

## Research Paper

# Presenting a Causal Model of Adolescents Happiness Based on Family Functioning with the Mediating Role of Cognitive Emotion Regulation Strategies

Mahmood Goodarzi<sup>1</sup>, Sara Tavazoei<sup>2</sup>, Maryam Mahmoodi<sup>2\*</sup>, Somayeh Seid Mohammadi<sup>2</sup>

1-Associate Professor of Family Counseling, Islamic Azad.

2-Ph.D. Student in Counseling, Islamic Azad University, Sanandaj Branch, Iran.

Received: 2023/11/07

Revised: 2024/09/05

Accepted: 2024/09/10

Use your device to scan and read the article online



DOI:

10.30495/jpmm.2024.32688.3882

### Keywords:

happiness, family functioning, cognitive emotion regulation strategies, adolescents, structural equations.

### Abstract

**Background and purpose:** The present study was conducted with the aim of presenting a causal model of adolescent happiness based on family functioning with the mediating role of cognitive emotion regulation strategies.

**Methods:** The design of the current research was descriptive-correlation and applied in terms of purpose. The statistical population of the research included all male and female students of the high-school of Sanandaj in the academic year of 1401-02. The research sample included 350 students (157 boys and 193 girls) who were selected by random multi-stage cluster sampling. In order to collect data, the Oxford Happiness Inventory (OHI), the Family Assessment Device (FAD) and the Cognitive Emotion Regulation Strategies Questionnaire (CERQ) were used. The data were analyzed with the structural equation modeling analysis.

**Findings:** The results showed that the proposed model had a good fit. The results of the analysis of direct paths showed that there were a significant negative relationship between dysfunctional family functioning and adaptive cognitive emotion regulation strategies, a significant positive relationship between dysfunctional family functioning and maladaptive cognitive emotion regulation strategies, a significant positive relationship between adaptive cognitive emotion regulation strategies and happiness, and a significant negative relationship between maladaptive cognitive emotion regulation strategies and happiness. But there is no significant direct relationship between Dysfunctional family functioning and happiness. Family functioning has indirect relationships with adolescents' happiness through cognitive emotion regulation strategies.

**Conclusion:** It is necessary to pay attention to adaptive cognitive emotion regulation strategies and correct the maladaptive cognitive emotion regulation strategies in promoting the happiness of adolescents, even in families with dysfunctional functioning.

**Citation:** Goodarzi M, Tavazoei S, Mahmoodi M, Seid Mohammadi S. Presenting a Causal Model of Adolescents Happiness Based on Family Functioning with the Mediating Role of Cognitive Emotion Regulation Strategies. *Journal of Psychological Methods and Models*. 2024; 15(57): 1-18.

\*Corresponding author: Maryam Mahmoodi

**Address:** PhD student, Department of Psychology, Islamic Azad University, Sanandaj Branch, Iran.

**Tell:** 09902142089

**Email:** maryammahmoodi1084@gmail.com

## Extended Abstract

### Introduction

Happiness refers to the frequency and degree of positive emotion or happy feeling, the average level of satisfaction during a period and the absence of chronic negative emotions (1).

Various sources and factors in the happiness of adolescents, the influence of encouragement, positive family relationships and its favorable performance is one of the components that can provide a foundation for the happiness of adolescents (2). Family functioning means the family's ability to protect the entire family system in order to adapt to possible changes during life, manage conflicts, feel solidarity between members and succeed in disciplinary patterns, respect the limits and boundaries between family members and implement the governing rules and principles. It is based on the institution of the family (3).

Another variable related to the happiness of adolescents is the cognitive regulation of emotion. Cognitive regulation of emotion as an adaptive practice refers to a set of internal and external processes that evaluates and adjusts individual emotional responses and reactions and adjusts the satisfaction of needs and the path to achieving individual goals (4).

### Methodology

The present study is a cross-sectional study with a descriptive-correlational design and applied in terms of purpose, which was carried out using the structural equation analysis method. The statistical population of the research included all male and female students of the second secondary level of Sanandaj city in the academic year of 1401-02. The research sample included 350 students (157 boys and 193 girls) based on the recommendation of Kline selected by random multi-stage cluster sampling. According to Kline (5), for structural equation modeling research, 200 samples are acceptable, 300 samples are suitable, and more than 500 samples are excellent. The sampling process was in such a way that first, nine schools and two classes from each school were randomly selected from among all second secondary schools in Sanandaj

city. Research entry criteria include; Informed consent to participate in the research was to study in the second secondary level and be in the age range between 16 and 19 years, and the criteria for leaving the research included; Refusal to continue answering the questionnaires, incomplete answers, evident physical-motor disability, being a child of divorce (divorced parents) and taking neuropsychiatric drugs. In order to collect data, the Oxford Happiness Inventory (OHI), the Family Assessment Device (FAD) and the Cognitive Emotion Regulation Strategies Questionnaire (CERQ) were used. In order to test the presented conceptual model and examine the causal relationships between research variables, structural equation modeling method was used in the form of path analysis using SPSS<sub>26</sub> and AMOS<sub>26</sub> software.

### Findings

350 people were present in this research. Of these, 193 were girls (55.14%) and 157 were boys (44.86%). The average age of the subjects was 15.91 and its standard deviation was 2.74. 142 (40.57%) of these adolescents were studying in the first level of high school, 116 (33.14%) in the second level of high school and 92 (26.29%) in the third level of high school.

Pearson's correlation coefficients showed that apart from emotional intercourse with life satisfaction, behavior control with life satisfaction, life satisfaction with hope and aesthetic feeling with hope, other components have significant correlations with each other ( $p < 0.05$ ). The strongest correlation is between the total score of family functioning with emotional companionship ( $r = 0.97$ ), the adaptive strategy with the total score of happiness ( $r = 0.97$ ) and the inconsistent leader with the total score of happiness ( $r = -0.97$ ).

The results showed that all fit indices include; Modified goodness-of-fit index, Tucker-Lewis index, goodness-of-fit index, adaptive goodness-of-fit index, increase-in-fit index, root mean square error of approximation, chi-square index are in the acceptable range.

The amount of explained variance of adaptive strategy of cognitive regulation of

emotion ( $R^2 = 0.77$ ) and maladaptive strategy of cognitive regulation of emotion ( $R^2 = 0.83$ ) was obtained. Chin (1998) introduces the value of 0.19 as weak explained variance, 0.33 as medium and 0.67 as a strong value in structural equation modeling. Therefore, the value of the explained variance is in the strong range for both the adaptive strategy and the incompatible strategy. In examining the direct relationships of the variables, the results showed that Dysfunctional family functioning on the adaptive strategy of cognitive emotion regulation has a negative and significant effect ( $\beta = -0.88, P = 0.000$ ), and on the strategy of incompatible cognitive regulation of emotion, it has a positive and significant effect ( $\beta (p = 0.000, = 0.91)$ ) and has a minor and non-significant negative effect on happiness ( $\beta = -0.03, p = 0.404$ ). The adaptive strategy of cognitive emotion regulation has a positive and significant effect on happiness ( $\beta = 0.68, P = 0.000$ ). The maladaptive cognitive emotion regulation strategy also has a negative and significant effect on happiness ( $\beta = -0.44, P = 0.000$ ). Also, the results of the bootstrapping method showed the indirect path of Dysfunctional family functioning to happiness through adaptive strategy of cognitive regulation of emotion and maladaptive strategy of cognitive regulation of emotion is significant since zero is outside the upper limit and lower limit values in the confidence interval of 0.95.

## Conclusion

The present study was conducted with the aim of investigating and explaining the relationships between the variables of adolescents' happiness, family functioning and cognitive regulation of emotion in the form of path analysis model. The findings showed that Dysfunctional family functioning has a significant effect on adaptive and maladaptive cognitive emotion regulation strategies. Another finding of the present study was that Dysfunctional family functioning has a minor and non-significant negative effect on happiness. Another finding of the present study was that adaptive and maladaptive strategies of cognitive emotion regulation are meaningful with happiness. Another finding of the

present study was that the indirect path of Dysfunctional family functioning to happiness is significant with the adaptive strategy of cognitive regulation of emotion. Based on the findings, interventions can be developed to improve family communication, cognitive regulation of emotion and happiness. The performance of these interventions can include educational workshops, counseling sessions, or online resources that provide guidance to parents in a positive and supportive environment. Also, considering the significant relationship between cognitive emotion regulation and happiness, schools can consider programs or interventions that teach adolescents cognitive emotion regulation strategies.

## Ethical Considerations compliance with ethical guidelines

The cooperation of the participants in the present study was voluntary and accompanied by their consent.

## Funding

No funding.

## Authors' contributions

Design and conceptualization: Mahmood Goodarzi, Sara Tavazoei, Maryam Mahmoodi, Somayeh Seid Mohammadi  
Methodology and data analysis: Mahmood Goodarzi. Maryam Mahmoodi Supervision and final writing: Mahmood Goodarzi.

## Conflicts of interest

The authors declared no conflict of interest.

## مقاله پژوهشی

## ارائه مدل علی شادکامی نوجوانان بر اساس عملکرد خانواده با نقش واسطه‌ای راهبردهای تنظیم شناختی هیجان

محمود گودرزی<sup>۱</sup>، سارا تواضعی<sup>۲</sup>، مریم محمودی<sup>۳\*</sup>، سمیه صید محمدی<sup>۳</sup>

۱- دانشیار مشاوره خانواده، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد سمنان، ایران.

۲- دانشجوی دکتری مشاوره، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد سمنان، ایران.

۳- دانشجوی دکتری مشاوره، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد سمنان، ایران.

## چکیده

**زمینه و هدف:** این پژوهش با هدف ارائه مدل علی شادکامی نوجوانان بر اساس عملکرد خانواده با نقش واسطه‌ای راهبردهای تنظیم شناختی هیجان انجام گرفت.

**روش:** طرح این پژوهش توصیفی-همبستگی و از نظر هدف کاربردی بود. جامعه آماری پژوهش شامل تمامی دانش‌آموزان دختر و پسر مقطع متوسطه دوم شهرستان سمنان در سال تحصیلی ۱۴۰۱-۰۲ بود. نمونه پژوهش شامل ۳۵۰ دانش‌آموزان (۱۵۷ پسر و ۱۹۳ دختر) بود که به روش نمونه‌گیری خوشه‌ای چندمرحله‌ای تصادفی انتخاب شدند. به منظور گردآوری داده‌ها از سیاهه شادکامی آکسفورد هیل و آرگیل، ابزار سنجش خانواده ایشتاین و همکاران و پرسش‌نامه راهبردهای تنظیم شناختی هیجان گارنفسکی و همکاران استفاده شد. داده‌ها با روش مدل‌سازی معادلات ساختاری تجزیه و تحلیل شدند.

**یافته‌ها:** تحلیل‌های الگویابی معادلات ساختاری نشان داد که مدل پیشنهادی از برازش مطلوبی برخوردار است. نتایج تحلیل مسیرهای مستقیم نشان داد که بین عملکرد ناکارآمد خانواده با راهبرد سازگاران تنظیم شناختی هیجان رابطه منفی و معنادار، بین عملکرد ناکارآمد خانواده با راهبرد ناسازگاران تنظیم شناختی هیجان رابطه مثبت و معنادار، بین راهبرد سازگاران تنظیم شناختی هیجان با شادکامی رابطه مثبت و معنادار و بین راهبرد ناسازگاران تنظیم شناختی هیجان با شادکامی رابطه منفی و معنادار وجود دارد، اما بین عملکرد خانواده با شادکامی رابطه مستقیم معناداری وجود ندارد. نتایج ضرایب مسیر غیرمستقیم نشان داد که عملکرد ناکارآمد خانواده با شادکامی نوجوانان از راه راهبرد سازگاران و راهبرد ناسازگاران تنظیم شناختی هیجان روابط غیرمستقیم معنادار دارد.

**نتیجه‌گیری:** راهبردهای سازگاران و ناسازگاران تنظیم شناختی هیجان نقشی اساسی در ارتباط بین عملکرد ناکارآمد خانواده و شادکامی نوجوانان ایفا می‌کند. لذا، توجه به این راهبردها و اصلاح راهبرد ناسازگاران در ارتقای شادکامی نوجوانان حتی در خانواده‌های با عملکرد معیوب امری ضروری است.

تاریخ دریافت: ۱۴۰۲/۰۸/۱۶

تاریخ داوری: ۱۴۰۳/۰۶/۱۵

تاریخ پذیرش: ۱۴۰۳/۰۶/۲۰

از دستگاه خود برای اسکن و خواندن مقاله به صورت آنلاین استفاده کنید



DOI: 10.30495/jpmm.2024.32688.3882

## واژه‌های کلیدی:

شادکامی، عملکرد خانواده، راهبردهای تنظیم شناختی هیجان، نوجوانان

\* نویسنده مسئول: مریم محمودی

نشانی: دانشجوی دکتری، دپارتمان روان‌شناسی، دانشگاه آزاد واحد سمنان، سمنان، ایران.

تلفن: ۰۹۹۰۲۱۴۲۰۸۹

پست الکترونیکی: maryammahmoodi1084@gmail.com

## مقدمه

دوره نوجوانی به دلیل ویژگی‌های منحصر بفرد تحولی خود از اهمیتی ویژه در بین پژوهشگران برخوردار است (۶). از آنجا که در دوره نوجوانی فرایندهای زیستی، شناختی، روانی و اجتماعی دستخوش تغییر و تحول می‌شود، لذا نوجوانان ممکن است تحت فشارهای شدید این تغییرات، در سازگاری با مقتضیات این دوره از زندگی با چالش‌هایی مواجه شوند (۷، ۸). یکی از عواملی که می‌تواند موجب کاهش تنش و در نتیجه سازگاری بیش‌تر نوجوانان شود، شادکامی<sup>۱</sup> است (۹). شادکامی به فراوانی و درجه عاطفه مثبت یا احساس خوشی، میانگین سطح رضایت در طول یک دوره و نداشتن احساسات منفی مزمن اطلاق می‌شود (۱). افراد با شادکامی بالا از یک الگوی تفسیر تسهیل‌کننده هیجانات مثبت، معنابخش به زندگی و مولد احساس ارزشمندی برخوردار هستند. این افراد از نظر ساختار فکری، انگیزش و قضاوت با افراد ناشاد تمایز داشته و از بازدهی فردی، خانوادگی، اجتماعی، شغلی و تحصیلی بالاتری برخوردارند (۱۰). شادکامی از این جنبه‌ها نیز اهمیت است که مشاهده شده است که به طور تجربی با پیامدهای مثبت فردی، اجتماعی، روان‌شناختی، جسمانی و رفتاری مرتبط است (۱۱) و می‌تواند در توسعه الگوهای ارتباطی سالم، کنجکاوی و خلاقیت نوجوانان نقش‌آفرینی کند (۷).

یکی از مؤلفه‌هایی که می‌تواند پایه‌ای برای شادکامی نوجوانان فراهم کند، روابط خانوادگی مثبت و عملکرد مطلوب آن است (۲). عملکرد خانواده<sup>۲</sup> به مفهوم توانایی خانواده در حفاظت از کل نظام خانواده جهت هماهنگ شدن با تغییرات احتمالی ایجاد شده در طول زندگی، مدیریت تعارضات، احساس همبستگی بین اعضا و موفقیت در الگوهای انضباطی، رعایت حد و مرز بین اعضای خانواده و اجرای مقررات و اصول حاکم بر نهاد خانواده است (۳). عملکرد خانواده به صورت مستقیم و غیرمستقیم بر بهزیستی فردی تأثیر می‌گذارد، به طوری که افزایش سطح حمایت خانواده موجب بهبود کیفیت زندگی تک تک اعضای خانواده می‌شود (۱۲). در واقع عملکرد مطلوب خانواده به اعضای خود کمک می‌کند تا در هنگام مدیریت تجارب دشوار و آسیب‌زای زندگی عملکرد بهتری داشته باشند (۱۳). زمانی که خانواده عملکرد مطلوبی داشته باشد اعضای خانواده احساس رضایت کرده و مهارت‌های حل مسئله خانواده تقویت می‌شود (۱۴). به عبارت دیگر، عملکرد مطلوب خانواده محیطی را ایجاد می‌کند که

اعضای خانواده به صورت همه‌جانبه حامی و پشتیبان یکدیگر باشند، یکدیگر را بپذیرند و درگیر فعالیت‌هایی شوند که رشد و تحول اعضا را تسهیل می‌کند. در حالی که این شرایط در خانواده‌های با عملکرد نامطلوب، به طور معمول رخ نمی‌دهد یا در سطحی بسیار پایین روی می‌دهد (۱۵). به بیانی دیگر، در خانواده‌های با عملکرد نامطلوب مشکلات فراوانی مشاهده می‌شود که می‌تواند زمینه‌ساز آسیب‌های روان‌شناختی برای اعضای آن باشد، در این خانواده‌ها سطح بروز هیجانات، تعاملات مثبت و نقش اعضا ضعیف و دچار نقص است و خانواده فاقد توان لازم برای مدیریت تعارضات و مسائل خود است (۱۶، ۱۷).

یکی دیگر از متغیرهای مرتبط با شادکامی نوجوانان تنظیم شناختی هیجان<sup>۳</sup> است (۱۸). تنظیم شناختی هیجان به عنوان عملی سازگارانه به مجموعه‌ای از فرایندهای درونی و بیرونی اطلاق می‌شود که موجب ارزیابی و تعدیل پاسخ‌ها و واکنش‌های هیجانی فرد شده و ارضاء نیازها و مسیر رسیدن به اهداف فردی را تعدیل کرده (۴، ۱۹) و نقشی مهم در سلامت روان‌شناختی و عملکرد اجتماعی فرد ایفا می‌کند (۲۰). در مدل متوالی گراس (۲۱) به پنج عنصر اساسی در فرآیند تنظیم شناختی هیجانات اشاره شده است؛ عنصر اول، به انتخاب موقعیتی اشاره دارد که مستلزم انجام اقدامات است. عنصر دوم، تغییر مستقیم موقعیت به منظور تغییر تأثیر هیجانی ناشی از یک رویداد خاص می‌باشد. عنصر سوم، به گسترش توجه مرتبط است. عنصر چهارم، به تغییر شناختی اشاره دارد که موقعیت را ارزیابی کرده و معنای هیجانی آن را تغییر می‌دهد و در نهایت، عنصر پنجم تغییر پاسخی است که هنگام مدیریت هیجان‌ها رخ می‌دهد و تأثیر مستقیمی بر پاسخ‌های تجربی، رفتاری و فیزیولوژیکی بر جای می‌گذارد.

بطور کلی راهبردهای تنظیم شناختی هیجان، دو دسته راهبردهای سازش‌یافته یا سازش‌نیافته را شامل می‌شوند (۱۸). به اعتقاد نولن-هوکسیما<sup>۴</sup> تنظیم شناختی هیجان سازش‌یافته موجب افزایش آستانه تحمل افراد در وضعیت‌های دشوار و ناتوان‌کننده می‌شود (۲۲). راهبردهای سازگارانه تنظیم هیجان عبارتند از کم‌اهمیت‌شماری، تمرکز مجدد مثبت، ارزیابی مجدد مثبت، پذیرش و تمرکز مجدد بر برنامه‌ریزی. می‌توان گفت که این سازه نقش مهم و اساسی در بهزیستی روان‌شناختی، مدیریت استرس، یادگیری و عملکرد تحصیلی ایفا می‌کند (۲۳). این در حالی است که راهبردهای ناسازگارانه تنظیم شناختی هیجان، با

3. Cognitive Emotion Regulation

4. Nolen-Hoeksema

1. Happiness

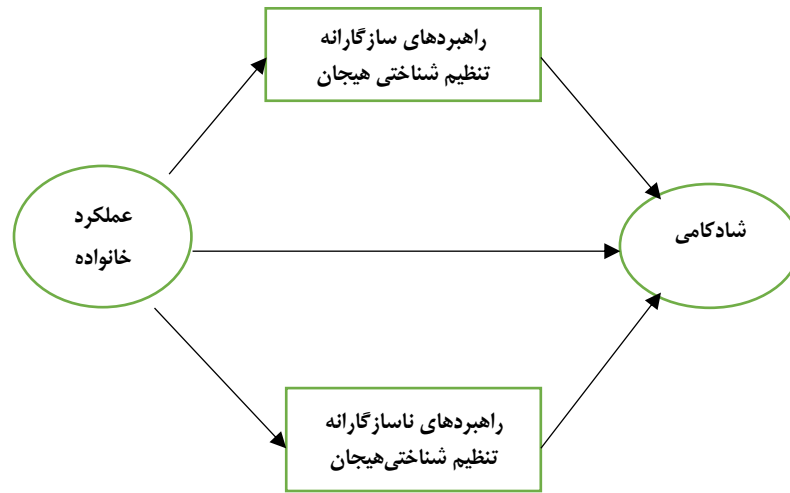
2. Family Function



وجود دارد. گالیان و آتو (۲۴) در پژوهش خود نشان دادند که انسجام و انعطاف‌پذیری خانواده با شادکامی ذهنی نوجوانان ارتباط مثبت دارد. ساتیچ و دنیز، مریدا لویز و همکاران (۲۶، ۲۵) نیز در مطالعات خود ارتباط قوی معنادار بین تنظیم شناختی هیجان و شادکامی گزارش کردند. در یک پژوهش مروری ایزو و همکاران (۲۷) نشان دادند که شواهد تجربی بیانگر این است که بین ابعاد عملکرد خانواده انسجام و ارتباط به شدت شادی نوجوانان را پیش‌بینی می‌کنند. پژوهش بویسن (۱۲) نشان داد که بهبود نمرات در سطح عملکرد خانواده رابطه مثبتی با رضایت و شادی از زندگی دارد و افرادی که در خانواده‌های با عملکرد مطلوب زندگی می‌کنند در مقایسه با افرادی که در خانواده‌های ناکارآمد زندگی می‌کنند، از زندگی راضی‌تر و شادتر هستند. همچنین، امیری مجد و زرآبادی‌پور (۲۸) در پژوهش خود دریافتند که تنظیم شناختی هیجان نقش به‌سزایی در کیفیت زندگی و شادکامی افراد دارد. پژوهشگران دیگری نیز نتایج مشابهی را گزارش کردند (۳، ۷، ۲۹، ۳۰).

با وجود اینکه بررسی‌ها نشان می‌دهند که عملکرد خانواده و تنظیم شناختی هیجان از مهم‌ترین منابع تأمین‌کننده شادکامی افراد هستند (۷)، اما هیچ پژوهشی در قالب یک مدل علی به مطالعه اثرات مستقیم و غیرمستقیم عملکرد خانواده بر ابعاد تنظیم شناختی هیجان و شادکامی نوجوانان نپرداخته است. این پژوهش با در نظر گرفتن فقر پژوهشی موجود، به تکمیل پیشینه پژوهشی این حوزه کمک می‌کند. ضمن اینکه شادکامی و عوامل مرتبط با آن در سنین نوجوانی کمتر مورد توجه قرار گرفته است و دانش بیش‌تری در این زمینه مورد نیاز است. چرا که مطالعه در مورد شادکامی نوجوانان به عنوان متغیری که می‌تواند نقشی بسیار مهم در ابعاد گوناگون زندگی مانند فردی، اجتماعی، روان‌شناختی، شغلی و تحصیلی داشته باشد، دانشی مهم را درباره ادراکات نوجوان از زندگی به عنوان یک کل و اطلاعات اساسی درباره تحول در چرخه عمر فراهم می‌کند. بدین منظور این پژوهش با هدف ارائه مدل علی شادکامی نوجوانان بر اساس عملکرد خانواده با نقش واسطه‌ای راهبردهای سازگاران و ناسازگاران تنظیم شناختی هیجان انجام پذیرفت. بر این اساس مدل مفهومی پژوهش به صورت شکل ۱ می‌باشد.

ارائه پاسخ‌هایی غیرانطباقی به حالات و فرایندهای هیجانی منجر به آشفتگی هیجانی و عدم تعدیل کارآمد فرایندهای هیجانی می‌شود (۳۵). به بیان دیگر، برخلاف استراتژی‌های سازگاران تنظیم شناختی هیجان که فاکتورهایی محافظتی بشمار می‌روند راهبردهای ناسازگاران خطر بروز مشکلات هیجانی و آسیب‌های روان‌شناختی را افزایش می‌دهند و نقشی مهم در علائم آسیب‌شناسی روانی دارند. بررسی‌ها نشان‌دهنده حضور راهبردهای ناسازگاران تنظیم شناختی هیجان در انواع نشانه‌های اختلالات روان‌شناختی که با مشکلات هیجانی همراه هستند است (۲۱). این در حالی است که شادکامی نیز به ارزیابی افراد از کیفیت زندگی‌شان اشاره دارد. این ارزیابی ممکن است شامل جنبه‌های شناختی باشد، مانند قضاوت‌هایی که افراد در مورد خشنودی از زندگی خود به عمل می‌آورند، یا دارای جنبه عاطفی باشد که شامل خلق و هیجاناتی است که در واکنش به رویدادهای زندگی در افراد ظاهر می‌شوند (۹). بنابراین، بدیهی است که عملکرد خانواده که به پویایی‌های درون‌سیستمی خانواده مربوط می‌شود، می‌تواند در ارزیابی تک تک اعضای خانواده از کیفیت زندگی و سطح شادکامی آنان اثرگذار باشد (۲). اما بنظر می‌رسد که توانایی فرد در ادراک، مدیریت و تنظیم هیجان‌های ناشی از پویایی‌های خانواده، منجر به پاسخ‌های هیجانی متفاوتی شود. بدین معنا که افراد با توان تنظیم هیجان بالا در واکنش به پویایی‌های کارکردی خانواده هیجانات مثبتی مانند شادکامی را تجربه نمایند اما در افراد با توان پایین تنظیم هیجان این واکنش به شکلی دیگر ارزیابی و تجربه شود (۲۲). بنابراین، می‌توان گفت که تنظیم شناختی هیجان می‌تواند به عنوان پلی در ارتباط بین عملکرد خانواده با شادکامی در نظر گرفته شود. در بررسی ادبیات پژوهشی داخلی و خارجی هیچ پژوهشی یافت نشد که بطور مستقیم به بررسی نقش واسطه‌ای راهبردهای تنظیم شناختی هیجان در رابطه علی بین شادکامی نوجوانان و عملکرد خانواده پرداخته باشد. اما پژوهشی‌هایی مشابه (۱۸) نشان داده‌اند که بین سطوح شادکامی با تنظیم شناختی هیجان رابطه معنادار وجود دارد. بدین معنا که بین راهبرد ارزیابی مجدد و وجود شادی ارتباط مثبت معنادار و بین راهبرد سرکوب هیجانی و شادکامی ذهنی ارتباط منفی معنادار



شکل ۱. مدل مفهومی پژوهش

## مواد و روش‌ها

این پژوهش یک پژوهش مقطعی با طرح توصیفی-همبستگی و از نظر هدف کاربردی بود که با روش تحلیل معادلات ساختاری انجام گرفت. جامعه آماری پژوهش شامل تمامی دانش‌آموزان دختر و پسر مقطع متوسطه دوم شهرستان سنندج در سال تحصیلی ۱۴۰۱-۰۲ بود. نمونه پژوهش به روش نمونه‌گیری تصادفی خوشه‌ای چندمرحله‌ای انتخاب شد و شامل ۳۵۰ دانش‌آموز (۱۵۷ پسر و ۱۹۳ دختر) بود. بر اساس توصیه کلاین (۵) برای پژوهش‌های با روش مدل‌سازی معادلات ساختاری ۲۰۰ نفر نمونه قابل قبول، ۳۰۰ نمونه نمونه مناسب و بیش از ۵۰۰ نفر نمونه بسیار عالی است. روند نمونه‌گیری بدین طریق بود که ابتدا تمامی مدارس متوسطه دوم دخترانه و پسرانه شهرستان سنندج در هشت خوشه طبقه‌بندی شدند. خوشه‌ها بر اساس دخترانه و پسرانه بودن مدارس طبقه‌بندی شدند، بدین معنا که هر خوشه شامل دو مدرسه دخترانه و دو مدرسه پسرانه بود. هر خوشه چهار مدرسه دخترانه و پسرانه را شامل می‌شد. سپس از بین این هشت خوشه، چهار خوشه با استفاده از روش تصادفی انتخاب شد. در مرحله بعد از هر خوشه دو مدرسه (یک مدرسه دخترانه و یک مدرسه پسرانه) و از هر مدرسه نیز دو کلاس بصورت تصادفی انتخاب شدند. معیارهای شرکت در پژوهش پژوهش شامل رضایت آگاهانه برای شرکت در پژوهش و قرار داشتن در محدوده سنی بین ۱۶ تا ۱۹ سال بود و معیارهای خروج از پژوهش نیز شامل عدم رضایت جهت حضور در پژوهش،

ناتوانی جسمی-حرکتی مشهود، فرزند طلاق بودن (طلاق والدین) و مصرف داروهای اعصاب و روان بود. این معیارها بر اساس مطالعات پیشین انتخاب شدند و در پرسش‌نامه اطلاعات جمعیت‌شناختی دانش‌آموزان گنجانده شدند و بدین طریق مورد ارزیابی قرار گرفتند.

## ابزارهای پژوهش

**سپاه شادکامی آکسفورد:** این پرسش‌نامه یک ابزار خودگزارشی است که توسط هیل و آرگیل (۳۱) ساخته شده است و دارای ۲۹ ماده می‌باشد که در طیف لیکرت چهار گزینه‌ای از ۰ (اصلاً) تا ۳ (همیشه) نمره‌گذاری می‌شود. این پرسش‌نامه دارای هفت مؤلفه خودپنداره، رضایت از زندگی، آمادگی روانی، سر ذوق بودن، احساس زیبایی‌شناختی، خودکارآمدی و امیدواری می‌باشد. دامنه نمرات در این پرسش‌نامه بین ۰ تا ۸۷ می‌باشد و نمره بالاتر به معنای شادکامی بیش‌تر است. روایی همزمان این پرسش‌نامه با استفاده از ارزیابی دوستان افراد درباره آنها ۰/۴۳ محاسبه شد. هم‌چنین، همبستگی این پرسش‌نامه با مقیاس عاطفه مثبت برادبرن (۰/۳۲) با شاخص رضایت از زندگی آرگیل (۰/۵۷) و با پرسش‌نامه افسردگی بک (۰/۵۲-) محاسبه شد (۳۱). هیل و آرگیل (۳۱) پایایی این پرسش‌نامه را به کمک ضریب آلفای کرونباخ ۰/۹۰ و پایایی بازآزمایی آن را در طی هفت هفته ۰/۷۸ گزارش کرده‌اند. پایایی و روایی پرسش‌نامه شادکامی آکسفورد در ایران توسط علی‌پور و آگاه هریس (۳۲) سنجیده شد

1. Oxford Happiness Inventory (OHI)

و همکاران (۳۵) به منظور ارزیابی راهبردهای شناختی سازگارانه بعد از تجربه رخدادهای ناراحت‌کننده تدوین شده است. پرسش‌نامه دارای ۳۶ ماده است که دو دسته راهبردهای سازگارانه و ناسازگارانه تنظیم شناختی هیجان را در طیف لیکرت ۴ گزینه‌ای از ۱ (هرگز) تا ۵ (همیشه) ارزیابی می‌کند. دامنه نمره راهبرد سازگارانه بین ۱۶ تا ۸۰ و دامنه نمره راهبرد ناسازگارانه بین ۲۰ تا ۱۰۰ می‌باشد. گارنفسکی و همکاران (۳۵) پایایی این ابزار را با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ به ترتیب برابر ۰/۹۱، ۰/۸۷، و ۰/۹۳ گزارش کرده‌اند. در ایران روایی آزمون از طریق همبستگی نمره کل با نمرات مؤلفه‌های ابزار بررسی شد که دامنه‌ای از ۰/۴۰ تا ۰/۶۸ با میانگین ۰/۵۶ را در برمی‌گرفت که همگی معنادار بودند. روایی پرسش‌نامه نیز از طریق همبستگی راهبردهای ناسازگارانه با نمرات افسردگی و اضطراب پرسش‌نامه سلامت عمومی بررسی شد. به ترتیب ضرایبی برابر با ۰/۳۵ و ۰/۳۷ به دست آمده است که همگی معنادار بودند. همچنین برای پایایی ابزار، روی نمونه‌ای از ۱۵ تا ۲۵ سال ضریب آلفای کرونباخ برابر با ۰/۸۲ محاسبه شد. (۳۶). در این پژوهش آلفای کرونباخ برای بررسی همبستگی درونی پرسش‌نامه برای راهبرد سازگارانه ۰/۸۶ و برای راهبرد ناسازگارانه ۰/۷۷ بدست آمد.

### روش تجزیه و تحلیل داده‌ها

به‌منظور آزمون مدل مفهومی ارائه شده و بررسی روابط علی بین متغیرهای پژوهش از روش مدل‌سازی معادلات ساختاری با استفاده از نرم افزارهای SPSS26 و AMOS26 استفاده شد.

### یافته‌ها

در این پژوهش ۳۵۰ نفر حضور داشتند. از این تعداد ۱۹۳ نفر دختر (۵۵/۱۴ درصد) و ۱۵۷ نفر پسر (۴۴/۸۶ درصد) بودند. میانگین سنی افراد ۱۵/۹۱ و انحراف استاندارد آن ۲/۷۴ بود. ۱۴۲ (۴۰/۵۷ درصد) نفر از این نوجوانان در مقطع تحصیلی اول متوسطه، ۱۱۶ (۳۳/۱۴ درصد) نفر در مقطع دوم متوسطه و ۹۲ (۲۶/۲۹ درصد) نفر نیز در مقطع سوم متوسطه مشغول تحصیل بودند. شاخص‌های توصیفی و چولگی و کشیدگی متغیرهای پژوهش در جدول ۱ گزارش شده است.

که نتایج پژوهش آنها نشان داد که تمام ۲۹ ماده این پرسش‌نامه همبستگی بالایی با نمره کل آن داشتند. همچنین، همبستگی پیروسون بین این پرسش‌نامه با پرسش‌نامه افسردگی بک و زیرمقیاس برونگرایی پرسش‌نامه شخصیتی آیزنگ به ترتیب برابر با ۰/۴۸-، ۰/۴۵ گزارش شد که روایی همگرایی و واگرایی این ابزار را تایید می‌کرد. آلفای کرونباخ برای نمره کل ۰/۹۱ به دست آمد. همسانی درونی این ابزار در این پژوهش با روش آلفای کرونباخ برای نمره کل ۰/۸۲ محاسبه شد.

**ابزار سنجش خانواده:** این پرسش‌نامه یک ابزار خودگزارشی است و دارای ۶۰ سوال می‌باشد که توسط ایشتاین، بالدین و بیشتاب (۳۳) بر مبنای الگوی مک‌مستر و با هدف توصیف ویژگی‌های سازمانی و ساختاری خانواده طراحی شده است. این پرسش‌نامه شامل هفت زیرمقیاس است که شامل نقش‌ها، حل مشکل، همراهی عاطفی، آمیزش عاطفی، کنترل رفتار و عملکرد کلی است و در طیف لیکرت چهار درجه‌ای از کاملاً موافق (۱) تا کاملاً مخالف (۴) نمره‌گذاری می‌شود. نمره کمتر در این پرسش‌نامه نشان‌دهنده عملکرد سالم‌تر خانواده می‌اشد. ایشتاین و همکاران (۳۳) دامنه ضریب آلفای مؤلفه‌های این پرسش‌نامه را بین ۰/۷۲ تا ۰/۹۲ گزارش کرده‌اند که نشان‌دهنده همسانی درونی مطلوب این ابزار است. همچنین، این مقیاس توانست ۶۷ درصد خانواده‌های غیربالینی و ۶۴ درصد خانواده‌های بالینی را به درستی پیش‌بینی کند که نشان‌دهنده روایی مطلوب این ابزار است. ویژگی‌های روانسنجی این ابزار در ایران توسط زاده‌محمدی و ملک خسروی (۳۴) مورد بررسی قرار گرفته است. نتایج پژوهش آنان نشان داد که این مقیاس از اعتبار بازآزمایی کافی برخوردار است و همبستگی بین مرحله اول و دوم بازآزمایی ۰/۸۳ می‌باشد. ضریب آلفای کرونباخ کل مقیاس نیز ۰/۹۴ محاسبه شد که نشان‌دهنده همسانی درونی بالایی این مقیاس می‌باشد. روایی صوری این ابزار توسط ده نفر از اساتید دانشکده پرستاری و مامایی دانشگاه زنجان و رشت انجام گرفت که پس از جمع‌آوری پیشنهادات و انجام اصلاحات لازم پرسش‌نامه نهایی تدوین شد (۳۴). در این پژوهش نیز همسانی درونی نمره کل این مقیاس با روش آلفای کرونباخ ۰/۷۹ بدست آمد.

**پرسش‌نامه راهبردهای تنظیم شناختی هیجان:** این پرسش‌نامه یک ابزار خودگزارشی است که توسط گارنفسکی

2. Cognitive Emotion Regulation Questionnaire (CERQ)

1. Family Assessment Device (FAD)



جدول ۱. میانگین، انحراف معیار، چولگی و کشیدگی متغیرهای پژوهش

متغیر	زیر مقیاس	میانگین	انحراف معیار	چولگی	کشیدگی
عملکرد خانواده	عملکرد خانواده (نمره کل)	۱۵۰/۸۸	۱۱/۴۰	-۰/۱۲	-۱/۰۸
	حل مشکل	۹/۲۵	۲/۵۸	۱/۷۲	۱/۵۳
	ارتباط	۱۲/۴۵	۲/۳۰	۱/۶۶	۱/۴۷
	نقش‌ها	۱۵/۱۱	۱/۵۲	-۰/۹۲	-۰/۲۶
راهبردهای تنظیم شناختی هیجان	همراهی عاطفی	۱۶/۵۶	۲/۵۱	-۰/۲۰	-۰/۸۶
	آمیزش عاطفی	۱۷/۲۲	۳/۲۰	۱/۴۸	۱/۵۶
	کنترل رفتار	۱۶/۸۷	۲/۰۶	۱/۵۸	۱/۱۷
	عملکرد کلی	۱۹/۴۹	۲/۳۶	-۰/۱۲	-۱/۱۶
شادکامی	راهبرد سازگارانه	۴۳/۳۸	۶/۴۵	-۰/۸۰	-۰/۵۵
	راهبرد ناسازگارانه	۵۳/۱۲	۷/۳۰	-۰/۵۳	-۰/۰۵
	شادکامی (نمره کل)	۳۸/۴۲	۵/۰۵	-۰/۴۷	-۰/۰۲
	خودپنداره	۱۱/۹۰	۱/۴۲	-۰/۰۷	-۰/۵۸
شادکامی	رضایت از زندگی	۳/۲۶	۰/۹۰	-۰/۰۳	-۱/۰۰
	آمدگی روانی	۵/۰۰	۱/۰۰	-۰/۴۰	-۰/۲۶
	سر ذوق بودن	۳/۲۲	۰/۸۶	۱/۰۹	-۰/۷۴
	احساس زیبایی شناختی	۶/۸۷	۰/۹۶	۱/۴۵	۱/۳۰
شادکامی	خودکارآمدی	۵/۵۱	۰/۹۷	-۰/۸۸	۱/۱۶
	امیدواری	۲/۲۸	۱/۱۷	-۰/۴۸	-۰/۹۸

به منظور بررسی روابط ساده بین متغیرهای پژوهش از ضریب همبستگی پیرسون استفاده شد، که نتایج آن در جدول ۲ گزارش شده است.

جدول ۲. ماتریس ضریب همبستگی پیرسون بین متغیرها

متغیر	۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸	۹	۱۰	۱۱	۱۲	۱۳	۱۴	۱۵	۱۶	۱۷	۱۸	
۱	۱																		
۲	۰/۶۳**	۱																	
۳	۰/۶۷**	۰/۹۴**	۱																
۴	۰/۹۳**	۰/۶۳**	۰/۶۷**	۱															
۵	۰/۹۷**	۰/۵۳**	۰/۵۶**	۰/۸۷**	۱														
۶	۰/۶۷**	۰/۸۶**	۰/۹۱**	۰/۶۱**	۰/۷۴**	۱													
۷	۰/۸۱**	۰/۸۵**	۰/۹۱**	۰/۷۰**	۰/۹۵**	۰/۸۱**	۱												
۸	۰/۹۵**	۰/۶۵**	۰/۷۲**	۰/۸۹**	۰/۸۸**	۰/۶۶**	۰/۸۱**	۱											
۹	۰/۸۴**	۰/۵۳**	۰/۵۱**	۰/۸۶**	۰/۸۳**	۰/۴۹**	۰/۵۹**	۰/۷۷**	۱										
۱۰	۰/۸۸**	۰/۵۷**	۰/۵۶**	۰/۹۰**	۰/۸۵**	۰/۵۴**	۰/۶۳**	۰/۸۱**	۰/۹۴**	۱									
۱۱	۰/۸۷**	۰/۵۴**	۰/۵۳**	۰/۸۹**	۰/۸۶**	۰/۵۳**	۰/۶۲**	۰/۷۸**	۰/۹۷**	۰/۹۷**	۱								
۱۲	۰/۷۰**	۰/۴۶**	۰/۴۰**	۰/۶۵**	۰/۶۹**	۰/۴۵**	۰/۵۴**	۰/۶۴**	۰/۷۶**	۰/۸۳**	۰/۸۶**	۱							
۱۳	۰/۳۹**	۰/۱۳**	۰/۱۳**	۰/۴۶**	۰/۴۵**	۰/۴۰**	۰/۴۰**	۰/۲۸**	۰/۳۵**	۰/۳۴**	۰/۳۷**	۰/۱۱**	۱						
۱۴	۰/۶۵**	۰/۶۱**	۰/۶۵**	۰/۶۵**	۰/۵۹**	۰/۶۲**	۰/۶۵**	۰/۶۲**	۰/۸۰**	۰/۸۲**	۰/۸۱**	۰/۷۳**	۰/۰۹**	۱					
۱۵	۰/۴۵**	۰/۱۵**	۰/۱۷**	۰/۵۲**	۰/۴۶**	۰/۱۳**	۰/۲۱**	۰/۳۷**	۰/۷۶**	۰/۶۷**	۰/۶۷**	۰/۶۰**	۰/۶۰**	۰/۶۹**	۱				
۱۶	۰/۵۶**	۰/۴۶**	۰/۴۳**	۰/۶۹**	۰/۵۱**	۰/۳۰**	۰/۳۷**	۰/۵۰**	۰/۶۳**	۰/۷۳**	۰/۵۶**	۰/۵۷**	۰/۳۲**	۰/۲۳**	۰/۳۴**	۱			
۱۷	۰/۷۵**	۰/۳۰**	۰/۲۹**	۰/۷۳**	۰/۷۸**	۰/۲۲**	۰/۴۳**	۰/۶۳**	۰/۷۴**	۰/۷۳**	۰/۷۳**	۰/۷۷**	۰/۶۵**	۰/۵۴**	۰/۳۹**	۰/۳۷**	۱		
۱۸	۰/۶۴**	۰/۵۹**	۰/۶۳**	۰/۵۹**	۰/۶۲**	۰/۶۶**	۰/۶۶**	۰/۶۳**	۰/۵۸**	۰/۶۷**	۰/۶۷**	۰/۵۳**	۰/۰۲**	۰/۷۵**	۰/۲۹**	۰/۰۳**	۰/۳۶**	۱	

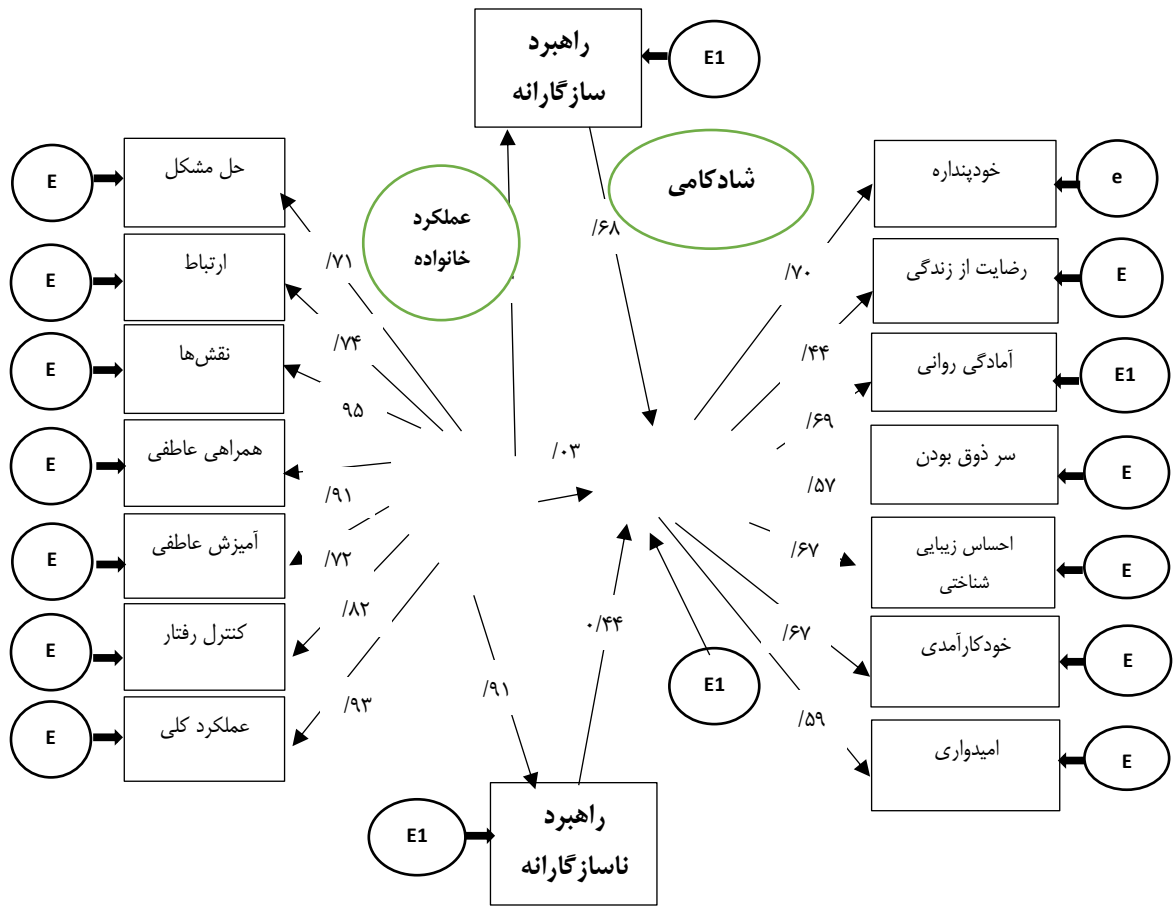
۱. عملکرد ناکارآمد خانواده (نمره کل)، ۲. حل مشکل، ۳. ارتباط، ۴. نقش‌ها، ۵. همراهی عاطفی، ۶. آمیزش عاطفی، ۷. کنترل رفتار، ۸. عملکرد کلی، ۹. راهبرد سازگاران، ۱۰. راهبرد ناسازگاران، ۱۱. شادکامی (نمره کل)، ۱۲. خودپنداره، ۱۳. رضایت از زندگی، ۱۴. آماجگی روانی، ۱۵. سر ذوق بودن، ۱۶. احساس زیبایی شناختی، ۱۷. خودکارآمدی و ۱۸. امیدواری

پیش از آزمون مدل، پیش‌فرض‌های آماری مدل‌سازی معادلات ساختاری مورد بررسی قرار گرفت. مفروضه بهنجاری تک‌متغیری با استفاده از برآورد مقادیر چولگی و کشیدگی آزمون شد و نتایج نشان داد که دامنه چولگی و کشیدگی همه متغیرها در بازه  $\pm 2$  قرار دارد، بنابراین، پیش‌فرض نرمال بودن تک‌متغیری تأیید شد. جهت بررسی نرمال بودن چندمتغیری از ضریب استاندارد شده مردیا<sup>۱</sup> استفاده شد. بلانچ (۳۷) معتقد است مقادیر کوچک‌تر از ۵ برای نسبت بحرانی عدم‌تخطی از نرمال بودن چندمتغیره در نظر گرفته می‌شود. مقدار نسبت بحرانی در این پژوهش  $2/84$  و ضریب مردیا نیز  $3/07$  به دست آمد که نشان‌دهنده برقرار بودن پیش‌فرض نرمال بودن چندمتغیری

است. همچنین، به منظور بررسی عدم وجود داده‌های پرت چندمتغیری از شاخص فاصله ماهالانوبیس<sup>۲</sup> استفاده شد. سطوح معناداری کمتر از  $0/05$  در این شاخص نشان‌دهنده دور افتاده بودن معنادار داده‌های پرت مورد نظر است. در این پژوهش بر اساس شاخص فاصله ماهالانوبیس هیچ داده پرتی مشاهده نشد. بنابراین، بررسی مفروضات آماری نشان داد که استفاده از روش مدل‌سازی معادلات ساختاری مجاز می‌باشد. همچنین، جهت برآورد پارامترها از روش بیشینه درست‌نمایی<sup>۳</sup> استفاده شد. مدل در شکل ۲ نشان داده شده است. شاخص‌های برازندگی مدل در جدول ۳ گزارش شده است.

1. Mardia standardized kurtosis coefficient  
2. Mahalanobis d-squared method

3. Maximum likelihood (ML)



شکل ۲. نمودار نیکویی برازش مدل

جدول ۳. شاخص‌های نیکویی برازش مدل

شاخص	نتیجه	بازه قابل قبول	نتیجه
AGFI	۰/۸۰۷	> ۰/۸	برازش قابل قبول
TLI	۰/۹۱۱	> ۰/۹	برازش قابل قبول
GFI	۰/۹۴۲	> ۰/۹	برازش قابل قبول
CFI	۰/۹۲۱	> ۰/۹	برازش قابل قبول
IFI	۰/۹۶۱	> ۰/۹	برازش قابل قبول
RSMEA	۰/۰۵۳	< ۰/۰۸	برازش قابل قبول
CMIN/DF	۳/۹۶	< ۵	برازش قابل قبول

همان‌گونه که جدول ۳ نشان می‌دهد تمامی شاخص‌های برازش شامل شاخص نیکویی برازش اصلاح شده<sup>۱</sup>، شاخص توکر-لوییس<sup>۲</sup>، شاخص نیکویی برازش<sup>۳</sup>، شاخص برازندگی تطبیقی<sup>۴</sup>، شاخص برازش افزایش<sup>۵</sup>، جذر میانگین مجذورات خطای تقریب<sup>۶</sup>، شاخص مجذور کای<sup>۷</sup> در بازه قابل قبول قرار دارند.

میزان واریانس تبیین شده راهبرد سازگاران تنظیم شناختی هیجان ( $R^2 = 0/77$ ) و راهبرد ناسازگاران تنظیم شناختی هیجان

۲ ارائه شده است. نتایج حاصل از روابط مستقیم متغیرهای پژوهش در جدول ۴ گزارش شده است.

۲ ارائه شده است. نتایج حاصل از روابط مستقیم متغیرهای پژوهش در جدول ۴ گزارش شده است.

جدول ۴. ضرایب اثر مستقیم و سطح معنی‌داری متغیرها

مسیر	برآورد غیراستاندارد	برآورد استاندارد	نسبت بحرانی	سطح معناداری
عملکرد ناکارآمد خانواده ← راهبرد سازگاران	-۲/۵۶	-۰/۸۸	-۲۷/۳۵	۰/۰۰۰۱
عملکرد ناکارآمد خانواده ← راهبرد ناسازگاران	۳/۰۱	۰/۹۱	۳۰/۵۷	۰/۰۰۰۱
عملکرد ناکارآمد خانواده ← شادکامی	-۰/۰۱	-۰/۰۳	-۰/۸۳	۰/۴۰۴
راهبرد سازگاران ← شادکامی	۰/۱۰	۰/۶۸	۱۹/۳۹	۰/۰۰۰۱
راهبرد ناسازگاران ← شادکامی	-۰/۰۶	-۰/۴۴	-۱۴/۴۸	۰/۰۰۰۱

همان‌گونه که نتایج جدول ۴ در بررسی روابط مستقیم متغیرها نشان می‌دهد عملکرد ناکارآمد خانواده بر راهبرد سازگاران تنظیم شناختی هیجان دارای اثر معنادار و مثبت ( $\beta = 0/68, P = 0/000$ )، می‌باشد. راهبرد ناسازگاران تنظیم شناختی هیجان نیز بر شادکامی اثر معنادار و منفی ( $\beta = -0/44, P = 0/000$ ) دارد. نتایج حاصل از روش بوت استرپ جهت بررسی ضرایب غیر مستقیم در جدول ۵ ارائه شده است.

همان‌گونه که نتایج جدول ۴ در بررسی روابط مستقیم متغیرها نشان می‌دهد عملکرد ناکارآمد خانواده بر راهبرد سازگاران تنظیم شناختی هیجان دارای اثر معنادار و مثبت ( $\beta = 0/68, P = 0/000$ )، و بر شادکامی دارای اثر منفی جزئی و غیرمعنادار ( $\beta = -0/03, P = 0/404$ )،

جدول ۵. برآورد ضرایب مسیرهای غیر مستقیم با روش بوت استرپ

مسیر	مقدار برآورد	حد بالا	حد پایین	فاصله اطمینان
عملکرد ناکارآمد خانواده ← راهبرد سازگاران ← شادکامی	-۰/۳۴	-۰/۳۰	-۰/۳۸	۰/۹۵
عملکرد ناکارآمد خانواده ← راهبرد ناسازگاران ← شادکامی	-۰/۳۶	-۰/۳۲	-۰/۴۱	۰/۹۵

5. Incremental Fit Index

6. Root mean square error of approximation

7. Normed Chi-Squared

1. Adjusted Goodness of Fit Index

2. Tucker-Lewis Index

3. Goodness of Fit Index

4. Comparative Fit Index

که عملکرد نوجوانان غالباً متأثر از عملکرد خانواده آنان می‌باشد (۱۵). در یک محیط حمایتی و بالنده خانواده به اشکال گوناگون تمایل به توسعه راهبردهای تنظیم شناختی هیجان سازگار در اعضای خود دارد (۴۰).

راهبردهای سازگارانه منجر به پاسخ‌های هیجانی و فیزیکی مثبت به محرک برانگیزاننده هیجان می‌شود. علاوه بر این، این راهبردها تلاش‌های هشیارانه‌ای در جهت تغییر یک موقعیت استرس‌زا محسوب می‌شود (۲۲). به بیانی دیگر می‌توان گفت راهبردهای سازگارانه یک فعالیت هدفمند و خاص در جهت ارزیابی یک موقعیت و حل یک مسئله در نظر گرفته می‌شود که اگرچه به طور جهت‌دار و مستقیمی، هیجانات را تنظیم نمی‌کند، ولی می‌تواند تاثیر مفیدی بر هیجانات با تعدیل و حذف کردن عوامل استرس‌زا داشته باشند (۲۱). از سوی دیگر، یکی از شاخصه‌های خانواده‌های با عملکرد مطلوب مربیگری هیجانی می‌داند، فاجعه‌آمیزپنداری (که در آن فرد مدام به اینکه اتفاق رخ داده چقدر وحشتناک بوده و این اتفاق بدترین چیزی است که در زندگی هر کسی رخ می‌دهد فکر می‌کند) و نشخوار فکری (که در آن فرد بصورت مداوم به احساسات و تفکرات همراه با اتفاق ناخوشایند بدون اقدام به اصلاح محیط بلاواسطه مؤثر می‌پردازد). لذا، با توجه به این نکات می‌توان گفت وقتی عملکرد خانواده نامطلوب باشد، نوجوانان ممکن است به جای استفاده از راهبردهای شناختی سالم‌تر، به استراتژی‌ها و مکانیسم‌های مقابله‌ای عنوان شده متوسل گردند (۱۲).

یکی دیگر از یافته‌های این مطالعه این بود که عملکرد خانواده با شادکامی رابطه مستقیم معنادار ندارد. این یافته با نتایج مطالعات گالیان و آتو، ایزو و همکاران (۲۴-۲۷) ناهمسو است. عدم وجود رابطه مستقیم معنادار بین عملکرد خانواده و شادکامی در این مطالعه را می‌توان به عواملی مانند ماهیت پیچیده شادکامی، تفاوت‌های فردی و تأثیرات فرهنگی و زمینه‌ای نسبت داد. در واقع، هر فردی شادی را به گونه‌ای متفاوت درک و تجربه می‌کند. به عبارت دیگر، شادی پدیده‌ای پیچیده و چندوجهی است که تعریف و اندازه‌گیری دقیق آن چالش‌برانگیز است و شامل بهزیستی ذهنی، رضایت از زندگی، احساسات مثبت و عملکرد مثبت کلی است. درک پیچیدگی شادی مستلزم در نظر گرفتن عوامل گوناگونی است که در شکل‌گیری و تجربه آن نقش دارند. با در نظر گرفتن جزئیاتی از این دست ناهمسویی یافته حاضر با مطالعات پیشین منطقی به نظر می‌رسد. از طرف دیگر، مردم انتظارات، اهداف و نیازهای منحصر به فردی دارند که ممکن است شادی آنها را شکل دهد (۴۵). عملکرد خانواده ممکن است تعیین‌کننده اصلی شادی برای همه افراد نباشد زیرا عوامل

همان‌گونه که نتایج حاصل از جدول ۵ نشان می‌دهد مسیر غیرمستقیم عملکرد ناکارآمد خانواده به شادکامی از راه راهبرد سازگارانه تنظیم شناختی هیجان و راهبرد ناسازگارانه تنظیم شناختی هیجان از آنجا که صفر خارج از مقادیر حد بالا و حد پایین قرار می‌گیرد در فاصله اطمینان ۰/۹۵ معنادار است.

## بحث و نتیجه‌گیری

این پژوهش با هدف بررسی و تبیین روابط بین متغیرهای شادکامی نوجوانان، عملکرد خانواده و راهبردهای تنظیم شناختی هیجان در قالب مدل‌سازی معادلات ساختاری انجام پذیرفت. یافته‌ها نشان داد که عملکرد ناکارآمد خانواده بر راهبردهای سازگارانه تنظیم شناختی هیجان دارای اثر منفی و معنادار است. این یافته با نتایج پژوهش صالح‌زاده و همکاران، دی لیما سیلوا و همکاران (۱۴-۷) همسو است. در تبیین این یافته می‌توان گفت<sup>۱</sup> است که در آن احساسات نوجوانان تصدیق، تأیید و مورد بحث قرار می‌گیرد و مهارت‌هایی را در اختیار آنان قرار می‌دهد تا هیجانات خود را به روش‌های کارآمدتر شناسایی و مدیریت کنند (۴۲). لذا، با توجه به این نکات وقتی نوجوان در خانواده با عملکرد مطلوب رشد پیدا می‌کند، احساس امنیت و حمایت می‌کند که به او در تنظیم هیجانات خود به شکلی مطلوب و سازگارانه کمک می‌کند و برعکس در خانواده‌های ناکارآمد تنظیم هیجانات کمتر به شکل سازگارانه اتفاق می‌افتند (۴۱).

یکی دیگر از یافته‌های این مطالعه این بود که عملکرد ناکارآمد خانواده بر راهبردهای ناسازگارانه تنظیم شناختی هیجان دارای اثر مثبت و معنادار دارد. این یافته با نتایج پژوهش صالح‌زاده و همکاران، دی لیما سیلوا و همکاران، جوهانسون و همکاران (۱۴-۱۵-۷) همسو است. در تبیین این یافته می‌توان گفت که هر چه عملکرد خانواده ناکارآمدتر باشد، به همان میزان بیش‌تر احتمال دارد که نوجوانان از استراتژی‌های ناسازگارانه در تنظیم شناختی هیجانات خود استفاده کنند (۱۸). به عبارت دیگر، در خانواده‌های با مشکلات ارتباطی در مقایسه با خانواده‌های با عملکرد مطلوب، تعارض، بی‌توجهی و سطح استرس اعضا بالاتر است که به خودی خود یک عامل قدرتمند برای ایجاد یک فضای ملتهب و منفی است. و این جو عاطفی منفی می‌تواند عاملی برای توسعه راهبردهای ناسازگارانه تنظیم هیجانات باشد (۱۳). بر اساس مدل نظری گرانفسکی و همکاران (۳۵) راهبردهای ناسازگارانه تنظیم شناختی هیجان عبارت‌اند از سرزنش خود (که در آن فرد خود را مسئول و مقصر تجربیات تلخ می‌داند و به شدت گرفتار احساس گناه می‌شود)، سرزنش دیگران (که در آن شخص دیگران را مسئول و مقصر اتفاقات ناگواری که برای وی رخ داده

1. emotional coaching



به بیان دیگر، تنظیم شناختی سازگاران هیجان به عنوان پلی بین عملکرد خانواده و شادی عمل می‌کند و بر نحوه درک نوجوانان و واکنش به پویایی خانواده تأثیر می‌گذارد (۲۴). در همین راستا، می‌توان افزود که راهبردهای تنظیم شناختی هیجان سازگاران می‌تواند رفاه و شادی را در نوجوانان افزایش دهد (۲۶). هنگامی که نوجوانان راهبردهای انطباقی مؤثری را در محیط خانواده خود آموخته و توسعه داده‌اند، برای مقابله با چالش‌ها، تنظیم شناختی هیجانان و حفظ دیدگاه مثبت مجهزتر می‌شوند که منجر به سطوح بالاتری از شادی می‌شود (۴۹).

از سوی دیگر، راهبردهای تنظیم شناختی هیجانی ناسازگار می‌توانند اثرات مخربی بر بهزیستی و شادی داشته باشند (۵۰). در خانواده‌هایی با پویایی ناکارآمد یا الگوهای ارتباطی ضعیف، نوجوانان ممکن است راهبردهای ناسازگاران را به عنوان وسیله‌ای برای مقابله با هیجانان منفی اتخاذ کنند که همین امر عاملی برای کاهش شادی بشمار می‌رود (۵۱). این راهبردهای ناسازگاران عامل تجارب عاطفی منفی و در نتیجه کاهش شادکامی است. بنابراین، خانواده‌هایی که عملکرد نامطلوبی دارند ممکن است در اتخاذ استراتژی‌های تنظیم شناختی هیجانی ناسازگار نقش داشته باشند که منجر به تجربیات عاطفی منفی و سطوح پایین‌تر شادی می‌شود (۵۲). لذا با در نظر گرفتن این نکات معنی‌دار بودن ضرایب غیرمستقیم بین شادکامی در نوجوانان با عملکرد ناکارآمد امری منطقی و قابل‌انتظار است.

با در نظر گرفتن توضیحات بالا، می‌توان به این نتیجه رسید که راهبردهای تنظیم شناختی هیجان نقشی اساسی در ارتباط بین عملکرد خانواده و شادکامی نوجوانان ایفا می‌کنند و توجه به این راهبردها و اصلاح راهبرد ناسازگاران در ارتقای شادکامی نوجوانان در تمامی خانواده امری ضروری است. در همین راستا پیشنهاد می‌شود مدارس متوسطه و مراکز آموزشی، پرورشی و درمانی فعال در حوزه نوجوان در امر تنظیم هیجان، اهمیت عملکرد خانواده و شادکامی به مثابه یک مفهوم پیچیده کارگاههای آموزشی را جهت آموزش و ارتقای مفاهیم مذکور برگزار کنند و یا دست کم بروشورهای آموزشی تهیه و در اختیار نوجوانان دبیرستانی و والدین آنها قرار دهند.

در نهایت، این پژوهش محدودیت‌هایی را نیز به همراه داشت از جمله اینکه این مطالعه با حجم نمونه ۳۵۰ شرکت‌کننده انجام شد که ممکن است تعمیم یافته‌ها را محدود کند. همچنین، نمونه مورد مطالعه شامل نوجوانانی از مدارس متوسطه بود. شرکت‌کنندگان در مطالعه ممکن است به طور کامل کل جامعه مورد نظر را نشان ندهند. به طور خاص، مطالعه ما در مورد نوجوانان مدارس متوسطه متمرکز بود که ممکن است دارای

دیگری مانند دستاوردهای شخصی، روابط خارج از خانواده یا آرزوهای فردی می‌توانند تأثیری مهم‌تر داشته باشند (۲۷). از دیگر سو، رابطه بین عملکرد خانواده و شادی می‌تواند در محیط‌های گوناگون فرهنگی و زمینه‌ای متفاوت باشد. هنجارهای فرهنگی، انتظارات اجتماعی و تأکید بر پویایی خانواده ممکن است متفاوت باشد که منجر به یافته‌های متفاوت شود.

یکی دیگر از یافته‌های این مطالعه این بود که راهبردهای سازگاران و ناسازگاران تنظیم شناختی هیجان با شادکامی دارای ارتباط معنادار می‌باشند. این یافته با نتایج پژوهش‌های زارع-زردینی و همکاران، صالح‌زاده و همکاران، وراسترو و همکاران، قاسم‌پور و همکاران (۳، ۷، ۲۹، ۳۰) همسو است. برای تبیین این یافته می‌توان گفت که تنظیم شناختی هیجان نقشی مهم در بهزیستی روان‌شناختی و شادکامی کلی دارد. راهبردهای تنظیم سازگاران شناختی هیجان می‌تواند به واسطه تغییر طرز فکر فرد در مورد یک موقعیت و نیز تعدیل عبارات هیجانی بیرونی با نتایج مثبت همراه باشد (۲۹). در واقع این استراتژی‌ها به افراد کمک می‌کند تا به طور مؤثر هیجانان خود را مدیریت و تنظیم کنند که منجر به بهبود رفاه کلی و متعاقباً شادی می‌شود. همچنین، می‌توان گفت که از آنجایی که استراتژی‌های تنظیم شناختی هیجان سازگاران اغلب با افزایش هیجانان مثبت مرتبط هستند (۴۶)، پس انتظار چنین نتیجه‌ای منطقی و قابل‌انتظار است. به عنوان مثال، افرادی که درگیر پیدا کردن جنبه‌های مثبت در یک موقعیت هستند یا درگیر فعالیت‌هایی می‌شوند که خلق‌و‌خوی آنها را بهبود می‌بخشد، احتمالاً هیجانان مثبتی مانند؛ شادی، رضایت یا خرسندی را تجربه می‌کنند. این احساسات مثبت به سطح بالاتر شادی کمک می‌کند (۴۷).

افزون بر آنچه بیان شد، رابطه معنادار و منفی بین راهبردهای تنظیم شناختی هیجان ناسازگاران و شادی را می‌توان به اثرات مخرب این راهبردها بر بهزیستی نسبت داد. استراتژی‌های ناسازگار از طریق تمرکز مکرر بر افکار منفی یا طغیان‌های پرخاشگرانه می‌تواند مانع تنظیم مؤثر هیجان شوند و منجر به حالت‌های هیجانی منفی شوند. این تجربیات عاطفی منفی احتمالاً شادی را کاهش می‌دهند (۴۸).

یکی دیگر از یافته‌های این مطالعه این بود که ضرایب غیرمستقیم عملکرد خانواده به شادکامی از راه راهبردهای سازگاران و ناسازگاران تنظیم شناختی هیجان معنادار است. این یافته با نتایج پژوهش‌های بویسن، گالینا و آتو، ایزو و همکاران (۱۲، ۲۴-۲۷) همسو است. در تبیین این یافته می‌توان گفت که راهبردهای تنظیم شناختی هیجان مؤثر و سازگار به عنوان مکانیسم‌هایی عمل می‌کنند که از راه آن نوجوانان احساسات خود را در پاسخ به تعاملات و تجارب خانوادگی مدیریت می‌کنند.

همکاری مشارکت‌کنندگان در تحقیق حاضر به صورت داوطلبانه و با رضایت آنان بوده است.

### حامی مالی

هزینه تحقیق حاضر توسط نویسندگان مقاله تامین شده است.

### مشارکت نویسندگان

طراحی و ایده‌پردازی: محمود گودرزی، سارا تواضعی، مریم محمودی، سمیه صیدمحمدی.

روش‌شناسی و تحلیل داده‌ها: محمود گودرزی، مریم محمودی.

نظارت و نگارش نهایی: محمود گودرزی.

### تعارض منافع

بنابر اظهار نویسندگان، مقاله حاضر فاقد هرگونه تعارض منافع بوده است.

محدودیتی از نظر تعمیم‌پذیری به یک جمعیت گسترده‌تر باشد. افزون بر این، در این مطالعه از یک طرح مقطعی استفاده شد که توانایی ایجاد روابط علی بین متغیرها را محدود می‌کند. با عنایت به نکات مطرح‌شده پیشنهاد می‌شود مطالعات آتی این پژوهش را با نمونه بزرگ‌تر و متنوع‌تر که به اعتبارسنجی و تقویت یافته‌ها کمک می‌کند، تکرار کنند. در نهایت، استفاده از یک طرح طولی امکان بررسی تغییرات در شادکامی نوجوانان، عملکرد خانواده و تنظیم شناختی هیجان‌ات را در طول زمان فراهم می‌کند. این امر درکی بهتر از روابط زمانی بین این متغیرها ارائه می‌کند و به ایجاد مسیرهای علی کمک می‌کند.

### تشکر و قدردانی

از همه از دانش‌آموزان و مدیران عزیزی که در انجام این پژوهش همراهی و مساعدت نموده‌اند، تشکر و قدردانی می‌شود.

### ملاحظات اخلاقی پیروی از اصول اخلاق پژوهش

### References

1- van Woudenberg TJ, Bevelander KE, Burk WJ, Buijzen M. The reciprocal effects of physical activity and happiness in adolescents. *Int J Behav Nutr Phys Act*. 2020;17(1):147.

<https://doi.org/10.1186/s12966-020-01058-8>.

2- Ramos MC, Cheng C-HE, Preston KSJ, Gottfried AW, Guerin DW, Gottfried AE, et al. Positive family relationships across 30 years: Predicting adult health and happiness. *Journal of Family Psychology*. 2022.

<https://doi.org/10.1037/fam0000983>

3- zarezardini F, Hashemi Z, Abdollahi A. The Mediating Role of Psychological Basic Needs in the Relationship between Family Functioning and Happiness among Students Living in Residence at Alzahra University. *Journal of Applied Psychological Research*. 2022;13(1):43-63. [10.22059/JAPR.2022.313228.643693](https://doi.org/10.22059/JAPR.2022.313228.643693)

4- Layton RL, Muraven M. Self-control linked with restricted emotional extremes. *Personality and Individual Differences*. 2014;58:48-53.

<https://doi.org/10.1016/j.paid.2013.10.004>

5- Kline RB. Principles and practice of structural equation modeling 2nd ed. New York: Guilford. 2005;3.

6- Hussong AM, Midgette AJ, Richards AN, Petrie RC, Coffman JL, Thomas TE. COVID-19 life events spill-over on family functioning and adolescent adjustment. *The Journal of Early Adolescence*. 2022;42(3):359-88.

<https://doi.org/10.1177/02724316211036744>

7- Salehzadeh M, Fallahi M, Rahimi M. The Role of Family Functioning, Peer Attachment and Academic Performance in predicting of Happiness in Adolescent Girls. *Positive Psychology Research*. 2017;2(4):64-78.

8- Yoosefi N, chahardoli d, pashaabadi s. Investigating Study of parenting styles, attachment styles, and early maladaptive schemas in shyness and normal highschool students. *Biannual Journal of Applied Counseling*. 2020;9(2):۶۶-۴۵: [10.22055/JAC.2020.28692.1659](https://doi.org/10.22055/JAC.2020.28692.1659)

9- samani S, Torabi A. The Adolescence's Happiness in Different Family Types Based on the Contextual Family Process and Content Model. *Biannual Journal of Applied Counseling*. 2011;1(Vol.1 NO.1):3-20. [10.22055/JAC.2011.10262](https://doi.org/10.22055/JAC.2011.10262)

- 10- Steptoe A. Happiness and health. Annual review of public health. 2019;40:339-59. <https://doi.org/10.1146/annurev-publhealth-040218-044150>
- 11- Diener E, Seligman MEP. Beyond money: Toward an economy of well-being. Psychological science in the public interest. 2004;5(1):1-31. <https://doi.org/10.1111/j.0963-7214.2004.00501001.x>
- 12- Botha F, Booysen F. Family functioning and life satisfaction and happiness in South African households. Social Indicators Research. 2014;119:163-82. <https://doi.org/10.1007/s11205-013-0485-6>
- 13- Pollock ED, Kazman JB, Deuster P. Family functioning and stress in African American families: A strength-based approach. Journal of Black Psychology. 2015;41(2):144-69. <https://doi.org/10.1177/0095798413520451>
- 14- de Lima Silva V, de Medeiros CACX, Guerra GCB, Ferreira PHA, de Araújo Júnior RF, de Araújo Barbosa SJ, et al. Quality of life, integrative community therapy, family support, and satisfaction with health services among elderly adults with and without symptoms of depression. Psychiatric Quarterly. 2017;88:359-69. <https://doi.org/10.1007/s1126-016-9453-z>
- 15- Johnson MD, Nguyen L, Anderson JR, Liu W, Vennum A. Pathways to romantic relationship success among Chinese young adult couples: Contributions of family dysfunction, mental health problems, and negative couple interaction. Journal of Social and Personal Relationships. 2015;32(1):5-23. <https://doi.org/10.1177/0265407514522899>
- 16- Langton EG, Boy K. Becoming an Adoption-Friendly School: A Whole-School Resource for Supporting Children Who Have Experienced Trauma Or Loss-With Complementary Downloadable Material: Jessica Kingsley Publishers; 2017.
- 17- Isanezhad O, Chahardoli D. The Effectiveness of the Adults and Children Together - Parents Raising Safe Kids Program in Reducing Behavioral and Emotional Problems among Preschool Children. International Journal of Behavioral Sciences. 2017;11(1):23-9.
- 18- Cunha NHdA, Bonfim CB, Santos-Lima C, Siquara GM. Emotion regulation, subjective happiness and meaning of life of university students in the pandemic. Paidéia (Ribeirão Preto). 2022;32. <https://doi.org/10.1590/1982-4327e3219>
- 19- Waters SF, Thompson RA. Children's perceptions of emotion regulation strategy effectiveness: links with attachment security. Attachment & Human Development. 2016;18(4):354-72. <https://doi.org/10.1080/14616734.2016.1170051>
- 20- Séguin DG, MacDonald B. The role of emotion regulation and temperament in the prediction of the quality of social relationships in early childhood. Early child development and care. 2018;188(8):1147-63. <https://doi.org/10.1080/03004430.2016.1251678>
- 21- Gross JJ. Handbook of emotion regulation. 2015.
- 22- Nolen-Hoeksema S. Emotion regulation and psychopathology: The role of gender. Annual review of clinical psychology. 2012;8:161-87. <https://doi.org/10.1146/annurev-clinpsy-032511-143109>
- 23- Miles SR, Menefee DS, Wanner J, Teten Tharp A, Kent TA. The relationship between emotion dysregulation and impulsive aggression in veterans with posttraumatic stress disorder symptoms. Journal of interpersonal violence. 2016;31(10):1795-816. <https://doi.org/10.1177/0886260515570746>
- 24- Galian MD, Ato E. El papel mediador del afecto negativo en la relación entre funcionamiento familiar y felicidad subjetiva en estudiantes universitarios españoles. Anales de Psicología/Annals of Psychology. 2023;39(2):239-51. <https://doi.org/10.6018/analesps.552001>
- 25- Satıcı B, Deniz ME. Modeling emotion regulation and subjective happiness:

- smartphone addiction as a mediator. 2020.
- 26- Mérida-López S, Extremera N, Quintana-Orts C, Rey L. In pursuit of job satisfaction and happiness: Testing the interactive contribution of emotion-regulation ability and workplace social support. *Scandinavian journal of psychology*. 2019;60(1):59-66.
- 27- Izzo F, Baiocco R, Pistella J. Children's and adolescents' happiness and family functioning: a systematic literature review. *International Journal of Environmental Research and Public Health*. 2022;19(24):16593. <https://doi.org/10.3390/ijerph192416593>
- 28- Amiri Majd M, Zarabadipour F. Investigating the prediction of happiness based on lifestyle and cognitive emotion regulation in female students of Qazvin Azad University. *Journal of Lifestyle*. 2021;7(1):83-98. [20.1001.1.24763101.1400.7.1.5.6](https://doi.org/10.1001.1.24763101.1400.7.1.5.6)
- 29- Verrastro V, Ritella G, Saladino V, Pistella J, Baiocco R, Fontanesi L. Personal and Family Correlates to Happiness amongst Italian Children and Pre-Adolescents. *International journal of emotional education*. 2020;12(1):48-64. <https://files.eric.ed.gov/fulltext/EJ1251781.pdf>
- 30- Ghasempour A, Jodat H, Naseri A. Relationship between Emotion Regulation Strategies with Happiness in Boy Students. *Journal of Educational Psychology*. 2013;3(4):1-8.
- 31- Hills P, Argyle M. The Oxford Happiness Questionnaire: a compact scale for the measurement of psychological well-being. *Personality and individual differences*. 2002;33(7):1073-82. [https://doi.org/10.1016/S0191-8869\(01\)00213-6](https://doi.org/10.1016/S0191-8869(01)00213-6)
- 32- Alipour A, Agah Heris M. Reliability and validity of the Oxford Happiness Inventory among Iranians. 2007.
- 33- Epstein NB, Baldwin LM, Bishop DS. The McMaster Family Assessment Device. *Journal of Marital and Family Therapy*. 1983;9(2):17180. <https://doi.org/10.1111/j.1752-0606.1983.tb01497.x>
- 34- ZADEHMOHAMMADI A, MALEK KHOSRAVI G. THE PRELIMINARY STUDY OF PSYCHOMETRIC AND RELIABILITY OF FAMILY ASSESSMENT DEVICE. *JOURNAL OF FAMILY RESEARCH*. 2006;2(5):69-89.
- 35- Garnefski N, Kraaij V, Spinhoven P. Negative life events, cognitive emotion regulation and emotional problems. *Personality and Individual differences*. 2001;30(8):1311-27. [https://doi.org/10.1016/S0191-8869\(00\)00113-6](https://doi.org/10.1016/S0191-8869(00)00113-6)
- 36- Samani S, Sadeghi L. Psychometric Properties of the Cognitive Emotion Regulation Questionnaire. *Psychological Methods and Models*. 2010;1(1):51-62.
- 37- Blunch NJ. Introduction to structural equation modeling using IBM SPSS statistics and AMOS. Introduction to structural equation modeling using IBM SPSS Statistics and AMOS. 2012:1-312. <http://digital.casalini.it/9781446271841>
- 38- Chin WW. Commentary: Issues and opinion on structural equation modeling. *JSTOR*; 1998. p. vii-xvi.
- 39- Extremera N, Sánchez-Álvarez N, Rey L. Pathways between ability emotional intelligence and subjective well-being: Bridging links through cognitive emotion regulation strategies. *Sustainability*. 2020;12(5):2111. <https://doi.org/10.3390/su12052111>
- 40- Fosco GM, Grych JH. Capturing the family context of emotion regulation: A family systems model comparison approach. *Journal of Family Issues*. 2013;34(4):571-584. <https://doi.org/10.1177/0192513X12445889>
- 41- Biggart L, Ward E, Cook L, Schofield G. The team as a secure base: Promoting resilience and competence in child and family social work. *Children and Youth Services Review*. 2017;83:119-30. <https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2017.10.031>
- 42- Valentino K, Cummings EM, Borkowski J, Hibbel LC, Lefever J, Lawson M. Efficacy of a reminiscing and emotion training intervention on maltreating families with preschool-aged children. *Developmental Psychology*. 2019;55(11):2365. <https://doi.org/10.1037/dev0000792>

- 43- Hajal NJ, Paley B. Parental emotion and emotion regulation: A critical target of study for research and intervention to promote child emotion socialization. *Developmental Psychology*. 2020;56(3):403.  
<https://doi.org/10.1037/dev0000864>
- 44- Sharp C, Trull TJ. Emotion dysregulation in adolescents with Borderline Personality Disorder. *Emotion regulation and psychopathology in children and adolescents*. 2017:259.
- 45- Johnson MK. Joy: A review of the literature and suggestions for future directions. *The Journal of Positive Psychology*. 2020;15(1):5-24.  
<https://doi.org/10.1080/17439760.2019.1685581>
- 46- Bennefield Z. School and family correlates of positive affect in a nationally representative sample of US adolescents. *Child and Adolescent Social Work Journal*. 2018;35(5):541-8.  
<https://doi.org/10.1007/s10560-018-0539-3>
- 47- Tugade MM, Fredrickson BL. Regulation of positive emotions: Emotion regulation strategies that promote resilience. *Journal of happiness studies*. 2007;8:311-33.  
<https://doi.org/10.1007/s10902-006-9015-4>
- 48- Gómez-Leal R, Gutiérrez-Cobo MJ, Megías-Robles A, Fernández-Berrocal P. The dark triad and subjective well-being: The mediating role of cognitive-emotional regulation strategies. *Scandinavian Journal of Psychology*. 2023;64(۷۵-۳۶۸:(۳)).  
<https://doi.org/10.1111/sjop.12890>
- 49- Young KS, Sandman CF, Craske MG. Positive and negative emotion regulation in adolescence: links to anxiety and depression. *Brain sciences*. 2019;9(4):76.  
<https://doi.org/10.3390/brainsci9040076>
- 50- Paulus FW, Ohmann S, Möhler E, Plener P, Popow C. Emotional dysregulation in children and adolescents with psychiatric disorders. A narrative review. *Frontiers in psychiatry*. 2021;12:628252. doi:10.3389/fpsyty.2021.628252
- 51- Perry NB, Dollar JM, Calkins SD, Keane SP, Shanahan L. Maternal socialization of child emotion and adolescent adjustment: Indirect effects through emotion regulation. *Developmental psychology*. 2020;56(3):541.  
<https://doi.org/10.1037/dev0000815>
- 52- Wang R, Li H, Sang B, Zhao Y. Emotion regulation as a mediator on the relationship between emotional awareness and depression in elementary school students. *Frontiers in Psychology*. 2021;۱۲:۱۱۲۷۳۴۶;۳.  
<https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1127246>