

## المقارنة بين التنظيم المعرفي والتنظيم الانفعالي، مصدر التحكم والبحث عن المعنى بين الطلاب المحليين وغير المحليين

اسماعيل صدري دميرجي<sup>id\*</sup>، فريبا اسماعيلي قاضي ولوي<sup>id</sup>، سارا اسدي شيشهكران<sup>id</sup>، نسيم محمدي<sup>id</sup>

قسم العلوم التربوية، كلية العلوم التربوية وعلم النفس، جامعة محقق الاذربيلي، اردبيل، ايران.

\* المراسلات الموجهة إلى السيد اسماعيل صدري دميرجي؛ البريد الإلكتروني: e.sadri@uma.ac.ir

### معلومات المادة

الوصول: ١٧ ذبحه ١٤٣٩  
 وصول النص النهائي: ٢٥ صفر ١٤٤٠  
 القبول: ٤ ربيع الاول ١٤٤٠  
 النشر الإلكتروني: ١٤ ربيع الثاني ١٤٤٠

### الكلمات الرئيسية:

البحث عن المعنى  
 التنظيم المعرفي - الإنفعالي  
 الطلاب المحليون وغير المحليين  
 مصدر الضبط

### الملخص

**خلفية البحث وأهدافه:** تعتبر الفترة الطلابية إحدى الفترات الرئيسية في حياة الشباب والتي تعد فترة انتقالية فعالة. هناك عوامل متعددة بإمكانها أن تؤثر على الصحة العقلية لدى الطلاب والتي يمكن تصنيفها في ثلاث مجموعات: العوامل الشخصية والعوامل التي تتعلق بالجامعة والعوامل الاجتماعية. الغرض من الدراسة هذه، المقارنة بين التنظيم المعرفي والتنظيم الانفعالي، مصدر التحكم والبحث عن المعنى بين الطلاب الجامعيين المحليين وغير المحليين ٢٠١٦.

**منهجية البحث:** اجريت هذه الدراسة الوصفية هي المقارنة والسببية واشتمل المجتمع الاحصائي جميع الطلاب المحليين وغير المحليين في جامعة المحقق الاذربيلي عام ٢٠١٥-٢٠١٦ الدراسي وتم اختيار ١٠٠ طالب ٥٠ طالب محلي و ٥٠ طالب غير محلي بطريقة اخذ العينة المتاحة. تم جمع البيانات باستخدام استبيانات التنظيم المعرفي والتنظيم الانفعالي ل"غارنيفسكي وآخرين" مصدر الضبط ل"جوليان روتر" والمعنى في الحياة ل"استيغر وآخرين" ومن ثم تم تحليل البيانات باستخدام اختبار تحليل التباين متعدد المتغيرات. تمت مراعاة جميع الموارد الاخلاقية في هذا البحث؛ و اضافة الى هذا فإن مؤلفي المقالة لم يشيروا الى تضارب المصالح.


**الكشوفات:** أظهرت النتائج أن متوسط درجات مصدر الضبط الخارجي في الطلاب غير المحليين كانت أكثر من الطلاب المحليين؛ وكان متوسط درجات الضبط الداخلي للطلاب غير المحليين أقل من الطلاب المحليين (٠/٠٠١). بالإضافة إلى ذلك، فقد استخدم الطلاب المحليين دون الطلاب غير المحليين، استراتيجيات عاطفية إيجابية وفعالة (إعادة التركيز الإيجابي، وإعادة التركيز على التخطيط، وإعادة التقييم الإيجابي، واتخاذ وجهة نظر). كذلك فإن نسبة المعنى في الحياة لدى الطلاب المحليين كان أكثر من غير المحليين منهم (٠/٠٠١ < p).

**الاستنتاج:** استناداً إلى النتائج، يشير المستوى الأعلى لاستخدام مصدر الضبط الداخلي، واستراتيجية التنظيم المعرفي والتنظيم الانفعالي الايجابي والمعنى في الحياة إلى الرفاهية النفسية والأداء الأمثل للطلاب غير المحليين فينبغي ايلاء الإهتمام لهذه الجوانب وبذل الجهد في سبيل تنميته وتطويره.

يتم استناد المقالة على الترتيب التالي:

Sadri Damirchi E, Esmaili Ghazivaloyi F, Asadi Shishegaran S, Mohammadi N. Comparison of the Cognitive Emotion Regulation, Locus of Control and Meaning in life in Native and Non-Native Students. J Res Relig Health. 2019; 4(5): 5- 16.

## مقایسه‌ی تنظیم شناختی - هیجانی، منبع کنترل و معناجویی در بین دانشجویان بومی و غیربومی

اسماعیل صدری دمیرچی\*  فریبا اسماعیلی قاضی ولوئی ، سارا اسدی شیشه‌گران ، نسیم محمدی 

گروه علوم تربیتی، دانشکده‌ی علوم تربیتی و روان‌شناسی، دانشگاه محقق اردبیلی، اردبیل، ایران.  
 \*مکاتبات خطاب به آقای اسماعیل صدری دمیرچی؛ رایانامه: e.sadri@uma.ac.ir

### اطلاعات مقاله

دریافت: ۷ شهریور ۱۳۹۷  
 دریافت متن نهایی: ۱۳ آبان ۱۳۹۷  
 پذیرش: ۲۱ آبان ۱۳۹۷  
 نشر الکترونیکی: ۱ دی ۱۳۹۷

### واژگان کلیدی:

تنظیم شناختی - هیجانی  
 دانشجویان بومی و غیربومی  
 معناجویی  
 منبع کنترل

### چکیده

**سابقه و هدف:** یکی از دوره‌های حیاتی در جوانی دوره‌ی دانشجویی است که دوره‌ی انتقالی پویا شناخته شده است. عوامل متعددی می‌تواند بر سلامت روانی دانشجویان تأثیرگذار باشد که به‌طور کلی می‌توان آنها را در سه گروه عوامل شخصی، عوامل مربوط به دانشگاه و عوامل اجتماعی تقسیم‌بندی کرد. هدف از پژوهش حاضر، مقایسه‌ی تنظیم شناختی - هیجانی، منبع کنترل و معناجویی در دانشجویان بومی و غیربومی است.

**روش کار:** این مطالعه توصیفی از نوع علی - مقایسه‌ی است. جامعه‌ی آماری پژوهش شامل کلیه‌ی دانشجویان بومی و غیربومی دانشگاه محقق اردبیلی در سال تحصیلی ۹۴-۹۵ بود که از میان آنان با استفاده از روش نمونه‌گیری در دسترس ۱۰۰ نفر (۵۰ دانشجوی بومی و ۵۰ دانشجوی غیربومی) انتخاب شدند. داده‌ها با استفاده از پرسش‌نامه‌های تنظیم شناختی - هیجانی گرنفسکی و همکاران، منبع کنترل راتر و معنا در زندگی استیگر و همکاران جمع‌آوری؛ و با استفاده از آزمون تحلیل واریانس چندمتغیری تحلیل شد. در این پژوهش همه‌ی مسائل اخلاقی رعایت شده است و نویسندگان مقاله هیچ‌گونه تضاد منافی گزارش نکرده‌اند.

**یافته‌ها:** یافته‌ها نشان داد میانگین نمره‌های منبع کنترل بیرونی در دانشجویان غیربومی نسبت به دانشجویان بومی بیشتر؛ و میانگین نمره‌های منبع کنترل درونی دانشجویان غیربومی کمتر از دانشجویان بومی بود (۰/۰۰۱). علاوه‌براین، دانشجویان بومی نسبت به دانشجویان غیربومی از راهبردهای هیجانی مثبت و کارآمد (تمرکز مجدد مثبت، تمرکز مجدد برنامه‌ریزی، ارزیابی مجدد مثبت و دیدگاه‌گیری) استفاده می‌کردند (p<۰/۰۰۱). همچنین معنا در زندگی دانشجویان بومی بیشتر از دانشجویان غیربومی بود (p<۰/۰۰۱).

**نتیجه‌گیری:** بر اساس نتایج به‌دست‌آمده، سطح بالاتر به‌کارگیری منبع کنترل درونی، راهبرد تنظیم شناختی - هیجانی مثبت و معناجویی در زندگی، نشان‌دهنده‌ی بهزیستی روان‌شناختی و عملکرد بهینه‌ی دانشجویان غیربومی است و لزوم توجه به این جنبه‌ها و تلاش برای رشد و توسعه‌ی آن را گوشزد می‌سازد.

استناد مقاله به این صورت است:

Sadri Damirchi E, Esmaeili Ghazivaloyi F, Asadi Shishegaran S, Mohammadi N. Comparison of the Cognitive Emotion Regulation, Locus of Control and Meaning in life in Native and Non-Native Students. J Res Relig Health. 2019; 4(5): 5- 16.

## مقدمه

یکی از دوره‌های حیاتی در جوانی دوره‌ی دانشجویی است که دوره‌ی انتقالی پویا شناخته شده است (۱). عوامل متعددی می‌تواند بر سلامت روانی دانشجویان تأثیرگذار باشد که به‌طور کلی می‌توان آنها را در سه گروه عوامل شخصی، عوامل مربوط به دانشگاه و عوامل اجتماعی تقسیم‌بندی کرد (۲). ورود به دانشگاه با هیجان‌های خاصی همراه است که می‌تواند سلامت روانی و جسمی دانشجو را تحت تأثیر قرار دهد (۳). در این دوره، با پیشرفت از نظر جسمی، روانی، اجتماعی و جنسی؛ افراد جوان به تدریج مسئولیت سلامتی‌شان را می‌پذیرند. این دوره‌ی انتقالی بهترین زمان برای ایجاد رفتارهای سالم است (۱).

یکی از عواملی که می‌تواند آثار عمیق‌تری در عملکرد و سلامت عمومی دانشجویان داشته باشد واکنش‌های هیجانی و راهبردهای تنظیم شناختی هیجان<sup>۱</sup> است (۴). تنظیم شناختی هیجان فرایندی که از طریق آنها افراد هیجانانگشان را برای پاسخ به توقعات محیطی هشیارانه و ناهشیارانه تعدیل می‌کنند، در نظر گرفته می‌شود (۵). تنظیم شناختی - هیجانی شکل خاصی از خودتنظیمی<sup>۲</sup> است که بر اینکه فرد چه هیجاناتی را تجربه می‌کند، چه موقع آنها را تجربه کند و چگونه آنها را بیان می‌کند تأثیر می‌گذارد (۶). در پژوهش‌ها گزارش شده است که دانشجویان در جستجوی حمایت برای مشکلات هیجانی با مشکل بیشتری مواجه هستند. در برخی از پژوهش‌ها نیز نشان داده شده است که بیشترین شکایات دانشجویان برای نیاز به کمک، مربوط به مسائل هیجانی است (۷). تنظیم شناختی - هیجانی در تحقیقات مختلف درباره‌ی دانشجویان بررسی شده است: زارع و سلگی در پژوهش خود نشان داده‌اند که برای افزایش سلامت جسمانی، روانی و اجتماعی دانشجویان، آموزش راهبردهای شناختی تنظیم هیجان متمرکز بر برنامه‌ریزی، تمرکز مثبت و ارزیابی مجدد مثبت بسیار ضروری است (۸). عیسی‌زادگان و همکاران نشان داده‌اند دانشجویانی که از راهبردهای هیجانی کارآمد و مثبت استفاده می‌کنند از سلامت عمومی برخوردارند و سلامت عمومی بهتر با خلاقیت هیجانی بالاتر ارتباط مثبت دارد (۹).

رضوان، بهرامی و عابدی نیز نشان داده‌اند که ارزیابی هیجان پیش از ایجاد آن، افزون بر اینکه از بروز هیجان‌های شدید در هنگام رویارویی فرد با موقعیت هیجانی منفی پیشگیری می‌کند، مانع کاهش چشم‌گیر شادمانی فرد پس از حادثه‌ی هیجانی می‌شود و نشخوارهای فکری کمتری می‌سازد (۱۰).

برخی شواهد نشان می‌دهد که بسیاری از مسائل و مشکلات دانشجویان، ناشی از منبع کنترل<sup>۳</sup> است (۱۱، ۱۲). تحقیقات بسیاری نشان داده است که منبع کنترل نقش مهمی در زندگی دانشجویان دارد و سلامت جسمانی و روانی آنان را در گستره‌ی وسیعی تحت تأثیر قرار می‌دهد (۱۳). افراد با کنترل درونی معتقدند پاداش به رفتارهای آنان وابسته است؛ این افراد در پی کنترل سرنوشت خویش هستند. افرادی که به کنترل بیرونی معتقدند، باور دارند که وقایع زندگی تحت کنترل آنها نیست، بلکه تحت کنترل عوامل و نیروهای خارجی و بیرونی است (۱۴). تلا<sup>۴</sup> و همکاران نیز دریافته‌اند که منبع کنترل پیش‌بینی‌کننده‌ی خوبی برای رفتارهای تحصیلی و اجتماعی است (۱۵). علاوه‌براین، سعیدی‌پور، معصومی‌فرد و معصومی‌فرد نشان داده‌اند که بین منبع کنترل درونی و ارزش‌داری درونی تکلیف و خودکارآمدی و خودتنظیمی با موفقیت تحصیلی دانشجویان دوره‌های برخط رابطه‌ی مثبت وجود دارد (۱۶). همچنین تحقیقات نشان می‌دهد که منبع کنترل درونی با خودکارآمدی بالاتر (۱۷)، عزت‌نفس، پیشرفت تحصیلی (۱۸) و خلاقیت (۱۹) ارتباط معنادار دارد.

یکی از عوامل مرتبط با مشکلات و نارسای‌های دانشجویان، اکتساب مفهوم و معنای زندگی است. در سال‌های اخیر به سازه‌ی معنا در زندگی در پژوهش‌های روان‌شناختی توجه بیشتری شده است. این مفهوم در ابتدا به تکرار در نوشته‌های ویکتور فرانکل<sup>۵</sup> بنیان‌گذار مکتب معنادرمانی به چشم می‌خورد (۲۰). پژوهش‌ها نشان می‌دهد که معنا در زندگی می‌تواند شاخصی از رفتارهای سازگارانه‌ی مقابله با استرس در بین دانشجویان باشد. معناجویی<sup>۶</sup> در زندگی قدرت شدن (رشد)، فعالیت، تمایل و تلاش افراد برای ایجاد یا تکمیل درک آنها از معنا است. از نظر فرانکل انسان‌ها به واسطه‌ی اراده برای یافتن معنا در زندگی که انگیزه‌ی ذاتی است، برانگیخته می‌شوند و

<sup>3</sup> Locus of Control<sup>4</sup> Tella<sup>5</sup> Victor Frankl<sup>6</sup> Meaning in life<sup>1</sup>) cognitive emotion regulation<sup>2</sup>) acceptance

توصیه شده است که در هر گروه ۳۰ نمونه در نظر گرفته شود، که با استفاده از روش نمونه‌گیری غیرتصادفی در دسترس، ۵۰ دانشجوی بومی و ۵۰ دانشجوی غیربومی انتخاب شدند. ابزارهای گردآوری اطلاعات سه پرسش‌نامه‌ی تنظیم شناختی هیجان گرنفسکی، کریچ و اسپین هاون<sup>۲</sup> (۲۷)، پرسش‌نامه‌ی منبع کنترل درونی - بیرونی راتر<sup>۳</sup> (۲۸) و پرسش‌نامه‌ی معنا در زندگی استیگر و همکاران<sup>۴</sup> (۲۱) بود که به صورت خودگزارشی تنظیم شده است. نتایج به‌دست‌آمده از طریق تحلیل واریانس چندمتغیری تحلیل شد. پرسش‌نامه‌های استفاده شده در پژوهش بدین شرح است:

۱) پرسش‌نامه‌ی تنظیم شناختی هیجان: این پرسش‌نامه ابزاری خودگزارشی است که نادیا گرنفسکی، ویویان کریچ و فیلیپ اسپین هاون در سال ۱۹۹۹ آن را طراحی کرده‌اند و در سال ۲۰۰۱ به چاپ رسیده است. پرسش‌نامه‌ی تنظیم شناختی هیجان شامل ۳۶ سؤال پنج‌گزینه‌ی (طیف لیکرت) است و هر گویه امتیازی بین ۱ (هرگز) تا ۵ (همیشه) را به خود اختصاص می‌دهد و شامل ۱۰ خرده‌مقیاس است. نمره‌های بالا در هر خرده‌مقیاس بیانگر میزان استفاده‌ی بیشتر راهبرد مذکور در مقابله و مواجهه با وقایع استرس‌زا و منفی است. از جمع کل نمره‌های ۳۶ ماده نیز یک نمره‌ی کلی به دست می‌آید که بیانگر استفاده از راهبردهای شناختی تنظیم هیجان است و می‌تواند در دامنه‌ی ۳۶ تا ۱۸۰ قرار گیرد. در بررسی مقدماتی ویژگی‌های اعتبارسنجی این پرسش‌نامه در نمونه‌ی از جمعیت عمومی (N=۳۶۵؛ ۱۹۷ زن و ۱۷۱ مرد)، ضرایب آلفای کرونباخ برای خرده‌مقیاس‌ها از ۰/۶۷ تا ۰/۸۹ محاسبه شد که این ضرایب در سطح  $p < 0/001$  معنادار بود. بشارت پایایی بازآزمایی برای خرده‌مقیاس‌های این پرسش‌نامه را در دو نوبت با فاصله‌ی زمانی دو تا چهار هفته، ۰/۵۷ تا ۰/۷۶ گزارش کرد و روایی محتوایی آن را بر اساس داوری هشت نفر از متخصصان روان‌شناسی بررسی؛ و ضرایب توافق کندال<sup>۵</sup> برای خرده‌مقیاس‌ها را از ۰/۸۱ تا ۰/۹۲ گزارش کرد (۲۹).

۲) مقیاس منبع کنترل درونی - بیرونی راتر: راتر ۲۳ ماده از مواد این پرسش‌نامه را با هدف مشخص، برای روشن شدن انتظارات افراد درباره‌ی منبع کنترل تدوین کرده؛ و ۶

انگیزه و تمایل برای جستجوی معنا در واکنش به رویدادهای آزاردهنده‌ی زندگی بیشتر است (۲۰، ۲۱). معناجویی می‌تواند با ایجاد معنا و مسئولیت در فرد، توان مقابله با مشکلات را در زندگی افزایش دهد (۲۲). در سطح دنیا پژوهش‌های محدودی به بررسی پیش‌بینی‌کننده‌های معناداری زندگی دانشجویان پرداخته است. مطالعات نشان می‌دهد که مفهوم معنای زندگی ارتباطی تنگاتنگ با سلامت و رفاه روان‌شناختی دانشجویان دارد (۲۳). راتی و راستگی<sup>۱</sup> در مطالعه‌ی نشان داده‌اند که بین داشتن معنا در زندگی و رفاه روان‌شناختی دانش‌آموزان نوجوان ارتباط وجود دارد (۲۴). طالب‌زاده شوشتری و همکاران دریافته‌اند که بین داشتن هدف در زندگی و ابعاد سلامت عمومی شامل علائم جسمانی، علائم اضطراب و اختلال خواب، کارکرد اجتماعی و علائم افسردگی در کارکنان دانشگاه همبستگی معنی‌دار وجود دارد (۲۵). دانشور و همکاران نیز نشان داده‌اند که داشتن معنا در زندگی یکی از متغیرهایی است که بر میزان اضطراب دانشجویان تأثیر می‌گذارد (۲۶). با توجه به اینکه دانشجویان به دلیل دگرگونی شدید روانی و تغییرات سریع در طول زمان تحصیل از جمله دوری از خانواده و دوستان، در جستجوی حمایت برای مشکلات هیجانی با مشکل بیشتری مواجه هستند (۷) و منبع کنترل به عنوان چگونگی جست‌وجوی اطلاعات در محیط و شیوه‌ی پردازش اطلاعات در رابطه با وقایع یا مسائل در زندگی دانشجویان نقش دارد (۱۸)؛ و از آنجایی که از یک سو دانشجویان خوابگاهی در مقایسه با دانشجویان بومی به دلیل شرایط خاص و موقعیت اجتماعی خود در معرض استرس‌های فراوان قرار دارند، معنا در زندگی می‌تواند شاخصی از رفتارهای سازگارانه‌ی مقابله با شرایط استرس باشد و از سویی دیگر تا حال مطالعه‌ی به صورت مستقیم، به مقایسه‌ی تنظیم شناختی - هیجانی و منبع کنترل و معنا در زندگی دانشجویان نپرداخته است، از این‌رو، هدف این پژوهش مقایسه‌ی تنظیم شناختی - هیجانی، منبع کنترل و معنا در زندگی دانشجویان بومی و غیربومی بود.

## روش کار

این پژوهش توصیفی، از نوع علی - مقایسه‌ی است. جامعه‌ی آماری پژوهش شامل کلیه‌ی دانشجویان مشغول به تحصیل در مقاطع کارشناسی و کارشناسی ارشد سال تحصیلی ۹۴-۹۵ دانشگاه محقق اردبیلی است. در پژوهش‌های علی - مقایسه‌ی

<sup>۲</sup>) Cognitive Emotion Regulation Questionnaire of Granefski, Kraaij, Spinhoven (CERQ)

<sup>۳</sup>) Internal-external locus of control scale of Rutter

<sup>۴</sup>) Meaning in life questionnaire of Steger & et.al (MLQ)

<sup>۵</sup>) Kendall

<sup>۱</sup>) Rathi & Rastogi

جدول (۱) میانگین و انحراف استاندارد متغیرهای پژوهش به تفکیک دو گروه مورد مطالعه

دانشجویان غیربومی		دانشجویان بومی		متغیر
انحراف استاندارد	میانگین	انحراف استاندارد	میانگین	
۱/۳۵	۸/۷۰	۱/۵۲	۱۰/۱۱	منبع کنترل درونی
۲/۱۶	۱۲/۰۲	۰/۸۱	۷/۷۰	منبع کنترل بیرونی
۱/۷۴	۱۵/۴۰	۱/۴۴	۸/۲۲	ملاطت خویشتن
۱/۷۷	۸/۰۶	۲/۲۷	۱۵/۶۴	پذیرش
۱/۸۱	۱۶/۰۶	۱/۷۱	۷/۷۸	نشخوار ذهنی
۱/۸۵	۸/۵۰	۱/۷۹	۱۵/۵۲	تمرکز مجدد
۱/۷۶	۸/۸۲	۲/۰۷	۱۵/۸۸	تمرکز مجدد برنامه‌ریزی
۱/۴۲	۸/۹۲	۲/۲۱	۱۶/۶۴	ارزیابی مجدد مثبت
۱/۵۱	۹/۲۴	۱/۴۶	۱۵/۶۴	دیدگاه‌گیری
۱/۸۹	۱۶/۰۸	۱/۱۴	۸/۷۸	فاجعه‌آمیزی
۲/۱۰	۱۶/۰۲	۱/۷۹	۸/۶۴	ملاطت دیگران
۲/۵۲	۱۷/۴۰	۴/۰۱	۲۹/۲۶	داشتن معنا در زندگی
۳/۷۲	۳۱/۲۸	۲/۸۶	۲۱/۷۶	جستجوی هدف در زندگی

بر اساس میانگین‌های گزارش شده در جدول شماره‌ی ۱، بیشترین میانگین و انحراف معیار مربوط به متغیر داشتن معنا در زندگی بود که برای دانشجویان بومی به ترتیب ۲۹/۲۶ و ۴/۰۱ و برای دانشجویان غیربومی ۱۷/۴۰ و ۲/۵۲ به دست آمد و کمترین میانگین و انحراف معیار نیز مربوط به متغیر منبع کنترل بیرونی بود که برای دانشجویان بومی ۷/۷۰ و ۰/۸۱ و برای دانشجویان غیربومی ۱۲/۰۲ و ۲/۱۶ به دست آمد.

جدول (۲) نتایج آزمون‌های معناداری مانکوا برای اثر اصلی متغیر گروه بر متغیرهای وابسته

متغیر	آزمون	ارزش F	سطح معناداری
گروه	اثر پیلای - بارتلت <sup>۴</sup>	۰/۹۶	۱۷۵/۵۷
	لامبدای ویلکز <sup>۵</sup>	۰/۰۴	۱۷۵/۵۷
	اثر هتلینگ <sup>۶</sup>	۲۴/۲۱	۱۷۵/۵۷
	بزرگ‌ترین ریشه‌ی روی <sup>۷</sup>	۲۴/۲۱	۱۷۵/۵۷

قبل از استفاده از آزمون پارامتریک تحلیل واریانس چندمتغیری، برای رعایت فرض‌های آن، از آزمون باکس و لوین<sup>۸</sup> استفاده و شرط همگنی ماتریس‌های واریانس/کوواریانس

ماده‌ی دیگر خنثی است (۱، ۸، ۱۴، ۱۹، ۲۴، ۲۷) که منظور آن ابهام بخشیدن به آزمون است (۲۸). دامنه‌ی نمره‌ها نیز بین ۰ تا ۲۳ قرار دارد. در این مقیاس نمره‌های بالاتر از ۹ برای منبع کنترل بیرونی و نمره‌های پایین‌تر از آن برای منبع کنترل درونی در نظر گرفته شده است. موفق‌روایی این مقیاس را با استفاده از روایی ملاک هم‌زمان، یعنی مقیاس منبع کنترل درونی - بیرونی نویکی استریکلندر<sup>۱</sup> به عنوان ملاک، ۰/۳۹ به دست آورده است (۳۰). متوسط ضریب پایایی با روش تصنیف و کودر - ریچاردسون<sup>۲</sup> در بسیاری از پژوهش‌ها ۰/۷۰ بوده است. حسن‌شاهی در سال ۱۳۷۹ با استفاده از روش آلفای کرونباخ پایایی مقیاس راتر را برابر ۰/۷۸ برآورد کرده است (۳۱).

۳) پرسش‌نامه‌ی معنا در زندگی: برای اندازه‌گیری معنا در زندگی از پرسش‌نامه‌ی معنا در زندگی استیگر، فرایز، اوشی و کالر<sup>۳</sup> استفاده شد (۲۱). مجموع نمره‌های سؤال‌های ۲، ۳، ۷، ۸ و ۱۰ میزان تلاش فرد برای یافتن معنا و مجموع نمره‌های سؤال‌های ۱، ۴، ۵، ۶ و ۹ (با کدگذاری معکوس) میزان معناداری زندگی فرد را مشخص می‌کند. بین دو عامل وجود و جستجوی معنا در زندگی، همبستگی منفی اندکی وجود داشت (r=۰/۱۹). مصرآبادی، جعفریان و استوار با اجرای پرسش‌نامه‌ی معنا در زندگی روی ۴۰ دانشجو، نشان داده‌اند که این پرسش‌نامه از روایی و پایایی کافی برخوردار است (۳۲).

### یافته‌ها

بر اساس یافته‌های به‌دست‌آمده، ۵۰ نفر (۵۰ درصد) از شرکت‌کنندگان در پژوهش بومی و ۵۰ نفر (۵۰ درصد) غیربومی؛ و ۳۴ نفر (۲۴/۱ درصد) از آنان مرد و ۶۶ نفر (۷۵/۹ درصد) نیز زن بودند. علاوه‌براین، ۸۹ نفر (۹۳/۶ درصد) از شرکت‌کنندگان مجرد و ۱۱ نفر (۶/۴ درصد) متأهل؛ و ۷۶ نفر (۷۰/۸ درصد) دارای تحصیلات کارشناسی و ۲۴ نفر (۲۴/۲ درصد) نیز دارای تحصیلات کارشناسی به بالا بودند. ۷۶ نفر (۶۶ درصد) از آنان نیز در گروه سنی ۱۸ تا ۲۳، ۲۲ نفر (۳۳/۳ درصد) در گروه سنی ۲۶ تا ۳۰ و ۲ نفر (۰/۷ درصد) در گروه سنی ۳۱ به بالا قرار داشتند.

<sup>4</sup>) Effect Pylai-Bartlett

<sup>5</sup>) Wilks Lambda

<sup>6</sup>) Hotelling effect

<sup>7</sup>) The Greatest Root

<sup>8</sup>) Box and Levine test

<sup>1</sup>) Neviki Steriklander

<sup>2</sup>) Kuder - Richardson

<sup>3</sup>) Steger, Frazier, Oishi & Kaler

نیز رعایت شد. این آزمون برای هیچ یک از متغیرها معنادار نبود، در نتیجه استفاده از آزمون‌های پارامتریک مانعی ندارد.

جدول ۳) نتایج تحلیل واریانس چندمتغیری روی میانگین نمره‌های منبع کنترل، تنظیم شناختی - هیجانی و مؤلفه‌های آن؛ و معنایابی و مؤلفه‌های آن در دانشجویان بومی و غیربومی

متغیرها	مجموع مجزورات	درجه‌ی آزادی	میانگین مجزورات	F	سطح معناداری	میزان تأثیر
منبع کنترل درونی	۳۶۶/۵۶	۱	۳۶۶/۵۶	۱۷۴/۸۶	۰/۰۰۱	۰/۶۴
منبع کنترل بیرونی	۲۵۸/۲۹	۱	۲۵۸/۲۹	۹۴/۶۱	۰/۰۰۱	۰/۴۳
ملاطت خویشتن	۱۲۸۸/۸۱	۱	۱۲۸۸/۸۱	۵۰۰/۰۵	۰/۰۰۱	۰/۸۳
پذیرش	۱۴۳۶/۴۱	۱	۱۴۳۶/۴۱	۳۴۴/۷۳	۰/۰۰۱	۰/۷۷
نشخوار ذهنی	۱۷۱۳/۹۶	۱	۱۷۱۳/۹۶	۵۴۹/۹۹	۰/۰۰۱	۰/۸۴
تمرکز مجدد مثبت	۱۲۳۲/۰۱	۱	۱۲۳۲/۰۱	۳۶۹/۲۴	۰/۰۰۱	۰/۷۹
تمرکز مجدد برنامه‌ریزی	۱۲۴۶/۰۹	۱	۱۲۴۶/۰۹	۳۳۴/۸۷	۰/۰۰۱	۰/۷۷
ارزیابی مجدد مثبت	۱۴۸۹/۹۶	۱	۱۴۸۹/۹۶	۴۳۰/۴۷	۰/۰۰۱	۰/۸۱
دیدگاه‌گیری	۱۳۳۲/۰۰	۱	۱۳۳۲/۰۰	۴۵۸/۹۸	۰/۰۰۱	۰/۸۲
فاجعه‌آمیزی	۱۳۳۲/۲۵	۱	۱۳۳۲/۲۵	۵۴۳/۴۱	۰/۰۰۱	۰/۸۴
ملاطت دیگران	۱۳۶۱/۶۱	۱	۱۳۶۱/۶۱	۳۵۶/۳۰	۰/۰۰۱	۰/۷۸
داشتن معنا در زندگی	۳۵۱۶/۴۹	۱	۳۵۱۶/۴۹	۳۱۲/۲۶	۰/۰۰۱	۰/۷۶
جستجوی هدف در زندگی	۲۲۶۵/۷۶	۱	۲۲۶۵/۷۶	۲۰۵/۷۴	۰/۰۰۱	۰/۶۷

دانشجویان غیربومی بیشتر از راهبردهای هیجانی کارآمد و مثبت (پذیرش، تمرکز مجدد مثبت، تمرکز مجدد برنامه‌ریزی و ارزیابی مجدد مثبت) استفاده می‌کنند. این یافته‌ها با نتایج تحقیقات زارع و سلگی (۸) و عیسی‌زادگان و همکاران (۹)، مبنی بر اینکه دانشجویانی که از راهبردهای هیجانی کارآمد و مثبت استفاده می‌کنند از سلامت عمومی و خلاقیت هیجانی بالاتری برخوردارند؛ و با نتایج پژوهش جاکوبسن<sup>۱</sup> که نشان داد راهبردهای نارسای تنظیم هیجان موجب پریشانی‌های هیجانی در بین دانشجویان می‌شود، همخوانی دارد (۳۳). تنظیم هیجان فرایند آغاز، حفظ، تعدیل یا تغییر در بروز، شدت یا استمرار احساس درونی و هیجان مرتبط با فرایندهای اجتماعی - روانی و فیزیکی در به انجام رساندن اهداف فرد تعریف می‌شود (۳۴). در تبیین این یافته می‌توان گفت تنظیم هیجان عاملی مهم محسوب می‌شود که برای عملکرد سازگارانه لازم است و استفاده از راهبردهای ناسازگارانه به نتایج منفی از جمله بهزیستی پایین و بیماری‌های جسمانی منجر می‌شود (۲۳). مشکل در تنظیم هیجان‌ها، زیربنای بسیاری از ناخوشی‌های انسان است و در تمام گستره‌ی اختلال‌های روانی مسئله‌ی شایعی است (۳۵). پژوهش‌ها نشان می‌دهد که دانشجویان در جستجوی حمایت برای مشکلات هیجانی با مشکل بیشتری مواجه هستند و بیشترین شکایات

نتایج تحلیل واریانس (جدول شماره ۳) نشان داد که میانگین نمره‌های کنترل درونی ( $F=174/86$ ) به طور معناداری در دانشجویان بومی از دانشجویان غیربومی بیشتر بود، درحالی‌که کنترل بیرونی ( $F=94/61$ ) در دانشجویان غیربومی بیشتر بود ( $0/001$ ). همچنین میانگین نمره‌های راهبردهای هیجانی مثبت و کارآمد شناختی (پذیرش:  $F=344/73$ ، تمرکز مجدد مثبت:  $F=369/24$ ، تمرکز مجدد برنامه‌ریزی:  $F=334/87$ ، ارزیابی مجدد مثبت:  $F=430/47$  و دیدگاه‌گیری:  $F=458/98$ ) در دانشجویان بومی بیشتر بود، درحالی‌که دانشجویان غیربومی از راهبردهای هیجانی منفی (ملاطت خویشتن:  $F=500/05$ ، نشخوار ذهنی:  $F=549/99$ ، فاجعه‌آمیزی:  $F=543/41$  و ملاطت دیگران:  $F=356/30$ ) بیشتر استفاده می‌کردند ( $p<0/001$ ). همچنین نتایج تحلیل نشان داد میانگین نمره‌های داشتن معنا در زندگی ( $F=312/26$ ) در دانشجویان بومی بیشتر بود، درحالی‌که میانگین نمره‌های جستجوی هدف در زندگی ( $F=205/74$ ) در دانشجویان غیربومی بیشتر بود ( $p<0/001$ ).

## بحث

پژوهش حاضر با هدف مقایسه‌ی تنظیم شناختی - هیجانی، منبع کنترل و معنایابی در بین دانشجویان بومی و غیربومی انجام شد. نتایج نشان داد که دانشجویان بومی نسبت به

<sup>۱</sup>Jacobsen

دارند. افراد با منبع کنترل درونی نسبت به افرادی که دارای منبع کنترل بیرونی هستند از میزان بالاتری از سازگاری‌های فردی و اجتماعی برخوردارند. در تبیین این یافته‌ها می‌توان گفت تحقیقات بسیاری نشان داده است که منبع کنترل نقش مهمی در زندگی دانشجویان دارد و سلامت جسمانی و روانی آنان را در گستره‌ی وسیعی تحت تأثیر قرار می‌دهد (۱۳). باورهای دنیای عادلانه‌ی قوی‌تر پیش‌بینی‌کننده‌ی منبع کنترل درونی‌تر و سلامت عمومی بیشتر در دانشجویان است که در نتیجه، این دانشجویان در آزمون‌های پیشرفت تحصیلی نمره‌های بالاتر می‌گیرند، همچنین این دانشجویان، مهارت‌های برتر در دریافت اطلاعات و استفاده از آن را دارند و در مجموع مستقل‌اند. میرزایی علویچه و همکاران منبع کنترل را یکی از ویژگی‌هایی می‌دانند که می‌تواند سبب موفقیت در دانشجویان شود (۱۸). ورود به دانشگاه به‌ویژه اگر با دوری از خانه و خانواده همراه باشد یکی از بزرگ‌ترین تغییرات در اوایل جوانی است که می‌تواند به بروز تنیدگی‌هایی در دانشجویان غیربومی منجر شود و ناسازگاری تحصیلی، اجتماعی و عاطفی را در این دانشجویان به همراه داشته باشد؛ در نتیجه سلامت، روابط بین فردی و حتی پیشرفت تحصیلی آنها تحت تأثیر قرار می‌گیرد (۱۹). در این صورت دانشجویان ممکن است این شکست‌ها، وقایع و موفق نبودن خود را به شانس و اقبال و عوامل بیرونی نسبت دهند و به‌نوعی همیشه از اطرافیان و شرایط شاکي و ناراضی باشند.

همچنین تحقیقات نشان می‌دهد افرادی که مشکلات هیجانی دارند، دارای منبع کنترل بیرونی هستند، در نتیجه می‌توان گفت دانشجویانی که دارای مشکل هیجانی هستند برای دیگران و عوامل بیرونی نقش بیشتری قائل‌اند و خود را ناتوان می‌دانند و برداشت ارزشمندی از خود و توانایی‌های خود ندارند (۳۷).

همچنین یافته‌های این پژوهش نشان داد که دانشجویان بومی معنای زندگی بالاتری نسبت به دانشجویان غیربومی دارند. دانشجویان بومی بیشتر در جستجوی هدف هستند که این یافته با یافته‌های راتی<sup>۲</sup> و همکاران (۲۴)، طالب‌زاده شوشتری و همکاران (۲۵) و دانشور و همکاران (۲۶) مبنی بر اینکه بین داشتن هدف در زندگی و ابعاد سلامت عمومی دانشجویان همبستگی وجود دارد، همخوان است. در تبیین این یافته می‌توان گفت که معنا در زندگی می‌تواند شاخصی از رفتارهای سازگارانه‌ی مقابله با شرایط استرس در زندگی دانشجویان

دانشجویان برای نیاز به کمک، مربوط به مسائل هیجانی است. دانشجویان غیربومی، به دلیل دگرگونی شدید روانی ناشی از تغییرات سریع در طول زمان تحصیل و مشکلات دیگر اعم از تحصیلی، اقتصادی، دوری از خانواده و دوستان، مسائل و مشکلات درسی، رقابت با دیگر دانشجویان، قرار گرفتن در محیط جدید و نیز نداشتن سازوکارهای حمایتی در جهت تسهیل مقابله‌ی مؤثر، آسیب‌پذیری روانی بالایی دارند. این دانشجویان در مواجهه با این عوامل تنیدگی‌زا، طیف گسترده‌ی از واکنش‌های جسمانی و روان‌شناختی نشان می‌دهند و اغلب دارای مشکلات هیجانی هستند. این قشر در توجه به اطلاعات هیجانی، ادراک صحیح آن، پردازش درست و مدیریت مطلوب هیجان‌ها در بطن روابط بین‌فردی با دشواری‌هایی مواجه‌اند، همچنین در رویارویی با موقعیت‌های تنیدگی‌زای زندگی؛ توانایی تحلیل، تصمیم‌گیری و انتخاب رفتار صحیح را از دست می‌دهند و به‌سوی رفتارهای سازش‌نیافته و منفی کشیده می‌شوند (۳۵).

همچنین می‌توان گفت تحمل پایین دانشجویان غیربومی در سازگاری با شرایط محیط جدید و مشکلات مربوط به آن، آنها را مجبور به یافتن راهی فوری برای خلاصی از هیجانانگامی می‌کند و ممکن است آنها در شناسایی و مدیریت هیجانانگامی دچار مشکلات بیشتری شوند. طبق نظر پژوهشگران، افرادی که در تنظیم هیجانانگامی خود مشکل دارند، ممکن است مستعد استفاده از رفتارهای پرخطر به عنوان ابزاری برای تسکین هیجانانگامی منفی باشند. شاید بتوان گرایش به مصرف مواد را در سال‌های اولیه در بین این دانشجویان به این امر مربوط دانست (۷).

همچنین یافته‌ها نشان می‌دهد که دانشجویان بومی بیشتر از دانشجویان غیربومی از منبع کنترل درونی استفاده می‌کنند. این یافته با یافته‌های میرزایی علویچه و همکاران (۱۸)، برزگر بفروبی و همکاران (۱۹) و همچنین تحقیقات الیس و آکاس<sup>۱</sup> (۳۶) که دریافته‌اند بیشتر دانشجویان دارای منبع کنترل درونی، از عزت نفس بالا و موفقیت تحصیلی برخوردارند، همخوانی دارد. منبع کنترل بیرونی برای سلامت روان‌شناختی و سلامتی افراد مضر است. افراد معتقد به کنترل بیرونی باور دارند که وقایع زندگی تحت کنترل آنها نیست، بلکه تحت کنترل عوامل بیرونی است. این افراد به شانس و اقبال اعتقاد دارند یا اگر شکستی داشته باشند عوامل و شرایط بیرونی را به‌صورت پایدار مسبب آن می‌دانند و آسیب‌پذیری بیشتری

<sup>۱</sup> Alias & Akasab<sup>۲</sup> Rathi

جامعه‌ی آماری بزرگ‌تر صورت گیرد و یافته‌ها نیز با هم مقایسه شود.

### قدردانی

این مقاله برگرفته از طرح پژوهشی مورد حمایت معاونت محترم پژوهشی و فناوری دانشگاه محقق اردبیلی با کد اخلاق ۹۲۳ و تاریخ ۱۳۹۵/۰۴/۲۷ است. پژوهشگران از همه‌ی دانشجویانی که در این پژوهش یاریگرشان بودند، تشکر و قدردانی می‌کنند.

### تضاد منافع

نویسندگان مقاله هیچ‌گونه تضاد منافی درباره‌ی این پژوهش گزارش نکرده‌اند.

### References

1. Can G, Ozdilli K, Erol O, Unsar S, Tulek Z, Savaser S, Ozcan S, Durna Z. Comparison of the health-promoting lifestyles of nursing and non-nursing students in Istanbul, Turkey. *Nursing & Health Sciences*. 2008;10(4):273-80.
2. Retteck SL. The mental health of student in higher Education, *Journal of Psychology*. 2012;5(4): 80-9.
3. Lee RL, Loke AJ. Health-promoting behaviors and psychosocial well-being of university students in Hong Kong. *Public health nursing*. 2005;22(3):209-20.
4. Gumora G, Arsenio WF. Emotionality, emotion regulation, and school performance in middle school children. *Journal of school psychology*. 2002; 40(5):395-413.
5. Aldao A, Nolen-Hoeksema S, Schweizer S. Emotion-regulation strategies across psychopathology: A meta-analytic review. *Clinical psychology review*. 2010;30(2):217-37.
6. Szczygieł D, Buczny J, Bazińska R. Emotion regulation and emotional information processing: The moderating effect of emotional awareness. *Personality and Individual differences*. 2012;52(3):433-7.
7. Arria AM, Caldeira KM, O'Grady KE, Vincent KB, Fitzelle DB, Johnson EP, Wish ED. Drug exposure opportunities and use patterns among college students: Results of a longitudinal prospective cohort study. *Substance Abuse*. 2008;29(4):19-38.
8. Zare H, solgi Z. Investigation of the Relationship between Cognitive Emotion Regulation Strategies and Depression, Anxiety and Stress in Students. *Journal of*

باشد و نداشتن معنا در زندگی با عوامل فشارزای روان‌شناختی مرتبط باشد (۳۸). داشتن معنا در زندگی، مهارت مقابله‌ی مفیدی است که سبب می‌شود انسان بتواند از اوقات خوب خویش لذت ببرد و اوقات بد را تحمل کند. همچنین این افراد چشم‌انداز وسیع‌تر و مثبت‌تری برای زندگی آینده‌ی خود دارند (۲۴). مطالعات نشان می‌دهد که مفهوم معنای زندگی ارتباطی تنگاتنگ با سلامت و رفاه روان‌شناختی دانشجویان دارد و نداشتن معنا در زندگی با متغیرهایی چون نیاز به درمان‌های روان‌شناختی، نشانه‌های خودکشی و سوء مصرف مواد رابطه دارد (۲۶). با توجه به این نکته می‌توان گفت دانشجویان غیربومی ساکن در خوابگاه‌ها به دلیل شرایط خاص و موقعیت اجتماعی خود ممکن است در معرض استرس‌های فراوان قرار گیرند، که این ناشی از پایین بودن سطح معنای زندگی در آنها است. پایین بودن سطح معنای زندگی در این دانشجویان خطر ابتلا به بیماری‌ها و اختلالات روانی مانند اضطراب و افسردگی را در آنها افزایش می‌دهد.

### نتیجه‌گیری

در مجموع با توجه به نتایج به‌دست‌آمده از این پژوهش، می‌توان گفت ورود به دانشگاه مقطعی بسیار حساس در زندگی دانشجویان، به‌ویژه دانشجویان غیربومی است که غالباً با تغییرات بسیاری در روابط اجتماعی و بین‌فردی آنها همراه است. منبع کنترل درونی، تنظیم شناختی - هیجانی مثبت و معناجویی در زندگی از عوامل اساسی در رشد و تطبیق دانشجویان با شرایط و محیط دانشگاه؛ و همچنین مسائل و مشکلاتی است که به دلیل دوری از خانواده برای دانشجویان غیربومی به وجود می‌آید. بنابراین، با آموزش و یادگیری این مؤلفه‌های روان‌شناختی می‌توان سلامت و بهزیستی دانشجویان غیربومی را ارتقا بخشید.

### محدودیت‌ها و پیشنهادها

محدودیت جامعه‌ی آماری و نوع پژوهش محدودیت‌هایی را در زمینه‌ی تعمیم و تفسیر یافته‌ها ایجاد می‌کند که باید به آن توجه شود. نمونه‌ی این پژوهش، دانشجویان بومی و غیربومی دانشگاه محقق اردبیلی بودند که به روش نمونه‌گیری در دسترس انتخاب شدند. بنابراین، در تعمیم دادن نتیجه‌ی آن به جمعیت‌های دیگر باید احتیاط کرد. با توجه به محدودیت‌های پژوهش، پیشنهاد می‌شود که پژوهش‌هایی در



Research in Psychological Health. 2012;6(3):19-29. (Full Text in Persian)

9. Issazadegan A, Sheikhi S, Basharpour S, Saadatmand S. The relationship of cognitive emotion regulation strategies and emotional creativity with general health in students. Journal Urmia Univ Med Sci. 2013;24(1):1-10. (Full Text in Persian)

10. Rezvan S, Bahrami F, Abedi M. The effect of emotional regulation on happiness and mental rumination of students. Iranian Journal of Psychiatry and Clinical Psychology. 2006; 12(3):251-7. (Full Text in Persian)

11. Cobb-Clark DA, Kassenboehmer SC, Schurer S. Healthy habits: The connection between diet, exercise, and locus of control. Journal of Economic Behavior & Organization. 2014 ;98:1-28.

12. Heidari Pahlavian A, Mahjob H, Zarrabian M. The Relationship Between Intenud and External Locus of Control, Depression and EdUCDJional Performance Among Hamedan Medical School Students. Thought and Behavior in Clinical Psychology. 2008;4(4):3-23. (Full Text in Persian)

13. Mutlu T, Balbag Z, Cemrek F. The role of self-esteem, locus of control and big five personality traits in predicting hopelessness. Procedia-Social and Behavioral Sciences. 2010;9:1788-92.

14. Kee Tony TS. Locus of control, attributional style and discipline problems in secondary schools. Early Child Development and Care. 2003;173(5):455-66.

15. Tella A, Adika LO. Self-efficacy and locus of control as predictors of academic achievement among secondary school students in Osun State Unity Schools. African Journal Online. 2008;16(2):120-30.

16. Saedi Poor B, Masoumi Fard M. Investigating the Relationship between Control Source, Learning Styles and Self-Regulatory Learning with Academic Success of Students on Line Curriculum 92. Shahed University. 2013;20(92):19-38. (Full Text in Persian)

17. Stewart MA, De George-Walker L. Self-handicapping, perfectionism, locus of control and self-efficacy: A path model. Personality and Individual Differences. 2014;66:160-4.

18. Mirzaei Alavijeh M, Hasanzadeh A, Nasirzadeh M, Dahaghin N, Pirouzeh R, Zare E, Ahmadpou E. Determine and Comparison of Test Anxiety and Locus of Control in Students Payame Noor University of Daran and Chadegan. Journal of Health System Research. 2013;9(7):693-711. (Full Text in Persian)

19. Barzegar Bafrooei K, Arbabi Y. The Relationship between Locus of Control Internal- External and Job Stress with Job Satisfaction of Teachers and Staff in Special Schools, City of Iranshahr. Journal of Exceptional Education. 2015;15(129):15-24. (Full Text in Persian)

20. Frankl VE. Mean, ssearchforultimatemeaning. London. 2000.

21. Steger MF, Frazier P, Oishi S, Kaler M. The meaning in life questionnaire: Assessing the presence of and search for meaning in life. Journal of counseling psychology. 2006;53(1):80.

22. Robinson S, Dowson P. Responsibility and integrity in the curriculum. Journal of Global Responsibility. 2011;2(2):253-68.

23. Murtagh AM, Todd SA. Self-regulation: A challenge to the strength model. Journal of Articles in Support of the Null Hypothesis. 2004;3(1):19-51.

24. Rathi N, Rastogi R. Meaning in life and psychological well-being in pre-adolescents and adolescents. Journal of the Indian Academy of Applied Psychology. 2007;33(1):31-8.

25. Talebzadeh Shoshtari L, Poorshafe H. Relationship between the meaning of life and general health of employees of Birjand University in 2010-2011. Journal of Birjand University of Medical Sciences. 2011;18(1):55-61. (Full Text in Persian)

26. Dwhdari T, Yarahmadi R, Taghdisi M, Daneshvar R, AhmadPoor J. The Relationship between Meaning in Life and Depression, Anxiety and Stress Status among College Students of Iran University of Medical Sciences In 2013. Health Education & Health Promotion. 2013;1(3):83-92. (Full Text in Persian)

27. Garnefski N, Kraaij V, Spinhoven P. Manual for the use of the Cognitive Emotion Regulation Questionnaire. Leiderdorp, The Netherlands: DATEC. 2002.

28. Rutter J. B. Generalized expectancies for internal versus-externa control of reinforcement. journal of Psychological monographs: general and a pplied. 1996;80:1-28.

29. Besharat M. Investigation of emotional cognitive questionnaire in a sample of Iranian population. Faculty of Nursing and Midwifery Quarterly. 2013;24(84):61-70. (Full Text in Persian)

30. Movafagh Kh. Standardization of I-E Rutter Internal and external control scalefor High School Students in Mashhad. Master's Degree, Mashhad University of Mashhad. (Full Text in Persian)

31. Shabani Gh, Montazeri A. Determining the relationship between control source and general health of athletic and non athlete students of Tehran University. Sports Management Magazine. 2010;7(2):43-59. (Full Text in Persian)

32. Mesrabadi J, Jafariyan S, Ostovar N. Discriminative and construct validity of meaning in life questionnaire for Iranian students Journal of Behavioral Sciences. 2013;7(1):23-4. (Full Text in Persian)

33. Jacobsen B. Invitation to existential psychology: A psychology for the unique human being and its applications in therapy. John Wiley & Sons; 2008.
34. Vimz B, Pina W. The Assessment of Emotion Regulation Improving Construct Validity in Research on Psychopathology in Youth", Journal of Psychological Behavior Assessment. 2010.
35. Zahed A, Alah Qalilu K, Abolqasemi A, Narimani M. The relationship between emotion regulation strategies and interpersonal behavior among substance abusers. Journal of Research on addiction. 2010;11(3):99-115.

36. Alias M, Akasah ZA, Kesot MJ. Self-efficacy, locus of control and attitude among engineering students: Appreciating the role of affects in learning efforts. Procedia-Social and Behavioral Sciences. 2012;56:183-90.
37. Park CL, Folkman S. Meaning in the context of stress and coping. Review of general psychology. 1997;1(2):115-44.