

Research Paper

The Mediating Role of Intrinsic Motivation in the Relationship of Emotion Regulation Styles and Self-determination With Goal Pursuit In Iranian Adolescents



Fatemeh Sadr¹ , *Ghazaleh Zargarinejad¹ , Fahimeh Fathali Lavasani¹ , Komeil Zahedi Tajrishi¹

1. Department of Clinical Psychology, School of Behavioral Sciences and Mental Health (Tehran Institute of Psychiatry), Iran University of Medical Sciences, Tehran, Iran.



Citation Sadr F, Zargarinejad Gh, Fathali Lavasani F, Zahedi Tajrishi K. [The Mediating Role of Intrinsic Motivation in the Relationship of Emotion Regulation Styles and Self-determination With Goal Pursuit In Iranian Adolescents (Persian)]. *Iranian Journal of Psychiatry and Clinical Psychology*. 2024; 29(4):478-493. <http://dx.doi.org/10.32598/ijpcp.29.4.4694.1>

<http://dx.doi.org/10.32598/ijpcp.29.4.4694.1>

Received: 14 Aug 2023

Accepted: 07 Dec 2023

Available Online: 01 Jan 2024

ABSTRACT

Objectives Pursuing goals can help adolescents gain a sense of meaning and purpose in life. On the other hand, failure to achieve goals can lead to depression and despair. Considering the importance of goal pursuit in adolescence, the present study aims to examine the mediating role of intrinsic motivation in the relationship of emotion regulation styles and self-determination with goal pursuit in Iranian adolescents.

Methods This is a descriptive-correlational study using structural equation modeling (SEM). The study population consists of adolescents aged 15-19 in Tehran, Iran, of whom 503 were selected from high schools in four districts in Tehran using a convenience sampling method. They were asked to complete four questionnaires, including the persistence scale, emotion regulation inventory, emotional autonomy scale, and intrinsic motivation inventory. Data analysis was done by SEM using Amos software, version 22 and SPSS software, version 22.

Results The emotion regulation styles, including dysregulated ($\beta=-0.204$, $P=0.001$), suppressive ($\beta=0.124$, $P=0.040$), and integrative ($\beta=0.359$, $P=0.001$) had a significant relationship with goal pursuit in adolescents. Based on the Bootstrap test results, the dysregulated ($\beta=-0.054$, $P=0.007$) and integrative ($\beta=0.094$, $P=0.001$) emotion regulation styles had an indirect relationship with goal pursuit through intrinsic motivation. Self-determination had no significant relationship with goal pursuit ($P=0.137$, $\beta=0.077$).

Conclusion In Iranian adolescents, the integrative emotion regulation style can positively affect goal pursuit by promoting intrinsic motivation. Therefore, in interventions for improving goal pursuit in adolescents, this emotion regulation style should be considered to promote their intrinsic motivation and persistence in goal pursuit.

Key words:

Emotion regulation styles, Self-determination, Intrinsic motivation, Goal pursuit, Adolescents

* Corresponding Author:

Ghazaleh Zargarinejad, Assistant Professor.

Address: School of Behavioral Sciences and Mental Health (Tehran Institute of Psychiatry), Iran University of Medical Sciences Tehran, Iran.

Tel: +98 (21) 66551668

E-mail: zargarinejad.gh@iums.ac.ir



Copyright © 2024 The Author(s);
This is an open access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution License (CC-BY-NC: <https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/legalcode.en>), which permits use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited and is not used for commercial purposes.

Extended Abstract

Introduction

Self-determination theory (SDT) is a human motivation theory with interesting implications for fulfillment of goals [15]. Self-determination refers to volitional actions taken by people based on their wills and self-determined behaviors as behaviors come from conscious choices [20]. According to this theory, individuals with high self-determination or autonomy are self-motivated and self-directed, and are better able to follow their goals and desires. To overcome negative emotions and continue pursuing the goal, it is necessary for people to use effective ways to regulate their negative emotions [5, 6].

Intrinsic motivation is a prominent concept in SDT. This theory distinguishes between intrinsic and extrinsic motivation [25]. Intrinsic or autonomous motivation involves engaging in self-determined behavior that is consistent with intrinsic goals, leading to personal endorsement, interest, and satisfaction. In contrast, extrinsic or controlled motivation refers to engaging in behaviors performed for extrinsic reasons, such as obtaining rewards, approval from others, or avoiding punishment or guilt [26]. Given the importance of goal pursuit in adolescence, the present study aims to examine the mediating role of intrinsic motivation in the relationship of emotion regulation styles and self-determination with goal pursuit in adolescents.

Methods

This is a cross-sectional study using the structural equation modeling (SEM). Participants were male and female high school students aged 15-19 in Tehran, Iran in 2022. The sample size was calculated to be 236 people using Gpower software considering an alpha of 0.05, effect size

of 0.10, and test power of 0.90. However, to improve the generalizability of the results, it increased to 503. Sampling was done in 4-5 months using on convenience sampling method. The inclusion criteria were age 15-19 years and being a high school student in Tehran. The exclusion criteria were any illness or physical disability that avoid completing the questionnaires and not answering more than 30% of items. Participants filled out the persistence scale, the emotion regulation inventory, the emotional autonomy scale, and the intrinsic motivation inventory.

Results

In this study, participants were 310 female and 193 male high school students. The results showed that the dysregulated ($\beta=-0.204$, $P=0.001$), suppressive ($\beta=0.124$, $P=0.040$), and integrative ($\beta=0.359$, $P=0.001$) emotion regulation styles had significant correlations with goal pursuit. Moreover, the dysregulated ($\beta=-0.164$, $P=0.013$) and integrative ($\beta=0.283$, $P=0.001$) styles directly and significantly correlated with intrinsic motivation (Tables 1 and 2). According to the results in Table 3, Intrinsic motivation was found to have a direct and significant correlation with goal pursuit ($P=0.001$, $\beta=0.332$). Furthermore, intrinsic motivation was found to have a mediating role in the relationship of dysregulated ($\beta=-0.054$, $P=0.007$) and integrative ($\beta=0.094$, $P=0.001$) emotion regulation styles with goal pursuit. Self-determination could not significantly predict goal pursuit ($\beta=0.077$, $P=0.137$) neither directly nor through intrinsic motivation ($\beta=0.066$, $P=0.265$).

Conclusion

The findings showed the integrative emotion regulation style both directly and through intrinsic motivation facilitated goal pursuit in high school students, while

Table 1. Correlation matrix between the study variables

| Variables | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
|---------------------|----------|---------|----------|-------|---------|---|
| Goal pursuit | 1 | | | | | |
| Internal motivation | 0.347** | 1 | | | | |
| Dysregulated style | -0.212** | -0.076 | 1 | | | |
| Suppressive style | 0.173** | 0.068 | -0.142** | 1 | | |
| Integrated style | 0.352** | 0.249** | 0.014 | 0.087 | 1 | |
| Self determination | 0.081 | 0.089* | 0.032 | 0.015 | 0.120** | 1 |

* $P<0.05$, ** $P<0.01$.

Table 2. Fit indices of the study model

| Fit index | RMSEA | PCLOSE | CFI | IFI | GIF | X ² /df |
|------------------|-------|--------|-------|-------|-------|--------------------|
| Obtained value | 0.045 | 0.987 | 0.904 | 0.905 | 0.879 | 2.021 |
| Acceptable value | <0.08 | >0.05 | >0.90 | >0.90 | >0.90 | <3 |

Iranian Journal of
PSYCHIATRY AND CLINICAL PSYCHOLOGY

Abbreviations: RMSEA: Root mean square error of approximation; CFI: Comparative fit index, IFI: Incremental fit index, GIF: Goodness of fit index.

Table 3. Direct and indirect coefficients between the study variables in the SEM model

| Variables | β | SE | t | Sig. |
|---|--------|-------|--------|-------|
| Dysregulated emotion regulation style -> Goal pursuit | -0.204 | 0.120 | -3.93 | 0.001 |
| Suppressive emotion regulation style -> Goal pursuit | 0.124 | 0.141 | 2.42 | 0.040 |
| Integrative emotion regulation style -> Goal pursuit | 0.359 | 0.242 | 5.85 | 0.001 |
| Self-determination -> Goal pursuit | 0.077 | 0.214 | 1.50 | 0.137 |
| Dysregulated emotion regulation style -> Intrinsic motivation | -0.164 | 0.202 | -3.06 | 0.013 |
| Suppressive emotion regulation style -> Intrinsic motivation | -0.026 | 0.241 | -0.49 | 0.718 |
| Integrative emotion regulation style -> Intrinsic motivation | 0.283 | 0.384 | 4.75 | 0.001 |
| Self-determination -> Intrinsic motivation | 0.066 | 0.214 | 1.50 | 0.265 |
| Intrinsic motivation -> Goal pursuit | 0.332 | 0.036 | 5.57 | 0.001 |
| Dysregulated emotion regulation style -> Goal pursuit (indirect path) | -0.054 | 0.016 | -0.109 | 0.007 |
| Suppressive emotion regulation style -> Goal pursuit (indirect path) | -0.009 | 0.036 | -0.047 | 0.681 |
| Integrative emotion regulation style -> Goal pursuit (indirect path) | 0.094 | 0.165 | 0.045 | 0.001 |

Iranian Journal of
PSYCHIATRY AND CLINICAL PSYCHOLOGY

dysregulated emotion regulation hindered their goal pursuit directly and through intrinsic motivation. The suppressive emotion regulation style was found to facilitate goal pursuit but not through intrinsic motivation. In contrast, self-determination could not predict goal pursuit.

Since negative emotions may lead to reassessing the strategies applied to achieve a goal, integrative emotion regulation can help the process of goal pursuit [21]. In contrast, the dysregulated emotion regulation style causes the overwhelming of negative emotions and impairs problem-solving ability for overcoming obstacles during goal pursuit [41].

Interestingly, suppressive emotion regulation facilitated goal pursuit in adolescents. One explanation is people from the Eastern culture tend to suppress emotions more

and society members are expected to refrain from expressive manifestations of their emotions; Therefore, people with higher expressive suppression from the Eastern cultures act more adaptively in their society [42, 43].

Intrinsic motivation played a mediating role in the relationship of dysregulated and integrative emotion regulation styles with goal pursuit. integrative emotion regulation style with openness to emotional experience increases motivation for pursuing goals [20, 27]. On the other hand, overwhelming by negative emotions leads to a loss of motivation during goal pursuit, which prevents effective goal pursuit [41].

Contrary to our expectations, self-determination did not predict goal pursuit either directly or through intrinsic motivation. When goals are chosen freely with-

out external pressure, they can satisfy the need for autonomy, leading to putting much effort into achieving the goal [49, 50]. Maybe Iranian adolescents' goals are mainly extrinsic, i.e., they are controlled by their families and are less "self-concordant" [51]. This finding implies that autonomy support, which is crucial for increasing intrinsic motivation [55], may be insufficiently endorsed in the Eastern culture. Therefore, parents in Iran may not provide enough autonomy support, and as a result, it cannot predict intrinsic motivation and goal pursuit among Iranian adolescents [57].

Ethical Considerations

Compliance with ethical guidelines

The ethical principles, such as obtaining informed consent from the participants, the confidentiality of their information, giving them the right to leave the study, were observed in this research. Ethical approval was obtained from the Research Ethics Committee of [Iran University of Medical Sciences](#) (Code: IR.IUMS.REC.1401.465).

Funding

This article was extracted from master's thesis of Fatemeh Sadr, approved by Department of Clinical Psychology, School of Behavioral Sciences and Mental Health, [Iran University of Medical Sciences](#).

Authors contributions

Conceptualization: Fatemeh Sadr, Ghazaleh Zargarinejad, Fahimeh Fathali Lavasani; Data collection and implementation: Fatemeh Sadr; Methodology: Komeil Zahedi Tajrishi; Writing the initial draft: Fatemeh Sadr and Ghazaleh Zargarinejad; Supervision: Ghazaleh Zargarinejad, Fahimeh Fathali Lavasani and Komeil Zahedi Tajrishi; Review and editing: All authors.

Conflicts of interest

The authors declared no conflict of interest.

Acknowledgments

The authors would like to thank all the adolescents who participated in the study for their cooperation.

This Page Intentionally Left Blank

پرویشگاه علوم انسانی و مطالعات فرهنگی
پرتال جامع علوم انسانی

مقاله پژوهشی

نقش میانجی انگیزش درونی در رابطه میان سبک‌های تنظیم هیجان و خودتعیین‌گری با پیگیری هدف در نوجوانان

فاطمه صدر^۱، غزاله زرگری نژاد^۱، فهیمه فتحعلی لواسانی^۱، کمیل زاهدی تاجریشی^۱

۱. گروه روانشناسی بالینی، دانشکده علوم رفتاری و سلامت روان (انستیتو روانپزشکی تهران)، دانشگاه علوم پزشکی ایران، تهران، ایران.

Use your device to scan and read the article online

**Citation** Sadr F, Zargarinejad Gh, Fathali Lavasani F, Zahedi Tajrishi K. [The Mediating Role of Intrinsic Motivation in the Relationship of Emotion Regulation Styles and Self-determination With Goal Pursuit In Iranian Adolescents(Persian)]. *Iranian Journal of Psychiatry and Clinical Psychology*. 2024; 29(4):478-493. <http://dx.doi.org/10.32598/ijpcp.29.4.4694.1> <http://dx.doi.org/10.32598/ijpcp.29.4.4694.1>

چکیده

تاریخ دریافت: ۲۳ مرداد ۱۴۰۲

تاریخ پذیرش: ۱۶ آذر ۱۴۰۲

تاریخ انتشار: ۱۱ دی ۱۴۰۲

اهداف نوجوانی مرحله‌ای مهم و حیاتی در رشد شخصیت است. دوره میانی و اواخر نوجوانی از منظر تعیین اهداف زندگی اهمیت ویژه‌ای می‌یابد. پیگیری اهداف به نوجوانان کمک می‌کند که حس معنا و هدفمندی را به دست آورند. در مقابل، شکست در دستیابی به اهداف می‌تواند به احساس پوچی و ناامیدی منجر شود. با توجه به اهمیت پیگیری هدف در دوران نوجوانی، پژوهش حاضر نقش میانجی انگیزش درونی را در رابطه میان سبک‌های تنظیم هیجان و خودتعیین‌گری با پیگیری هدف در نوجوانان بررسی می‌کند.

مواد و روش‌ها این پژوهش از نوع توصیفی همبستگی و براساس مدل‌یابی معادلات ساختاری انجام شده است. جامعه آماری، نوجوانان ۱۵ تا ۱۹ ساله ساکن تهران بودند که از آن میان با روش نمونه‌گیری در دسترس ۵۰۳ دانش‌آموز دختر و پسر ۱۵ تا ۱۹ ساله از مدارس ۴ منطقه تهران انتخاب شدند و به ۴ پرسش‌نامه مداومت، سبک‌های تنظیم هیجان، خودمختاری هیجانی و انگیزش درونی پاسخ دادند. تجزیه و تحلیل اطلاعات با شیوه مدل‌یابی معادلات ساختاری و با استفاده از نرم‌افزارهای AMOS و SPSS نسخه ۲۲ انجام شد.

یافته‌ها نتایج نشان داد بین انواع سبک‌های تنظیم هیجان اعم از بدتنظیمی هیجانی ($\beta=0/204, P=0/001$)، فرونشانی هیجانی ($P=0/040$)، هیجان یکپارچه ($\beta=0/124$) و هیجان یکپارچه ($\beta=0/359, P=0/001$) با پیگیری هدف در نوجوانان رابطه معناداری وجود دارد. همچنین براساس آزمون بوت استرپ، سبک‌های بدتنظیمی هیجانی ($\beta=0/054, P=0/007$) و هیجان یکپارچه ($\beta=0/094, P=0/001$) از طریق انگیزش درونی اثر غیرمستقیمی بر پیگیری هدف داشتند. در عین حال، خودتعیین‌گری بر پیگیری هدف ($\beta=0/077, P=0/137$) مؤثر نبود.

نتیجه‌گیری یافته‌های این پژوهش نشان داد که در نوجوانان ایرانی سبک تنظیم هیجان یکپارچه می‌تواند از طریق ارتقاء انگیزش درونی، نقش مثبتی بر پیگیری هدف داشته باشد. بنابراین در مداخلاتی که هدف آن‌ها بهبود پیگیری اهداف در سنین نوجوانی است، گنجاندن مؤلفه تنظیم هیجان می‌تواند به ارتقاء انگیزش درونی و مداومت در مسیر اهداف منجر شود.

کلیدواژه‌ها:

سبک‌های تنظیم هیجان، خودتعیین‌گری، انگیزش درونی، پیگیری هدف، نوجوانان

* نویسنده مسئول:

دکتر غزاله زرگری نژاد

نشانی: تهران، دانشگاه علوم پزشکی ایران، دانشکده علوم رفتاری و سلامت روان (انستیتو روانپزشکی تهران)، گروه روانشناسی بالینی.

تلفن: ۹۸ (۲۱) ۶۶۵۵۱۶۶۸

پست الکترونیکی: zargarinejad.gh@iums.ac.ir

Copyright © 2024 The Author(s).

This is an open access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution License (CC-BY-NC: <https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/legalcode.en>), which permits use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited and is not used for commercial purposes.

مقدمه

۷. در واقع، برای رسیدن به اهداف، افراد از فرایند خودتنظیمی استفاده می‌کنند که شامل تعدیل توجه، شناخت، عاطفه یا رفتاری می‌شود که آن‌ها را به نتایج دلخواه نزدیک یا از نتایج نامطلوب دور می‌کند [۱۷]. از این منظر نیز نظریه خودتعیین‌گری کاربرد ویژه‌ای در پیگیری اهداف دارد، زیرا پژوهش‌ها از این نظریه در حوزه تنظیم هیجانات حمایت کرده‌اند [۱۸، ۱۹]. سه سبک تنظیم هیجانی در نظریه خودتعیین‌گری شامل تنظیم هیجان یکپارچه^۷، فرونشانی هیجانی^۸ و بدتنظیمی هیجانی^۹ است [۲۰]. تنظیم هیجان یکپارچه به معنای آگاهی گشوده و متمایز نسبت به حالات هیجانی فرد و داشتن کنجکاوی اصیل نسبت به آن‌هاست. فرونشانی هیجانی به معنای تلاش‌های کنترل‌شده و نامنعطف برای چشم‌پوشی، پرهیز و پنهان کردن هیجانات منفی است و بدتنظیمی هیجانی به معنای تجربه و بیان هیجانات به صورت غیر ارادی است. افرادی که هیجانات آن‌ها تنظیم نشده است، در ابراز و تجربه هیجان احساس اجبار می‌کنند. آن‌ها هیجانات را طاقت‌فرسا و یا نابسامان ادراک می‌کنند و بنابراین احساس می‌کنند که هیجاناتشان با عملکرد مؤثر تداخل می‌کند [۲۰].

از آنجاکه ویژگی اساسی سبک تنظیم هیجانی یکپارچه، خودمختاری در تجربه هیجانی است و فرد نسبت به هیجان در حال تجربه حس عاملیت^{۱۰} دارد [۲۰]، فردی که از سبک تنظیم هیجانی یکپارچه برخوردار است، در مسیر پیگیری هدف نسبت به هیجانات نامطلوب خود آگاهی و گشودگی دارد و به جای اجتناب از هیجانات تلاش می‌کند از آن‌ها به‌عنوان راهنمایی برای رسیدگی به مشکلات و موانع مرتبط با پیگیری هدف استفاده کند [۲۱] و بنابراین پیش‌بینی می‌شود در پیگیری اهداف خود موفق‌تر باشد.

از طرف دیگر، به نظر می‌رسد خودتعیین‌گری و خودمختاری در نوجوانان می‌تواند پیگیری اهداف را تسهیل کند. از آنجاکه نوجوانان نیاز به احساس عامل بودن، خودمختاری، داشتن حق انتخاب و تصمیم‌گیری دارند، وقتی این نیاز در آن‌ها تأمین می‌شود، به‌طور خودانگیخته در فعالیت‌ها شرکت و سطوح بالاتری از انگیزش درونی را تجربه می‌کنند که به نظر می‌رسد در پیگیری اهداف مؤثر واقع می‌شود [۲۲]. پژوهش‌ها نشان داده‌اند انگیزش درونی یا خودمختار مانع از تجربه بحران طی پیگیری هدف می‌شود و به احتمال کمتری، فرد هدف خود را در طی مسیر رها می‌کند [۲۳]. همچنین افرادی که انگیزش درونی دارند، برای رسیدن به اهداف خود تلاش بیشتری می‌کنند و پیشرفت سریع‌تری در رسیدن به هدف خود دارند [۲۴].

نوجوانی دوره‌ای است که فرد به جست‌وجوی بیشتر برای یافتن معنای زندگی خود می‌پردازد. داشتن معنا و هدف می‌تواند در حل بحران هویتی که نوجوان به‌طور معمول در طی این دوره زمانی با آن مواجه است، کمک کند [۱]. در طول زندگی، افراد اهداف شخصی خود را در حیطه‌های مختلف از جمله حیطه شغلی، سلامتی و روابط پیگیری می‌کنند [۲، ۳] و این اهداف به زندگی، ساختار و معنا می‌بخشند [۴]. در عین حال، وجود موانع زیاد [۵] و برانگیخته شدن هیجانات ناخوشایند از جمله اضطراب و شرم، فرایند پیگیری هدف را پیچیده می‌کند [۶، ۷]. در حالی که شکست در دستیابی یا پیشرفت به سمت اهداف به عواطف منفی بهنجار^۱ منجر می‌شود [۸]، شکست مزمن در دستیابی به اهداف با پریشانی مداوم و ایجاد و تداوم اختلالات خلقی و اضطرابی همراه است [۹]. همچنین به عاطفه ملول^۲ [۱۰]، کاهش انگیزه [۱۱] و خودارزیابی منفی [۱۲] به دلیل ناتوانی مزمن در رسیدن به نتیجه مطلوب منجر می‌شود. مطالعات [۱۳] نشان داده‌اند که اهداف شخصی و تلاش‌های فرد در راستای آن‌ها تسهیل‌کننده رشد روان‌شناختی، بهزیستی فردی و رضایت از زندگی است و عدم دستیابی به حالت‌های نهایی مطلوب از طریق پیگیری اهداف شخصی می‌تواند به تجارب آزاردهنده‌ای منجر شوند که ممکن است فرد را مستعد افسردگی کند [۱۴].

نظریه خودتعیین‌گری^۳ [۱۵] که توسط دسی^۴ و رایان^۵ ارائه شد، می‌تواند تولیحات ویژه‌ای در پیگیری اهداف داشته باشد. این نظریه به اعمال ارادی^۶ که توسط افراد براساس تصمیم شخصی انجام می‌شود، می‌پردازد و رفتارهای خودتعیین‌شده را رفتارهایی در نظر می‌گیرد که از انتخاب‌ها و تصمیم‌گیری‌های هوشیارانه و ارادی نشأت می‌گیرند [۱۶]. براساس این نظریه، پیش‌بینی می‌شود افرادی که خودتعیین‌گری بالایی دارند، خودانگیخته و خودهدایت‌شده باشند و بهتر بتوانند اهداف و خواسته‌هایشان را عملی کنند.

از طرف دیگر، ناکامی و مواجهه با چالش‌ها بخشی از فرایند پیگیری اهداف است و تجربه هیجانات منفی در این مسیر، غیرقابل اجتناب به نظر می‌رسد. با تجربه ناکامی و هیجانات منفی متعاقب آن، ممکن است افراد هدف سخت را رها کنند و هدف راحت‌تر و قابل‌دسترس‌تری را برگزینند [۸]. بنابراین برای غلبه بر هیجانات منفی و استمرار در پیگیری هدف، لازم است افراد از راه‌های مؤثری برای تنظیم هیجانات منفی‌شان استفاده کنند [۶].

1. Normative negative affects
2. Dysphoric affect
3. Self-Determination Theory (SDT)
4. Deci
5. Ryan
6. Volitional action

7. Integrative emotion regulation
8. Suppressive emotion regulation
9. Emotion dysregulation
10. Sense of ownership

باتوجه به اهمیت کلیدی پیگیری اهداف در نوجوانی، پژوهش حاضر بر آن است تا با ارائه مدلی درباره پیگیری هدف از منظر نظریه خودتعیین‌گری و بررسی تجربی این مدل، عوامل مؤثر بر پیگیری هدف را اختصاصاً در دوران نوجوانی را بررسی کند. بنابراین هدف از پژوهش حاضر بررسی نقش میانجی انگیزش درونی در رابطه میان سبک‌های تنظیم هیجان و خودتعیین‌گری با پیگیری هدف در نوجوانان است. نتایج این پژوهش می‌تواند به طراحی مداخلاتی کمک کند که هدف آن‌ها بهبود پیگیری هدف در سنین نوجوانی است.

روش

پژوهش حاضر از نوع مقطعی و روش آن توصیفی همبستگی بوده و جامعه آماری آن دانش‌آموزان دختر و پسر سنین ۱۵ تا ۱۹ سال ساکن تهران در سال ۱۴۰۱ بود. روش نمونه‌گیری در دسترس بود، اما برای آنکه تنوع جغرافیایی مناطق تهران در نمونه‌گیری لحاظ شود، از مدارس ۴ منطقه مختلف آموزش و پرورش نمونه‌گیری صورت گرفت. نمونه‌گیری باتوجه به ملاک‌های ورود و خروج انجام شد. حجم نمونه‌ی پژوهش حاضر از طریق نرم‌افزار جی‌پاور^{۱۳} با آلفای ۰/۰۵ و اندازه اثر ۰/۱۰ و توان آزمون ۰/۹۰، تعداد ۲۳۶ نفر محاسبه شد. براساس قاعده کلاین، تعداد نمونه در پژوهش‌های مدلیایی باید حداقل ۲۰۰ نفر باشد [۳۰] و حجم نمونه محاسبه‌شده با قاعده کلاین نیز منطبق بود. درعین حال، باهدف تعمیم‌پذیری بهتر نتایج، نمونه‌گیری با تعداد ۵۰۳ نفر انجام شد. ملاک‌های ورود شامل حداقل سن ۱۵ و حداکثر ۱۹ سال و تحصیل در مقطع دبیرستان بود. ملاک‌های خروج شامل بیماری یا شرایط جسمی که امکان تکمیل پرسش‌نامه را سلب کند و بدون پاسخ ماندن بیش از ۳۰ درصد از گویه‌های پرسش‌نامه‌ها بود.

پس از دریافت کد اخلاق و مجوزهای اداره آموزش و پرورش کل استان تهران، نمونه‌گیری در فاصله زمانی ۴ تا ۵ ماه در سال ۱۴۰۱ با تعداد ۳۱۰ دانش‌آموز دختر و ۱۹۳ دانش‌آموز پسر انجام شد. ابتدا ۴ منطقه به‌صورت در دسترس از میان مناطق آموزش و پرورش شهر تهران انتخاب شد. انتخاب مدارس توسط آموزش و پرورش همان منطقه صورت گرفت و مجوز نمونه‌گیری از ۱ یا ۲ مدرسه در هر منطقه صادر شد. پس از هماهنگی‌های لازم جهت ورود به کلاس ابتدا فرم رضایت آگاهانه توسط دانش‌آموزانی که تمایل به همکاری داشتند تکمیل شد و سپس پرسش‌نامه‌های پژوهش ارائه شد. رویه اجرا و توضیحات لازم درباره پژوهش و تکمیل پرسش‌نامه‌ها در همه مدارس و کلاس‌ها یکسان بود. در طول تکمیل پرسش‌نامه‌ها، پژوهشگر برای پاسخ به سؤال‌های احتمالی دانش‌آموزان در دسترس بود.

انگیزش درونی در نظریه خودتعیین‌گری اهمیت ویژه‌ای دارد. نظریه خودتعیین‌گری به‌عنوان یک نظریه انگیزش ظاهر شده است که بین انگیزش درونی^{۱۱} و بیرونی^{۱۲} تمایز قایل می‌شود [۲۵]. انگیزش درونی به انجام کاری که ذاتاً جالب یا لذت‌بخش است اشاره دارد و به‌عنوان انجام یک فعالیت برای رضایت ذاتی از آن و نه پیامدهای بیرونی تعریف می‌شود [۲۶]. هنگامی که یک فرد انگیزه ذاتی داشته باشد، به‌جای انگیزه‌ها، فشارها یا پاداش‌های بیرونی، برای سرگرمی یا چالشی که همراه با آن است، حرکت می‌کند [۲۶].

همچنین سبک تنظیم هیجانی بر انگیزش درونی در نوجوانان تأثیرگذار است. برای مثال اگر عزت نفس نوجوان به‌دلیل عدم مطالعه یا تلاش ناکافی کاهش یابد، هیجان غم را تجربه خواهد کرد که می‌تواند او را به سمت کار بیشتر و عملکردی مؤثرتر برانگیخته کند. مثال دیگر، هیجان شرم است. وقتی نوجوان به‌دلیل ندانستن یک پاسخ یا نداشتن یک مهارت خاص در جمع همسالان شرم‌منده می‌شود، شرم به او کمک می‌کند در جهت کسب آن مهارت‌ها تلاش کند [۲۷]. درعین حال، نقش سازنده هیجانات مستلزم آن است که فرد نسبت به هیجان در حال تجربه، آگاه و گوشوده باشد و دیدی غیرقضاوت‌گرانه نسبت به آن داشته باشد [۲۰] که همان سبک تنظیم هیجانی یکپارچه در نظریه خودتعیین‌گری است.

پژوهش‌های پیشین نشان داده‌اند که دو متغیر سبک تنظیم هیجانی و خودمختاری می‌توانند تلویحاتی در پیگیری اهداف داشته باشند. براساس پژوهش بنیتا سبک تنظیم هیجانی یکپارچه به تلاش‌های بیشتری به سمت هدف منجر می‌شود [۲۱]. پژوهش‌های دیگری نیز نشان داده‌اند هیجانات تنظیم‌نشده در مسیر هدف، منجر به رها کردن اهداف می‌شود. همچنین برخی پژوهش‌ها همچون بنیتا و همکاران و لوین و همکاران نشان داده‌اند افرادی که در پیگیری اهداف احساس خودمختاری دارند، پیشرفت بیشتری به سمت هدف نشان می‌دهند [۲۸]. درعین حال، این مطالعات عمدتاً بر روی افراد بزرگسال صورت گرفته است و پیگیری هدف در سنین نوجوانی به‌ویژه از منظر نظریه خودتعیین‌گری کمتر مورد توجه بوده است. همچنین مطالعات پیشین مشخص نکرده‌اند که تنظیم هیجان و خودمختاری از چه مسیری ممکن است بر پیگیری هدف مؤثر واقع شود و مکانیسم تأثیر آن‌ها خصوصاً در سنین نوجوانی چیست. به‌طور خاص، نقش میانجی انگیزش درونی نیز در رابطه بین این متغیرها مغفول مانده است.

11. Intrinsic motivation

12. Extrinsic motivation

13. G*power

تعداد ۲۰ پرسش‌نامه به‌دلیل تصادفی جواب دادن و یا عدم پاسخ‌گویی به حداقل ۳۰ درصد از گویه‌ها از مطالعه خارج شدند. ابزارهای مورد استفاده در این پژوهش شامل موارد زیر بود:

پرسش‌نامه مداومت^{۱۴}

این پرسش‌نامه را هاوارد و کراین در سال ۲۰۱۹ در قالب ۱۳ گویه و ۳ خرده‌مقیاس ساخته‌اند. این خرده‌مقیاس شامل مداومت با وجود دشواری^{۱۵}، مداومت با وجود ترس^{۱۶} و مداومت نابجا^{۱۷} می‌شود و در قالب لیکرت ۵ درجه‌ای (۱ خیلی کم، ۲ کم، ۳ متوسط، ۴ زیاد و ۵ خیلی زیاد) نمره‌گذاری می‌شود. دامنه نمرات بین ۱۳ تا ۶۵ محاسبه می‌شود [۳۱]. آلفای کرونباخ به‌دست‌آمده در پژوهش خارجی برای عامل مداومت با وجود دشواری، مداومت با وجود ترس، مداومت نابجا و نمره کل به‌ترتیب ۰/۷۹، ۰/۸۲، ۰/۸۱، ۰/۸۷ می‌باشد [۳۱]. نتایج تحلیل عامل، مدل سه عاملی پرسش‌نامه را تأیید کرد. بررسی ویژگی‌های روان‌سنجی آن در ایران فرشید علی پور در سال ۱۳۹۸ انجام داده است. ضرایب آلفای کرونباخ به‌دست‌آمده از لحاظ روان‌سنجی برای تمام خرده‌مقیاس‌های فرم فارسی ابزار سنجش مداومت رضایتبخش است (دامنه ۰/۶۹ تا ۰/۷۷) [۳۲]. در این مطالعه از مجموع خرده‌مقیاس‌های مداومت با وجود دشواری و مداومت با وجود ترس برای سنجش پیگیری هدف استفاده شده است.

پرسش‌نامه سبک‌های تنظیم هیجان^{۱۸}

این پرسش‌نامه را راث در سال ۲۰۰۹ در ۱۸ گویه و مقیاس لیکرت ۶ درجه‌ای از ۱ (کاملاً موافقم) تا ۶ (کاملاً مخالفم) براساس مفاهیم نظریه خودتعیین‌گری طراحی کرده است. خرده‌مقیاس‌های این پرسش‌نامه شامل تنظیم هیجان یکپارچه^{۱۹}، فرونشانی هیجان^{۲۰} و بد تنظیمی هیجان^{۲۱} است. آلفای کرونباخ محاسبه‌شده برای تنظیم هیجان یکپارچه ۰/۸۹، تنظیم هیجان فرونشانی ۰/۸۵ و بد تنظیمی هیجان ۰/۸۷ می‌باشد [۳۳].

مشخصات روان‌سنجی مقدماتی این پرسش‌نامه در ایران طی این پژوهش مورد بررسی قرار گرفت. ابتدا پرسش‌نامه توسط دو روان‌شناس مستقل که به زبان انگلیسی مسلط بودند، به فارسی ترجمه شد. سپس این دو ترجمه یک‌دست شده و توسط یک فرد دو‌زبان مسلط به فارسی و انگلیسی ترجمه معکوس شد.

14. Persistence Scale (PS)
15. Persistence despite difficulties
16. Persistence despite fear
17. Inappropriate Persistence
18. Emotion Regulation Scale (ERS)
19. Integrative emotion regulation
20. Suppression emotion regulation
21. Emotion dysregulation

ترجمه معکوس با اصل پرسش‌نامه تطبیق داده شد و اصلاحات لازم صورت گرفت. سپس برای اطمینان از رسا بودن ترجمه و قابل فهم بودن گویه‌ها، پرسش‌نامه به ۱۵ نوجوانان ۱۴ تا ۱۹ ساله ارائه شد. نسخه نهایی برای بررسی مشخصات روان‌سنجی بر روی ۶۰ نفر (۲۱ پسر) در دامنه سنی ۱۴ تا ۱۹ سال اجرا شد. نمونه‌ها از ۳ مدرسه جمع‌آوری شد و به هرکدام یک کد اختصاص یافت. ۳ هفته بعد از ۳۰ نفر از آن‌ها خواسته شد مجدداً پرسش‌نامه را پر کنند. آلفای کرونباخ به‌دست‌آمده برای ۳ خرده‌مقیاس بد تنظیمی هیجانی، فرونشانی هیجانی، تنظیم هیجان یکپارچه به‌ترتیب ۰/۸۲، ۰/۸۶، ۰/۶۹ به دست آمد. همبستگی پیرسون به‌دست‌آمده از تحلیل آماری داده‌ها برای بد تنظیمی هیجانی، فرونشانی هیجانی و تنظیم هیجان یکپارچه به‌ترتیب ۰/۸۷، ۰/۷۸ و ۰/۶۵ درصد می‌باشد که نشان‌دهنده مطلوب پایایی آزمون بازآزمون است.

مقیاس خودمختاری هیجانی^{۲۲}

مقیاس خودمختاری هیجانی را اولین بار استینبرگ و سیلوربرگ در سال ۱۹۸۶ تدوین کرده‌اند. این پرسش‌نامه دارای ۲۰ گویه است و پاسخ‌ها براساس طیف لیکرت ۴ درجه‌ای (کاملاً موافقم=۴) و (کاملاً مخالفم=۱) درجه‌بندی می‌شوند. آلفای کرونباخ به‌دست‌آمده در پژوهش خارجی برابر با ۰/۷۵ و روایی آن ۰/۶۰ می‌باشد [۳۴]. آن‌هایتا مهرپور در سال ۱۳۹۴ انطباق و بررسی ویژگی‌های روان‌سنجی این مقیاس را در ایران انجام داده است. ۸ گویه به‌دلیل بار عاملی کمتر از ۰/۳ از جمع سؤال‌ها حذف شدند. بنابراین در پژوهش حاضر، پرسش‌نامه خودمختاری هیجانی با ۱۲ گویه مورد استفاده قرار گرفت. آلفای کرونباخ کل مقیاس برابر با ۰/۶۵ و پایایی آن برابر با ۰/۷ به دست آمد [۳۵]. طراحان پرسش‌نامه معتقدند خودمختاری در نوجوانان، مربوط به نیازهای روان‌شناختی آن‌ها است نه جسمانی و انتخاب عنوان خودمختاری هیجانی برای پرسش‌نامه ناظر بر همین بعد روان‌شناختی خودمختاری است که فرایندی هیجانی نه صرفاً شناختی در نظر گرفته می‌شود [۳۶].

پرسش‌نامه انگیزش درونی^{۲۳}

این پرسش‌نامه که انگیزه درونی فعالیت مربوط به اهداف آزمودنی‌ها را ارزیابی می‌کند، ابتدا دسی و رایان در سال ۱۹۸۵ ساخته‌اند و دارای ۴۵ گویه است. پاسخ‌ها در یک مقیاس لیکرت ۷ درجه‌ای (اصلاً درست نیست=۱) تا (کاملاً درست است=۷) درجه‌بندی می‌شوند. آلفای کرونباخ به‌دست‌آمده در پژوهش خارجی ۰/۸۵ می‌باشد [۳۷]. در ایران این پرسش‌نامه را حمل‌دار در سال ۱۳۹۸ مورد بررسی روان‌سنجی قرار داده است و ۶

22. Emotional Autonomy Scale (EAS)
23. Intrinsic Motivation Inventory (IMI)

جدول ۱. یافته‌های توصیفی متغیرهای مورد مطالعه

| متغیر | میانگین \pm انحراف معیار | حداقل نمره | حداکثر نمره |
|-----------------|----------------------------|------------|-------------|
| پیگیری هدف | ۳۴/۹۳ \pm ۶/۵۹ | ۱۵ | ۵۰ |
| انگیزش درونی | ۱۳۰/۳۳ \pm ۲۰/۸۳ | ۲۹ | ۱۸۰ |
| بدتنظیمی هیجان | ۲۰/۰۲ \pm ۷/۴۴ | ۶ | ۳۶ |
| فرونشانی هیجانی | ۲۴/۰۹ \pm ۶/۸۹ | ۶ | ۳۶ |
| هیجان یکپارچه | ۲۵/۹۷ \pm ۶/۲۰ | ۶ | ۳۶ |

مجله روان‌پزشکی و روان‌شناسی بالین ایران

۱۴/۷۰ درصد در منطقه ۲، ۱۷/۷۰ درصد در منطقه ۳ و ۳۶/۴۰ درصد در منطقه ۱۱ ساکن بودند.

به منظور بررسی شاخص‌های توصیفی متغیرهای مورد مطالعه، میانگین و انحراف معیار، حداقل نمره و حداکثر نمره متغیرهای مطالعه مورد بررسی قرار گرفتند که نتایج آن در جدول شماره ۱ گزارش شده است.

ماتریس همبستگی متغیرهای مطالعه در جدول شماره ۲ ارائه شده است.

یافته‌های جدول شماره ۲ نشان می‌دهد پیگیری هدف با انگیزش درونی و سبک تنظیم هیجان رابطه معنی‌داری (۰/۰۱) دارد. جهت رابطه در مورد مؤلفه‌های فرونشانی هیجانی و هیجان یکپارچه مثبت و در مورد مؤلفه بدتنظیمی هیجانی منفی می‌باشد. بنابراین با افزایش بدتنظیمی هیجانی، پیگیری هدف کاهش می‌یابد.

جهت بررسی پیش فرض نرمال بودن تک متغیره توزیع نرمال کجی و کشیدگی مورد بررسی قرار گرفت که در جدول شماره ۳ ارائه می‌شود. مقادیر به دست آمده حاکی از برقراری پیش فرض نرمال بودن در متغیرهای پژوهش بود.

زیرمقیاس علاقه/الذت^{۲۴}، شایستگی درک شده^{۲۵}، تلاش/اهمیت^{۲۶}، انتخاب درک شده^{۲۷}، ارزش/سودمندی^{۲۸}، برقراری ارتباط^{۲۹} برای آن مورد تأیید قرار گرفت. ضریب پایایی کل ابزار ۰/۹۲ می‌باشد [۳۸].

یافته‌ها

در این بخش، داده‌های شرکت‌کنندگان با استفاده از نرم‌افزارهای AMOS و SPSS نسخه ۲۲ در دو سطح توصیفی و استنباطی مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفتند. نتایج تجزیه و تحلیل فرضیه‌ها با استفاده از معادلات ساختاری گزارش شد.

در این پژوهش ۵۰۳ نفر شرکت کردند که ۳۱۰ نفر (۶۱/۶۰) دختر و ۱۹۳ نفر (۳۸/۴۰) پسر بودند. میانگین سنی و انحراف معیار شرکت‌کنندگان به تفکیک دختر و پسر به ترتیب ۱۶/۶۴ \pm ۰/۹۰ و ۱۶/۶۳ \pm ۰/۶۳ بود. ۳۱/۲۰ درصد از شرکت‌کنندگان در منطقه ۱،

- 24. Interest-enjoyment
- 25. Perceived competence
- 26. Effort-importance
- 27. Perceived choice
- 28. Value-usefulness
- 29. Relatedness

جدول ۲. ماتریس همبستگی بین متغیرهای مورد مطالعه

| متغیر | ۱ | ۲ | ۳ | ۴ | ۵ | ۶ |
|-----------------|----------|---------|----------|--------|---------|---|
| پیگیری هدف | ۱ | | | | | |
| انگیزش درونی | ۰/۳۴۷** | ۱ | | | | |
| بدتنظیمی هیجان | -۰/۲۱۲** | -۰/۰۷۶ | ۱ | | | |
| فرونشانی هیجانی | ۰/۱۷۳** | -۰/۰۶۸ | -۰/۱۴۲** | ۱ | | |
| هیجان یکپارچه | ۰/۳۵۲** | ۰/۲۴۹** | -۰/۰۱۴ | ۰/۰۸۷ | ۱ | |
| خودتعیین‌گری | -۰/۰۸۱ | ۰/۰۸۹* | -۰/۰۳۲ | -۰/۰۱۵ | ۰/۱۲۰** | ۱ |

مجله روان‌پزشکی و روان‌شناسی بالین ایران

*P < ۰/۰۵، **P < ۰/۰۱

جدول ۳. عامل تورم واریانس، کجی و کشیدگی متغیرهای پژوهش

| متغیر | آماره VIF | کجی | کشیدگی |
|-----------------|-----------|-------|--------|
| پیگیری هدف | - | -۰/۱۶ | -۰/۱۴ |
| انگیزش درونی | ۱/۰۷۹ | -۱/۱۱ | ۲/۲۴ |
| بدتنظیمی هیجان | ۱/۹۲۰ | ۰/۰۶ | -۰/۷۲ |
| فرونشانی هیجانی | ۱/۰۳۰ | -۰/۳۷ | -۰/۳۱ |
| هیجان یکپارچه | ۱/۰۸۵ | -۰/۵۹ | ۰/۰۷ |
| خودتعیین‌گری | ۱/۰۲۰ | ۰/۲۸ | ۰/۱۹ |

مجله روان‌پزشکی و روان‌شناسی بالینی ایران

بررسی مقادیر عامل تورم واریانس (VIF) در جدول شماره ۳ نشان داد تمامی مقادیر عامل تورم واریانس کمتر از معیار ۵ بود و می‌توان نتیجه گرفت که مفروضه عدم هم‌خطی چندگانه برقرار بود.

بررسی مقادیر عامل تورم واریانس (VIF) در جدول شماره ۳ نشان داد تمامی مقادیر عامل تورم واریانس کمتر از معیار ۵ بود و می‌توان نتیجه گرفت که مفروضه عدم هم‌خطی چندگانه برقرار بود.

تحلیل مدل پژوهش

بحث

همان‌طور که در جدول شماره ۴ مشاهده می‌شود، مدل از برازش مطلوبی برخوردار بود. همچنین به صورت کلی مدل پژوهش ۴۳ درصد از واریانس پیگیری هدف را تبیین کرده است. باتوجه به جدول شماره ۵، اثر مستقیم سبک‌های تنظیم هیجان یکپارچه ($\beta=۰/۳۵۹$ ، $P=۰/۰۰۱$) و فرونشانی ($\beta=۰/۰۴۰$ ، $P=۰/۰۴۰$) بر پیگیری هدف مثبت و معنادار است و سبک بدتنظیمی هیجانی ($\beta=۰/۲۰۴$ ، $P=۰/۰۰۱$) بر پیگیری هدف منفی و معنادار است. ضریب مسیر مستقیم بین خودتعیین‌گری و انگیزش درونی ($\beta=۰/۰۶۶$ ، $P=۰/۲۶۵$) و همچنین خودتعیین‌گری و پیگیری هدف ($\beta=۰/۰۷۷$ ، $P=۰/۱۳۷$) معنادار نبود. بدتنظیمی هیجان ($\beta=-۰/۱۶۴$ ، $P=۰/۰۱۳$) اثر مستقیم منفی و معنی‌دار و هیجان یکپارچه ($\beta=۲۸$ ، $P=۰/۰۰۱$) اثر مستقیم مثبت و معنی‌داری بر انگیزش درونی داشتند. انگیزش درونی ($P=۰/۰۰۱$) اثر مستقیم معنی‌داری بر پیگیری هدف داشت.

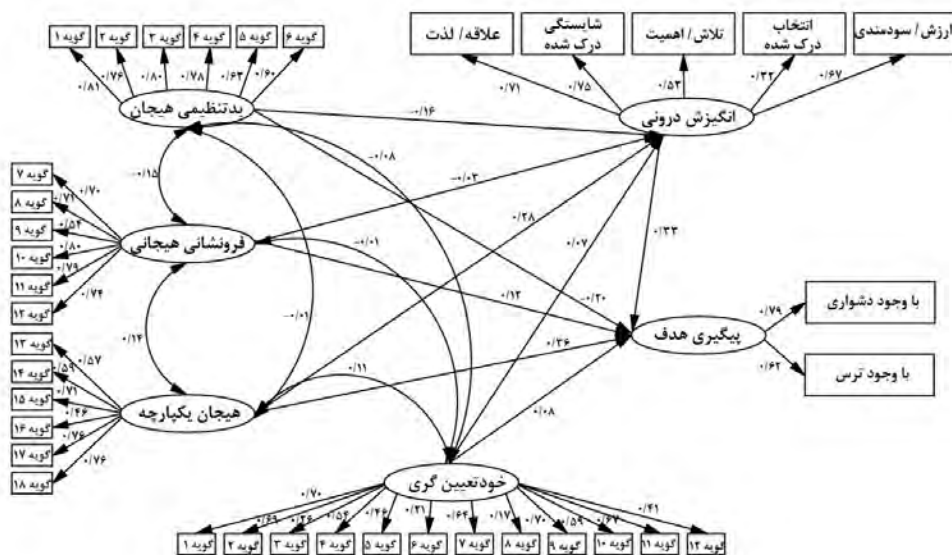
همان‌طور که در جدول شماره ۴ مشاهده می‌شود، مدل از برازش مطلوبی برخوردار بود. همچنین به صورت کلی مدل پژوهش ۴۳ درصد از واریانس پیگیری هدف را تبیین کرده است. باتوجه به جدول شماره ۵، اثر مستقیم سبک‌های تنظیم هیجان یکپارچه ($\beta=۰/۳۵۹$ ، $P=۰/۰۰۱$) و فرونشانی ($\beta=۰/۰۴۰$ ، $P=۰/۰۴۰$) بر پیگیری هدف مثبت و معنادار است و سبک بدتنظیمی هیجانی ($\beta=۰/۲۰۴$ ، $P=۰/۰۰۱$) بر پیگیری هدف منفی و معنادار است. ضریب مسیر مستقیم بین خودتعیین‌گری و انگیزش درونی ($\beta=۰/۰۶۶$ ، $P=۰/۲۶۵$) و همچنین خودتعیین‌گری و پیگیری هدف ($\beta=۰/۰۷۷$ ، $P=۰/۱۳۷$) معنادار نبود. بدتنظیمی هیجان ($\beta=-۰/۱۶۴$ ، $P=۰/۰۱۳$) اثر مستقیم منفی و معنی‌دار و هیجان یکپارچه ($\beta=۲۸$ ، $P=۰/۰۰۱$) اثر مستقیم مثبت و معنی‌داری بر انگیزش درونی داشتند. انگیزش درونی ($P=۰/۰۰۱$) اثر مستقیم معنی‌داری بر پیگیری هدف داشت.

یافته‌های مرتبط با رابطه سبک‌های تنظیم هیجان یکپارچه و بدتنظیمی هیجانی با پیگیری هدف با پژوهش بنیتا، راث و آرگوس همسو است [۴۰، ۳۹، ۲۰]. در تبیین این یافته‌ها می‌توان گفت زمانی که فرد در مسیر رسیدن به هدف با مشکلاتی مواجه می‌شود کاهش فوری هیجان منفی همیشه مفید نیست. هیجان‌ات منفی ممکن است نشان‌دهنده نیاز به بررسی مجدد راهبرد استفاده‌شده برای رسیدن به هدف باشد. بنابراین توجه و آگاهی نسبت به هیجان‌ات و گشودگی و کنجکاوای نسبت به آن (سبک تنظیم

جدول ۴. شاخص‌های برازش مدل پژوهش

| شاخص‌های برازش | RMSEA | PCLOSE | CFI | IFI | GFI | X ² /df |
|------------------|-------|--------|-------|-------|-------|--------------------|
| مقادیر مدل | ۰/۰۴۵ | ۰/۹۸۷ | ۰/۹۰۴ | ۰/۹۰۵ | ۰/۸۷۹ | ۲/۰۲۱ |
| مقادیر قابل قبول | <۰/۰۸ | >۰/۰۵ | >۰/۹۰ | >۰/۹۰ | >۰/۹۰ | <۳ |

مجله روان‌پزشکی و روان‌شناسی بالینی ایران



تصویر ۱. مدل پژوهش

مجله روان‌پزشکی و روان‌شناسی بالینی ایران

بهتری در انجام تکالیف داشتند و به هنگام تجربه هیجانات منفی از جمله اضطراب و خشم قادر به کمک گرفتن برای رفع مشکل خود بودند. درمقابل، دانش‌آموزانی که این آموزش را ندیده بودند هنگام تجربه هیجانات منفی مثل غم، اضطراب و خشم احساس کسالت بیشتری کرده و غرق در آن هیجانات شدند که به از دست دادن انگیزش برای ادامه فعالیت منجر شد [۴۰].

هیجانی یکپارچه، به فرایند پیگیری هدف کمک می‌کند [۲۱] و در مقابل، سبک بدتنظیمی با غرق شدن در هیجانات منفی، فرد را از دسترسی به حل مسئله برای غلبه بر موانع در پیگیری هدف باز می‌دارد [۴۱]. پژوهش‌های مداخله‌ای نیز مؤید این رابطه هستند. به‌عنوان مثال در یک مطالعه که گروهی از دانش‌آموزان، آموزش آگاهی هیجانی دیده بودند تمرکز بالاتر و خودتنظیمی

جدول ۵. ضرایب مستقیم و غیرمستقیم بین متغیرهای پژوهش در مدل پژوهش

| متغیر | β | SE | t | Sig. |
|--|---------|--------|--------|-------|
| بدتنظیمی هیجانی ← پیگیری هدف | -۰/۲۰۴ | ۰/۱۲۰ | -۲/۹۳ | ۰/۰۰۱ |
| فرونشانی هیجانی ← پیگیری هدف | ۰/۱۳۴ | ۰/۱۴۱ | ۲/۴۲ | ۰/۰۴۰ |
| هیجان یکپارچه ← پیگیری هدف | ۰/۳۵۹ | ۰/۲۳۲ | ۵/۸۵ | ۰/۰۰۱ |
| خودتعیین‌گری ← پیگیری هدف | ۰/۰۷۷ | ۰/۲۱۴ | ۱/۵۰ | ۰/۱۳۷ |
| بدتنظیمی هیجان ← انگیزش درونی | -۰/۱۶۴ | ۰/۲۰۲ | -۳/۰۶ | ۰/۰۱۳ |
| فرونشانی هیجانی ← انگیزش درونی | -۰/۰۲۶ | ۱/۳۴۱ | -۰/۴۹ | ۰/۷۱۸ |
| هیجان یکپارچه ← انگیزش درونی | ۰/۲۸۳ | ۰/۲۸۴ | ۴/۷۵ | ۰/۰۰۱ |
| خودتعیین‌گری ← انگیزش درونی | ۰/۰۶۶ | ۰/۲۱۴ | ۱/۵۰ | ۰/۲۶۵ |
| انگیزش درونی ← پیگیری هدف | ۰/۳۳۲ | ۰/۰۳۶ | ۵/۵۷ | ۰/۰۰۱ |
| ضریب مسیر غیرمستقیم بدتنظیمی هیجانی ← پیگیری هدف | -۰/۰۵۴ | -۰/۰۱۶ | -۰/۱۰۹ | ۰/۰۰۷ |
| ضریب مسیر غیرمستقیم فرونشانی هیجانی ← پیگیری هدف | -۰/۰۰۹ | ۰/۰۳۶ | -۰/۰۴۷ | ۰/۶۸۱ |
| ضریب مسیر غیرمستقیم یکپارچه هیجانی ← پیگیری هدف | ۰/۰۹۴ | ۰/۱۶۵ | ۰/۰۴۵ | ۰/۰۰۱ |

مجله روان‌پزشکی و روان‌شناسی بالینی ایران

اهداف ظاهر شود. مطالعه هولدینگ نشان می‌دهد انگیزش درونی یا خودمختار برای پیگیری هدف مانع از تجربه بحران طی پیگیری هدف می‌شود و به احتمال کمتری فرد هدف خود را در طی مسیر رها می‌کند. انگیزش خودمختار برای رسیدن به اهداف شخصی با پیامدهای مثبت مثل تلاش بیشتر، پیشرفت، دستیابی به هدف و افزایش بهزیستی ارتباط دارد [۲۳].

در پژوهش حاضر، خودتعیین‌گری در نوجوانان نه مستقیماً و نه از طریق انگیزش درونی بر پیگیری هدف مؤثر نبود که با مدل نظریه خودتعیین‌گری هماهنگ نیست. در تبیین این یافته، پژوهش‌های شلدون و الیوت کمک‌کننده است. این پژوهش‌ها که در زمینه پیگیری هدف براساس مفاهیم SDT انجام شده است، مفهوم «خودهماهنگی»^{۳۲} را مطرح کرده‌اند. آن‌ها در مجموعه‌ای از مطالعات نشان داده‌اند که وقتی اهداف فرد، «خودهماهنگ»^{۳۳} هستند، یعنی با انتخاب آزادانه و نه فشار بیرونی انتخاب شده‌اند، نیاز به خودمختاری را تأمین می‌کنند و متعاقباً پیگیری و تلاش در راستای آن‌ها افزایش می‌یابد [۴۹، ۵۰]. براین اساس، احتمال می‌رود اهدافی که نوجوانان ایرانی تعیین می‌کنند (مانند رشته تحصیلی)، عمدتاً اهداف بیرونی^{۳۴} هستند، بدین معنا که توسط خانواده یا محیطشان ترغیب یا کنترل می‌شود و ماهیت «خودهماهنگ» کمتری دارند و در نتیجه تحت تأثیر خودتعیین‌گری نوجوان قرار نمی‌گیرند. شواهد پژوهشی از این تبیین حمایت می‌کنند؛ مثلاً نظر خانواده در انتخاب رشته نوجوانان ایرانی بالاترین تأثیر را در بین عوامل دیگر دارد، به نحوی که حتی از علاقه نوجوان و سوابق تحصیلی او پیشی می‌گیرد [۵۱]. مطالعات دیگری مکرراً نشان داده‌اند خانواده‌ها در جوامع شرقی از جمله ایران نسبت به عملکرد فرزندان، خودمختاری کمتری نشان می‌دهند و در فعالیت‌های هدف‌محور، کنترل‌کننده‌تر عمل می‌کنند [۵۲-۵۴].

همچنین مفهومی باعنوان حمایت از خودمختاری^{۳۵} در SDT مطرح است که کمک می‌کند بفهمیم چرا در این پژوهش خودتعیین‌گری بر ارتقاء انگیزش درونی مؤثر نبوده است. مفهوم حمایت از خودمختاری به معنای حمایت و تسهیل اعمال خودمختار افراد توسط محیط است [۵۵] و مشخص شده است که در ارتقاء انگیزش درونی مؤثر واقع می‌شود. از آنجاکه ارزش‌های فرهنگی جوامع شرقی به‌جای خودمختاری، وابستگی متقابل^{۳۶} و پیوند با خانواده^{۳۷} را در اولویت قرار می‌دهد [۵۶]، والدین به‌جای تقویت تصمیم‌گیری و هدف‌گذاری مستقل در فرزندان تأکید

یکی از یافته‌های جالب پژوهش حاضر این بود که برخلاف انتظار، فرونشانی هیجانی به‌عنوان یک سبک تنظیم هیجان می‌تواند پیگیری اهداف را در نوجوانان تسهیل کند که مغایر با پژوهش بنیتا است [۲۱]. در تبیین این تفاوت، لازم است نقش عوامل فرهنگی در ابراز هیجانات مد نظر قرار گیرد. مطالعات بین فرهنگی نشان داده‌اند که آزمودنی‌هایی با تبار شرقی در مقایسه با غربی از سبک فرونشانی هیجانی برای مدیریت هیجانات، بیشتر استفاده می‌کنند [۴۲] و وقتی در برابر موقعیت‌های برانگیزاننده هیجان قرار می‌گیرند، تظاهرات هیجانی کمتری ابراز می‌کنند [۴۳]. فرهنگ شرقی برای فرونشانی هیجانات اعتبار، قائل است و از افراد جامعه انتظار می‌رود تظاهرات رفتاری و بیانی هیجانات خود را بازداری کنند. بنابراین افرادی که در فرهنگ‌های شرقی فرونشانی بیانی^{۳۰} بالاتری دارند، در جامعه خود، انطباقی‌تر عمل می‌کنند و این سبک تنظیم هیجان می‌تواند پیامدهای مثبتی را در جامعه ما در پی داشته باشد.

دو (مطالعه) فراتحلیل نشان داده‌اند فرونشانی بیانی هیجانات در جوامع جمع‌گرا برخلاف جوامع غربی، از لحاظ اجتماعی امری مطلوب است، زیرا موجب هماهنگی فرد با جمع می‌شود [۴۵، ۴۴]. نکته قابل توجه آن است که اکثر گویه‌های مرتبط با زیرمقیاس فرونشانی در پرسش‌نامه تنظیم هیجان، مربوط به ابراز و بیان هیجان‌هاست و نه آگاهی نسبت به هیجان. این گویه‌ها نشان می‌دهد که فرد تا چه حدی در ابراز و اظهار هیجان خود، بازداری‌کننده عمل می‌کند (مثلاً هنگامی که احساس استرس یا اضطراب دارم، تقریباً همیشه آن را پنهان می‌کنم و بنابراین دیگران متوجه نمی‌شوند). بدین ترتیب فردی که براساس این پرسش‌نامه فرونشانی هیجانی نشان می‌دهد، ضمن آگاهی از هیجان خود تصمیم می‌گیرد آن را به دیگران ابراز نکند که نوعی راهبرد تنظیم هیجانی در مرحله تعدیل پاسخ^{۳۱} است که پژوهش‌ها نشان می‌دهند با توجه به عوامل فرهنگی می‌تواند جنبه سازگارانه‌ای داشته باشد [۴۷، ۴۶].

این پژوهش نشان داد که انگیزش درونی عامل میانجی در رابطه میان سبک‌های بدتنظیمی و یکپارچگی هیجانی با پیگیری هدف است. این دو سبک به ترتیب ارتباط معنادار منفی و مثبتی با انگیزش درونی داشتند که با پژوهش ایزارد و بنیتا همسو می‌باشد [۲۷، ۲۰]. همچنین اثر مستقیم انگیزش درونی بر پیگیری هدف با پژوهش هورتاپ و هولدینگ همسو است [۲۳، ۲۴]. برای تبیین این یافته لازم است توجه کنیم که هیجان از عملکرد تنظیمی و انگیزشی برخوردار است [۴۸] و به‌طور مداوم بر رفتار تأثیر می‌گذارد. سبک تنظیم هیجانی یکپارچه که با کنجکاو و گشودگی نسبت به تجربه هیجانی همراه است، موجب می‌شود اثرات انگیزشی تجربه هیجانی در فرایند پیگیری

32. Self-Concordance

33. Self-Concordant

34. Extrinsic goals

35. Autonomy support

36. Interdependence

37. Family relatedness

30. Expressive suppression

31. Response modulation

مطالعات بعدی، ارتباط نگرش والدین نسبت به خودمختاری نوجوان با پیگیری اهداف توسط او مورد بررسی قرار گیرد. احتمال دارد نگرانی والدین نسبت به انتخاب و تصمیم اشتباه نوجوان و عواقب منفی آن، باعث شود از خودتعیین‌گری نوجوان و اهداف او به‌خوبی حمایت نکنند که در این صورت لازم است شیوه‌های سالم حمایت از خودمختاری نوجوان در آموزش‌های والدین ادغام شود.

ملاحظات اخلاقی

پیروی از اصول اخلاق پژوهش

مطالعه حاضر با شناسه IR.IUMS.REC.1401.465 در کمیته اخلاق دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی ایران ثبت شده است. پیش از اجرای پرسش‌نامه‌ها شرکت‌کنندگان از موضوع و روش اجرای مطالعه مطلع شدند. در مورد اصول رازداری و محرمانه ماندن اطلاعات شخصی توضیح داده شد و رضایت آگاهانه دریافت شد. همچنین به شرکت‌کنندگان اطلاع داده شد که شرکت در این پژوهش کاملاً داوطلبانه است و در هر زمان که مایل باشند، می‌توانند انصراف دهند یا داده‌های آنان از پژوهش حذف شود.

حامی مالی

این مقاله برگرفته از پایان‌نامه فاطمه صدر مقطع کارشناسی ارشد رشته روانشناسی بالینی، دانشکده علوم رفتاری و سلامت روان، دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی ایران است. این پژوهش هیچ‌گونه کمک مالی از سازمانی‌های دولتی، خصوصی و غیرانتفاعی دریافت نکرده است.

مشارکت نویسندگان

مفهوم‌سازی: فاطمه صدر، غزاله زرگری نژاد و فهیمه فتحعلی لواسانی؛ جمع‌آوری داده‌ها و اجرا: فاطمه صدر؛ روش‌شناسی: کمیل زاهدی تجریشی؛ نگارش پیش‌نویس: فاطمه صدر و غزاله زرگری نژاد؛ نظارت: غزاله زرگری نژاد، فهیمه فتحعلی لواسانی، کمیل زاهدی تجریشی؛ ویرایش و نهایی‌سازی متن: همه نویسندگان.

تعارض منافع

بنابر اظهار نویسندگان، این مقاله تعارض منافع ندارد.

تشکر و قدردانی

نویسندگان از همه نوجوانانی که در این پژوهش مشارکت کردند، قدردانی می‌کنند.

دارند که آن‌ها با والدین خود مشورت کنند و دیدگاه خانواده را در نظر گیرند [۵۷]. براین اساس، احتمال می‌رود در کشور ما والدین به دلایل ذکرشده به قدر کافی از خودمختاری نوجوانان خود حمایت نمی‌کنند و خودمختاری نمی‌تواند پیامدهای مثبتی همچون انگیزش درونی و پیگیری هدف را پیش‌بینی کند.

نتیجه‌گیری

یافته‌های پژوهش حاضر نشان داد سبک تنظیم هیجان یکپارچه می‌تواند از طریق ارتقاء انگیزش درونی نوجوانان نقش مثبتی در پیگیری اهداف آنان داشته باشد و بالعکس. سبک بدتنظیمی هیجانی با کاهش انگیزش درونی، پیگیری اهداف را در سنین نوجوانی تضعیف می‌کند. همچنین نوجوانانی که از هیجانات خود آگاه هستند، اما از ابراز آن خودداری می‌کنند (سبک فرونشانی هیجانی) در پیگیری اهداف خود عملکرد خوبی نشان می‌دهند. این بخش از یافته‌ها با مدل نظریه خودتعیین‌گری، هماهنگ به نظر می‌رسد. درعین حال، برخلاف پژوهش‌های انجام‌شده در جوامع غربی، خودمختاری نوجوانان ایرانی احتمالاً به دلایل فرهنگی نقش مؤثری بر ارتقاء انگیزش درونی و پیگیری اهداف آنان ندارد و لذا با نظریه خودتعیین‌گری هماهنگ نیست.

اگرچه خودمختاری در دوران نوجوانی به‌عنوان یک نیاز اساسی در نظر گرفته می‌شود، اما به نظر می‌رسد برای حصول پیامدهای مثبتی همچون انگیزش درونی یا پیگیری اهداف، لازم است حمایت از آن توسط محیط خانواده و اجتماع مدنظر قرار گیرد.

پژوهش حاضر نشان می‌دهد توجه به تفاوت‌های فرهنگی در کاربردپذیری نظریه خودتعیین‌گری در جوامع مختلف، ضروری است. همچنین در شناسایی عوامل مؤثر بر پیگیری هدف در دوران نوجوانی لازم است توجه بیشتری نسبت به نقش افراد مهم زندگی نوجوان صورت گیرد. از آنجاکه نوجوان هنوز از خانواده استقلال نیافته است، نگرش‌ها و عملکرد والدین در حمایت از اهداف شخصی نوجوان و خودمختاری او کلیدی است و می‌تواند در پیگیری اهداف، توسط او نقش ویژه‌ای داشته باشد. به نظر می‌رسد برای ارتقاء پیگیری هدف در نوجوانی صرفاً تمرکز بر متغیرهای درون فردی همچون تنظیم هیجان و انگیزش درونی کافی نیست و لازم است جنبه‌های اجتماعی و محیطی پیگیری هدف مدنظر قرار گیرد.

یکی از محدودیت‌های پژوهش حاضر استفاده از روش مقطعی است. چنانچه در یک طرح طولی، چندین هدف از سوی نوجوان شناسایی شود و سپس پیگیری همان اهداف در طول زمان مورد بررسی قرار گیرد، سنجش پیگیری هدف، اعتبار بیشتری خواهد یافت. همچنین ابزارهای مورد استفاده از نوع خودگزارشی بودند. استفاده از گزارش والدین خصوصاً در مورد پیگیری هدف، جنبه عینی نتایج را بهبود می‌بخشد. همچنین پیشنهاد می‌شود در

References

- [1] Hamzehgardeshi Z, Marzband Z, Shahhosseini Z, Azizi M. [Components related to the meaning of life in adolescents: A review article (Persian)]. *Clinical Excellence*. 2019; 9(2):28-37. [Link]
- [2] Emmons R. Personal goals, life meaning, and virtue: Wellsprings of a positive life. In: Keyes CLM, Haidt J, editors. *Flourishing: Positive psychology and the life well lived*. Washington, D.C.: American Psychological Association; 2003. [DOI:10.1037/10594-005]
- [3] Emmons RA. Personal strivings: An approach to personality and subjective well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*. 1986; 51(5):1058-68. [DOI:10.1037/0022-3514.51.5.1058]
- [4] Klug H, Maier GW. Linking goal progress and subjective well-being: A meta-analysis. *Journal of Happiness Studies*. 2014; 16:37-65. [DOI:10.1007/s10902-013-9493-0]
- [5] Brandstätter V, Herrmann M, Schüler J. The struggle of giving up personal goals: Affective, physiological, and cognitive consequences of an action crisis. *Personality & Social Psychology Bulletin*. 2013; 39(12):1668-82. [DOI:10.1177/0146167213500151] [PMID]
- [6] Babij A, Burnette J, Hoyt C. Failing and feeling bad: How we think about experiencing negative emotions during setbacks. *Motivation and Emotion*. 2020; 44:436-52. [DOI:10.1007/s11031-019-09789-3]
- [7] Carver CS, Scheier MF. Origins and functions of positive and negative affect: A control-process view. *Psychological Review*. 1990; 97(1):19-35. [DOI:10.1037//0033-295X.97.1.19]
- [8] Moberly NJ, Watkins ER. Negative affect and ruminative self-focus during everyday goal pursuit. *Cognition & Emotion*. 2010; 24(4):729-39. [DOI:10.1080/02699930802696849] [PMID]
- [9] Strauman TJ. Self-regulation and depression. *Self and Identity*. 2002; 1(2):151-7. [DOI:10.1080/152988602317319339]
- [10] Strauman TJ. Self-discrepancies in clinical depression and social phobia: Cognitive structures that underlie emotional disorders? *Journal of Abnormal Psychology*. 1989; 98(1):14-22. [DOI:10.1037/0021-843X.98.1.14] [PMID]
- [11] Miller AK, Markman KD. Depression, regulatory focus, and motivation. *Personality and Individual Differences*. 2007; 43(3):427-36. [DOI:10.1016/j.paid.2006.12.006]
- [12] Scott L, O'Hara MW. Self-discrepancies in clinically anxious and depressed university students. *Journal of Abnormal Psychology*. 1993; 102(2):282-7. [DOI:10.1037/0021-843X.102.2.282] [PMID]
- [13] Sheldon KM, Kasser T, Smith K, Share T. Personal goals and psychological growth: Testing an intervention to enhance goal attainment and personality integration. *Journal of Personality*. 2002; 70(1):5-31. [DOI:10.1111/1467-6494.00176] [PMID]
- [14] Sideridis GD. Goal orientation, academic achievement, and depression: Evidence in favor of a revised goal theory framework. *Journal of Educational Psychology*. 2005; 97(3):366-75. [DOI:10.1037/0022-0663.97.3.366]
- [15] Deci EL, Ryan RM. *Intrinsic motivation and self-determination in human behavior*. Berlin: Springer Science & Business Media; 2013. [Link]
- [16] Nota L, Soresi S, Ferrari L, Wehmeyer ML. A multivariate analysis of the self-determination of adolescents. *Journal of Happiness Studies*. 2011; 12(2):245-66. [DOI:10.1007/s10902-010-9191-0]
- [17] Carver CS, Scheier MF. *On the self-regulation of behavior*. Cambridge: Cambridge University Press; 2001. [Link]
- [18] Emery AA, Heath NL, Mills DJ. Basic psychological need satisfaction, emotion dysregulation, and non-suicidal self-injury engagement in young adults: An application of self-determination theory. *Journal of Youth and Adolescence*. 2016; 45(3):612-23. [DOI:10.1007/s10964-015-0405-y] [PMID]
- [19] Waterschoot J, Morbée S, Vermote B, Brenning K, Flamant N, Vansteenkiste M, et al. Emotion regulation in times of COVID-19: A person-centered approach based on self-determination theory. *Current Psychology*. 2023; 45:20211-25. [Link]
- [20] Benita M. Freedom to feel: A self-determination theory account of emotion regulation. *Social and Personality Psychology Compass*. 2020; 14(11):e12563. [DOI:10.1111/spc3.12563]
- [21] Benita M, Shechter T, Nudler-Muzikant S, Arbel R. Emotion regulation during personal goal pursuit: Integration versus suppression of emotions. *Journal of Personality*. 2021; 89(3):565-79. [DOI:10.1111/jopy.12599] [PMID]
- [22] Koestner R, Otis N, Powers TA, Pelletier L, Gagnon H. Autonomous motivation, controlled motivation, and goal progress. *Journal of Personality*. 2008; 76(5):1201-30. [DOI:10.1111/j.1467-6494.2008.00519.x] [PMID]
- [23] Holding AC. *The role of autonomous and controlled motivation across a goal's lifecycle* [PhD dissertation]. Montreal: McGill University; 2020. [Link]
- [24] Hortop EG, Wrosch C, Gagné M. The why and how of goal pursuits: Effects of global autonomous motivation and perceived control on emotional well-being. *Motivation and Emotion*. 2013; 37:675-87. [DOI:10.1007/s11031-013-9349-2]
- [25] Deci EL, Ryan RM. The "what" and "why" of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior. *Psychological Inquiry*. 2000; 11(4):227-68. [Link]
- [26] Ryan RM, Deci EL. Intrinsic and extrinsic motivations: Classic definitions and new directions. *Contemporary Educational Psychology*. 2000; 25(1):54-67. [DOI:10.1006/ceps.1999.1020] [PMID]
- [27] Izard CE. The structure and functions of emotions: Implications for cognition, motivation, and personality. In: Cohen IS, editor. *The G. Stanley Hall lecture series*. Washington, D.C.: American Psychological Association; 1989. [DOI:10.1037/10090-002]
- [28] Benita M, Arbel R, Milyavskaya M. Autonomous versus controlled goal motivation differentially predicts goal progress and well-being through emotion regulation styles. *Motivation Science*. 2023; 9(3):229. [Link]
- [29] Levine SL, Holding AC, Milyavskaya M, Powers TA, Koestner R. Collaborative autonomy: The dynamic relations between personal goal autonomy and perceived autonomy support in emerging adulthood results in positive affect and goal progress. *Motivation Science*. 2021; 7(2):145-52. [DOI:10.1037/mot0000209]
- [30] Kline RB. *Principles and practice of structural equation modeling*. New York: Guilford publications; 2023. [Link]

- [31] Howard MC, Crayne MP. Persistence: Defining the multidimensional construct and creating a measure. *Personality and Individual Differences*. 2019; 139:77-89. [DOI:10.1016/j.paid.2018.11.005]
- [32] Alipour F, Kazemi M, Abdorahimi Noshad L, Dehrouyeh S, bodaghi E. [A study of factor structure, reliability and validity of the Persistence Scale (Persian)]. *Rooyesh*. 2020; 9(4):103-10. [Link]
- [33] Benita M, Levkovitz T, Roth G. Integrative emotion regulation predicts adolescents' prosocial behavior through the mediation of empathy. *Learning and Instruction*. 2017; 50:14-20. [DOI:10.1016/j.learninstruc.2016.11.004]
- [34] Steinberg LD, Silverberg SB. The vicissitudes of autonomy in early adolescence. *Child Development*. 1986; 57(4):841-51. [DOI:10.1111/j.1467-8624.1986.tb00250.x] [PMID]
- [35] Mehrpour A, Mohammadi N. [Psychometric properties of The Emotional Autonomy Scale: Comparing two theoretical models (Persian)]. *Journal of Personality & Individual Differences*. 2015; 4(7):65-90. [Link]
- [36] Chan KW, Chan SM. Emotional autonomy and perceived parenting styles: relational analysis in the Hong Kong cultural context. *Asia Pacific Education Review*. 2009; 10(4):433-43. [DOI:10.1007/s12564-009-9050-z]
- [37] McAuley E, Duncan T, Tammen VV. Psychometric properties of the intrinsic motivation inventory in a competitive sport setting: A confirmatory factor analysis. *Research Quarterly for Exercise and Sport*. 1989; 60(1):48-58. [DOI:10.1080/02701367.1989.10607413] [PMID]
- [38] Hamldar N, Geramipour M, Tajeri B. [Investigating the psychometric properties of intrinsic motivation inventory (Persian)]. *Journal of Psychometry*. 2019; 8(30):29-44. [Link]
- [39] Roth G, Vansteenkiste M, Ryan RM. Integrative emotion regulation: Process and development from a self-determination theory perspective. *Development and Psychopathology*. 2019; 31(3):945-56. [DOI:10.1017/S0954579419000403] [PMID]
- [40] Arguedas M, Daradoumis T, Xhafa F. Analyzing how emotion awareness influences students' motivation, engagement, self-regulation and learning outcome. *Educational Technology and Society*. 2016; 19(2):87-103. [Link]
- [41] Lyubomirsky S, Tucker KL, Caldwell ND, Berg K. Why ruminators are poor problem solvers: Clues from the phenomenology of dysphoric rumination. *Journal of Personality and Social Psychology*. 1999; 77(5):1041-60. [DOI:10.1037/0022-3514.77.5.1041] [PMID]
- [42] Butler EA, Lee TL, Gross JJ. Emotion regulation and culture: Are the social consequences of emotion suppression culture-specific? *Emotion*. 2007; 7(1):30-48. [DOI:10.1037/1528-3542.7.1.30] [PMID]
- [43] Mauss IB, Butler EA, Roberts NA, Chu A. Emotion control values and responding to an anger provocation in Asian-American and European-American individuals. *Cognition and Emotion*. 2010; 24(6):1026-43. [DOI:10.1080/02699930903122273] [PMID]
- [44] Hu T, Zhang D, Wang J, Mistry R, Ran G, Wang X. Relation between emotion regulation and mental health: A meta-analysis review. *Psychological Reports*. 2014; 114(2):341-62. [DOI:10.2466/03.20.PR0.114k22w4] [PMID]
- [45] Fernandes MA, Tone EB. A systematic review and meta-analysis of the association between expressive suppression and positive affect. *Clinical Psychology Review*. 2021; 88:102068. [DOI:10.1016/j.cpr.2021.102068] [PMID]
- [46] Tsai W, Lu Q. Culture, emotion suppression and disclosure, and health. *Social and Personality Psychology Compass*. 2018; 12(3):e12373. [DOI:10.1111/spc3.12373]
- [47] Han DE, Park HG, An UJ, Kim SE, Kim YH. Emotion suppression on relationship and life satisfaction: Taking culture and emotional valence into account. *Journal of Social and Personal Relationships*. 2022; 39(9):2766-81. [DOI:10.1177/02654075221088521]
- [48] Izard C, Stark K, Trentacosta C, Schultz D. Beyond emotion regulation: Emotion utilization and adaptive functioning. *Child Development Perspectives*. 2008; 2(3):156-63. [DOI:10.1111/j.1750-8606.2008.00058.x] [PMID]
- [49] Sheldon KM, Elliot AJ. Goal striving, need satisfaction, and longitudinal well-being: The self-concordance model. *Journal of Personality and Social Psychology*. 1999; 76(3):482-97. [DOI:10.1037/0022-3514.76.3.482] [PMID]
- [50] Sheldon KM, Elliot AJ. Not all personal goals are personal: Comparing autonomous and controlled reasons for goals as predictors of effort and attainment. *Personality and Social Psychology Bulletin*. 1998; 24(5):546-57. [DOI:10.1177/0146167298245010]
- [51] Mokhtar Zadeh Bazargani S, Alizadeh S. [Assessing factors affecting the orientation of the course-of-study selection in students (Persian)]. *Management and Educational Perspective*. 2019; 1(1):15-30. [Link]
- [52] Kermani H, Brenner ME. Maternal scaffolding in the child's zone of proximal development across tasks: Cross-cultural perspectives. *Journal of Research in Childhood Education*. 2000; 15(1):30 - 52. [DOI:10.1080/02568540009594774]
- [53] Fu J, Liang F, Wang Y, Qiu N, Ding K, Zeng J, et al. Modeling parental influence on food consumption among Chinese Adolescents through Self-Efficacy: A path analysis. *Nutrients*. 2021; 13(12):4454. [DOI:10.3390/nu13124454] [PMID]
- [54] Chao RK. Extending research on the consequences of parenting style for Chinese Americans and European Americans. *Child Development*. 2001; 72(6):1832-43. [DOI:10.1111/1467-8624.00381] [PMID]
- [55] Soenens B, Vansteenkiste M, Lens W, Luyckx K, Goossens L, Beyers W, et al. Conceptualizing parental autonomy support: adolescent perceptions of promotion of independence versus promotion of volitional functioning. *Developmental Psychology*. 2007; 43(3):633-46. [DOI:10.1037/0012-1649.43.3.633] [PMID]
- [56] Russell S, Chu J, Crockett L, Lee SA. Interdependent independence: The meanings of autonomy among Chinese American and Filipino American Adolescents. In: Russell S, Crockett L, Chao R, editors. *Asian American parenting and parent-adolescent relationships. Advancing responsible adolescent development*. New York: Springer; 2010. [DOI:10.1007/978-1-4419-5728-3_6]
- [57] Chen B, Vansteenkiste M, Beyers W, Soenens B, Van Petegem S. Autonomy in family decision making for Chinese Adolescents: Disentangling the dual meaning of autonomy. *Journal of Cross-Cultural Psychology*. 2013; 44(7):1184-209. [DOI:10.1177/0022022113480038] [PMID]