

## نقش صفات شخصیت و رشد شناختی در پیش‌بینی راهبردهای تنظیم هیجانی

محمد مهرداد صدر<sup>۱</sup>، غلامرضا چلبیانلو<sup>۲</sup>، رضا عبدی<sup>۳</sup>

تاریخ پذیرش: ۱۳۹۶/۰۲/۱۰

تاریخ وصول: ۱۳۹۵/۱۱/۲۷

### چکیده

پژوهش حاضر با هدف پیش‌بینی راهبردهای تنظیم هیجانی بر اساس عوامل شخصیت و مراحل رشد شناختی انجام گرفت. جامعه آماری پژوهش حاضر تمام دانشجویان دانشگاه حکیم سبزواری بودند. ۳۸۱ نفر (۱۹۲ زن، ۱۸۹ مرد) از دانشجویان با روش نمونه‌گیری تصادفی خوشه‌ای به‌عنوان شرکت‌کنندگان پژوهش انتخاب شدند و به پرسشنامه تنظیم هیجانی (ERQ)، فرم کوتاه پرسشنامه شخصیتی نئو (NEO-FFI) و پرسشنامه عقاید اصول اجتماعی (SPBI) پاسخ دادند؛ برای تجزیه و تحلیل داده‌ها از روش همبستگی و رگرسیون چندگانه همزمان استفاده شد. نتایج تحلیل همبستگی پژوهش نشان داد که بازارزیایی با برون‌گرایی، مردم‌آمیزی و وجدان، رابطه مثبت معنادار و سرکوب با روان‌رنجوری و تفکر محافظه‌کار رابطه مثبت و با برون‌گرایی، گشودگی، وجدان و تفکر دیالکتیکی رابطه منفی معنادار دارد. نتایج رگرسیون چندگانه نشان داد که عوامل وجدان، تفکر جمعی و تفکر قالبی توانستند به‌طور معنادار ۱۲ درصد واریانس نهایی بازارزیایی را تبیین و پیش‌بینی نمایند و همچنین عوامل برون‌گرایی، گشودگی و تفکر دیالکتیکی توانستند ۱۱ درصد واریانس نهایی سرکوب را به‌صورت معنادار تبیین و پیش‌بینی کنند. به‌طور کلی می‌توان اینگونه نتیجه گرفت که رشد شناختی افراد و ویژگی‌های شخصیتی آن‌ها در نحوه تنظیم هیجان‌ها توسط افراد نقش مهمی دارند.

واژگان کلیدی: تنظیم هیجانی، پنج بزرگ، رشد شناختی بزرگسالان، شخصیت

۱. دانشجوی دکتری روانشناسی دانشگاه علامه طباطبائی M.mehradsadr@gmail.com

۲. استادیار علوم اعصاب شناختی دانشگاه شهید مدنی آذربایجان (نویسنده مسؤل)

Chalabianloo\_f@yahoo.com

۳. استادیار روانشناسی دانشگاه شهید مدنی آذربایجان Rezaabdi55@gmail.com

## مقدمه

در نظریه داروین (۱۹۶۵؛ به نقل از ایزارد و آکرمن<sup>۱</sup>، ۲۰۰۴) ابراز هیجان‌ها که هیجان‌ها را از هم متمایز می‌کند، الگوهای حرکتی هستند که به کارکردهای انطباقی در خلال تکامل خدمت می‌کنند و از نظر او هیجان‌ها کارکردهای مفیدی باقی مانده‌اند که به انسان در سازگاری با محیط چه به صورت اجتماعی و چه از طریق تنظیم هیجان‌ها کمک می‌کنند. با این حال هیجان‌ها همیشه هم کمک‌کننده نیستند؛ گاهی اوقات صدمه‌زننده هستند؛ هیجان‌ها زمانی صدمه‌زننده هستند که از نوع اشتباهی باشند، یا در زمان نامناسبی اتفاق بیفتند و یا در سطح اشتباهی رخ دهند (لوکاس و دینر<sup>۲</sup>، ۲۰۰۸). برای جلوگیری از بروز یا برانگیخته شدن هیجان‌ها در نوع، زمان یا سطح نامناسب به منظور جلوگیری از صدمه‌های آن باید به تنظیم هیجان‌ها پرداخت. تنظیم هیجانی به معنای توانایی افراد در اثرگذاری بر نوع، زمان و چگونگی تجربه و ابراز هیجان و نیز تغییر طول مدت یا شدت فرآیندهای رفتاری، تجربی و بدنی هیجان است و به‌طور هشیار یا ناهشیار، از طریق به‌کارگیری راهبردهای تنظیم هیجانی، انجام می‌گیرد (گراس و تامپسون<sup>۳</sup>، ۲۰۰۷). با این حال وقتی هیجان‌ها دچار بدتنظیمی می‌شوند اختلالاتی را موجب می‌شوند؛ به همین دلیل تعداد زیادی از ملاک‌های تشخیصی مربوط به اختلالات روانی در حال حاضر به صراحت به مشکلات تنظیم هیجانی اشاره می‌کنند. برای مثال، ملاک "اجتناب پایدار از محرک مرتبط با تروما" در اختلال استرس پس از سانحه، "واکنش‌های عصبی سریع" در اختلال شخصیت پارانوئید، "مشکل کنترل تکانه" در سوء مصرف مواد، "ترس از چاق شدن" در بی‌اشتهایی روانی و "خلق بالا، نافذ و تحریک‌پذیر" در اختلال دو قطبی همگی اشاره به مشکل در تنظیم هیجانی دارند (ورنر<sup>۴</sup> و گراس، ۲۰۱۰). با در نظر گرفتن این مسأله اگر بتوان عوامل مؤثر بر تنظیم هیجان‌ها را مشخص نمود می‌توان از اختلالات روانی و صدمات مرتبط با آن‌ها جلوگیری کرد و بهزیستی روانی را تقویت نمود.

- 
1. Izard & Ackerman
  2. Lucas & Diener
  3. Gross & Thompson
  4. Werner

گراس (الف ۱۹۹۸) برای راهبردهای تنظیم هیجانی که به صورت روزمره مورد استفاده قرار می‌گیرند یک مدل ارائه می‌دهد که این مدل بین راهبردهای<sup>۱</sup> تنظیم هیجانی پیشنهادی-متمرکز<sup>۲</sup> و پاسخ-متمرکز<sup>۳</sup> تفاوت می‌گذارد. راهبردهای پیشنهادی-متمرکز به راهبردهایی اشاره دارد که پیش از آنکه گرایش‌های هیجانی به طور کامل فعال شوند و رفتار فرد و یا پاسخ فیزیولوژیکی جانبی او را تغییر دهند، اجرا می‌شوند. در عوض راهبردهای پاسخ-متمرکز به کارهایی اشاره دارد که یک فرد زمانی که هیجان در حال حاضر در جریان است برای تغییر آن انجام می‌دهد؛ یعنی بعد از اینکه هیجان تولید شد. گراس (ب ۱۹۹۸) بر روی دو فرآیند پایه باز ارزیابی و سرکوب تمرکز کرده است که این دو فرآیند پایه، دو نقطه‌ی اصلی در فرآیند تولید هیجان را که در آن‌ها هیجان‌ها قابل تنظیم‌اند را بازنمایی می‌کنند؛ باز ارزیابی پیش از تولید هیجان و سرکوب پس از تولید هیجان در جهت تنظیم هیجان مورد استفاده قرار می‌گیرند. باز ارزیابی یکی از اشکال تغییر شناختی است که توجه خاصی را به خود جلب کرده است و به تغییر ارزیابی یک فرد از یک موقعیت به منظور تغییر هیجان اشاره دارد (گراس و جان<sup>۴</sup>، ۲۰۰۲). مطالعات در زمینه باز ارزیابی بر کاهش هیجان منفی تمرکز کرده‌اند (گراس، ۲۰۰۸). این مطالعات نشان داده‌اند که باز ارزیابی به کاهش تجربه و ابراز هیجان منفی و همچنین کاهش پاسخ‌های خودکار زیستی منجر می‌شود (گراس، الف ۱۹۹۸). سرکوب یکی از اشکال به‌خوبی مورد تحقیق قرار گرفته تعدیل پاسخ است که به تلاش برای کاهش در رفتار ابراز هیجان جاری اشاره دارد (گراس، ۲۰۰۲). همانطور که انتظار می‌رود سرکوب، رفتار قابل مشاهده را کاهش می‌دهد؛ اما شایان ذکر است که سرکوب تجربه هیجان منفی را کاهش نمی‌دهد و حتی فعالیت سمپاتیک دستگاه قلبی-عروقی را افزایش می‌دهد (گراس، الف ۱۹۹۸). به طور کلی باز ارزیابان، هیجان مثبت بیشتر و هیجان منفی کمتری را تجربه و ابراز می‌کنند؛ این در حالی است که سرکوب‌کنندگان هیجان مثبت کمتری را تجربه و ابراز می‌کنند و در عین حال هیجان منفی بیشتری نیز تجربه می‌کنند. همچنین استفاده از باز ارزیابی با کارکرد

- 
1. strategy
  2. antecedent-focused
  3. response-focused
  4. John

بین فردی بهتر رابطه داشت در حالی که استفاده از سرکوب با کارکرد بین فردی بدتر به نسبت استفاده از باز ارزیابی رابطه داشت (گراس و جان، ۲۰۰۳).

گراس (۲۰۰۸) شواهدی را ارائه می‌کند که نشان می‌دهند اشخاص در استفاده از فرآیندهای تنظیم هیجانی متفاوت عمل می‌کنند که این تفاوت‌ها در تنظیم کردن هیجان‌ها مهم هستند؛ برای مثال تفاوت‌های فردی در فرآیندهای توجهی مرتبط با هیجان، بر روی نقش سوگیری توجه در بیماری‌های خلقی و اضطرابی تمرکز دارند و گاهی اوقات متغیرهای فردی مانند عزت نفس پایین، در نحوه تنظیم هیجان‌ها توسط فرد تأثیر می‌گذارند. در مطالعه دیگری معلوم شد که در افراد دارای اعتماد به نفس پایین، وقایع شدید زندگی احتمال ابتلا به افسردگی را دو برابر افزایش می‌دهد (برون<sup>۱</sup> و همکاران، ۱۹۸۶). یکی از بارزترین مظاهر تفاوت‌های شخصی صفات شخصیت هستند. در همین راستا دیدگاه ابعادی هیجان به تمرکز بر شباهت‌های ساختاری بین هیجان و شخصیت روی آورده است (میر و شاک<sup>۲</sup>، ۱۹۸۹). به‌طور خاص، دیدگاه‌های ابعادی یک نگاهت بین بعد هیجان منفی و روان رنجوری و بین هیجان مثبت و برون‌گرایی پیشنهاد می‌کند. این پیوندها در مطالعات متعددی نشان داده شده‌اند (ایمونز<sup>۳</sup> و دینر، ۱۹۸۵؛ تلگن<sup>۴</sup>، ۱۹۸۵؛ واتسون و کلارک<sup>۵</sup>، ۱۹۸۴؛ ۱۹۹۲؛ واتسون، وایز، ویدا<sup>۶</sup> و تلگن، ۱۹۹۹). مطالعات دیگری نیز نشان می‌دهند که برون‌گرایی و روان‌رنجوری که از عوامل شخصیتی پنج بزرگ هستند با تفاوت‌های عاطفی و پاسخ‌دهی محیطی مرتبط هستند (کر<sup>۷</sup>، ۲۰۰۸؛ روله<sup>۸</sup>، ۱۹۹۵). بر اساس نظریه پنج بزرگ شخصیت افراد در قالب پنج بعد قابل شناسایی است؛ این پنج بعد که در حال حاضر بیشترین استفاده در حوزه روانشناسی شخصیت را دارد شامل عوامل زیر می‌باشد: ۱- روان‌رنجوری ( $N^9$ ): گرایش به تجربه هیجان‌های منفی و فشار روانی در پاسخ به استرس؛ ۲- برون‌گرایی ( $E^{10}$ ): میزان اجتماعی‌بودن، هیجان‌پذیری مثبت و فعال بودن؛

1. Brown
2. Meyer & Shack
3. Emmons
4. Tellegen
5. Watson & Clark
6. Vaidya
7. Corr
8. Revelle
9. neuroticism
10. extraversion

۳- گشودگی به تجربه (O<sup>۱</sup>): سطح کنجکاوی، قضاوت مستقل و محافظه‌کار بودن؛ ۴- مردم آمیزی (A<sup>۲</sup>): گرایشات نوع دوستی، همدردی و همکاری؛ ۵- وجدان (C<sup>۳</sup>): سطح خودکنترلی فرد در برنامه‌ریزی و سازمان‌دهی (روسلینی و برون<sup>۴</sup>، ۲۰۱۱). نتایج مطالعات مختلفی حاکی از رابطه عوامل شخصیت با راهبردهای تنظیم هیجان است؛ برای مثال این مطالعات نشان داده‌اند که میان ابعاد برون‌گرایی، گشودگی به تجربه و وجدان با باز ارزیابی شناختی رابطه مثبت معنی‌دار وجود دارد که این نشان می‌دهد که باز ارزیابی با ویژگی‌های سالم و سازگار شخصیتی همبستگی دارد (گراس و جان، ۲۰۰۴؛ کابلو<sup>۵</sup> و همکاران، ۲۰۱۳). روان‌رنجورخویی با سرکوب بیشتر رابطه مثبت دارد (گروشام و گلون<sup>۶</sup>، ۲۰۱۲) که بیانگر این است که سرکوب بیانی با ویژگی‌های کمتر مثبت شخصیت رابطه دارد (کابلو و همکاران، ۲۰۱۳؛ گراس و جان، ۲۰۰۴). در مطالعه‌ای که در ایران بر روی رابطه عوامل شخصیت با مشکلات تنظیم هیجانی انجام شد، نتایج حاکی از رابطه مثبت دشواری در تنظیم هیجان با روان‌رنجوری و رابطه منفی آن با برون‌گرایی، مردم آمیزی و وجدان بود، همچنین نتایج نشان داد که روان‌رنجوری ۳۱/۴ درصد دشواری در تنظیم هیجان توسط افراد را پیش‌بینی می‌کند (عبدی، چلیانلو و مهرداد صدر، زیر چاپ).

باید اشاره کرد که هیجان‌ها فرآیندهای پیچیده چندمؤلفه‌ای هستند برای مثال همزمان هم پایه‌های زیست‌شناسی دارند و هم از لحاظ ساختاری، فرایندهایی اجتماعی هستند (گراس، ۲۰۰۸). برای مثال روانشناسان رشد مفاهیم در حال رشد تنظیم هیجانی کودکان و گنجایش کودکان برای تنظیم هیجانی را بررسی کرده‌اند (تروگت و استگ<sup>۷</sup>، ۱۹۹۵). تحقیقات روانشناسان رشد بر درک کودکان از توانایی‌های تنظیم هیجانی‌شان و همچنین فهم آن‌ها از این مسأله که باید در بسیاری موارد هیجان‌های خود را کنترل و تنظیم کنند تمرکز کرده‌اند (کول، زاهن-واکسلر و اسمیت<sup>۸</sup>، ۱۹۹۴؛ هریس<sup>۹</sup>، ۱۹۸۹؛ کوپ<sup>۱۰</sup>، ۱۹۹۸؛

1. openness to experience
2. agreeableness
3. conscientiousness
4. Rosellini & Brown
5. Cabello, Salguero, Fernández-Berrocá & Gross
6. Gresham & Gullone
7. Terwogt & Stegge
8. Cole, Zahn-Waxler & Smith
9. Harris
10. Copp

سامی<sup>۱</sup>، ۱۹۹۹). رشد شناختی اما در بزرگسالی نیز ادامه می‌یابد که پری (۱۹۷۰)؛ به نقل از جانسون<sup>۲</sup>، ۱۹۹۴) در مدل خود آن را در قالب تفکر فراصوری ارائه کرده است. ویلیام پری (۱۹۷۰)؛ به نقل از جانسون، ۱۹۹۴) در مطالعه کلاسیک سال ۱۹۷۰ که در دانشگاه هاروارد انجام داد یک طرحواره برای رشد شناختی بزرگسالان معرفی کرد که در آن پیشنهاد کرد رشد شناختی شامل ۹ وضعیت است که می‌تواند به سه موضع معرفت شناختی<sup>۳</sup> تقلیل یابد؛ این سه موضع که نگرش و عقاید افراد را در مورد مسائل و پدیده‌ها مشخص می‌کند شامل: ۱- دوگانه انگاری<sup>۴</sup>، ۲- کثرت گرایی<sup>۵</sup> و ۳- نسبیست گرایی<sup>۶</sup>، است.

کرامر و کالبو و گولدستون<sup>۷</sup> (۱۹۹۲) بر اساس کار پری مدل خود را توسعه دادند. سه موضوع مد نظر کرامر (۱۹۸۳) شامل: الف) آگاهی از طبیعت نسبی دانش ب) پذیرش تضادها<sup>۸</sup> و ج) یکپارچه‌سازی در یک کل دیالکتیکی<sup>۹</sup> است. بر همین اساس کرامر و همکاران (۱۹۹۲) سه نوع سبک تفکر را تعریف می‌کنند که شامل: ۱- تفکر مطلق<sup>۱۰</sup>، ۲- تفکر نسبیست گرا و ۳- تفکر دیالکتیکی است که در آن رشد شناختی بزرگسالان از تفکر مطلق به سمت تفکر دیالکتیکی پیشرفت می‌کند. در تفکر مطلق تضادها نادرست و ناخوشایند دیده می‌شوند که منجر به مفاهیم مطلق و دوگانه از درست و غلط، حقیقت و دروغ، ضعیف و قوی و غیره می‌شود؛ بنابراین تفکر به‌شدت خودمحمور<sup>۱۱</sup> است و مردم در صفات مشخصی گنجانده می‌شوند که قابل تغییر نیستند. در تفکر نسبیست گرا تمام دانش متأثر از زمینه<sup>۱۲</sup> اش دیده می‌شود و زمینه‌ها به‌طور مستمر تغییر می‌کنند، پیش بینی غیر ممکن است زیرا تمام مردم و رخدادها منحصر به فردند و به‌طور مستمر و از راه‌های نامنظم تغییر می‌کنند در نتیجه تضاد آشتی‌ناپذیر و ویژگی مرکزی ادراک است. در تفکر

- 
1. Saami
  2. Johnson
  3. Epistemological Stands
  4. dualism
  5. multiplism
  6. relativism
  7. Kramer, Kahlbaugh & Goldston,
  8. contradictions
  9. dialectical
  10. absolute thinking
  11. egocentric
  12. context

دیالکتیکی مانند نسیت‌گرایی، تمام پدیده‌ها در یک حرکت مستمر هستند و تضاد به‌عنوان یک ویژگی ذاتی تمام دانش‌ها دیده می‌شود؛ اما در یک سیستم دیالکتیکی تمام عناصر به صورت درونی با هم مرتبطند و بازتاب یک یکپارچگی زیربنایی هستند (کرامر و همکاران، ۱۹۹۲).

پژوهش‌ها نشان می‌دهند که اشخاص با معرفت‌شناسی دیالکتیکی بیشتر احتمال دارد تا تضادها در تجربیات هیجانی‌شان را قبول کنند (ویلیام و آکر، ۲۰۰۲؛ انگلیش و همکاران، ۲۰۰۷؛ به نقل از گوتز، اسپنسر-راجرز و پنگ<sup>۱</sup>، ۲۰۰۸). در مطالعه‌ای دیگر معلوم شد که کسانی که غیر دیالکتیکی فکر می‌کنند به تجربه بیشتر هیجان‌های مختلط (فرآیند تجربه‌ی بیشتر از یک هیجان به‌صورت همزمان در نتیجه یک رخداد) در یک رویداد مثبت به نسبت یک رویداد منفی تمایل دارند در حالی که کسانی که دیالکتیکی فکر می‌کنند هیجان‌های مختلط یکسانی را در هر دو رخدادهای منفی و مثبت تجربه می‌کنند (هو، فوک و باند<sup>۲</sup>، ۲۰۰۹). با وجود تحقیقات زیادی که بر روی رابطه رشد شناختی در کودکان با تنظیم هیجانی آن‌ها انجام شده است اما هیچ مطالعه‌ای به‌طور خاص به رابطه رشد شناختی بزرگسالان با تنظیم هیجانی نپرداخته است و به‌خصوص در ایران مطالعه‌ای که رشد شناختی فراصوری را مورد مطالعه قرار داده باشد پیدا نشد.

با توجه به اینکه با افزایش سن و در نتیجه افزایش تجربیات زندگی افراد انتظار می‌رود که رشد شناختی نیز افزایش یابد و در نتیجه نحوه تعامل با دیگران با توجه به خرد کسب شده سازگارانه‌تر گردد، اینکه تنظیم هیجانی سازگارانه با رشد شناختی همسو باشد دور از ذهن نیست. گراس و جان (۲۰۰۲) عنوان کرده‌اند که افزایش تجربه زندگی و خرد و توجه به هزینه و فایده نسبی شکل‌های مختلف تنظیم هیجانی می‌تواند تغییرات همراه با سن را پیش‌بینی کند. با توجه به اینکه باز ارزیابی، راهبردی سازگارانه و سرکوب، راهبردی ناسازگارانه در تنظیم هیجان‌هاست یافتن عوامل شخصیتی و مراحل رشد شناختی که بیشتر منجر به باز ارزیابی و کمتر منجر به سرکوب می‌شوند هدف این تحقیق است؛ در نتیجه این مطالعه به بررسی دو فرضیه می‌پردازد. یکی اینکه مراحل بالاتر رشد شناختی و بعد مثبت صفات شخصیت مانند برون‌گرایی باز ارزیابی را پیش‌بینی می‌کنند. و دیگری اینکه مراحل

1. Goetz, Spencer-Rodgers & Peng

2. Hui, Fok & Bond

پایین‌تر رشد شناختی و بعد منفی صفات شخصیت مانند روان‌رنجوری، سرکوب را پیش‌بینی می‌کنند.

## روش

این مطالعه از نوع توصیفی و همبستگی می‌باشد و برای گردآوری داده‌ها از پرسشنامه استفاده شد. پس از جمع‌آوری داده‌ها تحلیل‌های آماری به‌منظور بررسی فرضیه پژوهش بر روی داده‌های غربالگری‌شده انجام شد. از ضریب همبستگی پیرسون و رگرسیون چندگانه به‌منظور تحلیل داده‌ها بهره گرفته شد. نمونه پژوهش بر اساس جدول مورگان شامل ۳۸۱ نفر بود که به‌صورت تصادفی خوشه‌ای از میان جامعه ۷۷۰۰ نفری دانشجویان دانشگاه حکیم سبزواری انتخاب شدند. ابتدا به صورت تصادفی سه دانشکده ادبیات و علوم انسانی، فنی و مهندسی، جغرافیا و علوم محیطی به‌عنوان خوشه‌های مورد بررسی انتخاب شدند. در این دانشکده‌ها بر اساس برنامه کلاسی تعدادی کلاس به‌صورت تصادفی انتخاب شدند و با مراجعه به استاد مربوطه هماهنگی‌های لازم برای توزیع پرسشنامه میان دانشجویان کلاس انجام شد. تعداد ۸۰۰ پرسشنامه توزیع شد که ۵۶۳ مورد برگشت داده شد که در نهایت پس از حذف پرسشنامه‌های ناقص و غربالگری داده‌ها این تعداد به ۳۸۱ پرسشنامه کاهش یافت. از میان این تعداد ۱۹۲ (۵۰٫۴٪) مرد و ۱۸۹ (۴۹٫۶٪) زن بودند که ۳۴۱ (۸۹٫۵٪) نفر از آن‌ها مجرد و ۴۰ (۱۰٫۵٪) متأهل بودند و در مقاطع کارشناسی (۲۸۴ نفر، ۷۴٫۵٪)، کارشناسی ارشد (۹۳ نفر، ۲۴٫۴٪) و دکتری (۴ نفر، ۱٪) در حال تحصیل بودند. ابزارهای پژوهش شامل موارد ذیل بود:

**پرسشنامه تنظیم هیجانی (ERQ<sup>۱</sup>):** این پرسشنامه ۱۰ آیتمی توسط گراس و جان (۲۰۰۳) ساخته شده است که شامل دو خرده‌مقیاس باز ارزیابی شناختی و سرکوب بیانی است که به‌ترتیب با ۶ و ۴ سؤال سنجیده می‌شوند. آیتم‌ها روی یک مقیاس لیکرت ۷ درجه‌ای از ۱ (کاملاً مخالف) تا ۷ (کاملاً موافق) اندازه‌گیری می‌شوند. این پرسشنامه پایایی بسیار خوبی را نشان می‌دهد، آلفای کرونباخی که توسط گراس و جان (۲۰۰۳) برای آن اندازه‌گیری شد برای هر کدام از عوامل باز ارزیابی و سرکوب به‌ترتیب عبارت از ۰/۷۹ و ۰/۷۴ بودند. نسخه فارسی پرسشنامه تنظیم هیجانی توسط قاسم‌پور، ایل‌بیگی و

1. Emotion Regulation Questionnaire



حسن‌زاده (۱۳۹۱) هنجاریابی شد که نتایج در مطالعه آن‌ها بیانگر اعتبار مطلوب و همگنی پرسشنامه و خرده‌مقیاس‌های آن بود، ضرایب کرونباخ برای دو عامل باز ارزیابی و سرکوب به ترتیب عبارت از ۰/۷۸ و ۰/۶۰ بودند.

**پرسشنامه نئو (NEO-FFI<sup>۱</sup>):** فرم کوتاه NEO PI-R به نام پرسشنامه پنج عاملی نئو می‌باشد که توسط کاستا و مک کری<sup>۲</sup> (۱۹۹۲) ساخته شده است. NEO-FFI شامل ۶۰ آیتم است که هر ۱۲ آیتم یکی از ۵ عامل برون‌گرایی، مردم‌آمیزی، وجدان، روان‌رنجوری و گشودگی به تجربه را می‌سنجد و هر آیتم روی یک مقیاس لیکرت ۱ تا ۵ اندازه‌گیری می‌شود. فرم کوتاه با فرم بلند همبستگی ۰/۶۸ دارد و پایایی درونی خوبی نشان داده است (مک کری و کاستا، ۱۹۸۹). در تحقیقی که توسط مانگا، راموس و موران<sup>۳</sup> (۲۰۰۸) بروی ۱۱۳۶ آزمودنی اسپانیایی انجام شد نیز آلفای کرونباخ برای هرکدام از عوامل روان‌رنجوری، برون‌گرایی، گشودگی به تجربه، وجدان، مردم‌آمیزی به ترتیب عبارت بودند از ۰/۸۲، ۰/۸۱، ۰/۷۱، ۰/۷۶، ۰/۸۱، ۰/۸۱ که مقادیر خوبی برای پایایی می‌باشند. نتایج مطالعه‌ای که بر روی زوج‌های اصفهانی انجام شد نشان داد که NEO-FFI از پایایی و روایی قابل قبولی برخوردار است و آلفای کرونباخ عوامل روان‌رنجوری، برون‌گرایی، گشودگی به تجربه، وجدان و مردم‌آمیزی به ترتیب عبارت از ۰/۷۶، ۰/۶۳، ۰/۳۱، ۰/۴۸، ۰/۸۱ بودند (نیل‌فروشان و همکاران، ۱۳۹۰).

**پرسشنامه عقاید اصول اجتماعی (SPBI<sup>۴</sup>):** این پرسشنامه ۲۷ آیتمی توسط کرامر و همکاران (۱۹۹۲) برای سنجش رشد شناختی ساخته شد که در آن هر آیتم سه گزینه دارد و هر گزینه مربوط به یکی از خرده‌مقیاس‌های تفکر مطلق، تفکر نسبیّت‌گرا و تفکر دیالکتیکی است. آلفای کرونباخ برای خرده‌مقیاس‌های تفکر مطلق، تفکر نسبیّت‌گرا و تفکر دیالکتیکی در این نسخه‌ی ۲۷ آیتمی سه گزینه‌ای که در مجموع ۸۱ عبارت است به ترتیب ۰/۶۳، ۰/۸۳ و ۰/۸۴ به دست آمد. همچنین ضریب پایایی آزمون-باز آزمون برابر ۰/۷۷ به دست آمد که نشان‌دهنده پایایی ثبات درونی رضایت‌بخش است و شواهد روایی همگرا و افتراقی در رابطه با مصاحبه‌هایی که تفکر نسبیّت‌گرا و دیالکتیکی را

1. NEO Five Factor Inventory
2. Costa & McCrae
3. Manga, Ramos & Morán
4. Social Paradigm Belief Inventory

می‌سنجیدند، قابل قبول بود (کرامر و همکاران، ۱۹۹۲). کرامر و همکاران (۱۹۹۲) با حذف تعدادی از ۸۱ عبارت موجود در پرسشنامه سه گزینه‌ای اولیه، یک نسخه دیگر ۵۶ آیتمی که هر سؤال از آن بر روی یک مقیاس شش درجه‌ای لیکرت (از مخالفت زیاد تا موافقت زیاد) نمره‌گذاری می‌شود، نیز ارائه داده‌اند که تغییراتی نسبت به نسخه قبلی دارد و در آن تفکر مطلق به دو شکل تفکر قالبی و مکانیکی تقسیم شده است و عوامل جداگانه‌ای را تشکیل می‌دهند؛ اما هر دو از نوع تفکر مطلق می‌باشند. این پرسشنامه شامل ۴ خرده مقیاس تفکر قالبی، تفکر مکانیکی، تفکر نسبت‌گرا و تفکر دیالکتیکی است که هر کدام با ۱۴ سؤال سنجیده می‌شوند.

نتایج تحلیل عاملی نسخه فارسی در جامعه ایران ۶ عامل را نشان داد که شامل چهار عامل پرسشنامه اصلی با نام تفکر قالبی، تفکر مکانیکی، تفکر نسبت‌گرا و تفکر دیالکتیکی و دو عامل وابسته به فرهنگ با نام تفکر محافظه‌کار و تفکر جمعی است. تفکر محافظه‌کار شامل اعتقاد به ثبات افراد، عدم وجود ناهماهنگی در افراد و ارزش‌های مطلق است. تفکر جمعی شامل آیتم‌هایی است که با توجه به محتوای آن‌ها روحیه‌ای جمعی را نمایان می‌سازد و در تقابل با فردگرایی، نشان‌دهنده ترجیح منفعت جمعی به منفعت فردی است. آلفای کرونباخ کل مقیاس برابر ۰/۷ است و ضریب پایایی برای هر کدام از خرده‌مقیاس‌های تفکر محافظه‌کار، تفکر قالبی، تفکر جمعی، تفکر مکانیکی، تفکر نسبت‌گرا و تفکر دیالکتیکی به ترتیب ۰/۷۱، ۰/۵۵، ۰/۵۶، ۰/۵۹، ۰/۵۷، ۰/۵۴ می‌باشد (مهراد صدر، ۱۳۹۴).

## نتایج

جدول ۱. آماره‌های توصیفی متغیرهای پژوهش

	پسر		دختر	
	میانگین	انحراف معیار	میانگین	انحراف معیار
بازارزیایی	۲۷/۳۳	۷/۳۱	۲۷/۶۷	۶/۹۳
سرکوب	۱۴/۶۱	۵/۵۶	۱۲/۸۱	۵/۴۳
تفکر محافظه‌کار	۳۰/۱۶	۶/۷۴	۲۹/۰۶	۶/۶۱
تفکر جمعی	۲۴/۵۰	۴/۸۸	۲۴/۳۱	۴/۴۳
تفکر قالبی	۲۵/۹۶	۵/۵۶	۲۴/۳۸	۵/۹۹
تفکر مکانیکی	۱۹/۴۲	۴/۹۸	۱۹/۵۷	۴/۴۹

	دختر		پسر	
	انحراف معیار	میانگین	انحراف معیار	میانگین
تفکر نسبت گرا	۴/۵۰	۱۹/۵۷	۵/۱۰	۱۹/۶۱
تفکر دیالکتیکی	۴/۶۷	۱۷/۳۹	۴/۵۲	۱۶/۵۷
روان رنجوری	۷/۹۰	۲۵/۰۷	۷/۷۰	۲۴/۱۴
برون گرایی	۶/۸۷	۲۷/۶۰	۶/۷۹	۲۷/۵۴
گشودگی	۴/۹۷	۲۶/۳۰	۵/۵۰	۲۶/۱۸
مردم آمیزی	۴/۶۰	۲۷/۱۷	۵/۲۹	۲۶/۴۵
وجدان	۶/۹۸	۳۲/۱۹	۷/۱۵	۳۱/۳۸
پاسخ گری	۴/۴۸	۲۷/۶۴	۴/۷۴	۲۶/۳۸
غفلت	۲/۵۱	۷/۷۸	۳/۰۹	۸/۴۳
درخواست گری	۱/۷۷	۱۳/۷۳	۲/۰۱	۱۳/۷۶

برای بررسی الگوی ارتباطی بین ویژگی‌های شخصیت و مراحل رشد شناختی با راهبردهای تنظیم هیجانی از ضریب همبستگی پیرسون استفاده شد که نتایج در جدول ۲ و جدول ۳ نشان داده شده است.

جدول ۲. ماتریس ضرایب همبستگی بین مراحل رشد شناختی با راهبردهای تنظیم هیجانی

متغیر	بازارزیا بی	سرکوب	محافظه کار	جمع	قالبی	مکانیکی	نسبت گرا	دیالکتیکی
بازارزیایی	۱							
سرکوب	۰/۱۷**	۱						
محافظه کار	۰/۰۳	۰/۱۳*	۱					
جمع	۰/۱۹**	۰/۰۲	۰/۲۲**	۱				
قالبی	-۰/۰۷	۰/۰۵	۰/۴۶**	۰/۲**	۱			
مکانیکی	۰/۱*	۰/۰۵	۰/۳۳**	۰/۲**	۰/۲۱**	۱		
نسبت گرا	-۰/۰۶	-۰/۰۶	-۰/۳۳	-۰/۲۳**	-۰/۳۴**	-۰/۱۲*	۱	
دیالکتیکی	-۰/۰۵	-۰/۱۸**	-۰/۲۶**	-۰/۲۱**	-۰/۳۴**	-۰/۱۲*	۰/۳۷**	۱

نتایج جدول ۲ نشان می‌دهد که باز ارزیابی با تفکر جمعی و تفکر مکانیکی رابطه مثبت و معنادار دارد. همچنین سرکوب با تفکر محافظه‌کار رابطه‌ی مثبت و معنادار و با تفکر دیالکتیکی رابطه منفی معنادار نشان داد.

جدول ۳. ماتریس ضرایب همبستگی بین عوامل شخصیت با راهبردهای تنظیم هیجانی

بازارزیابی سرکوب روان رنجوری برون‌گرایی گشودگی مردم‌آمیزی وجدان					
بازارزیابی	۱				
سرکوب	۰/۱۷**	۱			
روان رنجوری	-۰/۰۵	۰/۱۳*	۱		
برون‌گرایی	۰/۱۸**	-۰/۲۳**	-۰/۴۶**	۱	
گشودگی	۰/۰۹	-۰/۱۷**	۰/۰۶	۰/۰۷	۱
مردم‌آمیزی	۰/۱۳*	-۰/۰۹	-۰/۳۴**	۰/۳۹**	۰/۰۲
وجدان	۰/۲۲**	-۰/۱۱*	-۰/۲۴**	۰/۳۸**	۰/۰۵

نتایج جدول ۳ نشان می‌دهد که باز ارزیابی با برون‌گرایی، مردم‌آمیزی و وجدان رابطه مثبت معنادار دارد. نتایج همچنین حاکی از رابطه منفی سرکوب با برون‌گرایی، گشودگی و وجدان است. برای بررسی نقش پیش‌بینی‌کنندگی ویژگی‌های شخصیتی و مراحل رشد شناختی در ارتباط با راهبردهای تنظیم هیجانی از روش رگرسیون چندگانه همزمان استفاده شد. نتایج مربوط به تحلیل در جداول شماره ۴ و ۵ نشان داده شده است.

جدول ۴. تحلیل رگرسیون برای پیش‌بینی راهبرد بازارزیابی از طریق ویژگی‌های شخصیت و مراحل

رشد شناختی

مدل	R	R <sup>2</sup>	R <sup>2</sup> تعدیل شده	F	Sig
۱	۰/۳۵	۰/۱۲	۰/۰۹	۴/۵۷	p < ۰/۰۱
ضرایب بتا و آزمون معناداری t برای متغیرهای پیش‌بین					
متغیر ملاک	متغیرهای پیش‌بین	B	STE	Beta	T
بازارزیابی	محافظه‌کار	۰/۰۶	۰/۰۶	۰/۰۵	۰/۹۱
	جمعی	۰/۲۱	۰/۰۸	۰/۱۴	۲/۶۴
	قالبی	-۰/۱۸	۰/۰۷	-۰/۱۴	-۲/۵۲
	مکانیکی	۰/۰۷	۰/۰۸	۰/۰۴	۰/۹۱

p>۰/۰۵	۰/۹	-۰/۰۵	۰/۰۸	-۰/۰۷	نسبیت گرا
p>۰/۰۵	-۱/۴۸	-۰/۰۸	۰/۰۹	۰/۱۳	دیالکتیکی
p>۰/۰۵	۰/۶۳	۰/۰۳	۰/۰۵	۰/۰۳	روان رنجوری
p>۰/۰۵	۱/۶۱	۰/۰۹	۰/۰۶	۰/۱	برون‌گرایی
p>۰/۰۵	۱/۶۴	۰/۰۸	۰/۰۷	۰/۱۱	گشودگی
p>۰/۰۵	۰/۶۹	۰/۰۳	۰/۰۸	۰/۰۶	مردم‌آمیزی
p<۰/۰۱	۳/۰۶	۰/۱۶	۰/۰۵	۰/۱۷	وجدان

نتایج جدول ۴ نشان می‌دهد که ویژگی‌های شخصیت و مراحل رشد شناختی حدود ۱۲ درصد از واریانس استفاده از راهبرد باز ارزیابی را پیش‌بینی می‌نمایند. در این میان تفکر جمعی با بتای ۰/۱۴ ( $t=۲/۶۴, p<۰/۰۱$ ) و عامل وجدان با بتای ۰/۱۶ ( $t=۳/۰۶, p<۰/۰۱$ ) به‌طور مثبت و تفکر قالبی با بتای ۰/۱۴ ( $t=-۲/۶۴, p<۰/۰۵$ ) به‌طور منفی؛ توانستند به‌طور معنادار استفاده از راهبرد باز ارزیابی را پیش‌بینی کنند.

جدول ۵. تحلیل رگرسیون برای پیش‌بینی راهبرد سرکوب از روی ویژگی‌های شخصیت و مراحل رشد شناختی

مدل	R	R <sup>2</sup>	تعدیل شده R <sup>2</sup>	F	Sig
۱	۰/۳۴	۰/۱۱	۰/۰۹	۴/۲۴	<۰/۰۱p
برای متغیرهای پیش‌بین‌اضرایب بتا و آزمون معناداری					
متغیر ملاک	متغیرهای پیش‌بین	B	STE	Beta	T
سرکوب	محافظه کار	۰/۰۷	۰/۰۵	۰/۰۹	۱/۴۵
	جمعی	۰/۰۰	۰/۰۶	۰/۰۰	۰/۰۲
	قالبی	-۰/۰۷	۰/۰۶	-۰/۰۷	-۱/۲۰
	مکانیکی	۰/۰۶	۰/۰۶	۰/۰۵	۰/۹۷
	نسبیت گرا	۰/۰۲	۰/۰۶	۰/۰۲	۰/۴۳
	دیالکتیکی	-۰/۱۸	۰/۰۷	-۰/۱۵	-۲/۶۴
	روان رنجوری	۰/۰۳	۰/۰۴	۰/۰۳	۰/۶۰
	برون‌گرایی	-۰/۱۸	۰/۰۵	-۰/۲۱	-۳/۵۹
	گشودگی	-۰/۱۴	۰/۰۵	-۰/۱۳	-۲/۶۰
	مردم‌آمیزی	۰/۰۳	۰/۰۶	۰/۰۳	۰/۵۲
	وجدان	۰/۰۰	۰/۰۴	۰/۰۰	۰/۰۶

نتایج جدول ۵ نشان می‌دهد که ویژگی‌های شخصیت و مراحل رشد شناختی حدود ۱۱ درصد از واریانس استفاده از راهبرد سرکوب را پیش‌بینی می‌نمایند. در این میان تفکر

دیالکتیکی با بتای ۰/۱۵ -  $(p < ۰/۰۱, t = -۲/۶۴)$ ، عامل برون‌گرایی با بتای ۰/۲۱ -  $(p < ۰/۰۱)$ ، عامل گشودگی با بتای ۰/۱۳ -  $(p < ۰/۰۱, t = -۲/۶)$  به‌طور منفی؛ توانستند به‌طور معنادار استفاده از راهبرد سرکوب را پیش‌بینی کنند.

### بحث و نتیجه‌گیری

هدف این مطالعه بررسی نقش عوامل شخصیت و رشد شناختی در پیش‌بینی راهبردهای تنظیم هیجانی باز ارزیابی و سرکوب بود. نتایج حاکی از رابطه مثبت باز ارزیابی با برون‌گرایی، مردم‌آمیزی و وجدان بود که با نتایج مطالعات قبلی هماهنگ است (گراس و جان، ۲۰۰۴؛ کابلو<sup>۱</sup> و همکاران، ۲۰۱۳) که مشابه این مطالعات نشان می‌دهد باز ارزیابی با ویژگی‌های سالم و سازگار شخصیتی همبستگی دارد. بر اساس نتایج، سرکوب نیز با روان‌رنجوری رابطه منفی دارد که با نتایج مطالعات قبلی هماهنگ است (گروشم و گلون<sup>۲</sup>، ۲۰۱۲) که بیانگر این است که سرکوب بیانی با ویژگی‌های کمتر مثبت شخصیت رابطه دارد (کابلو و همکاران، ۲۰۱۳؛ گراس و جان، ۲۰۰۴). همچنین هماهنگی با نتیجه مطالعه عبدی، چلبیانلو و مهرداد صدر (زیرچاپ) روان‌رنجوری با عدم دسترسی به راهبردهای سازگارانه رابطه دارد؛ به عبارتی استفاده از سرکوب نتیجه عدم دسترسی ذهنی فرد به راهبردهای سازگارانه‌تر جایگزین مانند باز ارزیابی است. سرکوب با برون‌گرایی، گشودگی و وجدان نیز رابطه منفی نشان داد که با نتایج مطالعات قبلی هماهنگ است (کابلو و همکاران، ۲۰۱۳؛ گراس و جان، ۲۰۰۴).

نتایج همچنین نشان داد که وجدان توانست به‌طور معنادار استفاده از باز ارزیابی را پیش‌بینی کند. تنظیم هیجانی شامل فرآیندهایی است که واکنش‌های هیجانی را به‌منظور رسیدن به یک هدف اصلاح می‌کند که می‌تواند در هر نقطه‌ای از فرآیند هیجان شامل انتخاب وضعیت، تغییر وضعیت و باز ارزیابی به‌منظور تعدیل واکنش‌های فیزیولوژیکی و رفتاری اتفاق بیفتد (گراس، ۱۹۹۸)؛ تنظیم هیجانی زمانی که تجربه هیجان توسط یک فرد، آزاردهنده است مانند زمانی که با کارایی یک فرد در حین آزمون تداخل می‌کند و یا هیجان مثبتی که باعث حواس‌پرتی می‌شوند مانند زمانی که فکر کردن در مورد مسافرت

1. Cabello  
2. Gresham & Gullone

آخر هفته مانع تمرکز کردن در کلاس می‌شود لازم است (ایچویچ و براکت<sup>۱</sup>، ۲۰۱۴)، که این موارد با تعریف وجدان مبنی بر تفکر قبل از عمل، تأخیر ارضا، پیروی از هنجار و قوانین، برنامه‌ریزی، سازمان‌دهی و اولویت‌بندی وظایف (جان و سریواستاوا<sup>۲</sup>، ۱۹۹۹) هماهنگ است.

نتایج حاکی از پیش‌بینی مثبت معنادار راهبرد تنظیم هیجانی باز ارزیابی توسط تفکر جمعی و پیش‌بینی منفی معنادار باز ارزیابی توسط تفکر قالبی است. با وجود اینکه متغیر تفکر جمعی تنها در مطالعه مهرداد صدر (۱۳۹۴) به‌عنوان یکی از موارد رشد شناختی در جامعه نمونه نمایان شده است اما با توجه به محتوای آیتم‌های آن مبنی بر حس مسئولیت جمعی و امید به تغییر از طریق همکاری به دیگران، ارتباط آن با بازارزیابی دور از ذهن نبود؛ زیرا روحیه جمعی نیاز به احساس پذیرش دیگران و حس کمک‌کنندگی دارد که چنین روحیه‌ای نیاز به باز ارزیابی دوباره وضعیت‌ها به‌عنوان وضعیت‌هایی که می‌توانند تغییر کنند دارد و چنین روحیه‌ای در آیتم‌های این عامل مشاهده می‌شود. در رابطه با پیش‌بینی منفی باز ارزیابی توسط تفکر قالبی باید عنوان کرد از آنجا که تفکر قالبی شامل ارزش‌گذاری مطلق رخدادها و پدیده‌ها بر اساس پیش‌فرض‌های ذهنی به رخدادها و پدیده‌های درست و غلط است؛ در نتیجه این تفکر انعطاف‌ناپذیر در فرد مانع تفکر دوباره در مورد موقعیت برای رسیدن به نتیجه یا تفسیری دیگر می‌شود و به‌عبارتی این نوع تفکر باز ارزیابی کمتر در این افراد را پیش‌بینی می‌کند.

با توجه به نتایج، برون‌گرایی و گشودگی توانستند به‌طور معنادار استفاده از سرکوب را پیش‌بینی کنند که این نتیجه با توجه به نتایج تحلیل همبستگی و تعاریف برون‌گرایی و گشودگی و همچنین ادبیات تحقیق قابل درک است. پیش‌بینی منفی سرکوب توسط برون‌گرایی با این مطلب که درون‌گرایان به نسبت برون‌گرایان بیشتر احتمال دارد هیجان‌هایشان را بازداری کنند (راجر و نجاریان<sup>۳</sup>، ۱۹۸۹) هماهنگ است. نمرات پایین در برون‌گرایی استفاده بیشتر از سرکوب را پیش‌بینی می‌کند که حداقل در کوتاه‌مدت باعث کاهش برانگیختگی می‌شود؛ اگرچه با توجه به احتمال احیای یک تفکر منفی در طولانی‌مدت و در پی آن افزایش شدت هیجانی، انتظار می‌رود که نمرات بالاتر در سرکوب نمرات

1. Ivcevic & Brackett
2. Srivastava
3. Roger & Najarian

پایین‌تر در بهزیستی و نمرات بالاتر در خلق منفی را پیش‌بینی کند (دونوهه<sup>۱</sup>، ۲۰۰۶)؛ همچنین برون‌گرایان کمتر احتمال دارد که از راهبردهای سرکوب استفاده کنند؛ بنابراین کمتر احتمال دارد که از تأثیرات مخربی که در استفاده از این راهبردها وجود دارد صدمه ببینند (شولمن<sup>۲</sup>، ۲۰۰۶). نتایج این مطالعه نشان‌دهنده پیش‌بینی منفی سرکوب توسط گشودگی است. گراس (۲۰۱۳) عنوان می‌کند که شواهدی تجربی برای پیش‌بینی منفی سرکوب توسط گشودگی یافته‌اند (برای مثال اشخاص گشوده هر دوی واقعیت هیجان‌هایشان و خودمختاری رفتاری‌شان را ارج می‌نهند). نتایج مطالعه با توجه به مطالعات مشابه نشان می‌دهد که افراد با نمرات بالا در گشودگی به جای سرکوب هیجان و احساساتشان آن‌ها را می‌پذیرند.

رابطه‌ی منفی معنادار تفکر دیالکتیکی با سرکوب با این مطلب هماهنگ است که شخص با بلوغ ذهنی و کسب تجربه در زندگی و مواجهه با ایده‌های نو یاد می‌گیرد که کمتر از راهبردهای تنظیم هیجانی کمتر سالم مانند سرکوب استفاده کند (جان و گراس، ۲۰۰۴). همچنین با توجه به اینکه تفکر دیالکتیکی در سنین بالاتر بزرگسالی در فرد نمایان می‌شود و حاصل تجربه و پذیرش ایده‌های متنوع است رابطه‌ی منفی آن با سرکوب با توجه به نظر جان و گراس (۲۰۰۴) مبنی بر احساس نیاز کمتر به سرکوب در اواخر بزرگسالی نسبت به اوایل بزرگسالی قابل توجه است. همچنین این مسأله که افراد مسن‌تر به نسبت افراد جوان‌تر تجربه هیجان منفی کمتری دارند (گراس<sup>۳</sup> و همکاران، ۱۹۹۷) با توجه به تجربه هیجان منفی بیشتر توسط سرکوب‌کنندگان هیجان (گراس و جان، ۲۰۰۳)، توجه دیگری در تأیید ارتباط منفی میان سرکوب و تفکر دیالکتیکی است؛ همچنین گراس و جان (۲۰۰۲) عنوان کرده‌اند که افزایش تجربه و خرد در افراد منجر به استفاده از باز ارزیابی به جای سرکوب می‌شود. نتایج همچنین هماهنگ با یافته‌های مطالعه‌ای است که نشان می‌دهد اشخاص با تفکر دیالکتیکی بیشتر تضاد در تجربیات هیجانی‌شان را می‌پذیرند (ویلیام و آکر، ۲۰۰۲؛ انگلیش و همکاران، ۲۰۰۷؛ به نقل از گوتز و همکاران، ۲۰۰۸). به این شکل که افراد با پذیرش تضادهای هیجانی چون وجود هیجان خاصی را خطرناک و ناموجه نمی‌دانند در نتیجه کمتر اقدام به سرکوب هیجان به نظر نامطلوب می‌کنند. همچنین

1. Donohue
2. Shulman
3. Carstensen



در مطالعه دیگری که هو و همکاران (۲۰۰۹) انجام دادند معلوم شد افراد با تفکر غیر دیالکتیکی در هنگام رخداد یک رویداد مثبت هیجان‌های مثبت متنوعی دارند که به‌طور همزمان آن‌ها را احساس می‌کنند؛ اما در مورد رخداد‌های منفی چنین چیزی کمتر وجود دارد در حالی که در افراد با تفکر دیالکتیکی هیجان‌های همزمان منفی و مثبت در هر دو رخداد منفی و مثبت به ترتیب به‌صورت یکسان تجربه می‌شوند؛ به عبارتی افراد با تفکر غیردیالکتیکی برخی از هیجان‌های منفی خود را هنگام تجربه یک رخداد منفی سرکوب می‌کنند که این با نتیجه مطالعه حاضر هماهنگ است. به‌طور کلی می‌توان نتیجه گرفت که افراد برون‌گراتر، گشوده‌تر به تجربه‌های جدید، با وجدان بالاتر، دارای تفکر جمعی و دارای تفکر دیالکتیکی به دلیل استفاده بهتر از راهبردها احتمالاً اختلالات هیجانی کمتری را شاهد خواهند بود و بالعکس. این نتایج، تلویحاتی برای سبب‌شناسی بر اساس صفات شخصیت دارد و همچنین پیشنهاد می‌شود با توجه به تأثیر رشد شناختی بر تنظیم هیجانی مؤثر، آموزش جهت تسریع رشد شناختی فراصوری در دستور کار دانشگاه‌ها از همان سال ورود به دانشگاه قرار گیرد، کمک به تسریع رشد شناختی فراصوری حتی می‌تواند پیش از دانشگاه در مدارس مورد توجه آموزش و پرورش قرار گیرد. با این حال به دلیل محدودیت‌هایی از جمله نمونه مطالعه که صرفاً دانشجویان را در بر می‌گرفت و استفاده از پرسشنامه و روش همبستگی باید نسبت به تعمیم نتایج احتیاط کرد. پیشنهاد می‌شود مطالعات آینده به‌صورت مقطعی یا طولی، به روش مصاحبه و با طیف متنوع‌تری از آزمودنی‌ها انجام گیرد.

## منابع

- عبدی، رضا؛ چلبیانلو، غلامرضا و مهرداد صدر، محمد. (زیرچاپ). الگوی ارتباطی ابعاد بهنجار شخصیت با مشکلات و بدتنظیمی هیجانی. روانشناسی بالینی و شخصیت - دانشور رفتار سابق.
- قاسم‌پور، عبدالله؛ ایل‌بیگی، رضا و حسن‌زاده، شهناز. (۱۳۹۱). خصوصیات روان‌سنجی پرسشنامه تنظیم هیجانی گراس و جان در یک نمونه ایرانی. مجموعه مقالات ششمین سمینار سراسری بهداشت روانی دانشجویان. ۷۲۴-۷۲۲.

مهرداد صدر، محمد. (۱۳۹۴). الگوی تعاملی بین ویژگی‌های شخصیتی و سبک‌های فرزندپروری ادراک شده در پیش بینی تنظیم هیجانی با واسطه‌گری رشد شناختی. پایان نامه. پایان نامه کارشناسی ارشد دانشگاه شهید مدنی آذربایجان، دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی، گروه روانشناسی.

نیلفروشان، پریسا؛ احمدی، سید احمد؛ فاتحی‌زاده، مریم؛ عابدی، محمد رضا و قاسمی، وحید. (۱۳۹۰). بررسی ساختار سلسله مراتبی شخصیت با استفاده از پرسشنامه پنج عاملی نشو. *مجله مطالعات روانشناختی*. (۲۹): ۱۳۰-۱۰۷.

- Barrett, L. F., & Salovey, P. (Eds.). (2002). *The wisdom in feeling: Psychological processes in emotional intelligence*. Guilford Press.
- Brown, G. W., Andrews, B., Harris, T., Adler, Z., & Bridge, L. (1986). Social support, self-esteem and depression. *Psychological medicine*, 16 (4), 813-831.
- Cabello, R., Salguero, J. M., Fernández-Berrocal, P., & Gross, J. J. (2013). A Spanish adaptation of the emotion regulation questionnaire. *European Journal of Psychological Assessment*.
- Campos, J. J., Frankel, C. B., & Camras, L. (2004). On the nature of emotion regulation. *Child development*, 75 (2), 377-394.
- Cole, P. M., Zahn-Waxler, C., & Smith, K. D. (1994). Expressive control during a disappointment: Variations related to preschoolers' behavior problems. *Developmental psychology*, 30 (6), 835.
- Copp, M. (1998). When emotion work is doomed to fail: Ideological and structural constraints on emotion management. *Symbolic interaction*, 21(3), 299-328.
- Corr, P. J. (Ed.). (2008). *The reinforcement sensitivity theory of personality*. Cambridge University Press.
- Costa Jr, P. T., & McCrae, R. R. (1992). Neo personality inventory-revised (neo-pi-r) and neo five-factor inventory (neo-ffi) professional manual. *Odessa, FL: Psychological Assessment Resources*.
- Donohue, T. L. (2006). *Is the Use and Effectiveness of Emotion Regulation Strategies Associated with Extraversion/introversion?*. ProQuest.
- Emmons, R. A., & Diener, E. (1985). Personality correlates of subjective well-being. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 11 (1), 89-97.
- Goetz, J. L., Spencer-Rodgers, J., & Peng, K. (2008). Dialectical Emotions-Chapter 22: How Cultural Epistemologies Influence the Experience and Regulation of Emotional Complexity.
- Gross, J. J. (1998). Antecedent-and response-focused emotion regulation: divergent consequences for experience, expression, and physiology. *Journal of personality and social psychology*, 74(1), 224.
- Gross, J. J. (1998). The emerging field of emotion regulation: An integrative review. *Review of general psychology*, 2 (3), 271.

- Gross, J. J., & John, O. P. (2002). Wise emotion regulation. In L. F. Barrett & P. Salovey (Eds.), *Emotions and social behavior. The wisdom in feeling: Psychological processes in emotional intelligence* (pp. 297-319). New York: Guilford Press.
- Gross, J. J., & John, O. P. (2003). Individual differences in two emotion regulation processes: implications for affect, relationships, and well-being. *Journal of personality and social psychology*, 85(2), 348.
- Gross, J. J., & Thompson, R. A. (2007). Emotion Regulation: Conceptual Foundations. In J. J. Gross (Ed.), *Handbook of emotion regulation* (pp. 3-24). New York: Guilford Press.
- Gross, J. J., Carstensen, L. L., Pasupathi, M., Tsai, J., Götestam Skorpen, C., & Hsu, A. Y. (1997). Emotion and aging: experience, expression, and control. *Psychology and aging*, 12 (4), 590.
- Harris, P. L. (1989). *Children and emotion: The development of psychological understanding*. Basil Blackwell.
- Hui, C. M., Fok, H. K., & Bond, M. H. (2009). Who feels more ambivalence? Linking dialectical thinking to mixed emotions. *Personality and Individual Differences*, 46(4), 493-498.
- Ivcevic, Z., & Brackett, M. (2014). Predicting school success: Comparing conscientiousness, grit, and emotion regulation ability. *Journal of Research in Personality*, 52, 29-36.
- Izard, C. E., & Ackerman, B. P. (2004). Motivational, Organizational, Regulatory Functions of Discrete Emotions. In M. Lewis, & j. M. Haviland-Jones, *Handbook of Emotion* (Second ed). New York London: The Guilford Press.
- John, O. P. (2008). Handbook of Personality: Theory and Research. (O.P. John, R.W. Robins, & L.A. Pervin, Eds.).
- John, O. P., & Gross, J. J. (2004). Healthy and unhealthy emotion regulation: Personality processes, individual differences, and life span development. *Journal of personality*, 72 (6), 1301-1334.
- John, O. P., & Srivastava, S. (1999). The Big Five trait taxonomy: History, measurement, and theoretical perspectives. *Handbook of personality: Theory and research*, 2 (1999), 102-138.
- Johnson, D. D. (2012). Dualistic, Multiplistic, and Relativistic Thinking as it Relates to a Psychology Major. *Honors Theses*, 202.
- Kramer, D. A. (1983). Post-formal operations? A need for further conceptualization. *Human Development*, 26(2), 91-105.
- Kramer, D. A., Kahlbaugh, P. E., & Goldston, R. B. (1992). A measure of paradigm beliefs about the social world. *Journal of Gerontology*, 47(3), P180-P189.
- Kring, A. M., & Sloan, D. M. (Eds.). (2009). *Emotion regulation and psychopathology: A transdiagnostic approach to etiology and treatment*. Guilford Press.

- Lucas, R. E., & Diener, E. (2008). Subjective Well-Being. In M. Lewis, J. M. Haviland-Jonse, & F. L. Barrett, *Handbook of Emotions* (Third ed). London: The Guilford Press.
- Manga, D., Ramos, F., & Morán, C. (2004). The Spanish norms of the NEO Five-Factor Inventory: New data and analyses for its improvement. *International Journal of Psychology and Psychological Therapy*, 4 (3).
- McCrae, R. R., & Costa Jr, P. T. (1989). Rotation to maximize the construct validity of factors in the NEO Personality Inventory. *Multivariate Behavioral Research*, 24 (1), 107-124.
- Meyer, G. J., & Shack, J. R. (1989). Structural convergence of mood and personality: Evidence for old and new directions. *Journal of personality and social psychology*, 57 (4), 691.
- Revelle, W. (1995). Personality processes. *Annual review of psychology*, 46(1), 295-328.
- Revelle, W., & Scherer, K. R. (2010). Personality and emotion. In the Oxford Companion to the Affective Sciences.
- Roger, D., & Najarian, B. (1989). The construction and validation of a new scale for measuring emotion control. *Personality and individual differences*, 10 (8), 845-853.
- Rosellini, A. J., & Brown, T. A. (2011). The NEO Five-Factor Inventory: Latent structure and relationships with dimensions of anxiety and depressive disorders in a large clinical sample. *Assessment*, 18(1), 27-38.
- Saami, C. (1999). The development of emotional competence. New York. Guilford Press. Salovey, P., & Mayer, JD (1990). Emotional intelligence. *Imagination, Cognition, and Personality*, 9, 185-211.
- Shulman, T. E. (2006). *Individual Differences in Cognitive Performance: An Affect Regulatory Approach*. ProQuest.
- Tellegen, A. (1985). Structures of mood and personality and their relevance to assessing anxiety, with an emphasis on self-report. In A. H. Tuma & J. D. Maser (Eds.), *Anxiety and the anxiety disorders* (pp. 681-706). Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum Associates.
- Terwogt, M. M., & Stegge, H. (1995). Children's understanding of the strategic control of negative emotions. In *Everyday conceptions of emotion* (pp. 373-390). Springer Netherlands.
- Watson, D., & Clark, L. A. (1984). Negative affectivity: the disposition to experience aversive emotional states. *Psychological bulletin*, 96 (3), 465.
- Watson, D., & Clark, L. A. (1992). Affects separable and inseparable: On the hierarchical arrangement of the negative affects. *Journal of personality and social psychology*, 62 (3), 489.
- Watson, D., Wiese, D., Vaidya, J., & Tellegen, A. (1999). The two general activation systems of affect: Structural findings, evolutionary considerations, and psychobiological evidence. *Journal of personality and social psychology*, 76 (5), 820.