

تبیین پرخاشگری براساس راهبردهای مثبت و منفی تنظیم شناختی هیجان در دختران نوجوان *Explaining aggression based on positive and negative strategies of cognitive emotion regulation in adolescent girls*

Somayeh Kamali Igoli (Corresponding author)
Ph.D. in Educational Psychology, Department of Psychology, Roodehen Branch, Islamic Azad University, Roodehen, Iran. Email: Kamali.t.2000@gmail.com
Khadijeh Abolmaali Alhosseini
Department of Psychology, Roodehen Branch, Islamic Azad University, Roodehen, Iran

سمیه کمالی ایگلی (نویسنده مسئول)
دکتری روانشناسی تربیتی، واحد رودهن، دانشگاه آزاد اسلامی، رودهن، ایران
Email: Kamali.t.2000@gmail.com

خدیدجه ابوالمعالی الحسینی
دانشیار گروه روانشناسی، واحد رودهن، دانشگاه آزاد اسلامی، رودهن، ایران

چکیده

Abstract

Aim: The purpose of this study was to determine the fit of the conceptual model of research in predicting aggression based on positive and negative strategies of emotional cognitive regulation. **Method:** Research method was descriptive-correlational and statistic population consisted of all the second course high school girl student in Tehran city in 2015 with the quantity of 37389 that among them through clustered multistage sampling from North, South, East, West and center of Tehran, five high school and finally 500 people were selected and completed cognitive emotion regulation by Garnefski, Kraaij & Spinhoven (2001) and aggression by Abolmaali (2011) questionnaires. After removing 3 outliers subject, data were analyzed using structural equation modeling. **Results:** The results of this study showed a positive correlation between negative strategies of cognitive emotion and aggression ($P < 0.01$, $\beta = 0.419$), and negative correlation between positive strategies of cognitive emotion and aggressive cognitive adjustment strategies ($P < 0.01$, $\beta = -0.207$). **Conclusion:** Because individuals with negative strategies of cognitive emotion tend to be more aggressive; therefore, because individuals, especially adolescents, can adopt positive emotional cognitive regulation strategies, it is suggested that clinicians and educators focus on teaching positive emotional cognitive regulation strategies.

Keywords: aggression, negative cognitive emotion regulation, positive cognitive emotion regulation.

هدف: هدف پژوهش حاضر تعیین برازش الگوی مفهومی پژوهش در پیش‌بینی پرخاشگری براساس راهبردهای مثبت و منفی تنظیم شناختی هیجان بود. **روش:** روش پژوهش همبستگی و جامعه آماری شامل تمام دانش آموزان دختر دوره متوسطه دوم تهران به تعداد ۳۷۳۸۹ نفر در سال ۱۳۹۴ بود. از میان آن‌ها به شیوه تصادفی خوشه‌ای از شمال، جنوب، شرق، غرب و مرکز، پنج دبیرستان و از هر دبیرستان دو کلاس و در نهایت ۵۰۰ نفر انتخاب شدند و پرسشنامه تنظیم شناختی هیجان گارنفسکی، کرایج و اسپینهاون (۲۰۰۱)، پرخاشگری ابوالمعالی (۱۳۹۱) را تکمیل کردند. پس از حذف داده‌های پرت ۳ آزمودنی، داده‌های ۴۹۷ نفر با استفاده از روش الگویابی معادلات ساختاری تحلیل شد. **یافته‌ها:** یافته‌ها رابطه مثبت بین راهبردهای منفی تنظیم شناختی هیجان و پرخاشگری ($P < 0.01$, $\beta = 0.419$) و رابطه منفی راهبردهای مثبت تنظیم شناختی هیجان و پرخاشگری ($P < 0.01$, $\beta = -0.207$) را نشان داد. **نتیجه‌گیری:** از آن‌جاکه افراد با راهبردهای منفی تنظیم هیجان از پرخاشگری بیش‌تری استفاده می‌کنند؛ بنابراین برای این‌که افراد به ویژه نوجوانان بتوانند راهبردهای مثبت تنظیم شناختی هیجان را اتخاذ کنند، پیشنهاد می‌شود بالینگرها و مربیان بر آموزش راهبردهای مثبت تنظیم شناختی هیجان تمرکز کنند.

کلیدواژه‌ها: تنظیم شناختی هیجان مثبت، تنظیم شناختی هیجان منفی، پرخاشگری.

مقدمه

از آنجاکه نوجوانان از لحاظ تغییرات هورمونی و بلوغ در دوره ای فعال به سر می‌برند و با توجه به ویژگی‌های اجتماعی و فرهنگی این دوره، افرادی که دارای تحمل آشفتگی پایین هستند، اولاهیجانان را غیرقابل تحمل می‌دانند و نمی‌توانند به آشفتگی و پریشانی شان رسیدگی نمایند، در نتیجه دچار خشم و پرخاشگری می‌شوند. بنابراین به نظر می‌رسد تحمل پایین افراد، آنها را مجبور برای یافتن راهی فوری برای خلاصی از هیجانان می‌کند، در نتیجه به خشم و پرخاشگری متوسل می‌شوند؛ عبداللهی و حسینی المدنی، (۱۳۹۵). از آنجایی که دوره نوجوانی، دوره عبور از کودکی به بزرگسالی و تحول در عواطف و احساسات است استرس و اضطراب، افسردگی و پرخاشگری در نوجوانان دیده می‌شود (ایونز^۱ و همکاران، ۲۰۱۶). با وجود کاهش نرخ پرخاشگری در دو دهه گذشته در میان جوانان، این مسئله همچنان به عنوان یک مسئله قابل توجه سلامت عمومی باقی مانده است. درگیری در خشونت یکی از عوامل اصلی از دست دادن زندگی و پتانسیل‌های جوانانی در جوانان ۱۰ تا ۲۴ ساله است. این مسئله به دلیل اینکه کاملاً قابل پیشگیری است بسیار آزاردهنده است. خشونت بین فردی نیز اکنون یکی از دلایل مرگ افراد ۱۵ تا ۴۴ سال با میانگین سنی ۱۳ سال و پریشانی جسمانی و هیجانی برای عموم مردم است (دوک و بورووسکی^۲، ۲۰۱۵).

پر خاشگری پدیده ای است که با اشکال مختلف و با دامنه ای از اعمال نسبتاً خفیف (مثل داد زدن بر سردیگران یا هل دادن آنها) تا اعمال جدی تر (مثل ضربه زدن، لگد زدن یا مشت کوبیدن) و رفتارهای شدیدتر (از قبیل چاقوکشی، تیراندازی یا کشتن) همراه است (آلن و آندرسون^۳، ۲۰۱۷). از سویی دیگر پر خاشگری تابعی از مشکلات تنظیم هیجانی است. تنظیم شناختی هیجان به عنوان راهبردهای شناختی برای پاسخ به رویدادهای تنیدگی زا و مدیریت اطلاعات برانگیزاننده تعریف شده است و بخشی از مقابله شناختی محسوب می‌گردد (ایزد پناه و همکاران^۴، ۲۰۱۶). از این رو توانایی تنظیم هیجانی به توانایی فهم هیجان‌ها، تعدیل تجربه و ابراز هیجان‌ها که قدرت سازگاری اجتماعی رفتارهای مثبت که تعامل مناسب و به دور از تنش را افزایش می‌دهد اشاره دارد (شاو، استرینگارینس، نایج و لاینلوفت^۵، ۲۰۱۶). رامرو و آلونسو^۶ (۲۰۱۷) در پژوهش خود نشان دادند که، صفاتی مانند فقدان عاطفه مثبت، با اختلالهای برون ریزی شده از جمله مشکلات سلوک، تکانشگری، پر خاشگری بویژه پر خاشگری فعال همبسته اند. همچنین تنظیم شناختی هیجان به ویژه راهبرد مثبت باز ارزیابی شناختی هیجانان باعث کاهش احساسات منفی و افزایش احساسات مثبت و رفتار سازگاران می‌شود (شاو و همکاران، ۲۰۱۶). از سویی نقایصی در مهارتهای تنظیم شناختی هیجان به عنوان یک ریسک فاکتور در شروع و نگهداشت مشکلات متنوع سلامت روانی و رفتاری از جمله اختلال اضطراب و افسردگی و پر خاشگری پذیرفته شده است (برکینگ و شوارتز^۷، ۲۰۱۳). فراتحلیل‌های انجام شده

¹ Evans

² Duke & Borowsky

³ Allen, & Anderson

⁴ Izadpanah

⁵ Shaw, Stringaris, Nigg, & Leibenluft

⁶ Romero, Alonso

⁷ Berking & Schwarz

نشان دادند که تنظیم هیجان عامل مهمی در بهبود ارتقای سلامت روان و بهزیستی نوجوانان دارد (کمپاس و همکاران^۱، ۲۰۱۷) و دشواری در تنظیم هیجان عامل کلیدی در آسیب‌شناسی روانی محسوب می‌شود (شافر و همکاران^۲، ۲۰۱۷).

(بختیاری، تاشکه، بازانی و محمدی، ۱۳۹۶) در پژوهش خود نشان دادند تنظیم هیجان غیر انطباقی با رفتارهای پرخاشگرانه در ارتباطند و رفتارهای پرخاشگرانه خود ناشی از استرس زیاد و فقدان کنترل است. همچنین افرادی که بطور کارآمدی قادر به کنترل هیجان‌ات خویش هستند رفتارهای مخربی از جمله پرخاشگری کمتر نشان می‌دهند.

(اسدی مجره و اکبری، ۱۳۹۷) در پژوهش خود نشان دادند که، بد تنظیمی هیجان بیشترین تاثیر را در تبیین پرخاشگری داشته است بطوری که باعث ضعف روابط بین فردی شده، و به بد کارکردی اجتماعی و مشکلات سلامت روان از جمله پرخاشگری می‌انجامد. پژوهش آزمایشی دنسون، پدرسون، فریز، هام، و رابرتز^۳ (۲۰۱۱) تحت عنوان «درک پرخاشگری تکانشگرانه: نشخوار خشم و کاهش خودکنترلی مکانیزم‌های زیربنایی رابطه برانگیختگی - پرخاشگری» با هدف بررسی این که آیا کاهش فرآیندهای خود تنظیمی در طول نشخوار فکری به دلیل تضعیف توانایی کنترل تمایلات پرخاشگرانه احتمال و شدت رفتار پرخاشگرانه را افزایش می‌دهد، نشان دادند که در پی برانگیختگی خشم، نشخوار فکری باعث کاهش خودکنترلی و متعاقباً افزایش پرخاشگری بود. ویلکاوسکی و رابینسون^۴ (۲۰۱۰) در پژوهشی تحت عنوان «آناتومی خشم: مدل شناختی منسجم صفت خشم و پرخاشگری واکنشی» تأثیر نشخوار فکری بر خشم و رفتارهای پرخاشگرانه را در مدل منسجم شناختی خشم صفت و پرخاشگری واکنشی شرح دادند. این مدل پیشنهاد می‌کند که افراد با صفت خشم با سه فرآیند شناختی مشخص می‌شوند که باعث تشدید خشم و پرخاشگری واکنشی می‌شود. (۱) این افراد شرایط و موقعیت‌ها را مغرضانه تفسیر می‌کنند، (۲) به احتمال بیشتری درگیر توجه نشخواری می‌شوند که این تفاسیر مغرضانه را تقویت می‌کند، و (۳) در به کارگیری کنترل مؤثر برای کاهش خشم و پرخاشگری واکنشی ناکام‌اند. دوناهو، گرانسن، مک لوره، و وان مال^۵ (۲۰۱۴) در تحقیقی بیان داشتند که، خود کنترلی هیجانی پایین یکی از دلایل عمده بروز انواع رفتارهای پرخاشگرانه از سوی افراد است و خود کنترلی هیجانی پایین به طور کامل و معناداری رابطه بین هیجان‌ات منفی و پرخاشگری فیزیکی را میانجی‌گری می‌کند. تنظیم هیجانی پایین به معنای استفاده از راهبردهای ناسازگارانه است که فرد به هنگام تجربه هیجانی و پاسخ به حالات هیجانی از خود نشان می‌دهد و به لحاظ تجربی ثابت شده است که با انواع پرخاشگری رابطه دارد. گویدباچ، بری، هانسن و میکولاجزیک^۶ (۲۰۱۰) در پژوهش خود نشان دادند که راهبردهای منفی تنظیم شناختی هیجان همچون فرو نشانی، اجتناب و نشخوار فکری، سهم معنی‌داری در پیش‌بینی سطوح پایین هیجان و احساسات مثبت مانند شادکامی و سلامت ذهنی دارند. بووی^۷ (۲۰۱۰) در پژوهشی با عنوان درک تفاوت‌های جنسیتی در مسیر انحرافات اجتماعی: پرخاشگری رابطه‌ای و تنظیم هیجان، به مطالعه رابطه بین تنظیم هیجان در دوران کودکی و پرخاشگری آشکار و رفتارهای منحرف نوجوانان

¹ Compas

² Schafer

³ Denson, Pedersen, Friese, Hahm & Roberts

⁴ Wilkowski & Robinson

⁵ Donahue, Goranson, Mucclure, & Male

⁶ Quoidbach, Berry, Hansenne & Mikolajczak

⁷ Bowie

پرداختند. در نهایت یافته‌ها نشان دادند که، در دختران هر چقدر تنظیم هیجان کمتر باشد، پرخاشگری رابطه‌ای بعدی آن‌ها بیشتر بود. همچنین هر چقدر مهارت‌های اجتماعی کمتر باشد همواره پرخاشگری رابطه‌ای و انحراف اجتماعی بیشتر هستند. آذریان، فرخ زادیان و متقی^۱ (۲۰۱۶) در پژوهشی تحت عنوان « بررسی رابطه بین تنظیم شناختی هیجان و پرخاشگری در دانش‌آموزان دختر پایه اول دبیرستان رضوان شهر» با هدف بررسی رابطه تنظیم شناختی هیجان و پرخاشگری در دانش‌آموزان نشان دادند رابطه مثبتی بین تنظیم شناختی هیجان و پرخاشگری وجود دارد. (حمیدی، آسوده نالکیاشری، واسفندیاری مهنی، ۱۳۹۶) در پژوهش خودنشان دادند که بین تنظیم شناختی هیجان منفی و پرخاشگری رابطه مثبت و تنظیم شناختی هیجان مثبت و پرخاشگری رابطه منفی وجود دارد. در پژوهش دیگری نشان داده شد که، راهبردهای تنظیم شناختی منفی بطور مثبت و راهبردهای مثبت تنظیم شناختی هیجان بطور منفی پرخاشگری را پیش بینی می‌کنند (رحیمی، ۱۳۹۴).

از آنجایی که نوجوانی دوره ای است که نوجوان باید انواع مختلفی از مهارت‌های تنظیم هیجان و مهارت‌های اجتماعی در رفتار هنجارمند افراد در ارتباطات اجتماعی، به خصوص در مواقع چالش برانگیز، برای سازگاری در زمان مواجهه با عوامل فشارزا، و کنترل رفتارهای مخرب از جمله پرخاشگری به منظور افزایش روابط میان فردی قوی فرا بگیرد و شناخت و پایش تنظیم شناختی هیجان‌ها در پرخاشگری، می‌تواند روش جدیدی در مدیریت خشم محسوب شود، بنابراین به نظرمی‌رسد که عوامل هیجانی می‌تواند به نوعی در تعدیل پرخاشگری نقش داشته باشد و این مسئله بر اهمیت و ضرورت پژوهش حاضر می‌افزاید. با توجه به مطالب مطرح شده سوال اساسی پژوهش حاضر این است که آیا الگوی مفهومی پژوهش که در آن پرخاشگری در دختران نوجوان بر اساس راهبردهای مثبت و منفی تنظیم شناختی هیجان پیش بینی می‌شود، از برازش مطلوبی برخوردار است؟

روش

پژوهش حاضر یک مطالعه توصیفی از نوع همبستگی (روش مدل‌یابی معادلات ساختاری) است. جامعه آماری شامل کلیه دانش‌آموزان مشغول به تحصیل در مقطع متوسط دوم در دبیرستان‌های شهر تهران در سال تحصیلی ۹۵-۱۳۹۴ بودند که تعداد آن‌ها بر اساس گزارش پایگاه مدارس استان تهران در سال ۱۳۹۴، ۳۷۳۸۹ نفر بود. نمونه پژوهش شامل ۵۰۰ نفر از این دانش‌آموزان بود که به روش خوشه‌ای چندمرحله‌ای انتخاب شدند. به این ترتیب که از مناطق شمال، جنوب، شرق، غرب و مرکز تهران، هر کدام یک مدرسه، و از هر مدرسه دو کلاس به صورت تصادفی انتخاب شدند. ملاک‌های ورود آزمودنی‌ها به نمونه پژوهشی عبارت بودند از: ۱- تحصیل در پایه دوم متوسطه. ۲- تحت سرپرستی بودن هر دو والد در دوران کودکی و نوجوانی. ۳- رضایت جهت شرکت در پژوهش. ملاک‌های خروج شامل ۱- دریافت روان‌درمانی و مشاوره. ۲- مصرف دارو، معلولیت جسمانی، و ۳- بیماری‌های مزمن دیگر بود. ابزارهای مورد استفاده در این پژوهش پرسشنامه پرخاشگری ابوالمعالی (۱۳۹۱) و تنظیم شناختی هیجان گارنفسکی و همکاران (۲۰۰۱) و برای تجزیه و تحلیل آن‌ها از روش مدل‌یابی معادلات ساختاری استفاده شد.

ابزار

پرسشنامه پرخاشگری.^۲ این پرسشنامه توسط ابوالمعالی (۱۳۹۱) ساخت و استاندارد سازی شده است. ۴۱۸ دانشجوی

^۱. Azarian, Farokhzadian & Motaghi

^۲ Aggression questionnaire

دوره کارشناسی این پرسشنامه را تکمیل کردند. با استفاده از تحلیل عاملی اکتشافی با چرخش واریماکس ۵ عامل شناسایی شد. این عوامل شامل ۱- پرخاشگری رفتاری-فعال-خصمانه-وسیله‌ای (BAHI)^۱ (با گویه‌های (۴، ۱۰، ۱۱، ۱۳، ۱۴، ۱۵، ۱۶، ۱۷، ۲۱، ۲۳، ۲۵)؛ ۲- پرخاشگری عاطفی-واکنشی-خصمانه (ARHI)^۲ (با گویه‌های (۵، ۱۸، ۱۹، ۲۰، ۲۹) ۳- پرخاشگری رفتاری-واکنشی-کلامی (BRV)^۳ (با گویه‌های (۳، ۶، ۱۲، ۲۶) ۴- پرخاشگری رفتاری-فعال-غیرکلامی (BRNV)^۴ (با گویه‌های (۱، ۲۲، ۲۴، ۲۷) و ۵- پرخاشگری شناختی-خصمانه-غیرکلامی (CHNV)^۵ (با گویه‌های (۲، ۷، ۸، ۹، ۲۸). در مجموع ۴۵/۸ درصد از واریانس کل آزمون توسط این ۵ عامل تبیین شد. این پرسشنامه دارای ۲۹ گویه است و نمره‌گذاری آن در طیف لیکرت ۵ درجه‌ای صورت می‌گیرد [به هیچ وجه در مورد من درست نیست (۰)، کمی در مورد من درست است (۱)، تا حدودی در مورد من درست است (۲)، در بیشتر موارد در مورد من درست است (۳)، کاملاً در مورد من درست است (۴)]. روایی: به منظور برآورد روایی این پرسشنامه از آزمون‌های اضطراب کنترل، فرم کوتاه مهارت‌های حل مساله اجتماعی (حل مساله سازگاران و ناسازگاران) و خرده آزمون پرخاشگری scl90 استفاده شد. و همبستگی نمره کل این پرسشنامه با آزمون اضطراب کنترل، و حل مساله اجتماعی ناسازگاران مثبت و معنادار و با حل مساله اجتماعی منفی و معنادار بود. اعتبار: ضریب باز آزمایی (پیرسون) برای پرسشنامه پرخاشگری ۰/۹۵ به دست آمد. پایایی کل آزمون و پایایی هر پنج عامل با استفاده از روش همسانی درونی نیز محاسبه شد که به شرح زیر است؛ رفتاری-فعال-خصمانه ۰/۸۷۲، عاطفی-واکنشی-خصمانه ۰/۸۵۲، رفتاری-واکنشی-کلامی ۰/۶۵۰، رفتاری-واکنشی-غیرکلامی ۰/۵۳۴، شناختی-غیرکلامی-خصمانه ۰/۷۸۷ و کل مقیاس ۰/۹۱. همسانی درونی این پرسشنامه در پژوهش حاضر برای نمره کل پرسشنامه ۰/۹۳۱ بدست آمد.

پرسشنامه تنظیم شناختی هیجان. این پرسشنامه توسط گارنفسکی و همکاران (۲۰۰۱) تدوین شده است. و یک پرسشنامه چند بعدی و خودگزارشی است. که دارای ۳۶ ماده و ۹ خرده مقیاس است که برای افراد ۱۲ سال به بالا، افراد بهنجار و هم جمعیت‌های بالینی جهت شناسایی راهبردهای مقابله‌ای شناختی افراد پس از تجربه کردن وقایع یا موقعیت‌های منفی استفاده می‌شود. گارنفسکی و همکاران (۲۰۰۱) راهبردهای مقابله‌ای هیجانی را به دو نوع راهبرد تقسیم کردند؛ راهبردهای انطباقی مانند تمرکز مثبت مجدد، تمرکز مجدد بر برنامه‌ریزی، ارزیابی مجدد مثبت، دیدگاه‌پذیری، و پذیرش، و راهبردهای غیرانطباقی مانند سرزنش خود، سرزنش دیگران، نشخوار فکری، و فاجعه‌سازی، تقسیم کردند. در این پژوهش هم از خرده مقیاس‌های انطباقی و هم از خرده مقیاس‌های غیر انطباقی استفاده شده است. نمره گذاری پرسشنامه در طیف لیکرت ۵ درجه‌ای (هرگز - ۱ تا ۵ - همیشه) صورت می‌گیرد.

روایی: رابطه بین راهبردهای مثبت تنظیم شناختی هیجان و افسردگی منفی و رابطه بین راهبردهای منفی تنظیم شناختی هیجان و افسردگی مثبت گزارش شده است (گارنفسکی و همکاران، ۲۰۰۱) که نشانگر روایی ملاکی همزمان آن است. حسنی (۲۰۱۰) با استفاده از روش تحلیل عاملی همین ۹ عامل را شناسایی و تأیید کرد و در مجموع این ۹ عامل توانستند

¹ Behavioral-Active-Holistic-Instrumental

² Affective-Reactive-Holistic

³ Behavioral-Reactive-Verbal

⁴ Behavioral-Reactive-Nonverbal

⁵ Cognitive-Holistic-Nonverbal

۰/۰۷۴ درصد از واریانس کل آزمون را تبیین کنند. اعتبار: در مطالعه دانیتز^۱ (۲۰۰۱؛ نقل از حسنی، ۲۰۱۰) آلفای کرونباخ این مقیاس ۰/۸۹ گزارش شده است. نسخه فارسی این پرسشنامه توسط حسنی (۲۰۱۰) هنجاریابی و پایایی مقیاس براساس همسانی درونی با دامنه آلفای کرونباخ ۰/۷۶ تا ۰/۹۲ گزارش شده است. سازندگان این پرسشنامه اعتبار آن را از طریق آلفای کرونباخ برای راهبردهای مثبت ۰/۹۱ و برای راهبردهای منفی ۰/۸۲ و کل پرسشنامه ۰/۹۳ محاسبه کرده‌اند (امین‌آبادی، دهقانی و خداپناهی، ۱۳۹۰). همچنین در پژوهش حاضر ضرایب آلفای کرونباخ برای خرده مقیاس‌های سرزنش خود، سرزنش دیگران، نشخوارذهنی، فاجعه‌پنداری، پذیرش، توجه مجدد به برنامه ریزی، توجه مجدد مثبت، بازاریابی، اتخاذ دیدگاه به ترتیب، معادل ۰/۸۱۵، ۰/۸۶۸، ۰/۷۶۶، ۰/۶۸۳، ۰/۷۱۴، ۰/۶۹۴، ۰/۷۶۷، ۰/۷۷۲، ۰/۷۲۱، بدست آمد.

یافته‌ها

جدول ۱ میانگین، انحراف استاندارد راهبردهای تنظیم شناختی هیجان و پرخاشگری را نشان می‌دهد.

جدول ۱: میانگین، انحراف استاندارد تنظیم شناختی هیجان و پرخاشگری

میانگین	انحراف استاندارد	
۱۲/۲۳	۳/۷۲	سرزنش خود
۱۹/۴۰	۳/۸۴	سرزنش دیگران
۱۳/۴۵	۳/۶۰	نشخوار ذهنی
۱۱/۳۰	۳/۳۹	فاجعه آمیز پنداری
۱۳/۶۷	۳/۵۷	پذیرش
۱۴/۳۳	۳/۵۷	توجه مجدد به برنامه ریزی
۱۲/۹۳	۳/۲۹	توجه مجدد مثبت
۱۳/۱۵	۳/۷۵	باز ارزیابی
۱۳/۰۱	۳/۴۱	اتخاذ دیدگاه
۶۶/۳۲	۱۷/۵۰	پرخاشگری

جدول ۱ میانگین و انحراف استاندارد متغیرهای پژوهش حاضر شامل راهبردهای تنظیم هیجان مثبت (پذیرش، توجه مجدد به برنامه ریزی، توجه مجدد مثبت، باز ارزیابی و اتخاذ دیدگاه)، راهبردهای تنظیم هیجان منفی (سرزنش خود، سرزنش دیگران، نشخوار ذهنی و فاجعه آمیز پنداری) و پرخاشگری را نشان می‌دهد. در ادامه جدول ۲ ضرایب همبستگی بین متغیرهای پژوهش را نشان می‌دهد.

جدول ۲: ضرایب همبستگی بین راهبردهای تنظیم شناختی هیجان و پرخاشگری

	۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸	۹	۱۰
۱. سرزنش خود	-									
۲. سرزنش دیگران	۰/۲۹۲ ^{**}	-								
۳. نشخوار ذهنی	۰/۵۵۶ ^{**}	۰/۴۹۱ ^{**}	-							
۴. فاجعه آمیز پنداری	۰/۴۹۸ ^{**}	۰/۵۷۴ ^{**}	۰/۶۳۷ ^{**}	-						
۵. پذیرش	-۰/۱۲۸ ^{**}	۰/۰۰۱	-۰/۰۸۰	-۰/۰۷۳	-					
۶. توجه مجدد به برنامه ریزی	۰/۰۰۳	-۰/۰۸۶ [*]	-۰/۰۸۸ [*]	-۰/۲۰۹ ^{**}	۰/۶۱۶ ^{**}	-				
۷. توجه مجدد مثبت	-۰/۰۳۱	-۰/۰۹۳ [*]	-۰/۱۰۷ [*]	-۰/۲۱۶ ^{**}	۰/۴۴۱ ^{**}	۰/۶۸۲ ^{**}	-			
۸. باز ارزیابی	-۰/۱۰۴ [*]	-۰/۱۵۰ ^{**}	-۰/۱۲۱ ^{**}	-۰/۲۸۲ ^{**}	۰/۵۲۲ ^{**}	۰/۷۱۵ ^{**}	۰/۶۴۳ ^{**}	-		
۹. اتخاذ دیدگاه	۰/۰۶۵	-۰/۰۶۴	۰/۰۲۳	-۰/۱۵۱ ^{**}	۰/۵۱۶ ^{**}	۰/۵۱۹ ^{**}	۰/۴۷۱ ^{**}	۰/۶۴۷ ^{**}	-	
۱۰. پرخاشگری	۰/۲۴۸ ^{**}	۰/۳۴۷ ^{**}	۰/۳۸۵ ^{**}	۰/۳۸۲ ^{**}	-۰/۰۴۹	-۰/۲۵۲ ^{**}	-۰/۲۶۶ ^{**}	-۰/۲۸۷ ^{**}	-۰/۱۰۱ [*]	-

$p^{*} < 0/05$ و $p^{**} < 0/01$

همچنان که جدول فوق نشان می‌دهد، از بین راهبردهای تنظیم هیجانی، سرزنش خود، سرزنش دیگران، نشخوارذهنی و فاجعه‌پنداری به صورت مثبت و در سطح معناداری ۰/۰۱ با پرخاشگری همبسته است. همچنین راهبردهای توجه مجدد به برنامه ریزی، توجه مجدد مثبت و باز ارزیابی به صورت منفی و در سطح معناداری ۰/۰۱ و راهبرد اتخاذ دیدگاه به صورت منفی و در سطح ۰/۰۵ با پرخاشگری همبسته بودند.

پیش از تحلیل داده‌ها، مفروضه‌های نرمال بودن توزیع تک متغیری، همخطی بودن، همگنی واریانس‌ها، خطی بودن روابط بین متغیرها و نرمال بودن توزیع چند متغیری ارزیابی و ملاحظه شد که همه مفروضه‌ها در بین داده‌های پژوهش حاضر برقرار بوده و داده‌ها برای انجام تحلیل مدل یابی معادلات ساختاری آماده است.

پیش از تحلیل مدل ساختاری، مدل اندازه‌گیری پژوهش با استفاده از تحلیل عاملی تاییدی به کمک نسخه ۱۸ نرم افزار AMOS و برآورد بیشینه احتمال (ML) مورد ارزیابی قرار گرفت. در مدل اندازه‌گیری پژوهش حاضر چنان فرض شده است که متغیر مکنون راهبردهای منفی تنظیم شناختی به وسیله سرزنش خود، سرزنش دیگران، نشخوارذهنی و فاجعه‌آمیز پنداری و متغیر مکنون راهبردهای مثبت تنظیم شناختی به وسیله پذیرش، توجه مجدد به برنامه ریزی، توجه مجدد مثبت، باز ارزیابی و اتخاذ دیدگاه سنجیده می‌شود. نتایج تحلیل عاملی تاییدی نشان داد که مدل اندازه‌گیری اولیه با داده‌های گردآوری شده برازش ندارد. به همین دلیل مدل اندازه‌گیری در چهار مرحله با ایجاد کوواریانس بین خطاهای نشانگرهای باز ارزیابی و اتخاذ دیدگاه (مرحله اول)، اتخاذ دیدگاه و پذیرش (مرحله دوم)، نشخوارذهنی و ملامت خود (مرحله سوم) پذیرش و توجه مجدد به برنامه ریزی (مرحله چهارم) اصلاح و در نهایت شاخص‌های برازندگی حاصل شد که از برازش مطلوب مدل اندازه‌گیری با داده‌های گردآوری شده حمایت می‌نمود. بدین صورت که شاخص‌های مجذور کای نرم شده^۱ (χ^2/df) برابر ۳/۷۲۶، شاخص برازندگی تطبیقی^۲ (CFI) برابر با ۰/۹۷۱، شاخص نکویی برازش^۳ (GFI) برابر با ۰/۹۶۶، شاخص نکویی برازش تعدیل شده^۴ (AGFI) برابر با ۰/۹۳۰ و شاخص ریشه خطای میانگین مجذورات تقریب^۵ (RMSEA) برابر با ۰/۰۷۴ به دست آمد که همه آنها بیانگر برازش قابل قبول مدل اندازه‌گیری با داده‌های گردآوری شده بودند. جدول ۲ بارهای عاملی استاندارد، و سطح معناداری آنها را در سنجش دو متغیر مکنون راهبردهای تنظیم شناختی مثبت و راهبردهای تنظیم شناختی منفی نشان می‌دهد.

جدول ۳: پارامترهای مدل اندازه‌گیری پژوهش در تحلیل عاملی تاییدی

بار عاملی استاندارد (b)	خطای استاندارد	بار عاملی استاندارد نشده (B)	بار عاملی استاندارد نشده (b)
۰/۶۳۰	۰/۰۶۰	۰/۵۲۹**	راهبردهای منفی - سرزنش خود
۰/۷۷۲	۰/۰۶۲	۰/۶۲۶**	راهبردهای منفی - سرزنش دیگران
۰/۸۰۴	۰/۰۶۰	۰/۶۹۸**	راهبردهای منفی - نشخوارذهنی
۱		۰/۹۳۳**	راهبردهای منفی - فاجعه‌آمیز پنداری
۱/۰۳۲	۰/۰۹۰	۰/۵۹۰**	راهبردهای مثبت - پذیرش
۱/۵۰۳	۰/۱۱۲	۰/۸۶۱**	راهبردهای مثبت - توجه مجدد به برنامه ریزی
۱/۲۴۹	۰/۰۹۷	۰/۷۸۰**	راهبردهای مثبت - توجه مجدد مثبت
۱/۵۵۲	۰/۰۹۶	۰/۸۴۵**	راهبردهای مثبت - باز ارزیابی
۱		۰/۶۰۸**	راهبردهای مثبت - اتخاذ دیدگاه

P** < ۰/۰۱

^۱- Normed chi Square

^۲-Comparative fit index

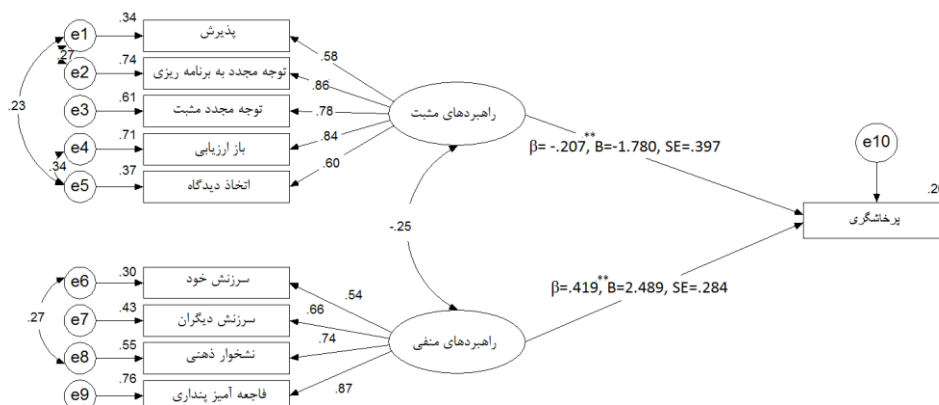
^۳-Goodness of fit index

^۴-Adjusted Goodness of fit index

^۵-Root Mean Square Error of Approximation

نکته: بارهای عاملی استاندارد نشده نشانگرهای فاجعه آمیز پنداری و اتخاذ دیدگاه با عدد ۱ تثبت شده، بنابراین خطای استاندارد آنها محاسبه نشده است.

جدول ۳ نشان می‌دهد که بارهای عاملی همه نشانگرها در سنجش متغیرهای مکنون بالاتر از ۰/۳۲ است. این مطلب از آن جهت مهم است که براساس دیدگاه تاب‌آینک و فیدل (۱۹۹۶؛ به نقل از میرز، گامست و گوارینو، ۲۰۰۶) بارعاملی کوچکتر از ۰/۳۲ بیانگر عدم توان کافی آن نشانگر در سنجش متغیر مکنون است. بنابراین می‌توان گفت همه نشانگرهای پژوهش حاضر از توان قابل قبول برای سنجش متغیرهای مکنون برخوردارند. پس از اطمینان از برازش مطلوب مدل اندازه‌گیری با داده‌های گردآوری شده، مدل ساختاری پژوهش (شکل ۱) با استفاده از روش مدل‌یابی معادلات ساختاری آزمون شد. شاخص‌های برازندگی حاصل از آزمون مدل نشان داد که مدل ساختاری با داده‌های گردآوری شده برازش مطلوب دارد ($\chi^2(N = 497, df = 29) = 106.481$ ، $CFI = 0.964$ ، $GFI = 0.960$ ، $AGFI = 0.924$ و $RMSEA = 0.073$). شکل ۱ مدل ساختاری پژوهش در پیش‌بینی پرخاشگری براساس راهبردهای تنظیم شناختی هیجان را نشان می‌دهد.



شکل ۱: مدل ساختاری پژوهش در پیش‌بینی پرخاشگری براساس راهبردهای تنظیم شناختی هیجان

همچنان که در شکل ۱ ملاحظه می‌شود ضریب مسیر بین متغیر مکنون راهبردهای مثبت تنظیم شناختی هیجان و پرخاشگری منفی و در سطح ۰/۰۱ معنادار است ($\beta = -0.207$ ، $P < 0.01$). در مقابل ضریب مسیر بین راهبردهای منفی تنظیم شناختی هیجان و پرخاشگری مثبت و در سطح ۰/۰۱ معنادار است ($\beta = 0.419$ ، $P < 0.01$). این موضوع بیانگر آن است که راهبردهای منفی تنظیم شناختی هیجان به صورت مثبت و راهبردهای مثبت به صورت منفی پرخاشگری را پیش‌بینی می‌کند. گفتنی است همچنان که در شکل ۱ ملاحظه می‌شود مجذور همبستگی‌های چندگانه (R^2) برای متغیر پرخاشگری برابر با ۰/۲۶ است، این موضوع نشان می‌دهد که ۲۶ درصد از واریانس پرخاشگری به واسطه راهبردهای مثبت و منفی تنظیم شناختی هیجان تبیین شده است.

بحث و نتیجه‌گیری

یافته‌های پژوهش نشان داد که الگوی تبیین پرخاشگری بر اساس راهبردهای مثبت و منفی تنظیم شناختی هیجان پرخاشگری را تبیین می‌کند. راهبردهای منفی تنظیم شناختی هیجان به صورت مثبت و راهبردهای مثبت تنظیم شناختی هیجان به صورت منفی پرخاشگری را پیش‌بینی می‌کند. یافته‌های حاصل از این پژوهش با یافته‌های حاصل

از پژوهش‌های رامر و همکاران (۲۰۱۷)؛ کمپاس و همکاران (۲۰۱۷)؛ آذریان و همکاران (۲۰۱۶)؛ دوناهوی و همکاران (۲۰۱۴)؛ دنسون و همکاران (۲۰۱۱)؛ بووی (۲۰۱۰)؛ گویدباچ و همکاران (۲۰۱۰)؛ ویلکاوسکی و همکاران (۲۰۱۰)؛ حمیدی، آسوده نالکیاشری و اسفندیاری مهنی، (۱۳۹۶)؛ (بختیاری و همکاران، ۱۳۹۶)؛ (اسدی و همکاران، ۱۳۹۶) و (رحیمی، ۱۳۹۴) هم راستاست.

در تبیین این یافته‌ها می‌توان گفت: منظور از مهارت تنظیم هیجان این است که فرد بیاموزد چگونه عواطف و هیجانات خود را در موقعیت‌های گوناگون تشخیص دهد و آن را ابراز و مهار کند (گنگ و پالسون^۱، ۲۰۱۷).

در واقع مهارت تنظیم شناختی هیجان به فرد کمک می‌کند که، راهکارهای کنار آمدن به موقعیت‌های استرس‌زا و حوادث ناگوار را بپذیرد و نسبت به آن حوادث واکنشی‌هایی مناسب انجام دهد (مارکوئز، موتیرو، کاناوارو و فونسکا^۲، ۲۰۱۸) در ارتباط با راهبردهای مثبت تنظیم هیجان، دیدگاه‌پذیری به تفکراتی گفته می‌شود که شدت وقایع را کم کرده و یا بر نسبی بودن آن هنگامی که با دیگر وقایع مقایسه می‌شود تاکید می‌کند. تمرکز مجدد بر برنامه‌ریزی به تفکرات مربوط به مراحل که باید طی شود و چگونگی اداره کردن وقایع منفی گفته می‌شود. ارزیابی مجدد مثبت به تفکرات ایجاد معنای مثبت برای واقعه به‌عنوان رشد شخصیت گفته می‌شود (گارنسکی و همکاران، ۲۰۰۶). پذیرش سبب می‌شود که فرد نسبت به تجربه‌ها و تمایلات درونی خود گشوده باشد تا در تماس با آن تجربه‌هایی قرار بگیرد که احتمالاً ناخوشایند هستند (طاهری فر، فردوسی، موتابی، مظاهری، و فتی، ۱۳۹۴). در راهبرد ارزیابی مجدد مثبت فرد در مواجهه با شرایط ناگوار به تجارب ارزشمند ناشی از رویارویی با شرایط به وجود آمده می‌پردازد و تأکید بر سازنده بودن این شرایط دارد (گارنسکی و همکاران، ۲۰۰۱). پژوهشگران ارزیابی مجدد شناختی را به‌عنوان یک راهبرد انطباقی فرض می‌کنند و اعتقاد دارند از آنجایی که تأثیر مستقیمی بر ارزیابی‌ها می‌گذارد، افراد می‌توانند با بهره‌گیری از آن، واکنش هیجانی خود را به رویدادهای استرس‌زا جهت بهبود عملکرد تغییر دهند (شریفی باستان، یزدی و زهرایی، ۱۳۹۵). در یک جمع بندی هر یک از راهبردهای مذکور می‌تواند نقش مهمی در سازگاری با وقایع زندگی ایفا کنند، و افرادی که از راهبردهای مثبت تنظیم هیجان بیشتر استفاده می‌کنند هیجانات و احساسات خود را در هنگام مواجه شدن با چالش‌های زندگی بهتر تنظیم نموده، و در نتیجه به کارگیری حل مسئله سازگاران در برخورد با موقعیت آشفته ساز موفقیت‌های بیشتری یافته و در این افراد کمتر شاهد رفتارهای مخرب از جمله پرخاشگری هستیم.

از طرف دیگر عدم تنظیم هیجان سبب افزایش اضطراب، تنیدگی، خشم در موقعیت‌های استرس‌آور خواهد شد (پارکر، ساکلوپلسک و کفر^۳، ۲۰۱۶). راهبردهای منفی تنظیم هیجان هر یک به علت ماهیت ناسازگارانه خود منجر به تشدید هیجان‌های منفی می‌شوند. به‌عنوان مثال، (سلیگوسکی، راجرز و اورکات، ۲۰۱۶)^۴ دریافتند که نشخوارفکری به دلیل تغییر منفعلانه آشفتگی به جای تغییر شکل فعال آن است. و در یک چرخه معیوب نشخوار فکری منجر به عمیق تر شدن تفکر ناراضی‌مندان از خود و خود سرزنش‌گری می‌شود و این به نوبه خود می‌تواند زمینه را برای انجام

¹ Gong, & Paulson

² Maques, Monteriro, Canvarro & Fonseca

³ Parker, Saklofske, & Keefer

⁴ Seligowski, Rogers, & Orcutt

رفتارهای پرخاشگرانه محیا سازد. (مک لین و فوا، ۲۰۱۷) سرزنش خود به تفکرات مربوط به مقصر دانستن خود از آنچه اتفاق افتاده است گفته می‌شود. افرادی که هیجان‌ها را به طور منفی و غیر قابل کنترل تجربه می‌کنند؛ احتمالاً منابع محدودی برای استفاده در شرایط پرتنش دارند (رزاق پور و حسین زاده، ۱۳۹۷) بنابراین به نظر می‌رسد استفاده از راهبردهای منفی تنظیم هیجان باعث وقوع مشکلاتی در بازداری تکانه‌های پرخاشگری و دسترسی ادراک شده محدود به راهبردهای مناسب تنظیم هیجان می‌شود و در نتیجه دسترسی محدود، به راهبردهای موثر تنظیم شناختی هیجان فرد برای خاتمه دادن به حالت عاطفی منفی به رفتارهای پرخاشگرانه دست می‌زند. بنابراین آگاهی صحیح از هیجان‌ات، ارزیابی صحیح در ارتباط با منشاء ناراحتی‌های هیجانی می‌تواند به کاهش رفتارهای پرخاشگرانه کمک کند. پژوهش حاضر دربرگیرنده محدودیت‌هایی بود که می‌تواند راهنمای پژوهش‌گران برای تحقیقات آتی باشد. از آنجایی که جمع آوری داده‌ها براساس مقیاس‌های خودگزارش دهی انجام شد که این گزارش‌ها ممکن است به دلیل تعصب در پاسخ دهی مستعد تحریف باشند. بنابراین پیشنهاد می‌شود در پژوهش‌های آتی از ابزارهای دیگر مانند مصاحبه ساختار یافته، جهت جمع آوری اطلاعات استفاده شود. همچنین پیشنهاد می‌گردد نهادها و مراکز آموزش و پرورش و مراکز مشاوره در بکاربردن استفاده از دانش آموزان از راهبردهای مثبت تنظیم هیجان بر کاهش رفتارهای مخرب از جمله پرخاشگری، توجه ویژه ای داشته باشند.

منابع

- ابوالمعالی، خدیجه. (۱۳۹۱). ساخت و استاندارد سازی پرسشنامه پرخاشگری. *فصلنامه روانسنجی*. (۱۱). صص: ۲۴-۵.
- امین آبادی، زهرا، دهقانی، محسن، و خداپناهی، محمدکریم. (۱۳۹۰). بررسی ساختار عاملی و اعتباریابی پرسشنامه تنظیم شناختی هیجان. *مجله علوم رفتاری*. دوره ۵، شماره ۴، صص: ۳۶۵-۳۷۱.
- اسدی مجره، سامره، اکبری، بهمن. (۱۳۹۷). مدل ساختاری پرخاشگری براساس تنظیم هیجان، آکسیتیمیا، تکانشگری و هیجان خواهی در دانشجویان. *مجله دانشگاه علوم پزشکی سبزوار*. دوره ۲۵، شماره ۶، صص: ۸۱۹-۸۲۸.
- بختیاری، مریم، تاشکه، مجتبی، بازانی، میثم، محمدی، سعید. (۱۳۹۶). همبستگی میان تنظیم شناختی هیجان و پرخاشگری. *مجله پژوهشی دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی*. سال ۲۱، شماره ۵، صص: ۳۱۲-۳۰۵.
- حمیدی، فریده، آسود هنا لکیاشری، زهرا. اسفندیاری، مهدیه. (۱۳۹۶). بررسی رابطه تنظیم شناختی هیجان و پرخاشگری دانشجویان. *نخستین کنگره ملی دانشجویی پژوهش‌های نوین در روانشناسی*. دانشگاه گیلان، دانشکده ادبیات و علوم انسانی.
- رحیمی، الهام. (۱۳۹۴). *بررسی رابطه تنظیم شناختی هیجان و جرات ورزی با پرخاشگری*. پایان نامه کارشناسی ارشد در دانشجویان دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی دانشگاه آزاد مرودشت.
- رزاق پور، مهدی، حسین زاده، علی اصغر. (۱۳۹۷). نقش میانجیگر راهبردهای تنظیم شناختی هیجانی در رابطه بین ویژگی‌های شخصیتی با نشانگان جسمانی سازی دانشجویان دختر. *فصلنامه روانشناسی کاربردی*. دوره ۱۳، شماره ۲ (۵۰). صص: ۳۱۶-۲۹۵.
- شریفی باستان، فرنگیس، یزدی، سیده منور، زهرایی، شقایق. (۱۳۹۵). نقش راهبردهای تنظیم شناختی هیجان و عاطفه مثبت و منفی در پیش‌بینی تاب آوری زنان مبتلا به سرطان پستان. *فصلنامه روان پرستاری*. دوره ۴، شماره ۲، صص: ۴۹-۳۸.
- ظاهری فر، زهرا، فردوسی، سیما، موتابی، فرشته، مظاهری، محمد علی، و فتی، لادن. (۱۳۹۴). نقش واسطه ای نارسایی راهبردهای تنظیم هیجان در رابطه بین شدت هیجان منفی و انگیزش ایمنی با نشانه‌های اضطراب فراگیر. *روانشناسی معاصر*. دوره ۲، شماره ۱۰، صص: ۶۶-۵۱.
- عبداللهی، محمدهادی، المدنی الحسینی، سید علی. (۱۳۹۵). بررسی و تعیین رابطه بین پس فکریهای نشخوارخشم و پرخاشگری نوجوانان. *فصلنامه مطالعات روانشناسی و علوم تربیتی*. شماره هشتم، پاییز ۱۳۹۵، صص: ۳۰-۱۵.

Allen, J. J., & Anderson, C. A. (2017). Aggression and violence: Definitions and distinctions. *The Wiley handbook of*

- violence and aggression*, 1-14.
- Azarian, A., Farokhzadian, A. A., & Motaghi, Z. (2016). A study of the relationship between cognitive regulation of emotions and aggression in the female students of the first grade of high school in Rezvanshahr. *International Journal of Humanities and Cultural Studies (IJHCS)*, 1(1), 320-325.
- Bowie, B. H. (2010). Understanding the gender differences in pathways to social deviancy: Relational aggression and emotion regulation. *Archives of Psychiatric Nursing*, 24(1), 27-37.
- Berking, M., & Schwarz, J. (2013). *The effect regulation training*. In: Gross, J., editor. *Handbook of Emotion Regulation*. New York: Guilford Press, 529-547.
- Compas, B. E., Jaser, S. S., Bettis, A. H., Watson, K. H., Gruhn, M. A., Dunbar, J. P.,... & Thigpen, J. C. (2017). Coping, emotion regulation, and psychopathology in childhood and adolescence: A meta-analysis and narrative review. *Psychological Bulletin*, 143(9), 939.
- Denson, T. F., Pedersen, W. C., Friese, M., Hahm, A., & Roberts, L. (2011). Understanding impulsive aggression: Angry rumination and reduced self-control capacity are mechanisms underlying the provocation-aggression relationship. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 37(6), 850-862.
- Duke, N. N., & Borowsky, I. W. (2015). Youth violence prevention and safety: opportunities for health care providers. *Pediatric Clinics*, 62(5), 1137-1158.
- Donahue, J. J., Goranson, A. C., McClure, K. S., & Van Male, L. M. (2014). Emotion dysregulation, negative affect, and aggression: A moderated, multiple mediator analysis. *Personality and Individual Differences*, 70, 23-28.
- Evans, S. C., Blossom, J. B., Canter, K. S., Poppert-Cordts, K., Kanine, R., Garcia, A., & Roberts, M. C. (2016). Self-reported emotion reactivity among early-adolescent girls: evidence for convergent and discriminant validity in an urban community sample. *Behavior therapy*, 47(3), 299-311.
- 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(8), 1659-1669.
- Garnefski, N., Kraaij, V., & Spinhoven, P. (2001). Negative life events, cognitive emotion regulation and depression. *Personality and Individual Differences*, 30, 1311-1327.
- Gong, X., & Paulson, S. E. (2017). Effect of family affective environment on individuals' emotion regulation. *Personality and Individual Differences*, 117, 144-149.
- Guadagnoli, E., & Velicer, W. F. (1988). Relation of sample size to the stability of component patterns. *Psychological bulletin*, 103(2), 265.
- Hasani, J. (2010). The psychometric properties of the cognitive emotion regulation questionnaire (CERQ). *Journal of clinical psychology*, 24, 139-152.
- Izadpanah, S., Schumacher, M., Arens, E. A., Stopsack, M., Ulrich, I., Hansenne, M.,... & Barnow, S. (2016). Adolescent harm avoidance as a longitudinal predictor of maladaptive cognitive emotion regulation in adulthood: The mediating role of inhibitory control. *Journal of adolescence*, 52, 49-59.
- Marques, R., Monteiro, F., Canavarro, M. C., & Fonseca, A. (2018). The role of emotion regulation difficulties in the relationship between attachment representations and depressive and anxiety symptoms in the postpartum period. *Journal of affective disorders*, 238, 39-46.
- McLean, C. P., & Foa, E. B. (2017). Emotions and emotion regulation in posttraumatic stress disorder. *Current opinion in psychology*, 14, 72-77.
- Meyers, L. S., Gamst, G., & Guarino, A. J. (2016). *Applied multivariate research: Design and interpretation*. Sage publications.
- Parker, J. D., Saklofske, D. H., & Keefer, K. V. (2017). Giftedness and academic success in college and university: Why emotional intelligence matters. *Gifted Education International*, 33(2), 183-194.
- Quoidbach, J., Berry, E. V., Hansenne, M., & Mikolajczak, M. (2010). Positive emotion regulation and well-being: Comparing the impact of eight savoring and dampening strategies. *Personality and individual differences*, 49(5), 368-373.
- Romero, E., & Alonso, C. (2017). Callous-unemotional traits and the five factor model in adolescents. *Personality and Individual Differences*, 106, 268-274.
- Schäfer, J. Ö., Naumann, E., Holmes, E. A., Tuschen-Caffier, B., & Samson, A. C. (2017). Emotion regulation strategies in depressive and anxiety symptoms in youth: A meta-analytic review. *Journal of youth and adolescence*, 46(2), 261-276.
- Seligowski, A. V., Rogers, A. P., & Orcutt, H. K. (2016). Relations among emotion regulation and DSM-5 symptom clusters of PTSD. *Personality and Individual Differences*, 92, 104-108.
- Shaw, P., Stringaris, A., Nigg, J., & Leibenluft, E. (2014). Emotion dysregulation in attention deficit hyperactivity disorder. *American Journal of Psychiatry*, 171(3), 276-293.
- Wilkowski, B. M., & Robinson, M. D. (2010). The anatomy of anger: An integrative cognitive model of trait anger and reactive aggression. *Journal of personality*, 78(1), 9-38.