

نشریه توانمند سازی کودکان استثنایی

سال ۱۰، شماره ۲، تابستان ۱۳۹۸

صفحه ۲۵۰-۲۵۹

اثربخشی آموزش راهبردهای تنظیم شناختی هیجان بر انعطاف‌پذیری شناختی دانش‌آموزان ناشنوا

محمد عاشوری^{۱*}

اعظم رشیدی^۲

چکیده

هدف: پژوهش حاضر با هدف تعیین میزان اثربخشی آموزش راهبردهای تنظیم شناختی هیجان بر انعطاف‌پذیری شناختی دانش‌آموزان ناشنوا انجام شد. **روش:** روش این پژوهش، نیمه‌آزمایشی و طرح مورد استفاده در پژوهش حاضر، طرح پیش‌آزمون - پس‌آزمون با گروه کنترل بود. جامعه آماری در این پژوهش دانش‌آموزان ناشنوای مدرسه میر شهر اصفهان در سال ۱۳۹۷ بودند. گروه نمونه شامل ۲۸ نفر از دانش‌آموزان ناشنوا بودند که با روش نمونه‌گیری در دسترس انتخاب و با روش تصادفی ساده در دو گروه ۱۴ نفری جایگزین شدند. گروه آزمایش طی ۸ جلسه ۵۰ دقیقه‌ای، هفته‌ای دو بار در جلسات گروهی آموزش راهبردهای تنظیم شناختی هیجان شرکت کرد و گروه کنترل هیچ مداخله‌ای دریافت نکرد. ابزار مورد استفاده در پژوهش حاضر پرسشنامه انعطاف‌پذیری شناختی دنیس و وندروال (۲۰۱۰) بود. داده‌های به دست آمده با استفاده از روش تحلیل کوواریانس تک‌متغیری در نسخه ۲۴ نرم‌افزار بسته آماری در علوم اجتماعی تحلیل شد. **یافته‌ها:** یافته‌ها نشان داد که آموزش راهبردهای تنظیم شناختی هیجان تاثیر معناداری بر انعطاف‌پذیری شناختی دانش‌آموزان ناشنوا داشت. **نتیجه‌گیری:** آموزش برنامه راهبردهای تنظیم شناختی هیجان می‌تواند انعطاف‌پذیری شناختی دانش‌آموزان ناشنوا را بهبود بخشد؛ بنابراین، پیشنهاد می‌شود از این برنامه برای بهبود انعطاف‌پذیری شناختی دانش‌آموزان ناشنوا استفاده شود.

کلیدواژه‌ها

انعطاف‌پذیری شناختی، دانش‌آموزان ناشنوا، راهبردهای تنظیم شناختی هیجان

۱. نویسنده مسئول: استادیار، گروه روان‌شناسی و آموزش کودکان با نیازهای خاص، دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناسی، دانشگاه اصفهان، اصفهان، ایران
m.ashori@edu.ui.ac.ir

۲. کارشناسی ارشد روان‌شناسی و آموزش کودکان با نیازهای خاص، دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناسی، دانشگاه اصفهان، اصفهان، ایران

مقدمه

از مواجهه با تجربه‌های درونی و بیرونی اجتناب نمی‌کنند بلکه حتی گاهی خود به دنبال تجربه‌هایی می‌روند و سعی می‌کنند انواع مختلفی از تجربه‌های جدید را کسب کنند (گراف، کورنفلد، لوز، والتینو و بهاتناگر^۹، ۲۰۱۷). انعطاف‌پذیری شناختی یکی از متغیرهایی است که به عنوان توانایی سازگاری با محرک‌های در حال تغییر تعریف شده است. برخی پژوهشگران و متخصصان آن را به عنوان توانایی فرد برای ارتباط کامل با زمان حال به عنوان یک انسان هوشیار و آگاه و توانایی وی برای ایجاد تغییر یا ادامه رفتار در جهت ارزش‌ها تعریف کرده‌اند (ان و کواک^{۱۰}، ۲۰۱۵).

کودکان با نیازهای ویژه در توانایی‌های شناختی و انعطاف‌پذیری شناختی^{۱۱} با مشکلات عمده‌ای مواجه هستند (جباریان، حاج حسینی و غلامعلی لواسانی، ۱۳۹۵؛ بالینت، بیترو و ژوبور^{۱۲}، ۲۰۱۵). یکی از برنامه‌ها که در این راستا می‌تواند به افراد کمک کند برنامه راهبردهای تنظیم شناختی هیجان^{۱۳} است. به توانایی افزایش آگاهی هیجانی و توانایی تنظیم و تعدیل فشارهای درونی و حالت‌های برانگیختگی هیجانی از طریق فرآیندهای شناختی، راهبردهای تنظیم شناختی هیجان گفته می‌شود (نوری زاده میرآبادی، خواستاری، شیرمردی، بامداد و خسروی فارسانی، ۱۳۹۶). الگوی راهبردهای شناختی هیجان یکی از بهترین الگوها درباره نقش سیستم‌های عصبی در کنترل هیجان است. این الگو به فرآیندهای شناختی گوناگون و موثر در تنظیم واکنش‌های هیجانی کمک می‌کند (اسکورل، ون ریجن، دیواید، ونگوزن و سواب^{۱۴}، ۲۰۱۶). این برنامه شناختی رفتاری متمرکز بر هیجان است که بر ماهیت سازگاران و کارکردی هیجان‌ها تاکید دارد (گروس^{۱۵}، ۲۰۰۷) و به دنبال شناسایی و تصحیح تلاش‌های ناسازگاران برای تنظیم تجارب هیجانی، تسهیل پردازش مناسب و خاموش کردن پاسخ‌های مفرط هیجانی به

امروزه به عملکرد شناختی، هیجانی و تحصیلی دانش‌آموزان با نیازهای ویژه^۱ که یکی از مهم‌ترین هدف‌های عمده توانبخشی این افراد است توجه ویژه‌ای می‌شود، دانش‌آموزان ناشنوا^۲ نیز یکی از این گروه‌ها هستند (لاویر^۳، ۲۰۱۸). آسیب شنوایی می‌تواند کودکان را در معرض انزوا قرار دهد (کرمی و تازیکی، ۱۳۹۵) و آموزش چنین کودکانی یکی از چالش‌برانگیزترین حوزه‌های مطالعه در آموزش ویژه قلمداد می‌شود (لورانس، جایاکودی، فرگوسن، ایکلبوم، لوفتاس و فریدلند^۴، ۲۰۱۸). کودکان و نوجوانان ناشنوا نسبت به همسالان عادی خود مشکلات شناختی بیشتری را تجربه می‌کنند (عاشوری و قاسم‌زاده، ۱۳۹۷) و این مشکلات تاثیر نامطلوبی بر عملکرد آنها در حوزه‌های مختلف می‌گذارد (شین و هانگ^۵، ۲۰۱۷). به‌طور کلی انعطاف‌پذیری شناختی^۶ حوزه مهمی است که ناشنوایی بر آن تاثیر می‌گذارد و توانمندی‌های این افراد را به چالش می‌کشد (فرگوسن و هنشاو^۷، ۲۰۱۵). به میزان تجربه‌پذیری فرد در مقابل تجربه‌های درونی و بیرونی، انعطاف‌پذیری شناختی می‌گویند. این ویژگی شخصیتی در افراد مختلف به درجات مختلف وجود دارد و نوع واکنش افراد را در مقابل تجربه‌های جدید معین می‌کند (ایچورن، مارتون و پیروتینسکی^۸، ۲۰۱۸).

انعطاف‌پذیری شناختی یک فرایند توانایی یا پیامد سازگاری موفقیت‌آمیز با شرایط تهدیدکننده است، به طوری که فرد بتواند با تجربه‌های درونی و بیرونی منفی و ناخوشایند خود رو به رو گردد و در عین حال سازگاری و تعادل روانشناختی خود را حفظ نماید (فناپی، حبیب الهی و غضنفری، ۱۳۹۴). افراد انعطاف‌پذیر هم درباره دنیای درونی و هم درباره دنیای بیرونی کنجکاو هستند و زندگی آنها از لحاظ تجربه غنی است، چون تجربه‌های جدید را می‌پسندند و خواهان تجربه بیشتر هستند. آنها نه تنها

8. Eichorn, Marton and Pirutinsky
9. Grafe, Cornfeld, Luz, Valentino and Bhatnagar
10. Onen and Kocak
11. cognitive flexibility
12. Balint, Bitter and Czobor
13. cognitive emotion regulation strategies
14. Schoorl, van Rijn, de Wied, Van Goozen and Swaab
15. Gross

1. student with special needs
2. deaf student
3. Lawyer
4. Lawrence, Jayakody, Henshaw, Ferguson, Eikelboom, Loftus and Friedland
5. Shin and Hwang
6. working memory
7. Ferguson and Henshaw

خود مشکلات هیجانی و روان‌شناختی بیشتری را تجربه می‌کنند (محمودی، عاشوری و انصاری شهیدی، ۱۳۹۶؛ لین، لین، ویو و ونگ^۷، ۲۰۱۶) و گاهی چنین شرایطی تاثیر نامطلوبی بر انعطاف‌پذیری شناختی آنها می‌گذارد (آدیگان^۸، ۲۰۱۷). با توجه به بررسی‌های انجام شده در زمینه میزان اثربخشی آموزش برنامه راهبردهای تنظیم شناختی هیجان بر انعطاف‌پذیری شناختی دانش‌آموزان ناشنوا با پژوهش‌های اندکی مواجه هستیم و خلاء پژوهشی در این حوزه کاملاً آشکار است. بیشتر مطالعات انجام شده در این حوزه از نوع رابطه‌ای و همبستگی هستند و بر روی افراد بیمار انجام شده‌اند. در واقع، تاکنون هیچ پژوهشی به صورت مستقیم به بررسی اثربخشی آموزش برنامه راهبردهای تنظیم شناختی هیجان بر انعطاف‌پذیری شناختی دانش‌آموزان ناشنوا نپرداخته است. به نظر می‌رسد دانش‌آموزان ناشنوا، سطوح متفاوتی از تحول شناختی و واکنش‌ها هیجانی را تجربه می‌کنند که می‌تواند انعطاف‌پذیری شناختی را در آنها تحت تاثیر قرار دهد. بنابراین، هدف اصلی این پژوهش بررسی اثربخشی آموزش برنامه راهبردهای تنظیم شناختی هیجان بر انعطاف‌پذیری شناختی دانش‌آموزان ناشنوا بود.

روش

پژوهش حاضر یک پژوهش نیمه‌آزمایشی با طرح پیش‌آزمون و پس‌آزمون با گروه آزمایش و کنترل است. جامعه آماری پژوهش را کلیه دانش‌آموزان ناشنوی دختر ۱۶ تا ۲۰ ساله تشکیل می‌دادند که در سال ۱۳۹۶-۱۳۹۷ در مدارس متوسطه دخترانه شهر اصفهان مشغول به تحصیل بودند. نمونه آماری پژوهش حاضر شامل ۲۸ دانش‌آموز ناشنوا می‌شد که به روش نمونه‌گیری در دسترس از مدرسه ناشنویان میر انتخاب شدند. انتساب گروه‌ها به آزمایش و کنترل نیز به صورت تصادفی انجام شد. به این ترتیب که به صورت تصادفی، ۱۴ نفر به گروه آزمایش و ۱۴ نفر از شرکت‌کنندگان به گروه کنترل

نشانه‌های درونی و بیرونی است (ویلیاموسکا، تامسون هولندز، فارهولم، الارد، فارشینو و بارلو^۱، ۲۰۱۰).

پژوهش‌هایی درباره اثربخشی آموزش راهبردهای تنظیم شناختی هیجان بر انعطاف‌پذیری شناختی دانش‌آموزان انجام شده است. در این راستا، یافته‌های پژوهش سوسا و لاگانا^۲ (۲۰۱۹) حاکی از تاثیر آموزش بازی‌های ویدیویی بر عملکردهای شناختی، انعطاف‌پذیری شناختی و کارکردهای اجرایی بزرگسالان بود. نتایج پژوهش هامر، پلاس، رافائلی، ابر و علی^۳ (۲۰۱۸) بیانگر اثربخشی بازی‌های دیجیتالی مبتنی بر تنظیم شناختی هیجان بر بهبود کارکردهای اجرایی و انعطاف‌پذیری شناختی دانش‌آموزان دبیرستانی بود. نتایج پژوهش فو و ژانگ^۴ (۲۰۱۷) نشان داد که بازی ویدیویی مبتنی بر هیجان همراه با موسیقی پس‌زمینه آن باعث بهبود کنترل شناختی، توجه پایدار، حافظه فعال و انعطاف‌پذیری شناختی آزمودنی‌ها شد. همچنین یافته‌های پژوهش موینیان، چاپمن، کلورمن، کرانسر، دوپرستین، براون و همکاران^۵ (۲۰۱۳) حاکی از اثربخشی مثبت و معنادار مداخله شناختی رفتاری بر کاهش تنیدگی و افزایش انعطاف‌پذیری شناختی آزمودنی‌ها بود. یافته‌های پژوهش تقوی جلودار و حامی (۱۳۹۷) نشان داد که بازی‌های رایانه‌ای بر توانایی حل مساله و انعطاف‌پذیری شناختی کودکان تاثیر قابل توجهی دارد. نتایج پژوهش عبدی، عربانی دانا، حاتمی و پرند (۱۳۹۳) نیز حاکی از اثربخشی بازی‌های رایانه‌ای شناختی بر بهبود حافظه فعال، توجه و انعطاف‌پذیری شناختی کودکان با اختلال کم‌توجهی بیش‌فعالی بود.

توجه به مشکلات شناختی و هیجانی کودکان و نوجوانان ناشنوا در چند سال اخیر مورد توجه ویژه‌ای قرار گرفته است (کاستیلینو، بناتی، ولرادیتا، فاوارو، پادون، سوری و همکاران^۶، ۲۰۱۶). کودکان و نوجوانان ناشنوا نسبت به همسالان شنوای

5. Moynihan, Chapman, Klorman, Krasner, Duberstein, Brown and et al.

6. Castiglione, Benatti, Velardita, Favaro, Padoan, Severi and et al

7. Lin, Lin, Liu and Weng

8. Adigun

1. Wilamowska, Thompson-Hollands, Fairholme, Ellard, Farchione and Barlow

2. Sosa and Lagana

3. Homer, Plass, Raffaele, Ober and Ali

4. Fu and Zhang

ضریب پایایی از طریق آلفای کرونباخ برای پرسشنامه انعطاف‌پذیری شناختی ۰/۸۹ به دست آمد و روایی آن از طریق تحلیل عامل ۰/۸۳ محاسبه شد.

شیوه اجرای پژوهش

برای اجرای پژوهش به مدرسه ناشنوایان میر مراجعه شد. آزمودنی‌ها با راهنمایی پژوهشگر، پرسشنامه انعطاف‌پذیری شناختی را تکمیل کردند. در مرحله بعد، برنامه راهبردهای تنظیم شناختی هیجان که بر اساس راهبردهای تنظیم شناختی هیجان گروس و تامسون (۲۰۰۷) و پروتکل آموزشی موحدی و همکاران تنظیم شده است برای گروه آزمایش توسط پژوهشگر به صورت گروهی در ۸ جلسه ۵۰ دقیقه‌ای در طول چهار هفته و هفته‌ای دو جلسه اجرا شد ولی گروه کنترل در این برنامه شرکت نداشت و در لیست انتظار ماندند. لازم به ذکر است که پژوهشگر در حوز آموزش دانش‌آموزان ناشنوا تخصص داشت و در آموزش برنامه مداخلاتی از روش ارتباط کلی استفاده کرده است. برای آموزش برنامه از روش‌های توضیحی، ایفای نقش و نمایشی استفاده شد. علاوه بر این از پاورپوینت هم استفاده گردید و در هر جلسه با توجه به هدف و محتوا برنامه از تصاویر مرتبط استفاده گردید. پس از اجرای برنامه مداخله، نیز با استفاده از همان پرسشنامه انعطاف‌پذیری شناختی از هر دو گروه پس‌آزمون گرفته شد. محتوای جلسات برنامه راهبردهای تنظیم شناختی هیجان در گروه آزمایش به تفکیک جلسات در جدول ۱ توضیح داده شده است.

اختصاص یافتند. ملاک‌های ورود به پژوهش، داشتن سن ۱۶ تا ۲۰ سال، داشتن آسیب شنوایی حسی عصبی، اشتغال به تحصیل در مدرسه متوسطه ویژه ناشنوایان، تمایل به شرکت در پژوهش، زندگی با والدین و شنوا بودن والدین بود. معیارهای خروج از مطالعه نیز استفاده از خدمات مشاوره و روان‌شناختی از سایر مراکز در حین اجرای پژوهش، وجود هر گونه اختلال روان‌شناختی یا داشتن هر گونه معلولیت یا اختلال به جز ناشنوایی بر اساس پرونده تحصیلی و غیبت بیش از یک جلسه در برنامه مداخلاتی بود. برای جمع‌آوری اطلاعات از ابزار زیر استفاده شد.

۱. پرسشنامه انعطاف‌پذیری شناختی^۱: این پرسشنامه توسط دنیس و وندروال^۲ (۲۰۱۰) برای اندازه‌گیری انعطاف‌پذیری شناختی طراحی شد. این ابزار دارای ۲۰ گویه است که با استفاده از مقیاس هفت درجه‌ای لیکرت از یک تا هفت نمره‌گذاری می‌شود. لازم به ذکر است که گویه‌های ۲، ۴، ۷، ۹، ۱۱ و ۱۷ به صورت معکوس نمره‌گذاری می‌شوند. نمره کل از طریق مجموع نمره گویه‌های پرسشنامه به دست می‌آید و نمره بالاتر به معنای انعطاف‌پذیری شناختی بیشتر می‌باشد. در ضمن حداقل و حداکثر نمره به ترتیب ۲۰ و ۱۴۰ است. دنیس و وندروال (۲۰۱۰) روایی همگرا این ابزار را با مقیاس انعطاف‌پذیری شناختی مارتین و رابین ۰/۷۵ و روایی واگرا آن را با پرسشنامه افسردگی بک ۰/۳۹- و پایایی آن را با روش آلفای کرونباخ ۰/۹۱ و با روش بازآزمایی ۰/۸۱ گزارش کردند. همچنین مرادزاده و پیرخائفی (۱۳۹۷) پایایی ابزار را با روش آلفای کرونباخ ۰/۹۳ گزارش کردند. در پژوهش حاضر،

جدول ۱. محتوای جلسات برنامه راهبردهای تنظیم شناختی هیجان

جلسات	هدف	محتوا
اول	آگاهی از احساسات و هیجان‌ها	معرفی برنامه با بیان منطبق و مراحل آن، ضرورت تنظیم هیجان و یادگیری مهارت‌ها، دیدگاه‌های درست درباره هیجان‌ها، هیجان‌های اولیه و ثانویه، کمک گرفتن از هیجان‌ها
دوم	مهارت‌های درک هیجان و انتخاب موقعیت	آموزش و معرفی هیجان، شناسایی و نامگذاری و برچسب زدن به احساسات، تمایز میان هیجان‌های مختلف، شناسایی هیجان در حالت فیزیکی و روانشناختی، عوامل موفقیت در تنظیم هیجان

2. Dennis and VanderWal

1. Cognitive Flexibility Questionnaire

سوم	مهارت‌های مربوط به پیشگیری	خودارزیابی با هدف شناخت تجربه‌های هیجانی خود، خودارزیابی با هدف شناسایی میزان آسیب‌پذیری هیجانی در فرد، خودارزیابی با هدف شناسایی از راهبردهای خودتنظیمی، پیامدهای شناختی واکنش‌های هیجانی، پیامدهای فیزیولوژیک واکنش‌های هیجانی، پیامدهای رفتاری واکنش‌های هیجانی و رابطه این سه با هم، معرفی هیجان خشم و راه‌های غلبه بر آن
چهارم	اصلاح موقعیت	جلوگیری از انزوای اجتماعی و اجتناب، آموزش راهبرد حل مساله، آموزش، مهارت‌های گفتگوی بین‌فردی، اظهار وجود و حل تعارض
پنجم	گسترش توجه	متوقف کردن نشخوار فکری و نگرانی، آموزش توجه
ششم	ارزیابی شناختی	نقش ذهن در تولید، نگهداری، افزایش یا کاهش پاسخ هیجانی، شناسایی ارزیابی‌های غلط و تاثیر آن بر حالت‌های هیجانی، آموزش راهبرد ارزیابی مجدد
هفتم	تعدیل پاسخ	شناسایی میزان و نحوه استفاده از راهبرد بازداری و بررسی پیامدهای هیجانی آن، مواجهه، آموزش ابراز هیجان، اصلاح رفتار از طریق تغییر تقویت‌کننده‌های محیطی، آموزش تخلیه هیجانی، آرمیدگی و عمل معکوس
هشتم	ارزیابی و کاربرد	ارزیابی میزان دستیابی به هدف‌ها، کاربرد مهارت‌های آموخته شده در محیط طبیعی خارج از جلسه مداخله

بودند که میانگین و انحراف معیار سن گروه آزمایش $1/68 \pm$ و $17/59$ و کنترل $1/45 \pm$ و $17/72$ بود. برای بررسی اثر متغیرهای کنترل پژوهش یعنی سن و هوش آزمودنی‌ها از آزمون آماری t مستقل استفاده شد. لازم به ذکر است که سن و هوش آزمودنی‌ها از پرونده تحصیلی آنها استخراج شد. نتایج آزمون آماری t مستقل نشان داد که بین گروه آزمایش و کنترل از نظر سن و هوش تفاوت معناداری وجود ندارد ($P > 0/05$). میانگین و انحراف معیار متغیر انعطاف‌پذیری شناختی در دو گروه آزمایش و کنترل در موقعیت پیش‌آزمون و پس‌آزمون در جدول ۲ گزارش شده است.

به منظور رعایت ملاحظات اخلاقی پژوهش، رضایت‌نامه کتبی از شرکت‌کنندگان گرفته شد و پس از پایان پژوهش هم کارگاه آموزشی برنامه راهبردهای تنظیم شناختی هیجان به مدت یک روز برای گروه کنترل برگزار گردید. نتایج حاصل از پژوهش با استفاده از تحلیل کوواریانس تک‌متغیری مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت. جهت تحلیل داده‌ها از نسخه ۲۴ نرم‌افزار آماری SPSS استفاده شد.

یافته‌ها

شرکت‌کنندگان این پژوهش، شامل ۲۸ نفر از دانش‌آموزان ناشنوا

جدول ۲. شاخص‌های توصیفی متغیر وابسته انعطاف‌پذیری شناختی

متغیر	موقعیت	گروه آزمایش		گروه کنترل	
		انحراف معیار	میانگین	انحراف معیار	میانگین
انعطاف‌پذیری شناختی	پیش‌آزمون	۶۵/۲۷	۲/۴۱	۶۴/۸۸	۲/۳۹
	پس‌آزمون	۷۳/۹۲	۲/۴۳	۶۵/۲۳	۲/۳۷

داده‌های مربوط به انعطاف‌پذیری شناختی با استفاده از آزمون آماری کلموگروف-اسمیرنوف مورد بررسی قرار گرفت و تأیید شد ($P > 0/05$). به منظور رعایت مفروضه همگنی واریانس‌ها در متغیر پژوهش، از آزمون لون استفاده شد که نتایج آن در جدول ۳ گزارش شده است.

به منظور تعدیل اثر پیش‌آزمون و به علت وجود یک متغیر مستقل آموزش راهبردهای تنظیم شناختی هیجان و یک متغیر وابسته انعطاف‌پذیری شناختی از آزمون آماری تحلیل کوواریانس تک‌متغیری یا آنکوا استفاده شد. برای تعیین اثربخشی برنامه مداخلاتی بر انعطاف‌پذیری شناختی، ابتدا نرمال بودن توزیع

جدول ۳. نتایج آزمون همگنی واریانس لون

متغیرها	آماره F	درجه آزادی فرضیه	درجه آزادی خطا	سطح معناداری
انعطاف‌پذیری شناختی	۲/۰۶	۱	۲۶	۰/۲۷

با توجه به نتایج جدول ۳ سطح معناداری محاسبه شده در همه متغیرها بزرگ‌تر از ۰/۰۵ است، پس فرض همگنی واریانس‌ها برقرار است. بنابراین تمام مفروضه‌های آزمون آماری تحلیل کوواریانس

جدول ۴. نتایج تحلیل کوواریانس تک‌متغیری انعطاف‌پذیری شناختی

منبع پراش	مجموع مجزورات	درجه آزادی	میانگین مجزورات	آماره F	سطح معناداری	مجذور اتا
پیش‌آزمون	۳۹/۶۸	۱	۴۹/۶۸	۹/۱۸	۰/۰۰۳	۰/۲۹
گروه	۱۹۷/۶۲	۱	۱۹۷/۶۲	۴۵/۷۴	۰/۰۰۱	۰/۶۳
خطا	۱۰۸/۰۳	۲۵	۴/۳۲			
کل	۳۹۷/۴۵	۲۷				

و همکاران (۲۰۱۳) حاکی از اثربخشی مثبت و معنادار مداخله شناختی رفتاری بر کاهش تنیدگی و افزایش انعطاف‌پذیری شناختی آزمودنی‌ها همخوانی داشت. علاوه بر این، نتایج پژوهش حاضر با یافته‌های پژوهش تقوی جلودار و حامی (۱۳۹۷) مبنی بر اثربخشی بازی‌های رایانه‌ای بر توانایی حل مساله و انعطاف‌پذیری شناختی کودکان و همچنین یافته‌های پژوهش عبدی و همکاران (۱۳۹۳) در خصوص اثربخشی بازی‌های رایانه‌ای شناختی بر بهبود حافظه فعال، توجه و انعطاف‌پذیری شناختی کودکان با اختلال کم‌توجهی بیش‌فعالی همخوانی داشت.

در تبیین این یافته پژوهش که آموزش راهبردهای تنظیم شناختی هیجان بر انعطاف‌پذیری شناختی دانش‌آموزان ناشنوا شد می‌توان گفت ناشنوایی با مشکلات زیادی از جمله مشکلات ارتباطی، روانی و هیجانی همراه است. چنین مشکلاتی می‌تواند توانمندی شناختی فرد را به چالش بکشد یا کمتر از حد واقعی نشان دهد (عاشوری و قاسم‌زاده، ۱۳۹۷)، در حالی که برنامه راهبردهای تنظیم شناختی هیجان علاوه بر آموزش مدیریت هیجان، بر مهارت‌های مربوط به پیشگیری از بروز هیجان نامناسب و اصلاح موقعیت نیز تاکید دارد. همچنین بخش‌هایی از این برنامه که به گسترش توجه، ارزیابی شناختی، تعدیل پاسخ و ارزیابی و کاربرد مربوط می‌شود به مشکلات روان شناختی مربوط است و آن را کاهش می‌دهد (گروس، ۲۰۰۷).

با توجه به نتایج جدول ۴، گروه اثر معناداری بر نمرات پس‌آزمون انعطاف‌پذیری شناختی داشت ($F=45/74$ و $P<0/001$). بر اساس مجذور اتا می‌توان گفت که ۶۳ درصد تغییر متغیر انعطاف‌پذیری شناختی به علت اثر مداخله است.

بحث و نتیجه‌گیری

پژوهش حاضر با هدف تعیین میزان اثربخشی آموزش راهبردهای تنظیم شناختی هیجان بر انعطاف‌پذیری شناختی دانش‌آموزان ناشنوا انجام شد. نتایج این پژوهش نشان داد که آموزش راهبردهای تنظیم شناختی هیجان سبب افزایش انعطاف‌پذیری شناختی دانش‌آموزان ناشنوا شد. این یافته با نتایج پژوهش‌های سوسا و لاگانا (۲۰۱۹) مبنی بر اثربخشی آموزش بازی‌های ویدیویی بر عملکردهای شناختی، انعطاف‌پذیری شناختی و کارکردهای اجرایی بزرگسالان و نتایج پژوهش هامر و همکاران (۲۰۱۸) در خصوص اثربخشی بازی‌های دیجیتالی مبتنی بر تنظیم شناختی هیجان بر بهبود کارکردهای اجرایی و انعطاف‌پذیری شناختی دانش‌آموزان دبیرستانی همسو بود. همچنین با نتایج پژوهش فو و ژانگ (۲۰۱۷) مبنی بر تاثیر بازی ویدیویی مبتنی بر هیجان همراه با موسیقی پس‌زمینه بر کنترل شناختی، توجه پایدار، حافظه فعال و انعطاف‌پذیری شناختی و یافته‌های پژوهش موینیان

پژوهش حاضر با محدودیت‌هایی مواجه بود. در این مطالعه از پرسشنامه‌های خودگزارشی استفاده شد، پژوهش بر روی گروهی از دانش‌آموزان ناشنوای دختر با حجم نمونه کم انجام شد. همچنین فرصت انجام آزمون پیگیری فراهم نشد. علاوه بر این عوامل مختلفی مانند میزان افت شنوایی، نوع وسیله کمک‌شنوایی و مدت استفاده از آن، ساختار خانواده، فرهنگ و وضعیت اقتصادی و اجتماعی بر انعطاف‌پذیری شناختی دانش‌آموزان ناشنوا اثرگذار است. بنابراین پیشنهاد می‌شود پژوهش‌های بعدی با حجم نمونه بیشتری از هر دو جنس و در گروه‌های سنی مختلفی انجام گیرد، به میزان افت شنوایی و نوع وسیله کمک‌شنوایی توجه شود و دوره‌های آموزشی راهبردهای تنظیم شناختی هیجان برای سایر دانش‌آموزان با نیازهای ویژه و خانواده‌های آنها برگزار شود. علاوه بر این، پیشنهاد می‌شود مراکز آموزش و توانبخشی کودکان و نوجوانان و همچنین مدارس ناشنوایان از برنامه راهبردهای تنظیم شناختی هیجان برای بهبود انعطاف‌پذیری شناختی دانش‌آموزان ناشنوا استفاده کنند.

منابع

تقوی جلودار، مریم و حامی، مهیار (۱۳۹۷). اثربخشی بازی‌های رایانه‌ای بر توانایی حل مساله کودکان. *نشریه آموزش و ارزشیابی*، ۴۲، ۷۰-۵۵.

جباریان، فرزانه؛ حاج حسینی، منصوره و غلامعلی لواسانی، مسعود (۱۳۹۵). اثربخشی آموزش راهبردهای یادگیری خودتنظیم بر خودکارآمدی و پیشرفت تحصیلی دانش‌آموزان نابینا در درس فیزیک. *توانمندسازی کودکان استثنایی*، ۷(۴)، ۴۲-۵۱.

عاشوری، محمد و قاسم‌زاده، سوگند (۱۳۹۷). اثربخشی آموزش ایمن‌سازی روانی بر ناگویی هیجانی، خودتعیین‌گری و جهت‌گیری زندگی نوجوانان با آسیب شنوایی. *فصلنامه مطالعات روان‌شناختی*، ۱۴(۲)، ۲۴-۸.

عبدی، اکبر؛ عربانی دانا، علی؛ حاتمی، جواد و پرنده، اکرم (۱۳۹۳). اثربخشی بازی‌های رایانه‌ای شناختی بر بهبود حافظه کاری، توجه و انعطاف‌پذیری شناختی در کودکان مبتلا به ADHD. *فصلنامه کودکان استثنایی*، ۱۱(۱)، ۳۳-۱۹.

فناپی، سعیده؛ حبیب‌الهی، اعظم و غضنفری، احمد (۱۳۹۴). اثربخشی درمان شناختی رفتاری به شیوه گروهی بر سلامت روان و

از سوی دیگر، راهبردهای تنظیم هیجانی به توانایی فرد در روبرو شدن با هیجان منفی به جای اجتناب از آن در حالت پریشانی و درک توأم با شفقت جهت نیل به اهداف مهم مربوط می‌شود (اسکورل و همکاران، ۲۰۱۶). در این راستا، آموزش برنامه راهبردهای تنظیم شناختی هیجان سبب می‌شود تا دانش‌آموزان ناشنوا آگاهی بیشتری نسبت به رفتارها و هیجانات و مشکلات خود پیدا کنند. با توجه به این که این دانش‌آموزان در پیش‌بینی و مشاهده واکنش‌های هیجانی و رفتارهای خود با مشکل مواجه هستند برای نظم‌بخشی و مدیریت رفتارهای خویش به برنامه هدفمندی نیاز دارند که هم بر شناخت و تفکر توجه داشته باشد و هم به رفتار جهت دهد (لورانس و همکاران، ۲۰۱۸). از آن جایی که برنامه راهبردهای تنظیم شناختی هیجان بر تفکر منطقی و ابراز صحیح واکنش‌های روان‌شناختی و هیجانی تاکید دارد و در این برنامه آگاهی از احساسات و هیجان‌ها و مهارت‌های درک هیجان و انتخاب موقعیت آموزش داده می‌شود تاثیر قابل توجهی بر انعطاف‌پذیری شناختی خواهد داشت (آدیگان، ۲۰۱۷).

از آن جایی که تجربه‌های اجتماعی افراد ناشنوا به دلیل مشکل در برقراری ارتباط با افراد شنوا محدود می‌گردد و با موانع روانی اجتماعی مختلفی مواجه می‌شوند و به راحتی تحت تأثیر نشانه‌های روانی قرار می‌گیرند انعطاف‌پذیری شناختی آنها کمتر می‌شود (کاستیلینو و همکاران، ۲۰۱۶). علاوه بر این، انعطاف‌پذیری شناختی یک فرایند توانایی یا پیامد سازگاری موفقیت‌آمیز با شرایط تهدیدکننده است، به طوری که فرد بتواند با تجارب درونی و بیرونی منفی و ناخوشایند خود مواجه شود و سازگاری و تعادل روان‌شناختی خود را حفظ کند (فناپی و همکاران، ۱۳۹۴). از سوی دیگر، راهبردهای تنظیم شناختی هیجان نقش موثری در ایجاد انگیزش درونی دارند و به این امر کمک می‌کنند. از آن جایی که راهبردهای تنظیم شناختی هیجان باعث می‌شود که کودکان به جستجوگری بپردازند، این امر موجب افزایش توجه و بهبود حافظه و انعطاف‌پذیری شناختی می‌شود. بنابراین دور از انتظار نیست که استفاده از راهبردهای تنظیم شناختی هیجان بتواند انعطاف‌پذیری شناختی دانش‌آموزان ناشنوا را افزایش دهد.

without stuttering disorders. *Journal of Fluency Disorders*, 57, 37-50.

Ferguson, M., & Henshaw, H. (2015). Auditory training can improve working memory, attention, and communication in adverse conditions for adults with hearing loss. *Frontiers in Psychology*, 6, 1-7.

Fu, X., & Zhang, J. (2017). The influence of strategy video game and its background music on cognitive control. *EC Psychology and Psychiatry*, 2(1), 15-25.

Grafe, L. A., Cornfeld, A., Luz, S., Valentino, R., & Bhatnagar, S. (2017). Orexins mediate sex differences in the stress response and in cognitive flexibility. *Biological Psychiatry*, 81(8), 683-692.

Gross, J. J., & Thompson, R. A. (2007). *Emotion regulation: Conceptual foundations*. In J. J. Gross (Ed.), *Handbook of Emotion Regulation*. Guilford Press.

Homer, B. D., Plass, J., Raffaele, C., Ober, T. M., & Ali, A. (2018). Improving high school students' executive functions through digital game play. *Administration, Leadership & Technology Applied Psychology*, 117, 50-58.

Landsberger, S. A., & Diaz, D. R. (2010). Inpatient psychiatric treatment of deaf adults: demographic and diagnostic comparisons with hearing inpatients. *Psychiatry Serve*, 61, 196-99.

Lawrence, B. J., Jayakody, D., Henshaw, H., Ferguson, M. A., Eikelboom, R. H., Loftus, A. M., & Friedland, P. L. (2018). Auditory and cognitive training for cognition in adults with hearing loss: A systematic review and meta-analysis. *Trends in hearing*, 22, 1-13.

Lawyer, G. (2018). Deaf education and deaf culture: Lessons from Latin America. *American Annals of the Deaf*, 162(5), 486-8.

Lin, C. S., Lin, Y. S., Liu, C. F., Weng, S. F., Lin, C., & Lin, B. S. (2016). Increased risk of sudden sensorineural hearing loss in patients with depressive disorders: population-based cohort study. *The Journal of Laryngology & Otology*, 130(1), 42-49.

Moynihn, J. A., Chapman, B. P., Klorman, R., Krasner, M. S., Duberstein, P. R., Brown, K. W., & et al. (2013). Mindfulness based stress reduction for

اثربخشی آموزش راهبردهای تنظیم شناختی هیجان بر انعطاف‌پذیری...
انعطاف‌پذیری روانشناختی افراد دارای اضافه وزن. *مجله روانشناسی و روانپزشکی شناخت*، ۲(۲)، ۲۸-۲۸.

کریمی، جهانگیر و تازیکی، طیبه (۱۳۹۵). اثربخشی برنامه آموزشی شناختی رفتاری بر رضامندی زوجیت و سلامت روان مادران دانش‌آموزان با آسیب شنوایی. *توانمندسازی کودکان استثنایی*، ۷(۲)، ۱۹-۲۹.

محمودی، فریده؛ عاشوری، محمد و انصاری شهیدی، مجتبی (۱۳۹۶). مقایسه حمایت اجتماعی ادراک شده، اضطراب و استرس مادران کودکان کاشت حلزونی، دارای سمک و شنوایی عادی. *توانمندسازی کودکان استثنایی*، ۸(۲)، ۱۵-۲۵.

مراذاده، فریبا و پیرخانی، علیرضا (۱۳۹۷). تاثیر آموزش پذیرش و تعهد بر انعطاف‌پذیری شناختی و شفقت خود کارکنان اداره بهزیستی شهر ورامین. *نشریه مدیریت ارتقای سلامت*، ۷(۳)، ۴۶-۵۱.

نوری‌زاده میرآبادی، مریم؛ خواستاری، سهیلا؛ شیرمردی، سارا؛ بامداد، سارا و خسروی فارسانی، آتوسا (۱۳۹۶). اثربخشی مداخله مبتنی بر تنظیم هیجان بر راهبردهای نظم دهی شناختی هیجانی و ناگوایی هیجانی در بیماران مبتلا به نارسایی عروق کرونر قلب. *پیشرفت‌های نوین در علوم رفتاری*، ۲(۱۰)، ۱-۱۳.

Adigun, O. T. (2017). Depression and individuals with hearing loss: A systematic review. *J Psychol Psychother*, 7, 323-330.

Balint, S., Bitter, I., & Czobor, P. (2015). Neurobiological correlates of cognitive flexibility in ADHD - A systematic review of the literature. *Psychiatr Hung*, 30(4), 363-371.

Castiglione, A., Benatti, A., Velardita, C., Favaro, D., Padoan, E., Severi, D., & et al. (2016). Aging, cognitive decline and hearing loss: Effects of auditory rehabilitation and training with hearing aids and cochlear implants on cognitive function and depression among older adults. *Audiol Neurootol*, 21, 21-28.

Dennis, J. P., & VanderWal, J. S. (2010). The cognitive flexibility inventory: Instrument development and estimates of reliability and validity. *Cognitive Therapy Research*, 34(3), 241-53.

Eichorn, N., Marton, K., & Pirutinsky, S. (2018). Cognitive flexibility in preschool children with and

population-based cross-sectional study. *Korean Journal of Family Medicine*, 38(2), 57-63.

Sosa, G. W., & Lagana, L. (2019). The effects of video game training on the cognitive functioning of older adults: A community-based randomized controlled trial. *Archives of Gerontology and Geriatrics*, 80, 20-30.

Wilamowska, Z. A., Thompson-Hollands, J., Fairholme, C. P., Ellard, K. K., Farchione, T. J., & Barlow, D. H. (2010). Conceptual background, development, and preliminary data from the unified protocol for trans diagnostic treatment of emotional disorders. *Depress Anxiety*, 27(10), 882-890.

older adults: effects on executive function, frontal alpha asymmetry and immune function. *Neuropsychobiology*, 68(1), 34-43.

Onen, A. S., & Kocak, C. (2015). The effect of cognitive flexibility on higher school students' study strategies. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 191, 2346-2350.

Schoorl, J., van Rijn, S., de Wied, M., Van Goozen, S., & Swaab H. (2016). Emotion regulation difficulties in boys with oppositional defiant disorder/conduct disorder and the relation with comorbid autism traits and attention deficit traits. *PLoS ONE*. 11(7), 323-330.

Shin, H. Y., & Hwang, H. J. (2017). Mental health of the people with hearing impairment in Korea: A

Effectiveness of Cognitive Emotion Regulation Strategies Training on Cognitive Flexibility in Deaf Students

Mohammad Ashori*¹

Azam Rashidi²

Abstract

Aim: The aim of the present research was to investigate of the effectiveness of cognitive emotion regulation strategies training on cognitive flexibility in deaf students. **Method:** This study was a quasi-experimental study with pre-test, post-test design and control group. The participants were 28 deaf students from Mir School in Isfahan City in 2019 academic year who were selected by convenient sampling method. Subjects were divided into experiment and control groups, each group consisting of 14 students who were assigned randomly. The experiment group participated in 8 sessions of cognitive emotion regulation strategies training (two times a week; each session lasted 50 minutes), while the control group did not. The tool used was Dennis & VanderWal's Cognitive Flexibility Inventory (2010). Univariate analysis of covariance was used by SPSS₂₄ for analyzing the data. **Results:** The results showed that cognitive emotion regulation strategies training had a significant effect on the cognitive flexibility of deaf students. **Conclusion:** Cognitive emotion regulation strategies training can increase cognitive flexibility of deaf students. Therefore, it is recommended that this program be used for improvement of cognitive flexibility in deaf students.

Keywords

Cognitive emotion regulation strategies, deaf students, cognitive flexibility

1. Corresponding author: Assistant Professor, Department of Psychology and Education of Children with Special Needs, Faculty of Education and Psychology, University of Isfahan, Isfahan, Iran m.ashori@edu.ui.ac.ir
2. M.A. in Psychology and Education of Children with Special Needs, Faculty of Education and Psychology, University of Isfahan, Isfahan, Iran