط آنها با یکدیگر تأثیر می‌گذارد. افراد با تمایز یافتگی بالا به هیجانات خودآگاهی دارند و قادر به سنجش متفکرانه موقعیت هستند. این افراد توانایی رشد من مستقل را در روابط صمیمانه دارند و می‌توانند در روابط عمیق آرامش و راحتی خود را حفظ کنند و از امتزاج و گسلس عاطفی برای تعدیل تنش‌های درونی اجتناب می‌کنند. تمایز یافتگی، از آمیختگی افراد در مواقع بحرانی جلوگیری می‌کند و آنها را قادر می‌سازد تا مشکلات موجود در رابطه را با عقل و منطق و نه بر اساس واکنش‌پذیری‌های هیجانی و احساسی، رفع کنند و در سمت مقابل، تمایز یافتگی افراد از طریق فاصله‌گیری عاطفی از یکدیگر در موقعیت‌های دشوار، آنها را به سمت نارضایتی در روابط سوق می‌دهد. تاسون و فریدلندر (۲۰۰۰) گزارش کردند که رضایتمندی افراد وابسته به سطح تمایز یافتگی آنها است. فرد تمایز نیافته در موقعیت‌های استرس‌زا از افراد دیگر فاصله می‌گیرد و اجتناب می‌کند. بنابراین افرادی که نتوانند در موقعیت‌های استرس‌زا، کارکرد مناسبی داشته باشند، از تمایز یافتگی پایینی برخوردار هستند و از الگوهای ارتباطی ناکارآمد استفاده می‌کنند. افراد با تمایز یافتگی پایین بیشتر احتمال



که بر اساس آن می‌تواند از بحران‌های دائمی زندگی جلوگیری کند. چنین فردی به پیشرفت‌های فعلی خود متکی است و به گذشته خود، هر چند هم باشکوه بوده باشد، اتکایی ندارد و به کارهایی از قبیل امور جنسی، عشق، ازدواج و تربیت کودک با روشن فکری می‌نگرد. چنین شخصی قدرت کنترل احساسات و عواطف خود را دارد. بنابراین بلوغ عاطفی می‌تواند پیش‌بینی‌کننده تنظیم هیجان‌های مثبت در افراد باشد.

نتایج نشان داد که تمایزیافتگی بر تنظیم شناختی هیجان مثبت اثر مستقیم معنادار داشته است. همچنین تمایزیافتگی بر تنظیم شناختی هیجان منفی اثر مستقیم منفی معنادار داشته است. نتایج پژوهش حاضر نشان می‌دهد که میان تمایزیافتگی خود و تنظیم شناختی هیجان مثبت رابطه مثبت وجود دارد. بدین معنی که افرادی که تمایزیافته‌اند می‌توانند هیجان‌های خود را به طور مثبتی ابراز و کنترل کنند و هیجان‌های دیگران را نیز درک کنند. این بیانگر نقش و اهمیت تمایزیافتگی در پی ریزی و نحوه ارتباط در بزرگسالی است. هم چنین افرادی که بیشتر تمایزیافته‌اند در درک و کنترل هیجان‌های خود توانمندتر هستند و بنابراین زندگی آنها توأم با رضایت بیشتری است. از سوی دیگر تحقیقات بسیاری رابطه میان مشکلات تمایزیافتگی بزرگسالی با مشکلات روان شناختی شدید، نقص در مهارت حل مساله و مقابله کردن، مشکل در تصمیم‌گیری‌های شغلی، دلبستگی ناایمن اجتنابی و حتی توانایی بالقوه در سواستفاده جسمی از افراد را نشان می‌دهند (لیم و لی، ۲۰۲۰). به طور کلی، به نظر می‌رسد مفهوم تمایزیافتگی خود با حوزه‌های متنوعی از عملکرد روان شناختی از جمله آشفتگی در روابط مرتبط است. این یافته‌ها با نتایج اسکورن (۲۰۰۰) مبنی بر این که افراد تمایزیافته در زندگی خود با مشکلات کمتری رو به رو هستند، مطابقت می‌کند. زیرا که این افراد توانایی بیشتری برای بیان و ابراز هیجان‌های خود به شیوه‌ای مثبت و کنترل شده و هم چنین توانایی رشد مستقل در روابط صمیمانه را دارا هستند. در واقع، جدایی میان افکار و احساس و حفظ آرامش و اضطراب اندک مشخص‌کننده تمایزیافتگی‌اند، باعث می‌شود تا فرد بهتر بتواند به شناسایی و توصیف

درونی هیجان مرتبط با فرایندهای اجتماعی-روانی فیزیکی-در به انجام رساندن اهداف فرد تعریف می‌شود تنظیم هیجانی به عنوان تلاش‌های به کار گرفته شده به وسیله اشخاص برای حفظ، مهار و افزایش تجربه ابراز هیجانی تعریف می‌شود. به عبارتی دیگر تنظیم هیجانی به فرایندهای اشاره دارد که از طریق آنها تعیین خواهد شد که چه هیجانی تجربه گردیده و چه زمانی چگونه ابراز شدند. در تنظیم هیجان به تعامل بهینه‌ای از شناخت و هیجان جهت مقابله با شرایط منفی نیاز است. زیرا انسان‌ها با هر چه مواجه می‌شود آن را تفسیر می‌کند و تفسیرهای شناختی تعیین‌کننده واکنش‌های افراد است بنابراین نمیتوان نقش تنظیم هیجان شناختی را در سازگاری افراد با وقایع استرس‌زای زندگی نادیده گرفت. در تبیین نتیجه پژوهش حاضر احتمالاتی فرض می‌شود، بلوغ عاطفی نشان‌دهنده چگونگی تنظیم کردن هیجان‌ها، صمیمیت، همدلی، ثبات روانی و استقلال است. فردی که بتواند هیجان‌هایش را به درستی و با راهبردهای معین تنظیم کند، به استقلال عاطفی رسیده باشد، در خلق و هیجان‌های خود ثبات روانی داشته باشد و در صمیمیت و همدلی به درستی عمل کند، از نظر عاطفی بالغ است. برخی از نشانه‌های بلوغ عاطفی مثل تنظیم هیجان‌ها، ثبات روانی و استقلال در زندگی فردی، صمیمیت و همدلی در زندگی بین فردی تأثیر خود را نشان می‌دهد. فردی که در ابعاد فردی و بین فردی درست عمل می‌کند از زندگی خود در این حیطه‌ها راضی است. همچنین انسانی که به رشد و بلوغ عاطفی دست یافته باشد قادر به درک خود و مسائل دینی و اجتماعی است و می‌تواند در برابر به تأخیر انداختن نیازهای خود مقاومت کند. افراد با بلوغ عاطفی بالا هیجان‌های مثبت بیشتری را تجربه می‌کنند و ارزیابی مثبت بیشتری از پیرامون خود دارند. افرادی که بلوغ عاطفی مطلوبی از زندگی ندارند ارزیابی نامطلوبی از خود و دیگران و رویدادها دارند و هیجان‌های منفی بیشتری را تجربه می‌کنند. بر این اساس می‌توان فرض کرد عدم ثبات عاطفی به عنوان یکی از مؤلفه‌های بلوغ عاطفی می‌تواند در ارزیابی نامطلوب از رویدادها و عدم رضایت از زندگی نقش داشته باشد. انسانی که به بلوغ عاطفی رسیده باشد فلسفه زندگی معینی دارد

تحلیل ساختار تنظیم هیجانی مثبت و جهت‌گیری گفت‌و شنود تبیین کرد. در خانواده‌هایی که در جهت‌گیری گفت‌و شنود نمرات بیشتری می‌گیرند، ارتباطات خودانگیزه و آزادانه بیشتری بین والدین و فرزندان وجود دارد. والدین این خانواده‌ها بیشتر در مورد افکار و احساسات خود با فرزندانشان صحبت می‌کنند، آنها ابزار هیجان‌ها را تشویق می‌کنند و توجه کودکان را به احساسات و انگیزه‌های دیگران جلب می‌نمایند. والدین چنین خانواده‌هایی بیشتر پذیرای عواطف فرزندان خود هستند و آنها را تشویق می‌کنند تا افکار و احساسات خود را بیان کنند. در نتیجه فرزندان این خانواده‌ها می‌آموزند که هیجان‌های خود را چه مثبت و چه منفی ابراز کنند و قادر به درک هیجان‌های طرف مقابل خود نیز باشند. در این خانواده‌ها دامنه وسیعی از موضوعات مورد بحث و تبادل نظر قرار می‌گیرد و فعالیت‌ها، افکار و احساسات شخصی خود را با یکدیگر در میان می‌گذارند. بنابراین فرزندان در تعامل با والدین یاد می‌گیرند که کدام موقعیت‌ها، کدام هیجان‌ها را می‌خوانند و چگونه باید به هیجان‌های ابراز شده توسط دیگران واکنش نشان داد. والدین این خانواده‌ها نیازی به کنترل فرزندان خود یا تصمیم‌گیری در مورد آنها احساس نمی‌کنند و آنها را تشویق می‌کنند که در رفتار و احساساتشان تامل کنند.

محدودیت ابزار اندازه‌گیری متغیرها که فقط از پرسشنامه‌های خودگزارشی استفاده گردیده است. از آن جایی که تنها ابزار جمع‌آوری داده‌ها در این پژوهش پرسشنامه بوده است، لذا پیشنهاد می‌شود به منظور افزایش اعتبار نتایج به دست آمده از شیوه‌های دیگری مانند مصاحبه و مشاهده به همراه پرسشنامه‌ها در گردآوری داده‌های پژوهش استفاده شود. با توجه به این که پژوهش در یک جامعه محدود انجام شده است نسبت به تعمیم نتایج به جوامع دیگر باید جانب احتیاط را رعایت نمود. در جهت اطمینان نسبت به نتایج حاصله از این پژوهش انجام پژوهش‌های گسترده‌تر در جوامع بزرگ‌تر پیشنهاد می‌شود. داده‌ها و تحلیل‌های پژوهش حاضر از نوع مطالعات مقطعی است و از این رو نتیجه‌گیری علی در مورد داده‌ها صحیح نیست. و باید پژوهش‌های طولی در این باره صورت بگیرد. بنابراین استفاده از روش‌های طولی و نیز بلندمدت می‌تواند

هیجان‌ها را در روابط صمیمی دارند و می‌توانند در روابط عمیق، آرامش و راحتی خود را حفظ کنند و بنابراین از هم جوشی عاطفی و یا جدایی عاطفی برای تعدیل تنش‌های درونی خود اجتناب می‌کنند؛ در حالی که افراد کمتر تمایز یافته، یا به هم جوشی با دیگران متمایل می‌شوند و به این ترتیب با جدایی از افراد مهم زندگی از پا در می‌آیند و یا به جدایی عاطفی تن می‌دهند و بنابراین هنگام مواجه شدن با صمیمیت عاطفی، واکنش اضطرابی نشان می‌دهند و تنظیم هیجانی پایینی دارند.

نتایج نشان داد که تنظیم شناختی هیجان مثبت اثر مستقیم بر الگوی ارتباطی خانواده داشته است. همچنین تنظیم شناختی هیجان منفی اثر مستقیم منفی بر الگوی ارتباطی خانواده داشته است. در راستای نتایج بدست آمده حیدرزاده و جاویدی (۱۳۹۳)، پژوهشی تحت عنوان رابطه بین الگوهای ارتباطی خانواده با تنظیم شناختی هیجان در دانش‌آموزان دبیرستانی دختر دبیرستان‌های شهر شیراز انجام دادند. نتایج نشان داد که بین بعد هم‌نوایی الگوهای ارتباطی خانواده با راهبردهای مثبت تنظیم شناختی هیجان رابطه منفی معنادار و با راهبردهای منفی تنظیم شناختی هیجان مثبت معنادار وجود دارد و بین بعد گفت‌و شنود الگوهای ارتباطی خانواده با راهبردهای مثبت تنظیم شناختی هیجان رابطه مثبت معنادار و با راهبردهای منفی تنظیم شناختی هیجان رابطه منفی معنادار وجود دارد. همچنین یافته‌ها نشان داد که الگوهای ارتباطی خانواده دارای قدرت پیش‌بینی معناداری برای ابعاد تنظیم شناختی هیجان می‌باشند. بر این اساس چند احتمال می‌توان رابطه جهت‌گیری گفت‌و شنود خانواده را از طریق

۱۴۵-۱۵۹

جعفری هرنندی، رضا و رجایی موسوی، سیده فاطمه. (۱۳۹۸). رابطه بلوغ عاطفی، حمایت اجتماعی ادراک شده و جو عاطفی خانواده در بین دانش آموزان دختر دوره دوم متوسطه شهر قم. فصلنامه اندیشه های نوین تربیتی، ۱۵ (۲)، ۱۷۲-۱۴۸.

حاج حسینی، منصوره؛ جعفری، فاطمه و محمدی، مریم. (۱۳۹۶). اثربخشی آموزش مهارت‌های مثبت اندیشی مبتنی بر رویکرد اسلامی بر بلوغ عاطفی و شکیبایی دختران نوجوان. نشریه علوم تربیتی از دیدگاه اسلام، ۱ (۲)، ۸۱-۶۹.

خداپناه، مژده؛ سهرابی، فرامرز؛ احدی، حسن و تقی لو، صادق. (۱۳۹۶). نقش واسطه‌ای تنظیم شناختی هیجان در رابطه بین سیستم های رفتاری با رفتارهای خوردن در افراد دارای اضافه وزن و چاقی. فصلنامه پژوهش در سلامت روان شناختی، ۱۱ (۴)، ۷۳-۵۵.

دهستانی، مهدی؛ ابراهیمی، مریم و ابوهاشمی مقدم، سیده زهرا. (۱۳۹۸). پیش‌بینی مهارت ارتباط بین فردی در دانش آموزان بر اساس میزان بلوغ عاطفی و اضطراب اجتماعی. فصلنامه پژوهش‌های روانشناسی اجتماعی، ۳۶ (۱۱)، ۱۲۸-۱۱۵.

سبزی، ندا و شیخ‌الاسلامی، راضیه. (۱۳۹۴). نقش واسطه‌ای نمودارهای عاطفی در رابطه بین الگوهای ارتباطی خانواده و همدلی. فصلنامه روانشناسی تحولی: روانشناسان ایرانی، ۴۶ (۱۱)، ۱۵۳-۱۴۱.

سراج خرمی، ناصر؛ و صفرزاده، سحر. (۱۳۹۱). مقایسه ویژگی‌های روان‌شناختی، جو عاطفی خانواده و اندیشه‌پردازی خودکشی بین دختران فراری و عادی شهر اهواز. روان‌شناسی اجتماعی (یافته‌های نو در روان‌شناسی)، ۷ (۱۱)، ۱۴۸-۲۳.

فخاری، نرگس. (۱۳۹۱). نقش میانجی‌گری تمایز‌یافتگی خود در رابطه بین الگوهای ارتباطی خانواده و سلامت روان. پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه شیراز.

کوروش نیا، مریم و لطیفیان، مرتضی. (۱۳۸۶). بررسی روایی و پایایی ابزار تجدیدنظر شده الگوهای ارتباطات خانواده. مجله خانواده پژوهی، ۳ (۱۲)، ۸۷۵-۸۵۵.

مرشدلو، زهرا و حسامی، الهام. (۱۳۹۳). رابطه تنظیم هیجانی با بلوغ عاطفی. سومین همایش ملی سلامت روان و تندرستی، قوچان.

به بهبود و تعمیم یافته‌ها کمک بیشتری نماید. با توجه به این که بلوغ عاطفی در مقابله با مشکلات و جنبه‌های مختلف زندگی اجتماعی مانند سازگاری تحصیلی و شغلی تاثیرگذار است و خانواده نقش مهمی در ارتقای این بلوغ در فرزندان ایفا می‌کند، پیشنهاد می‌شود کلاس های آموزشی مناسبی به منظور نحوه برخورد صحیح با فرزندان، به ویژه در مناطق محروم تر شهر به دلیل مشکلات بیشتر فرهنگی و اقتصادی ایجاد شود. برنامه ریزی های آموزشی صحیحی برای خانواده، معلمان، اساتید و مسئولان مدرسه و دانشگاه انجام شود، تا احساس درک حمایت توسط آنها به طور فزاینده تری در فرزندان به عمل آید. پیشنهاد می‌شود تا کارگاه های آموزش خودمتمایزسازی برای دانشجویان برگزار شود تا به خودآگاهی برسند و بدانند که چگونه با دیگران روابط اجتماعی داشته باشند و این که چطور روابط خود را مدیریت کنند. چون دانشجویان با تمایز‌یافتگی بالا از سطح بالاتری از تنظیم هیجانی برخوردارند و تنظیم هیجانی بالاتر همان طور که یافته‌های نشان می‌دهد باعث افزایش تمایز‌یافتگی می‌شود.

### تعارض منافع

این پژوهش با هزینه شخصی نویسنده اول انجام و بین نویسندگان آن هیچ تضاد منافی وجود نداشت.

### منابع

آزادی، شهدخت و ناهیدپور، فرزانه. (۱۳۹۵). پیش‌بینی مقدار تمایز‌یافتگی دختران از روی مقدار تمایز‌یافتگی مادران: بررسی انتقال های بین نسلی. فصلنامه زن و جامعه، ۷ (۴)، ۱۳۶-۱۲۵.

اسکیان، پرستو. (۱۳۸۴). بررسی تأثیر روان نمایش‌گری بر افزایش تمایز‌یافتگی فرد از خانواده اصلی در دانش آموزان دختر دبیرستانی منطقه ۵ تهران. پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه تربیت معلم تهران.

اسلام زاده، بابک؛ رشیدی، هاجر و فکریان، سمیه. (۱۳۹۵). تعیین نقش میانجی‌گری خودکارآمدی عمومی در رابطه تمایز‌یافتگی خود و هویت اجتماعی دانشجویان. پژوهش‌های مشاوره، دوره ۱۵، شماره ۵۷، صص: ۵۷-۴۱.

جعفری صحرارودی، ملیحه. (۱۳۹۹). رابطه الگوهای ارتباطی خانواده با سازگاری و شادکامی. نشریه پیشرفت های نوین در روانشناسی، علوم تربیتی و آموزش و پرورش، ۲۴ (۱۱)،

- of Business Communication, 2329488420932299.
- Pollatos, O., & Ferentzi, E. (2018). Embodiment of emotion regulation. In *Embodiment in Psychotherapy* (pp. 43-55). Springer, Cham.
- Qomar, R. (2019). Relationship Between Emotional Maturity and Aggressiveness on Football Supporters (Doctoral dissertation, UNTAG).
- Rajan, C. S., & Joseph, H. B. (2019). Self esteem and emotional maturity among adolescents. *International Journal of Nursing Care*, 7(1), 27-29.
- Rawat, C., & Gulati, R. (2019). Influence of Home Environment and Peers Influence on Emotional Maturity of Adolescents. *Integrated Journal of Social Sciences*, 6(1), 15-18.
- Sakiris, N., & Berle, D. (2019). A systematic review and meta-analysis of the Unified Protocol as a transdiagnostic emotion regulation based intervention. *Clinical psychology review*, 72, 101751.
- Wester, K. L., & King, K. (2018). Family communication patterns and the mediating role of communication competence and alexithymia in relation to nonsuicidal self-injury. *Journal of Mental Health Counseling*, 40(3), 226-239.
- Zhu, X. (2019, June). Relationship between Self-differentiation and Self-disclosure of College Students: The Mediating Role of Peer Attachment. In 3rd International Conference on Economics and Management, Education, Humanities and Social Sciences (EMEHSS 2019). Atlantis Press.
- Bajaj, S., & Nancy, S. (2019). Study of Gender Difference in Emotional Maturity among Adolescents. *Journal of Exercise Science & Physiotherapy Vol*, 15(1).
- Campbell-Salome, G., Rauscher, E. A., & Freytag, J. (2019). Patterns of communicating about family health history: Exploring differences in family types, age, and sex. *Health Education & Behavior*, 46(5), 809-817.
- Chapman, A. L. (2019). Emotion regulation difficulties and borderline personality disorder: The moderating role of race. *Personality Disorders: Theory, Research, and Treatment*.
- Chow, J., Lau, B. H. P., & Kong, S. S. T. (2020). Conformity builds walls, conversation breaks walls: Actor-partner interdependence analysis on communication patterns and perceived political similarity in Hong Kong young adults and their parents.
- Cludius, B., Mennin, D., & Ehring, T. (2020). Emotion regulation as a transdiagnostic process. *Emotion*, 20(1), 37.
- Doba, K., Berna, G., Constant, E., & Nandrino, J. L. (2018). Self-differentiation and eating disorders in early and middle adolescence: A cross-sectional path analysis. *Eating behaviors*, 29, 75-82.
- Garnefski, N., & Kraaij, V. (2018). Specificity of relations between adolescents' cognitive emotion regulation strategies and symptoms of depression and anxiety. *Cognition and Emotion*, 32(7), 1401-1408.
- Hanson, T. A., & Olson, P. M. (2018). Financial literacy and family communication patterns. *Journal of Behavioral and Experimental Finance*, 19, 64-71.
- Kim, H., Prouty, A. M., Smith, D. B., KO, M. J., Wetchler, J. L., & Oh, J. E. (2015). Differentiation and Healthy Family Functioning of Koreans in South Korea, South Koreans in the United States, and White Americans. *Journal of marital and family therapy*, 41(1), 72-85.
- Lai, K.W., Khaddage, F., Knezek, G. (2018). Blending student technology experiences in formal and informal learning. *Journal of Computer Assisted Learning*; 29 (5): 414-425.
- Lim, S. A., & Lee, J. (2020). Gender Differences in the Relationships between Parental Marital Conflict, Differentiation from the Family of Origin, and Children's Marital Stability. *The American Journal of Family Therapy*, 1-16.
- Mikkelsen, A. C., & Hesse, C. (2020). Conceptualizing and Validating Organizational Communication Patterns and Their Associations with Employee Outcomes. *International Journal*