

تحلیل تمایزی نشخوارگری، نگرانی آسیب‌شناختی و راهبردهای نظم‌جویی شناختی هیجان بر اساس سطوح عاطفی مثبت و منفی

سهراب امیری^۱، اسفندیار آزاد مرزآبادی^۲، مرضیه نصیری^۳
و مهسا قاسمی قشلاق^۴

عاطفه، به خلق و احساسات ذهنی افراد اشاره دارد که به صورت عاطفه ی مثبت یا منفی تجربه می‌شود. هدف پژوهش حاضر، بررسی میزان نگرانی آسیب‌شناختی، نشخوارگری و همچنین راهبردهای نظم‌جویی شناختی هیجان در سطوح عاطفی مثبت و منفی بود. بدین منظور، ابتدا ۲۸۷ نفر از دانشجویان پسر و دختر دانشگاه ارومیه از طریق نمونه‌گیری خوشه‌ای چند مرحله‌ای از دانشکده‌های مختلف انتخاب شدند و پس از تحلیل نتایج اولیه تعداد ۷۴ نفر از آنان بر اساس نمرات انتهایی توزیع (Z استاندارد) در مقیاس عاطفه ی مثبت و منفی جدا شدند و در نهایت به منظور آزمون فرضیه‌های پژوهش، شرکت‌کنندگان جهت سنجش نگرانی آسیب‌شناختی، نشخوارگری و راهبردهای نظم‌جویی شناختی هیجان مورد مطالعه قرار گرفتند. داده‌ها پس از جمع‌آوری با استفاده از آزمون تحلیل واریانس چند متغیره واریانس تک متغیره و آزمون‌های تعقیبی تحلیل شدند. نتایج نشان داد که نگرانی آسیب‌شناختی و نشخوارگری با سطوح عاطفه ی منفی بالا و عاطفه ی مثبت پایین مرتبط هستند، از سویی نتایج نشان داد که افراد با عاطفه ی منفی بالا (HNA) در راهبردهای تنظیم هیجانی منفی نمرات بالاتری داشتند و گروه عاطفه ی مثبت بالا (HPA) در راهبردهای تنظیم هیجانی مثبت نمرات بالاتری به دست آوردند. به نظر می‌رسد ابعاد عاطفه ی مثبت و منفی از طریق میانجی‌گری نگرانی آسیب‌شناختی، نشخوارگری و همچنین راهبردهای نظم‌جویی شناختی هیجان به عوامل مستعد کننده ی آسیب‌شناسی روانی هستند.

واژه‌های کلیدی: نگرانی، نشخوارگری، عاطفه ی مثبت و منفی، تنظیم هیجان

مقدمه

عاطفه، به خلق و احساسات ذهنی افراد اشاره دارد که به صورت عاطفه ی مثبت یا منفی تجربه می‌شود (دنولت و دواریس، ۲۰۰۶). عاطفه ی منفی، بدین معنا است که شخص تا چه میزان احساس

۱. دپارتمان روان‌شناسی، دانشگاه ارومیه. ارومیه. ایران (نویسنده ی مسوول) amirysohrab@yahoo.com

۲. دپارتمان روان‌شناسی، مرکز تحقیقات علوم رفتاری بقیه اله. تهران. ایران.

۳. دپارتمان روان‌شناسی، دانشگاه ارومیه. ارومیه. ایران.

۴. دپارتمان روان‌شناسی، دانشگاه ارومیه. ارومیه. ایران.

ناخوشبختی و ناخوشایندی می‌کند؛ عاطفه ی منفی همچنین بیانگر تجربه ی درونی ناخوشایند است، یک بعد عمومی از یاس درونی و عدم اشتغال به کار لذت بخش است که به دنبال آن حالت‌های خلقی اجتنابی از قبیل خشم، غم، تنفر، حقارت، احساس گناه، ترس و عصبانیت پدید می‌آید. هنگامی که عاطفه ی منفی افراد بالاست، معمولاً احساس مثبت آن‌ها پایین است و احساس می‌کنند خموده و خسته، ناخشنود، عصبی و تحریک‌پذیر هستند در حالی که وقتی عاطفه ی منفی افراد پایین است آرام و آرمیده هستند (واتسون و کلارک، ۱۹۹۷). نشخوارگری، به توجه متمرکز مکرر بر نگرانی‌های شخصی و اهداف حل نشده (سگرسون، ستون، آلدن و شورترید، ۲۰۰۳)، هیجان‌های منفی، علل و پیامدهای هیجان‌های منفی اشاره دارد (داویس و نولن-هواکسما، ۲۰۰۰). سازه ی نشخوار، شباهت‌های بسیاری با نگرانی دارد (فرسکو، فرانکل، منن، تورک و هیمبرگ، ۲۰۰۲) و مطالعات بسیاری رابطه ی نشخوار و نگرانی را نشان داده‌است (سگرسون و همکاران، ۲۰۰۳؛ فرسکو و همکاران، ۲۰۰۲). بر این اساس، در حالی که نگرانی، فرایند شناختی زیربنایی اختلال اضطراب فراگیر است (انجمن روان‌پزشکی آمریکا، ۲۰۱۳)، نشخوارگری ممکن است فرایند شناختی اولیه در هر دو اختلال افسردگی اساسی و اختلال اضطراب فراگیر باشد (نولن-هواکسما، ۲۰۰۰).

راهبردهای نظم‌جویی شناختی هیجان می‌تواند به عنوان راهبردهای هشیارانه ی ذهنی توصیف شود که افراد برای مقابله با شرایط و اطلاعات برانگیزنده ی هیجانی استفاده می‌کنند (گارفنسکی، کراج و اسپینهنون، ۲۰۰۱) در حالی که واکنش به استرس به صورت خود سرزنی، نشخوارگری، فاجعه سازی و ملامت دیگران نشان داده شده است که با مشکلات هیجانی بیشتر مرتبط است، پاسخ‌های مانند ارزیابی مجدد مثبت با مشکلات اندک در افراد ارتباط دارد (گارفنسکی، بون و کراج، ۲۰۰۳؛ گارفنسکی و کراج، ۲۰۰۶؛ گارفنسکی و همکاران، ۲۰۰۱؛ گارفنسکی، لگرسیتی، کراج، وان در کومر و تیردز، ۲۰۰۲؛ جرمن، وان درلیدن، دی‌کمانت و زیماستین، ۲۰۰۶؛ مارتین و دهلن، ۲۰۰۵). بنابراین، تفاوت‌های فردی مهمی در شیوه‌هایی که افراد هیجان‌ها را تنظیم می‌کنند، وجود دارد و برخی شیوه‌های تنظیم هیجانی، ممکن است در برخی از انواع آسیب‌شناسی‌های روانی متداول‌تر باشد (گروس و مونیوز، ۱۹۹۵؛ کرینگ، ۲۰۰۱). اگر چه فرایند تنظیم هیجان در افراد دارای اختلال و سایر افراد یکسان است اما، به نظر می‌رسد افرادی که از برخی اشکال آسیب‌شناسی رنج می‌برند در برخی یا بیشتر راهبردهای تنظیم هیجان دچار اختلال باشند (کرینگ، ۲۰۰۱). راهبردهای نظم‌جویی شناختی هیجان، پاسخ‌های شناختی به رویدادهای فراخوانده شده ی هیجان هستند که تلاش آگاهانه یا ناآگاهانه ی افراد برای تغییر شدت یا نوع تجارب هیجانی و یا رویدادهای زندگی‌شان است (هاروی،

واتیکس، مانسل و شارفان، ۲۰۰۴؛ راتنبرگ و گروس، ۲۰۰۷؛ ویلیام و بارق، ۲۰۰۷). یافته‌های اخیر نشان داده است که راهبردهای نظم‌جویی شناختی منفی هیجان مانند سرزنش کردن خود نشخوارگری و فاجعه سازی، رابطه ی مثبت با شاخص‌هایی از مشکلات هیجانی دارد (گارفنسکی و همکاران، ۲۰۰۱، ۲۰۰۲؛ گارفنسکی و کراج، ۲۰۰۶؛ کراج و همکاران، ۲۰۰۲). در مقابل راهبردهای شناختی مثبت هیجانی شامل پذیرش، تمرکز مثبت و تمرکز روی برنامه برای بهزیستی و عملکرد موفقیت آمیز و ایجاد رفتار سازگار به دنبال حوادث مخرب زندگی مهم هستند (وانگ، یی، هی، چن، لی، یانگ و همکاران، ۲۰۱۴). از طرفی، نگرانی یک ویژگی شناختی اضطراب است و به عنوان یک زنجیره از افکار و تصاویر و عواطف منفی زیاد و نسبتاً غیر قابل کنترل شرح داده شده است (بورکوک، روبینسون، پروزسکی و دپری، ۱۹۸۳). نشخوارگری به عنوان سبک شناختی در اصل توسط نولن-هوکیما به عنوان تمایلی برای تمرکز مکرر به علایم پریشانی و علت‌های احتمالی بدون درگیر شدن در اقدامات حل مساله تعریف شده است (نولن-هوکیما، ۱۹۹۱؛ واتکینس، ۲۰۰۸).

با توجه به آنچه گفته شد، هدف پژوهش حاضر ارزیابی ابعاد نگرانی آسیب‌شناختی، نشخوارگری و راهبردهای نظم‌جویی شناختی هیجان با توجه به چهار سطح عاطفه ی مثبت و منفی بالا و پایین در نمونه جمعیتی بهنجار بود.

روش

پژوهش حاضر، یک پژوهش توصیفی از نوع پس رویدادی بود. جامعه ی آماری شامل دانشجویان دانشگاه ارومیه در سال تحصیلی ۹۵-۹۴ بود که از این جامعه، ۲۸۷ نفر به صورت نمونه گیری خوشه-ای چند مرحله‌ای از بین دانشکده‌ها و دانشجویان (روزانه، شبانه و نیمه حضوری) انتخاب شدند. پس از تحلیل نتایج اولیه و حذف موارد پرت، ۷۴ نفر از نمونه ی اولیه با توجه به نمرات انتهایی توزیع شرکت‌کننده‌ها در فهرست عواطف مثبت و منفی^۱ (PANAS) و با در نظر داشتن ملاک‌های ورودی سلامت جسمی و روانی، رضایت آگاهانه، در چهار گروه عاطفه ی مثبت بالا، عاطفه ی مثبت پایین عاطفه ی منفی بالا، عاطفه ی منفی پایین کاربردی شدند. آزمودنی‌ها با پرسش‌نامه ی نظم‌جویی شناختی هیجان^۲ (CERQ)، پرسش‌نامه ی نگرانی پن استیت^۳ (PSWQ) و مقیاس پاسخ‌های نشخوارگری^۴ (RRS) مورد آزمون قرار گرفتند.

1. positive and negative affect schedule

2. Cognitive Emotion Regulation Questionnaire (CERQ)

3. The Penn State Worry Questionnaire

4. Ruminative Response Scale

فهرست عواطف مثبت و منفی (واتسون، کلارک و تلگن، ۱۹۸۸)، ابزاری است متشکل از ۱۰ عاطفه مثبت و ۱۰ عاطفه منفی. فهرست عواطف مثبت و منفی، بر حسب دستورالعمل اجرایی تعیین شده برای شرکت کننده، عواطف مثبت و منفی را به دو صورت صفت و/ یا حالت می‌سنجد. ضرایب آلفای کرونباخ برای پرسش‌های عاطفه ی مثبت از ۰/۸۶ تا ۰/۹۰ و برای عاطفه ی منفی از ۰/۸۴ تا ۰/۸۷ گزارش شده و پایایی باز آزمایشی فهرست عواطف مثبت و منفی در یک دوره ی دو ماهه برای عاطفه ی مثبت ۰/۶۸ و برای عاطفه ی منفی ۰/۷۱ محاسبه شده است (واتسون و همکاران، ۱۹۸۸). نتایج به دست آمده در پژوهشی که بخشی‌پور و دژکام (۱۳۸۴) در مورد یک نمونه دانشجویی مبتلا به اختلال-های افسردگی و اضطرابی انجام دادند، ساختار دو عاملی فهرست عواطف مثبت و منفی را تایید کرد و ضرایب آلفای کرونباخ برای هر دو خرده مقیاس ۰/۸۷ محاسبه شد.

پرسش‌نامه ی نظم جویی شناختی هیجان توسط گارنفسکی و همکاران (۲۰۰۱)، تدوین شده و یک پرسش‌نامه ی چند بعدی جهت شناسایی راهبردهای مقابله‌ای شناختی افراد پس از تجربه کردن وقایع یا موقعیت‌های منفی است. این پرسش‌نامه، افکار فرد را پس از مواجهه با یک تجربه ی منفی یا وقایع آسیب‌زا ارزیابی می‌کند. فرم کوتاه شده این پرسش‌نامه یک ابزار خود گزارشی است و دارای ۱۸ ماده است. اجرای این پرسش‌نامه خیلی آسان است و برای افراد ۱۲ سال به بالا (هم افراد بهنجار و هم جمعیت‌های بالینی) قابل استفاده است. پرسش‌نامه ی نظم جویی هیجان دارای پایه ی تجربی و نظری محکمی بوده و از ۹ خرده مقیاس تشکیل شده است. دامنه ی نمرات مقیاس از ۱ (تقریباً هرگز) تا ۵ (تقریباً همیشه) است. هر خرده مقیاس شامل ۲ ماده است، نمره ی کل هر یک از خرده مقیاس‌ها از طریق جمع کردن نمره ی ماده‌ها به دست می‌آید. نمرات بالا در هر خرده مقیاس بیانگر میزان استفاده بیشتر از راهبرد مذکور در مقابله و مواجهه با وقایع استرس‌زا و منفی است (گارنفسکی و همکاران، ۲۰۰۱). اعتبار و پایایی این پرسش‌نامه در ایران تایید شده است (حسنی، ۲۰۱۱).

پرسش‌نامه ی نگرانی پن استیت (PSWQ)، یک پرسش‌نامه ی ۱۶ آیتمی و افراط (زیادی)، دوام و غیر قابل کنترل بودن نگرانی را می‌سنجد. پژوهش‌ها اعتبار و پایایی این پرسش‌نامه را تایید کرده اند (وان در هایدن، موریس، بوس و وان در مولن، ۲۰۱۰). در ایران، مفرد، عاطف وحید و بیا زاده (۲۰۰۲) اعتبار آزمون را به روش باز آزمایشی در دو گروه بیمار و بهنجار ۰/۸۸ و ۰/۸۵ به دست آورده است. در پژوهش حاضر ضریب آلفای کرونباخ این پرسش‌نامه برابر با ۰/۷۷ به دست آمد.

مقیاس پاسخ‌های نشخوارگری (RRS)، به عنوان یکی از زیر مقیاس‌های سبک‌های پاسخ‌دهی (نولن-هوکسما و مارو، ۱۹۹۱)، از ۲۲ سوال تشکیل شده است و پاسخ‌های نشخوارگری را اندازه‌گیری می‌-

کند. این پرسشنامه توسط باقری نژاد، صالحی فدردی و طباطبایی به فارسی ترجمه شده است و اعتبار آن در نمونه ی ارانی تایید شده است (باقری نژاد و همکاران، ۲۰۱۰). در پژوهش حاضر ضریب آلفای کرونباخ برای مقیاس پاسخ‌های نشخوارگری برابر ۰/۷۴ به دست آمد. داده‌های با استفاده از آزمون تحلیل واریانس چند متغیره، واریانس تک متغیره و آزمون‌های تعقیبی تحلیل شدند. ابتدا پیش‌فرض‌های مهم این آزمون بررسی شد و نتیجه ی آزمون M باکس نشان داد که مفروضه ی یکسانی ماتریس واریانس-کواریانس متغیرهای وابسته برقرار است؛ همچنین نتایج آزمون برابری واریانس با استفاده از آزمون لون و توزیع طبیعی از طریق آزمون کولموگروف-اسمیرنوف مورد بررسی قرار گرفت و نتایج حاکی از برقرار بودن این پیش فرض‌ها بود. داده ها با هجدهمین ویرایش نرم افزار SPSS تحلیل شد.

یافته‌ها

در جدول ۱، مولفه های توصیفی متغیرهای پژوهش در چهار گروه ارایه شده است.

جدول ۱. شاخص‌های توصیفی سن، نگرانی آسیب‌شناختی، نشخوارگری

و تنظیم هیجان در چهار گروه

عاطفه مثبت بالا (sd) M	عاطفه منفی بالا (sd) M	عاطفه مثبت پایین (sd) M	عاطفه منفی پایین (sd) M	
۲۲/۳۱ (۲/۴۲)	۲۲/۳۳ (۲/۸۹)	۲۴/۴۳ (۳/۳۸)	۲۲/۱۴ (۳/۹۱)	سن
۵/۶۸ (۲/۰۵)	۶/۵۰ (۲۴/۲)	۶/۵۶ (۱/۸۲)	۵/۶۰ (۲/۱۶)	ملاحت خویش
۵/۷۳ (۲/۰۲)	۶/۰۴ (۲/۱۱)	۵/۷۵ (۱/۹۴)	۴/۶۶ (۲/۰۲)	پذیرش
۵/۹۴ (۱/۳۱)	۷/۵۰ (۱/۶۶)	۵/۸۱ (۲/۰۴)	۵/۵۳ (۲/۲۶)	نشخوارگری
۶/۵۷ (۲/۱۹)	۴/۶۶ (۱/۴۹)	۶/۹۳ (۲/۲۶)	۶/۴۶ (۱/۸۸)	تمرکز مجدد مثبت
۸/۰۵ (۲/۰۶)	۶/۱۶ (۱/۹۴)	۷/۰۶ (۲/۲۰)	۷/۵۳ (۲/۰۹)	تمرکز مجدد بر برنامه‌ریزی
۷/۴۷ (۲/۳۴)	۵/۸۳ (۱/۸۰)	۷/۴۳ (۲/۰۶)	۷/۶۰ (۱/۶۸)	ارزیابی مجدد مثبت
۷/۱۵ (۱/۷۴)	۶/۰۴ (۱/۷۸)	۶/۵۰ (۱/۸۲)	۶/۱۶ (۱/۵۹)	دیدگاه‌گیری
۴/۲۱ (۱/۶۵)	۶/۳۷ (۲/۲۶)	۵/۶۲ (۲/۵۲)	۵/۱۳ (۱/۹۹)	فاجعه سازی
۳/۴۷ (۱/۳۰)	۴/۲۵ (۱/۹۳)	۴/۵۰ (۱/۹۳)	۴/۴۰ (۱/۹۱)	ملاحت دیگران
۳۷/۳۶ (۶/۴۸)	۵۹/۸۳ (۹/۱۰)	۵۰/۰۰ (۶/۱۹)	۳۵/۰۰ (۵/۵۰)	نگرانی
۴۸/۱۵ (۱۰/۹۹)	۶۲/۵۰ (۱۰/۳۶)	۵۹/۳۱ (۸/۶۵)	۴۳/۹۳ (۱۲/۷۹)	نشخوارگری

به منظور مقایسه ی چهار گروه در ابعاد تنظیم هیجان، نگرانی و نشخوارگری از تحلیل واریانس چندمتغیری استفاده شد. یافته ها نشان داد که حداقل در یکی از ابعاد تنظیم هیجان، نگرانی و نشخوارگری بین چهار گروه عاطفه، تفاوت معنادار وجود دارد ($F=3/40$; $P> 0/001$). با توجه معنادار بودن اثرات گروهی، برای اینکه مشخص شود این تفاوت ها در کدام گروه ها و کدام سطح از متغیرها قرار دارد از آزمون تحلیل واریانس یک طرفه و آزمون های تعقیبی شفه استفاده شد (جدول ۴).

جدول ۲. خلاصه ی نتایج تحلیل واریانس یک راه چهار گروه آزمودنی در ابعاد تنظیم هیجان،

نگرانی و نشخوارگری

Eta	Sig.	F	df	MS	SS		
۰/۰۴	۰/۳۶۳	۱/۰۸	۳	۴/۷۵	۱۴/۲۶	بین گروهی	ملاحت خویش
۰/۰۹	۰/۰۸۹	۲/۲۵	۳	۹/۳۹	۲۸/۱۷	بین گروهی	پذیرش
۰/۱۸	۰/۰۰۳	۵/۰۳	۳	۱۶/۴۷	۴۹/۴۳	بین گروهی	نشخوارگری
۰/۲۰	۰/۰۰۱	۵/۸۵	۳	۲۲/۱۱	۶۶/۳۵	بین گروهی	تمرکز مجدد مثبت
۰/۱۲	۰/۰۲۹	۳/۱۹	۳	۱۳/۶۵	۴۰/۹۵	بین گروهی	تمرکز مجدد بر برنامه ریزی
۰/۱۴	۰/۰۱۴	۳/۸۰	۳	۱۵/۰۹	۴۵/۲۷	بین گروهی	ارزیابی مجدد مثبت
۰/۰۷	۰/۱۸۶	۱/۶۴	۳	۵/۰۲	۱۵/۰۶	بین گروهی	دیدگاه گیری
۰/۱۴	۰/۰۱۴	۳/۷۸	۳	۱۷/۱۹	۵۱/۵۷	بین گروهی	فاجعه سازی
۰/۰۵	۰/۳۰۷	۱/۲۲	۳	۳/۹۳	۱۱/۸۱	بین گروهی	ملاحت دیگران
۰/۶۹۷	۰/۰۰۰	۵۱/۰۶	۳	۲۶۷۲/۸۶	۸۰۱۸/۵۸	بین گروهی	نگرانی
۰/۳۵	۰/۰۰۰	۱۲/۵۷	۳	۱۴۴۸/۰۸	۴۴۴۳/۲۵	بین گروهی	نشخوارگری

با توجه به نتایج جدول ۴ و آزمون تعقیبی شفه، می توان مشاهده کرد که چهار گروه در ابعاد تنظیم هیجان، نگرانی و نشخوارگری تفاوت معناداری دارند، به طوری که افراد با عاطفه ی منفی بالا در راهبردهای تنظیم هیجانی منفی شامل نشخوارگری و فاجعه سازی، نمرات بالاتری داشتند و گروه با عاطفه ی مثبت بالا در راهبردهای تنظیم هیجانی مثبت شامل تمرکز مجدد مثبت و تمرکز مجدد بر برنامه ریزی تفاوت معناداری داشته و نمرات بالاتری به دست آوردند. همچنین در مولفه ی نگرانی و نشخوارگری تفاوت معناداری یافت شد به طوری که افراد با سطوح عاطفه ی مثبت پایین و عاطفه ی منفی بالا، میزان نگرانی و نشخوارگری بالاتری را نشان دادند.

بحث و نتیجه گیری

عاطفه، یک اصطلاح کلی است که نشان دهنده ی تجربه ی ذهنی مثبت و منفی است که در یک لحظه معین و در یک زمان رخ می دهد (وایر و همکاران، ۱۹۹۹). بر این اساس، مطالعه ی حاضر تفاوت سطوح نگرانی، نشخوارگری و راهبردهای نظم جویی شناختی هیجان در سطوح عاطفه ی مثبت و منفی را مورد بررسی قرار داد. نتایج نشان داد که ابعاد نگرانی، نشخوارگری به طور متفاوتی با عاطفه ی مثبت و منفی مرتبط هستند به طوری که افراد با عاطفه ی منفی بالا و نیز افراد با عاطفه ی مثبت پایین عاطفه ی مثبت؛ نگرانی و نشخوارگری بیشتری را گزارش دادند. با توجه به اینکه اغلب مطالعات نگرانی را در ارتباط با اضطراب و نشخوارگری را در ارتباط با افسردگی بررسی کرده اند (نولن - هوکسیما، پارکر و لارسن، ۱۹۹۴)، نتایج حاضر همسو با دیدگاه واتسون و همکاران (۱۹۸۸) است که عاطفه ی منفی را به عنوان بعد کلی پریشانی ذهنی و درگیری غیرلذت بخش، بیان داشتند که مجموعه ای حالات خلقی منجر کننده مانند ترس، اضطراب، احساس گناه، تحقیر، خشم و تنفر را در برمی گیرد. صفت عاطفه ی منفی نشان داده است که تقریباً با عامل شخصیتی اضطراب/روان رنجوری مطابقت دارد. تلگن نیز نشان داد که سطوح بالای عاطفه ی منفی به ترتیب عامل اصلی متمایز کننده ی افسردگی و اضطراب است. با توجه به مشترک بودن نشخوارگری و نگرانی در عامل عاطفه ی منفی این یافته همسو با دیدگاهی است که بیان می کند در نشخوارگری و نگرانی، عامل بنیادی مشترک وجود دارد که آن‌ها را رشد و تقویت می کند (مک لایق و همکاران، ۲۰۰۷). این افراد بیشتر اطلاعاتی را پردازش می کنند که از لحاظ محتوای هیجانی با صفات غالب آن‌ها همگرا است. بنابراین پردازش همگرا با خلق، می تواند نتیجه روان بنه های پایدار مرتبط با صفات خاص شخصیتی باشد. این نظریه نتایج پژوهش حاضر در حیطه ی ابعاد نگرانی و نشخوارگری را این گونه تبیین می کند که افراد با سطوح عاطفی منفی، بیشتر مستعد تجربه ی نگرانی و نشخوارگری بوده و خود این می تواند در مواجهه با رویدادها به کار گرفته شود. مطالعات نشان می دهد، ارتباط مثبت قوی بین نشخوارگری و افکار و احساسات تهاجمی وجود دارد. نشخوارگری یک بازخورد منفی دارد که ممکن است با عاطفه ی منفی در ارتباط باشد؛ به این معنی که نشخوارگری ممکن است توسط حالت های هیجانی منفی ایجاد یا حفظ گردد؛ به این معنا که در نشخوارگری، سطح عاطفه ی مثبت پایین و سطح عاطفه ی منفی بالا است (کیرکگارد تامسن، ۲۰۰۶) و این از دلایلی است که نشخوارگری در طیف گسترده ای از نتایج منفی روانی از جمله افسردگی، خشم، حسادت و اضطراب نقش دارد (کارسون، کاپاچ، ۲۰۰۰؛ نولن - هوکسیما، ۱۹۹۱). بنابراین، ساختارهای روان شناختی مرتبط با عاطفه ی منفی منجر به فعال شدن شبکه -

های عصبی مرتبط با این ساختارها شده و در نتیجه بر اساس نظریه ی شبکه‌ای، باور به کارگیری نگرانی و نشخوارگری در افراد با عاطفه ی منفی را در پی خواهد داشت و هر سه سازه ی نگرانی آسیب شناختی و نشخوارگری می‌تواند با عاطفه منفی همبستگی مثبت و با عاطفه ی مثبت همبستگی منفی داشته باشد (فدریکسون، توگاد، واگ و همکاران ۲۰۰۳؛ بود، آشر، نورلندر، ۲۰۰۴).

از آنجا که شیوه ی مواجهه با هیجان‌ها به عنوان عاملی تعیین کننده می‌تواند تمامی رفتارهای انسان را در عرصه ی زندگی شخصی و اجتماعی تحت تاثیر قرار دهد، از همین رو اهمیت دیگر پژوهش حاضر بررسی روابط بین سطوح عاطفه ی مثبت و منفی و راهبردهای نظم‌جویی شناختی هیجان بود. فرض بر این است که راهبردهای نظم‌جویی شناختی هیجان می‌تواند دامنه ی وسیعی از اختلالات را تبیین کنند. از همین رو تفاوت‌های فردی در به کارگیری راهبردهای تنظیم هیجان به عنوان زیربنای طیف وسیعی از آسیب‌های روانی به شمار می‌رود (آلدایو و همکاران، ۲۰۱۰؛ منین و فراج، ۲۰۰۷). منطبق با این دیدگاه و مروری بر مطالعات انجام شده نشان می‌دهد که راهبردهای تنظیم هیجان با گرایش ابتلا به علائم انواع خاص آسیب‌های روانی مانند اختلال افسردگی اساسی (نولن-هوکسما و همکاران، ۲۰۰۸)، اختلال دو قطبی (جانسون، ۲۰۰۵)، اختلال اضطراب اجتماعی (کاشدن و برین، ۲۰۰۸) و سو مصرف مواد و الکل (شر و گرکین، ۲۰۰۷) مرتبط دانسته شده است. نتایج پژوهش حاضر نیز نشان داد که سطوح عاطفه ی مثبت و عاطفه ی منفی به ترتیب با به کارگیری راهبردهای تنظیم هیجانی مثبت و منفی مرتبط هستند. بنابراین این یافته همسو با دیدگاهی است که بیان می‌کند نظم-جویی کارآمد هیجان با سلامت روان‌شناختی مرتبط است (براکت و سالووی، ۲۰۰۴). برعکس مشکلات نظم‌جویی هیجان، زمینه ساز بروز الگوهای مختلف آسیب‌شناسی روانی است (گرین‌برگ، ۲۰۰۲).

در مجموع یافته‌های پژوهش حاضر، نشان داد که میزان نگرانی و نشخوارگری در سطوح عاطفی منفی تشدید می‌شود و با توجه به اینکه عاطفه مورد مطالعه در گروه دانشجویان شرکت کننده در پژوهش حاضر بیشتر جنبه ی بهنجار و حاد داشت، از این رو یافته‌های بدست آمده در این پژوهش قابلیت تعمیم به اثرات عاطفه و حالات شخصیتی مرتبط با سطوح عاطفه ی مثبت و منفی بر نگرانی و نشخوارگری را ندارد. هر چند مطالعات پیشین پیرامون اثرات ویژگی‌های شخصیتی گاهی نتایج مشابهی را بیان داشته‌است. یافته ی دیگر پژوهش حاضر بیان کننده ی به کارگیری راهبردهای نظم‌جویی شناختی هیجانی مثبت و منفی به ترتیب در سطوح عاطفه ی مثبت و منفی بود و اینکه به نظر می‌رسد سطوح عاطفی مختلف، ساختارهای روان‌شناختی همگرایی را فعال ساخته و مواجهه ی مثبت

یا منفی با هیجان را در پی دارند. از سوی دیگر، پژوهش حاضر روی نمونه دانشجویی بود که اغلب در سن جوانی قرار دارند و از آنجا که تغییر عاطفه ی مثبت و منفی با سن رابطه دارد، از این رو در تعمیم یافته های پژوهش حاضر به سایر گروه های جمعیتی باید جانب احتیاط را رعایت کرد.

References

- Aldao, A., Nolen-Hoeksema, S., & Schweizer, S. (2010). Emotion-regulation strategies across psychopathology: A meta-analytic review. *Clinical Psychology Review*, 30, 217-237.
- American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders* (5th ed.). Washington, DC: American Psychiatric Association.
- Bagherinejad, M., Salehi Fadardi, J., & Tabatabaei, M. (2010). The relationship between rumination and depression in a sample of Iranian students. *Studies in Education and Psychology*, 11 (1): 38-21. (Persian.)
- Bakhshipoor, A., & Dezhkam, Mahmoud. (2006). Positive and Negative Affect scale factor analysis. *Journal of Psychology*, 9(4):351-365. (Persian)
- Bood, S. A., Archer, T., & Norlander, T. (2004). Affective personality in relation to general personality, self-reported stress, coping, and optimism. *Individual Differences Research*, 2, 26-37.
- Borkovec, T. D., Robinson, E., Pruzinsky, T., & DePree, J. A. (1983). Preliminary exploration of worry: some characteristics and processes. *Behaviour Research Therapy*, 21, 9-16.
- Carson, C.L., & Cupach, W.R. (2000). Fueling the flames of the green-eyed monster: the role of ruminative thought in reaction to romantic jealousy. *Western Journal of Communication*, 64(3), 308-329.
- Davis, R. N., & Nolen-Hoeksema, S. (2000). Cognitive inflexibility among ruminators and nonruminators. *Cognitive Therapy and Research*, 24, 699-711.
- Fredrikson, B. L., Tugade, M. M., Waugh, C. E., & Larkin, G. R. (2003). What good are positive emotions in crisis? A prospective study of resilience and emotions following the terrorist attacks on the United States on September 11th, 2001. *Journal of Personality and Social Psychology*, 84, 365-376.
- Fresco, D. M., Frankel, A. N., Mennin, D. S., Turk, C. L., & Heimberg, R. G. (2002). Distinct and overlapping features of rumination and worry: The relationship of cognitive production to negative affective states. *Cognitive Therapy and Research*, 26, 179-188.
- Garnefski, N., & Kraaij, V. (2006). Relationships between cognitive emotion regulation strategies and depressive symptoms: a comparative study of five specific samples. *Personality and Individual Differences*, 40, 1659-1669.
- Garnefski, N., Boon, S., & Kraaij, V. (2003). Relationships between cognitive strategies of adolescents and depressive symptomatology across different types of life event. *Journal of Youth and Adolescence*, 32, 401-408.
- Garnefski, N., Kraaij, V., & Spinhoven, P. (2001). Negative life events, cognitive emotion regulation and emotional problems. *Personality and Individual Differences*, 30, 1311-1327.
- Garnefski, N., Legerstee, J., Kraaij, V., van der Kommer, T., & Teerds, J. (2002). Cognitive coping strategies and symptoms of depression and anxiety: a comparison between adolescents and adults. *Journal of Adolescence*, 25, 603-611.
- Greenberg, L. S. (2002). *Emotion- focused therapy: Coaching clients to work through their feelings*. Washington, D.C.: APA.
- Gross, J. J., & Mun'oz, R. F. (1995). Emotion regulation and mental health. *Clinical Psychology: Science and Practice*, 2, 151-164.
- Harvey, A. G., Watkins, E., Mansell, W., & Shafran, R. (2004). *Cognitive behavioural processes across psychological disorders*. Oxford, UK: Oxford University Press.
- Hasani, J. (2011). The reliability and validity of the short form of the cognitive emotion regulation questionnaire. *Journal of Research in Behavioural Sciences*, 9(4): 229-240. (Persian.)
- Hasani, J., Kadivar, P. (2013). Validity and Reliability of the Persian version of emotion regulation process strategies questionnaire. *Educational Measurement*, 14(4):111-144. (Persian.)
- Jermann, F., Van der Linden, M., d'Acremont, M., & Zermatten, A. (2006). Cognitive Emotion Regulation Questionnaire (CERQ): confirmatory factor analyses and psychometric properties of the French translation. *European Journal of Psychological Assessment*, 22, 126-131.
- Johnson, S. L. (2005). Mania and dysregulation in goal pursuit: A review. *Clinical Psychology Review*, 25, 241-262.

- Kashdan, T. B., & Breen, W. E. (2008). Social anxiety and positive emotions: A prospective examination of a self-regulatory model with tendencies to suppress or express emotions as a moderating variable. *Behavior Therapy, 39*, 1-12.
- Kirkegaard T. D. (2006). The association between rumination and negative affect: A review. *Cognition & Emotion, 20*(8), 1216-1235.
- Kraaij, V., Pruyboom, E., Garnefski, N. (2002). Cognitive coping and depressive symptoms in the elderly: a longitudinal study. *Aging Ment Health, 6*(3):275-281.
- Kring, A. M. (2001). Emotion and psychopathology. In J. J. Mayne, & G. A. Bonanno (Eds.), *Emotions: current issues and future directions* (pp. 337-361). New York: Guilford.
- Martin, R. C., & Dahlen, E. R. (2005). Cognitive emotion regulation in the prediction of depression, anxiety, stress and anger. *Personality and Individual Differences, 39*, 1249-1260.
- McLaughlin, K. A., Borkovec, T. D., & Sibrava, N. J. (2007). The Effects of Worry and Rumination on Affect States and Cognitive Activity. *Behavior Therapy, 38*, 23-38.
- Mennin, D. S., & Farach, F. J. (2007). Emotion and evolving treatments for adult psychopathology. *Clinical Psychology: Science and Practice, 14*, 329-352.
- Mofrad S, Atefvahid M K, Bayanzadeh S A. (2002). Comparison of the Worries of Anxious and Normal Children in the Schools of Dashtestan. *IJPCP, 8* (2) :65-72. (Persian.)
- Nolen-Hoeksema, S. (1991). Responses to depression and their effects on the duration of depressive episodes. *Journal of Abnormal Psychology, 100*, 569-582.
- Nolen-Hoeksema, S. (2000). The role of rumination in depressive disorders and mixed anxiety/depressive symptoms. *Journal of Abnormal Psychology, 109*, 504-511.
- Nolen-Hoeksema, S., & Morrow, J. (1991). A prospective study of depression and posttraumatic stress symptoms after a natural disaster: the 1989 Loma Prieta earthquake. *Journal of Personality and Social Psychology, 61*, 115-121.
- Nolen-Hoeksema, S., Wisco, B. E., & Lyubomirsky, S. (2008). Rethinking rumination. *Perspectives on Psychological Science, 3*, 400-424.
- Rottenberg, J., & Gross, J. J. (2007). When emotion goes wrong: realizing the promise of affective science. *Clinical Psychology Science and Practice, 10*, 227-232.
- Segerstrom, S. C., Stanton, A. L., Alden, L. E., & Shortridge, B. E. (2003). A multidimensional structure for repetitive thought: What's on your mind, and how, and how much? *Journal of Personality and Social Psychology, 85*, 909-921.
- Sher, K. J., & Grekin, E. R. (2007). Alcohol and affect regulation. In J. J. Gross (Ed.), *Handbook of emotion regulation* (pp. 560-580). New York, NY: Guilford Press.
- Van der Heiden, C., Muris, P., Bos, A.E.R., & van der Molen, H.T. (2010). Factor structure of the Dutch version of the Penn State Worry Questionnaire. *Journal of Behavior Therapy & Experimental Psychiatry, 41*, 304-9.
- Wang Y, Yi J, He J, Chen G, Li L, Yang Y, Zhu X. (2014). Cognitive emotion regulation strategies as predictors of depressive symptoms in women newly diagnosed with breast cancer. *Psycho-Oncol 2014, 23*(1):93-99.
- Watkins, E. R. (2008). Constructive and unconstructive repetitive thought. *Psychological Bulletin, 134*(2), 163.
- Watson, D., & Clark, L. A. (1997). Extraversion and its positive emotional core, *Handbook of personality psychology*. Sandiego: Academic Publication.
- Watson, D., Clarke, L. A., & Tellegen, A. (1988). Development and validation of brief measures of positive and negative affect: The PANAS Scales. *Journal of Personality and Social Psychology, 54*, 1063-1070.
- Williams, L. E., & Bargh, J. A. (2007). The nonconscious regulation of emotion. In J. J. Gross (Ed.), *Handbook of emotion regulation* (pp. 429-445). New York: Guilford Press.
- Wyer, R. S., Clore, G. L., & Isbell, L. M. (1999). Affect and information processing. In M. P. Zanna (Ed.), *Advances in experimental social psychology* (Vol. 31, pp. 1-77). San Diego, CA: Academic Press.

Journal of
Thought & Behavior in Clinical Psychology
Vol. 9 (No. 40), pp. 47-56, 2016

Discriminant analysis of rumination, pathological anxiety and cognitive emotional regulation strategies based on positive and negative affectivity levels

Amiri, Sohrab

University of Urmieh, Orumieh, Iran

Azad Marzabadi, Mazeyeh

Baqiyatallah Behavioral Sciences Research Center, Tehran, Iran

Nasiri, Esfandiar

University of Urmieh, Orumieh, Iran

Ghasemi Gheshlagh, Mahsa

University of Urmieh, Orumieh, Iran

Received: August 22, 2016

Accepted: May 23, 2016

Affectivity refers to the individuals' mood and states of mind that is experienced as positive or negative emotions. The aim of this study was to examine the pathological anxiety, rumination, and cognitive emotional regulation strategies within the positive and negative affectivity levels. For this purpose, 287 male and female students of Urmieh University were selected through multistage cluster sampling method. Following initial analysis of the results, 74 of the subjects were designated based on the end distribution of scores (Z standard) on a scale of positive and negative affectivity. Lastly, to test the hypothesis of the study, participants were evaluated for pathological anxiety, rumination and cognitive emotional regulation strategies. The data were analyzed using uni-variate and multivariate variance and follow-up tests. The results showed that pathological anxiety and rumination are related with high levels of negative affectivity and low level of positive affectivity. Further, the results indicated that individuals with high negative affectivity (HNA) had higher scores in negative emotional regulation strategies and subjects with high positive affectivity (HPA) obtained higher scores in positive emotional regulation strategies. It seems that the positive and negative aspects of emotions are the predisposing factors of psychopathology through the mediation of pathological anxiety, rumination and cognitive emotional regulation strategies.

Keywords: anxiety, rumination, positive and negative affectivity, emotional regulation

Electronic mail may be sent to: amirysohrab@yahoo.com