

بررسی سبک‌های کنترل هیجانی پیش‌بین در پرخاشگری دانشجویان دختر

فخری تاجیک زاده^{۱*}، راضیه صادقی^۲

چکیده

هدف از این پژوهش بررسی رابطه سبک‌های کنترل هیجانی با میزان پرخاشگری در دانشجویان دختر کارشناسی دانشگاه شهید چمران اهواز بود. نمونه‌ای به حجم ۱۰۰ نفر از دانشجویان دختر مقطع کارشناسی دانشگاه شهید چمران اهواز، به روش تصادفی چندمرحله‌ای خوشه‌ای انتخاب شدند. ابزار مورد استفاده جهت جمع‌آوری داده‌ها شامل پرسشنامه سبک‌های کنترل هیجانی و پرسشنامه پرخاشگری بود. جهت تحلیل داده‌ها از روش تحلیل همبستگی متعارف استفاده شد. با توجه به یافته‌های پژوهش، ضرایب ساختاری بدست آمده در این پژوهش نشان می‌دهند که الگویی از نمره‌های بالا در کنترل خوش‌خیم و نشخوار ذهنی با الگویی از نمره-های پایین در خصومت، خشم، پرخاشگری کلامی، پرخاشگری غیرمستقیم و پرخاشگری جسمی همبسته هستند. بنابراین، یافته‌های این پژوهش نشان می‌دهد که ترکیب کنترل خوش‌خیم و نشخوار ذهنی پایین احتمال خصومت، خشم، پرخاشگری کلامی، پرخاشگری غیرمستقیم و پرخاشگری جسمی بالا می‌برد. پس می‌توان نتیجه گرفت که سبک‌های کنترل هیجانی از جمله کنترل خوش‌خیم و نشخوار ذهنی می‌تواند خشم و پرخاشگری افراد را کاهش دهد.

واژه‌های کلیدی: سبک‌های کنترل هیجانی، پرخاشگری، خشم.

^۱ - دانشجوی کارشناسی ارشد روانشناسی بالینی، دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی، دانشگاه شهید چمران اهواز.

اهواز، ایران

^۲ - دانشجوی کارشناسی ارشد روانشناسی بالینی، دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی، دانشگاه شهید چمران اهواز،

اهواز، ایران.

*- نویسنده مسئول مقاله: F.tajikzade@yahoo.com

پیشگفتار

یکی از موضوعاتی که در طی دو دهه‌ی گذشته تلاش و توجهات تجربی و نظری فراوانی را به خود جلب کرده است، بحث هیجانات است. این علاقه و توجه تا حدی می‌تواند به دلیل نقشی باشد که تنظیم هیجانی در رفتارهای بیرونی (فردی) ایفا می‌نماید. نظریه‌پردازان و دانشمندان گوناگون تعاریف متعددی از هیجان ارائه داده‌اند، اما در مجموع می‌توان گفت که هیجان رویدادی پیچیده و چند بعدی است که منجر به آمادگی برای عمل می‌شود (Hoseini & Khayer, 2010).

خشم هیجانی فراگیر است. هنگامی که افراد جدیدترین تجربه‌ی هیجانی خود را توصیف می‌کنند، خشم هیجانی است که بیش‌تر به ذهن می‌آید (Reeve, 2005, Translated by: Yahya Seyed Mohammadi). خشم، افراد را نسبت به بی‌عدالتی دیگران حساس‌تر می‌کند و مبارزه و احساس کنترل، به سمت غلبه کردن بر مانع ناموجه یا اصلاح کردن آن هدایت می‌شوند. این حمله می‌تواند کلامی یا غیرکلامی (فریاد زدن یا کوبیدن در) و مستقیم یا غیرمستقیم باشد (نابود کردن مانع یا صرفاً پرتاب کردن چیزها). سایر پاسخ‌های با انگیزه شده توسط خشم، ابراز کردن احساسات جریحه‌دار شده، بارها درباره‌ی چیزی صحبت کردن، رفع کدورت کردن، یا دوری کردن کامل از دیگری هستند (Fehr, Baldwin, Collins, Patterson & Benditt, 1999). خشم نه تنها پرشورترین هیجان، بلکه خطرناکترین هیجان نیز هست، به گونه‌ای که هدف آن نابود کردن موانع در محیط است. تقریباً نیمی از رویدادهای خشم، فریاد کشیدن یا جیغ کشیدن را شامل می‌شود و نزدیک به ده درصد رویدادهای خشم به پرخاشگری منجر می‌شود (Tafrate, Kassinove & Dundin, 2002). خشم که به عنوان یک هیجان گذرا تجربه می‌شود، بخشی از ساختار شخصیتی انسانی است، نه مشکلی که به طور قهری و غیر ارادی ایجاد شده باشد. با این وجود برانگیختگی خشم به صورت مکرر می‌تواند مشکل‌ساز باشد، که این برانگیختگی می‌تواند فعال‌کننده رفتار پرخاشگرانه بوده و به سازگاری روانشناختی و سلامت فردی آسیب رساند (Zangane, Malekpor & Abedi, 2010). هم‌چنین خشم هیجانی است که به شمشیر دو لبه معروف است، به این معنا که برون‌ریزی آن باعث تخریب افراد و اشیاء اطراف می‌شود و درون‌ریزی و سرکوب آن صدمات جسمانی و روانی را برای فرد به بار می‌آورد. این مسأله نشان می‌دهد که بحث کنترل خشم از اهمیت خاصی برخوردار است (Reeve, 2005, Translated by: Yahya Seyed Mohammadi). آنچه که باعث توجه محققان به رفتار پرخاشگرانه شده است اثرات نامطلوب آن بر رفتار بین فردی و هم‌چنین اثر ناخوشایند آن بر حالات درونی و روانی فرد است.

¹ - anger

² - aggression

مبانی نظری

نظریه پردازان هیجان معتقدند، هیجان‌هایی مثل ترس، خشم و محبت که از زمان تولد همراه آدمی هستند، در زمان نوجوانی و بلوغ، گویی تولد دوباره می‌یابند و عملکرد نوجوانان را تحت تاثیر خود می‌گیرند (Kazemian-Sardary, 2006). امروزه، نظریه‌های جدید در قلمرو هیجان، بر نقش مثبت و انطباقی هیجان تاکید دارند و نشان می‌دهند که هیجان می‌تواند نقش سازنده‌ای در حل مسئله و پردازش اطلاعات، فرایند تصمیم‌گیری، نوآوری، خلاقیت و افزایش یادگیری داشته باشد. البته هیجان‌ها همواره سودمند نیستند و در بیش‌تر اوقات باید آنها را تنظیم و مدیریت کرد (Usefi, 2007).

طبق نظر کوپ (Kopp, 1989)، تنظیم هیجان شامل تعدیل کردن، مدارا کردن با هیجان و ثابت نگه داشتن هیجان می‌باشد. دنهام (Denham, 1998) معتقد است هنگامی نیاز به هیجان احساس می‌شود که حضور مداوم یا عدم حضور هیجان‌ها در دستیابی به اهداف خلل وارد کند. تنظیم هیجان نتیجه ترکیب فرایندهای رفتاری، شناختی و هیجانی است.

جرمن و وندر لیندن (Jerma n & Van der Linden, 2006) کنترل هیجان را راهبردهای مورد استفاده در کاهش، افزایش، سرکوب و یا ابقای هیجان می‌دانند و معتقدند کنترل هیجان از ویژگی‌های ذاتی و فطری آدمی می‌باشد. در واقع، هیجان‌ها و هیجان‌ها از ارزیابی‌های مرتبط با اهداف، استانداردها و ادراکات فرد ناشی می‌شوند و این ارزیابی‌ها در طی تبادلات فردی-محیطی که فرد با جهان بیرونی برقرار می‌کند، شکل می‌گیرند (Schutz, Hong, Cross & Osbon, 2006).

ولز (Wells, 2005)، در مطالعه‌ی نظریه‌های هیجان مطرح می‌کند که نظریه‌های هیجان را در سه مدل اصلی می‌توان طبقه‌بندی کرد که عبارتند از: ۱) مدل‌های فیزیولوژیک محور: هیجان‌ها را به عنوان پاسخ فیزیولوژیک با هدف حفظ بقا تبیین می‌کنند. ۲) مدل‌های شناختی: فرایندهای شناختی را در تجربه و بیان هیجان مهم می‌دانند و هیجان‌ها را بر اساس ارزیابی و فرایندهای شناختی توضیح می‌دهند. ۳) مدل‌های شناختی-اجتماعی: تمرکز رویکرد تکاملی را در پاسخ به محیط با رویکرد ارزیابی شناختی جمع می‌کند و عوامل اجتماعی را برای تبیین تجربه و بیان هیجان اضافه می‌کند. رابطه‌ی بین هیجان‌ها، نقش‌های اجتماعی و تعامل اجتماعی مورد توجه این رویکرد است. لازاروس (Lazarus, 1989)، هم راستا با این رویکرد معتقد است که هیجان‌ها از راه تعاملات فرد و محیط شکل می‌گیرد و نمی‌توان آنها را نه براساس فرد و نه بر اساس محیط به صورت خاص تعیین نمود، بلکه هیجان از شیوه‌ای که افراد تبادلات‌شان با جهان را تفسیر و ارزیابی می‌کنند، ناشی می‌شود. تحقیقات زیادی روابط بین تعاملات اجتماعی، شناخت و هیجان را کشف کرده‌اند. در واقع هیجان‌ها و تنظیم هیجانی از ارزیابی‌های مرتبط با اهداف، استانداردها و ادراکات

فرد ناشی می‌شوند و این ارزیابی‌ها در طی تبادلات فردی/محیطی که فرد با جهان بیرونی برقرار می‌کند، شکل می‌گیرند.

به عقیده‌ی فروید (Freud)، هدف غریزه‌ی ویرانگری، برگرداندن ارگانیزم به حالت غیرارگانیک است. چون حالت غیرارگانیک نهایی مرگ است، هدف نهایی غریزه‌ی مرگ، خودویرانگری است. غریزه‌ی مرگ مانند غریزه‌ی زندگی انعطاف‌پذیر است و هدف ویرانگری از خود فرد به دیگران تبدیل می‌شود که از آن پس نام مستعار پرخاشگری می‌گیرد. گرایش به پرخاشگری در همه وجود دارد و توجیهی است برای جنگ‌ها، فجایع، قتل، غیبت کردن مغرضانه، کنایه‌زنی و تحقیر. در ضمن، غریزه‌ی مرگ نیاز به موانعی را که افراد برای کنترل کردن پرخاشگری ایجاد می‌کنند، توجیه می‌کند. فروید معتقد بود که برای جلوگیری از سابق نیرومند اما ناهشیار آسیب رساندن به دیگران، احکام الهی مانند "همسایه‌ات را مانند دوست بدار" ضروری است. این احکام در واقع، واکنش‌های وارونه^۱ هستند (Mohammadi Feist, 2002, Translated by: Yahya Seyad). به عقیده‌ی روانکاوان، حملات انفجاری خشم در اختلال انفجاری متناوب^۲؛ این اختلال به صورت دوره‌های مجزای فقدان کنترل تکانه‌های پرخاشگرانه بروز می‌کند؛ به عنوان دفاعی در برابر رویداد-های آسیب‌رسان خودشیفتگی عمل می‌کنند. انفجارهای خشم وسیله‌ای برای حفظ فاصله بین-فردی و حفاظت از هرگونه آسیب بیش‌تر به خودشیفتگی است (Sadock & Sadock 2007, (Translated by: Farzin Rezaee). به عقیده‌ی هورنای (Horney)، شخصیت‌های پرخاشگر علیه مردم حرکت می‌کنند. در دنیای آنها هر کسی دشمن است؛ فقط لایق‌ترین و زیرک‌ترین افراد جان به در می‌برند. این افراد خشن و سلطه‌جویانه عمل می‌کنند و توجهی به دیگران ندارند. دستیابی به کنترل و برتری به قدری برای زندگی آنها اهمیت دارد که همواره باید در سطح عالی عمل کنند. این افراد درباره‌ی هر کسی، برحسب منفعتی که از رابطه با افراد می‌برند قضاوت می‌کنند. آنها برای خشنود کردن دیگران تلاش نمی‌کنند بلکه جر و بحث کرده، انتقاد نموده، مطالبه می‌کنند و برای رسیدن به برتری و قدرت دست به هر کاری که لازم باشد می‌زنند (Schultz & Schultz, 2005, (Translated by: Yahya Seyad).

در نظریه‌ی یادگیری اجتماعی^۳ بندورا (Bandura, 1977)، رفتار از دو راه آموخته می‌شود: یا از طریق پاداش دادن به اعمال (یادگیری ابزاری) یا از راه مشاهده آگاهانه یا تصادفی رفتار دیگران (مدل‌سازی). کودک از طریق سرمشق‌گیری^۴ با مشاهده کردن رفتار الگو و تکرار کردن آن رفتار،

^۱ - reaction formation

^۲ - intermittent explosive disorder

^۳ - Social learning theory

^۴ - modeling

این امکان برایش فراهم می‌شود که پاسخ‌هایی را اکتساب کند که قبلاً هرگز انجام نداده است. کودک با سرمشق‌گیری و مشاهده‌ی الگو رفتار الگو را فرا می‌گیرد. بنابراین، کودکانی که از هر راهی می‌آموزند که خشن باشند، شاید الگوی آموخته شده را در دوران بزرگسالی نیز ادامه دهند (Hemmati, 2003). بندورا در پژوهش خود به این نتیجه رسید که کودکان با مشاهده‌ی الگوی بزرگسالی که رفتار پرخاشگرانه از خود نشان می‌داد، آنها نیز از خود رفتار پرخاشگرانه نشان دادند. همچنین بندورا در پژوهش دیگری نشان داد که کودکان پرخاشگر دارای والدین پرخاشگر هستند و در واقع رفتار کودکان، رفتار والدین را منعکس می‌کند (Schultz & Schultz, 2005, Translated) (by: Yahya Seyad).

دیدگاه ناکامی - پرخاشگری^۱ دلار (Dlard, 1941)، بیان می‌کند که ناکامی و سرخوردگی ناشی از متوقف ساختن رفتار هدف‌جویانه، عامل پرخاشگری است. این خشونت ممکن است به منبع ناکامی یا به اهدافی که رابطه‌ای با منبع اولیه ناکامی دارند معطوف گردد (Enayat & Yaghubidost, 2012).

روتنبرگ و گراس (Rottenberg and Gross, 2003) مطرح کردند که تنظیم هیجانی^۲ فرایندی است که از طریق آن افراد هیجانهای خود را به صورت ناهشیار یا هشیار تعدیل می‌کنند تا به طور مناسب به تقاضاهای محیطی متنوع پاسخ دهند (Gratz and Roemer, 2004). راجر و نجاریان (Roger & Najarian, 1989)، بازداری هیجانی را به منزله‌ی تمایل به بازداری و سرکوب هیجان تجربه شده، تعریف می‌کنند. نقش بازداری هیجانی به تأخیر انداختن فعال‌سازی فیزیولوژیکی است که موجب بهبودی تنش عضلانی تأخیری به دنبال استرس می‌شود؛ که به-وسیله‌ی مطالعات مستقل نشان داده شده است. اصطلاح نشخوار فکری اشاره به هر نوع فکری که گرایش به تکرار شدن دارد، اطلاق می‌گردد (Papageorgiou & Wells, 2003).

پیشینه پژوهش

موس، کوک، چنج و گراس (Mauss, Cook, Cheng & Gross, 2007)، بیان کردند که سبک-های کنترل هیجانی و تنظیم هیجان می‌تواند خشم و پرخاشگری افراد را کاهش دهد. کساکوسکا، سایز، جاسزوسکا و پلیک (Kossakowska, Cies, Jaszewska & Placek, 2010)، به این نتیجه رسیدند که کنترل هیجان منفی مثل خشم، خلق افسرده و اضطراب می‌تواند به کنترل خشم و کاهش خشم و پرخاشگری در افراد با بیماری پوستی منجر شود. بررسی‌ها نشان داده است که توانمند بودن افراد از نظر هیجانی، روبرو شدن آنها را با چالش‌های زندگی آسان می‌کند و در نتیجه

¹ - Frustration and aggression theory

² - emotion regulation

آنها را از سلامت روان بیش‌تری برخوردار می‌نماید (King & Emmons, 1990). افراد توانمند از نظر هیجانی احساس‌های خود را تشخیص می‌دهند، مفاهیم ضمنی آن را درک می‌کنند و به‌گونه موثری حالت‌های هیجانی خود را برای دیگران بیان می‌کنند. این افراد در کنار آمدن با تجربه‌های منفی از موفقیت بیش‌تری برخوردارند و سازگاری مناسب‌تری را در ارتباط با محیط و دیگران نشان می‌دهند (Goleman, 1995).

میرزایی (Mirzaee, 2010)، به این نتیجه رسید که بین کنترل هیجان و ابرازگری هیجان با سلامت عمومی رابطه‌ی مثبت و معنی‌داری وجود دارد. به این ترتیب که با افزایش کنترل خشم و ابرازگری هیجان سلامت عمومی افزایش می‌یابد. وی هم‌چنین به این نتیجه رسید که بین کنترل هیجان و کارکرد جسمانی و کارکرد اجتماعی رابطه‌ی مثبت و معنی‌داری وجود دارد. کراز، روبایند و لینل (Krause, Robind & Lynell, 2000)، در پژوهش خود به این نتیجه رسیدند که کنترل پرخشگری در بهبود و پیشرفت سلامت روان موثر است. گارانسکی، کرایس و سیونهوون (Garnesfske, Kraais & Sionhoven, 2001)، در پژوهش خود به اهمیت کنترل خشم و پرخاشگری اشاره کردند. الاسبی، باروت و لووالو (Alasbi, Barort & Lovvallo, 2000)، در پژوهش خود به این نتیجه رسیدند که کنترل پرخاشگری در بهبود سلامت روان موثر است. فام (Pham, 2000)، به این نتیجه رسید که کنترل خشم و پرخاشگری باعث افزایش و بهبود سلامت روان و باعث بهبود کارکرد اجتماعی و جسمانی می‌گردد. با توجه به اینکه نقش سبک‌های کنترل هیجانی در پیش‌بینی میزان پرخاشگری دختران چندان مورد توجه قرار نگرفته است. لذا هدف از این پژوهش پیش‌بینی میزان پرخاشگری دانشجویان دختر براساس سبک‌های کنترل هیجانی است. بنابراین در راستای هدف این پژوهش، این پرسش مطرح است که آیا سبک‌های کنترل هیجانی پیش‌بین میزان پرخاشگری در دختران دانشجوی است؟

فرضیه‌ی پژوهش

سبک‌های کنترل هیجانی پیش‌بین میزان پرخاشگری در دختران دانشجوی است.

روش پژوهش

جامعه این پژوهش دانشجویان دختر مقطع کارشناسی دانشگاه شهید چمران اهواز می‌باشد. نمونه آماری این پژوهش را ۱۰۰ نفر از دانشجویان این دانشگاه تشکیل داده است. روش نمونه‌گیری بصورت تصادفی چندمرحله‌ای خوشه‌ای انجام شد. طرح این پژوهش همبستگی از نوع همبستگی

متعارف^۱ می‌باشد. تحلیل همبستگی متعارف شبیه رگرسیون چندگانه است. به این معنا که در این روش ترکیبی از متغیرهای پیش‌بینی‌کننده به منظور پیش‌بینی متغیرهای ملاک به کار برده می‌شود. تفاوت این دو روش در تعداد متغیرهای ملاک است. در رگرسیون چندگانه فقط یک متغیر ملاک وجود دارد، در صورتی که تحلیل همبستگی متعارف بیش از یک متغیر ملاک دارد (Dellavar, 1997). هم‌چنین روش تجزیه و تحلیل داده‌ها نیز با استفاده از میانگین، انحراف استاندارد، همبستگی ساده، همبستگی متعارف انجام گرفته است.

ابزار پژوهش

پرسشنامه کنترل هیجانی (ECQ)^۲: راجر و نشور (Rojer & Nesshoever, 1987)، ساختار اولیه این پرسشنامه را تنظیم و راجر و نجاریان (Roger & Najarian, 1989)، این پرسشنامه را تجدید نظر نمودند. در این پژوهش پرسشنامه تجدید نظر شده به کار برده شد. این پرسشنامه دارای ۵۶ ماده در چهار زیرمقیاس بازداری هیجانی، کنترل پرخاشگری، نشخوار و کنترل خوش-خیم^۳ (هر یک دارای ۱۴ ماده) است. در آن پرسشنامه نمره بالاتر بیانگر کنترل هیجانی بالاتر است. رفیعی‌نیا (۱۳۸۰) ضریب آلفای کرونباخ را برای کل مقیاس ۰/۶۸ و برای زیر مقیاس‌های یاد شده به ترتیب ۰/۷۰، ۰/۷۶، ۰/۷۷ و ۰/۵۸ گزارش نمود. راجر و نجاریان (Roger & Najarian, 1989)، بین نشخوار و روان‌رنجورخویی "پرسشنامه شخصیتی آیزنک"^۴ همبستگی مثبت معنی‌دار، بین کنترل پرخاشگری و "پرسشنامه کینه ورزی باس-دارک"^۵، بین بازداری هیجانی و برون‌گرایی "پرسشنامه شخصیتی آیزنک" و بین کنترل خشم و روان‌پریشی‌گرایی "پرسشنامه شخصیتی آیزنک" همبستگی معنی‌داری یافتند. در این پژوهش ضرایب پایایی این پرسشنامه با استفاده از روش آلفای کرونباخ ۰/۶۰ به دست آمد.

پرسشنامه پرخاشگری باس و وارن^۶: این پرسشنامه دارای ۳۴ پرسش و از نوع بسته پاسخ است که مخصوص سنین ۹ تا ۸۸ سال می‌باشد. پاسخ پرسش‌ها به صورت درجه‌بندی شده از کاملاً مخالفم (۱) تا کاملاً موافقم (۵) قرار داده شده است. در این پرسشنامه پاسخ صحیح یا غلط وجود ندارد. این پرسشنامه جهت سنجش پنج عامل پرخاشگری جسمی، پرخاشگری کلامی، خشم، خصومت و پرخاشگری غیرمستقیم مورد استفاده قرار گرفته است و آلفای کرونباخ این پرسشنامه

^۱- Canonical correlation

^۲- Emotional Control Questionnaire

^۳- benign control

^۴- Eysenck Personality Questionnaire

^۵- Buss-Durkee Hostility Inventory

^۶-Buss and Warren Agression Questionnaire

در آمریکا توسط باس و وارن (Buss & Warren, 2000)، ۰/۹۱ گزارش گردید. در ایران یزدخواستی (Yazdkhasti, 2010)، ضریب همسانی درونی آزمون برابر با ۰/۷۸ می‌باشد. هم‌چنین ضریب همسانی درونی عامل‌های پرخاشگری جسمی، پرخاشگری کلامی، خشم، خصومت و پرخاشگری غیرمستقیم به ترتیب برابر با ۰/۶۴، ۰/۶۵، ۰/۵۶، ۰/۶۲ و ۰/۶۰ می‌باشد. یزدخواستی (Yazdkhasti, 2010)، برای بررسی روائی این پرسشنامه، همبستگی بین خرده آزمون‌ها را با نمره کل آزمون محاسبه کرد و ضرایب برای عامل‌های پرخاشگری جسمی، پرخاشگری کلامی، خشم، خصومت و پرخاشگری غیرمستقیم را به ترتیب برابر با ۰/۶۰، ۰/۶۲، ۰/۵۲، ۰/۳۳ و ۰/۴۲ به دست آورد. در این پژوهش ضرایب پایایی این پرسشنامه با استفاده از روش آلفای کرونباخ ۰/۸۹ به دست آمد.

شیوه‌ی اجرا

شیوه اجرای این مرحله از پرسشنامه بدین صورت بود که از طریق هماهنگی با مسئول آموزش دانشکده‌های بیرون آمده از قرعه و مجوز اجرای پژوهش توانستیم پرسشنامه‌ها را بین کلاس‌های انتخابی توزیع کنیم. به این ترتیب که ابتدا از میان ۱۰ دانشکده ۳ دانشکده سپس از میان هر دانشکده ۳ کلاس به صورت تصادفی انتخاب شدند و تمامی دانشجویان دختر این کلاس‌ها پرسشنامه‌ها را تکمیل نمودند، پس از اجرای پژوهش ۱۰۰ پرسشنامه برگشت داده شد.

یافته‌ها

دامنه‌ی سنی کل نمونه مورد بررسی ۱۸ تا ۲۹ سال با میانگین سنی ۲۱/۸۷ و انحراف استاندارد ۲/۱۳ بود. میانگین و انحراف معیار نمره‌های دانشجویان دختر در پرخاشگری و سبک‌های کنترل هیجانی در جدول شماره ۱ آورده شده است.

جدول ۱: میانگین و انحراف معیار نمره‌های دانشجویان در سبک‌های کنترل هیجانی و پرخاشگری

متغیر	میانگین	انحراف معیار
بازداری هیجانی	۱۹/۵۴	۱/۹۱
کنترل پرخاشگری	۲۰/۸۶	۱/۷۱
کنترل خوش‌خیم	۲۰/۷۴	۱/۷۶
نشخوارذهنی	۲۱/۶۲	۲/۱۹
پرخاشگری جسمی	۱۶/۴۰	۵/۷۳
پرخاشگری کلامی	۱۵/۲۵	۳/۰۲
خشم	۲۱/۵۳	۴/۸۶
خصومت	۲۳/۹۵	۵/۹۷
پرخاشگری غیرمستقیم	۱۵/۰۸	۳/۸۰

همان گونه که مندرجات جدول ۱ نشان می‌دهند، میانگین (انحراف معیار) دانشجویان در بازداری هیجانی ۱۹/۵۴ (۱/۹۱)، کنترل پرخاشگری ۲۰/۸۶ (۱/۷۱)، کنترل خوش خیم ۲۰/۷۴ (۱/۷۶)، نشخوارذهنی ۲۱/۶۲ (۲/۱۹)، پرخاشگری جسمی ۱۶/۴۰ (۵/۷۳)، پرخاشگری کلامی ۱۵/۲۵ (۳/۰۲)، خشم ۲۱/۵۳ (۴/۸۶)، خصومت ۲۳/۹۵ (۵/۹۷) و پرخاشگری غیرمستقیم ۱۵/۰۸ (۳/۸۰) می‌باشد. جدول شماره ۲ ماتریس همبستگی بین متغیرهای پژوهش را نشان می‌دهد.

جدول ۲. ماتریس همبستگی متغیرهای پژوهش

۹	۸	۷	۶	۵	۴	۳	۲	۱	
								۱	پرخاشگری جسمی
							۱	*۰/۲۳۶	پرخاشگری کلامی
						۱	**۰/۳۹۷	**۰/۶۰۷	خشم
					۱	**۰/۶۰۷	**۰/۳۴۰	**۰/۴۲۲	خصومت
				۱	**۰/۵۵۷	**۰/۶۰۴	*۰/۲۵۰	**۰/۵۹۲	پرخاشگری غیرمستقیم
			۱	-۰/۰۶۴	۰/۰۸۲	۰/۰۷۹	۰/۰۶۴	-۰/۰۴۴	بازداری هیجانی
		۱	۰/۱۷۴	*-۰/۲۲۸	-۰/۱۵۴	-۰/۰۵۵	۰/۱۲۲	-۰/۰۶۸	کنترل پرخاشگری
	۱	*۰/۲۷۹	*۰/۰۸۵	-۰/۲۵۰	*-۰/۳۱۶	*-۰/۳۴۴	-۰/۱۹۰	*-۰/۲۸۹	نشخوارذهنی
۱	*۰/۲۳۸	*۰/۱۹۸	*۰/۱۷۰	*-۰/۲۱۶	*-۰/۳۶۰	*-۰/۲۰۵	*-۰/۲۲۸	-۰/۱۲۳	کنترل خوش خیم

**همبستگی در سطح ۰/۰۱ معنی دار است. *همبستگی در سطح ۰/۰۵ معنی دار است. همان گونه که در جدول ۲ مشاهده می‌شود روابط بین اکثر متغیرهای پژوهش در سطح مورد نظر ($P < 0.05$) معنی دار می‌باشد.

در این پژوهش برای بررسی رابطه‌ی متغیرهای پژوهش از روش تحلیل همبستگی متعارف استفاده گردید. سبک‌های کنترل هیجانی به عنوان پیش‌بین، خرده‌مقیاس‌های پرخاشگری به عنوان ملاک در نظر گرفته شد تا رابطه چندمتغیری مشترک میان این دو دسته متغیر بررسی شود. جدول ۳ نتایج آزمون‌های معنی‌داری برای مدل کامل^۱ تحلیل همبستگی متعارف را نشان می‌دهد.

جدول ۳. آزمون‌ها معنی‌داری برای مدل کامل تحلیل همبستگی متعارف

نام آزمون	ارزش	F نسبت	df فرضیه	df خطا	سطح معنی‌داری
اثر پیلایی	۰/۴۰۹	۲/۱۴	۲۰	۳۷۶	<۰/۰۰۱
ویلکز لامبدا	۰/۶۳۷	۲/۲۰	۲۰	۳۰۲	<۰/۰۰۱
اثر هتلینگ	۰/۴۹۹	۲/۲۳	۲۰	۳۵۸	<۰/۰۰۱

^۱ - full model

همان‌گونه که از جدول ۳ مشاهده می‌شود معنی‌داری مقدار لامبدای ویلکز ($p < 0/001$) نشان می‌دهد که بین دو دسته متغیر (سبک‌های کنترل هیجانی و پرخاشگری) رابطه معنی‌دار وجود دارد. لامبدا نشان دهنده واریانس است که توسط مدل تبیین نمی‌شود، در نتیجه $1-\lambda$ اندازه اثر^۱ مدل کامل را در ماتریس r^2 آشکار می‌سازد. بر این مبنا، اندازه اثر دو تابع متعارف تحلیل برابر است با $0/363=0/637-0/1$. اندازه اثر، مقدار واریانس مشترک بین دو دسته متغیر است که مدل کامل قادر به تبیین آن می‌باشد، بنابراین مدل به دست آمده در این پژوهش، ۳۱ درصد از واریانس بین متغیرهای سبک‌های کنترل هیجانی و پرخاشگری را تبیین می‌نماید.

تعداد توابع یا ابعادی که در تحلیل متعارف به دست می‌آید برابر با تعداد متغیرها در کوچک-ترین دسته (پیش‌بین یا ملاک) است. چون در این پژوهش متغیر پیش‌بین شامل سبک‌های کنترل هیجانی است، بنابراین چهار تابع یا بعد به دست آمد. اطلاعات مربوط به این چهار تابع در جدول ۴ آمده است.

جدول ۴: ویژگی‌های توابع حاصل از تحلیل متعارف

شماره تابع	مقدار ویژه	درصد	درصد تراکمی	همبستگی متعارف	مجدور همبستگی
۱	۰/۳۱۵	۶۳/۰۸	۶۳/۰۸	۰/۴۸۹	۰/۲۳۹
۲	۰/۱۱۷	۲۳/۴۹	۸۶/۵۸	۰/۳۲۴	۰/۱۰۵
۳	۰/۰۴۹	۹/۸۸	۹۶/۴۶	۰/۲۱۶	۰/۰۴۷
۴	۰/۰۱۷	۳/۵۳	۱۰۰	۰/۱۳۱	۰/۰۱۷

در تحلیل متعارف راه آسانی برای آزمون معنی‌داری توابع به صورت جداگانه وجود ندارد. یک روش برای بررسی معنی‌داری توابع، توجه به مقدار واریانس است که هر تابع تبیین می‌نماید. در جدول ۴ مشاهده می‌شود که مجدور همبستگی‌های متعارف توابع به ترتیب برابر با $0/239$ ، $0/105$ ، $0/047$ ، $0/017$ است. پیرو شری و هنسان (Sherry & Henson, 2005)، توابعی که کمتر از ۱۰ درصد واریانس را تبیین نمایند، کنار گذاشته می‌شوند و تفسیر نمی‌شوند، بنابراین، فقط تابع اول که ۲۳ درصد از واریانس مشترک را تبیین می‌نمایند، تفسیر می‌شود و تابع دوم (۱۰/۵ درصد)، تابع سوم (۴/۷)، تابع چهارم (۱/۷) مورد تفسیر قرار نمی‌گیرند.

علاوه بر روش فوق، محقق می‌تواند به کمک تحلیل کاهش بعد معنی‌داری توابع را آزمون نماید. در جدول ۵ نتایج تحلیل کاهش بعد توابع دو گانه این پژوهش نشان داده شده است.

¹ - effect size

جدول ۵: نتایج تحلیل کاهش بعد برای توابع متعارف

شماره ریشه	لامبدای ویلکز	F نسبت	df فرضیه	df خطا	سطح معنی داری
۱ تا ۴	۰/۶۳۷	۲/۲۰	۲۰	۳۰۲	<۰/۰۰۱
۲ تا ۴	۰/۸۳۸	۱/۴۰	۱۲	۲۴۳	۰/۱
۳ تا ۴	۰/۹۳۶	۱/۰۳	۶	۱۸۶	۰/۴
۴ تا ۴	۰/۹۸۲	۰/۸۳۰	۲	۹۴	۰/۴

در ردیف اول جدول ۵ نتایج آزمون معنی داری اثر تجمعی^۱ توابع ۱ تا ۴ داده شده است. این آزمون نشان می‌دهد که آیا ترکیب هر دو تابع معنی دار است یا خیر. همان گونه که پیش از این گفته شد اثر تجمعی توابع ۱، ۴ (یا مدل کامل) از نظر آماری معنی دار است ($p < 0/001$). اثر تجمعی سایر توابع معنی دار نیست. به عبارت دیگر تابع ۱ تا ۴ میزان معنی داری از واریانس مشترک میان دو دسته متغیرها را تبیین می‌کند. بنابراین، نتایج تحلیل کاهش بعد با نتایج حاصل از بررسی مجذور همبستگی متعارف هماهنگ است.

نتایج تا به اینجا نشان داد که بین دو دسته متغیر رابطه معنی داری وجود دارد و تابع ۱ تا ۴ به دست آمده، مقدار معنی داری از واریانس بین دو دسته متغیر را تبیین می‌نماید، اما نقش هر کدام از متغیرهای پیش‌بین و ملاک در توابع چقدر است؟ برای پاسخ به این پرسش به ضرایب استاندارد و ساختاری متغیرها رجوع می‌کنیم. جدول ۶ ضرایب استاندارد، ضرایب ساختاری و مجذور ضریب ساختاری آنها (یا واریانس تبیین شده) را برای مجموعه متغیرهای پیش‌بین و ملاک در تابع اول نشان می‌دهد.

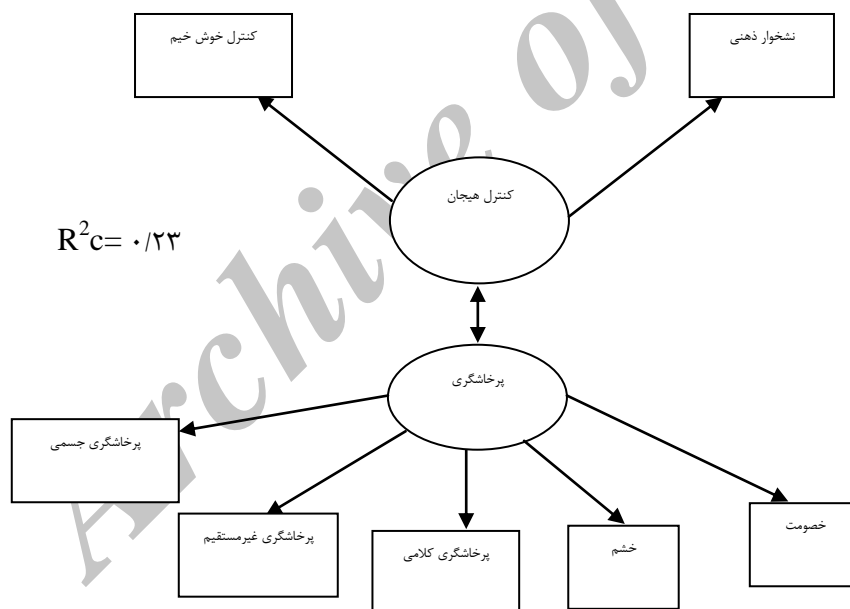
جدول ۶: ضرایب استاندارد، ساختاری و مجذور ضرایب ساختاری متغیرها در تابع

متغیر	ضریب استاندارد	ضریب ساختاری	مجذور ضریب ساختاری
بازداری هیجانی	-۰/۳۶۶	-۰/۲۲۳	۰/۰۴۹
کنترل پرخاشگری	-۰/۱۳۹	۰/۱۰۴	۰/۰۱۰
نشخوار ذهنی	۰/۶۳۱	۰/۷۱۸	۰/۵۱۵
کنترل خوش‌خیم	-۰/۶۶۲	۰/۷۲۲	۰/۵۲۱
R^2c			۰/۲۳
پرخاشگری جسمی	-۰/۰۳۹	-۰/۴۸۷	۰/۲۳۷
پرخاشگری کلامی	-۰/۳۱۳	-۰/۶۳۵	۰/۴۰۳
خشم	-۰/۲۸۶	-۰/۷۶۳	۰/۵۸۲
خصومت	-۰/۷۰۹	-۰/۹۱۲	۰/۸۳۱
پرخاشگری غیرمستقیم	۰/۱۶۷	-۰/۵۰۱	۰/۲۵۱

^۱ - cumulative effect

پیرو آلپورت و پترسون (Alpert & Peterson, 1972)، فقط متغیرهای دارای ضرایب ساختاری حداقل ۰/۳۰ مورد توجه و تفسیر قرار می‌گیرند. به این ترتیب مندرجات جدول ۶ نشان می‌دهد که در تابع اول به ترتیب اهمیت کنترل خوش‌خیم (ضریب ساختاری، ۰/۷۲۲) و نشخوارذهنی (ضریب ساختاری، ۰/۷۱۸) سهم بیش‌تری در ترکیب خطی متغیر پیش‌بین هستند. از سوی دیگر، در این تابع از بین متغیرهای ملاک به ترتیب اهمیت خصومت (ضرایب ساختاری، ۰/۹۱۲-)، خشم (ضریب ساختاری، ۰/۷۶۳-)، پرخاشگری کلامی (ضریب ساختاری، ۰/۶۳۵)، پرخاشگری غیرمستقیم (ضریب ساختاری، ۰/۵۰۱-) و پرخاشگری جسمی (ضریب ساختاری، ۰/۴۸۷) سهم بیش‌تری در ترکیب خطی متغیرهای ملاک دارند. به بیان دیگر، در تابع اول خصومت، خشم، پرخاشگری کلامی، پرخاشگری غیرمستقیم و پرخاشگری جسمی به‌وسیله‌ی کنترل خوش‌خیم و نشخوارذهنی پیش‌بینی می‌شوند. هم‌چنین، ضریب تعیین متعارف ۰/۲۳ می‌باشد که مقدار واریانس مشترک بین دو مجموعه متعارف متغیرهای پیش‌بین و ملاک را تعیین می‌کند.

نمودار ۱ روابط مفهومی متغیرهای پیش‌بین و ملاک را در تابع اول متعارف نشان می‌دهد.



نمودار ۱: مدل مفهومی سبک‌های کنترل هیجانی و پرخاشگری

بحث و نتیجه گیری

هدف از این پژوهش تعیین رابطه سبک‌های کنترل هیجان با پرخاشگری دانشجویان دختر بود. ضرایب ساختاری بدست آمده در این پژوهش نشان می‌دهند که الگویی از نمره‌های بالا در کنترل خوش‌خیم و نشخوار ذهنی با الگویی از نمره‌های پایین در خصومت، خشم، پرخاشگری کلامی، پرخاشگری غیرمستقیم و پرخاشگری جسمی همبسته هستند. بنابراین یافته‌های این پژوهش نشان می‌دهد که ترکیب کنترل خوش‌خیم و نشخوار ذهنی پایین احتمال خصومت، خشم، پرخاشگری کلامی، پرخاشگری غیرمستقیم و پرخاشگری جسمی بالا می‌برد.

نتایج این پژوهش با نتایج موس، کوک، چنج و گراس (Mauss, Cook, Cheng & Gross, 2007)، کساکوسکا، سائیز، جاسزوسکا و پلیک (Kossakowska, Ciescinska, Jaszewska & Placek, 2010)، الاسبی، باروت و لووالو (Alasbi, Barort & Lovvallo, 2000)، کراز، روبایند و لینل (Krause, Robind & Lynell, 2000)، گارانفسکی، کرایس و سیونهون (Garnesfske, Kraais & Sionhoven, 2001)، فام (Pham, 2000)، کینگ و ایمونز (King & Emmons, 1990) و میرزایی (Mirzaee, 2010) همسوست.

در تبیین این یافته می‌توان گفت که افراد وقتی بر روی پرخاشگری خود کنترل داشته باشند، طبیعی است که احتمال خصومت، خشم، پرخاشگری کلامی، پرخاشگری غیرمستقیم و پرخاشگری جسمی کاهش یابد و کنترل خشم به افزایش سلامت روان این افراد کمک می‌کند و سبب بهبود کارکرد جسمانی و اجتماعی آنها می‌گردد. هم‌چنین وقتی فرد در مورد خشم و خصومت خود با خود حرف می‌زند و به نشخوار ذهنی می‌پردازد، ممکن است این شیوه به کنترل خشم وی کمک کند. می‌توان گفت وقتی فرد در مورد خشم خویش، با خود سخن می‌گوید، ممکن است این عمل به آرام شدن وی کمک کند.

نی (Nay, 2004, Translated by: Faraji)، بیان می‌کند که هر راهکاری که به تمرکز و تفکر دوباره بر روی چیزی خنثی‌تر، مبهم‌تر یا جذاب‌تر برای ذهن منجر شود، برای کاهش تحریک خشم مفید است. نی (Nay, 2004, Translated by: Faraji)، بیان می‌کند قسمت اعظم تفکر به صورت جریانی از واژه‌ها به ذهن می‌آیند که به تشریح یا تفسیر رویدادها می‌پردازند یا اعمال فرد را جهت می‌دهند و این جریان، جریانی خودکار است. وی مطرح می‌کند که می‌توان افکار مخرب و خشم برانگیز را شناسایی کرد و به جای توجه به آن، با جایگزین کردن افکار سازنده‌تر و توجه کردن ذهنی بر روی آن خشم خود را کاهش داد. در واقع می‌توان با گفتگوی ذهنی سازنده که به نوعی همان گفتگوی درونی با خویش است و هم‌چنین با تصویرسازی ذهنی مفید و آرامش‌بخش که

همانند گفتگوی ذهنی با خویشتن، بی‌درنگ همان عواطف و هیجانات را در واکنش به موقعیت واقعی در فرد بر می‌انگیزد، خشم و پرخاشگری را در فرد کاهش داد.

میچن باوم (Meichenbaum, 1985, Nay, 2004, Translated by: Faraji)، ثابت کرده است که وقتی فرد از گفتگوی درونی مثبت برای هدایت اعمال و رفتار خود استفاده می‌کند، خیلی بهتر می‌تواند مراحل موقعیت‌های تنش‌زا را مدیریت کند. پس می‌توان نتیجه گرفت که افراد باید الگوهای فکری تشدید کننده‌ی خشم را کنترل کنند و تغییر دهند. این کار اغلب شامل گفتگوی درونی و ایجاد افکار و تصاویر ذهنی جدید به منظور بررسی بی‌طرفانه‌ی موقعیت و تهیه‌ی ماهرانه‌ی نقشه‌ای برای نحوه‌ی واکنش در مقابل آن موقعیت است (Nay, 2004, Translated by: Faraji).

از آنجا که پژوهش فقط بر روی دانشجویان دختر دانشگاه شهید چمران اهواز صورت گرفته است، پس باید در تعمیم نتایج به دانشگاه‌های شهرهای دیگر و دانشجویان پسر احتیاط کرد و پیشنهاد می‌شود که پژوهش در سایر شهرها و بر روی پسران نیز انجام شود تا امکان مقایسه بین دو گروه دختر و پسر فراهم شود.

References

1. Alasbi, M., & Barort, S., & Lovvallo, W. R. (2000). A drenocorticotropin responses to interpersonal stress: effect of anger expression style and defensiveness. *International Journal of psychology*, 32, 257-256.
2. Alpert, M.I., and Peterson, R.A. (1972). On the Interpretation of Canonical Analysis. *Journal of Marketing Research*, 9, 187-192.
3. Delavar, A. (1997). *Theory and Research in the Humanities and Social Sciences*. Tehran: Roshd Publications. (Persian)
4. Denham, S. (1998). Emotional development in young children. Guilford Press.
5. Enayat, H., & Yaghobidost, M. (2012). Relationship between marital conflict and domestic violence in girls. *Journal Science –Research Woman and Social*, 3, 3, 1-30.1
6. Fehr, B., Baldwin, M., Collins, L., Patterson, S., & Benditt, R. (1999). Anger in close relationships: an interpersonal script analysis. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 25, 299-312.
7. Feist, J & Feist, G. (2002). *Personality theories*. Translated by: Yahya Seyad Mohammadi. Tehran: Ravan. (Persian)

8. Garnesfske, J., Kraais, V., & Sionhoven, P. (2001). Negative events, cognitive regulation and problem. *Personality and Individual Differences*, (30), 1311- 1321.
9. Goleman, D. (1995). *Emotional Intelligence*. New York: Bantam books.
10. Gratz, K. L., & Roemer, L. (2004). Multidimensional assessment of emotion regulation and dysregulation: Development, factor structure, and initial validation of the difficulties in emotion regulation scale. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 26, 41-54.
11. Hemmati, R. (2003). Factors affecting men's violence against women in the family. Tehran. Research for Master's thesis, Tehran, martyr Beheshti University. (Persian).
12. Hoseini, F.S., & Khayer, M. (2010). Role of teacher education in mathematics emotions and emotional adjustment of students. *Journal Science -Research Psychology University of Tabriz*, 5,20. (Persian)
13. Jerman, F., Van der Linden, M., D'Acremont, M., Zermatten, A. (2006). Cognitive emotion regulation questionnaire (CERQ): Confirmatory factor analysis and psychometric properties of the French translation. *Eur J Psychol As*, 22(2):126-31.
14. Kazemian-Sardary, SH. (2006). Exploring relationship between adolescence self-esteem and health being with academic performance [Dissertation]. Azad University. (Persian)
15. King, L. A., & Emmons, R. A. (1990). Conflict over emotional expression: Psychological and physical correlates. *Journal of Personality and Social Psychology*, 58, 864-877.
16. Kopp, C.B. (1989). Regulation of distress and negative emotions: A developmental view. *Dev Psychol*, 25:343-54.
17. Kossakowska, M.M., Ciescinska. C., Jaszewska. J., & Placek, W.J. (2010). Control of negative emotions and its implication for illness perception among psoriasis and vitiligo patients. *JEADV*, 24, 429-433.
18. Krause, E. D., Robind, C. J., & Lynell, T. R. (2000). A mediational model relating sociotropy, ambivalence over emotional expression and disordered eating. *Psychology of Women*, 24(4), 328- 335.
19. Lazarus, R. S. (1986). Commentary on LeDoux. *Integrative Psychiatry*, 4, 245-247.

20. Mauss, I.B., Cook, C.L., Cheng, J.Y.J., & Gross, J.J. (2007). Individual differences in cognitive reappraisal: experiential and physiological responses to an anger provocation. *International Journal of Psychophysiology*, 66, 116–124.
21. Mirzaee, B. (2010). The relationship between general health and emotional expression styles. *Thought and behavior*, 4, 15, 41-50. (Persian)
22. Nay, W.R. (2004). *Taking charge of anger: how to resolve conflict*. Translated by: Marjan Faraji. Tehran: Roshd Publication. (Persian)
23. Papageorgiou, C., & Wells, A. (2003). An empirical test of a clinical metacognitive model of rumination and depression. *Cognitive therapy and research*, 27, 261-273.
24. Pham, T. (2000). The influence of gender and culture on relationship between emotional control and well-being. *Research Journal*, 10(8)99-114.
25. Reeve, J.M. (2005). *Understanding motivational and emotion*. Translated by: Yahya Sayed Mohammadi. Tehran: Virayesh Publication. (Persian)
26. Roger, D., & Najarian, B. (1989). The construction and validation of a new scale for measuring emotion control. *Personal & Individual Differences*, (10): 845-853.
27. Rottenberg, J., & Gross, J. J. (2003). When emotion goes wrong : Realizing the promise of effective science. *Clinical Psychology Science and practice*, 10, 227-232.
28. Sadock, B.J., & Sadock, V.A. (2007). Synopsis of psychiatry behavioral sciences, 10th. Translated by: Farzin Rezaee, Tehran: Arjmand. (Persian)
29. Schultz, D. P., & Schultz, S.E. (2005). *Theories of personality*. Translated by: Yahya Seyad, Tehran: Virayesh. (Persian)
30. Schutz, P. A., Hong, J. Y., Cross, D. I., & Osban, J. N. (2006). Reflections on investigating emotion in educational activity setting. *Educational Psychology Review*, 18, 343-360.
31. Sherry, A., & Henson, R.K. (2005). Conducting and interpreting canonical correlation analysis in personality research: a user-friendly primer. *Journal of Personality Assessment*, 84 (1), 37-48.
32. Tafrate, S., Kassinove, H., & Dundin, L. (2002). Anger episodes in high and low trait anger community adults. *Journal of Clinical Psychology*, 58, 1573- 1590.

33. Usefi F. (2007). Relationship between cognition emotion regulation and anxiety in giftedness students. *J Res Except Child*, 6:871-92. (Persian)
34. Wells, T. L. (2005). Emotion and culture in a collaborative learning environment for engineers. *Doctoral Dissertation of Philosophy*, University of Texas, Austin.
35. Yazdkhasti, F. (2010). *Interactive style and Psychological Tests*. Esfahan: Payam alavi. (Persian)
36. Zangane, S., Malekpor, M., & Abedi, M.R. (2010). Effects of anger management training on the control of maternal aggression during the first deaf student. *New findings in psychology*, 5 (14), 81-94. (Persian)

Archive of SID