

## نقش واسطه‌ای جو عاطفی خانواده در رابطه بین ناگویی هیجانی و مشکلات تنظیم هیجان در دانش‌آموزان پسر متوسطه

وحید عزیزی<sup>۱</sup>

تاریخ دریافت: ۱۴۰۱/۰۵/۰۵

تاریخ پذیرش: ۱۴۰۱/۰۸/۱۳

### چکیده

این پژوهش به بررسی نقش واسطه‌ای جو عاطفی خانواده در رابطه بین ناگویی هیجانی و مشکلات تنظیم هیجان در دانش‌آموزان پسر متوسطه اول شهر بجنورد (۸۴۰۰ نفر) می‌پردازد. پژوهش در دسته تحقیقات بنیادی و توصیفی از نوع همبستگی قرار می‌گیرد. با استفاده از جدول کرجسی و مورگان تعداد ۳۶۷ نفر انتخاب شدند. روش نمونه‌گیری خوشه‌ای چند مرحله‌ای می‌باشد. ابزار گردآوری داده‌ها پرسشنامه جو عاطفی خانواده (هیل برن، بی)، ناگویی هیجانی تورنتو و مشکلات تنظیم هیجانی گراتز می‌باشند. برای تجزیه و تحلیل داده‌ها، از روش معادلات ساختاری و تحلیل عاملی تاییدی استفاده شد. نتایج حاصل از فرضیه‌ها نشان داد ضریب مسیر میان متغیر ناگویی هیجانی و مشکلات تنظیم هیجان (۰,۷۷۸) بیانگر این است که ناگویی هیجانی به میزان ۷۷,۸ درصد از تغییرات متغیر مشکلات تنظیم هیجان را به طور مستقیم تبیین می‌کند و به طور غیرمستقیم و از طریق متغیر واسطه‌ای جو عاطفی خانواده به میزان ۸۰,۴ درصد بر متغیر مشکلات تنظیم هیجان تاثیر دارد. بنابراین با بالا رفتن ناگویی هیجانی در دانش‌آموزان، مشکلات تنظیم هیجان نیز در آن‌ها بیشتر می‌شود و نتایج نشان داد جو عاطفی خانواده می‌تواند نقش موثری در رابطه بین ناگویی هیجانی و مشکلات تنظیم هیجان ایفا کند.

**کلید واژه‌ها:** ناگویی هیجانی؛ مشکلات تنظیم هیجان؛ جو عاطفی خانواده

<sup>۱</sup> - کارشناسی ارشد روانشناسی عمومی دانشگاه پیام نور گرگان vahid74azizi@gmail.com

## مقدمه

تجربه هیجان بدون تردید مهم‌ترین جنبه از زندگی روزانه ماست، هیجان‌ها تمایلات موقعیت- پاسخ شامل حالت‌های احساسی، الگوی ادراک، پردازش اطلاعات و واکنش‌های فیزیولوژیکی و تعاملی است که در پاسخ به چالش‌های فیزیکی و اجتماعی ویژه رخ می‌دهد (نح و همکاران<sup>۱</sup>)، ۲۰۱۶). تنظیم هیجان شامل نظارت، ارزیابی و اصلاح واکنش‌های هیجانی به ویژه حالت‌های شدید و زودگذر هیجانی به منظور رسیدن به اهداف است. راهبردهای مثبت تنظیم هیجان نقش محافظتی و راهبردهای منفی نقش تشدید کننده آسیب‌ها و اختلالات روانی را دارند (گرزلچاک و همکاران<sup>۲</sup>)، ۲۰۱۵). مشکلات تنظیم هیجان شامل طیف وسیعی از نقایص می‌شود. از جمله عدم درک و آگاهی از احساسات، مشکلات در پذیرش تجربیات هیجانی منفی، ناتوانی در کنترل تکانه‌ها، مشکلات در دستیابی به اهداف مورد نظر و عدم توانایی استفاده از راهبردهای تنظیم هیجان مناسب در هنگام مواجهه با هیجان‌ات منفی (یاپ و همکاران<sup>۳</sup>)، ۲۰۱۸). مطالعات نشان داده‌اند که تنظیم هیجانی مطلوب با عملکرد مناسب در انجام تکالیف شناختی در بزرگسالان ارتباط دارد (فلاح و میرحسینی، ۱۳۹۷). تنظیم شناختی هیجان نحوه‌ی پردازش شناختی فرد در هنگام مواجهه با وقایع ناگوار و استرس‌زا می‌باشد (گارنفسکی و گرایچ<sup>۴</sup>)، ۲۰۱۷). یکی از نشانگان شناخته شده در زمینه مشکلات تنظیم هیجانی، ناگویی هیجانی است. ناگویی هیجانی یک آسیب شخصیتی است که شامل دشواری در شناسایی احساسات، دشواری در توصیف احساسات و تفکر عینی بوده و به عنوان مشکل در فرآیند تنظیم هیجان، عدم وجود کلمات برای هیجان‌ات و احساسات، فقدان توانایی برای برقراری ارتباط با احساسات توصیف شده است. به عبارتی دیگر، ناگویی هیجانی به عنوان اختلال در مکانیزم‌های تنظیم هیجان که شامل پاسخ‌های افتراقی هیجانی و جسمانی به رویدادهای زندگی افراد می‌باشد، مفهوم می‌سازد (چیمنتی و همکاران<sup>۵</sup>)، ۲۰۱۹). از متغیرهایی که در پژوهش حاضر برآیند تا تاثیرش را در رابطه بین ناگویی هیجانی و مشکلات تنظیم هیجان در دانش‌آموزان بررسی کنیم، جو عاطفی خانواده می‌باشد. منظور از جو و فضای عاطفی خانواده روابط و تبادلات روانی و عاطفی است که بین اعضای آن وجود دارد کلیت این روابط برخوردار از شکل خاصی است که در

<sup>1</sup>. Noah, & et al

<sup>2</sup>. Grezellschak, & et al

<sup>3</sup>. Yap, K.,

<sup>4</sup>. Garnefski, N, Kraaij, V

<sup>5</sup>. Chimenti, & et al

واقع تبیین کننده شکل غالب رفتاری اعضای خانواده است (مومنی و همکاران، ۱۳۹۶). از آنجایی که دانش‌آموزان مشکلات متنوعی را تجربه می‌کنند، این امر بر توانایی سازگاری و روابط بین افراد تاثیر می‌گذارد و منجر به افزایش سطح تنیدگی، ناگویی هیجانی و مشکلات تنظیم هیجان می‌شود. این عوامل می‌تواند به صورت انزوای اجتماعی، غمگینی، افسردگی شود که این عوامل باعث عدم تمرکز دانش‌آموزان بر یادگیری دروس و بهره‌مندی لازم از تجربیات جدیدشان می‌شود (احمدی و بلقان آبادی، ۱۳۹۸). ناگویی هیجانی نوعی نارسایی خلقی است که باعث ناتوانی در پردازش شناختی اطلاعات هیجانی و تنظیم هیجان‌ها می‌شود. افراد دارای ناگویی هیجانی در شناسایی صحیح هیجان‌ها از چهره دیگران مشکل دارند و ظرفیت آن‌ها برای همدردی با دیگران محدود است (پورنامانیگی<sup>۱</sup>، ۲۰۱۷). تنظیم هیجان به عنوان فرایندهایی که از طریق آن‌ها، افراد هیجان‌اتشان را برای پاسخ به توقعات محیطی هشیارانه و ناهشیارانه تعدیل می‌کنند، در نظر گرفته می‌شود (آلداو و همکاران، ۲۰۱۰). افراد به طرق مختلفی هیجان‌ات خود را تنظیم می‌کنند، راهبردهای تنظیم هیجان ممکن است متمرکز بر تغییر رفتار (مانند فرونشانی)، توجه (مانند کنترل توجه، حواس‌پرتی)، شناخت (مانند ارزیابی مجدد شناختی، پذیرش) و واکنش‌های فیزیولوژیکی (مانند تکنیک‌های تنفس عمیق) باشد (تروی<sup>۲</sup>، ۲۰۱۲). مهارت‌های تنظیم هیجان به چندین دلیل حائز اهمیت می‌باشند؛ اول اینکه، هیجان‌ها و احساس‌های منفی که ضرورتاً در شناخت و تشخیص معیارهای سنجش یک اختلال ذکر نمی‌شوند، اغلب به الگوهای رفتاری مربوط به یک اختلال اشاره می‌کنند (به طور مثال خشم، نشانه‌ای از پرخوری عصبی است و غم نشانه‌ای از سوء مصرف مواد است). دوم، هیجان‌ات منفی که ضرورتاً در ملاک‌های تشخیص ذکر نشده‌اند اغلب با مقابله‌ی مؤثر و اجرای راهبردهای یاد گرفته‌شده در درمان مداخله می‌کنند (مثلاً، اضطراب مانع حل مسئله فعال افراد افسرده می‌شود و خلق افسرده و احساس ناامیدی مانع از وارد شدن در موقعیت‌های ترسناک در افراد مضطرب می‌شود). سرانجام، تعدادی از بیماران از بیش از یک اختلال رنج می‌برند که می‌تواند تا حدی با نقایص تنظیم هیجان تبیین شود؛ به عنوان مثال ناتوانی برای پذیرش احساس خود احتمالاً به پاسخ‌های متنوعی مثل اجتناب یا نشخوار منجر می‌شود که عموماً منجر به اختلالات چند گانه مثل اضطراب و افسردگی می‌شود (برکینگ و همکاران، ۲۰۰۸). شکست در تنظیم هیجان، بی‌نظمی<sup>۳</sup>

<sup>۱</sup>. Purnamaningsih

<sup>۲</sup>. Troy

<sup>۳</sup>. dyeregulation

نامیده می‌شود که به طور موقت می‌تواند موجب نشانه‌های اضطراب و به احتمال زیاد حتی ناراحتی شدید، رفتارهای کنترل نشده و انزوا شود. هیجان نامنظم، با بسیاری از اختلالات روان‌شناختی که در افراد می‌بینیم ارتباط دارد (اندامی خشک، ۱۳۹۲). در واقع، بر طبق نظر گراس (۱۹۹۸)، هیجان نامنظم شامل بسیاری از اختلالاتی می‌شود که در راهنمای آماری و تشخیصی انجمن روان‌پزشکی آمریکا (DSM)<sup>۱</sup> شرح داده شده است و شامل بیش از نیمی از اختلالات محور یک<sup>۲</sup> و تمام اختلالات محور دو<sup>۳</sup> است که مشخصه‌ی بارز آسیب‌شناسی روانی تلقی می‌شود. هیجان ناشی از فرآیندهای زیست‌شناختی، آموخته شده و شناختی است. دیگر عملکرد مهم هیجان عبارت از رفتار پاداش‌دهنده و تنبیه‌کننده است. وقتی فرد هیجان بسیار مثبتی را تجربه می‌کند، به احتمال زیاد به رفتارهایی می‌پردازد که موجب تولید مجدد آن هیجان شود. به همین صورت، وقتی فرد هیجان بسیار منفی را تجربه می‌کند، از رفتارهایی که باعث بروز مجدد آن هیجان می‌شود اجتناب می‌کند. به بیان دیگر، هیجان در حکم تقویت‌های رفتاری است (فرانکن، ۲۰۰۲؛ ترجمه اسفند آباد و همکاران، ۱۳۹۹). هیجان یکی از مؤلفه‌های اساسی انعطاف‌پذیری و شایستگی فرد می‌باشد و همچنین به عنوان یکی از تعدیل‌کننده‌های اجتماعی قوی عمل می‌کند، پیش‌بینی‌کننده‌ی سلامت می‌باشد، در موفقیت، انطباقی اساسی است، توسط بعضی‌ها بعنوان بهترین پیش‌بینی‌کننده‌ی سازگاری معرفی شده است و برای موفقیت و شادکامی شدیداً مهم دانسته شده است (مک‌لم، ۱۳۹۶). از نظر لغوی ناگویی هیجانی به معنی فقدان واژگان برای بیان احساسات است. به عبارت دیگر این ناتوانی به شناخت محدود از حالات هیجانی خود و دیگران اشاره دارد. همچنین افرادی که با این صفت توصیف می‌شوند بین جنبه‌های شناختی و تجربی هیجان با جنبه‌های بیانی، رفتاری و نوروفیزیولوژیک آن یکپارچگی اندکی ایجاد می‌کنند. این ویژگی با هیجان نامنظم و نهایتاً در بعضی موارد با بیماری روانی و فیزیکی ارتباط دارد (خداپناهی، ۱۳۹۸). سالوادور مینوچین، که به عنوان یک خانواده‌درمانگر مطرح در دهه‌ی اخیر شناخته شده است، وقتی از ساخت خانواده سخن می‌گوید بر شیوه‌های وارده یا میان کنش‌های اعضای خانواده تأکید می‌کند. به گفته‌ی وی، وقتی از جو عاطفی صحبت می‌کنیم منظورمان چیزی جز کیفیت همین میان کنش‌های انسانی نیست. بنابراین شیوه‌های برخورد والدین با فرزندان، تعیین‌کننده‌ی جو عاطفی خانواده است (مینوچین، ترجمه

<sup>۱</sup>. Diagnostic and Statistical Manual of the American Psychiatric Association

<sup>۲</sup>. dsm-IV axis I disorders

<sup>۳</sup>. dsm-IV axis II disorders

ثنایی، ۱۳۹۹). مراد از فرآیندهای خانوادگی کارکردهایی هستند که خانواده را در سازگاری با شرایط گوناگون یاری می‌رسانند. به بیان دیگر فرآیندهای خانوادگی به کنش‌هایی گفته می‌شود که سازمان‌دهی خانواده را در پی دارند (پکرتی و توماس<sup>۱</sup>، ۲۰۱۴). بسیاری از نظریه پردازان از جمله فروید، آدلر و سالیوان، رشد شخصیت فرد را در دوران کودکی می‌دانند که عمیق‌ترین پیوندهای خانوادگی در این سنین شکل می‌گیرد. روانشناسان جهت انجام تحقیق در زمینه تأثیر خانواده بر رشد شخصیت کودک بطور معمول روابط خانوادگی را به چهار نوع تقسیم می‌کنند: خانواده استبدادی؛ در خانواده استبدادی بر قدرت و احترام والدین بیش از اندازه تأکید می‌شود. خانواده دموکراتیک: هر یک از اعضاء خانواده در اجرای امور زندگی دارای حقوق و امتیازات نسبتاً یکسان و شناخته شده‌ای می‌باشند. خانواده پذیرنده: خانواده‌ای که از وجود کودک خود شدیداً استقبال می‌کند. خانواده طرد کننده: خانواده‌ای که از وجود فرزندان خود به دلایلی استقبال نکرده و قلباً از وجود آن‌ها ناراضی است (احدی و بنی جمالی، ۱۳۹۸). در واقع بسته به اینکه خانواده از چه ساختاری برخوردار می‌باشد نحوه شکل گرفتن رفتار و خصوصیات شخصی کودک نیز متفاوت خواهد بود. گرمی تعلق، پذیرش وابستگی شدید، آزادی، سختگیری، مداخله و انتظارات والدین از کودکان در کیفیت این ساختار تأثیر دارد (ماسن، ترجمه یاسابی، ۱۳۹۹). در این زمینه علی پور و نجاتی (۱۳۹۹) نشان دادند که هر سه گروه دارای اختلالات یادگیری در مقایسه با گروه بهنجار، با تفاوت معناداری از میزان کمتر راهبردهای مثبت تنظیم هیجان و میزان بیشتر راهبردهای منفی تنظیم هیجان و مشکلات رفتاری برخوردار بودند، همچنین نتایج نشان داد که اختلال خواندن در مقایسه با دو گروه اختلالات ریاضی و نوشتن از میزان بیشتر راهبردهای منفی تنظیم هیجان و مشکلات رفتاری همراه بود. غیبی و دشت بزرگی (۱۳۹۸) یافته‌های حاصل از ضریب همبستگی نشان داد که بین جو عاطفی خانواده با گرایش به اعتیاد در دانش‌آموزان رابطه منفی معنی‌داری، بین ناگویی هیجانی با گرایش به اعتیاد رابطه مثبت معنی‌داری وجود دارد. و بین مشکلات بین شخصی با گرایش به اعتیاد در دانش‌آموزان رابطه مثبت معنی‌داری وجود دارد. صابری فرد و حاجی اربابی (۱۳۹۸) نشان داد، جو عاطفی خانواده با خودتنظیمی هیجانی و تاب‌آوری ارتباط معناداری دارد. خدابخش و کیانی (۱۳۹۵) به این نتیجه رسیدند که بین مشکلات تنظیم هیجان، ناگویی هیجانی و خوردن آشفته، همبستگی معناداری وجود دارد. گرشام و گولان (۲۰۱۹) بیانگر آن بود که نمره‌های بالا در برون‌گرایی و تجربه‌پذیری کاربرد ارزیابی مجدد بیشتری را

<sup>۱</sup>. Pekerti, A. A., & Thomas, D. C

پیش‌بینی می‌کرد در حالی که نمره‌های بالا در همه ویژگی‌های شخصیت کاربرد سرکوبی کمتری را پیش‌بینی می‌کرد به استثنای روان رنجورخویی که ارتباط مثبتی با کاربرد سرکوبی داشت. در ارتباط با دل‌بستگی هم ارتباط بالاتر کاربرد ارزیابی مجدد بیشتر و سرکوبی کمتر را پیش‌بینی می‌کرد. اوزر، تاتون و آتیک (۲۰۱۸) نشان داد که دختران مشکلات تنظیم هیجان بیشتری نسبت به پسران دارند. همچنین، آشکار شد که مشکلات تنظیم هیجان با جو عاطفی خانواده با زورگویی رابطه دارد. چنگ<sup>۱</sup> و همکاران (۲۰۱۸) نتیجه گرفتند که افراد برون‌گرا، عاطفه مثبت بیشتر و مشکلات تنظیم هیجان پایین‌تری را گزارش کردند. روان رنجورخویی با عاطفه مثبت کمتر، سلامت کمتر و مشکلات تنظیم هیجان بالاتری ارتباط داشت. رفتارهای مثبت خانواده و محیط عاطفی نیز با مشکلات تنظیم هیجان ارتباط منفی داشت. سنت<sup>۲</sup> و همکاران (۲۰۱۸) مشخص کردند که وجود روابط بین والدینی نایمن به طور غیرمستقیم با ناگویی هیجانی و پردازش منفی اطلاعات در وقایع استرس‌آور مرتبط با همسالان رابطه دارد که این وضعیت افزایش ناگویی هیجانی دانش‌آموز در طی یک دوره یکساله را پیش‌بینی می‌کند. امروزه بر مفید بودن هیجان‌ها در رفتارها تأکید می‌کنند و دیدگاه عمومی این است که هیجان‌ها قبل از رفتار واقع می‌شوند و سازگاری فرد را با ضروریات محیط فیزیکی و اجتماعی بهینه می‌سازند. هیجان‌ها با هماهنگ کردن فرآیندهای ذهنی، زیستی و انگیرشی موجب می‌شوند وضعیت فرد در ارتباط با محیط تثبیت شود و فرد را با پاسخ‌های ویژه و کارآمد مناسب با مسائل مجهز می‌کند و در نهایت موجب بقای جسمانی و اجتماعی وی می‌شود. از طرفی هیجان‌ها در ایجاد و حفظ و قطع روابط میان فردی نقش مهمی ایفا می‌کنند و این کار را با تنظیم فاصله بین افراد انجام می‌دهند زیرا هیجان‌ها ما را به طرف هم می‌کشاند و یا از هم دور می‌کنند (کرمانی-مامازندی و طالع‌پسند، ۱۳۹۷). از اینرو پژوهش حاضر درصدد بررسی این مهم می‌باشد که آیا جو عاطفی خانواده در رابطه بین ناگویی هیجانی و مشکلات تنظیم هیجان در دانش‌آموزان پسر متوسطه نقش واسطه‌ای دارد؟

---

1. Cheng, & et al

2. Sonnette

## روش پژوهش

پژوهش حاضر از حیث هدف و دسته تحقیقات بنیادی قرار دارد و همچنین از حیث روش در دسته تحقیقات توصیفی از نوع همبستگی قرار می‌گیرد. جامعه آماری پژوهش کلیه دانش‌آموزان پسر متوسطه اول شهر بجنورد در نظر گرفته شد که تعداد آن‌ها برابر با ۸۴۰۰ نفر گزارش شده است. با توجه به حجم جامعه و با استفاده از جدول کرجسی و مورگان تعداد ۳۶۷ نفر انتخاب شدند. روش نمونه‌گیری خوشه‌ای چند مرحله‌ای می‌باشد. بدین صورت که از بین کلیه دانش‌آموزان پسر متوسطه اول شهر بجنورد تعداد ۱۵ مدرسه انتخاب شدند. از هر پایه (هفتم، هشتم، نهم) در هر مدرسه یک کلاس به صورت تصادفی انتخاب شد. دانش‌آموزان هر کلاس به عنوان نمونه در نظر گرفته شدند. با توجه به شیوع بیماری همه‌گیر کووید ۱۹، پرسشنامه‌ها به صورت الکترونیکی طراحی شدند و در اختیار معلمان هر کلاس قرار داده شد تا برای دانش‌آموزان ارسال کنند. جهت تجزیه و تحلیل داده‌ها از روش‌های آمار توصیفی و استنباطی استفاده شد. ابتدا جهت تحلیل ویژگی‌های جمعیت شناختی نمونه مورد نظر از پارامترهای آمار توصیفی شامل جداول و نمودارهای فراوانی و در قسمت آزمون فرضیات تحقیق، با استفاده از نرم‌افزارهای اس پی اس نسخه ۲۳ و پی ال اس، از روش معادلات ساختاری و تحلیل عاملی تاییدی استفاده شد. به منظور گردآوری داده‌ها پرسشنامه‌های زیر مورد استفاده قرار گرفتند:

### ۱. پرسشنامه جو عاطفی خانواده (هیل برن، بی، ۱۹۶۴):

این مقیاس توسط هیل برن، بی. (۱۹۶۴)، نقل از موسوی شوشتری و همکاران، (۱۳۷۶) به منظور سنجش میزان مهرورزی در تعاملات کودک-والدین ساخته شده است. پرسشنامه دارای ۸ خرده مقیاس (محبت، نوازش کردن، تأیید کردن، تجربه‌های مشترک، هدیه دادن، تشویق، اعتماد و احساس امنیت)، می‌باشد. کل مقیاس جو عاطفی خانواده شامل ۱۶ سؤال است که هر دو سؤال دربرگیرنده یک خرده مقیاس است. سوال‌های فرد مربوط به رابطه احساس آزمودنی نسبت به پدر و سوال‌های زوج بیانگر همان رابطه و احساس نسبت به مادر می‌باشد. همچنین، پاسخنامه این مقیاس پنج گزینه‌ای از پاسخ‌های خیلی کم، کم، در حد متوسط، زیاد، خیلی زیاد، تشکیل شده است که آزمودنی بر حسب احساس خود یکی از آن‌ها را علامت می‌زند. نمره‌گذاری از ۱ تا ۵ است. به این صورت که به گزینه خیلی کم نمره ۱، کم ۲، متوسط ۳، زیاد ۴ و خیلی زیاد ۵ تعلق می‌گیرد. نمرات بالاتر از متوسط نشان‌دهنده جو عاطفی مناسب و نمرات پایین‌تر از متوسط حاکی از جو

عاطفی ضعیف است. در خصوص پایایی این پرسشنامه، موسوی شوشتری (۱۳۸۶) در تحقیق خود ضرایب پایایی هشت خرده مقیاس جو عاطفی خانواده را با استفاده از روش آلفای کرونباخ بین ۰/۶۶ تا ۰/۷۹ و با استفاده از روش بازآزمایی بین ۰/۵۳ تا ۰/۷۸ گزارش نمود و با استفاده از روش دو نیمه کردن بین ۰/۴۹ تا ۰/۸۱ بدست آورد و ضریب پایایی کل مقیاس را با استفاده از روش آلفای کرونباخ برابر ۰/۸۷ محاسبه نمود که پایا بودن این پرسشنامه را نشان می‌دهد.

۲. ناگویی هیجانی تورنتو (بگی، پارکر و تیلور، ۱۹۹۴):

مقیاس ناگویی هیجانی تورنتو (بگی، پارکر و تیلور، ۱۹۹۴) یک آزمون ۲۰ سوالی است و سه زیرمقیاس دشواری در شناسایی احساسات، دشواری در توصیف احساسات و تفکر عینی را در مقیاس ۵ درجه‌ای لیکرت از نمره ۱ (کاملاً مخالف) تا نمره ۵ (کاملاً موافق) می‌سنجد. یک نمره کل نیز از جمع نمره‌های سه زیر مقیاس برای ناگویی هیجانی کلی محاسبه می‌شود. این مقیاس برای اجرا در نمونه‌های عمومی و بالینی مناسب است و می‌تواند بر حسب شرایط به صورت فردی یا گروهی اجرا شود. ویژگی‌های روان‌سنجی مقیاس ناگویی هیجانی تورنتو-۲۰ در پژوهش‌های متعدد خارجی (پارکر، تیلور و بگی، ۲۰۰۱، ۲۰۰۳؛ تیلور و بگی، ۲۰۰۰) و نسخه فارسی مقیاس ناگویی هیجانی تورنتو-۲۰ (بشارت، ۲۰۰۷ الف، ب، ۲۰۰۷) تأیید شده است. پرسشنامه ناگویی هیجانی دارای طیف لیکرت ۵ درجه‌ای از نمره ۱ (کاملاً مخالف) تا نمره ۵ (کاملاً موافق) می‌باشد. پایایی پرسشنامه حاضر در نسخه فارسی مقیاس نارسایی هیجانی تورنتو، بشارت (۱۳۸۶) ضرایب آلفای کرونباخ برای نارسایی کلی ۰/۸۵، دشواری در شناسایی احساسات ۰/۸۲، دشواری در توصیف احساسات ۰/۷۵ و تفکر عینی ۰/۷۲ گزارش شده است. همچنین بشارت (۱۳۸۶) اعتبار کل مقیاس را در نمونه ایرانی با استفاده از روش دو نیمه کردن و باز آزمایی (بعد از یک ماه) ۰/۷۴ و ۰/۷۲ بدست آمده است.

۳. مشکلات تنظیم هیجانی گراتز (۲۰۰۴)

پرسشنامه مشکلات تنظیم هیجانی (DERS) توسط گراتز در سال ۲۰۰۴ ساخته شده است. این پرسشنامه یک مقیاس ۳۶ سوالی است که الگوهای تنظیم هیجان را در قالب شش خرده مقیاس (عدم پذیرش پاسخ‌های هیجانی، اشکال در مشارکت رفتارهای منتهی به هدف، مشکلات کنترل تکانه، کمبود آگاهی هیجانی، محدودیت در دستیابی به راهکارهای تنظیم هیجانی، و کمبود صراحت هیجانی) می‌سنجد، و بیش از هر چیز بر مشکلات در تنظیم هیجان، تأکید دارد. این پرسشنامه به دلیل سنجش تمامی ابعاد تنظیم هیجانی، استفاده بسیاری در پژوهش‌ها دارد. پرسشنامه مشکلات



تنظیم هیجانی دارای طیف لیکرت ۵ درجه‌ای از نمره ۱ (خیلی به ندرت) تا نمره ۵ (تقریباً همیشه) می‌باشد تحلیل عاملی وجود ۶ عامل عدم پذیرش پاسخ‌های هیجانی، دشواری در انجام رفتار هدفمند، دشواری در کنترل تکانه، فقدان آگاهی هیجانی، دسترسی محدود به راهبردهای تنظیم هیجانی، عدم وضوح هیجانی را نشان داد. نتایج حاکی از این است که این مقیاس از همسانی درونی بالایی، ۰/۹۳ برخوردار می‌باشد. هر شش مقیاس DERS آلفای کرونباخ بالای ۰/۸۰ دارند. بر اساس داده‌های حاصل از عزیزی، میرزایی و شمس (۱۳۸۸) میزان آلفای کرونباخ این پرسشنامه ۰/۹۲ برآورد شد.

### یافته‌های پژوهش

جدول (۱): ماتریس همبستگی سازه‌ها

سازه‌ها	ناگویی هیجانی	مشکلات تنظیم هیجان	جو عاطفی خانواده
ناگویی هیجانی	۰,۹۵۹		
مشکلات تنظیم هیجان	۰,۷۵۰	۰,۹۸۳	
جو عاطفی خانواده	۰,۱۳۷	۰,۱۲۷	۰,۷۶۹

فرضیه اصلی به دو فرضیه زیر تقسیم می‌شود:

- بین ناگویی هیجانی و مشکلات تنظیم هیجان در دانش‌آموزان پسر متوسطه اول شهر بجنورد رابطه دارد.
  - جو عاطفی خانواده در رابطه بین ناگویی هیجانی و مشکلات تنظیم هیجان در دانش‌آموزان پسر متوسطه اول شهر بجنورد نقش واسطه‌ای دارد.
- برای بررسی برازش مدل ساختاری پژوهش از ضریب  $R^2$  استفاده می‌شود. سه مقدار ۰/۱۹، ۰/۳۳ و ۰/۶۷ به عنوان مقدار ملاک برای مقادیر ضعیف، متوسط و قوی  $R^2$  در نظر گرفته می‌شود (رضازاده و داوری، ۱۳۹۵: ۱۴۶). مقدار  $R^2$  برای سازه مشکلات تنظیم هیجان (۰,۴۳۲) و جو عاطفی خانواده (۰,۳۵۸) محاسبه شده است. با توجه به این که مقادیر از عدد متوسط بیشتر می‌باشند، مناسب بودن برازش مدل ساختاری را تایید می‌سازد.
- بین ناگویی هیجانی و مشکلات تنظیم هیجان در دانش‌آموزان پسر متوسطه اول شهر بجنورد رابطه دارد.

با توجه به نمودار (۱) ضریب معناداری مسیر میان متغیرهای ناگویی هیجانی، مشکلات تنظیم هیجان (۷۰,۳۱۳) از ۱/۹۶ بیشترند که این مطلب حاکی از معنی دار بودن تاثیر مستقیم ناگویی هیجانی بر مشکلات تنظیم هیجان در سطح اطمینان ۹۵٪ می‌باشد. همچنین نمودار (۲) شدت تاثیرات را نشان می‌دهد. ضریب استاندارد شده مسیر میان متغیر ناگویی هیجانی و مشکلات تنظیم هیجان (۰,۷۷۸) بیانگر این مطلب است که ناگویی هیجانی به میزان ۷۷,۸ درصد از تغییرات متغیر مشکلات تنظیم هیجان را به طور مستقیم تبیین می‌کند. بنابراین با بالا رفتن ناگویی هیجانی در دانش‌آموزان، مشکلات تنظیم هیجان نیز در آنها بیشتر می‌شود.

جدول (۲): نتایج تحلیل فرضیه اصلی اول

نتیجه	ضریب مسیر	عدد معناداری (آماره آزمون)	مسیر مستقیم / غیر مستقیم
تایید	۰,۷۷۸	۷۰,۳۱۳	ناگویی هیجانی ← مشکلات تنظیم هیجانی

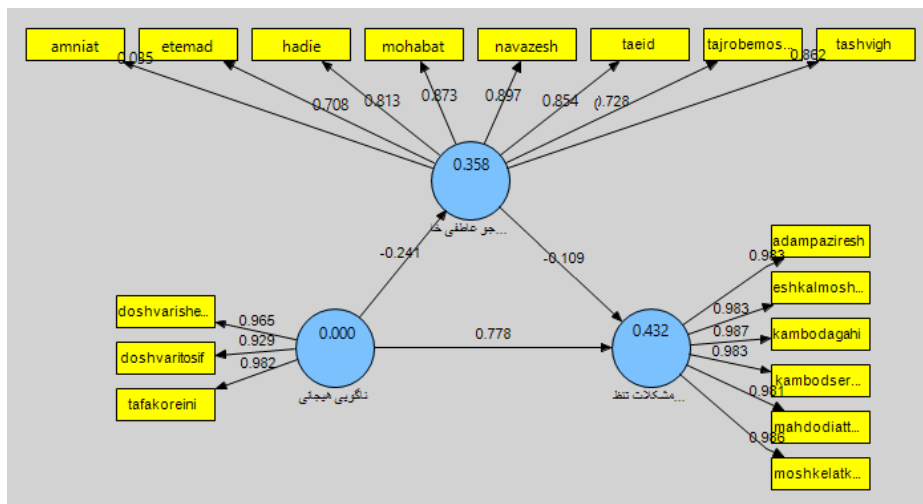
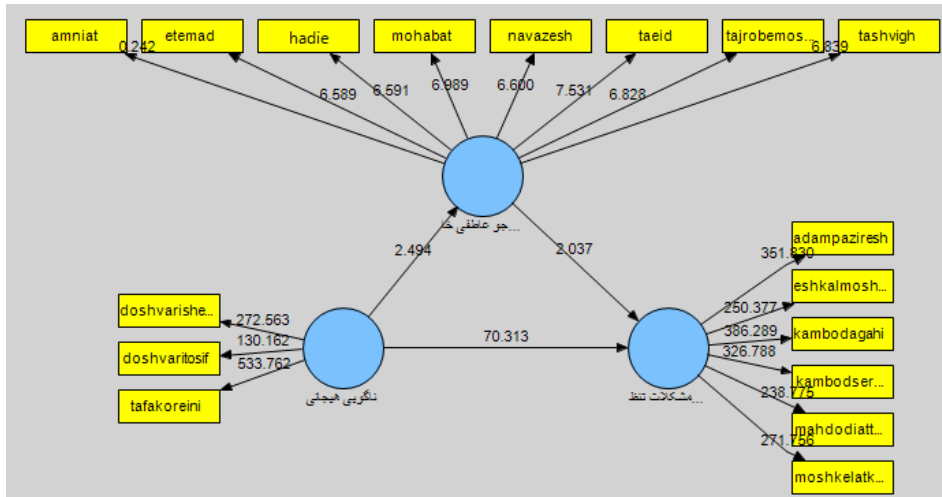
جو عاطفی خانواده در رابطه بین ناگویی هیجانی و مشکلات تنظیم هیجان در دانش‌آموزان پسر متوسطه اول شهر بجنورد نقش واسطه‌ای دارد.

با توجه به نمودار (۲) ضریب معناداری مسیر میان متغیرهای ناگویی هیجانی، مشکلات تنظیم هیجان و جو عاطفی خانواده (۷۰,۳۱۳، ۲,۴۹۴، ۲,۰۳۷) از ۱/۹۶ بیشترند که این مطلب حاکی از معنی دار بودن تاثیر غیر مستقیم ناگویی هیجانی بر مشکلات تنظیم هیجان از طریق متغیر واسطه‌ای جو عاطفی خانواده در سطح اطمینان ۹۵٪ می‌باشد و باعث پذیرش فرضیه اصلی پژوهش می‌شود. نمودار (۲) شدت تاثیرات را نشان می‌دهد. ضریب استاندارد شده مسیر میان متغیر ناگویی هیجانی و مشکلات تنظیم هیجان (۰,۷۷۸) بیانگر این مطلب است که ناگویی هیجانی به میزان ۷۷,۸ درصد از تغییرات متغیر مشکلات تنظیم هیجان را به طور مستقیم تبیین می‌کند. از سوی دیگر دو ضریب (-۰,۲۴۱) و (-۰,۱۰۹) نیز نشان می‌دهند که متغیر ناگویی هیجانی به طور غیرمستقیم و از طریق متغیر واسطه‌ای جو عاطفی خانواده به میزان (-۰,۲۴۱)×(-۰,۱۰۹) بر متغیر مشکلات تنظیم هیجان تاثیر دارد. بنابراین با بالا رفتن ناگویی هیجانی در دانش‌آموزان، مشکلات تنظیم هیجان نیز در آنها بیشتر می‌شود و همچنین در این فرضیه نتایج نشان داد متغیر واسطه‌ای جو عاطفی خانواده می‌تواند نقش موثر و مفیدی در رابطه بین ناگویی هیجانی و مشکلات تنظیم

نقش واسطه‌ای جو عاطفی خانواده در رابطه بین ناگویی هیجان و مشکلات تنظیم هیجان در دانش‌آموزان... ۲۵۹

هیجان ایفا کند. بنابراین جو عاطفی خانواده به عنوان متغیر واسطه، ناگویی هیجانی و مشکلات تنظیم هیجان در دانش‌آموزان را کاهش می‌دهد. نمودار (۱) نتایج آزمون تی فرضیه اصلی پژوهش را نشان می‌دهد.

نمودار (۱): نتایج آزمون تی فرضیه اصلی پژوهش



نمودار (۲): ضریب مسیر و بارعاملی فرضیه اصلی پژوهش

نمودار (۲) ضریب مسیر و بارعاملی فرضیه اصلی پژوهش، را نشان می‌دهد. جدول (۳) نتایج مربوط به بررسی فرضیه اصلی پژوهش را نشان می‌دهد.

جدول (۳): نتایج تحلیل فرضیه اصلی دوم

نتیجه	عدد معناداری (آماره آزمون)	ضریب مسیر	مسیر مستقیم / غیر مستقیم
تایید	۷۰,۳۱۳	۰,۷۷۸	ناگویی هیجانی ← مشکلات تنظیم هیجانی
تایید	۲,۴۹۴	-۰,۲۴۱	ناگویی هیجانی ← جو عاطفی خانواده
تایید	۲,۰۳۷	-۰,۱۰۹	جو عاطفی خانواده ← مشکلات تنظیم هیجانی
تایید	۷۴,۸۴۴	۰,۸۰۴	ناگویی هیجانی ← جو عاطفی خانواده ← مشکلات تنظیم هیجانی

▪ بین دشواری در شناسایی احساسات و مشکلات تنظیم هیجان در دانش‌آموزان پسر متوسطه اول شهر بجنورد رابطه دارد.

▪ جو عاطفی خانواده در رابطه بین دشواری در شناسایی احساسات و مشکلات تنظیم هیجان در دانش‌آموزان پسر متوسطه اول شهر بجنورد نقش واسطه‌ای دارد.

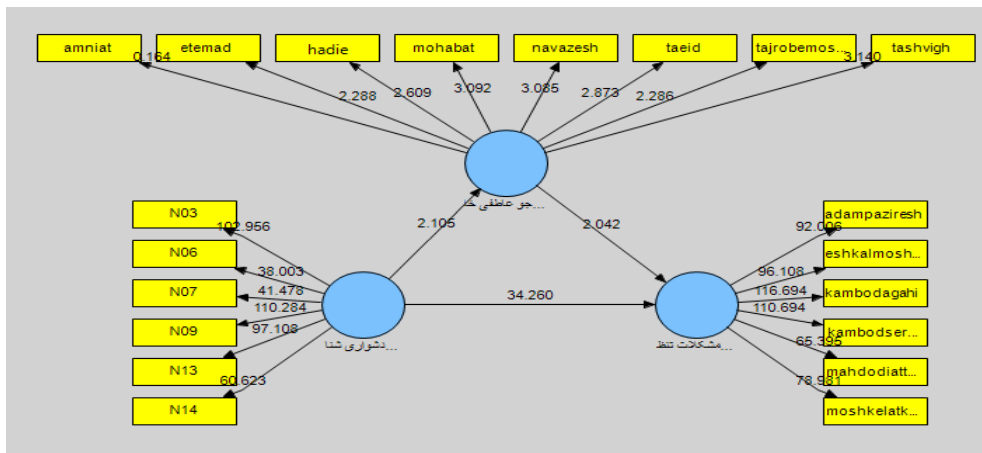
با توجه به نمودار (۳) ضریب معناداری مسیر میان متغیرهای دشواری در شناسایی احساسات، مشکلات تنظیم هیجان (۳۴,۲۶۰) از ۱/۹۶ بیشترند که این مطلب حاکی از معنی دار بودن تاثیر مستقیم دشواری در شناسایی احساسات بر مشکلات تنظیم هیجان در سطح اطمینان ۹۵٪ می‌باشد. همچنین نمودار (۴) شدت تاثیرات را نشان می‌دهد. ضریب استاندارد شده مسیر میان متغیر دشواری در شناسایی احساسات و مشکلات تنظیم هیجان (۰,۳۷۸) بیانگر این مطلب است که دشواری در شناسایی احساسات به میزان ۳۷,۸ درصد از تغییرات متغیر مشکلات تنظیم هیجان را به طور مستقیم تبیین می‌کند. بنابراین با بالا رفتن دشواری در شناسایی احساسات در دانش‌آموزان، مشکلات تنظیم هیجان نیز در آنها بیشتر می‌شود.

جدول (۴): نتایج تحلیل فرضیه فرعی ۱,۱

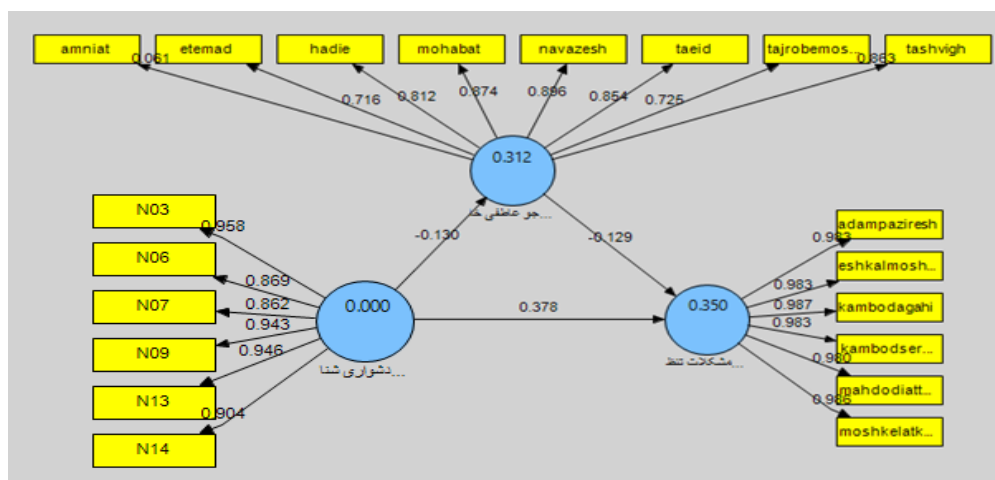
نتیجه	عدد معناداری (آماره آزمون)	ضریب مسیر	مسیر مستقیم / غیر مستقیم
تایید	۳۴,۲۶۰	۰,۳۷۸	دشواری در شناسایی احساسات ← مشکلات تنظیم هیجانی

جو عاطفی خانواده در رابطه بین دشواری در شناسایی احساسات و مشکلات تنظیم هیجان در دانش‌آموزان پسر متوسطه اول شهر بجنورد نقش واسطه‌ای دارد. با توجه به نمودار (۳) ضریب معناداری مسیر میان متغیرهای دشواری در شناسایی احساسات، مشکلات تنظیم هیجان و جو

عاطفی خانواده (۳۴,۲۶۰، ۲,۱۰۵، ۲۰,۰۴۲) از ۱/۹۶ بیشترند که این مطلب حاکی از معنی دار بودن تاثیر غیر مستقیم دشواری در شناسایی احساسات بر مشکلات تنظیم هیجان از طریق متغیر واسطه- ای جو عاطفی خانواده در سطح اطمینان ۹۵٪ می‌باشد و باعث پذیرش فرضیه فرعی اول پژوهش می‌شود. نمودار (۴) شدت تاثیرات را نشان می‌دهد. ضریب استاندارد شده مسیر میان متغیر دشواری در شناسایی احساسات و مشکلات تنظیم هیجان (۰,۳۷۸) بیانگر این مطلب است که دشواری در شناسایی احساسات به میزان ۳۷,۸ درصد از تغییرات متغیر مشکلات تنظیم هیجان را به طور مستقیم تبیین می‌کند. از سوی دیگر دو ضریب (-۰,۱۳۰) و (-۰,۱۲۹) نیز نشان می‌دهند که متغیر دشواری در شناسایی احساسات به طور غیرمستقیم و از طریق متغیر واسطه‌ای جو عاطفی خانواده به میزان ۱,۶۸٪ (-۰,۱۳۰x-۰,۱۲۹) بر متغیر مشکلات تنظیم هیجان تاثیر دارد. بنابراین با بالا رفتن دشواری در شناسایی احساسات در دانش‌آموزان، مشکلات تنظیم هیجان نیز در آنها بیشتر می‌شود و همچنین در این فرضیه نتایج نشان داد متغیر واسطه‌ای جو عاطفی خانواده می‌تواند نقش موثر و مفیدی در رابطه بین دشواری در شناسایی احساسات و مشکلات تنظیم هیجان ایفا کند. بنابراین جو عاطفی خانواده به عنوان متغیر واسطه، دشواری در شناسایی احساسات و مشکلات تنظیم هیجان در دانش‌آموزان را کاهش می‌دهد.



نمودار (۴): نتایج آزمون تی فرضیه فرعی اول پژوهش



نمودار (۴): ضریب مسیر و بارعاملی فرضیه فرعی اول پژوهش

نمودار (۴) ضریب مسیر و بارعاملی فرضیه فرعی اول پژوهش، را نشان می‌دهد.

جدول (۵): نتایج تحلیل فرضیه فرعی ۲،۱

نتیجه	عدد معناداری (آماره آزمون)	ضریب مسیر	مسیر مستقیم / غیر مستقیم
تایید	۳۴,۲۶۰	۰,۳۷۸	دشواری در شناسایی احساسات ← مشکلات تنظیم هیجانی
تایید	۲,۱۰۵	-۰,۱۳۰	دشواری در شناسایی احساسات ← جو عاطفی خانواده
تایید	۲,۰۴۲	-۰,۱۲۹	جو عاطفی خانواده ← مشکلات تنظیم هیجانی
تایید	۳۸,۴۱	۰,۳۹۵	دشواری در شناسایی احساسات ← جو عاطفی خانواده ← مشکلات تنظیم هیجانی

- فرضیه فرعی ۱،۲: بین دشواری در توصیف احساسات و مشکلات تنظیم هیجان در دانش-آموزان پسر متوسطه اول شهر بجنورد رابطه دارد.
  - فرضیه فرعی ۲،۲: جو عاطفی خانواده در رابطه بین دشواری در توصیف احساسات و مشکلات تنظیم هیجان در دانش آموزان پسر متوسطه اول شهر بجنورد نقش واسطه ای دارد.
- با توجه به نمودار (۵) ضریب معناداری مسیر میان متغیرهای دشواری در توصیف احساسات، مشکلات تنظیم هیجان (۴۱,۶۹۱) از ۱/۹۶ بیشترند که این مطلب حاکی از معنی دار بودن تاثیر مستقیم دشواری در توصیف احساسات بر مشکلات تنظیم هیجان در سطح اطمینان ۹۵٪ می‌باشد.

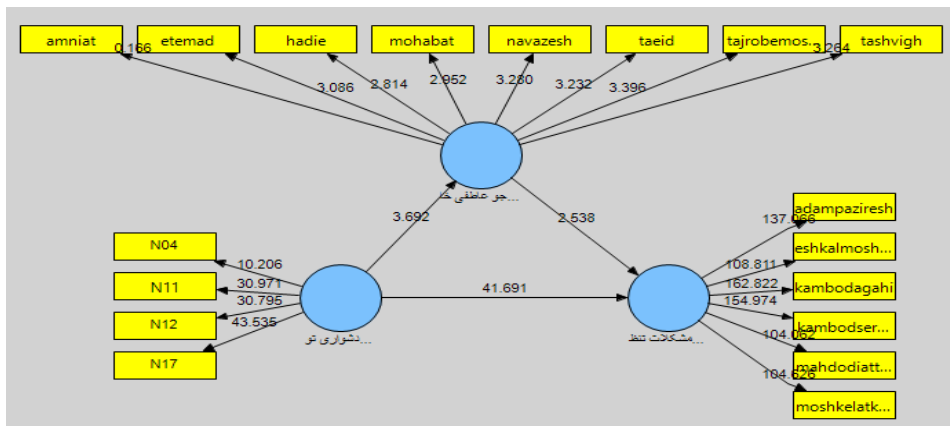
نقش واسطه‌ای جو عاطفی خانواده در رابطه بین ناگویی هیجانی و مشکلات تنظیم هیجان در دانش‌آموزان... ۲۶۳

همچنین نمودار (۶) شدت تاثیرات را نشان می‌دهد. ضریب استاندارد شده مسیر میان متغیر دشواری در توصیف احساسات و مشکلات تنظیم هیجان (۰,۵۵۷) بیانگر این مطلب است که دشواری در توصیف احساسات به میزان ۵۵,۷ درصد از تغییرات متغیر مشکلات تنظیم هیجان را به طور مستقیم تبیین می‌کند. بنابراین با بالا رفتن دشواری در توصیف احساسات در دانش‌آموزان، مشکلات تنظیم هیجان نیز در آنها بیشتر می‌شود.

جدول (۶): نتایج تحلیل فرضیه فرعی ۱,۲

نتیجه	عدد معناداری (آماره آزمون)	ضریب مسیر	مسیر مستقیم / غیر مستقیم
تایید	۴۱,۶۹۱	۰,۵۵۷	دشواری در توصیف احساسات ← مشکلات تنظیم هیجانی

جو عاطفی خانواده در رابطه بین دشواری در توصیف احساسات و مشکلات تنظیم هیجان در دانش‌آموزان پسر متوسطه اول شهر بجنورد نقش واسطه‌ای دارد. با توجه به نمودار (۵) ضریب معناداری مسیر میان متغیرهای دشواری در توصیف احساسات، مشکلات تنظیم هیجان و جو عاطفی خانواده (۴۱,۶۹۱، ۳,۶۹۲، ۲,۵۳۸) از ۱/۹۶ بیشترند که این مطلب حاکی از معنی دار بودن تاثیر غیر مستقیم دشواری در توصیف احساسات بر مشکلات تنظیم هیجان از طریق متغیر واسطه‌ای جو عاطفی خانواده در سطح اطمینان ۹۵٪ می‌باشد و باعث پذیرش فرضیه فرعی دوم پژوهش می‌شود.

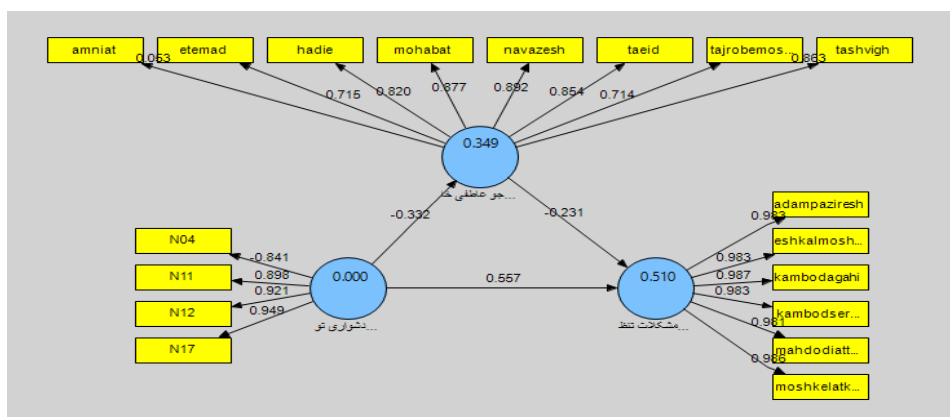


نمودار (۶) شدت تاثیرات را نشان می‌دهد. ضریب استاندارد شده مسیر میان متغیر دشواری در توصیف احساسات و مشکلات تنظیم هیجان (۰,۵۵۷) بیانگر این مطلب است که دشواری در توصیف

احساسات به میزان ۵۵٫۷ درصد از تغییرات متغیر مشکلات تنظیم هیجان را به طور مستقیم تبیین می‌کند. از سوی دیگر دو ضریب (-۰٫۳۳۲) و (-۰٫۲۳۱) نیز نشان می‌دهند که متغیر دشواری در توصیف احساسات به طور غیرمستقیم و از طریق متغیر واسطه‌ای جو عاطفی خانواده به میزان ۷٫۷٪ (-۰٫۳۳۲ × ۰٫۲۳۱) بر متغیر مشکلات تنظیم هیجان تاثیر دارد. بنابراین با بالا رفتن دشواری در توصیف احساسات در دانش‌آموزان، مشکلات تنظیم هیجان نیز در آنها بیشتر می‌شود و همچنین در این فرضیه نتایج نشان داد متغیر واسطه‌ای جو عاطفی خانواده می‌تواند نقش موثر و مفیدی در رابطه بین دشواری در توصیف احساسات و مشکلات تنظیم هیجان ایفا کند. بنابراین جو عاطفی خانواده به عنوان متغیر واسطه، دشواری در توصیف احساسات و مشکلات تنظیم هیجان در دانش‌آموزان را کاهش می‌دهد.

نمودار (۵): نتایج آزمون تی فرضیه فرعی دوم پژوهش

نمودار (۶) ضریب مسیر و بارعاملی فرعی دوم پژوهش، را نشان می‌دهد.



نمودار (۶): ضریب مسیر و بارعاملی فرضیه فرعی دوم پژوهش

جدول (۷) نتایج مربوط به بررسی فرضیه فرعی دوم پژوهش را نشان می‌دهد.

جدول (۷): نتایج تحلیل فرضیه فرعی ۲،۲

نتیجه	ضریب مسیر	عدد معناداری (آماره آزمون)	مسیر مستقیم / غیر مستقیم
تایید	۰٫۵۵۷	۴۱٫۶۹۱	دشواری در توصیف احساسات ← مشکلات تنظیم هیجانی
تایید	-۰٫۳۳۲	۳٫۶۹۲	دشواری در توصیف احساسات ← جو عاطفی خانواده
تایید	-۰٫۲۳۱	۲٫۵۳۸	جو عاطفی خانواده ← مشکلات تنظیم هیجانی
تایید	۰٫۶۳۴	۴۷٫۹۲۱	دشواری در توصیف احساسات ← جو عاطفی خانواده ← مشکلات تنظیم هیجانی



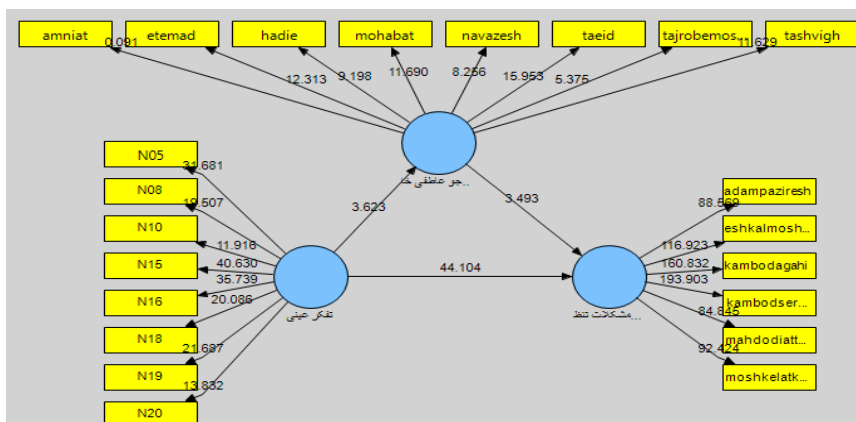
- فرضیه فرعی ۱,۳: بین تفکر عینی و مشکلات تنظیم هیجان در دانش‌آموزان پسر متوسطه اول شهر بجنورد رابطه دارد.
- فرضیه فرعی ۲,۳: جو عاطفی خانواده در رابطه بین تفکر عینی و مشکلات تنظیم هیجان در دانش‌آموزان پسر متوسطه اول شهر بجنورد نقش واسطه‌ای دارد. با توجه به نمودار (۷) ضریب معناداری مسیر میان متغیرهای تفکر عینی، مشکلات تنظیم هیجان (۰,۴۴,۱۰۴) از ۱/۹۶ بیشترند که این مطلب حاکی از معنی دار بودن تاثیر تفکر عینی بر مشکلات تنظیم هیجان در سطح اطمینان ۹۵٪ می‌باشد. همچنین نمودار (۸) شدت تاثیرات را نشان می‌دهد. ضریب استاندارد شده مسیر میان متغیر تفکر عینی و مشکلات تنظیم هیجان (۰,۴۵۲) بیانگر این مطلب است که تفکر عینی به میزان ۴۵,۲ درصد از تغییرات متغیر مشکلات تنظیم هیجان را به طور مستقیم تبیین می‌کند. بنابراین با بالا رفتن تفکر عینی در دانش‌آموزان، مشکلات تنظیم هیجان نیز در آنها بیشتر می‌شود.

جدول (۸): نتایج تحلیل فرضیه فرعی ۱,۳

نتیجه	ضریب مسیر	عدد معناداری (آماره آزمون)	مسیر مستقیم / غیر مستقیم
تایید	۰,۴۵۲	۴۴,۱۰۴	تفکر عینی ← مشکلات تنظیم هیجانی

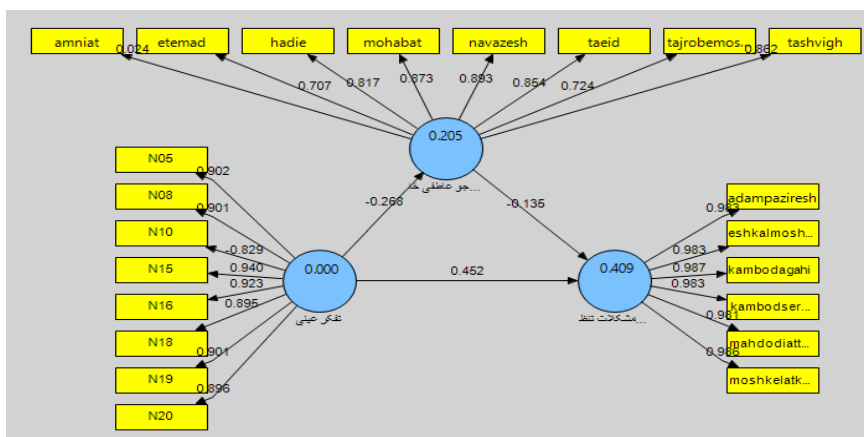
جو عاطفی خانواده در رابطه بین تفکر عینی و مشکلات تنظیم هیجان در دانش‌آموزان پسر متوسطه اول شهر بجنورد نقش واسطه‌ای دارد. با توجه به نمودار (۷) ضریب معناداری مسیر میان متغیرهای تفکر عینی، مشکلات تنظیم هیجان و جو عاطفی خانواده (۰,۴۴,۱۰۴) از ۱/۹۶ بیشترند که این مطلب حاکی از معنی دار بودن تاثیر غیر مستقیم تفکر عینی بر مشکلات تنظیم هیجان از طریق متغیر واسطه‌ای جو عاطفی خانواده در سطح اطمینان ۹۵٪ می‌باشد و باعث پذیرش فرضیه فرعی سوم پژوهش می‌شود. نمودار (۸) شدت تاثیرات را نشان می‌دهد. ضریب استاندارد شده مسیر میان متغیر تفکر عینی و مشکلات تنظیم هیجان (۰,۴۵۲) بیانگر این مطلب است که تفکر عینی به میزان ۴۵,۲ درصد از تغییرات متغیر مشکلات تنظیم هیجان را به طور مستقیم تبیین می‌کند. از سوی دیگر دو ضریب (۰,۲۶۸-) و (۰,۱۳۵-) نیز نشان می‌دهند که متغیر تفکر عینی به طور غیرمستقیم و از طریق متغیر واسطه‌ای جو عاطفی خانواده به میزان ۳,۶۲٪ (۰,۲۶۸-×۰,۱۳۵-) بر متغیر مشکلات تنظیم هیجان تاثیر دارد. بنابراین با بالا رفتن تفکر

عینی در دانش‌آموزان، مشکلات تنظیم هیجان نیز در آنها بیشتر می‌شود و همچنین در این فرضیه نتایج نشان داد متغیر واسطه‌ای جو عاطفی خانواده می‌تواند نقش موثر و مفیدی در رابطه بین تفکر عینی و مشکلات تنظیم هیجان ایفا کند. بنابراین جو عاطفی خانواده به عنوان متغیر واسطه، تفکر عینی و مشکلات تنظیم هیجان در دانش‌آموزان را کاهش می‌دهد.



نمودار (۷): نتایج آزمون تی فرضیه فرعی سوم پژوهش

نمودار (۸) ضریب مسیر و بارعاملی فرعی سوم پژوهش، را نشان می‌دهد.



نمودار (۸): ضریب مسیر و بارعاملی فرضیه فرعی سوم پژوهش

جدول (۹) نتایج مربوط به بررسی فرضیه فرعی سوم پژوهش را نشان می‌دهد.

جدول (۹): نتایج تحلیل فرضیه فرعی ۲،۳

نتیجه	عدد معناداری (آماره آزمون)	ضریب مسیر	مسیر مستقیم / غیر مستقیم
تایید	۴۴,۱۰۴	۰,۴۵۲	تفکر عینی ← مشکلات تنظیم هیجانی
تایید	۳,۶۲۳	-۰,۲۶۸	تفکر عینی ← جو عاطفی خانواده
تایید	۳,۴۹۳	-۰,۱۳۵	جو عاطفی خانواده ← مشکلات تنظیم هیجانی
تایید	۵۱,۲۲	۰,۴۸۸	تفکر عینی ← جو عاطفی خانواده ← مشکلات تنظیم هیجانی

### بحث و نتیجه گیری

ضریب مسیر میان متغیر ناگویی هیجانی و مشکلات تنظیم هیجان (۰,۷۷۸) بیانگر این مطلب است که ناگویی هیجانی به میزان ۷۷,۸ درصد از تغییرات متغیر مشکلات تنظیم هیجان را به طور مستقیم تبیین می‌کند. از سوی دیگر دو ضریب (-۰,۲۴۱) و (-۰,۱۰۹) نیز نشان می‌دهند که متغیر ناگویی هیجانی به طور غیرمستقیم و از طریق متغیر واسطه‌ای جو عاطفی خانواده به میزان ۲,۶۳٪ (-۰,۱۰۹ × -۰,۲۴۱) بر متغیر مشکلات تنظیم هیجان تاثیر دارد. بنابراین با بالا رفتن ناگویی هیجانی در دانش‌آموزان، مشکلات تنظیم هیجان نیز در آن‌ها بیشتر می‌شود و همچنین در این فرضیه نتایج نشان داد متغیر واسطه‌ای جو عاطفی خانواده می‌تواند نقش موثر و مفیدی در رابطه بین ناگویی هیجانی و مشکلات تنظیم هیجان ایفا کند. بنابراین جو عاطفی خانواده به عنوان متغیر واسطه، ناگویی هیجانی و مشکلات تنظیم هیجان در دانش‌آموزان را کاهش می‌دهد. نتایج حاصل از فرضیه فوق با نتایج پژوهش غیبی و دشت بزرگی (۱۳۹۸)، خدابخش و کیانی (۱۳۹۵)، بشارت و همکاران (۱۳۹۲)، اوزر، تاتون و آتیک (۲۰۱۸)، سنت و همکاران (۲۰۱۸) همسو می‌باشد. در تبیین نتایج فوق می‌توان بیان داشت فضای عاطفی خانواده در تنظیم هیجان مثل نور برای درختان است. اگر تمامی نیازهای اساسی درخت نظیر آب، خاک و کود تأمین باشد اما نوری به آن نرسد، هیچ یک از این عناصر به رشد درخت کمک زیادی نخواهند کرد. در واقع رشد درخت و فعل و انفعالات شیمیایی به وسیله نور امکان‌پذیر می‌شود، همین‌طور در خانواده‌ای که فضای عاطفی آن پر از تنش و فشارهای دائمی است و سرد و بی‌حرارت است و مبادله عاطفی جریان ندارد و احساس تنهایی در آن موج می‌زند کمتر می‌توان شاهد تنظیم هیجانان در خانواده بود. بنابراین در خانواده‌هایی که

احساس آرامش، امنیت و خودباوری وجود ندارد عناصر عاطفی انگیزشی و شخصیتی فرد آسیب‌هایی در حد تخریب را تجربه خواهد کرد و در برابر هیجانات ضعیف عمل می‌کند.

فرضیه فرعی اول: جو عاطفی خانواده در رابطه بین دشواری در شناسایی احساسات و مشکلات تنظیم هیجان در دانش‌آموزان پسر متوسطه اول شهر بجنورد نقش واسطه‌ای دارد. ضریب مسیر میان متغیر دشواری در شناسایی احساسات و مشکلات تنظیم هیجان (۰,۳۷۸) بیانگر این مطلب است که دشواری در شناسایی احساسات به میزان ۳۷,۸ درصد از تغییرات متغیر مشکلات تنظیم هیجان را به طور مستقیم تبیین می‌کند. از سوی دیگر دو ضریب (۰,۱۳۰-) و (۰,۱۲۹-) نیز نشان می‌دهند که متغیر دشواری در شناسایی احساسات به طور غیرمستقیم و از طریق متغیر واسطه‌ای جو عاطفی خانواده به میزان ۱,۶۸٪ (۰,۱۲۹×-۰,۱۳۰-) بر متغیر مشکلات تنظیم هیجان تاثیر دارد. بنابراین با بالا رفتن دشواری در شناسایی احساسات در دانش‌آموزان، مشکلات تنظیم هیجان نیز در آن‌ها بیشتر می‌شود و همچنین در این فرضیه نتایج نشان داد متغیر واسطه‌ای جو عاطفی خانواده می‌تواند نقش موثر و مفیدی در رابطه بین دشواری در شناسایی احساسات و مشکلات تنظیم هیجان ایفا کند. بنابراین جو عاطفی خانواده به عنوان متغیر واسطه، دشواری در شناسایی احساسات و مشکلات تنظیم هیجان در دانش‌آموزان را کاهش می‌دهد. در تبیین نتایج فوق می‌توان گفت ناگویی هیجانی ساختاری است که احتمالاً با کنترل هیجان مرتبط است، زیرا ناگویی هیجانی عدم ابراز هیجان به دلیل نقص در توانایی پردازش و تنظیم هیجان‌ها یا بازداری آگاهانه تر ابراز هیجان است. در افراد مبتلا به ناگویی هیجانی قادر به تشخیص احساسات و هیجان‌های خود نیستند. آن‌ها در درون خود هیجان‌های نیرومندی مثل غم، خشم، نفرت و شادی را تجربه می‌کنند اما عکس العمل خود را در شناسایی اینکه چه عاملی سبب آن‌ها بوده است، ناتوان هستند. در واقع این افراد به صورت مبهم و غیرمتمایز هیجان‌ها را در درون خویش حس می‌کنند و این در حالی است که قابلیت‌های هیجانی می‌تواند سازگاری مناسبی را در ارتباط با محیط و دیگران به همراه داشته باشد. بدین ترتیب مطابق با یافته‌های پژوهش حاضر مولفه دشواری در شناسایی احساسات در دانش‌آموزان مانع به کارگیری راهبردهای انطباقی در تنظیم و بیان هیجان است.

فرضیه فرعی دوم: جو عاطفی خانواده در رابطه بین دشواری در توصیف احساسات و مشکلات تنظیم هیجان در دانش‌آموزان پسر متوسطه اول شهر بجنورد نقش واسطه‌ای دارد. ضریب مسیر میان متغیر دشواری در توصیف احساسات و مشکلات تنظیم هیجان (۰,۵۵۷) بیانگر این مطلب است

که دشواری در توصیف احساسات به میزان ۵۵,۷ درصد از تغییرات متغیر مشکلات تنظیم هیجان را به طور مستقیم تبیین می‌کند. از سوی دیگر دو ضریب (۰,۳۳۲-) و (۰,۲۳۱-) نیز نشان می‌دهند که متغیر دشواری در توصیف احساسات به طور غیرمستقیم و از طریق متغیر واسطه‌ای جو عاطفی خانواده به میزان ۷,۷٪ (۰,۳۳۲×۰,۲۳۱-) بر متغیر مشکلات تنظیم هیجان تاثیر دارد. بنابراین با بالا رفتن دشواری در توصیف احساسات در دانش‌آموزان، مشکلات تنظیم هیجان نیز در آن‌ها بیشتر می‌شود و همچنین در این فرضیه نتایج نشان داد متغیر واسطه‌ای جو عاطفی خانواده می‌تواند نقش موثر و مفیدی در رابطه بین دشواری در توصیف احساسات و مشکلات تنظیم هیجان ایفا کند. بنابراین جو عاطفی خانواده به عنوان متغیر واسطه، دشواری در توصیف احساسات و مشکلات تنظیم هیجان در دانش‌آموزان را کاهش می‌دهد. در تبیین نتایج فوق می‌توان گفت ناگویی هیجانی یک ویژگی شناختی عاطفی است که دانش‌آموزان مبتلا به آن در تنظیم و فهم هیجان‌های خود ناتوان هستند. زمانی که اطلاعات هیجانی نتوانند در فرایند پردازش شناختی، ادراک و ارزشیابی شوند، دانش‌آموزان از نظر عاطفی و شناختی دچار آشفتگی و درماندگی شده و این ناتوانی می‌تواند سازمان عواطف و شناخت‌های آنان را مختل سازد. به طوری که این افراد به دلیل عدم آگاهی هیجانی و ناتوانی در پردازش شناختی احساس خود، معمولاً قادر به توصیف، درک و یا بیان هیجان‌های خویش نیستند و توانایی محدودی در سازگاری با شرایط تنش‌زا دارند. یکی از روش‌های کنترل تنش خصوصاً در مورد هیجان‌های خویش نیستند و توانایی محدودی در سازگاری با شرایط تنش‌زا دارند. یکی از روش‌های کنترل تنش خصوصاً در مورد هیجان‌های منفی، تخلیه و بیان هیجان ناشی از تنش است. در صورتی که این هیجان‌ها تخلیه نشوند و فرد نتواند احساسات منفی خود را به صورت کلامی بیان کند، جزء روانشناختی سیستم‌های ابراز هیجان و پریشانی روانی از جمله افسردگی و اضطراب افزایش می‌یابد. افرادی که توانایی شناخت احساسات خود را دارند و حالت‌های هیجانی خود را به گونه موثری ابراز می‌کنند، بهتر می‌توانند با مشکلات زندگی روبه‌رو شوند و در سازگاری با محیط و دیگران موفق‌ترند که در نتیجه این افراد از سلامت روانی بیشتری برخوردار خواهند بود.

فرضیه فرعی سوم: جو عاطفی خانواده در رابطه بین تفکر عینی و مشکلات تنظیم هیجان در دانش‌آموزان پسر متوسطه اول شهر بجنورد نقش واسطه‌ای دارد. ضریب مسیر میان متغیر تفکر عینی و مشکلات تنظیم هیجان (۰,۴۵۲) بیانگر این مطلب است که تفکر عینی به میزان ۴۵,۲ درصد از تغییرات متغیر مشکلات تنظیم هیجان را به طور مستقیم تبیین می‌کند. از سوی دیگر دو

ضریب (۰,۲۶۸-) و (۰,۱۳۵-) نیز نشان می‌دهند که متغیر تفکر عینی به طور غیرمستقیم و از طریق متغیر واسطه‌ای جو عاطفی خانواده به میزان  $۰,۱۳۵ \times -۰,۲۶۸ = -۰,۰۳۶۲$  بر متغیر مشکلات تنظیم هیجان تاثیر دارد. بنابراین با بالا رفتن تفکر عینی در دانش‌آموزان، مشکلات تنظیم هیجان نیز در آن‌ها بیشتر می‌شود و همچنین در این فرضیه نتایج نشان داد متغیر واسطه‌ای جو عاطفی خانواده می‌تواند نقش موثر و مفیدی در رابطه بین تفکر عینی و مشکلات تنظیم هیجان ایفا کند. بنابراین جو عاطفی خانواده به عنوان متغیر واسطه، تفکر عینی و مشکلات تنظیم هیجان در دانش‌آموزان را کاهش می‌دهد. در تبیین نتایج فوق می‌توان گفت افراد مبتلا به ناگویی هیجانی با وجود شرایطی که در آن به سر می‌برند مانند تصور در جهانی از هیجان‌ناامت‌میز که در درون خود احساس می‌کنند، ناگزیرند سبک شناختی خود را به سمت جهان بیرون تغییر دهند؛ جهان مملو از واقعیت عینی و موضوعات مادی و واقعی است. بنابراین چون قدرت تخیلات و کاربرد نمادها در این افراد بسیار ضعیف است و کلام آن‌ها از نظر محتوا سطحی و مربوط به زمان حال است در تنظیم هیجان‌ناامت‌میز خود با مشکل مواجه می‌شوند. با توجه به یافته‌های پژوهشی به نظر می‌رسد که پیشنهادات زیر بتوانند در جهت کاربردی ساختن اهداف پژوهش موثر باشد.

- عوامل شخصیتی ناگویی هیجانی و مشکلات تنظیم هیجانی را همزمان در درمان دانش‌آموزان مبتلا به ویژگی ناگویی هیجانی در نظر داشته باشند. همچنین با اجرای آزمون‌های غربالگری می‌توان در شناسایی افرادی پرداخت که مشکلاتی در تنظیم هیجان و بیان احساسات خود دارند (به عنوان دانش‌آموزان در معرض خطر بروز ویژگی‌های شخصیتی) و با اجرای درمان‌های که تمرکز اصلی آن‌ها بر موضوع هیجان است، گامی مؤثر در درمان آن‌ها برداشت.
- تلاش و کوشش والدین در جلوگیری یا کاهش منازعات، اختلافات و برخوردهای نامناسب در خانواده و داشتن روابط دوستانه و و محبت‌آمیز، توأم با احترام متقابل به یکدیگر و فرزندان می‌تواند از سویی موجب کاهش ناگویی هیجانی و تعلق فرزندان به خانواده، ارزشها و هنجارهای حاکم بر آن شود و از سوی دیگر، خانواده را به محیطی مناسب برای آموزش مستقیم ارزشها، هنجارها، نگرشها و سازگاری با همسالان و هم ارائه الگوهای رفتاری مناسب از طرف والدین در کاربرد صحیح سازگاری و جلوگیری از مشکلات هیجانی بدل کند.

- روش‌های تعلیم و تربیت فرزندان و برقراری جوی عاطفی در محیط خانواده در کلاس‌های آموزش خانواده توسط انجمن اولیاء و مربیان به والدین نیز آموزش داده شود.
- آگاه‌سازی والدین، مسئولین مدرسه و معلمان در اتخاذ شیوه‌های ارتباطی و تربیتی مناسب در دانش‌آموزان.
- معلمان جوی مطلوب در کلاس ایجاد کنند، چرا که ایجاد جوی مطلوب در کلاس منجر به تصور مطلوب از خود در دانش‌آموزان و تشویق در همکاری و بروز هیجانات آنان می‌شود.

## کتابنامه:

- احدی، حسن و بنی جمالی، شکوه السادات (۱۳۹۸). روان‌شناسی رشد، مفاهیم بنیادی در روان‌شناسی کودک، تهران: انتشارات بنیاد.
- اندامی خشک، علیرضا (۱۳۹۲). نقش واسطه‌ای تاب‌آوری در رابطه بین تنظیم شناختی هیجان و تحمل پریشانی بارضایت از زندگی. پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه علامه طباطبائی.
- بلقان آبادی، مصطفی؛ احمدی، شیوا (۱۳۹۸). اثربخشی آموزش تنظیم هیجان بر ناگویی هیجانی نوجوانان دختر، تحقیقات علوم رفتاری، ۱۷ (۳): ۳۵۹-۳۶۶.
- خداپناهی، محمد کریم (۱۳۹۸). انگیزش و هیجان. تهران: سمت.
- فرانکن، رابرت (۱۳۹۹). انگیزش و هیجان، اسفندآباد، حسن؛ امامی‌پور، سوزان؛ محمودی، غلامرضا، نشر نی.
- کرمانی مامازندی، زهرا؛ طالع پسند، سیاوش (۱۳۹۷). ویژگی‌های روان‌سنجی مقیاس دشواری تنظیم هیجان در دانشجویان دانشگاه سمنان، آموزش و ارزشیابی، ۱۱ (۴۲): ۱۱۷-۱۴۲.
- ماسن، پاول، هنری. جروم کیگان (۱۳۹۹)، رشد شخصیت کودک، ترجمه مهشید یاسایی، تهران: مادشر مرکز.
- مک‌لم، گایل (۱۳۹۶). تنظیم هیجان کودکان: راهنمای گام به گام برای والدین، معلمان، مشاوران و روان‌شناسان، ترجمه احمدرضا کیانی، ارجمند، نسل فردا، کتاب ارجمند.
- مومنی، خدامراد؛ عباسی، مسلم؛ پیرانی، ذبیح؛ بگیان کوله مرز، محمدجواد (۱۳۹۶). نقش هیجان‌پذیری و جو عاطفی خانواده در پیش‌بینی اشتیاق تحصیلی دانش‌آموزان، راهبردهای شناختی در یادگیری، دوره ۵، شماره ۸، ۱۵۹-۱۸۲.
- میرحسینی، فرزانه؛ فلاح، محمدحسین (۱۳۹۷). پیش‌بینی مدیریت هیجان براساس ذهن آگاهی و حمایت اجتماعی بیماران دیابتی نوع ۲ شهر یزد، افق دانش، ۲۴ (۲): ۱۵۳-۱۶۱.
- مینوچین، سالوادور (۱۳۹۹). خانواده و خانواده درمانی، ترجمه باقر ثنائی. تهران: شرکت چاپ و نشر بین‌الملل
- Aldao, A., Nolen-Hoeksema, S., & Schweizer, S. (2010). Emotion regulation strategies across psycho pathology: A meta-analytic review. *Clinical Psychology Review*, 30, 217-237.
- Berking, M. (2008). *Training emotionaler Kompetenzen [Affect Regulation Training]*. 1st ed. Heidelberg: Springer.
- Cheng, C-H. E., Weiss, J. W., & Siegel, J. M. (2018). Predatory traits and family behaviors as predictors of emotion regulation problems among multiethnic samples in adult students. *International Journal of Wellbeing*, 5(3), 21-43.



- Chimenti, M. S., Fonti, G. L., Conigliaro, P., Hitaj, J., Triggianese, P., Teoli, M., & Perricone, R. (2019). Evaluation of alexithymia in patients affected by rheumatoid arthritis and psoriatic arthritis: A cross-sectional study. *Medicine*, 98(4).
- Garnefski, N., Kraaij, V. (2017). relationships between cognitive emotion regulation strategies and depressive symptoms: a comparative study of five specific samples. *Personality and Individual Differences*, No:40, Pp:1659-1669.
- Grezellschak, S., Lincoln, T. M., & Westermann, S. (2015). Cognitive emotion regulation in patients with schizophrenia: evidence for effective reappraisal and distraction. *Psychiatry research*, 229(1-2), 434-439.
- Noah, C., Pollock, Gillian A. McCabe, Ashton C. Southard, & Virgil Zeigler-Hill. (2016). Pathological personality traits and emotion regulation difficulties. *Journal of Personality and Individual Differences*, 95, 168–177.
- Pekerti, A. A., & Thomas, D. C. (2014). Communication in intercultural interaction: An empirical investigation of idiocentric and sociocentric communication styles. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 34, 139-154.
- Taylor, G. J., Parker, J. D. A. Bagby, M., & Acklin, M. W. (1992). Alexithymia and somatic complaints in psychiatric out-patients. *Journal of Psychosomatic Research*, 36, 417-424.
- Troy, A.S. (2012). Cognitive reappraisal ability as a protective factor: Resilience to stress across time and context. Doctoral of philosophy. Denver University.
- Yap, K., Mogan, C., Moriarty, A., Dowling, N., Blair-West, S., Gelgec, C., & Moulding, R. (2018). Emotion regulation difficulties in obsessive-compulsive disorder. *Journal of clinical psychology*, 74(4), 695-709.

## **The Mediating Role of Family Emotional Climate in the Relationship between Emotional Consciousness and Emotion Regulation Problems in the First High School Male Students in Bojnourd**

Vahid Azizi

### **Abstract**

This study investigates the mediating role of family emotional atmosphere in the relationship between emotional malaise and emotion regulation problems in first grade high school boys in Bojnourd (8400 people). Research is in terms of purpose and category of basic research. Also, in terms of method, it falls into the category of descriptive correlational research. The statistical population of the study was all male high school students in Bojnourd, Their number is reported to be. According to the size of the population and using Krejcie and Morgan table, 367 people should be selected. The sampling method is multi-stage cluster. Data collection tools are the Family Emotional Atmosphere Questionnaire (Hillburn, B.), Toronto Emotional Dysfunction and Gratz Emotional Regulation Problems.. The results of the hypotheses showed that the path coefficient between the variable of emotional malaise and emotion regulation problems (0.778) indicates that emotional malaise by 77.8% of the variables directly explains the problems of emotion regulation And indirectly and through the mediating variable of the emotional atmosphere of the family by 80.4% affects the variable of emotion regulation problems. Therefore, with the increase of emotional malaise in students, the problems of emotion regulation also increase in them And the results showed that the emotional atmosphere of the family can play an effective and useful role in the relationship between emotional malaise and emotion regulation problems.

**Key words:** Emotional malaise, emotion regulation problems, family emotional atmosphere.