

# ویژگی‌های روان‌سنجی پرسشنامه تنظیم رفتاری هیجان در نمونه دانش‌آموزان نوجوان شهر ارومیه

سید قاسم مصلح<sup>۱\*</sup>، رحیم بدری گرگری<sup>۲</sup>، شهروز نعمتی<sup>۳</sup>

۱. کارشناس ارشد روانشناسی تربیتی، دانشگاه تبریز، تبریز، ایران. (نویسنده مسئول)

۲. استاد گروه علوم تربیتی دانشگاه تبریز، تبریز، ایران.

۳. دانشیار گروه علوم تربیتی دانشگاه تبریز، تبریز، ایران.

## چکیده

**مقدمه:** هدف پژوهش حاضر، بررسی روایی، پایایی و ساختار عاملی پرسشنامه تنظیم رفتاری هیجان در نمونه‌ای از دانش‌آموزان مقطع متوسطه دوم بود.

**روش:** روش پژوهش حاضر از نوع پیمایشی و اعتبارسنجی بود. نمونه‌ای با تعداد ۵۰۸ نفر دانش‌آموز دبیرستانی از بین دانش‌آموزان شهر ارومیه به روش نمونه‌گیری خوشه‌ای چندمرحله‌ای انتخاب شدند و بعد از ترجمه، اجرای مقدماتی و رفع مشکلات به پرسشنامه پاسخ دادند. جهت محاسبه روایی همگرا و تشخیصی از مقیاس افسردگی، اضطراب و استرس و مقیاس بهزیستی روان‌شناختی ریف استفاده شد. روایی سازه از طریق تحلیل عاملی اکتشافی به روش تحلیل مؤلفه‌های اصلی با چرخش واریماکس و تحلیل عاملی تأییدی به روش بیشینه درست‌نمایی مورد بررسی قرار گرفت. پایایی به کمک روش آلفای کرونباخ و بازآزمایی و تجزیه و تحلیل داده‌ها با نرم‌افزارهای «اس. پی. اس. اس.» نسخه ۲۵ و لیزرل نسخه ۸/۸ انجام شد.

**نتایج:** نتایج تحلیل عاملی اکتشافی، پنج عامل را استخراج کرد که روی هم رفته ۰/۶۵ واریانس کل سؤالات را تبیین نمود و تحلیل عاملی تأییدی نیز از ساختار پنج عاملی مقیاس تنظیم رفتاری هیجان در نمونه به کار گرفته شده حمایت می‌کند. ضریب آلفای کرونباخ برای زیر مقیاس‌های تلاش برای پرت کردن حواس، کناره‌گیری، برخورد فعالانه، جلب حمایت اجتماعی و نادیده گرفتن به ترتیب ۰/۷۵، ۰/۸۲/۸۴، ۰/۸۱ و ۰/۷۸ و برای کل پرسشنامه ۰/۷۴ برآورد شد و ضریب بازآزمایی برای کل پرسشنامه ۰/۸۲ به دست آمد. همچنین ضرایب همبستگی نشان‌دهنده روایی همگرا و تشخیصی مطلوب پرسشنامه بود.

**بحث و نتیجه‌گیری:** بر اساس یافته‌ها، پرسشنامه تنظیم رفتاری هیجان در دانش‌آموزان مقطع دوم متوسطه از ویژگی‌های روان‌سنجی مناسبی برخوردار است.

نشریه علمی

روانشناسی  
بالینی  
و شخصیت

دوره ۱۸، شماره ۱، پیاپی ۳۴  
بهار و تابستان ۱۳۹۹  
صص: ۱۶۳-۱۷۵

تاریخ دریافت: ۱۳۹۸/۰۳/۰۷

تاریخ پذیرش: ۱۳۹۸/۰۹/۱۷

مقاله پژوهشی

Journal of

Clinical  
Psychology  
& Personality

Vol. 18, No. 1, Serial 34

Spring & Summer  
2020  
pp.: 163-175

**کلیدواژه‌ها:** تنظیم رفتاری هیجان، خصوصیات روان‌سنجی، دانش‌آموزان نوجوان

\*Email: mosleh\_s95@ms.tabrizu.ac.ir

## مقدمه

قرار گرفتن در معرض رویدادهای ناگوار با گستره وسیعی از پیامدهای ناسازگار و آسیب‌های روانی همراه است [۱]. افرادی که نتوانند به شکل مؤثری پاسخ‌های هیجانی خود را در قبال رویدادهای روزمره مدیریت کنند، دوره‌های طولانی و شدید پریشانی را تجربه خواهند کرد که ممکن است در نهایت به افسردگی یا اضطراب ختم شوند [۲]. در این راستا توانایی مقابله با رویدادهای استرس‌زا و تنظیم هیجانی در سلامت روان، نقشی حیاتی ایفا کرده و پیامدهای مثبت روانی به همراه دارد [۳ و ۴] و دشواری در تعدیل و تنظیم هیجان به هنگام برانگیختگی، عامل زمینه‌ساز مهمی در اختلال‌های هیجانی، کاهش بهزیستی و مشکلات ارتباطی است [۵]. مطالعات طولی حاکی از آن است که تجربه رویدادهای ناخوشایند در کودکان و نوجوانان بیشتر از بزرگسالان گزارش شده و نوجوانان به‌طور خاصی در مقابل اثرات رویدادهای ناخوشایند دوران کودکی، آسیب‌پذیری بیشتری نشان داده‌اند [۶].

در ارتباط با سازه تنظیم هیجان تعاریف مختلفی بر اساس پایه‌های نظری و تجربی ارائه شده است، از نظر گراس [۷] تنظیم هیجانی، فرایندی است که افراد به‌وسیله آن، هیجان‌هایشان را تحت کنترل قرار می‌دهند و یاد می‌گیرند چگونه و چه زمانی هیجان‌شان را تغییر دهند و چگونه آن هیجان‌ها را ابراز نمایند [۸]. در مواجهه با رویدادهای استرس‌زا، افراد از راهبردهای مقابله و تنظیم هیجانی متفاوتی جهت اصلاح یا تعدیل تجربه‌ی هیجانی خود استفاده می‌کنند [۹]. به‌رغم این‌که لازاروس و فالکمن<sup>۱</sup> مقابله را به‌عنوان تلاش‌های شناختی و رفتاری جهت مدیریت خواسته‌های ایجادشده توسط رویدادهای استرس‌زایی معرفی نموده‌اند که بیشتر از حد معمول، توانایی‌های شخص ارزیابی‌شده‌اند [۱۰]، اما در زمینه ادبیات پژوهشی تنظیم هیجان، بررسی راهبردهای شناختی نسبت به راهبردهای رفتاری، توجه بیشتری را به خود معطوف نموده است [۱۱]، به‌طوری‌که می‌توان گفت تنظیم هیجان بر اساس راهبردهای رفتاری تا حدودی مورد غفلت واقع شده است. از آنجاکه تفکر و عمل دو فرایند متفاوت‌اند که در زمان‌های مختلفی مورد استفاده قرار می‌گیرند، نباید راهبردهای مقابله شناختی و رفتاری را در یک دسته قرار داد و یا دارای ابعاد مشابه فرض نمود. با این وجود، هر دو راهبرد شناختی و رفتاری فرایندهای تنظیمی محسوب می‌گردند [۱۲] که می‌توانند به‌صورت خودکار یا کنترل‌شده، آگاهانه یا ناآگاهانه صورت گیرند و

شامل تغییرات طولانی‌مدت می‌شوند که افراد را قادر می‌سازند تا رفتارشان را با اهداف شخصی و خواسته‌های محیطی هماهنگ کنند [۵].

تنظیم شناختی هیجان به مجموعه‌ای از راهبردهای مقابله‌ای آگاه، خاص و شناختی اشاره دارد که در پاسخ به وقایع استرس‌زا، باهدف مدیریت هیجان مورد استفاده قرار می‌گیرند [۱۱، ۱۳]. تنظیم هیجان‌ها به‌صورت شناختی با زندگی انسان در ارتباط است و به مردم کمک می‌کند تا هیجان‌های خود را در هنگام مواجهه یا پس از مواجهه با حوادث تهدیدکننده یا استرس‌زا مدیریت کنند [۱۱]. تنظیم شناختی هیجان گام اول در زمینه شناسایی راهبردهای مقابله با رویدادهای تهدیدکننده و استرس‌زای زندگی بود و نه راهبرد متفاوت شناختی را در برمی‌گرفت [۱۴]. روایی و پایایی پرسشنامه تنظیم شناختی هیجان در فرهنگ‌ها و کشورهای مختلفی از جمله فرانسه، چین، ترکیه، ایران، اسپانیا و کشورهای عربی مورد بررسی قرار گرفت و در همه آن‌ها روایی و پایایی مناسبی را نشان داد [۱۵]. همچنین از زمان ارائه تاکنون تحقیقات بسیاری به بررسی رابطه بین تنظیم شناختی هیجان و نشانه‌های پریشانی پرداخته‌اند تا راهبردهای مرتبط با عوامل خطر ساز با محافظتی اختلال‌های هیجانی را شناسایی نمایند، چراکه آن‌ها می‌توانند به‌عنوان اهداف مهمی برای مداخلات روان‌درمانی قرار گیرند [۱۶]. از آنجاکه نظریه تنظیم شناختی هیجان، راهبردهای شناختی را به‌صورت مفهومی و نظری خالص در نظر می‌گیرد، بنابراین راهبردهای رفتاری به این طریق از راهبردهای شناختی جدا شده‌اند [۱۷]؛ علاوه بر این استفاده از فرایندهای رفتاری جهت تنظیم هیجان یکی دیگر از راهبردهای متداول در این زمینه است که کانون توجه پژوهش حاضر است.

گام دوم در زمینه راهبردهای مقابله با رویدادهای تهدیدکننده و استرس‌زای زندگی توسط کرایچ و گارنفسکی [۱۲] با تمرکز بر راهبردهای رفتاری تنظیم هیجان، از طریق ارائه پرسشنامه تنظیم رفتاری هیجان<sup>۲</sup> برداشته شده است. این پرسشنامه بر اساس رویکرد نظریه-محور و منطقی مشابه پرسشنامه تنظیم شناختی هیجان و با استفاده از راهبردهای مقابله‌ای موجود، تغییر راهبردهای مقابله غیر رفتاری به ابعاد رفتاری و اضافه کردن راهبردهای رفتاری جدید با دلایل معقول و منطقی تهیه شده است [۱۲]. پرسشنامه تنظیم رفتاری هیجان پنج زیر مقیاس، تلاش برای پرت کردن

<sup>۱</sup> Lazarus & Folkman<sup>۲</sup> Behavioral Emotion Regulation Questionnaire

روان‌سنجی پرسشنامه‌ی تنظیم رفتاری هیجان در فرهنگ ایرانی از دیگر ضرورت‌های انجام پژوهش حاضر بوده است. پژوهش حاضر به لحاظ اهمیت کاربردی و نظری می‌تواند به بسط و تعدیل سازه تنظیم رفتاری هیجان کمک نماید و به‌عنوان مقیاسی در جهت تشخیص و تدوین برنامه مداخله‌ای مناسب در اختیار مشاوران و روانشناسان قرار گیرد. از این رو هدف پژوهش حاضر بررسی ساختار عاملی مقیاس تنظیم رفتاری هیجان و بررسی روایی و پایایی این ابزار بر روی دانش‌آموزان دختر و پسر شهر ارومیه بوده است.

## روش

### نوع پژوهش

با توجه به این‌که در پژوهش حاضر به بررسی ویژگی‌های روان‌سنجی پرسشنامه تنظیم رفتاری هیجان پرداخته می‌شود، بنابراین طرح این پژوهش از نوع پیمایشی و اعتبارسنجی است.

### آزمودنی

**الف) جامعه آماری:** جامعه آماری شامل کلیه دانش‌آموزان مقطع دوم متوسطه شهر ارومیه در سال تحصیلی ۱۳۹۷-۱۳۹۸ بود.

**ب) نمونه پژوهش:** از بین نواحی یک و دو آموزشی این شهر به روش نمونه‌گیری خوشه‌ای چندمرحله‌ای ابتدا یک ناحیه و از آن ناحیه چهار دبیرستان متوسطه دوم و از هر دبیرستان شش کلاس که در مجموع ۲۴ کلاس انتخاب و تمام دانش‌آموزان کلاس‌ها مورد مطالعه قرار گرفتند. تعداد ۵۲۶ دانش‌آموز با روش نمونه‌گیری خوشه‌ای چندمرحله‌ای انتخاب شدند و به پرسشنامه پاسخ دادند، در نهایت تعداد ۱۸ پرسشنامه به دلایل مختلفی چون ناقص بودن و الگوی پاسخ یکسان از فرایند مطالعه خارج و نمونه ۵۰۸ نفری مورد بررسی قرار گرفتند. دلیل انتخاب این حجم از نمونه دیدگاه کامری و لی [۲۱] بوده که کفایت اندازه‌های مختلف نمونه برای تحلیل عاملی با حجم ۵۰۰ را خیلی خوب و ۱۰۰۰ را عالی می‌دانند، از این رو برای به دست آوردن نتایج قابل اطمینان، داشتن نمونه‌ای با چنین حجمی الزامی به نظر می‌رسید.

### ابزارهای پژوهش

**۱) نسخه فارسی پرسشنامه تنظیم رفتاری هیجان:** پرسشنامه تنظیم رفتاری هیجان یک پرسشنامه خود گزارش

حواس<sup>۱</sup> (اشاره به پرت کردن حواس از روی هیجان‌ها به‌وسیله انجام کارهای دیگر)؛ برخورد فعالانه<sup>۲</sup> (اشاره به رفتار فعال فرد برای مقابله با رویداد استرس‌زا)؛ تلاش برای جلب حمایت اجتماعی<sup>۳</sup> (اشاره به اشتراک‌گذاری فعالانه هیجان‌ها و درخواست حمایت و مشورت برای مقابله با رویداد استرس‌زا)؛ نادیده گرفتن<sup>۴</sup> (اشاره به نادیده گرفتن و رفتار کردن به شکلی که هیچ چیز رخ نداده به‌منظور مقابله با رویداد استرس‌زا)؛ و کناره‌گیری<sup>۵</sup> (اشاره به عقب کشیدن خود از موقعیت‌ها و ارتباطات اجتماعی به‌منظور کنار آمدن با شرایط استرس‌زا) را شامل می‌گردد که هرکدام یک فرایند مقابله رفتاری را در پاسخ به وقایع و رویدادهای ناگوار می‌سنجد. بر اساس ادبیات پژوهشی زیر مقیاس‌های تلاش برای پرت کردن حواس، برخورد فعالانه و تلاش برای جلب حمایت اجتماعی راه‌های عمدتاً مثبت مدیریت وقایع استرس‌زا معرفی شده‌اند، در مقابل کناره‌گیری و نادیده گرفتن راه‌های منفی مدیریت وقایع استرس‌زا ذکر شده‌اند [۱۸، ۱۹]. تلاش برای پرت کردن حواس، برخورد فعالانه و تلاش برای جلب حمایت اجتماعی به افراد کمک می‌کند تا هیجان‌شان را به شیوه‌ای مطلوب تنظیم نموده، کنترل بیشتری بر خود داشته باشند و در مورد داشتن حمایت اجتماعی برای آنان اطمینان خاطر بیشتری فراهم می‌نماید. ضمن اینکه، کناره‌گیری و نادیده گرفتن موجب می‌شوند تا فرد از رویارویی با شرایط استرس‌زا و مقابله با آن پرهیز نماید که منجر به کاهش تاب‌آوری فرد و حتی افزایش پریشانی و افسردگی می‌گردد [۲۰]. پژوهش‌های صورت گرفته نشان داده‌اند که راهبردهای کناره‌گیری و نادیده گرفتن می‌توانند علائم افسردگی و اضطراب را در افرادی که با شرایط استرس‌زا روبرو بوده‌اند، پیش‌بینی نماید [۱۲ و ۲۰].

با توجه به نقش مهم و حیاتی تنظیم هیجان در فرایندهای بهنجار و مرضی روان‌شناختی از یک‌سو و از سوی دیگر، تکمیل راهبردهای مقابله‌ای شناختی تنظیم هیجان در شرایط تهدیدکننده و استرس‌زا با ارائه پرسشنامه تنظیم رفتاری هیجان، مطالعات این زمینه می‌تواند با قطعیت و دقت بیشتری مداخلات مربوط به سلامت روانی را پیگیری نماید و مقیاس معتبری در زمینه سنجش تنظیم رفتاری هیجان در اختیار پژوهشگران مختلف قرار گیرد. قابلیت کاربرد پرسشنامه در افراد ۱۲ ساله به بالا، کاربرد آن در زمینه غربالگری و کمک به مداخله و عدم بررسی خصوصیات

<sup>1</sup> seeking distraction

<sup>2</sup> actively approaching

<sup>3</sup> seeking social support

<sup>4</sup> ignoring

<sup>5</sup> withdrawal

گردد و به این ترتیب نسخه فارسی پرسش‌نامه تنظیم رفتاری هیجان تهیه و آماده اجرا گردید.

## ۲) پرسشنامه افسردگی، اضطراب و استرس (نسخه

۲۱ سؤالی): این پرسشنامه به وسیله لایباند و لایباند در سال ۱۹۹۵ تدوین شده و شامل ۲۱ عبارت در ارتباط با سازه‌های افسردگی، اضطراب و استرس است که هر کدام از مقیاس‌ها به وسیله ۷ گویه متفاوت در طیف لیکرت مورد ارزیابی قرار می‌گیرد. نحوه پاسخ‌دهی به عبارات به صورت خود گزارش دهی تکمیل می‌گردد و هر گویه از صفر (اصلاً درباره من صدق نمی‌کند) تا سه (کاملاً درباره من صدق می‌کند) نمره‌گذاری می‌شود. از آنجاکه این پرسشنامه فرم کوتاه شده مقیاس اصلی (۴۲) گویه است، نمره نهایی هر یک از خرده مقیاس‌ها باید دو برابر شود [۲۲]. در مطالعه صورت گرفته لایباند و لایباند با جمعیت غیر بالینی، ضرایب همسانی درونی سه خرده مقیاس افسردگی، اضطراب و استرس، به ترتیب ۰/۸۴/۹۱، ۰/۹۰ و ۰/۹۰ گزارش شده است [۲۳]. روایی و پایایی این پرسشنامه در ایران توسط اصغری مقدم و همکاران [۲۴] مورد بررسی قرار گرفت و پایایی به روش باز آزمایی را برای مقیاس افسردگی، اضطراب و استرس به ترتیب برابر ۰/۸۴، ۰/۸۹، ۰/۹۰ و جهت بررسی میزان همسانی درونی آلفای کرونباخ را برای مقیاس افسردگی، اضطراب و استرس به ترتیب برابر ۰/۷۸، ۰/۸۷ و ۰/۹۱ گزارش کرده‌اند. ساختار عاملی مقیاس نیز به دو شیوه مؤلفه‌های اصلی و بیشینه‌ی احتمال مورد تحلیل عاملی قرار گرفته که نتایج این تحلیل استخراج سه عامل فشار روانی، افسردگی و اضطراب را تأیید نموده است. ضریب همبستگی عوامل فشار روانی، افسردگی و اضطراب با نمره کل مقیاس به ترتیب برابر با ۰/۸۷، ۰/۸۳ و ۰/۸۰ گزارش شده است [۲۵].

## ۳) مقیاس بهزیستی روان‌شناختی ریف<sup>۱</sup> (فرم کوتاه

۱۸ سؤالی): مقیاس بهزیستی روان‌شناختی را ریف در سال ۱۹۸۹ طراحی نموده و در سال ۲۰۰۲ مورد تجدیدنظر قرار داده است. فرم اصلی، ۱۲۰ سؤالی بوده ولی در بررسی‌های بعدی فرم‌های کوتاه‌تر ۸۴، ۵۴ و ۱۸ سؤالی آن نیز پیشنهاد شده است. در این پژوهش فرم ۱۸ سؤالی مورد استفاده قرار گرفت. مقیاس بهزیستی روان‌شناختی دارای شش خرده مقیاس پذیرش خود، رابطه مثبت با دیگران، استقلال، زندگی هدفمند، رشد شخصی و تسلط بر محیط است. این مقیاس نوعی ابزار خود گزارش دهی است که در طیف شش‌درجه‌ای از کاملاً موافقم تا کاملاً مخالفم پاسخ داده می‌شود و جمع نمرات شش خرده مقیاس به عنوان

دهی است که به وسیله کرایچ و گارنفسکی در سال ۲۰۱۹ تدوین شده است. این پرسشنامه از پنج زیر مقیاس: تلاش برای پرت کردن حواس، برخورد فعالانه، تلاش برای جلب حمایت اجتماعی، نادیده گرفتن و کناره‌گیری تشکیل شده که هر یک از زیر مقیاس‌ها شامل ۴ گویه بوده و در کل پرسشنامه دارای ۲۰ گویه است که راهبردهای مقابله رفتاری را در پاسخ به رویدادهای ناگوار و استرس‌زای زندگی مورد توجه قرار داده‌اند. پرسشنامه مذکور در طیف لیکرت پنج‌درجه‌ای از ۱ (هرگز) تا ۵ (همیشه) تهیه شده و نمره کل هر یک از خرده مقیاس‌ها از طریق جمع کردن نمره‌ی گویه‌ها به دست می‌آید که دامنه نمره هر یک می‌تواند بین ۴ تا ۲۰ متغیر باشد. شیوه اجرای پرسشنامه بسیار آسان بوده و قابلیت استفاده برای افراد ۱۲ سال به بالا را دارد. ویژگی‌های روان‌سنجی این پرسشنامه در مطالعه کرایچ و گارنفسکی [۱۲] با نمونه متشکل از ۴۵۷ بزرگسال از جمعیت عمومی مورد بررسی قرار گرفته است. در مطالعه آن‌ها پایایی از طریق آلفای کرونباخ برای زیر مقیاس‌های تلاش برای پرت کردن حواس، برخورد فعالانه، تلاش برای جلب حمایت اجتماعی، نادیده گرفتن و کناره‌گیری به ترتیب ۰/۸۶، ۰/۹۱، ۰/۹۱، ۰/۸۹ و ۰/۹۳ به دست آمد. روایی سازه پرسشنامه از طریق تحلیل عاملی اکتشافی به روش مؤلفه‌های اصلی مؤید پنج عامل بود که روی هم رفته توانایی تبیین ۷۸ درصد از واریانس را داشت، ضمن این که روایی تشخیصی این پرسشنامه نیز از طریق برآورد همبستگی خرده مقیاس‌های پرسشنامه با نشانگان افسردگی و اضطراب مورد تأیید قرار گرفته است. علاوه بر این در پژوهش لوویان [۲۰] که با ۴۵۵ دانشجوی انجام شد همسانی درونی از طریق آلفای کرونباخ برای زیرمقیاس‌های پرسشنامه در دامنه ۰/۶۶ تا ۰/۸۷ برآورد شده است. به منظور تهیه نسخه فارسی پرسش‌نامه تنظیم رفتاری هیجان ابتدا پرسشنامه توسط یکی از دانشجویان دوره دکتری ادبیات زبان انگلیسی به فارسی ترجمه شد. ترجمه پرسشنامه توسط دو نفر از اساتید روانشناسی دانشگاه مورد بازبینی قرار گرفت و ایرادهای احتمالی رفع گردید. جهت اطمینان از ساده و رسا بودن کلمات پرسشنامه به زبان فارسی، پرسشنامه در اختیار یکی از دانشجویان دکتری زبان و ادبیات فارسی قرار گرفت و بعد از تأیید، این بار نسخه فارسی پرسشنامه توسط یکی دیگر از اساتید زبان انگلیسی دوباره به زبان انگلیسی برگردانده شد. در نهایت نسخه فارسی آماده شده در قالب مطالعه مقدماتی و به صورت نمونه‌گیری در دسترس در اختیار دانش‌آموزان یک دبیرستان متوسطه دوم قرار گرفت تا اگر مشکلی در درک و روشنی سؤال‌های مختلف توسط آن‌ها گزارش شود اصلاح

<sup>۱</sup> Ryff's Scales of Psychological Well-Being (RSPWB)

موردبررسی قرار گرفت. لازم به ذکر است که برای تجزیه و تحلیل داده‌ها از نرم‌افزارهای آماری اس. پی. اس. اس. نسخه ۲۵ و لیزرل نسخه ۸/۸ استفاده شد.

### نتایج

نمونه پژوهش شامل ۵۰۸ نفر، ۲۴۱ دختر (۴۷/۴ درصد) و ۲۶۷ پسر (۵۲/۶) بودند. به لحاظ توزیع جمعیت شناختی، حداقل و حداکثر سن آزمودنی‌ها به ترتیب ۱۵ و ۱۹ با میانگین سنی ۱۷/۲۴ (SD=۰/۹۷) و به لحاظ تحصیلات ۲۱۹ نفر (۴۳/۱٪) در پایه دهم، ۱۷۳ نفر (۳۴/۱٪) در پایه یازدهم و ۱۱۶ نفر (۲۲/۸٪) در پایه دوازدهم مشغول تحصیل بودند. پراکنش رشته تحصیلی آزمودنی‌ها نیز بیانگر تحصیل ۳۹/۲ درصد در رشته انسانی، ۳۶/۴ درصد در رشته تجربی و ۲۴/۴ درصد در رشته ریاضی بود.

به منظور بررسی ساختار عاملی (اعتبار سازه) پرسشنامه تنظیم رفتاری هیجان از هر دو روش تحلیل عاملی اکتشافی و تحلیل عاملی تأییدی استفاده شد. تحلیل عاملی اکتشافی به روش تحلیل مؤلفه‌های اصلی<sup>۱</sup> با چرخش واریماکس با نمونه اول به تعداد ۲۰۳ نفر (۸۳ پسر و ۱۲۰ دختر) انجام شد. کفایت گروه نمونه با آزمون کیسرامی/یرالکین<sup>۲</sup> (۰/۷۸ = کی. ام. ا) محاسبه شد و در آزمون کرویت بارتلت<sup>۳</sup> مجذور کای معادل ۱۵۳۴/۵۷ به دست آمد که با درجه آزادی ۱۹۰ در سطح ۰/۰۰۱ معنادار بود، نتایج این دو آزمون نشان‌دهنده کفایت حجم نمونه و توانایی تحلیل عامل شدن ماده‌های مقیاس بود. همچنین دامنه ارزش اشتراکات گویه‌ها بین ۰/۵۴ تا ۰/۷۴ به دست آمد. با توجه به نمودار شیب دامنه عوامل (اسکری پلات<sup>۴</sup>) که در شکل ۱ مشاهده می‌شود و ارزش‌های ویژه بیشتر از یک، پنج عامل استخراج شد. همان‌طور که از منحنی شکل ۱ مشهود است بعد از عامل پنجم سایر عامل‌ها دارای مقدار ویژه کمتر از یک بوده و شیب منحنی بعد از عامل پنجم تغییر محسوسی پیدا نمی‌کند لذا می‌توان نتیجه گرفت که پنج عامل مکنون می‌توانند از نظر آماری واریانس گویه‌های پرسشنامه تنظیم رفتاری هیجان را تبیین نمایند.

جدول ۱ عامل‌های استخراج‌شده به همراه مقدار ویژه، درصد واریانس تبیین شده و واریانس تراکمی تبیین شده به وسیله هر کدام از این عامل‌ها را نشان می‌دهد. مطابق جدول ۱، پنج عامل استخراج‌شده حداکثر ۶۵/۹۲ درصد از واریانس کل پرسشنامه را تبیین می‌کنند. هم‌چنین، بزرگ‌ترین مقدار

نمره کل بهزیستی روان‌شناختی محسوب می‌گردد؛ بنابراین نمره بالاتر نشان‌دهنده بهزیستی روان‌شناختی بهتر است. ریف و سینگر همبستگی نسخه کوتاه با نسخه اصلی را بین ۰/۷۰ تا ۰/۸۹ گزارش نموده‌اند [۲۶]. روایی و پایایی مقیاس بهزیستی روان‌شناختی در پژوهش‌های متعددی مناسب گزارش شده است. ترجمه و هنجاریابی این پرسشنامه در ایران توسط خانجانی و همکاران صورت گرفته و همسانی درونی این مقیاس با استفاده از روش کرونباخ در شش عامل پذیرش خود، رابطه مثبت با دیگران، استقلال، زندگی هدفمند، رشد شخصی و تسلط بر محیط به ترتیب برابر با ۰/۷۵، ۰/۷۲، ۰/۷۳/۵۲، ۰/۰۷۶ و برای کل مقیاس ۰/۷۱ به دست آمده است. همچنین نتایج تحلیل عاملی صورت گرفته در بین دختران و پسران، نشان داد که مدل به دست آمده از برازش خوبی برخوردار است [۲۶].

### شیوه انجام پژوهش

در پژوهش حاضر، پس از ترجمه، رفع ابهام، اجرای مقدماتی پرسشنامه و تأیید آن، پژوهشگران نسبت به اجرای پرسشنامه به صورت گروهی و در کلاس‌ها اقدام نمودند. محققان، ضمن بازگویی هدف پژوهش برای دانش‌آموزان انتخاب‌شده و آگاه کردن آن‌ها از برخورداری حق کناره‌گیری از پژوهش از آنان خواستند تا به پرسشنامه‌ها پاسخ دهند. هنگام پاسخگویی به پرسشنامه‌ها، یکی از محققان جهت پاسخگویی به سؤالات در کلاس حضور داشت و ابهامات احتمالی را برطرف می‌نمود.

### شیوه تحلیل داده‌ها

در این پژوهش، ساختار عاملی پرسشنامه تنظیم رفتاری هیجان از طریق دو روش تحلیل عاملی اکتشافی به روش تحلیل مؤلفه‌های اصلی با چرخش واریماکس و تحلیل عاملی تأییدی به روش بیشینه درست‌نمایی استفاده شد. کفایت حجم نمونه و توانایی تحلیل عامل شدن در تحلیل اکتشافی موردبررسی قرار گرفت و از روش تحلیل عامل تأییدی جهت آزمون برازش ساختار عاملی پرسشنامه با نمونه‌ی ایرانی استفاده شده است. جهت بررسی روایی همگرا و تشخیصی، پرسشنامه به صورت هم‌زمان با مقیاس‌های افسردگی، اضطراب، استرس و بهزیستی روان‌شناختی در نمونه‌ای از دانش‌آموزان شرکت‌کننده در پژوهش اجرا شد. همچنین پایایی مقیاس از طریق محاسبه آلفای کرونباخ و باز آزمایی

<sup>1</sup> Principal Component Analysis

<sup>2</sup> Kaiser-Meyer-Olkin Measure of Sampling Adequacy

<sup>3</sup> Bartlett's Test of Sphericity

<sup>4</sup> Scree Plot

هم‌پوشانی ندارد. این امر با ساختار اصلی مقیاس همخوانی دارد. با توجه به جدول ۲، بر روی عامل اول گویه‌های ۱۷، ۲، ۱۲، ۷، ۲، ۱۷، بر روی عامل دوم گویه‌های ۳، ۸، ۱۳، ۱۸ بر روی عامل سوم گویه‌های ۴، ۹، ۱۴، ۱۹، بر روی عامل چهارم گویه‌های ۱، ۱۶، ۱۱، ۱۶، و بر روی عامل پنجم گویه‌های ۲۰، ۵، ۱۰، ۱۵، قرار گرفته‌اند. این عوامل به ترتیب کناره‌گیری، برخورد فعالانه، جلب حمایت اجتماعی، تلاش برای پرت کردن حواس و نادیده گرفتن نام‌گذاری شدند.

ویژه، مربوط به عامل اول است که برابر ۳/۸۵ بود و ۱۹/۲۸ درصد از واریانس کل را در برداشت. در این تحلیل به‌منظور دستیابی به ساختار عاملی ساده‌تر، داده‌ها به روش واریماکس چرخش داده شدند. در جدول ۲ ماتریس بارهای عاملی پس از چرخش واریماکس نشان داده شده است. همان‌طور که داده‌های جدول ۲ نشان می‌دهد، بارهای عاملی هرکدام از سؤال‌های پرسشنامه تنظیم رفتاری هیجان بر روی پنج مؤلفه استخراج شده، مشخص است. تمام بارهای عاملی استخراج شده بیشتر از ۰/۵۰ هستند و الگوی توزیع سؤالات در عامل‌ها باهم

جدول ۱. مقادیر ویژه اولیه، مجموع مجذور بارهای عاملی استخراج شده و درصد واریانس تبیین شده توسط عامل‌ها

عامل	مقادیر ویژه اولیه			مجموع مجذور بارهای عاملی استخراج شده			مجموع مجذور بارهای چرخش یافته		
	کل	درصد واریانس	% واریانس تجمعی	کل	% واریانس	% واریانس تجمعی	کل	% واریانس	% واریانس تجمعی
۱	۳/۸۵	۱۹/۲۸	۱۹/۲۸	۳/۸۵	۱۹/۲۸	۱۹/۲۸	۲/۸۱	۱۴/۰۸	۱۴/۰۸
۲	۳/۰۲	۱۵/۱۳	۳۴/۴۱	۳/۰۲	۱۵/۱۳	۳۴/۴۱	۲/۷۴	۱۳/۷۲	۲۷/۸۱
۳	۲/۳۹	۱۱/۶۴	۴۶/۰۵	۲/۳۹	۱۱/۶۴	۴۶/۰۵	۲/۶۵	۱۳/۲۷	۴۱/۰۸
۴	۲/۰۸	۱۰/۴۲	۵۶/۴۸	۲/۰۸	۱۰/۴۲	۵۶/۴۸	۲/۵۰	۱۲/۵۳	۵۳/۶۱
۵	۱/۸۸	۹/۴۴	۶۵/۹۲	۱/۸۸	۹/۴۴	۶۵/۹۲	۲/۴۶	۱۲/۳۱	۶۵/۹۲



شکل ۱. نمودار شیب دامنه عوامل (اسکری پلات)

جدول ۲. عوامل استخراج شده پرسشنامه تنظیم رفتاری هیجان به شیوه تحلیل عاملی اکتشافی با چرخش واریماکس

گویه‌ها	مؤلفه‌های استخراج شده					گویه‌ها	مؤلفه‌های استخراج شده				
	۱	۲	۳	۴	۵		۱	۲	۳	۴	۵
۲	۰/۸۱	-۰/۰۳	-۰/۰۱	-۰/۰۱	-۰/۰۱	۱۴	۰/۰۸	-۰/۰۱	-۰/۰۱	-۰/۰۱	-۰/۰۶
۷	۰/۸۳	-۰/۰۰	-۰/۱۳	-۰/۱۰	-۰/۱۲	۱۹	-۰/۰۲	-۰/۰۸	-۰/۱۳	-۰/۱۴	-۰/۰۶
۱۲	۰/۸۲	-۰/۰۲	-۰/۰۱	-۰/۰۷	-۰/۰۶	۱	-۰/۱۸	-۰/۰۲	-۰/۱۲	-۰/۰۸	-۰/۰۰
۱۷	۰/۸۲	-۰/۰۰	-۰/۰۶	-۰/۰۷	-۰/۰۲	۶	-۰/۰۳	-۰/۰۶	-۰/۰۷	-۰/۰۷	-۰/۰۷
۳	-۰/۰۵	-۰/۰۱	-۰/۱۱	-۰/۰۱	-۰/۰۵	۱۱	-۰/۰۲	-۰/۰۸	-۰/۰۱	-۰/۰۵	-۰/۰۴
۸	-۰/۰۱	-۰/۰۱	-۰/۰۸	-۰/۰۴	-۰/۰۴	۱۶	-۰/۰۳	-۰/۰۳	-۰/۰۴	-۰/۰۴	-۰/۱۲
۱۳	-۰/۰۰	-۰/۰۰	-۰/۰۹	-۰/۰۷	-۰/۰۳	۵	-۰/۱۴	-۰/۰۰	-۰/۰۴	-۰/۰۲	-۰/۷۲
۱۸	-۰/۰۱	-۰/۰۱	-۰/۱۵	-۰/۰۳	-۰/۰۶	۱۰	-۰/۰۹	-۰/۱۰	-۰/۰۷	-۰/۰۶	-۰/۸۰
۴	-۰/۱۰	-۰/۱۴	-۰/۱۲	-۰/۰۷	-۰/۱۱	۱۵	-۰/۰۲	-۰/۰۳	-۰/۰۲	-۰/۰۶	-۰/۸۳
۹	-۰/۰۲	-۰/۱۰	-۰/۱۰	-۰/۰۰	-۰/۰۱	۲۰	-۰/۰۴	-۰/۰۵	-۰/۰۰	-۰/۰۱	-۰/۷۳

نسبت مجذور کای به درجه آزادی، شاخص نیکویی برازش<sup>۲</sup>، شاخص نیکویی برازش تعدیل‌یافته<sup>۳</sup>، شاخص برازش تطبیقی<sup>۴</sup>، ریشه دوم مجذورات خطای برآورد<sup>۵</sup>، میانگین مجذورات پسماندها<sup>۶</sup>، همچنین شاخص برازش هنجار شده<sup>۷</sup> و شاخص برازش نسبی<sup>۸</sup> استفاده شد، نتایج شاخص‌های برازش مدل پنج عاملی با داده‌ها در جدول ۳ گزارش شده است.

برای بررسی روایی ساختار به‌دست‌آمده در تحلیل عاملی اکتشافی، تحلیل عاملی تأییدی با نمونه ۳۰۵ نفری از دانش‌آموزان (۱۸۴ پسر و ۱۲۱ دختر) در نرم‌افزار لیزرل مورد استفاده قرار گرفت. قابل‌ذکر است که قبل از بررسی تفسیر نتایج تحلیل عاملی تأییدی باید از برازش مدل با داده‌ها اطمینان حاصل کرد. جهت برآورد مدل از روش حداکثر درست‌نمایی و به‌منظور بررسی برازش مدل از شاخص‌های برازش شده آماره‌های مجذور کای<sup>۱</sup>، مجذور کای بهنجار یا

جدول ۳. مقادیر شاخص‌های نیکویی برازش الگوی اندازه‌گیری پرسشنامه تنظیم رفتاری هیجان (N=۳۰۵)

مقدار	شاخص‌های برازندگی
۱۹۶/۶۲	آزمون مجذور کای
۱۶۰	درجه آزادی
۱/۲۲	شاخص مجذور کای بهنجار
۰/۹۴	شاخص نیکویی برازش
۰/۹۲	شاخص نیکویی برازش تعدیل‌یافته
۰/۹۳	شاخص برازندگی هنجار شده
۰/۹۹	شاخص برازندگی تطبیقی
۰/۹۱	شاخص برازش نسبی
۰/۰۲	ریشه دوم مجذورات خطای برآورد
۰/۰۶	میانگین مجذورات پسماندها

مورد بررسی قرارداد. در جدول ۴ نتایج تحلیل عاملی تأییدی پرسشنامه تنظیم رفتاری هیجان به‌صورت مقادیر بارهای عاملی و مقادیر  $t$  به‌منظور بررسی معنی‌داری بارهای عاملی و ضریب تعیین هر یک از سؤالات روی عامل مربوطه ارائه شده است. نتایج بارهای عاملی نشان می‌دهد که تمام سؤالات تقریباً روی عامل مربوط به خودشان دارای بار عاملی معنی‌دار و بالایی هستند. در شکل ۲ نمودار مسیر مدل برآورد شده نمایش داده شده است. نتایج نمودار مسیر مدل برآورد شده پژوهش حاضر با نمونه دانش‌آموزان ایرانی مؤید مدل پنج عاملی تنظیم رفتاری هیجان است.

روایی همگرا و تشخیصی پرسشنامه تنظیم رفتاری هیجان، از طریق اجرای هم‌زمان مقیاس‌های افسردگی، اضطراب، استرس و بهزیستی روان‌شناختی در مورد ۱۰۵ نفر از آزمودنی‌ها محاسبه گردید. نتایج ضرایب همبستگی به‌طور کلی نشان‌دهنده همبستگی مثبت معنادار بین نمرات آزمودنی‌ها در مقیاس‌های کمتر سازش یافته‌ی نادیده گرفتن

چون مقدار شاخص مجذور کای ۱۹۶/۶۲ با درجه آزادی ۱۶۰ معنادار نبود ( $P=۰/۰۸$ )، نشان می‌دهد مدل از برازش مطلوبی برخوردار است. علاوه بر این شاخص مجذور کای بهنجار کوچک‌تر از ۳ نشان‌دهنده برازش مطلوب مدل است. مقادیر شاخص‌های برازش تطبیقی، شاخص نیکویی برازش تعدیل‌یافته، شاخص نیکویی برازش، شاخص برازش هنجار شده و شاخص برازش نسبی بین صفر تا یک متغیرند و هر چه به عدد یک نزدیک‌تر باشند نیکویی برازش مدل با داده‌های مشاهده شده بیش‌تر است. ضمن این که شاخص‌های ریشه دوم مجذورات خطای برآورد و میانگین مجذورات پسماندها نیز در صورتی که کوچک‌تر از ۰/۰۵ باشد بر برازش مطلوب دلالت دارد [۲۷]. با توجه به نتایج جدول ۳، همه شاخص‌های برازش الگوی اندازه‌گیری مطابق با ملاک‌های مطرح شده مؤید برازش مطلوب مدل هستند. چون مدل پنج عاملی با داده‌های پژوهش برازش مطلوبی دارد بنابراین می‌توان نتایج حاصل از ضرایب عاملی مربوط به سؤالات را

<sup>1</sup> Chi-Square ( $\chi^2$ )

<sup>2</sup> Goodness of fit Index (GFI)

<sup>3</sup> Adjusted Goodness of Fit Index (AGFI)

<sup>4</sup> Comparative Fit Index (CFI)

<sup>5</sup> Root Mean Square Error of Approximation (RMSEA)

<sup>6</sup> Root Mean Square Residual (RMR)

<sup>7</sup> NFI

<sup>8</sup> RFI

فعال با مقیاس‌های افسردگی، اضطراب و استرس همبستگی منفی معنادار و با بهزیستی روان‌شناختی همبستگی مثبت معنادار وجود دارد. نتایج جدول ۵ روایی همگرا و تشخیصی پرسشنامه تنظیم رفتاری هیجان را تأیید می‌کند.

و کناره‌گیری با مقیاس‌های افسردگی، اضطراب و استرس و همبستگی منفی معنادار با مقیاس بهزیستی روان‌شناختی بود. از سوی دیگر، بین مقیاس‌های بیشتر سازش یافته‌ی تلاش برای حواس‌پرتی، جلب حمایت اجتماعی و برخورد

جدول ۴. پارامترهای مدل اندازه‌گیری پرسشنامه تنظیم رفتاری هیجان در تحلیل عاملی تأییدی

ضریب تعیین R2	t.value	بارهای عاملی β	گویه‌ها
۰/۵۵	۱۳/۲۰	۰/۷۴	۱- در سایر فعالیت‌های غیر مرتبط با آن رویداد، شرکت می‌کنم.
۰/۵۴	۱۳/۸۶	۰/۷۳	۲- از دیگران دوری می‌کنم.
۰/۴۵	۱۲/۰۴	۰/۶۷	۳- سعی می‌کنم در مورد آن رویداد، کاری انجام دهم.
۰/۴۲	۱۱/۴۴	۰/۶۵	۴- به دنبال کسی هستم تا به من آرامش دهد.
۰/۵۱	۱۲/۷۸	۰/۷۱	۵- به فعالیت‌های ادامه‌دهنده و وانمود می‌کنم که اتفاقی رخ نداده است.
۰/۵۹	۱۳/۷۰	۰/۷۷	۶- نگرانی‌هایم را با انجام دادن کارهای دیگری کنار می‌گذارم.
۰/۵۸	۱۴/۶۲	۰/۷۶	۷- خودم را از موقعیت پیش‌آمده عقب می‌کشم.
۰/۵۲	۱۳/۲۱	۰/۷۲	۸- خودم را برای انجام کاری (در مورد آن رویداد) آماده می‌کنم.
۰/۵۵	۱۳/۶۲	۰/۷۴	۹- از دیگران نظر می‌خواهم.
۰/۴۹	۱۲/۵۰	۰/۷۰	۱۰- آن (رویداد) را سرکوب می‌کنم و وانمود می‌کنم که آن رویداد هرگز اتفاق نیفتاده است.
۰/۴۵	۱۱/۷۲	۰/۶۷	۱۱- برای پرت کردن حواسم کارهای دیگری انجام می‌دهم.
۰/۶۸	۱۶/۱۹	۰/۸۲	۱۲- خودم را از دیگران جدا می‌کنم.
۰/۵۳	۱۳/۲۳	۰/۷۲	۱۳- برای مقابله با آن (رویداد) کاری انجام می‌دهم.
۰/۵۹	۱۴/۱۵	۰/۷۷	۱۴- احساساتم را با کسی در میان می‌گذارم.
۰/۶۳	۱۴/۶۴	۰/۸۰	۱۵- طوری رفتار می‌کنم که انگار هیچ رویدادی در جریان نیست.
۰/۳۱	۹/۴۹	۰/۵۶	۱۶- در فعالیتی شرکت می‌کنم که حس خوشایندی در من ایجاد کند.
۰/۴۹	۱۳/۰۲	۰/۷۰	۱۷- از معاشرت با دیگران اجتناب می‌کنم.
۰/۵۹	۱۴/۱۶	۰/۷۷	۱۸- آنچه برای مقابله با رویداد پیش‌آمده لازم است را انجام می‌دهم.
۰/۵۱	۱۲/۹۱	۰/۷۱	۱۹- به دنبال کسی می‌گردم تا از من حمایت کند.
۰/۳۷	۱۰/۶۳	۰/۶۱	۲۰- مانع آشکار شدن آن رویداد می‌شوم.

جدول ۵. همبستگی بین زیر مقیاس‌های تنظیم رفتاری هیجان با مقیاس‌های افسردگی، اضطراب، استرس و بهزیستی روان‌شناختی

متغیر	افسردگی	اضطراب	استرس	بهزیستی روان‌شناختی
تلاش برای پرت کردن حواس	-۲۴*	-۱۶	-۱۳	۵۵**
کناره‌گیری	۳۳**	۳۰**	۲۰*	-۱۴
برخورد فعال	-۲۸**	-۲۲*	-۲۶**	۳۲**
جلب حمایت اجتماعی	-۲۰*	-۲۳*	-۲۱*	۲۱*
نادیده گرفتن	۲۹**	۳۱**	۱۷	-۱۹*

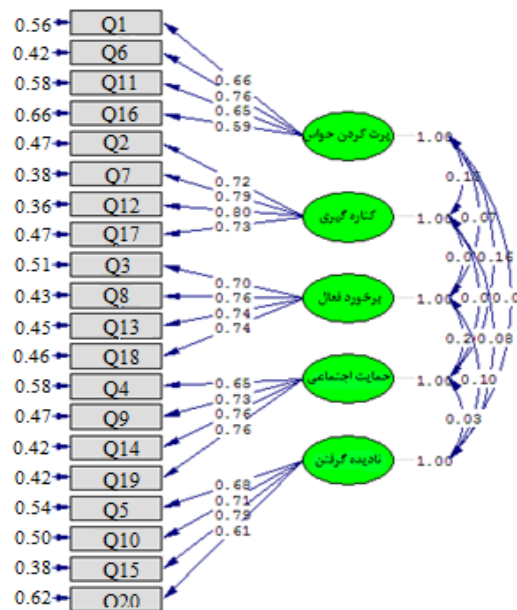
\*\*P<۰/۰۱ \*P<۰/۰۵

رفتاری هیجان، ابزار مذکور بافاصله حدوداً چهار هفته در مورد ۹۳ نفر از شرکت‌کنندگانی که در مرحله اول پرسشنامه را تکمیل کرده بودند، اجرا شد. نتایج در جدول ۶ ارائه شده است. ضرایب برای زیر مقیاس‌های تلاش برای پرت کردن حواس، کناره‌گیری، برخورد فعالانه، جلب حمایت اجتماعی و نادیده گرفتن به ترتیب ۰/۸۴، ۰/۷۹، ۰/۸۰، ۰/۷۷ و ۰/۸۲ و برای کل پرسشنامه ۰/۸۲ در سطح P=۰/۰۰۱ معنادار بودند. این ضرایب نشان‌دهنده پایایی باز آزمایشی خوب مقیاس تنظیم رفتاری هیجان است. جدول ۶ همچنین شاخص‌های آماری (میانگین و انحراف استاندارد) آزمودنی‌ها را نیز به تفکیک جنسیت در مورد نمره‌های پرسشنامه تنظیم رفتاری هیجان

به‌منظور بررسی همسانی درونی نمرات آزمودنی‌ها در پرسشنامه تنظیم رفتاری هیجان، از روش آلفای کرونباخ استفاده شد. نتایج آلفای کرونباخ در مورد نمونه اول (N=۹۳) در دو نوبت اجرا در جدول ۶ ارائه شده است. ضرایب آلفای کرونباخ برای کل آزمودنی‌ها (N=۵۰۸) در زیر مقیاس‌های تلاش برای پرت کردن حواس، کناره‌گیری، برخورد فعالانه، جلب حمایت اجتماعی و نادیده گرفتن به ترتیب ۰/۷۵، ۰/۸۴، ۰/۸۲، ۰/۸۱ و ۰/۷۸ و برای کل پرسشنامه ۰/۷۴ محاسبه شد که نشان‌دهنده همسانی درونی خوب مقیاس تنظیم رفتاری هیجان است. به‌منظور بررسی ضریب آزمون - باز آزمون مقیاس تنظیم



نشان می‌دهد.



شکل ۲. نمودار ساختاری پرسشنامه تنظیم رفتاری هیجان

جدول ۶. شاخص‌های توصیفی مربوط به متغیرهای مورد مطالعه ( $N=508$ ) و ضرایب همبستگی بین نمرات آزمودنی‌ها در نوبت اول و دوم ( $N=93$ )

شاخص متغیر	دانش‌آموزان دختر		دانش‌آموزان پسر		کل دانش‌آموزان		T2			T1		
	SD	M	SD	M	SD	M	Alpha	SD	M	Alpha	SD	M
پرت کردن حواس	۴/۲۸	۱۱/۹۶	۳/۸۲	۱۲/۶۵	۴/۰۹	۱۲/۴۵	۰/۷۹	۳/۹۷	۱۳/۴۳	۰/۷۶	۳/۸۳	۱۳/۶۳
کناره‌گیری	۴/۱۶	۹/۷۵	۴/۴۸	۹/۵۹	۴/۳۳	۹/۵۹	۰/۸۴	۴/۳۷	۹/۴۷	۰/۸۱	۴/۰۱	۹/۶۶
برخورد فعال	۴/۳۶	۱۳/۱۵	۴/۲۰	۱۳/۰۹	۴/۲۷	۱۳/۰۹	۰/۸۴	۴/۵۴	۱۲/۹۲	۰/۸۵	۴/۵۱	۱۲/۸۳
حمایت اجتماعی	۴/۲۱	۱۲/۵۲	۴/۲۵	۱۲/۶۷	۴/۲۳	۱۲/۶۷	۰/۸۰	۴/۱۱	۱۳/۰۸	۰/۸۲	۴/۱۵	۱۲/۷۹
نادیده گرفتن	۳/۹۳	۹/۲۹	۳/۸۴	۹/۲۰	۳/۸۸	۹/۲۰	۰/۷۷	۳/۸۶	۹/۳۳	۰/۷۹	۴/۰۴	۹/۸۸
کل	۱۰/۹۰	۵۶/۷۰	۱۰/۶۱	۵۷/۲۲	۱۰/۷۵	۵۷/۲۲	۰/۷۳	۱۰/۵۷	۵۸/۲۶	۰/۷۱	۱۰/۱۴	۵۸/۸۸

\* $P < /001$

### بحث و نتیجه‌گیری

مطالعه حاضر باهدف تهیه نسخه فارسی پرسشنامه تنظیم رفتاری هیجان و آگاهی از اعتبار، روایی و ساختار عاملی در جامعه دانش‌آموزان ایرانی مقطع متوسطه انجام شد. نتایج نشان داد که نسخه فارسی پرسشنامه تنظیم رفتاری هیجان در جامعه آماری پژوهش حاضر از روایی و پایایی مطلوبی برخوردار است.

اعتبار سازه پرسشنامه تنظیم رفتاری هیجان از طریق دو روش تحلیل عاملی اکتشافی و تحلیل عاملی تأییدی مورد بررسی قرار گرفت. ضمن تأیید کفایت حجم نمونه و توانایی تحلیل عاملی شدن ماده‌های مقیاس با استفاده از روش تحلیل مؤلفه‌های اصلی با چرخش واریماکس، پنج عامل برای مقیاس به دست آمد که حداکثر ۰/۶۵ از واریانس کل سؤالات را تبیین نمود. بارهای عاملی چرخش یافته به روش واریماکس گویه‌های پرسشنامه تنظیم رفتاری هیجان در

دامنه ۰/۷۱ تا ۰/۸۳ قرار داشتند؛ بنابراین می‌توان این نتایج را مؤید ساختار اصلی پرسشنامه دانست. در ادامه به‌منظور بررسی تأیید پذیری ساختار پنج عاملی استخراج‌شده از روش تحلیل عاملی تأییدی استفاده شد. نتایج تحلیل عاملی تأییدی با استفاده از روش برآورد بیشینه درست‌نمایی مبین این نتیجه بود که مدل اندازه‌گیری مقیاس تنظیم رفتاری هیجان مناسب بوده و کلیه پارامترهای مدل معنی‌دار است. شاخص نیکویی برازش، شاخص نیکویی برازش تعدیل‌یافته، شاخص برازش تطبیقی، شاخص برازش هنجار شده و شاخص برازش نسبی مدل اندازه‌گیری پرسشنامه بالاتر از ۰/۹۰ و شاخص مجذور کای بهنجار یا نسبی ۱/۲۲ و دو شاخص ریشه دوم مجذورات خطای برآورد و میانگین مجذورات پسماندها به ترتیب ۰/۰۲ و ۰/۰۶ محاسبه شدند که حاکی از کفایت کلی مدل اندازه‌گیری بود؛ بنابراین ساختار استخراج‌شده پنج عاملی بدون نیاز به اصلاح، بهترین برازش با داده‌ها را نشان

داد.

می‌توان ادعا کرد اعتبار و روایی مناسب نسخه فارسی پرسشنامه تنظیم رفتاری هیجان در نمونه‌ای از دانش‌آموزان ایرانی مقطع متوسطه دوم می‌تواند شرایط را برای استفاده از این ابزار در موقعیت‌های آموزشی، مشاوره‌ای و حتی بالینی فراهم نماید.

با وجود اینکه پژوهش حاضر، به لحاظ نظری موجب بسط نظریه‌های این حوزه از مقابله و تنظیم رفتاری هیجان می‌گردد و می‌تواند در زمینه شناخت شیوه‌های مقابله هیجانی در کنار تنظیم شناختی هیجان نقش تکمیلی ایفا نماید و به لحاظ کاربردی نیز، می‌تواند در راستای تدوین برنامه‌های مداخله‌ای مناسب برای نوجوانان در اختیار مشاوران و روان‌شناسان قرار گیرد، اما باید دقت نمود که انجام پژوهش در نمونه محدود دانش‌آموزان نوجوان امکان تعمیم پذیری نتایج را با مشکل روبرو می‌کند. از این رو پیشنهاد می‌گردد ویژگی‌های روان‌سنجی پرسشنامه با نمونه‌هایی از سایر مقاطع سنی و جمعیت‌های بالینی با هدف تکمیل فرایند اعتباریابی مورد بررسی قرار گیرد، همچنین توجه به عدم بررسی روایی محتوایی پرسشنامه در این مطالعه، در پژوهش‌های بعدی نسبت به بررسی این مهم نیز اقدام گردد.

#### منابع

- 1- Kessler, R. C., McLaughlin, K. A., Green, J. G., Gruber, M. J., Sampson, N. A., Zaslavsky, A. M., & Williams, D. R. (2010). Childhood adversities and adult psychopathology in the WHO World Mental Health Surveys. *The British Journal of Psychiatry*. Vol 197: pp. 378-385.
- 2- Aldao, A., Nolen-Hoeksema, S., & Schweizer, S. (2010). Emotion-regulation strategies across psychopathology: A meta-analytic review. *Clinical Psychology Review*. Vol 30: pp.217-237.
- 3- Zhou, Y., Li, D., Li, X., Wang, Y., & Zhao, L. (2017). Big five personality and adolescent Internet addiction: The mediating role of coping style. *Addictive Behaviors*. Vol 64: pp. 42-48.
- 4- Troy, A. S., Shallcross, A. J., & Mauss, I. B. (2013). A person-by-situation approach to emotion regulation: cognitive reappraisal can either help or hurt, depending on the context. *Psychological Science*. Vol 24: pp. 2505-2514.
- 5- Fiore, F., Ruggiero, G.M., & Sassaroli, S. (2014). Emotional dysregulation and anxiety control in the psychopathological mechanism underlying drive for thinness. *Frontiers in Psychiatry*. Vol 43: pp. 1-5.

روایی همگرا و تشخیصی پرسشنامه تنظیم رفتاری هیجان، از طریق اجرای هم‌زمان مقیاس‌های افسردگی، اضطراب، استرس و بهزیستی روان‌شناختی ریف در مورد ۱۰۵ آزمودنی محاسبه گردید. همه زیر مقیاس‌های تنظیم رفتاری هیجان با افسردگی همبستگی معنادار داشتند. مطابق با ادبیات پژوهشی، زیر مقیاس‌های بیشتر سازگار (بیشتر انطباقی)، تلاش برای پرت کردن حواس، برخورد فعالانه و جلب حمایت اجتماعی با سمپتوم‌های افسردگی همبستگی منفی کم تا متوسط و زیر مقیاس‌های کمتر سازگار (کمتر انطباقی)، کناره‌گیری و نادیده انگاشتن با سمپتوم‌های افسردگی همبستگی مثبت و متوسطی را نشان دادند. ضرایب همبستگی نشان داد زیر مقیاس‌های کمتر سازگار، کناره‌گیری و نادیده انگاشتن با اضطراب رابطه مثبت متوسط و زیر مقیاس‌های بیشتر سازگار، برخورد فعال و جلب حمایت اجتماعی رابطه منفی ضعیفی با اضطراب و استرس دارند و رابطه زیر مقیاس تلاش برای پرت کردن حواس با اضطراب و استرس معنادار نبود. ضمن این‌که رابطه بین زیر مقیاس کناره‌گیری با استرس مثبت و معنادار بود و زیر مقیاس کمتر سازگار نادیده انگاشتن با استرس رابطه معناداری نداشت. از سوی دیگر، سه زیر مقیاس بیشتر سازگار تنظیم رفتاری هیجان با بهزیستی روان‌شناختی رابطه مثبت معنادار داشتند و زیر مقیاس کمتر سازگار، نادیده انگاشتن رابطه منفی معنادار با مقیاس بهزیستی روان‌شناختی داشت هرچند زیر مقیاس دیگر کمتر سازگار، کناره‌گیری رابطه معناداری با بهزیستی روان‌شناختی نشان نداد. به‌طور کلی می‌توان این نتایج را با نتایج مقیاس اصلی و تا حدودی با ادبیات پژوهشی این زمینه همسو دانست [۱۲ و ۱۸ و ۱۹].

ضرایب آلفای کرونباخ برای زیر مقیاس‌های تلاش برای پرت کردن حواس، کناره‌گیری، برخورد فعالانه، جلب حمایت اجتماعی و نادیده گرفتن به ترتیب ۰/۷۵، ۰/۸۴، ۰/۸۲، ۰/۸۱ و ۰/۷۸ و برای کل پرسشنامه ۰/۷۴ برآورد شده است که نشان‌دهنده همسانی درونی خوب مقیاس تنظیم رفتاری هیجان است و با نتایج [۱۲، ۲۰] مطابقت دارد. پایایی باز آزمایی مقیاس تنظیم رفتاری هیجان، بافاصله چهار هفته در مورد ۹۳ نفر از آزمودنی‌ها اجرا و ضریب پایایی باز آزمایی کلی آزمون ۰/۸۲ و برای زیر مقیاس‌ها در دامنه ۰/۷۹ تا ۰/۸۴ محاسبه شد که در سطح  $P=0/001$  معنی‌دار بودند و بیانگر ضریب باز آزمایی مطلوب و رضایت‌بخش این مقیاس است. این نتایج نیز با مقیاس اصلی تنظیم رفتاری هیجان [۱۲] همسو است. نتایج نشان‌دهنده ویژگی‌های روان‌سنجی مطلوب پرسشنامه تنظیم رفتاری هیجان بوده در نتیجه،

- 17-Garnefski, N., & Kraaij, V. (2006). Relationships between cognitive emotion regulation strategies and depressive symptoms: A comparative study of five specific samples. *Personality and Individual Differences*. Vol 40: pp. 1659-1669.
- 18- Joormann, J., & Stanton, C. H. (2016). Examining emotion regulation in depression: A review and future directions. *Behaviour Research and Therapy*. Vol 86: pp. 35-49.
- 19- Kato, T. (2015). Frequently used coping scales: A meta-analysis. *Stress Health*. Vol 31: pp.315-323.
- 20- Lovian DA. (2019). The Relationship of Cognitive Coping, Behavioral Coping, and Religious Coping Strategies with Academic Stress, Depression, and Anxiety in College Students in Indonesia [dissertation]. Netherlands: Universiteit Leiden.
- ۲۱- سید علی تبار، سید هادی؛ سروستانی، علی؛ حبیبی، مجتبی؛ قادری، کبری و فلاحت پیشه، مریم (۱۳۹۶). ساختار عاملی، روایی و پایایی مقیاس رفتارهای پر خطر در نوجوانان. *مجله علمی دانشگاه علوم پزشکی ایلام*، دوره ۲۵، شماره ۶، صص ۸۶-۹۶.
- 22- Lovibond, P.F., & Lovibond, S.H. (1995). The structure of negative emotional states: Comparison of the depression anxiety stress scales (DASS) with the beck depression and anxiety inventories. *Behaviour Research and Therapy*. Vol 33: pp. 335-343.
- ۲۳- اکبری، مهدی (۱۳۹۷). بررسی اعتبار و پایایی نسخه فارسی پرسشنامه ی زندگی ارزشمند : مبتنی بر رویکرد تعهد و پذیرش. *روانشناسی بالینی و شخصیت (دانشور رفتار)*، دوره ۱۶، شماره ۱، صص ۲۴۹-۲۳۹.
- ۲۴- اصغری مقدم، محمدعلی؛ ساعد، فواد؛ دیباج نیا، پروین؛ زنگنه، جعفر (۱۳۸۷). بررسی مقدماتی اعتبار و پایایی مقیاس های افسردگی، اضطراب و استرس (DASS) در نمونه های غیربالینی. *روانشناسی بالینی و شخصیت (دانشور رفتار)*، سال پانزدهم، شماره ۳۱، صص ۲۳-۳.
- ۲۵- سامانی، سیامک و جوکار، بهرام (۱۳۸۶). بررسی اعتبار و روایی فرم کوتاه مقیاس افسردگی، اضطراب و فشار روانی. *علوم اجتماعی و انسانی دانشگاه شیراز*، دوره ۲۶، شماره ۳، صص ۶۵-۷۶.
- ۲۶- خانجانی، مهدی؛ شهیدی، شهریار؛ فتح آبادی، جلیل؛ مظاهری، محمدعلی و شکر، امید (۱۳۹۳). ساختار عاملی و ویژگی‌های روان‌سنجی فرم کوتاه (۱۸ سؤالی) مقیاس بهزیستی روان‌شناختی ریف در دانشجویان دختر و پسر.
- 6- Finkelhor, D., Ormrod, R., & Turner, H. (2007). Poly-victimization: A neglected component in child victimization. *Child Abuse & Neglect*.: Vol 31: pp. 7-26.
- 7- Gross, J. (1998). The emerging field of emotion regulation: An integrative review. *Review of General Psychology*.: Vol 2: pp. 271-299.
- 8- Laloyaux, J., Dessart, G., Van der Linden, M., Lemaire, M., & Laroi, F. (2016). Maladaptive emotion regulation strategies and stress sensitivity mediate the relation between adverse life events and attenuated positive psychotic symptoms. *Cognitive Neuropsychiatry*. Vol 21: pp. 116-129.
- 9- Gross, J. J., & Thompson, R. A. (ed.) (2007). *Emotion regulation: Conceptual foundations*. New York: Guilford Press.
- 10- Sun, J., Liu, Q., & Yi, s. (2019). Child neglect, psychological abuse and smartphone addiction among Chinese adolescents: The roles of emotional intelligence and coping style. *Computers in Human Behavior*. Vol 90: pp. 74-83.
- 11-Garnefski, N., Kraaij, V., & Spinhoven, p. (2001). Negative life events, cognitive emotion regulation and emotional problems. *Personality and Individual Differences*. 30: pp. 1311-1327.
- 12-Kraaij, V. & Garnefski, N. (2019). The behavioral emotion regulation questionnaire: Development, psychometric properties and relationships with emotional problems and the cognitive emotion regulation questionnaire. *Personality and Individual Differences*. Vol 137: pp. 56-61.
- 13- Thompson, R. A. (1991). Emotional regulation and emotional development. *Educational Psychology Review*. 3: pp. 269-307.
- 14- Garnefski, N., & Kraaij, V. (2014). Bully victimization and emotional problems in adolescents: Moderation by specific cognitive coping strategies. *Journal of Adolescence*. 37: pp. 1153-1160.
- 15- Feliu-Soler, A., Reche-Camba, E., Borràs, X., Pérez-Aranda, A., Andrés-Rodríguez, L., Peñarrubia-María, M. T., Navarro-Gil, M., García-Campayo, J., Bellón, J. A., & Luciano, J. V. (2017). Psychometric properties of the cognitive emotion regulation questionnaire (CERQ) in patients with fibromyalgia syndrome. *Frontiers in psychology*. Vol 8: pp.2075.
- 16- Balzarotti, S., Biassoni, F., Villani, D., Prunas, A., & Velotti, P. (2016). Individual differences in cognitive emotion regulation: Implications for subjective and psychological well-being. *Journal of Happiness Studies*. Vol 1: pp. 125-143.

اندیشه و رفتار در روان‌شناسی بالینی. دوره ۸، شماره ۳۲،  
صص ۲۷-۳۶.

۲۷- میرز، لورانس؛ گامست، گلن و گارینو، ا.جی (۱۳۹۱). پژوهش  
چندمتغیری کاربردی (طرح و تفسیر). ترجمه حمیدرضا  
حسن‌آبادی، حسن پاشا شریفی، ولی اله فرزاد و همکاران.  
تهران: انتشارات رشد.

## پیوست - پرسشنامه تنظیم رفتاری هیجان (گارنفسکی و کرایج، ۲۰۱۹)

خواسته شده است که مشخص نمایید به هنگام تجربه رویداد یا حادثه‌ای منفی و ناخوشایند، به طور کلی چگونه رفتار می‌کنید؟

همه افراد در زندگی با رویدادها و حوادث منفی و ناخوشایند روبرو می‌شوند و هر کس به روش و شیوه خود به این رویدادها واکنش نشان می‌دهد. در عبارات زیر از شما

گویه‌ها	هرگز	به ندرت	برخی اوقات	اغلب اوقات	همیشه
۱					
در سایر فعالیت‌های غیر مرتبط با آن رویداد، شرکت می‌کنم.					
۲					
از دیگران دوری می‌کنم.					
۳					
سعی می‌کنم در مورد آن رویداد، کاری انجام دهم.					
۴					
به دنبال کسی هستم تا به من آرامش دهد.					
۵					
به حرکت ادامه می‌دهم و وانمود می‌کنم که اتفاقی رخ نداده است.					
۶					
نگرانی‌هایم را با انجام دادن کارهای دیگری کنار می‌گذارم.					
۷					
خودم را از موقعیت پیش‌آمده عقب می‌کشم.					
۸					
خودم را برای انجام کاری (در مورد آن رویداد) آماده می‌کنم.					
۹					
از دیگران نظر می‌خواهم.					
۱۰					
آن را سرکوب می‌کنم و وانمود می‌کنم که آن رویداد هرگز اتفاق نیفتاده است.					
۱۱					
برای پرت کردن حواسم کارهای دیگری انجام می‌دهم.					
۱۲					
خودم را از دیگران جدا می‌کنم.					
۱۳					
برای مقابله با آن رویداد کاری انجام می‌دهم.					
۱۴					
احساساتم را با کسی در میان می‌گذارم.					
۱۵					
طوری رفتار می‌کنم که انگار هیچ رویدادی در جریان نیست.					
۱۶					
در فعالیتی شرکت می‌کنم که حس خوشایندی در من ایجاد کند.					
۱۷					
از معاشرت با دیگران اجتناب می‌کنم.					
۱۸					
آنچه برای مقابله با رویداد پیش‌آمده لازم است را انجام می‌دهم.					
۱۹					
به دنبال کسی می‌گردم تا از من حمایت کند.					
۲۰					
مانع آشکار شدن آن رویداد می‌شوم.					