

## مقایسه رفتارهای خودتنظیمی و فراخلق در دانش آموزان با و بدون اضطراب جدایی

مأده سرلانی<sup>۱</sup>، عباس ابوالقاسمی<sup>۲</sup>، نادر حاجلو<sup>۳</sup> و جهانگیر محمدی باینمر<sup>۴</sup>

### چکیده

هدف پژوهش حاضر مقایسه رفتارهای خودتنظیمی و فراخلق در دانش آموزان با و بدون اضطراب جدایی است. طرح پژوهش حاضر توصیفی از نوع علی مقایسه‌ای بود. جامعه آماری را کلیه دانش آموزان دوره متوسطه شهرستان رود سر در سال تحصیلی ۹۳-۱۳۹۴ تشکیل می‌دادند. نمونه‌ای به حجم ۱۶۰ دانش آموز (۸۰ دانش آموز دارای اختلال اضطراب جدایی و ۸۰ دانش آموز عادی) به صورت در دسترس انتخاب شد و سپس داده‌ها با استفاده از پرسش‌نامه‌های اضطراب جدایی بزرگسالان میکاواساگر، خودتنظیمی براون و فراخلق پالمر جمع‌آوری و با روش تحلیل واریانس چندمتغیری تحلیل شدند. نتایج نشان داد که رفتارهای خودتنظیمی و فراخلق در نوجوانان دارای اضطراب جدایی از نوجوانان بهنجار به طور معناداری کم‌تر بود ( $P=0/05$ )؛ بنابراین دانش آموزان دارای اضطراب جدایی رفتارهای خودتنظیمی و فراخلق ضعیف‌تری دارند و در تنظیم هیجانات و رفتارها مشکلات بیشتری دارند و احتمالاً در معرض آسیب‌های روان‌شناختی بیشتری خواهند بود.

**واژه‌های کلیدی:** اضطراب جدایی، رفتارهای خودتنظیمی، فراخلق

۱. نویسنده‌ی رابط: کارشناسی ارشد روان‌شناسی عمومی، دانشگاه محقق اردبیلی (Maedeh.sarlati.ms@gmail.com)

۲. استاد گروه روان‌شناسی، دانشگاه گیلان

۳. استاد گروه روان‌شناسی، دانشگاه محقق اردبیلی

۴. کارشناس ارشد روان‌شناسی بالینی، دانشگاه علوم پزشکی زنجان

تاریخ دریافت مقاله: ۹۵/۹/۹

تاریخ پذیرش مقاله: ۹۶/۷/۱

**مقدمه**

نزدیک به نیم میلیارد نفر در جهان از اختلالات روانی رنج می‌برند و بخش بزرگی از این افراد را مبتلایان به اختلالات اضطرابی تشکیل می‌دهند (کاوایانی، احمدی ابهری، دهقانی، منصورنیا، خرمشاهی، قدیری و همکاران، ۱۳۸۱). یک چهارم جمعیت جهان به حداقل یکی از اختلالات اضطرابی مبتلا هستند (منکلوویچ و استن<sup>۱</sup>، ۲۰۰۰) و شیوع این اختلالات در اطفال حدود ۸-۱۰ درصد و برای بالغین حدود ۹-۱۵ درصد گزارش شده است (ورن، شوله، هو و کومر<sup>۲</sup>، ۲۰۰۳). اختلال اضطراب جدایی<sup>۳</sup> نوعی اختلال روانی است که در آن فرد به علت جدا شدن از خانه یا از افرادی که به آن‌ها وابستگی عاطفی زیادی دارد (پدر، مادر، پدربزرگ، مادر بزرگ و یا خواهران و برادران) به شدت مضطرب می‌شود (هتاما، نیل و کندلر<sup>۴</sup>، ۲۰۰۱؛ گنجی، ۲۰۱۳). اختلال اضطراب جدایی می‌تواند در جنبه‌های مختلف زندگی (مثل عملکرد تحصیلی یا اجتماعی) نابسامانی شدیدی به وجود آورد (گنجی، ۱۳۹۲). چهارمین متن تجدیدنظر شده راهنمای تشخیصی و آماری اختلالات روانی<sup>۵</sup> DSM-IV-TR اختلال اضطراب جدایی را در طبقه اختلال‌هایی که نخستین بار در دوره شیرخوارگی، کودکی یا نوجوانی تشخیص داده می‌شوند، قرار داده و ویژگی آن را اضطراب شدید و نامتناسب در رویارویی با دوری از خانه و یا جدایی از کسانی که کودک به آنان وابستگی دارد عنوان کرده است (انجمن روان‌پزشکی آمریکا، ۲۰۰۰). ملاک‌های تشخیصی اختلال اضطراب جدایی در DSM-5 همان هشت ملاک تشخیصی DSM-IV-TR است با این تفاوت که این اختلال به طبقه اختلالات اضطرابی منتقل شده است و ملاک‌های عنوان‌شده محدود به سن نیستند (انجمن روان‌پزشکی آمریکا، ۲۰۱۳).

- 
1. Menclowicz & Stein
  2. Wern, Scholle, Heo & Comer
  3. separation anxiety disorder
  4. Hettema, Neale & Kendler
  5. diagnostic and statistical manual of mental disorder-fourth edition

مقایسه رفتارهای خودتنظیمی و فراخلق در دانش آموزان با و بدون اضطراب جدایی

طبق نظر مانیکاواسگار، سیلو، کورتیز و واگنر<sup>۱</sup> (۲۰۰۰) مواجه با جدایی واقعی یا احتمالی از افراد مهم سبب افزایش و تشدید علائم اضطراب جدایی در بزرگسالی می‌شود. نتایج مطالعاتی که بر روی اضطراب جدایی انجام گرفته است نشان می‌دهند که اضطراب جدایی در بزرگسالی شباهت بسیاری با این اختلال در کودکی دارد (مانیکاواسگار و همکاران، ۲۰۰۰؛ بوگلز، ناپ و کلارک<sup>۲</sup>، ۲۰۱۳)؛ به همین علت نشانه‌های اضطراب جدایی در DSM-5 برای دوره بزرگسالی نیز مطرح می‌شود. اختلال اضطراب جدایی در DSM-5 به دو نوع تقسیم‌بندی شده است. نوع اول، با شروع در بزرگسالی (ASAD)<sup>۳</sup> و نوع دیگر اختلال اضطراب جدایی با شروع در کودکی (CSAD)<sup>۴</sup> (بوگلز و همکاران، ۲۰۱۳). در اختلال اضطراب جدایی بزرگسالی تفاوت جنسیتی کم‌تر است و در مردان بیشتر احتمال دارد شروع اولیه بزرگسالی گزارش شود (سیلو، مرنان، واگنر، منیکاواسگار و رس<sup>۵</sup>، ۲۰۱۰). نتایج مطالعه‌ای حاکی است که در بیماران با و بدون ASAD نسبت زنان به مردان بیش‌تر است و فقط بیماران زن سرپایی مبتلابه ASAD نمره بالا در اضطراب جدایی کسب کردند (سیلو و همکاران، ۲۰۱۰). افراد مبتلابه ASAD، به احتمال بیش‌تری زن و جوان هستند، آن‌ها میزان بالاتری از SAD در دوران کودکی، PD، افسردگی و شیدایی بیش‌تری نسبت به افراد بدون ASAD داشتند. ASAD در میان افراد مبتلابه PD بسیار شایع است. همچنین ASAD با اختلال طیف مانیک/هیپومانیک در ارتباط است (گسی، آبلی، کاردینی، لاری، دیپاولو، سیلو و همکاران، ۲۰۱۶).

یکی از متغیرهای مرتبط با اختلال اضطراب جدایی، رفتارهای خودتنظیمی<sup>۷</sup> است که طی آن فرد می‌تواند افکار، هیجانات و رفتارش را مطابق اهداف و بر طبق دلخواه خود کنترل کرده و نیز

1. Manicavasagar, Silove, Curtis & Wagner
2. Bogels, Knappe & Clark
3. adult separation anxiety disorder
4. childhood separation anxiety disorder
5. Silove, Marnane, Wagner, Manicavasagar & Rees
6. Gesi, Abelli, Cardini, Lari, Di Paolo, Silove
7. self-regulation behaviors

فرآیندهای شناختی از قبیل شکل‌گیری توجه، نقشه‌کشیدن، طرح و وضع اجرایی را در برمی‌گیرد (دوریزا، ۲۰۰۹). کسکی، بالوگلو و دنیز<sup>۲</sup> (۲۰۱۱) در پژوهش خود به این نتیجه رسیدند که بین خودتنظیمی و اضطراب رابطه منفی معناداری وجود دارد. همچنین شواهد حاکی است دانش‌آموزانی که از راهبردهای خودتنظیمی استفاده می‌کنند، منجر به افزایش موفقیت آن‌ها می‌شود و عدم استفاده از این راهبردها کاهش موفقیت و افزایش اضطراب را به دنبال دارد (فولک، بریگهام و لوهمن<sup>۳</sup>، ۱۹۹۸؛ کورمن<sup>۴</sup>، ۲۰۰۶؛ پکرون، گوتز، تیتز و پری<sup>۵</sup>، ۲۰۰۲)؛ آموزش راهبردهای یادگیری خودتنظیمی و حل مسئله به دانش‌آموزان کمک می‌کند تا فرایندهای تنظیم اهداف، خودکنترلی، خودارزشیابی و خودانگیزشی را مدیریت کنند و با رشد جهت‌گیری هدف‌هایشان در یادگیری، انگیزه یادگیری خود را تقویت و تسهیل کنند (نریمانی، محمدا مینی، زاهد و ابوالقاسمی، ۱۳۹۴). همچنین کلونینجر، زوهار، هیرچمن و داهان<sup>۶</sup> (۲۰۱۲) در پژوهشی نشان دادند که اجتناب از آسیب، میزان پشتکار و خود راهبردی به‌خوبی می‌تواند افراد دارای اختلالات خلقی یا اختلالات اضطرابی را از افراد عادی تمایز دهند و لذا پشتکار رابطه نزدیک با اجتناب از آسیب و خود راهبردی دارد، به‌طوری‌که اگر اجتناب از آسیب بالا و خود راهبردی پایین باشد، میزان پشتکار بالا فرد را مستعد اختلالات اضطرابی می‌کند.

متغیر دیگر مرتبط با اختلال اضطراب جدایی، فراخلق<sup>۷</sup> است که به معنی توانایی‌ای است که انسان را به تفکر وامی‌دارد و به فرد در شناسایی این چیزی که من احساس می‌کنم، عصبانیت یا شرمندگی و یا احساس تأسف است، کمک می‌کند. بر اساس شواهد پژوهشی، بین اضطراب و

- 
1. Dorris
  2. Kesici, Baloglu & Deniz
  3. Fulk, Brigham & Lohman
  4. Kurman
  5. Pekrun, Goetz, Titz & Perry
  6. Cloninger, Zahar, Hirschmann & Dahan
  7. meta- mood

مقایسه رفتارهای خودتنظیمی و فراخلاق در دانش آموزان با و بدون اضطراب جدایی

هوش هیجانی همبستگی منفی وجود دارد (ریز، براکیت، شاموش، کیهل، سالووی و گرای<sup>۱</sup>، ۲۰۰۷). فراخلاق به طور معناداری با استرس و رضایت از زندگی مرتبط است (اکسترمر، دورا و ری<sup>۲</sup>، ۲۰۰۹). افرادی که مهارت‌های فراخلاق بالایی دارند، در پاسخ به حوادث استرس‌زا نشخوار فکری و افکار مزاحم کم‌تری را تجربه کرده و همین‌طور کمتر دچار اضطراب و افسردگی می‌شوند (اکسترمر و فرناندز-بروکال<sup>۳</sup>، ۲۰۰۶؛ راموس-دیاس<sup>۴</sup>، فرناندز-بروکال و اکسترمر، ۲۰۰۷؛ تامسون، والتز، کرویل و پیر<sup>۵</sup>، ۲۰۰۷). همچنین از روی شدت علائم اختلال اضطراب جدایی می‌توان دل‌بستگی مضطرب دوسوگرا را پیش‌بینی کرد. اکسترامر و همکاران (۲۰۰۹)، نشان دادند که سطوح بالای ادراک استرس با وضوح بالای خلق نشانگر نمرات بالا در رضایت از زندگی نسبت به زمانی که سطوح بالایی از ادراک استرس با وضوح کم خلق همراه بود (بلوا، سایروا و مالیخ<sup>۶</sup>، ۲۰۱۴). شیوع اختلال اضطراب جدایی در بزرگ‌سالی اغلب ناتوان‌کننده است و بخش قابل توجهی از بزرگ‌سالان شروع این اختلال را در بزرگ‌سالی گزارش می‌کنند (بوگلس و همکاران، ۲۰۱۳). پی‌نیا، ابلیا، ترویسیک، سیراکوسانکو، کاسانوا و شیر<sup>۷</sup> (۲۰۱۴)، در مطالعات همه‌گیرشناسی نشان دادند که اختلال اضطراب جدایی، در بزرگ‌سالان بیش‌تر از کودکان دیده شده است. با توجه به اهمیت موضوع و آسیب‌پذیری افراد مبتلا به ASD و نبود تحقیقات متمرکز در داخل و خارج کشور، این پژوهش در نظر دارد دو متغیر رفتارهای خودتنظیمی و فراخلاق را در نوجوانان با و بدون اضطراب جدایی مورد مقایسه قرار دهد. نتایج این پژوهش می‌تواند در مورد پیگیری و ارائه خدمات مشاوره به افراد دارای ASD سودمند بوده و راهگشای تحقیقات آتی باشد. لذا، هدف پژوهش حاضر مقایسه رفتارهای خودتنظیمی و فراخلاق در دانش‌آموزان با و بدون

1. Reis, Brackett, Shamosh, Kiehl, Salovey & Gray
1. Extremera, Duran & Rey
3. Fernandez-Berrocacal
4. Ramos-Diaz
5. Thompson, Waltz, Croyle & pepper
6. Belova, Sabirova & Malykh
6. Pinia, Abellia, Troisic, Siracusanoc, Cassanoa & Shear

## روش

مطالعه حاضر توصیفی از نوع علی-مقایسه‌ای بوده است. جامعه آماری پژوهش حاضر شامل کلیه دانش‌آموزان دوره متوسطه شهرستان رودسر در سال تحصیلی ۹۳-۱۳۹۴ بود. در مرحله اول به منظور غربال‌گری پرسش‌نامه اضطراب جدایی مانیکاواساگر و همکاران (۲۰۰۳) بر روی ۵۰۰ نفر از دانش‌آموزان به صورت نمونه‌گیری در دسترس اجرا و ۱۰۳ دانش‌آموز دارای اختلال اضطراب جدایی شناسایی شد (با نمره برش ۶۰) در مرحله دوم به صورت تصادفی ساده از بین دانش‌آموزان با و بدون اختلال اضطراب جدایی نمونه‌ای به حجم ۱۶۰ نفر (۸۰ نفر دارای اختلال اضطراب جدایی و ۸۰ نفر دانش‌آموز عادی) انتخاب شدند. در این مطالعه از ابزارهای زیر برای جمع‌آوری داده‌ها استفاده شده است:

**الف) پرسش‌نامه‌های اضطراب جدایی (ASA):** این پرسش‌نامه شامل ۲۷ سؤال خود گزارشی است که تجربه علائم اضطراب جدایی پس از ۱۸ سالگی را بررسی می‌کند. این سؤالات با یک مقیاس لیکرتی ۴ درجه‌ای پاسخ داده می‌شوند و نمره برش ۶۰ است. پایایی آن با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ ۰/۹۵ و بالا گزارش شده است (مانیکاواساگر، سیلو، واگنر و دربنی، ۲۰۰۳). ضریب پایایی همسانی درونی نسخه‌ی فارسی این پرسش‌نامه ۰/۸۷ به دست آمده و اعتبار محتوایی به وسیله‌ی پنج متخصص مورد تأیید قرار گرفته شده است (خورشیدوند، رحیمیان بوگر و طالع پسند، ۱۳۹۴).

**ب) پرسش‌نامه خودتنظیمی:** این پرسش‌نامه توسط براون، میلر و لاوندوسکی<sup>۲</sup> (۱۹۹۹) تدوین شده است و از ۶۳ آیتم و ۷ خورده مقیاس تشکیل شده است که برای سنجش توانایی کلی در تنظیم رفتار طراحی شده است. هر آیتم بر اساس یک مقیاس لیکرت ۵ درجه‌ای پاسخ داده

1. Manicavasagar, Silove, Wagner & Drobny

2. Brown, Miller & Lawendowski

## مقایسه رفتارهای خودتنظیمی و فراخلق در دانش آموزان با و بدون اضطراب جدایی

می شود (براون و همکاران، ۱۹۹۹). اعتبار و پایایی این پرسش نامه در ایران، با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ برای کل ابزار و هر یک از خرده مقیاس های اجرا و برنامه ریزی، تحقیق و ارزیابی به ترتیب ۰/۷۱، ۰/۶۷ و ۰/۴۰ درصد برآورد شد (آهنچیان، ارفع، بهمن آبادی و علانی، ۱۳۹۳).

**ج) پرسش نامه فراخلق:** این مقیاس که توسط پالمر، گیگاناک، بیتس و استوک<sup>۱</sup> (۲۰۰۳) تدوین شده است، شامل ۳۰ آیتم اندازه گیری خود گزارشی هوش هیجانی است. این سؤالات با یک مقیاس لیکرتی ۵ درجه ای و دارای سه مؤلفه ی توجه، اصلاح و وضوح هیجانی است. ضرایب آلفای کرونباخ برای هر یک از مؤلفه های توجه، شفافیت و ترمیم به ترتیب ۰/۸۰، ۰/۷۲ و ۰/۶۳ به دست آمد (مشهدی، سلطانی شورباخورلو و هاشمی رزینی، ۱۳۸۹).

**روش تجزیه و تحلیل داده ها:** به منظور تحلیل داده های پژوهش از روش های آمار توصیفی شامل میانگین، انحراف استاندارد و به منظور مقایسه رفتارهای خودتنظیمی و فراخلق در دانش آموزان با و بدون اضطراب جدایی از آزمون تحلیل واریانس چند متغیره (MANOVA) استفاده شد. داده های با استفاده از نرم افزار SPSS-20 تحلیل شدند.

## نتایج

از مجموع ۵۰۰ نفر دانش آموز دوره متوسطه ۵۲ درصد دختر و ۴۸ درصد پسر بودند. در مجموع ۳۳/۳ درصد دانش آموزان با اضطراب جدایی و ۶۶/۷ درصد دانش آموزان بدون اضطراب جدایی بودند که به صورت تصادفی ساده از هر گروه ۸۰ نفر انتخاب و در مجموع ۱۶۰ نفر انتخاب شد. همچنین ۳۷/۳ درصد از نوجوانان بدون اضطراب جدایی سال دوم دبیرستان، ۶۲/۷ درصد سوم دبیرستان ۵/۳ درصد از نوجوانان با اضطراب جدایی سال اول دبیرستان، ۴۴ درصد کلاس دوم دبیرستان و ۵۰/۷ درصد از آن ها سال سوم دبیرستان هستند.

1. Palmer, Gignac, Bates & Stough

نتایج لامبدای ویلکز نشان داد که ترکیب خطی متغیرهای وابسته معنادار است ( $F=25/79$ ؛  $P<0/05$ ؛  $\lambda=0/654$ )؛ و طی آن میان دانش‌آموزان دارای اختلال اضطراب جدایی و بهنجار، از نظر متغیرهای وابسته (رفتارهای خودتنظیمی و فراخلاق) تفاوت معناداری وجود دارد و نیز مطابق با مجذور اتا تفاوت بین دو گروه با توجه به متغیرهای وابسته در مجموع معنادار است و میزان این تفاوت  $0/346$  بوده است؛ یعنی  $34/6$  درصد واریانس مربوط به اختلاف بین دو گروه ناشی از متغیرهای وابسته است.

جدول ۱. میانگین و انحراف معیار رفتارهای خودتنظیمی و فراخلاق در گروه‌های مورد مطالعه

گروه‌های مورد مطالعه		مؤلفه	متغیر
بدون اضطراب جدایی	با اضطراب جدایی		
(SD) M	(SD) M		
۲۹/۹۶ (۴/۶۹)	۳۰/۳۰ (۵/۱۶)	کسب اطلاعات مرتبط	
۲۸/۴۶ (۳/۵۰)	۲۶/۳۶ (۴/۱۲)	ارزیابی اطلاعات و مقایسه آن با هنجارها	
۲۹/۹۳ (۲/۸۴)	۲۷/۵۸ (۴/۲۲)	تغییر رویه	
۳۲/۴۶ (۵/۸۵)	۲۹/۶۹ (۴/۶۰)	تحقیق برای انتخاب	رفتارهای خودتنظیمی
۳۰/۰۴ (۶/۹۹)	۲۸/۳۶ (۴/۴۳)	تدوین طرح	
۳۰/۹۲ (۴/۵۱)	۳۱/۱۶ (۱۶/۹۲)	به کارگیری طرح	
۲۸/۴۹ (۵/۳۰)	۲۸/۳۸ (۴/۱۲)	ارزیابی کارآمدی طرح	
۲۱۰/۲۶ (۳۳/۶۸)	۲۰۱/۸۳ (۴۳/۵۷)	کل	
۲۶/۷۳ (۵/۰۳)	۲۴/۰۵ (۴/۸۳)	توجه هیجانی	
۲۸/۳۸ (۴/۹۷)	۲۵/۳۸ (۵/۶۱)	وضوح هیجانی	
۲۷/۶۸ (۴/۱۲)	۲۴/۶۲ (۴/۵۰)	اصلاح هیجانی	فراخلاق
۸۲/۷۹ (۱۴/۱۲)	۷۴/۰۵ (۱۴/۹۴)	کل	

با توجه به جدول بالا میانگین (و انحراف معیار) کلی رفتارهای خودتنظیمی در نوجوانان بدون اضطراب جدایی  $210/26$  (۳۳/۶۸) و در نوجوانان با اضطراب جدایی  $201/83$



مقایسه رفتارهای خودتنظیمی و فراخلق در دانش آموزان با و بدون اضطراب جدایی

(۴۳/۵۷) است. میانگین (و انحراف معیار) کلی فراخلق در نوجوانان بدون اضطراب جدایی ۸۲/۷۹ (۱۴/۱۲) و در نوجوانان با اضطراب جدایی ۷۴/۰۵ (۱۴/۹۴) است.

جدول ۲. نتایج آزمون تحلیل واریانس چند متغیری بر روی مؤلفه‌های رفتارهای خودتنظیمی در نوجوانان با و بدون اضطراب جدایی

متغیرهای رفتارهای خودتنظیمی	SS	df	Ms	F	P	ETA	توان آماری
کسب اطلاعات مرتبط	۴/۵۰۷	۱	۴/۵۰۷	۰/۱۸۵	۰/۶۶۸	۰/۰۰۱	۰/۰۷۱
ارزیابی و مقایسه با هنجارها	۱۶۶/۴۲۷	۱	۱۶۶/۴۲۷	۱۱/۳۶۲	۰/۰۰۱	۰/۰۷۱	۰/۹۱۸
تغییر رویه	۲۰۶/۵۰۷	۱	۲۰۶/۵۰۷	۱۵/۹۱۱	۰/۰۰۰	۰/۰۹۷	۰/۹۷۷
تحقیق برای انتخاب	۲۸۸/۴۲۷	۱	۲۸۸/۴۲۷	۱۰/۳۹۰	۰/۰۰۲	۰/۰۶۶	۰/۸۹۳
تدوین طرح	۱۰۵/۸۴۰	۱	۱۰۵/۸۴۰	۳/۰۸۶	۰/۰۸۱	۰/۰۲۰	۰/۴۱۵
به کارگیری طرح	۲/۱۶۰	۱	۲/۱۶۰	۰/۰۱۴	۰/۹۰۶	۰/۰۰۰	۰/۰۵۲
ارزیابی کارآمدی طرح	۰/۴۲۷	۱	۰/۴۲۷	۰/۰۱۹	۰/۸۹۱	۰/۰۰۰	۰/۰۵۲
کل	۴۵۲۶/۵۰۷	۱	۴۵۲۶/۵۰۷	۷/۵۷۹	۰/۰۰۷	۰/۰۴۹	۰/۷۸۱

نتایج جدول ۲ نشان می‌دهد که میانگین نمرات مؤلفه‌های رفتارهای خودتنظیمی در نوجوانان دارای اختلال اضطراب جدایی کم‌تر از نوجوانان بدون اضطراب جدایی است ( $P < ۰/۰۵$ ).

جدول ۳. نتایج آزمون تحلیل واریانس چند متغیری بر روی مؤلفه‌های فراخلق در نوجوانان با و بدون اضطراب جدایی

متغیر فراخلق	SS	df	Ms	F	P	ETA	توان آماری
توجه هیجانی	۲۶۹/۳	۱	۲۶۹/۳	۱۱/۱	۰/۰۰۱	۰/۰۶۹	۰/۹۱۰
وضوح هیجانی	۳۳۷/۵	۱	۳۳۷/۵	۲۱	۰/۰۰۱	۰/۰۷۵	۰/۹۳۰
اصلاح هیجانی	۳۴۹/۶	۱	۳۴۹/۶	۱۸/۷۶۲	۰/۰۰۰	۰/۱۱۳	۰/۹۹۰
کل	۳۲۱۰/۹	۱	۳۲۱۰/۹	۲۱/۳۲۶	۰/۰۰۰	۰/۱۲۶	۰/۹۹۶

نتایج جدول ۳ نشان می‌دهد که میانگین نمرات مؤلفه‌های فراخلاق در نوجوانان دارای اختلال اضطراب جدایی کم‌تر از نوجوانان بدون اضطراب جدایی است ( $P < 0/05$ ).

## بحث و نتیجه‌گیری

نتایج پژوهش حاضر نشان داد بین دانش‌آموزان بهنجار و دانش‌آموزان دارای اختلال اضطراب جدایی در رفتارهای خودتنظیمی و فراخلاق، تفاوت معناداری وجود دارد و در اصلاح و هدایت رفتار به‌سوی هدف و کنترل افکار، هیجانات و رفتار مطابق با اهداف در دانش‌آموزان دارای اضطراب جدایی کم‌تر از دانش‌آموزان بهنجار است. بدین معنی که میانگین نمره دانش‌آموزان بهنجار در رفتارهای خودتنظیمی بیش‌تر از دانش‌آموزان با اضطراب جدایی است. این یافته‌ها با نتایج پژوهش‌های کسکی و همکاران (۲۰۱۱)؛ کلونینجر و همکاران (۲۰۱۲)؛ اسنل، رینگسن، روفلدلر و روهرمن<sup>۱</sup> (۲۰۱۵)؛ تروک، جانویتز، اسپتزر، میرتسکا، فرایبرگ و گرب<sup>۲</sup> (۲۰۱۵) هم‌خوان است. یافته‌ها بیانگر آن است که خودتنظیمی در ارتباط با اختلالات اضطرابی از جمله اختلال اضطراب جدایی است. تروک و همکاران (۲۰۱۵)، در پژوهشی تحت عنوان آلکسی‌تایمی و خودتنظیمی به‌عنوان پیش‌بینی‌کننده آسیب‌شناسی روانی به این نتیجه رسیدند که دو متغیر آلکسی‌تایمی (نارسایی در تنظیم هیجان) و خودتنظیمی باهم هم‌آیند هستند طوری که خودتنظیمی پایین یک مشکل شایع در بیماران مبتلا به اختلال آلکسی‌تایمی است. همچنین جیلها و ایسومتسا<sup>۳</sup> (۲۰۰۶)، در پژوهشی به این نتیجه رسیدند که اجتناب از آسیب، خودتنظیمی کم و افسردگی عوامل مرتبط با یکدیگر هستند. به‌طور خلاصه یافته‌ها از نزدیک بودن رابطه بین آلکسی‌تایمی و خودتنظیمی و همچنین بالا بودن نقش کاهش تنظیم هیجانات و مهارت‌های مقابله‌ای ناسازگارانه در آسیب‌شناسی روانی به‌ویژه افسردگی که نشان‌دهنده‌ی فرآیندهای تنظیم احساسات و انطباق با

1. Schnel, Ringeisen, Raufelder & Rohrmann

2. Terock, Janowitz, Spitzer, Miertscha, Freyberger & Grabe

3. Jylha & Isometsa

## مقایسه رفتارهای خودتنظیمی و فراخلق در دانش آموزان با و بدون اضطراب جدایی

موقعیت‌های استرس‌زا است، خبر می‌دهند (تروک و همکاران، ۲۰۱۵). هم‌چنین با نتایج جیلها و ایسومتسا (۲۰۰۶) هم‌سو بود که نشان داد میانگین نمرات خود راهبردی در مبتلایان به اختلال اضطراب جدایی پایین‌تر از افراد عادی است. یافته‌های این پژوهش نشان داد که دانش‌آموزان بدون اضطراب جدایی در فراخلق، توانایی آگاهی و مدیریت هیجان بیش‌تری را در رابطه با دانش‌آموزان با اضطراب جدایی دارند. بدین معنی که میانگین نمره افراد بهنجار در فراخلق بالاتر از دانش‌آموزان با اضطراب جدایی بود. این یافته‌ها با نتایج مطالعات قربانی، دیوینسون، بینگ، واتسون و مک<sup>۱</sup> (۲۰۰۲)، سالووی، استود، ولری و اپل<sup>۲</sup> (۲۰۰۲)، پالمر و همکاران (۲۰۰۳)، اکسترما و همکاران (۲۰۰۹)، کیلگور، سونیز، روسو و راج<sup>۳</sup> (۲۰۱۶) و احمدپناه، کشاورز، حقیقی، جهانگرد، باجوگلی، صادقی بهمنی و همکاران (۲۰۱۶) هم‌خوانی دارد.

بهره‌مندی از سطوح بالای هوش هیجانی منجر به نگرش مثبت به توانایی‌های عاطفی شده و مهارت‌های بهتر و توسعه‌یافته‌تری در جبران آسیب‌های ناشی از احساسات منفی و شرکت در فعالیت‌های لذت‌بخش به فرد می‌دهد (حدادی کوهسار، روشن و اصغرنژادفرید، ۱۳۸۶؛ یاریاری، مرادی و یحیی‌زاده، ۱۳۸۶). طبق نتایج به‌دست‌آمده وضوح هیجانی و اصلاح هیجانی نقش مهمی در رضایت از زندگی و لذت بردن از آن در بزرگ‌سالان دارد (اکسترما و همکاران، ۲۰۰۹؛ پالمر و همکاران، ۲۰۰۲). افراد با فراخلق بالا، توانایی بیش‌تر در اصلاح خلق منفی، مقابله و به حداقل رساندن استرس و سازگاری روان‌شناختی بالا دارند (اکسترما و همکاران، ۲۰۰۹). هم‌چنین احمدپناه و همکاران (۲۰۱۶) در تحقیقی نشان دادند که نمرات بالا در صفات هوش هیجانی با نمرات پایین اضطراب همراه است. در مجموع نتایج این مطالعه نشان داد که دانش‌آموزان مبتلا به اختلال اضطراب جدایی در مقایسه با دانش‌آموزان عادی دارای نقص در مدیریت رفتارهای خودتنظیمی هستند و از طرفی نسبت به دانش‌آموزان سالم در تنظیم هیجان‌ات و فراخلق‌شان

1. Davison, Bing, Watson & Mack
2. Salovey, Stroud, Woolery & Epel
3. Killgore, Sonis, Rosso & Rauch

ضعیف‌تر عمل می‌کنند. این نتیجه به این معناست که ضعف در مدیریت رفتار و تنظیم هیجان ممکن است در تشدید و تداوم خصوصیات بالینی این اختلال نقش داشته باشد، بنابراین توجه به این عوامل در ارزیابی و مداخله در این اختلال ضرورت دارد.

اجرای پژوهش در شهر رودسر و محدود بودن تعمیم نتایج پژوهش به سایر مناطق و همچنین عدم استفاده از مصاحبه بالینی از مهم‌ترین محدودیت‌های این پژوهش بود. به دلیل هم‌ابتلائی اختلالات روانی، یافتن بیماران مبتلابه اختلال اضطراب جدایی خالص مشکل بود. پیشنهاد می‌شود که در تحقیقات آینده نمونه‌گیری به صورت تصادفی و از گروه‌های مختلف صورت گیرد تا محدودیت‌های ناشی از آن برطرف شود.

### منابع

- انجمن روانپزشکی آمریکا (۲۰۱۳). راهنمای تشخیصی و آماری اختلالات روانی. ترجمه‌ی سید محمدی، یحیی (۱۳۹۳). تهران: نشر روان.
- آهنچیان، محمدرضا؛ ارفع، فاطمه و بهمن آبادی، سمیه. (۱۳۹۳). رابطه سبک اسناد و خودتنظیمی دانشجویان دانشکده پرستاری و مامایی دانشگاه علوم پزشکی مشهد در سال تحصیلی ۹۱-۱۳۹۰. *مجله ایرانی آموزش در علوم پزشکی*، ۱۴(۴)، ۳۶۲-۳۵۰.
- حدادی کوهسار؛ روشن، رسول و اصغر نژاد فرید، علی اصغر. (۱۳۸۶). بررسی مقایسه‌ای رابطه هوش هیجانی با سلامت روانی و پیشرفت تحصیلی در دانشجویان شاهد و غیر شاهد دانشگاه تهران. *مجله روانشناسی و علوم تربیتی*، ۳۷(۲)، ۹۷-۷۳.
- خورشیدوند، زینب؛ رحیمیان بوگر، اسحاق و طالع پسند، سیاوش. (۱۳۹۴). مقایسه ابعاد سرشتی-منشی شخصیت بیماران دارای اختلال اضطراب جدایی بزرگسالی با افراد سالم. *مجله روانپزشکی و روانشناسی بالینی ایران*، ۲۱(۳)، ۲۰۱-۱۹۳.
- کاویانی، حسین؛ احمدی ابهری، علی؛ دهقان، محمد؛ منصورنیا، محمدعلی؛ خرمشاهی، مازیار؛ قدیری، محمدرضا و همکاران (۱۳۸۱). شیوع اختلال‌های اضطرابی در شهر تهران. *مجله روانپزشکی و روانشناسی بالینی ایران*. ۸(۳)، ۱۱-۴.

مقایسه رفتارهای خودتنظیمی و فراخلاق در دانش آموزان با و بدون اضطراب جدایی

- گنجی، مهدی. (۱۳۹۲). آسیب شناسی روانی براساس DSM-5. تهران: نشر ساوالان.
- مشهدی، علی؛ سلطانی شورباخورلو، اسماعیل و هاشمی رزینی، سعداله. (۱۳۸۹). رابطه ی هوش هیجانی و مؤلفه های آن با علایم اضطرابی. *مجله اصول بهداشت روانی*، ۴(۱۲)، ۶۶۱-۶۵۲.
- نریمانی، محمد؛ محمدامینی، زرار؛ زاهد، عادل و ابوالقاسمی، عباس. (۱۳۹۴). مقایسه ی اثربخشی آموزش راهبردهای یادگیری خودتنظیمی و حل مسئله بر انگیزش تحصیلی دانش آموزان اهمال کار. *فصلنامه روانشناسی مدرسه*، ۴(۱)، ۱۵۵-۱۳۹.
- یارباری، فریدون؛ مرادی، علیرضا و یحیی زاده، سلیمان. (۱۳۸۶). رابطه هوش هیجانی و منبع کنترل با سلامت روانشناختی در بین دانشجویان دانشگاه مازندران. *مطالعات روانشناختی*، ۳(۱)، ۴۰-۲۱.
- Ahanchiyan, M., Arfaa, F., & Bahmanabadi, S. (2014). The association between attribution style and self regulation among students of school of nursing and midwifery in Mashhad University of medical sciences during 2011-12 academic years. *Iranian Journal of Medical Education*, 14(4), 350-362. (Persian)
- Ahmadpanah, M., Keshavarz, M., Haghghi, M., Jahangard, L., Bajoghli, H., Sadeghi Bahmani, D., & etal. (2016). Higher emotional intelligence is related to lower test anxiety among students. *Neuropsychiatric Disease and Treatment*, 12, 133-136.
- American Psychiatric Association. (2000). DSM-IV-TR: Diagnostic and statistical manual of mental disorders, text revision. Washington, DC: American Psychiatric Association.
- American Psychiatric Association. (2013). Diagnostic and statistical manual of mental disorders. Translation by Seyyed Mohammadi, Y (2014). Tehran: Ravan pub. (Persian)
- Belova, A., Sabirova, E., & Malykh, S. (2014). The linkage between stressful life events, emotional intelligence, cognitive errors and depressiveness in adolescents. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 146, 105- 111.
- Bogels, S. M. Knappe, S. & Clark, L. (2013). Adult separation anxiety disorder in DSM-5. *Clinical Psychology Review*, 33(5), 663-674.
- Brown, J.M., Miller, W.R. & Lawendowski, L.A. (1999). The self-regulation questionnaire. In: Vandecreek, L. and Jackson, T.L., Eds., Innovations in clinical practice: A Sourcebook, Vol. 17, Professional Resource Press/Professional Resource Exchange, Sarasota, FL, 281-292.
- Cloninger, C. R., Zahar, A. H., Hirschmann, S., & Dahan, D. (2012). The psychological costs and benefits of being highly persistent: Personality profiles distinguish mood disorder anxiety disorders. *Journal of Affective Disorders*, 136(3), 758-766.
- Dorris, D.C. (2009). Self-regulation and the hypothesis of experience-based selection: investigating indirect conscious control. *Consciousness and Cognition*, 18(3), 740-753.
- Extremera, N., & Fernández-Berrocal, P. (2006). Emotional intelligence as predictor of mental, social, and physical health in university students. *The Spanish Journal of Psychology*, 9(1), 45-51.

- Extremera, N., Duran, A., & Rey, L. (2009). The moderating effect of trait meta-mood and perceived stress on life satisfaction. *Personality and Individual Difference*, 47(2), 116-121.
- Fulk, B. M., Brigham, F. J., & Lohman, D. A. (1998). Motivation and self-regulation: A comparison of students with learning and behavior problems. *Remedial and Special Education*, 19(5), 300-309.
- Ganji, M. (2013). Abnormal psychology based on DSM-5. Tehran: Publication savalan. (Persian).
- Geci, C., Abelli, M., Cardini, A., Lari, L., Di Paolo, L., Silove, D., & et al (2016). Separation anxiety disorder from the perspective of DSM-5: clinical investigation among subjects with panic disorder and association with mood disorder spectrum. *CNS Spectrums*, 21(1), 70-75.
- Ghorbani, N., Davison, H. K., Bing, M. N., Watson, P. J., & Mack, D. A. (2002). Self-reported Meta-mood experience: Construct similarity and functional dissimilarity of higher order processing in Iran and the united states. *International Journal of Psychology*, 37(5), 297-308.
- Haddadikohsar, A. A., Roshan, R., & Asgharnezhadfarid, A. A. (2007). A contrastive relationship between emotional intelligence and mental health and also academic achievements in shahed and nonshahed students in Tehran university. *Journal of Psychological & Educational*, 37 (1), 73-97. (Persian)
- Hettema, J. M., Neale, M. C., & Kendler, K. S. (2001). A review and meta-analysis of the genet epidemiology of anxiety disorders. *The American Journal of Psychiatry*, 158 (10), 1568- 1578.
- Jylha, P., & Isometsa, E. (2006). Temperament, character and symptoms of anxiety and depression in the general population. *European psychiatry : The Journal of the Association of European Psychiatrists*, 21 (6), 389-395.
- Kaviani, H., Ahmadiabhari, S. A., Dehghan, M., Mnsournia, M., khoramshahi, M., Ghadirzadeh, M., & et al. (2003). The prevalence of anxiety disorders in Tehran city. *Iranian Journal of Psychiatry & Clinical Psychology*, 8(3), 4-11. (Persian)
- Kesici, S., Baloglu, M., & Deniz, E. (2011). Self-regulated learning sterategies in relation with statistics anxiety. *Learning and Individual Differences*, 21(4), 472- 477.
- Khorshidvand, Z., Rahimian Boogar, I., & Talepasand, S. (2015). Comparison of temperament-character dimensions of personality among patients with separation anxiety disorder and healthy individuals. *Iranian Journal of Psychiatry and Clinical Psychology*, 21(3),193-201. (Persian)
- Killgore, W. D. S., Sonis, L. A., Rosso, I. M., & Rauch, S. L. (2016). Emotional intelligence partially mediates the association between anxiety sencitivity and anxiety samtoms. *Psychological Reports*, 118(1), 23-40.
- Kurman, J. (2006). Self-enhancement, self-regulation and self-improvement followingfailures. *British Journal of Social Psychology*, 45(2), 339-356.
- Manicavasagar, V., Silove, D., Curtis, J., & Wagner, R. (2000). Continuities of separation anxiety from early life into adulthood. *Journal of Anxiety Disorders*,14(1), 1-18.

- Manicavasagar, V., Silove, D., Wagner, R., & Drobny, J. (2003). A self-report questionnaire for measuring separation anxiety in adulthood. *Comprehensive Psychiatry*, 44(2): 146-153.
- Mashhadi, A., Soltani Shoorbakhorloo, E., & Hashemi Rezini, S. (2010). Relationship between emotional intelligence and its component with anxiety signs. *The Journal of Fundamentals of Health*, 12(4): 652-661. (Persian)
- Menclowicz, M. V., & Stein, M. B. (2000). Quality of life in individuals with anxiety disorders. *The American Journal of Psychiatry*, 157(7), 669-682.
- Narimani, M., Mohammad Amini, Z., Zahed, A., & Abolghasemi, A. (2015). A comparison of effectiveness of training self-regulated learning strategies and problem-solving on academic motivation in male students with academic procrastination. *Journal of School Psychology*, 4(1), 139-155. (Persian)
- Palmer, B., Gignac, G., Bates, T., & Stough, C. (2003). Examining the structure of the Trait meta-mood scale. *Australian Journal of Psychology*, 55, 154-158.
- Pekrun, R., Goetz, T., Titz, W. & Perry, R. P. (2002). Academic emotions in students' self-regulated learning and achievement: A program of qualitative and quantitative research. *Educational Psychologist*, 37(2), 91-105.
- Pinia, S., Abellia, M., Troisic, A., Siracusanoc, A., Cassano, G. B., Shear, K. M, & Baldwin, D. (2014). The relationships among separation anxiety disorder, adult attachment style and agoraphobia in patients with panic disorder. *Journal of Anxiety Disorder*, 28, 741- 746.
- Ramos-Díaz, N., Fernández-Berrocal, P., & Extremera, N. (2007). Perceived emotional intelligence facilitates cognitive-emotional processes of adaptation to an acute stressor. *Cognition and Emotion*, 21(4), 758-772.
- Reis, D. L., Brackett, M. A., Shamosh, N. A., Kiehl, K. A., Salovey, P., & Gray, J. R. (2007). Emotional intelligence predicts individual differences in social exchange reasoning. *Neuroimage*, 35(3), 1385- 1391.
- Salovey, P., Stroud, L. R., Woolery, A., & Epel, E. S. (2002). Perceived emotional intelligence, stress reactivity. *Psychology and Health*, 17(5), 611-627.
- Schnel, k., Ringeisen, T., Raufelder, D., & Rohrmann, S. (2015). The impact of adolescents' self-efficacy and self-regulated goal attainment processes on school performance-Do gender and test anxiety matter? *Learning and Individual Differences*, 38, 90-98.
- Silove, D., Marnane, C., Wagner, R., Manicavasagar, V. & Rees, S. (2010). The prevalence and correlates of adult separation anxiety disorder in an anxiety clinic. *BMC Psychiatry*, 10, 21-27.
- Terock, J., Janowitz, D., Spitzer, C., Miertscha, M., Freyberger, H. J. & Grabe, H. J. (2015). Alexithymia and self-directedness as predictors of psychopathology and psychotherapeutic treatment outcome. *Comprehensive Psychiatry*, 62, 34-41.
- Thompson, B. L., Waltz, J., Croyle, K. & Pepper, A. C. (2007). Trait meta-mood and affect as predictors of somatic symptoms and life satisfaction. *Personality and Individual Differences*, 43(7), 1786-1795.

- Wern, F. J., Scholle, S. H., Heo, J. & Comer, D. M. (2003). Pediatric mood and anxiety syndromes in primary care: who gets identified? *The International Journal of Psychiatry Medicine*, 33(1),1-16.
- Yaryari, F., Moradi, A. R. & Yahyazadeh, S. (2007). The relationship between emotional intelligence and locus of control with psychological well-being among students at Mazandaran University. *Journal of Psychological Studies*, 3(1), 21- 40. (Persian)



## Comparing self-regulatory behaviors and meta-mood in students with and without separation anxiety

M. Sarlati<sup>1</sup>, A. Abolghasemi<sup>2</sup>, N. Hajloo<sup>3</sup>, J. Mohammadi<sup>4</sup>

### Abstract

This study aimed to compare self-regulatory behaviors and meta-mood in students with and without separation anxiety. Its design was descriptive and casual-comparative. The population consisted of all high school students in Roodsar in 2015-2016. 160 (80 female, 80 male) students were selected via purposive sampling. The data were collected by Adult Separation Anxiety Questionnaire (Manicavasagar, 2003), Self-regulation Questionnaire (Brown et al., 1999), and Meta-mood Scale (Palmer et al, 1999) and analyzed by multivariate analysis of variance. The results indicated significantly lower levels of self-regulatory behaviors and meta-mood in students with separation anxiety compared to those without ( $p=.05$ ). Therefore, these students face more difficulties in regulating their behaviors and emotions and highly likely be exposed to psychological damages.

**Keywords:** Separation anxiety, self-regulation behaviors, meta-mood

---

1. Corresponding author: M.A. in General Psychology, University of Mohaghegh Ardabili (Maedeh.sarlati.ms@gmail.com)

2. Professor, Guilan University, Rasht, Iran

3. Professor, University of Mohaghegh Ardabili, Ardabil, Iran

4. M.A. in Clinical Psychology, Zanjan University of Medical Sciences, Zanjan, Iran