

## راهبردهای نظم‌جویی شناختی هیجان در دختران فراری و بهنجار

تاریخ دریافت مقاله: ۱۳۹۳/۲/۱۸؛ تاریخ پذیرش: ۱۳۹۳/۶/۱۹

### چکیده

**زمینه و هدف:** نارسایی در نظم‌جویی هیجان هسته‌ی اصلی آسیب‌های روانی و اختلال‌های رفتاری دوره‌ی نوجوانی است. هدف پژوهش حاضر بررسی راهبردهای نظم‌جویی شناختی هیجان در دختران فراری و بهنجار بود.

**روش بررسی:** ۵۰ نفر از دختران فراری به‌شیوه‌ی نمونه‌برداری در دسترس انتخاب شدند و با ۵۰ نفر از دختران بهنجار مورد هم‌تاسازی قرار گرفتند. دو گروه شرکت‌کننده نسخه‌ی فارسی پرسشنامه‌ی نظم‌جویی شناختی هیجان (حسنی، ۱۳۸۹) را تکمیل نمودند. به‌منظور مقایسه‌ی دو گروه در راهبردهای نظم‌جویی شناختی هیجان از تحلیل چند متغیری واریانس استفاده شد.

**یافته‌ها:** نتایج نشان داد که در راهبردهای سازش‌نیافته‌ی ملامت خویش، نشخوارگری، فاجعه‌سازی و ملامت دیگران بین دو گروه تفاوت معنادار وجود دارد و میانگین نمرات گروه دختران فراری بیشتر از دختران بهنجار است. همچنین، در راهبردهای سازش‌یافته‌ی تمرکز مجدد بر برنامه‌ریزی و ارزیابی مجدد مثبت بین دو گروه تفاوت معنادار وجود داشت و میانگین نمرات گروه دختران فراری کمتر از دختران بهنجار بود.

**نتیجه‌گیری:** راهبردهای سازش‌یافته‌ی نظم‌جویی شناختی هیجان موجب سازگاری بهتر با محیط و کارکردهای بین‌فردی موثر می‌شود، درحالی‌که استفاده از راهبردهای سازش‌نیافته می‌تواند زمینه‌ی بروز آسیب‌های روانی اجتماعی را فراهم نماید.

**کلمات کلیدی:** هیجان، نظم‌جویی شناختی هیجان، دختران فراری، بزهکاری

جعفر حسنی<sup>۱\*</sup> و علی قان‌دنیای  
چهرمی<sup>۲</sup>

<sup>۱</sup> دانشیار گروه روان‌شناسی بالینی دانشگاه خوارزمی، تهران، ایران  
<sup>۲</sup> کارشناسی ارشد روان‌شناسی بالینی، واحد سلامت روانی، اجتماعی و اعتیاد معاونت بهداشتی، دانشگاه علوم پزشکی البرز، کرج، ایران

نویسنده مسئول:

دانشیار گروه روان‌شناسی بالینی  
دانشگاه خوارزمی، تهران، ایران

۰۲۱- ۸۸۸۴۸۹۳۸  
E-mail: hasanimehr57@yahoo.com

## مقدمه

انسان با یک سری پاسخ‌های هیجانی اولیه متولد می‌شود. اگر چه این پاسخ‌های هیجانی در تمام فرهنگ‌ها و جوامع مشابه است و در پاسخ به محرک‌های درونی و بیرونی رخ می‌دهد اما افراد در خلال زندگی، راهبردهای متفاوتی را در پاسخ به محرک‌ها می‌آموزند. بنابراین، هیچ‌گاه دو فرد پاسخ‌های هیجانی یکسانی به یک محرک از خود نشان نمی‌دهند.<sup>۱</sup> تجارب هیجانی نقش مهمی در جنبه‌های مختلف زندگی نظیر سازگاری با تغییرات زندگی و رویدادهای تنیدگی‌زا ایفا می‌کند. اصولاً، هیجان را می‌توان واکنش‌های زیست‌شناختی به موقعیت‌هایی دانست که آن رابه عنوان یک فرصت مهم یا چالش برانگیز ارزیابی می‌کنیم و این واکنش‌های زیستی با پاسخی که به آن رویدادهای محیطی می‌دهیم، همراه می‌شوند.<sup>۲</sup> پاسخ‌های هیجانی، اطلاعات مهمی درباره‌ی تجربه‌ی فرد در ارتباط با دیگران فراهم می‌کند. با این اطلاعات، انسان‌ها یاد می‌گیرند که در مواجهه با هیجان‌ها چگونه رفتار کنند؛ چگونه تجارب هیجانی را به صورت کلامی بیان کنند؛ چه راهبردهایی را در پاسخ به هیجان‌ها به کار برند و در زمینه‌ی هیجان‌های خاص، چگونه با دیگران رفتار کنند.

هرچند هیجان‌ها مبنای زیستی دارند، اما افراد قادرند بر شیوه‌هایی که این هیجان‌ها را ابراز می‌کنند، تاثیر بگذارند. این توانایی‌ها نظم‌جویی هیجان (Emotion Regulation) نامیده می‌شود و شامل فرایندهای درونی و بیرونی است که مسئولیت کنترل، ارزیابی و تغییر واکنش‌های عاطفی فرد را در مسیر تحقق یافتن اهداف وی بر عهده دارد.<sup>۳</sup> بنابراین نظم‌جویی هیجان، یک اصل اساسی در شروع، ارزیابی و سازماندهی رفتار سازش‌یافته و همچنین جلوگیری از بروز هیجان‌های منفی و رفتارهای سازش‌نیافته محسوب می‌شود.<sup>۴</sup> بررسی متون روان‌شناختی، نشان می‌دهد که نظم‌جویی هیجان، عامل مهمی در تعیین سلامت و داشتن عملکرد موفق در تعاملات اجتماعی است.<sup>۳،۴</sup> رگه‌های نظم‌جویی ناکارآمد تجارب هیجانی، در تمام اختلال‌های روان‌شناختی قابل مشاهده است. به عنوان مثال، اختلال اسکیزوفرنی، در برگیرنده‌ی تغییرات شدید و غیر قابل کنترل هیجانی است؛ نوزگرایی (Neuroticism) به اضطراب وابسته است؛ جامعه‌ستیزی، ریشه در فقدان آشکار هیجان دارد و حتی

عقب‌ماندگی ذهنی، اغلب به‌عنوان عقب‌ماندگی‌های هیجانی در نظر گرفته می‌شود.<sup>۵</sup> علاوه بر این، بازنگری‌های اخیر نشان می‌دهند ناهماهنگی‌های هیجانی در تمام اختلال‌های محور I و بیشتر اختلال‌های محور II بروز می‌کند.<sup>۶</sup>

سازهی نظم‌جویی هیجان مفهوم پیچیده‌ای است که طیف وسیعی از فرایندهای زیستی، اجتماعی، رفتاری و همچنین فرایندهای شناختی هشیار و ناهشیار را در بر می‌گیرد.<sup>۷،۸</sup> و به توانایی فهم، تعدیل و ابراز تجارب هیجانی<sup>۱۱</sup> یا کاهش، حفظ و افزایش آن‌ها اشاره دارد.<sup>۱۳،۱۲</sup> هرگونه اشکال و نقص در تنظیم هیجان‌ها می‌تواند فرد را در برابر اختلال‌های روانی چون افسردگی و اضطراب آسیب‌پذیر سازد.<sup>۱۴</sup> بنابراین می‌توان گفت که نظم‌جویی هیجان، عامل کلیدی و تعیین‌کننده‌ی بهزیستی روانی، کارکرد اثربخش، سازگاری با رویدادهای تنیدگی‌زای زندگی و کیفیت زندگی است.

یکی از متداول‌ترین راهبردها برای مدیریت و نظم‌جویی تجارب هیجانی و اطلاعات برانگیزاننده‌ی هیجان استفاده از فرایندهای شناختی است.<sup>۱۵</sup> راهبردهای نظم‌جویی شناختی هیجان بر جنبه‌ی شناختی مقابله (Coping) تأکید دارند.<sup>۹</sup> چگونگی ارزیابی سیستم شناختی فرد در مواجهه با حوادث منفی از اهمیت بالایی برخوردار است و سلامت روانی افراد حاصل تعامل راهبردهای نظم‌جویی شناختی تجارب هیجانی و ارزیابی درست از موقعیت‌های تنش‌زا می‌باشد.<sup>۱۶</sup> گارنفسکی (Garnefski)، کرایج (Kraaij) و اسپینهاون (Spinhoven) با بازنگری ادبیات پژوهشی و نظری در زمینه‌های شناختی مقابله و نظم‌جویی هیجان ۹ راهبرد شناختی ملامت خویش (Self-blame)، پذیرش (Acceptance)، نشخوارگری (Rumination)، تمرکز مجدد مثبت (Positive refocusing)، تمرکز مجدد بر برنامه‌ریزی (Refocus on planning)، ارزیابی مجدد مثبت (Positive reappraisal)، دیدگاه‌گیری (Putting into perspective)، فاجعه‌سازی (Catastrophizing) و ملامت دیگران (Other-blame) را مطرح نمودند.<sup>۱۸، ۱۷، ۱۶، ۹، ۸، ۲</sup> از بین راهبردهای مذکور، ملامت خویش، نشخوارگری، فاجعه‌سازی و ملامت دیگران در طبقه راهبردهای سازش‌نیافته‌ی نظم‌جویی هیجان قرار می‌گیرند، درحالی‌که راهبردهای پذیرش، تمرکز مجدد مثبت، تمرکز مجدد بر برنامه‌ریزی، ارزیابی مجدد مثبت و دیدگاه‌گیری به گروه راهبردهای

سازش‌یافته تعلق دارند.

اعتقاد بر این است که راهبردهای نظم‌جویی شناختی هیجان به افراد کمک می‌کند تا برانگیختگی‌ها و هیجان‌های منفی را تنظیم نمایند<sup>۱۹،۲۰</sup> و بهره‌گیری مطلوب از راهبردهای سازش‌یافته‌ی نظم‌جویی شناختی هیجان نظیر ارزیابی مجدد باعث کاهش احساسات منفی و افزایش احساسات مثبت و رفتار سازش‌یافته می‌شود.<sup>۲۱، ۲۲</sup> به‌طور کلی یافته‌های پژوهشی متعددی بیان‌گر رابطه‌ی قوی راهبردهای نظم‌جویی شناختی هیجان با اختلال‌های رفتاری<sup>۲۳، ۲۴</sup> و آسیب‌شناسی روانی است.<sup>۲۵، ۲۶، ۲۷، ۲۸</sup> علاوه بر این، نتایج پژوهش‌ها نشان می‌دهند که نظم‌جویی مؤثر هیجان‌ها دارای پیامدهای مطلوبی بر بهداشت روانی، بهزیستی روان‌شناختی، سلامت جسمانی و روابط بین‌فردی می‌باشد.<sup>۲۹، ۳۰</sup> بنابراین، می‌توان انتظار داشت که راهبردهای نظم‌جویی شناختی هیجان در تبیین پدیده‌ی فرار از منزل به عنوان یکی از اختلال‌های رفتاری نقش محوری داشته باشد.

از سوی دیگر، نوجوانی دوره‌ای است که در آن تغییرات جسمانی، روان‌شناختی و اجتماعی با هیجان‌های شدید همراه است و بسیاری از دستگاه‌های عصبی یا شناختی که هیجان را کنترل می‌کند، در خلال این دوره به تحول می‌رسند.<sup>۳۱</sup> بنابراین، توجه به راهبردهای مقابله با هیجان در هنگام مواجهه با رویدادهای منفی زندگی در این دوره، می‌تواند حائز اهمیت باشد.<sup>۳۲</sup> بر اساس دیدگاه تحولی می‌توان گفت که دوره‌ی نوجوانی دوره‌ی مرور اختلال‌های روان‌شناختی در شکل بهنجار است. به عبارت دیگر، تجلی تجارب منفی و مبتنی بر آسیب‌های روان‌شناختی پیش‌زمینه‌ی گذار از این دوره می‌باشد. ولی تمام نوجوانان به سادگی قادر به عبور از این بحران‌ها نیستند، تعداد کمی از نوجوانان وقتی که تحت تنیدگی، اضطراب و تجارب هیجانی منفی قرار می‌گیرند، به واکنش‌هایی رفتاری و شناختی نامطلوب و غیرمنطقی متوسل می‌شوند. یکی از این واکنش‌ها فرار از منزل است.

بررسی‌های همه‌گیرشناختی نشان داده‌اند که پدیده‌ی فرار از منزل در دختران نوجوان از شیوع بالاتری برخوردار است.<sup>۳۳، ۳۴</sup> علاوه بر این، یافته‌های پژوهشی نشان می‌دهند که فارغ از دلایل خانوادگی و شخصیتی دختران فراری پریشانی‌های مختلف، تجارب دردناک، طرد، سوء استفاده و تحقیر را تجربه می‌کنند<sup>۳۵-۳۶</sup> و دارای

نیمرخ خاص روان‌شناختی مبتنی بر آسیب‌های روانی اجتماعی مانند خودپنداره‌ی پایین، افسردگی، ناامیدی و احساس یاس هستند.<sup>۳۷، ۳۸</sup> یک جنبه از نیمرخ روان‌شناختی دختران فراری نقص در فرایندهای پردازش اطلاعات هیجانی و تنظیم هیجان است.<sup>۳۹</sup> علاوه بر این، نتایج پژوهش‌ها نشان می‌دهد که بدکارکردی در فرایندهای نظم‌جویی هیجان با الگوهای آسیب‌شناسی روانی آمیختگی کامل دارد<sup>۴۰</sup> تا حدی که نظم‌جویی مشکل‌دار هیجان در اشکال مختلف آسیب‌شناسی روانی نظیر اختلال شخصیت مرزی،<sup>۴۱</sup> اختلال افسردگی اساسی،<sup>۴۲، ۴۳</sup> اختلال دو قطبی،<sup>۴۴</sup> اختلال‌های مرتبط با الکل<sup>۴۵</sup> و اختلال‌های مرتبط با مصرف مواد<sup>۴۶</sup> مشاهده می‌شود. تمام اختلال‌های مذکور با فراوانی بیشتری در دختران فراری بروز می‌یابند. همچنین، نظم‌جویی هیجان از طریق شناخت‌ها (نظم‌جویی شناختی هیجان) از همبسته‌های اصلی رفتاری استرس و آسیب‌شناسی روانی است.<sup>۴۷، ۴۸</sup> به‌عنوان مثال، راهبردهایی ناسازگارانه نشخوارگری، ملامت خویش و فاجعه‌سازی به صورت مثبت با آشفتگی هیجانی و سایر جنبه‌های آسیب‌شناختی همبسته می‌باشد، ولی در راهبردهایی سازگارانه مانند ارزیابی مجدد مثبت، این همبستگی منفی است.<sup>۴۹، ۵۰</sup> هرچند پژوهش‌های زیادی در زمینه‌ی روابط راهبردهای نظم‌جویی هیجان با آسیب‌شناسی روانی انجام شده، ولی نقش این راهبردها در گروه دختران فراری مورد بررسی قرار نگرفته است. بر همین اساس و با توجه به بروز و شیوع پدیده‌ی فرار از منزل به عنوان یک معضل روانی اجتماعی در جامعه ما، همبودی سایر اختلال‌های روان‌شناختی در بین افراد فراری و نقش محوری تجارب هیجانی و مدیریت آن‌ها در این پدیده، این مطالعه به بررسی راهبردهای نظم‌جویی شناختی هیجان در دختران فراری و بهنجار پرداخته است.

## مواد و روش‌ها

پژوهش حاضر با توجه به گروه‌ها و متغیرهای موجود در قالب طرح‌های علی مقایسه‌ای انجام شد. در این پژوهش دو گروه آزمودنی شامل دختران فراری و دختران بهنجار شرکت داشتند. ابتدا بر اساس شیوه‌ی نمونه‌گیری در دسترس، ۵۰ نفر از دختران فراری ساکن در مراکز نگهداری سازمان بهزیستی استان زنجان و البرز انتخاب شدند. در مرحله‌ی بعد، از مراکز آموزشی استان‌های مذکور

پرسشنامه‌ی نظم‌جویی شناختی هیجان (CERQ) دارای پایه‌ی تجربی و نظری محکمی بوده و از ۹ خرده مقیاس تشکیل شده است. خرده مقیاس‌های مذکور ۹ راهبرد شناختی ملامت خویش، پذیرش، نشخوارگری، تمرکز مجدد مثبت، تمرکز مجدد بر برنامه‌ریزی، ارزیابی مجدد مثبت، دیدگاه‌گیری، فاجعه‌سازی و ملامت دیگران را ارزیابی می‌کند. دامنه‌ی نمرات مقیاس از ۱ (تقریباً هرگز) تا ۵ (تقریباً همیشه) می‌باشد. هر خرده مقیاس شامل ۴ ماده است. نمره‌ی کل هر یک از خرده مقیاس‌ها از طریق جمع کردن نمره‌ی ماده‌ها به دست می‌آید بنابراین دامنه نمرات هر خرده مقیاس بین ۴ تا ۲۰ خواهد بود. نمرات بالا در هر خرده مقیاس بیانگر میزان استفاده بیشتر راهبرد مذکور در مقابله و مواجهه با وقایع استرس‌زا و منفی می‌باشد.<sup>۴۸</sup>

نسخه‌ی فارسی پرسشنامه‌ی نظم‌جویی شناختی هیجان (CERQ-P) در فرهنگ ایرانی توسط حسینی (۱۳۸۹) مورد واریسی خصوصیات روان‌سنجی قرار گرفته است. در این مطالعه، اعتبار مقیاس بر اساس روش‌های همسانی درونی (با دامنه‌ی آلفای کرونباخ ۰/۷۶ تا ۰/۹۲) و بازآزمایی (با دامنه‌ی همبستگی ۰/۵۱ تا ۰/۷۷) و روایی پرسشنامه‌ی مذکور از طریق تحلیل مولفه‌ی اصلی با استفاده از چرخش واریماکس، همبستگی بین خرده مقیاس‌ها (با دامنه‌ی همبستگی ۰/۳۲ تا ۰/۶۷) و روایی ملاکی مطلوب گزارش شده است.<sup>۴۹</sup>

#### شیوه گردآوری و تجزیه و تحلیل داده‌ها

پژوهشگران پس از کسب رضایت و توضیح فرایند پژوهش به شرکت‌کننده‌ها، نسخه‌ی فارسی پرسشنامه‌ی نظم‌جویی شناختی هیجان (CERQ-P) را بین آن‌ها توزیع می‌نمودند. شرکت‌کننده‌ها به صورت فردی به پرسشنامه پاسخ می‌دادند. در طول مدت پاسخ‌دهی شرکت‌کننده‌ها، پژوهشگران حضور فعال داشتند تا از بروز پاسخ‌های تصادفی (تحویل سریع پرسشنامه یا پاسخ‌دهی بدون تمرکز) جلوگیری نمایند و در صورت لزوم به پرسش‌های آن‌ها پاسخ دهند. پس از جمع‌آوری اطلاعات، داده‌ها توسط برنامه SPSS-16 مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت. برای بررسی آماری، علاوه بر آمار توصیفی از تحلیل چندمتغیری واریانس (MANOVA) استفاده شد.

۵۰ نفر از دختران بهنجار که بر اساس متغیرهای هوش، طبقه اجتماعی/اقتصادی و سطح تحصیلات با گروه اول مورد هم‌تاسازی قرار گرفته بودند، به عنوان گروه مقایسه انتخاب شدند.

در انتخاب شرکت‌کننده‌ها، معیارهای ورود زیر در نظر گرفته شد: دامنه‌ی سنی ۱۵ تا ۲۵ سال، عدم وجود بیماری‌های جسمانی، مشکوک نبودن شرکت‌کننده‌ها به عقب‌ماندگی ذهنی، راست دست بودن شرکت‌کننده‌ها، نداشتن فامیل درجه‌ی اول مبتلا به اختلال اسکیزوفرنی و دوقطبی و اولین سابقه‌ی فرار از خانه برای گروه دختران فراری. علاوه بر این، افراد بهنجار افرادی بودند که بر اساس گزارش شخصی و مصاحبه‌ی بالینی سابقه‌ی مراجعه به روان‌پزشک یا روان‌شناس نداشتند و به اختلال روان‌شناختی خاصی مبتلا نبودند.

#### ابزارهای پژوهش

#### الف) پرسشنامه‌ی خصوصیات جمعیت‌شناختی و ملاک‌های ورود آزمودنی‌ها

این پرسشنامه یک ابزار محقق ساخته بود که از طریق آن اطلاعات توصیفی، خصوصیات جمعیت‌شناختی و ملاک‌های ورودی آزمودنی‌ها مورد بررسی قرار می‌گرفت.

#### ب) نسخه‌ی فارسی پرسشنامه‌ی نظم‌جویی شناختی هیجان (CERQ-P)

پرسشنامه‌ی نظم‌جویی شناختی هیجان (CERQ) توسط گارنفسکی، کرایچ و اسپینهان (۲۰۰۱) در کشور هلند تدوین شده و دارای دو نسخه‌ی انگلیسی و هلندی است. پرسشنامه‌ی نظم‌جویی شناختی هیجان (CERQ) یک پرسشنامه‌ی چند بعدی است که جهت شناسایی راهبردهای مقابله‌ای شناختی افراد پس از تجربه کردن وقایع یا موقعیت‌های منفی مورد استفاده قرار می‌گیرد. برخلاف سایر پرسشنامه‌های مقابله‌ای که به صورت آشکار بین افکار فرد و اعمال واقعی وی تمایز قایل نمی‌شوند، این پرسشنامه افکار فرد را پس از مواجهه با یک تجربه‌ی منفی یا وقایع آسیب‌زا ارزیابی می‌کند. این پرسشنامه یک ابزار خود گزارشی است و ۳۶ ماده دارد. اجرای این پرسشنامه خیلی آسان است و برای افراد ۱۲ سال به بالا (هم افراد بهنجار و هم جمعیت‌های بالینی) قابل استفاده می‌باشد.

## یافته‌ها

دارند. برای این منظور تحلیل واریانس یک‌راهه انجام شد. در جدول ۱ مقادیر F تحلیل‌های واریانس یک‌راهه، میانگین و انحراف استاندارد راهبردهای نظم‌جویی شناختی هیجان قید شده است. نتایج جدول ۱ نشان می‌دهد که در راهبردهای سازش‌نیافته‌ی نظم‌جویی شناختی ملامت خویش، نشخوارگری، فاجعه‌سازی و ملامت دیگران بین دو گروه تفاوت معنادار وجود دارد و میانگین نمرات گروه دختران فراری بیشتر از دختران بهنجار است. همچنین از میان راهبردهای سازش‌یافته‌ی نظم‌جویی در راهبردهای تمرکز مجدد بر برنامه‌ریزی و ارزیابی مجدد مثبت بین دو گروه تفاوت معنادار وجود دارد و میانگین نمرات گروه دختران فراری کمتر از دختران بهنجار می‌باشد.

به منظور مقایسه‌ی دو گروه آزمودنی در راهبردهای نظم‌جویی شناختی هیجان، ابتدا از تحلیل چندمتغیری واریانس استفاده شد. نتیجه‌ی آزمون M باکس ( $P > 0/01$ ;  $F(45, 31550) = 1/06$ ) نشان داد که ماتریس کواریانس متغیرهای وابسته در گروه‌ها همسان است و می‌توان از تحلیل واریانس چندمتغیری استفاده نمود. نتیجه‌ی آزمون چندمتغیری لامبدا ویلکز (Wilks' Lambda) ( $P < 0/001$ )؛  $F(9, 90) = 7/12$  معنادار بود. معنادار بودن این آزمون نشان می‌دهد که در راهبردهای نظم‌جویی شناختی هیجان بین گروه دختران فراری و بهنجار تفاوت معنادار وجود دارد، ولی این معناداری مشخص نمی‌کند که دو گروه در کدام راهبردها با همدیگر تفاوت

جدول ۱: میانگین و انحراف استاندارد راهبردهای نظم‌جویی شناختی هیجان و نتایج تحلیل واریانس یک‌راهه برای مقایسه دختران فراری و بهنجار

مؤلفه	گروه	تعداد	میانگین	انحراف استاندارد	F df=(۱, ۹۸)
ملامت خویش	دختران فراری	۵۰	۸/۲۸	۴/۵۳	***۱۲/۲۹
	دختران بهنجار	۵۰	۵/۶۰	۲/۹۴	
پذیرش	دختران فراری	۵۰	۱۲/۶۸	۵/۱۲	۰/۸۹
	دختران بهنجار	۵۰	۱۱/۷۶	۴/۶۲	
نشخوارگری	دختران فراری	۵۰	۱۲/۲۸	۴/۲۲	***۹/۷۱
	دختران بهنجار	۵۰	۹/۸۴	۳/۵۹	
تمرکز مجدد مثبت	دختران فراری	۵۰	۱۱/۰۴	۴/۲۰	۲/۱۵
	دختران بهنجار	۵۰	۱۲/۳۲	۴/۵۲	
تمرکز مجدد بر برنامه‌ریزی	دختران فراری	۵۰	۱۰/۳۰	۳/۴۴	**۹/۰۱
	دختران بهنجار	۵۰	۱۲/۶۸	۴/۴۲	
ارزیابی مجدد مثبت	دختران فراری	۵۰	۹/۴۰	۲/۹۹	***۱۳/۲۶
	دختران بهنجار	۵۰	۱۱/۸۰	۳/۵۷	
دیدگاه‌گیری	دختران فراری	۵۰	۱۰/۴۶	۳/۳۱	۱/۰۸
	دختران بهنجار	۵۰	۹/۷۴	۳/۵۸	
فاجعه‌سازی	دختران فراری	۵۰	۱۱/۰۴	۴/۸۰	***۱۸/۰۴
	دختران بهنجار	۵۰	۷/۶۸	۲/۸۷	
ملامت دیگران	دختران فراری	۵۰	۹/۹۰	۴/۶۲	***۲۵/۵۳
	دختران بهنجار	۵۰	۶/۱۸	۲/۳۸	

\*\*\* =  $P < 0/001$  \*\* =  $P < 0/05$  \* =  $P < 0/01$

## بحث

نظم‌جویی شناختی هیجانی نقش مهمی در فهم همبسته‌های رفتاری و هیجانی استرس و وقایع عاطفه‌ی منفی ایفا می‌کند.<sup>۲۷</sup> علاوه بر این، نظم‌جویی صحیح و کارآمد هیجان عامل مهمی در سازگاری با رویدادهای تنیدگی‌زای زندگی محسوب می‌شود. این پژوهش با هدف مقایسه‌ی راهبردهای نظم‌جویی شناختی هیجان در بین دختران فراری و بهنجار صورت گرفت. نتایج نشان داد که در راهبردهای ملامت خویش، نشخوارگری، فاجعه‌سازی و ملامت دیگران میانگین نمرات گروه دختران فراری بیشتر از افراد بهنجار می‌باشد. یعنی گروه دختران فراری بیشتر از دختران بهنجار از راهبردهای سازش‌نایافته‌ی ملامت خویش، نشخوارگری، فاجعه‌سازی و ملامت دیگران استفاده می‌کنند. در این راستا، نتایج پژوهش‌ها نشان داده‌اند که کودکان و نوجوانانی که به‌صورت اختصاصی از راهبردهای سازش‌نایافته‌ی نظم‌جویی هیجان نظیر ملامت خود، نشخوارگری و فاجعه‌سازی استفاده می‌کنند، این راهبردها نقش مؤثری در بروز رفتارهای مخرب و ناسازگار دارد.<sup>۹</sup> در جامعه‌ی ایران هم مطالعه‌ی بازیاری و همکاران (۱۳۸۳) نشان داد که دختران فراری در مقابله با عوامل تنیدگی‌زا از راهبردهای ناکارآمد هیجان‌مدار استفاده می‌کنند و احساس فقدان تدابیر مشخص برای مقابله با مشکلات دارند.<sup>۵۰</sup> در مجموع بازنگری متون پژوهشی نشان می‌دهد که دختران فراری در مؤلفه‌های همدلی، مسئولیت‌پذیری اجتماعی، روابط بین‌فردی و به‌طور کلی هوش هیجانی، ضعیف‌تر از گروه بهنجار هستند، عمدتاً در موقعیت‌های اجتماعی دچار ناکامی می‌شوند. آنها اکثراً در برخورد با یک مسأله‌ی اجتماعی، سازش‌نایافته عمل می‌نمایند و بیشتر از راهبردهای هیجان‌مدار ناکارآمد مانند فرار، رفتارهای جنسی نامشروع، اعتیاد و ... استفاده می‌کنند.<sup>۳۳</sup>

برعکس، نتایج پژوهش نشان داد که میانگین نمرات راهبردهای سازش‌یافته‌ی تمرکز مجدد بر برنامه‌ریزی و ارزیابی مجدد مثبت دختران بهنجار بیشتر از دختران فراری است. در این زمینه، یافته‌های پژوهشی نشان می‌دهند که تفاوت‌های فردی در استفاده از سبک‌های مختلف نظم‌جویی شناختی هیجان موجب پیامدهای عاطفی، شناختی و اجتماعی مختلف می‌شود چنان‌که استفاده از سبک‌های ارزیابی مجدد با تجارب هیجانی مثبت و عملکردهای میان

فردی بهتر و بهزیستی بالا ارتباط دارد.<sup>۱۹</sup> نتایج سایر پژوهش‌ها نشان می‌دهند که راهبردهای سازش‌نایافته‌ی نظم‌جویی شناختی هیجان مرتبط با اختلال‌های روانی است. به عنوان مثال مشهدی، میردرقی و حسینی (۱۳۹۰) بیان کردند که بین افسردگی و راهبردهای ملامت خود، نشخوارگری، فاجعه‌سازی و ملامت دیگران رابطه مثبت وجود دارد، در حالی که رابطه افسردگی با تمرکز مجدد مثبت، تمرکز مجدد بر برنامه ریزی و پذیرش منفی است. به اعتقاد آن‌ها رابطه‌ی منفی راهبردهای سازش‌یافته با افسردگی به این دلیل است که استفاده از این راهبردها موجب می‌شود که فرد با نگاهی متفاوت به ارزیابی رویدادهای منفی بپردازد، و به جنبه‌های مثبت و فواید احتمالی که آن رویداد در دراز مدت برای وی به دنبال دارد، توجه کند، در نتیجه ناراحتی و تنیدگی کمتری را تجربه کرده و راحت‌تر با آن رویداد کنار بیاید. در این پژوهش راهبردهای سازش‌نایافته‌ی ملامت خود، نشخوارگری، ملامت دیگران و فاجعه‌سازی با اضطراب رابطه مثبت داشتند، در حالی که راهبردهای پذیرش، دیدگاه‌گیری، تمرکز مجدد بر برنامه ریزی و ارزیابی مجدد مثبت، رابطه منفی با اضطراب داشتند. افرادی که از راهبردهای ملامت خویش، نشخوارگری و فاجعه‌سازی استفاده می‌کنند؛ نسبت به سایر افراد، بیشتر در برابر مشکلات هیجانی نظیر اضطراب آسیب‌پذیر می‌باشند.<sup>۱۵</sup> متون پژوهشی نشان داده است افرادی که از راهبردهای شناختی ضعیف مانند نشخوارگری، فاجعه‌سازی و ملامت خویش استفاده می‌کنند، نسبت به سایر افراد، بیشتر در برابر مشکلات هیجانی آسیب‌پذیر می‌باشند، درحالی که در افرادی که از راهبردهای مطلوب دیگر مانند ارزیابی مجدد مثبت استفاده می‌کنند، آسیب‌پذیری کمتر است.<sup>۱۷</sup> و راهبردهای ملامت خویش، نشخوارگری، فاجعه‌سازی و ارزیابی مجدد مثبت از پیش‌بین‌کننده‌های قوی تجارب هیجانی منفی هستند.<sup>۵۱</sup> بنابراین، یافته‌های مطالعه حاضر از این مفروضه حمایت می‌کند که دختران فراری از راهبردهای سازش‌نایافته در مواجهه با مشکلات زندگی و رویدادهای منفی استفاده می‌کنند و خطر بروز جنبه‌های مختلف آسیب‌شناسی در آن‌ها بالا است.

در مجموع با تکیه بر نتایج مطالعه حاضر می‌توان گفت که راهبردهای نظم‌جویی شناختی هیجان در دختران فراری در مقایسه با دختران بهنجار ناکارآمد است. این یافته‌ها تالیحات پژوهشی،

گروه‌های مشابه می‌تواند به یافته‌های جالب منجر شود.

### تقدیر و تشکر

پژوهش حاضر با حمایت مالی بنیاد ملی نخبگان از محل اعتبارات استادیاران جوان زیر نظر معاونت پژوهشی دانشگاه خوارزمی انجام شده است. از تمامی شرکت‌کننده‌ها، بنیاد ملی نخبگان، معاونت محترم پژوهشی دانشگاه خوارزمی و مسئولین محترم سازمان بهزیستی استان‌های البرز و زنجان صمیمانه قدردانی می‌شود.

### References

- Cordova JV, Warren, LZ, Gee CB. Emotional skillfulness in marriage: Intimacy as a mediator of the relationship between emotional skillfulness and marital satisfaction. *J Soci Clin Psychol*. 2005; 24 (2), 218-35.
- Garnefski N, Van-Der-Kommer T, Kraaij V, Teerds J, Legerstee J, Tein EO. The Relationship between Cognitive Emotion Regulation Strategies and Emotional Problems: Comparison between a Clinical and a Non-Clinical Sample. *Eur J Pers*. 2002; (16): 403-20.
- Thompson RA. Emotional regulation: A theme in search for definition. In N. A. Fox. *Emotion Regulation: Behavioral and Biological Consideration*. Monogr Soc Res child Dev. 1994; 59(3), 25-52.
- Cicchetti D, Ackerman BP, Izard CE. Emotions and Emotion regulation in developmental psychopathology. *Dev Psychopathol*. 1995; 7(1), 1-10.
- Gross JJ. The emerging field of emotion regulation: An integrative review. *Rev Gen Psychol*. 1998; 2(3), 271-99.
- Aldao A, Nolen-Hoeksema S, Schweizer S. Emotion-regulation strategies across psychopathology: A meta-analytic review. *Clin Psychol Rev*. 2010; 30(2), 217-37.
- Nolen-Hoeksema S, Wisco BE, Lyubomirsky S. Rethinking rumination. *Pers Psychol Sci* 2008;(3):400-24.
- Garnefski N, Boon S, Kraaij V. Relationships Between Cognitive Strategies of Adolescents and Depressive Symptomatology Across Different Types of Life Event. *J Youth Adolesc*. 2003; 32(6): 401-08.
- Garnefski N, Kraaij V, Spinhoven P. Negative life events, cognitive emotion regulation and emotion problems. *Pers Individ Dif*. 2001; 30: 1311-27.
- Gross JJ. Emotion regulation: affective, cognitive, and social consequences. *Psychophysiol*. 2002; 39(3): 281-91.
- Gross JJ. The emerging field of emotion regulation: an integrative review. *Rev Gen Psychol*. 1998; 2(3):271- 99.
- Germann F, Van-Der-Linden M, d'Acremont M, Zermatten A. Cognitive Emotion Regulation Questionnaire (CERQ): Confirmatory Factor Analysis and Psychometric Properties of the French Translation. *Eur J Psychol Assess*. 2006; 22(2):126-31.
- Gross JJ. Emotion regulation: Past, present, future. *Cogn Emot*. 1999; 13(5):551-73.
- Garnefski N, Kraaij V. Relationships between cognitive strategies of adolescents and depressive symptomatology across different types of life events. *J Youth Adolesc*. 2003; 10(32):401-8.
- Mashhadi A, Midoraghi F, Hasani J. The role of cognitive emotion regulation strategies in internalizing disorders of children. *J Clin Psychol*. 2011; 3(3): 29-39. [In Persian]
- Garnefski N, Teerds J, Kraaij V, Legerstee J, Kommer T. Cognitive emotion regulation strategies and depressive symptoms: Differences between males and females. *Pers Individ Dif*. 2003; 25:603-11.
- Garnefski N, Kraaij V. Relationships between cognitive emotion regulation strategies and depressive symptoms: A comparative study of five specific samples. *Pers Individ Dif*. 2006; 9 (40):1659-69.
- Hasani J, Azadfallah P, Rasolzadeh Tabatabaiee SK, Ashayeri H. The assessment of the cognitive emotion regulation according neuroticism and extraversion. *New Adv Cog Sci*. 2008; 10 (4): 1-13. [In Persian]
- Gross JJ, John OP. Individual differences in two emotion regulation processes: implications for affect, relationships, and well-being. *J Pers Soc Psychol*. 2003; 85(2): 348-62.
- Kraaij V, Pruyboom E, Garnefski N. Cognitive coping and depressive symptoms in the elderly: A longitudinal study. *Aging Ment Health*. 2002; 4(6):275-81.

21. Campbell-Sills L, Barlow DH. Incorporating emotion regulation into conceptualizations and treatments of anxiety and mood disorders. In: Gross JJ, Editor. Handbook of emotion regulation. New York: Guilford Press; 2007: 542-59.
22. Harvey A, Watkins E, Mansell W, Shafran R. Cognitive behavioural processes across psychological disorders: a transdiagnostic approach to research and treatment. Oxford: Oxford University Press; 2004.
23. Rottenberg J, Gross JJ. When emotion goes wrong: realizing the promise of affective science. Clin Psychol Sci Pract. 2007; 10(2): 227-32.
24. Williams LE, Bargh JA. The nonconscious regulation of emotion. In: Gross JJ, Editor. Handbook of emotion regulation. New York: Guilford Press; 2007. p. 429-45.
25. Kraaij V, van EA, Garnefski N, Schroevers MJ, Lo-Fo-Wong D, van EP, et al. Effects of a cognitive behavioral self-help program and a computerized structured writing intervention on depressed mood for HIV-infected people: a pilot randomized controlled trial. Patient Educ Couns. 2010; 80(2): 200-4.
26. Garnefski N, Teerds J, Kraaij V, Legerstee J, Van den Kommer T. Cognitive emotion regulation strategies and depressive symptoms: differences between males and females. Pers Individ Dif. 2004; 36(2): 267-76.
27. Hasani J. The assessment of reliability and validity of the short form of cognitive emotion regulation questionnaire. Behav Sci Res. 2011; 9 (4):229-40. [In Persian]
28. Ryff CD, Singer B. The contours of positive human health. Psychol Inq. 1998; 9(1): 1-28.
29. Hooper CJ, Luciana M, Conklin HM, Yarger RS. Adolescent's performance on the Iowa gambling task: Implications for the development of decision making and ventromedial prefrontal cortex. Dev Psychol. 2004; 40(6), 1148-58.
30. Ronan KR, Kendall PC. Self-talk in distressed youth: States of mind and content specificity. J Clin Child Psychol. 1997; 26(4), 330-37.
31. Sharelin SA, Mor-Barak M. Runaway girls in distress: motivation, background, and personality. Adolesc. 1992; 27 (106): 387-405.
32. Cohen E, Mackenzie RG, Yates GL. HEADS, a psychosocial risk assessment instrument: Implications for designing effective intervention programs for runaway youth. J Adolesc Med. 1991; 12: 539-44.
33. Rohr ME. Identifying adolescent runaways: The perspective utility of the Personality Inventory for Children. Adolesc. 1996; 31 (123): 605-23.
34. Hyde J. From home to street: Understanding young people's transitions into homelessness. J Adolesc. 2005; 28(2):171-83.
35. Paradise M, Cause AM. Home street home: The interpersonal dimensions of adolescent homelessness. Anal Soc Issues Public Policy. 2002; 2(1), 223-38.
36. Tyler KA, Johnson KA. A longitudinal study of the effects of early abuse on later victimization among high-risk adolescents. Violence and Victims. 2006; 21(3), 287-306.
37. Votta E, Manion IG. Suicidality, risk-taking behaviours and coping styles in homeless adolescent males. J Adolesc Health. 2004; 34, 237-43.
38. Chun J, Springer DW. (2005). Correlates of depression among runaway adolescents in Korea. Child Abuse & Neglect. 2005; 29(12), 1433-38.
39. Marsh AA, Blair RJ. Deficits in facial affect recognition among antisocial populations: a meta-analysis. Neurosci Biobehav Rev. 2008; 32, 454-65.
40. Mennin DS, Farach FJ. Emotion and evolving treatments for adult psychopathology. Clin Psychol: Sci Pract. 2007; 14, 329-52.
41. Lynch TR, Trost WT, Salsman, N, Linehan MM. Dialectical behavior therapy for borderline personality disorder. Annu Rev Clin Psychol. 2007; 3, 181-205.
42. Rottenberg, J, Gross JJ, Gotlib IH. Emotion context insensitivity in major depressive disorder. J Abnor Psychol. 2005; 114, 627-39.
43. Johnson SL. Mania and dysregulation in goal pursuit: A review. Clin Psychol Rev. 2005; 25, 241-62.
44. Sher KJ, Grekin ER. Alcohol and affect regulation. In J. J. Gross (Ed.), Handbook of emotion regulation (pp. 560-580). New York, NY: Guilford Press. 2007.
45. Fox HC, Axelrod SR, Paliwal P, Sleeper J, Sinha R. Difficulties in emotion regulation and impulse control during cocaine abstinence. Drug and Alcohol Dependence. 2007; 89, 298-301.
46. Legerstee JS, Garnefski N, Verhulst FC, Utens EMWJ. Cognitive coping in anxiety-disordered adolescents. J Adolesc. 2011; 34: 319-26.
47. Garnefski N, Baan N, Kraaij V. Psychological distress and cognitive emotion regulation strategies among farmers who fell victim to the foot-and-mouth crisis. Pers Individ Dif. 2005; 38(6), 1317-27.
48. Garnefski N, Kraaij V, Spinhoven P. Manual for the use of the Cognitive Emotion Regulation Questionnaire: A questionnaire measuring cognitive coping strategies. Leiderdorp, The Netherlands: DATEC. 2002.
49. Hasani J. The Psychometric Properties of the Cognitive Emotion Regulation Questionnaire (CERQ). J Clin Psychol. 2011; 2 (3):73-83. [In Persian]
50. Bazyari M, Rasolzadeh Tabatabaiee SK, Azadfallah P. A comparative study of stressor factors and coping strategies with them in Tehran's run away and normal girls. J Psychol. 2004; 7 (4): 387-97. [In Persian]
51. Martin R, Dahlen ER. Cognitive emotion regulation in the prediction of depression, anxiety, stress, and anger. Pers Individ Dif. 2005; 39: 1249-60.