

# آزمون مدل ارتباطی محیط هیجانی خانواده با استرس ادراک شده: نقش میانجی دشواری‌های تنظیم هیجان

نویسندگان: فیروزه سپهریان آذر<sup>۱\*</sup> و سامره اسدی مجره<sup>۲</sup>

۱. دانشیار روان‌شناسی دانشگاه ارومیه.

۲. دانشجوی دکتری روان‌شناسی دانشگاه ارومیه.

\*Email: F.sephrianazar@urmia.ac.ir

## چکیده

دشواری‌های تنظیم هیجانی از طریق فاکتورهای مربوط به محیط هیجانی خانواده، سطوح استرس ادراک شده را تحت تاثیر قرار می‌دهند. پژوهش حاضر با هدف ارائه مدل علی برای تبیین روابط متغیرهای هیجانی خانواده (شیوه‌های فرزندپروری و بیانگری هیجان منفی در خانواده) با سطح استرس ادراک شده با توجه نقش میانجی دشواری‌های تنظیم هیجان انجام گردید. نمونه پژوهش شامل ۲۱۵ دانش آموز نوجوان (۱۶۸ دختر و ۴۷ پسر) و والدین آنها بودند که نوجوانان به روش نمونه‌گیری تصادفی انتخاب شدند. جهت جمع آوری داده‌های پژوهش، مقیاس دشواری‌های تنظیم هیجانی (DERS)، مقیاس استرس ادراک شده (PSS)، مقیاس بیانگری خانواده (FEQ) توسط نوجوانان و پرسشنامه شیوه‌های فرزند پروری (OSQ) توسط والدین تکمیل گردید. داده‌ها با استفاده از روش مدل معادلات ساختاری مورد تحلیل قرار گرفت. نتایج مدل تحلیل عاملی برآزش قابل قبولی برای رابطه دشواری‌های تنظیم هیجان و بیانگری هیجان منفی در خانواده با استرس ادراک شده نشان داد. بر اساس مدل تحلیل مسیر، اثر مستقیم دشواری‌های تنظیم هیجان و بیانگری منفی بر استرس ادراک شده دارای ضریب معناداری بود. رابطه بین شیوه‌های فرزندپروری با متغیرهای استرس ادراک شده و دشواری‌های تنظیم هیجان در مدل‌سازی معادله ساختاری غیرمعنادار بود که حذف گردید. همچنین، بین بیانگری هیجان منفی در خانواده با دشواری‌های تنظیم هیجان رابطه معناداری مشاهده گردید. نتایج پژوهش نقش بیانگری هیجان منفی در خانواده و دشواری‌های تنظیم هیجان را در سطح استرس ادراک شده نوجوانان نشان می‌دهد.

کلید واژه‌ها: استرس ادراک شده، بیان هیجانی، دشواری‌های تنظیم هیجان، سبک والدینی

## روان‌شناسی بالینی و شخصیت

دانشور  
رهتار

• دریافت مقاله: ۹۳/۱۱/۲۷

• پذیرش مقاله: ۹۴/۳/۳۰

Scientific-Research Journal  
Of Shahed University  
Twenty-Second Year, No.12  
Spring & Summer  
2015

Clinical Psy. & Personality

دو فصلنامه علمی-پژوهشی

دانشگاه شاهد

سال بیست و دوم - دوره

جدید شماره ۱۲

بهار و تابستان ۱۳۹۴

## مقدمه

کلنر و گروس [۱] هیجان را بصورت دوره‌ای و نسبتاً کوتاه مدت تعریف کرده اند که از نظر بیولوژیکی مبتنی بر الگوی ادراک، تجربه، واکنش فیزیولوژیکی و تعاملی است که در پاسخ به چالش‌های فیزیکی و اجتماعی ویژه رخ می‌دهد. تنظیم هیجان عنصر کلیدی اغلب تئوری‌های مربوط به هیجان است [۲]. تنظیم هیجانی بطور ویژه توضیح می‌دهد که افراد چگونه هیجان را تجربه، تعدیل و سازماندهی می‌کنند و چگونه چنین مدیریتی بر رفتار انسان تاثیر می‌گذارد [۳]. تنظیم هیجانی می‌تواند بعنوان مکانیسمی که افراد بواسطه آن (دانسته یا ندانسته) هیجان‌تشان را برای رسیدن به پیامد مورد نظر تغییر می‌دهند، تعریف شود [۴]. تنظیم هیجان شامل فرآیندهایی است که بواسطه آنها، افراد می‌توانند بر نوع هیجان‌ها و زمان تجربه و ابراز آنها تأثیر بگذارند [۱]. لیوت، واتسون، گولدمن و گرینبرگ<sup>۱</sup> [۳] ادعان کرده‌اند که تنظیم هیجان انطباقی به افراد اجازه می‌دهد تا تحمل وضعیت‌های درمانده‌کننده افزایش یابد. علاوه بر این، شیوتا، کامپوز، کلنر و هرتنستین<sup>۲</sup> [۵] نشان دادند که توانایی موثر تنظیم هیجان در افراد، برای رشد سالم روابط بین فردی لازم است. هیجان‌ات دارای کیفیت بالایی هستند به این صورت که می‌توانند باعث واکنش مثبت یا منفی در افراد شوند، اگر متناسب با موقعیت و شرایط باشند باعث واکنش مثبت و در غیر این صورت باعث واکنش منفی می‌شوند. بنابراین، زمانی که هیجان‌ات شدید یا طولانی شوند و یا متناسب با شرایط نباشند، آن زمان نیاز به تنظیم کردن آنها لازم است از آنجا که تنظیم هیجان بخش مهمی از زندگی هر فرد را به خود اختصاص می‌دهد، تعجب آور نیست که آشفتگی در هیجان و تنظیم آن می‌تواند منجر به اندوهگینی و حتی آسیب روانی شود [۶]. شواهد موجود برای ارتباط معنادار توانایی تنظیم موثر حالات عاطفی و سلامت روانشناختی تقریباً درمیان همه اختلالات روانی موجود در پنجمین راهنمای

تشخیصی و آماری اختلالات روانی به دست آمد [۷] به عنوان مثال، اختلالات خلقی از جمله شکایت‌های عمده افرادی است که در پی خدمات مربوط به ارتقای سلامت روانی هستند. تئوری‌های چندگانه معتقدند که فقدان تنظیم هیجان (یا تنظیم ناسازگارانه) می‌تواند در افسردگی، اضطراب، اختلالات خوردن و اختلال شخصیت مرزی نقش داشته باشد [۸]. نتایج پژوهش مارتین و داهلن [۸] نقش معنادار راهبردهای شناختی تنظیم هیجان را در پیش-بینی استرس، اضطراب، افسردگی و خشم نشان داده است. نقایص تنظیم هیجانی در گسترش و حفظ اختلالات اضطرابی موثر است [۹، ۱۰ و ۱۱]. یافته‌های پژوهش بندر، رینهولد-دان، اسبجورن و پونس<sup>۳</sup> [۱۲] حاکی از تاثیر معنادار دشواری‌های تنظیم هیجانی بر اضطراب است. پژوهش دیگری نیز نقش دشواری‌های تنظیم هیجان را در ابتلا به مشکلات خواب و اختلال اضطراب فراگیر نشان داده‌اند [۱۳]. تنظیم هیجان بعنوان یک میانجی در شرایط سازگاری با استرس مطرح شده است [۱۴، ۱۵ و ۱۶]. در سال‌های اخیر، تحقیقات قابل ملاحظه‌ای بر اساس فرایند ارزیابی شناختی در حوزه‌ی هیجان‌ات انجام شده است. بر اساس این تحقیقات، گزینه‌ای که در فرایند ارزیابی انتخاب می‌گردد، با هیجان‌اتی که تجربه می‌شوند، مرتبط می‌باشد [۱۷]. به عنوان مثال، افرادی که در موقعیت‌های آزمایشگاهی و طبیعی، در معرض انواع رویدادها قرار می‌گیرند، در هر دو موقعیت، انواع گسترده‌ای از واکنش‌های هیجانی که در نتیجه ارزیابی رخدادهاست، نشان خواهند داد [۱۸]. بنظر می‌رسد ارزیابی‌ها نقش مهمی در تعمیم هیجان ایفا می‌کنند و استرس ادراک شده که ارزیابی‌ها را هدف قرار می‌دهد باید بطور ویژه‌ای تحت تاثیر قرار گیرد. سازه استرس ادراک شده از مفهوم استرس لازاروس و فولکمن به عنوان ارزیابی شناختی فرد از وقایع منفی زندگی، گرفته شده است. استرس ادراک شده، به عنوان درجه‌ای که موقعیت‌ها در زندگی فرد استرس‌زا ارزیابی می‌شوند تعریف شده است [۱۹]. لازاروس [۱۸] معتقد است که

<sup>1</sup> Elliott., Watson., Goldman & Greenberg

<sup>2</sup> Shiota, Campos, Keltner & Hertenstein

<sup>3</sup> Bender, Reinholdt- Dunne, Esbjrn & Pons

تربیت هیجانی و مدیریت هیجان، رشد تنظیم هیجان کودکان را تحت تاثیر قرار می‌دهد، و سوم اینکه تنظیم هیجان در کودکان از خلق هیجانی خانواده در شیوه‌های فرزندپروری، روابط خویشاوندی و ارتباطات بین اعضای خانواده و روابط زوجی والدین تاثیر می‌پذیرد [۲۲]. رفتارهای فرزندپروری بر سطح استرس کودکان تاثیر داشته و تحول روان‌شناختی کودکان را به میزان زیادی تحت تاثیر قرار می‌دهند [۲۳].

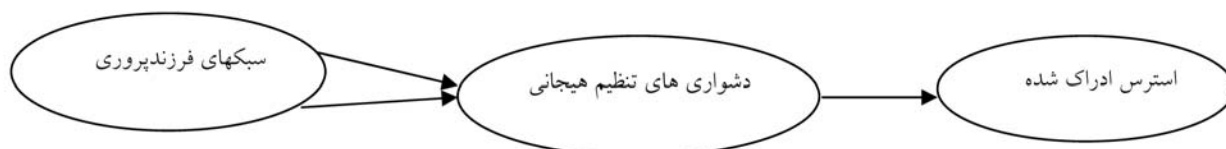
دانسمور و هالبرستاد ۲ در سال ۱۹۹۷ اذعان کرده اند که فراوانی کلی، شدت و مدت بیانگری هیجانی مثبت و منفی در خانواده در تشکیل طرح‌واره‌های کودک درباره تهییج‌پذیری، بیانگری و نیز درباره جهان مهم می‌باشد. جوانانی که در معرض محیط‌های هیجانی تسهیل‌کننده قرار نمی‌گیرند، احتمالاً مهارت‌های تنظیم هیجان را که در انتقال موفقیت آمیز به شرایط هیجانی استرس‌زا ضروری هستند را بسط نمی‌دهند [۲۴] بعلاوه، بررسی‌ها حاکی از آن هستند که هیجان‌های منفی در مقایسه با هیجان‌های مثبت، به تولید سطوح بیشتر برانگیختگی گرایش دارند، بنابراین، نیازمند منابع بیشتری برای تنظیم شدن هستند [۲۵]. مدل تنظیم هیجانی اضطراب پیشنهاد می‌کند که محیط هیجانی خانواده که با بالابودن سطوح بیانگری عاطفه منفی مشخص می‌شود دشواری تنظیم هیجانی را بواسطه شکست در اجتماعی کردن ادراک هیجانی و مهارت‌های تنظیم که برای توانایی عملکرد هیجانی ضروری است تحت تاثیر قرار خواهد داد [۲۴].

خانواده صحنه‌ای است که کودک یاد می‌گیرد تا به هیجان‌ها و سائق‌ها پردازد و زمانی که خانواده‌ها نوجوانان را در انطباق با محیط یاری نمی‌رسانند تا مشکلات را به روش قابل قبول اجتماعی دستکاری کنند، نوجوانان عامل اجتماعی شدن را از دست می‌دهد و از این رو استرس و اضطراب در بین اعضای خانواده بویژه در نوجوانان ایجاد می‌شود [۲۶]. محیط خانوادگی ضعیف با در نظر گرفتن خصومت، طرد و ناهمسانی، همگی در مشکلات روان‌شناختی از جمله اضطراب، استرس،

هیجانها از طریق تعاملات فرد و محیط شکل می‌گیرند و نمی‌توان آن‌ها را براساس فرد و محیط به صورت خاص تعیین نمود، بلکه هیجانها از شیوه تفسیر و ارزیابی افراد در طی تعامل با محیط، ناشی می‌شوند. بر اساس پژوهش‌های انجام شده، بنظر می‌رسد دشواری‌های تنظیم هیجانی از طریق فاکتورهای مربوط به محیط هیجانی خانواده همچون شیوه‌های فرزند پروری و بیانگری خانواده، سطوح استرس ادراک شده را تحت تاثیر قرار می‌دهند. تنظیم هیجان از راهبردهای مورد استفاده در کاهش، افزایش، سرکوب و یا ابقای هیجان و از ویژگی‌های ذاتی و فطری آدمی می‌باشد که در برخورد با محیط و بخصوص شیوه‌های فرزند پروری رشد یافته و یا سرکوب می‌شود [۲۰]. فرزندپروری حوزه نسبتاً جدیدی است که توجه پژوهش‌ها را از دهه ۱۹۷۰ به بعد به سمت خود معطوف نموده است و از آن زمان رویکردهای بسیاری برای پیشگیری و حل مشکلات والد-کودک و خانواده با تمرکز بر درمان و پیشگیری مطرح شده اند. بولاندا<sup>۱</sup> [۲۱]. در پژوهشی شیوه‌های فرزندپروری را در یک بافت وسیع اجتماعی تحلیل نمود. نتایج این تحلیل، شیوه‌های فرزندپروری توصیف‌شده در مدل کارکرد خانوادگی بامریند را تایید کرد. این سبک‌شناسی سه وجه زیر را در بر می‌گیرد؛ سبک فرزندپروری سهل گیرانه که سطوح بالای پذیرش و سطح پایین کنترل و تاثیرات والدینی را بر ظاهر و رفتارهای نوجوان اعمال می‌کند. سبک فرزندپروری مقتدرانه که سطوح بالای پذیرش را اعمال می‌کند اما برخلاف سبک اول با سطوح بالای حمایت، کنترل و تاثیر والدین بر ظاهر و رفتار نوجوان همراه است و بالاخره سبک فرزندپروری مستبدانه یا سلطه‌گر که با سطوح پایین‌تر پذیرش، همراه با سطوح بالای کنترل شناخته می‌شود. خانواده با هر شیوه فرزندپروری به سه روش در روند رشد تنظیم هیجان فرزندان تاثیر می‌گذارد. اولین روش اینکه بچه‌ها از طریق یادگیری مشاهده‌ای یعنی الگوبرداری از منابع اجتماعی و خانوادگی تنظیم هیجان را می‌آموزند. دوم اینکه رفتارهای والدینی مربوط به هیجان،

<sup>2</sup>. Halberstadt

<sup>1</sup>. Bulanda



شکل ۱: مدل مفهومی پیش‌بینی استرس ادراک شده بر اساس شیوه‌های فرزندپروری، دشواری‌های تنظیم هیجان و بیانگری هیجانات منفی

۰/۷۳ و میانگین سنی گروه پسران ۱۶/۰۲ با انحراف استاندارد ۰/۴۷ می‌باشد.

### ابزارهای پژوهش

۱. مقیاس دشواری‌های تنظیم هیجانی (DERS): مقیاس دشواری‌های تنظیم هیجانی یک شاخص خودگزارشی است که برای ارزیابی دشواری‌های موجود در تنظیم هیجانی به شکل جامع‌تری نسبت به ابزارهای موجود در این زمینه در سال ۲۰۰۴ توسط گراتز و رومر ساخته شده است و دارای ۳۶ عبارت است. پاسخ‌ها بر اساس مقیاس ۵ درجه‌ای لیکرت از ۱ (تقریباً هرگز) تا ۵ (تقریباً همیشه) درجه بندی شده‌اند. سوالات ۱، ۲، ۶، ۷، ۸، ۱۰، ۱۷، ۲۰، ۲۲، ۲۴، ۳۴ به صورت معکوس نمره-گذاری می‌شوند. نتایج پژوهش گراتز و رومر<sup>۱</sup> (۲۰۰۴) حاکی از همسانی درونی بالا (کل مقیاس) و پایایی آزمون - باز آزمون خوب برای نمرات کلی این مقیاس ( $P < 0/01$ ) بود. بعلاوه، در پژوهش آنها روایی سازه و پیش‌بین این مقیاس مناسب گزارش شده بود [۲۸].

پایایی همسانی درونی فرم ترجمه شده به فارسی این مقیاس طی یک مطالعه مقدماتی بر روی ۴۸ دانشجوی دانشگاه فردوسی و علوم پزشکی مشهد (۳۱ زن و ۱۷ مرد)، توسط علوی (۱۳۸۸) مورد محاسبه قرار گرفت که نتایج آن نشانگر همسانی درونی بالایی برای کل مقیاس ( $\alpha = 0.86$ ) است. ضریب همسانی درونی کل مقیاس در پژوهش حاضر ۰/۸۶ به دست آمد.

۲. مقیاس استرس ادراک شده (PSS): مقیاس استرس ادراک شده<sup>۲</sup> به منظور اندازه‌گیری درجه‌ای که موقعیت‌های زندگی فرد پرتنش ارزیابی می‌شوند، توسط

روان‌رنجوری، افسردگی و بسیاری مشکلات دیگر نقش دارند [۲۷]. بطور کلی، با مروری بر پژوهش‌های انجام شده و با استفاده از چهارچوب مدل تنظیم هیجانی، هدف اصلی پژوهش حاضر، ارائه مدلی علی برای تبیین روابط متغیرهای هیجانی خانواده (شیوه‌های فرزندپروری و بیانگری هیجان منفی در خانواده) با سطح استرس ادراک شده و آزمون نقش واسطه‌ای دشواری‌های تنظیم هیجان در این ارتباط با توجه به مدل مفهومی شکل ۱ است.

### روش

#### نوع پژوهش

مطالعه حاضر یک پژوهش توصیفی از نوع همبستگی می‌باشد.

#### آزمودنی

جامعه آماری این پژوهش دربرگیرنده تمامی دانش‌آموزان سال دوم و سوم دبیرستان‌های شهر تالش، از گروه سنی ۱۵ تا ۱۷ سال (۵۲۹۱ نفر) و والدین آنها می‌باشد که از بین آنها، نمونه‌ای به حجم ۲۱۵ دانش‌آموز نوجوان (۱۶۸ دختر و ۴۷ پسر) به روش نمونه‌گیری تصادفی انتخاب شدند. تعداد ۱۳ شرکت‌کننده به دلیل پاسخ ناقص به مقیاس‌ها از تحلیل آماری کنار گذاشته شدند و بدین ترتیب نمونه پژوهش به ۲۰۲ دانش‌آموز (۱۵۵ دختر و ۴۷ پسر) تقلیل یافت. حجم نمونه به دلیل بهره‌جویی از روش مدل‌یابی معادله‌ی ساختاری، بزرگتر از ۲۰۰ در نظر گرفته شد. پرسشنامه‌های فرزندپروری والدین توسط این دانش‌آموزان برای والدین آنها ارسال شده و توسط والدین تکمیل گردید. میانگین سنی گروه نمونه ۱۶/۲۹ و انحراف استاندارد ۰/۷ می‌باشد. همچنین، میانگین سنی گروه دختران ۱۶/۳۷ با انحراف استاندارد

<sup>۱</sup>. Gratz & Roemer

<sup>۲</sup>. Perceived Stress

دست آمد. ضریب آلفای کرونباخ در پژوهش حاضر برای شیوه آزادگذاری ۰/۶۵، برای استبدادی ۰/۷۳ و برای اقتدار منطقی ۰/۸۸ به دست آمد.

۴. مقیاس بیانگری خانواده (FEQ): مقیاس بیانگری خانواده<sup>۵</sup> یک مقیاس ۴۰ سوالی است که توسط هالبرستت در سال ۱۹۸۶ طراحی شده است. این مقیاس ادراک فرد از میزان بیانگری هیجانی، هم مثبت و هم منفی، در خانه را ارزیابی می‌کند که در پژوهش حاضر خرده مقیاس بیانگری هیجانی منفی مورد بررسی قرار گرفت. پاسخ‌ها در طیفی از ۱ (اصلاً) تا ۹ (بسیار زیاد) درجه بندی شده‌اند. پایایی درونی و اعتبار سازه مقیاس در پژوهش‌های مختلف قوی بوده است [۳۱ و ۳۲] بعنوان مثال هالبرستت و پارک در ۱۹۹۵ همبستگی مقیاس بیانگری خانواده را با مقیاس رضایت زناشویی و مقیاس تنهایی قابل قبول گزارش کردند. پایایی ابزار را با استفاده از همسانی درونی از ۰/۷۵ تا ۰/۸۸ گزارش نمود که قابل قبول است. ضریب همسانی درونی بیانگری هیجانی منفی در این پژوهش ۰/۸۹ محاسبه گردید.

#### شیوه تحلیل داده‌ها

برای تجزیه و تحلیل اطلاعات و بررسی برازش مدل در دانشجویان از روش معادلات ساختاری و نرم افزار لیزرل نوشتار ۸/۱۸ استفاده شد.

#### نتایج

در جدول (۱) میانگین، و انحراف معیار و ماتریس همبستگی بیانگری خانواده، شیوه‌های فرزندپروری، دشواری‌های تنظیم هیجان و استرس ادراک شده در نوجوانان ارائه شده است.

همان گونه که نتایج جدول ۱ نشان می‌دهد رابطه استرس با بیانگری خانواده ( $r=0/327, P<0/01$ )، سبک فرزندپروری و دشواری تنظیم هیجانی ( $r=0/339, P<0/01$ ) مثبت و معنی دار است. همچنین بین دشواری تنظیم هیجانی با بیانگری خانواده همبستگی مثبت معنی دار ( $r=0/21, P<0/01$ ) وجود دارد.

کوهن، کامارک، مرمل اشتاین<sup>۱</sup> [۲۹] طراحی شده است. در این مقیاس، پاسخ‌ها بر اساس مقیاس ۵ درجه‌ای لیکرت از کاملاً مخالف (۱) تا کاملاً موافق (۵) درجه‌بندی شده‌اند. نسخه اصلی این مقیاس دارای ۱۴ ماده است که ضریب همسانی درونی آن بر روی شهروندان آمریکایی قابل قبول است ( $\alpha=0/75$ ). در پژوهش حاضر فرم ۱۰ سوالی استفاده گردید که ضریب همسانی درونی بالایی دارد ( $\alpha=0/78$ ؛ کوهن و ویلیامسون<sup>۲</sup>، ۱۹۸۸). نسخه ۱۰ سوالی مقیاس استرس ادراک شده روایی همگرا با سایر پرسشنامه‌های استرس [۲۹] دارد. همچنین این مقیاس همبستگی مثبت پایین تا متوسطی با مقیاس رخدادهای زندگی دانشجویان (۰/۴۹-۰/۲۴)، و همبستگی متوسطی نیز با مقیاس رخدادهای استرس زای زندگی کوهن و همکاران داشت. بعلاوه، همبستگی مقیاس حاضر با شکایات جسمانی و مشکلات روان‌تنی ۰/۵۲ تا ۰/۷۰ و با اضطراب اجتماعی ۰/۳۷ و [۲۵] ۰/۴۸ گزارش شده است. در پژوهش حاضر ضریب آلفای کرونباخ ۰/۷۱ برای این مقیاس به دست آمد.

۳. پرسشنامه شیوه‌های فرزند پروری (PSQ): پرسشنامه شیوه‌های فرزندپروری<sup>۳</sup> بر اساس نظریه بامریند از آزادگذاری، استبدادی و اقتدار منطقی بودن والدین، جهت اندازه گیری مدل نفوذ والدین ساخته شده است. این پرسشنامه شامل ۳۰ جمله می‌باشد که ۱۰ جمله آن به شیوه آزاد گذاری، ۱۰ جمله به استبدادی و ۱۰ جمله دیگر به شیوه اقتدار منطقی مربوط می‌شود. در مقابل هر عبارت ۵ ستون قرار دارد از کاملاً مخالفم تا کاملاً موافقم که به ترتیب از صفر تا چهار نمره می‌گیرد. بوری<sup>۴</sup> در [۳۰] میزان پایایی این پرسشنامه را با روش باز آزمایی به شرح زیر به دست آورد: ۸۱٪ برای آزاد گذاری مادر، ۸۶٪ برای استبدادی مادر، ۷۸٪ برای اقتدار منطقی مادر، ۷۷٪ برای آزادگذاری پدر، ۸۵٪ برای استبدادی پدر و ۹۲٪ برای اقتدار منطقی پدر. میزان پایایی برای آزاد گذاری ۰/۶۹، برای استبدادی ۰/۷۷ و برای اقتدار منطقی ۰/۷۳ به

1. Cohen, Kamarck & Mermelstein

2. Cohen & Williamson

3. Parenting styles Questionnaire

4. Buri

5. Family Expressiveness Questionnaire

جدول ۱: همبستگی‌ها و شاخص‌های توصیفی متغیرهای پژوهش

۶	۵	۴	۳	۲	۱	
					۱	۱. بیانگری هیجان منفی در خانواده
				۱	۰/۰۰۱	۲. سبک فرزندپروری آزادانه
			۱	-۰/۰۷۹	۰/۰۱۷	۳. سبک فرزندپروری مستبدانه
		۱	-۰/۰۸۳	۰/۰۰۱	-۰/۰۰۶	۴. سبک فرزندپروری اقتدارمنطقی
	۱	۰/۰۰۲	-۰/۰۴۶	-۰/۰۷۲	۰/۲۱**	۵. دشواری تنظیم هیجانی
۱	۰/۳۳۹**	۰/۰۳۶	-۰/۰۳۱	۰/۰۴۵	۰/۳۲۷**	۶. استرس ادراک شده
۲۱/۳۱	۹۳/۹۲	۲۷/۸۱	۲۰/۲۱	۱۸/۶۲	۴۹/۳۸	M
۵/۶	۱۹/۳۴	۶/۱۲	۴/۶۵	۶/۰۸	۲/۳۷	SD

\*\*p<۰۰۱, \*p<۰۰۵

طرف دیگر، ریشه خطای میانگین مجذورات تقریب نیز برابر با (RMSEA=۰/۰۶) بدست آمد که شاخص خوبی است و معمولاً در مدل‌های ضعیف اندازه آن بزرگتر از ۰/۱ است. شاخص برازندگی تطبیقی (CFI=۰/۹۷) و شاخص نیکویی برازش انطباقی (AGFI=۰/۸۹) و شاخص باقیمانده مجذور میانگین (RMR=۰/۹۷) نیز محاسبه شد که به یک نزدیک تر بوده و در نتیجه نشان دهنده برازش بهتر مدل هستند. با توجه به شاخص‌های مذکور مدل با داده‌ها برازش مناسبی دارد.

شکل ۱ ضرایب مسیر برای روابط پیشنهاد شده میان متغیرهای مدل را نشان می‌دهد. همانطور که ملاحظه می‌شود از بین متغیرهای برونزای پژوهش، متغیر بیانگری خانواده به صورت مستقیم بر استرس ادراک شده موثر بوده است (β = ۳/۰۵). از بین متغیرهای مستقل درونزا نیز تنها دشواری‌های تنظیم هیجان (β = ۷/۵۸) تأثیر مستقیم داشته است. در بررسی اثرات کل متغیرهای برونزا و درونزا به این نتیجه می‌رسیم که تنها بیانگری خانواده و دشواری‌های تنظیم هیجان بر استرس ادراک شده بیشترین تأثیر را دارند.

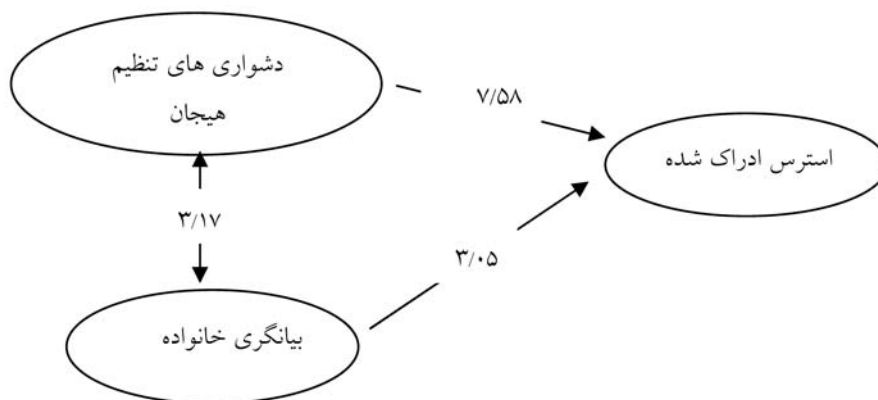
رابطه بین شیوه‌های فرزندپروری با متغیرهای استرس ادراک شده و دشواری‌های تنظیم هیجان غیرمعنادار بود که حذف گردید.

در مدل‌سازی معادله ساختاری، مدل پیشنهادی پژوهش (شکل ۱) برازش پیدا نکرد و بر پایه شاخص‌های اصلاح و پیشینه پژوهش به مدل نهایی اصلاح شده (شکل ۲) افزوده شده است. شاخص‌های نیکویی برازش مدل نهایی اصلاح شده همراه با شاخص‌های آماری در جدول شماره ۲ ارائه شده است. در این تحقیق از میان مشخصه‌های برازش متنوعی که وجود دارد، از شاخص مجذور کای (χ<sup>2</sup>)، شاخص برازندگی مقایسه‌ای CFI، شاخص نیکویی برازش GFI، شاخص نیکویی برازش انطباقی AGFI و شاخص ریشه میانگین مجذور باقیمانده RMR و مجذور میانگین مربعات خطای تقریب (RMSEA) استفاده شده است.

همانطور که جدول ۲ نشان می‌دهد همه شاخص‌های نیکویی برازش این مدل در سطح بسیار خوبی هستند. شاخص مربوط به نسبت مجذورخی به درجه آزادی کمتر از عدد 3 است که مقدار مناسبی بوده و نشان می‌دهد ساختار کوواریانس یافته‌ها با مدل نظری مطابقت دارد. از

جدول ۲: شاخص‌های آماری برازندگی انطباق

RMSEA	RMR	AGFI	GFI	CFI	p	X <sup>2</sup> /df	df	χ <sup>2</sup>
۰/۰۵	۰/۰۶	۰/۸۹	۰/۹۳	۰/۹۷	۰/۰۰۱	۱/۸۷	۴۷	۸۷/۸۱



شکل ۱: مسیر و برآورد پارامترهای مدل اولیه پیش‌بینی استرس ادراک شده

تیین این یافته باید اذعان کرد که راهبردهای تنظیم هیجان ناسازگارانه احتمالاً از طریق تعارض با اهداف خودتنظیمی در طی دوره درماندگی هیجانی [۳۵] در گسترش و حفظ آسیب‌شناسی روانی [۳۶]، از جمله استرس ایفای نقش می‌کنند. به هنگام مطالعه و تبیین عاطفه منفی (Negative affective Condition) مفهوم استرس نقش قابل توجهی را به خود اختصاص می‌دهد [۳۷]، استرس یکی از حالت‌های هیجانی منفی است که می‌تواند در سبب شناسی مشکلات دوران نوجوانی مهم باشد. وقتی سطوح استرس افزایش می‌یابد، ممکن است منجر به پیامدهای منفی همچون افت تحصیلی [۳۸]، گریز از مدرسه، سوء مصرف مواد، سوء مصرف الکل، خستگی یا بزهکاری اجتماعی شود و حتی به پیامدهای شدیدتری چون افسردگی و تلاش‌ها برای خودکشی بیانجامد. توانایی تنظیم هیجانی نوجوانان به آن‌ها این امکان را می‌دهد که هیجان‌ات منفی خویش را کنترل کنند و میزان استرس کمتری را ادراک کنند. یافته دیگر پژوهش حاکی از معنی‌داری تحلیل مسیر بیانگری هیجان‌ات منفی در خانواده با سطح استرس ادراک شده نوجوانان می‌باشد. نتایج پژوهش ساوگ و همکاران [۳۶] نیز تاثیر بیانگری هیجان منفی در خانواده را بر سطح اضطراب نوجوانان نشان داده است. فاکتورهای خانوادگی در گسترش نشانه‌های اضطراب نقش دارند [۳۹]. نتایج پژوهش شارما [۲۷] نیز نقش فاکتورهای خانوادگی را در گسترش استرس و اضطراب نوجوانان نشان داده است. هالبرستد

بر اساس مدل تحلیل مسیر، اثر مستقیم بیانگری خانواده بر دشواری‌های تنظیم هیجان و برعکس ( $\beta = 3/17$ ) نیز دارای ضریب معناداری است. رابطه بین شیوه‌های فرزندپروری با متغیرهای استرس ادراک شده، دشواری‌های تنظیم هیجان در مدل‌سازی معادله ساختاری غیرمعنادار بود که حذف گردید و بر این اساس، مدل اولیه پیشنهادی بر پایه شاخص‌های اصلاح و پیشینه پژوهش به مدل نهایی اصلاح شده تبدیل گشت که در شکل ۱ نشان داده شد.

## بحث و نتیجه‌گیری

پژوهش حاضر با هدف تعیین نقش دشواری‌های تنظیم هیجان در رابطه بین متغیرهای هیجانی خانواده با استرس ادراک شده انجام گردید. اولین یافته پژوهش حاضر حاکی از معناداری تحلیل مسیر دشواری‌های تنظیم هیجان با استرس ادراک شده بود که این یافته همسو با نتایج پژوهش مارتین و داهلن [۸] و ریو<sup>۱</sup>، اوردرو<sup>۲</sup>، پالازولو<sup>۳</sup>، شوریکس<sup>۴</sup> و فلیس<sup>۵</sup> [۳۳] می‌باشد. نتایج پژوهش کادزیکوسکا-رزوسک<sup>۶</sup> [۳۴] نشان داد که استرس ادراک ادراک شده به واسطه نقش تعدیل‌کنندگی توانایی‌های خودتنظیم‌گری بر بهزیستی روانشناختی تاثیر می‌گذارد. در

1. Raio  
2. Orederu  
3. Palazzolo  
4. Shurick  
5. Phelps  
6. Kadzikowska - Wrzosek

تاثیر مهمی بر رشد فرزندان دارد چرا که درماندگی در نتیجه این بیانگری ایجاد می‌شود و فرزندان نمی‌توانند الگوهای تنظیم هیجانی موفق والدین را ببینند. اغلب تاثیرات بافت خانواده بر تحول روانی اجتماعی کودکان در نتیجه تاثیر خانواده بر تنظیم هیجان فرزندان می‌باشد [۴۴]. تجارب هیجانی اولیه کودک در خانه می‌تواند عامل تعیین کننده‌ای در رشد توانایی‌های هیجانی آنها باشد [۳۹]. بویژه، کودکانی که هیجانات منفی خویش را در خانه بیان می‌کنند تعارض‌های بیشتری با اعضای خانواده خواهند داشت که این مساله در تحول تنظیم هیجان نقش خواهد داشت. علاوه بر این، جونز، ایزنبرگ، فابس و مک کینون<sup>۳</sup> [۴۵] دریافتند والدینی که احساساتشان را کاهش می‌دهند یا واکنش تنبیه‌کننده‌ای در برابر هیجانات منفی کودکانشان نشان می‌دهند دارای کودکانی با تنظیم هیجانی ضعیف می‌باشند. نتایج پژوهش مورگان و ایزارد [۴۱] نیز نشان داد که بیانگری هیجانات منفی با تنظیم هیجان ضعیف، همبستگی دارد اما بیانگری هیجان مثبت خانواده ارتباطی با تنظیم هیجان نداشت. بنابراین، کودکانی دارای خانواده‌هایی با بیانگری مکرر هیجانات منفی مکرراً، احتمالاً، علل و پیامدهای هیجان را ادراک می‌کنند اما با این وجود کمتر قادر به تنظیم هیجانات بوده و مشکلات بیشتری در تنظیم هیجانات خویش خواهند داشت چرا که بر اساس نتایج پژوهش مورگان و ایزارد [۴۱]، دانش موقعیت هیجان، پیش‌بینی‌کننده تنظیم هیجان نیست. از سوی دیگر فهم مکانیسم‌های نوروبیولوژیکی برانگیختگی هیجانی خانواده ممکن است منجر به افزایش فعالیت محور هیپوتالموس - هیپوفیز - آدرنال (HPA) شود که در درازمدت می‌تواند منجر به آتروفی در ساختارهایی در لوب پیشانی شود که در تنظیم هیجان ایفای نقش می‌کنند [۴۶]. متقابلاً، ناتوانی‌ها در تنظیم هیجانی نیز باعث می‌شود نوجوان احساس درماندگی کرده و منجر به افزایش هر چه بیشتر بیانگری هیجانات منفی در وی گردد. یافته دیگر پژوهش نشان داد که شیوه‌های فرزندپروری با دشواری‌های تنظیم هیجانی و استرس ارتباطی ندارد که

در سال ۱۹۸۶ اذعان کرد که محیط هیجانی خانواده، از جمله بیانگری انواع هیجانات خاص، در تشکیل طرحواره‌های جوانان درباره بیانگری صحیح هیجانات نقش دارد. افرادی که در محیط‌های خانوادگی پرورش می‌یابند که بیانگری هیجانات منفی بالاست، احتمالاً طرحواره‌های ناکارآمدی را گسترش می‌دهند که ارزیابی‌شان از موقعیت‌ها را تحت تاثیر قرار می‌دهد. بیانگری هیجانات در خانواده احتمالاً فرصت‌هایی را برای نوجوان فراهم می‌کند تا تجربه هیجانی خویش را مورد بحث قرار دهد و روش‌های سازگارانه تنظیم هیجان را یاد بگیرد و زمانی مشکل ساز می‌شود که باعث شود فرد تجارب هیجانی خویش را سرکوب کند و این سرکوب مزمن تجارب هیجانی ممکن است منجر به افزایش برانگیختگی سمپاتیک شود [۴۰] و در نتیجه سطح استرس در فرد افزایش پیدا می‌کند. اما نوع بیانگری هیجانات (مثبت یا منفی) مهم است. نوجوان با بیان هیجانات منفی، ممکن است منبع حمایت خانواده را از دست دهد. نوجوانان در سازگاری خویش با محیط عامل مهم اجتماعی شدن را از دست می‌دهند و از این رو استرس و اضطراب در آنها ایجاد می‌شود. این بیانگری بر تنظیم و یکپارچه‌سازی الگوهای رفتاری موثر بوده و ارزیابی شناختی افراد از این مساله، خود منجر به افزایش درماندگی و استرس در نوجوانان می‌گردد. یافته دیگر پژوهش حاضر حاکی از رابطه بیانگری هیجان منفی خانواده با دشواری‌های تنظیم هیجانات بود که این یافته همسو با نتایج پژوهش گوتمن، کاتز و هاون<sup>۱</sup> [۴۱] و مورگان و ایزارد<sup>۲</sup> [۴۲] می‌باشد. بیانگری هیجانات مثبت در خانواده با سطوح بالاتر درک هیجان و توانایی هیجانی ارتباط دارد [۴۳]. موریس و همکاران [۲۲] در پژوهش خویش، ۴ مولفه محیط هیجانی که احتمالاً تحول تنظیم هیجان را تحت تاثیر قرار می‌دهند معرفی کرده اند که یکی از آنها میزان بیانگری هیجانات منفی در خانواده می‌باشد. سطوح بالای بیانگری هیجانات منفی احتمالاً

<sup>۱</sup> Gottman, Katz & Hooven

<sup>۲</sup> Morgan & Izard

<sup>۳</sup> Jones, Eisenberg, Fabes & MacKinnon



گرفته اند که چنین امکانی برای نویسندگان مقدور نبوده است. پژوهش حاضر چند محدودیت دارد. اول، داده‌های به دست آمده از ابزارهای خودسنجی، محدودیت پژوهش حاضر است، از این رو پیشنهاد می‌شود در کنار داده‌های خودسنجی، داده‌های به دست آمده از ارزیابی متخصصان بالینی نیز به کار برده شود تا از سوگیری‌های ناشی از ماهیت داده‌ها جلوگیری کرد و از مصاحبه‌های ساختاری برای جمع‌آوری اطلاعات از نوجوانان و والدین استفاده شود. دوم، چون روش پژوهش از نوع همبستگی است، امکان بررسی رابطه علت و معلولی وجود نداشت و پیشنهاد می‌شود که در صورت امکان پژوهش به صورت آزمایشی تکرار شود و نیز با توجه به اینکه سطوح استرس ممکن است در طی زمان تغییر کند، انجام مطالعات طولی ممکن است یافته جالبی ارائه دهد. کاربرد پرسشنامه ادراک نوجوانان از شیوه‌های فرزندپروری بجای شیوه فرزندپروری والدین می‌تواند یافته‌های مفیدتری به دست دهد.

### تشکر و قدردانی

پژوهشگران بر خود لازم می‌دانند از کلیه کسانی که در انجام این پژوهش یاری نمودند تشکر و قدردانی نمایند.

### منابع

- 1-Keltner, D., & Gross, J. J. (1999). Functional accounts of emotion. *Cognition and Emotion*, 13, 467-480.
- 2-Greenberg, L. S. (2002). *Emotion-focused therapy: Coaching clients to work through their feelings*. Washington, D.C.: APA.
- 3-Elliott, R., Watson, J. C., Goldman, R. N., & Greenberg, L. S. (2003). *Learning emotionfocus therapy: The process-experiential approach to change*. Washington, DC: American Psychological Association.
- 4-Aldao, A., Nolen-Hoeksema, S., & Schweizer, S. (2010). Emotion-regulation strategies across psychopathology: A meta-analytic review. *Clinical Psychology Review*, 30, 217-237.

این یافته ناهمسو با نتایج پژوهش بامریند<sup>۱</sup> [۴۷]، تاجولاریپین، آمینودین، ویزاتا و سیفودین<sup>۲</sup> [۴۸] و هیلدبرند<sup>۳</sup> [۴۹] است که ادعا کردند سبک‌های فرزندپروری با استرس نوجوانان مرتبط است. ممکن است سبک‌های فرزندپروری تاثیر غیرمستقیمی بر استرس نوجوانان داشته باشند و عامل تاثیرگذار اصلی دشواری‌های تنظیم هیجان نباشد و متغیرهای دیگری همچون متغیرهای شخصیتی، شیوه‌های فرزندپروری [۵۰] را تحت تاثیر قرار داده باشند. بر اساس نتایج پژوهش آنگ<sup>۴</sup> [۵۱] در طی نوجوانی، حتی سبک فرزندپروری مثبت ممکن است بر سطوح درماندگی روان شناختی موثر نباشد. عوامل فرهنگی نیز می‌تواند عامل مهم دیگری در تبیین این یافته باشد. دویری و منشار<sup>۵</sup> [۵۲] در پژوهشی بر روی نوجوانان یونانی به این نتیجه دست یافتند که فرزندپروری مستبدانه در فرهنگ‌های جمعی در مقایسه با فرهنگ‌های غربی مختل کننده سلامت روانی نوجوانان نمی‌باشد که این یافته در حمایت از یافته پژوهش حاضر مبنی بر رابطه غیرمعنادار سبک‌های فرزندپروری با استرس نوجوانان می‌باشد. این مطالعه نشان می‌دهد که در فرهنگ‌های شرقی منجمله ایران، رابطه بین شیوه‌های فرزندپروری مستبدانه والدین و استرس فرزندان به دلیل فرهنگ جمع‌گرایی وجود ندارد که این یکی از پیامدهای مثبت فرهنگ جمع‌گرایی است. بعلاوه، در پژوهش حاضر شیوه فرزندپروری مادر و پدر به تفکیک مورد بررسی قرار نگرفته است، مادران و پدران ممکن است شیوه‌های فرزندپروری متفاوتی اتخاذ کنند که هر یک به نوعی تنظیم هیجانی و استرس نوجوانان را تحت تاثیر قرار دهند. عامل تاثیرگذار دیگر بر معنادار نشدن نتایج، عدم امکان دسترسی به والدین و عدم امکان استخراج سبک فرزندپروری والدین بر اساس اظهارات مستقیم آنها بود. البته در پژوهشهای خارجی حتی خانواده‌ها توسط مشاهده‌گر مورد مشاهده و بررسی قرار

1. Baumrind

2. Tajularipin, Aminuddin, Vizata & Saifuddin

3. Hildebrand

4. Ong

5. Dwairy & Menshar

- 15- Silk, J. S., Vanderbilt-Adriance, E., Shaw, D. S., et al. (2007). Resilience among children and adolescents at risk for depression: Mediation and moderation across social and neurobiological contexts. *Development and Psychopathology*, 19, 841–865.
- 16- Gross, J. J. (2015). Emotion Regulation: Current Status and Future Prospects. *Psychological Inquiry*, 26, 1–26.
- 17- Lazarus, R., & Folkman, S. (1984). *Stress, Appraisal, and coping*. New York: Springer.
- 18- Lazarus, R. S. (1999). The cognition-emotion debate: a bit of history. In T. Dagleish and M. J. Piwer (Eds.), *Handbook of cognition and emotion* (pp. 3-19). Chichester, UK: Wiley.
- 19- Federenko, I. S., Scholtz, W., & Kirschbaum, C. (2006). The heritability of perceived stress. *Psychological Medicine*, 36, 375-37.
- 20- Chang, D., Schwartz, K. K., Dodge, C. A. M., Bridge-Chang C. (2002). Harsh parenting in relation to child emotion regulation and aggression. *Journal of Family Psychology*, 17, 598–606
- 21- Bulanda, R. E. (2004). Paternal involvement with children: The influence of gender ideologies. *Journal of Marriage and Family*, 66, 42-4.
- 22- Morris, A. S., Silk, J. S., Steinberg, L., Aucoin, K. J., Keyes, A.W. (2007). Parental influences on children's emotion regulation and emotionality. Manuscript submitted for publication.
- 23- Lin, T. E., & Lian, T. C. (2010). The relationship between perceived parentig styles and stress levels among Malaysian secondary school students. *Sunway Academic Journal*, 7, 89-104.
- 24- Suveg, C., Morelen, D., Brewer, G. A., Thomassin, K. (2010). The Emotion Dysregulation Model of Anxiety: A preliminary path analytic Examination. *Journal of Anxiety Disorders*, 24, 924–930
- 25- Bradley, S. (2000). *Affect regulation and the development of psychopathology*. New York: The Guilford Press.
- 5-Shiota, M. N., Campos, B., Keltner, D., & Hertenstein, M. (2004). Positive emotion and regulation of interpersonal relationships. In P. Philippot & R. S. Feldman (Eds.), *The regulation of emotion* (pp. 127-155). Mahwah, NJ: Erlbaum.
- 6-Amstadter, A. (2008). Emotion regulation and anxiety disorders. *Anxiety Disorders*, 22, 211–221.
- 7- American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders* (5th ed.). Washington, DC: Author.
- 8- Martin, R. C., & Dahlen, E. R. (2005). Cognitive emotion regulation in the prediction of depression, anxiety, stress, and anger. *Personality and Individual Differences*, 39, 1249–1260.
- 9- Aldao, A., & Nolen-Hoeksema, S. (2012). When are adaptive strategies most predictive of psychopathology? *Journal of Abnormal Psychology*, 121 (1), 276–281.
- 10- Berking, M., & Wupperman, P. (2012). Emotion regulation and mental health: Recent findings, current challenges, and future directions. *Current Opinion in Psychiatry*, 25 (2), 128–134.
- 11- Campbell-Sills, L., Ellard, K., & Barlow, D. H. (2014). Emotion regulation in anxiety disorders. In J. J. Gross (Ed.), *Handbook of emotion regulation* (2nd ed., pp. 393–412). New York, NY: Guilford Press.
- 12- Bender, P. K., Reinholdt- Dunne, M. L., Esbjrn, B. H., Pons, F. (2012). Emotion dysregulation and anxiety in children and adolescents: Gender differences. *Personality and Individual Differences*, 53, 284–288.
- 13- Tsypes, A., Aldao, A., & Mennin, D. (2013). Emotion dysregulation and sleep difficulties in generalized anxiety disorder. *Journal of Anxiety Disorders*, 27(2), 197-203.
- 14- McCarthy, C. J., Lambert, R. G., & Moller, N. P. (2006). Preventive resources and emotion regulation expectancies as mediators between attachment and college students' stress outcomes. *International Journal of Stress Management*, 13, 1–22.

- 35- Schreiber, L. R. N., Grant, J. E., Odlaug, B. L. (2012). Emotion regulation and impulsivity in young adults. *Journal of Psychiatric Research*, 46(5), 651-658.
- 36- Moore, S. A., Zoellner, L. A., Mollenholdt, N. (2008). Are expressive suppression and cognitive reappraisal associated with stress-related symptoms? *Behaviour Research and Therapy*, 46, 993-1000.
- ۳۷- اضغری مقدم، محمدعلی؛ ساعد، فواد؛ دیاج نیا، پروین؛ زنگنه، جعفر. (۱۳۸۷). بررسی مقدماتی اعتبار و پایایی مقیاس های افسردگی، اضطراب و در نمونه های غیربالینی (DASS) استرس. دوماهنامه علمی- پژوهشی روانشناسی بالینی و شخصیت (دانشور رفتار). سال ۱۵، شماره ۳۱، ص ۲۳-۴۸.
- ۳۸- سپهریان آذر، فیروزه. (۱۳۹۲). رابطه هوش هیجانی، شیوه های مقابله با استرس و هوش عمومی با پیشرفت تحصیلی دانش آموزان پیش دانشگاهی. دوماهنامه علمی- پژوهشی روانشناسی بالینی و شخصیت. سال ۲۰، شماره ۹، ص ۲۳-۳۲.
- 39- McLeod, B. D., Wood, J. J., & Weisz, J. R. (2007). Examining the association between parenting and childhood anxiety: A meta-analysis. *Clinical Psychology Review*, 27, 155-172.
- 40- Campbell-Sills, L., Barlow, D. H., Brown, T. A., & Hofman, S. G. (2006). Acceptability and suppression of negative emotion in anxiety and mood disorders. *Emotion*, 6, 587-595.
- 41- Goodman, E., McEwen, B.S., Dolan, L.M., Schafer-Kalkhoff, T., Adler, N. E. (2005). Social disadvantage and adolescent stress. *Journal of Adolescent Health*. 37, 484-492.
- 42- Morgan, J., & Izard, C. (2006). Family Emotion Expressiveness: Relation to Emotion Knowledge and Emotion Regulation in Young Children. Head Start's 8th National Research Conference.
- 43-Denham, S.A., Blair, K.A., DeMulder, E., Levitas, J., Sawyer, K., Auerbach-Major, S., et al. (2003). Preschool emotional competence: Pathway to social competence. *Child Development*. 74,238-256.
- 26- Sud, A. & Sethi, Z. (2008). Interrelationship between state anxiety, trait anxiety, test anxiety, stress, negative mood regulation, achievement motivation and self-esteem. *Journal of Community Guidance and Research*, 25, 84-97.
- 27- Sharma, J. (2009). Family environment as a predictor of stress and anxiety in adolescents. Unpublished M.Phil. Dissertation, Himachal Pradesh University, Shimla, India.
- 28- Gratz, K. L., & Roemer, L. (2004). Multidimensional assessment of emotion regulation and dysregulation: development, factor structure, and initial validation of the difficulties in emotion regulation scale. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 26(1), 41-54.
- 29- Cohen, S., & Williamson, G.M. (1988). Perceived stress in a probability sample of the united states. In S. Spacapan & S. Oskamp (Eds), *The social psychology of health: Claremont symposium on applied social psychology* (pp. 31-67). Newbury Park, CA: Sage.
- 30- Buri, J. R. (1991). Parental Authority Questionnaire. *Journal of Personality and Social Assessment*, 57 (1), 110-119.
- 31- Dunsmore, J. C., Bradburn, I. S., Costanzo, P. R., & Fredrickson, B. L. (2009). Mothers' expressive style and emotional responses to children's behavior predict children's prosocial and achievement-related self-ratings. *International Journal of Behavioral Development*, 33, 253-264.
- 32- Halberstadt, A. G., & Parke, R., Cassidy, J., Stifter, C. A., Fox, N. A. (1995). Self-Expressiveness within the family context: psychometric support for a new measure. *Psychological Assessment*, 7(1), 93-103.
- 33- Raio, C. M., Orederu, T. A., Palazzolo, L., Shurick, A. A and Phelps, E. A. (2013). Cognitive emotion regulation fails the stress test. *PANAS*, 110 (37), 15139-15144.
- 34- Kadzikowska - Wrzosek, R. (2012). Perceived stress, emotional ill-being and psychosomatic symptoms in high school students: the moderating effect of self-regulation competences. *Archives of Psychiatry and Psychotherapy*, 3, 25-33

- 48- Tajularipin, S., Aminuddin, H., Vizata, M. S., & Saifuddin, K. A. (2009). The level of stress among students in urban and rural secondary schools in Malaysia. *European Journal of Social Sciences*, 10(2), 179–184.
- 49- Hildebrand, V. (2000). *Parenting: Rewards and responsibilities* (6th ed.). New York: McGraw-Hill.
- 50- Huan, V. S., Yeo, L. S., Ang, R. P., & Chong, W. H. (2006). The influence of dispositional optimism and gender on adolescents' perception of an academic stress. *Adolescence*, 41(163), 533–546.
- 51- Ong, A. C. (2000). Parenting behaviors and adolescents' psychosocial adjustment. Paper presented at the Association for Active Educational Researchers Conference.
- 52- Dwairy, M., & Menshar, K. E. (2006). Parenting style, individuation, and mental health of Egyptian adolescents. *Journal of Adolescence*, 29(1), 103–117.
- 44- Eisenberg, N., Valiente, C., Morris, A. S., Fabes, R. A., Cumberland, A., Reiser, M., et al. (2003). Longitudinal relations among parental emotional expressivity, children's regulation, and quality of socioemotional functioning. *Developmental Psychology*, 39, 3–19.
- 45- Jones, S., Eisenberg, N., Fabes, R. A., & MacKinnon, D. P. (2002). Parents' reactions to elementary school children's negative emotions: Relations to social and emotional functioning at school. *Merrill-Palmer Quarterly*, 48, 133-159.
- 46- Goodman, E., McEwen, B.S., Dolan, L.M., Schafer-Kalkhoff, T., Adler, N. E. (2005). Social disadvantage and adolescent stress. *Journal of Adolescent Health*. 37, 484–492.
- 47- Baumrind, D. (1971). Current patterns of parental authority. (*Developmental Psychology Monograph*; 4). Washington, DC: American Psychological Association.