

بررسی رابطه بین پرخاشگری و تنظیم هیجان دانش آموزان شهرستان فلاورجان اصفهان

نیمه ارکاک

ا کارشناسی ارشد، گروه روان‌شناسی، واحد سمنان، دانشگاه آزاد اسلامی، سمنان، ایران

چکیده

پژوهش حاضر به بررسی رابطه بین پرخاشگری و تنظیم هیجان دانش آموزان با میانجیگری بهزیستی روانی والدین و مربیان شهرستان فلاورجان اصفهان می پردازد، از نظر هدف کاربردی و از لحاظ نوع روش یک پژوهش توصیفی از نوع همبستگی است. جامعه آماری کلیه دانش آموزان دوره اول متوسطه شهرستان فلاورجان و والدین و مربیان آنان به تعداد ۱۷۴۶۰ نفر بود. حجم نمونه آماری با توجه به جدول کرجسی و مورگان به تعداد ۳۶۰ نفر (۱۲۰ نفر دانش آموز، ۱۲۰ نفر مربی و ۱۲۰ نفر والدین) که روش نمونه گیری تصادفی طبقه ای انتخاب شدند. روش گردآوری اطلاعات از دو روش کتابخانه ای و میدانی بود. ابزار گردآوری اطلاعات پرسشنامه پرخاشگری آیزنگ و گلین ویلسون (۱۹۷۵)، پرسشنامه دشواری در تنظیم هیجان گرتز و روئمر (۲۰۰۴) و پرسشنامه ی بهزیستی روان شناختی ریف (۱۹۸۹) بوده است. روایی پرسشنامه این پژوهش از طریق مطالعه مقدماتی سئوالات پرسشنامه و تأیید استاد راهنما و مشاور و تعدادی از اساتید و متخصصان آموزش مورد تأیید قرار گرفته است. با توجه به استاندارد بودن پرسشنامه ها جهت اطمینان بیشتر به منظور بررسی پایایی ابزار اندازه گیری، از آماره آلفای کرونباخ استفاده شده است. بنابراین پرسشنامه ها در بین یک پیش نمونه ۳۰ تایی از افراد توزیع گردید و سپس بر اساس آن، مقدار آلفای کرونباخ محاسبه شد. با توجه به اطلاعات جدول فوق، تمامی مقادیر آماره آلفا در متغیر پرخاشگری دانش آموزان (۰,۷۰+)، تنظیم هیجان دانش آموزان (۰,۷۱+)، میانجیگری بهزیستی روانی والدین (۰,۸۳+) و میانجیگری بهزیستی روانی مربیان (۰,۹۵+) بالا می باشند. برای تجزیه و تحلیل داده ها، از دو روش آماری شامل: آمار توصیفی و آمار استنباطی استفاده شد. در آمار توصیفی از ابزارهایی مانند: میانگین، واریانس، انحراف معیار و در آمار استنباطی از آزمون همبستگی پیرسون، آزمون تی مستقل و برای فرضیه اصلی از رگرسیون چندگانه به روش گام به گام با استفاده از نرم افزار SPSS استفاده شد. نتایج پژوهش نشان داد بین پرخاشگری و تنظیم هیجان دانش آموزان با میانجیگری بهزیستی روانی والدین و مربیان شهرستان فلاورجان اصفهان رابطه وجود دارد.

واژه های کلیدی: پرخاشگری، تنظیم هیجان، دانش آموزان اصفهان.

۱- مقدمه

یکی از مسائل مهم که والدین، معلمان و متخصصان با آن مواجه اند، عل بروز رفتار جامعه پسند در کودکان و نوجوانان است. شناسایی عامل بروز رفتارهای یکسان در افراد متفاوت یا حتی در یک فرد در زمان های مختلف که به دلایل متفاوت صورت می گیرد، کاری دشوار است (مایوس، ۲۰۰۶). آیزنگ معتقد است که رفتارهای جامعه پسند اعمال هدفمندی هستند که به منظور رفاه دیگران انجام می شود. بر همین اساس نقطه مقابل رفتار جامعه پسند، پرخاشگری و رفتارهای ضد اجتماعی است. پرخاشگری آن دسته از رفتارهای ضد اجتماعی و اعمال مغرضانه است که هدف آن صدمه زدن به شخص، شیء یا سیستم است که سبب اجتناب دیگران یا مقابله به مثل آنان می شود. متخصصان دو نوع پرخاشگری آشکار و ارتباطی را مطرح کرده اند (ساکای، ۲۰۰۴)

منظور از پرخاشگری آشکار، آسیب فیزیکی و عمل عینی و بیرونی پرخاشگری شامل هل دادن، لگزدن و فحاشی کلامی است و منظور از پرخاشگری ارتباطی آزار رساندن به دیگران با توسل به ایجاد اختلال در روابط بین افراد است. (میشلز^۳ و همکاران، ۲۰۰۸) نتایج تحقیقات گوناگون نشان داده است که کودکان و نوجوانان پرخاشگر عموماً مرتکب اعمال ناهنجار و مغایر با ارزش های حاکم بر جامعه می شوند و وضعیت تحصیلی نابسامان تری دارند (اونی شی^۴ و همکاران، ۲۰۱۲). به دلیل این اهمیت و آسیب متقابلی که از پرخاشگری به افراد سرایت می کند، روش های درمانی مختلفی جهت بهبود کودکان و نوجوانان پرخاشگر به کار گرفته می شود. این روش ها شامل سبک های مبتنی بر مهارت های تنظیم هیجان و به کارگیری مهارت های اجتماعی است (گراوس^۵ و همکاران، ۲۰۱۰). که یکی از مولفه های تاثیر گذار بر بهزیستی روان شناختی، تنظیم هیجانی می باشد. تنظیم هیجان به فرایند تعدیل یک یا چند جنبه از تجربیات یا پاسخ های هیجانی تعریف شده است. (گروس، ۲۰۰۳، نریمانی و همکاران، ۱۳۹۳).

سال ها پژوهش، به وضوح بر نقش مهم هیجان ها در بسیاری از جنبه های زندگی روزانه و هم چنین تأثیر آنها در سازگاری با فشار ها و بحران های زندگی صحنه گذاشته است. اساساً، هیجان ها واکنش های زیست شناختی هستند که زمانی برانگیخته می شوند که فرد موقعیت را حاوی چالش ها یا فرصت های مهم ارزیابی می کند و پاسخدهی وی را در برابر رویداد های محیطی عمده منسجم می سازد (گراس و مونیاس، ۱۹۹۵). از دیدگاه تکاملی هیجان ها میراثی است که از انسان های نخستین برای ما باقی مانده است و بدین خاطر هم چنان در گونه ی بشر باقی می ماند که دارای کارکرد است. هیجان ها به ما کمک می کنند تا بتوانیم با مشکلات و فرصت هایی که در زندگی با آن روبه رو می شویم سازگاران پاسخ دهیم (لویسنسون، ۱۹۹۴؛ به نقل از حسین چاری، ۱۳۸۹). دیدگاه های کارکردی اخیر تاکید دارند که هیجان ها نقش مهمی را در آماده سازی فرد برای ارائه واکنش های رفتاری، حرکتی و فیزیولوژیکی، در تسهیل کردن فرایند تصمیم گیری در برابر مسائل و مشکلات زندگی، در ارتقا دادن توان حافظه برای ثبت رویداد های مهم و در تسهیل روابط بین فردی ایفا می کنند. ولی متأسفانه در مورد طبیعت هیجان اتفاق نظر وجود ندارد (گراس، ۲۰۰۸؛ به نقل از اعظمی، ۱۳۹۲). به طور کلی هیجان ها هم می توانند در زندگی به ما کمک کنند و هم می توانند به ما آسیب برسانند. زمانی یک هیجان مشکل آفرین و آسیب زا می شود که به سبکی غلط ابراز شود، در بافتی نامتناسب رخ دهد، خیلی شدید باشد و زیاد به طول بیانجامد (ورنر^۸ و گراس، ۲۰۱۰).

ارائه تعریفی از هیجان ها تا حد زیادی سخت است، زیرا می توان هیجان را به دامنه وسیعی از پاسخ ها اطلاق کرد. برای مثال ناراحت شدن از دست استاد، کلافگی ناشی از ترافیک، لذت بردن از قدم زدن در پارک، ترس از یک نمره بد، احساس گناه بخاطر عمل نکردن به گفته های والدین و ... را می توان به عنوان هیجان در نظر گرفت. این هیجان ها در چند بعد قابل بررسی

¹ - Mauss

² - Sakai

³ - Michiels

⁴ - Onishi

⁵ - Graves

⁶ Munoz

⁷ Levenson

⁸ Werner

هستند. شدید یا ملایمند، مثبت یا منفی اند، عام یا خاص اند، کوتاه مدت یا بلند مدت اند، اولیه اند یا ثانویه (یعنی هیجانی که در واکنش به یک پاسخ هیجانی ایجاد می شود) (گراس و تامپسون، ۲۰۰۷).

افلاطون معتقد بود که هیجانها همانند دارویی هستند که عقلانیت را مختل می سازند. این عدم اطمینان در دوره رواقیون نیز مطرح بود که هیجانها بیماری روح است ادامه یافت. مطالعه نوین هیجانها با داروین شروع شد که در کارش این روش فکری را دنبال کرد. او متوجه شباهت هایی میان تظاهرات احساسی در انسان و دیگر حیوانات و نیز میان افراد بالغ و کودکان شد. او مشاهده کرد که این تظاهرات خواه ذره ای استفاده داشته باشد یا نه روی می دهند، او آنگاه توانست استدلال کند که این تظاهرات وقتی در انسان بالغ پدید می آید، انعکاسی از تاریخچه تعاملی و سابقه ی تحول ما از دوران کودکی است. به دنبال داروین، ویلیام جیمز^۲ مطرح ساخت که هیجانها عبارتند از ادراک رویداد های بدن و والت کین^۳ مطرح کرد که آنها فوران تکانه های مربوط به بخش های پایینی و غیر عقلانی مغز هستند. چنین پیشنهاداتی روند کلی نظریه سازی روانشناسی در مورد هیجانها را تشکیل می داد. سنت فکری دیگری درباره ی هیجانها در تاریخ نظریات روانشناسی غرب وجود داشته است. این سنت با ارسطو شروع شد که مطرح کرد که هیجانها بر داوری های شناختی مبتنی اند. او از اصطلاحات مربوط به هیجانها تجزیه و تحلیلی مؤلفه ای به دست داد. بنابراین، برای نمونه، او خشم را به عنوان حالتی پدید آمده در نتیجه ی این باور که فردی مورد اهانت قرار گرفته است تحلیل کرد. این شیوه ی تجزیه و تحلیل معنای اصطلاحات مربوط به هیجان از طرف اسپینوزا^۴ دنبال شد (آیزنک^۵؛ ۱۹۹۲؛ به نقل از محمدی، ۱۳۸۹).

در این سنت شناختی، کاری که مشخص کننده ی نقطه ی آغاز دوران نوین است متعلق به فردریک پاول هان^۶ است که در سال ۱۸۸۷ مطرح کرد که هیجانها وقتی بروز می کنند که چیزی موجب قطع یک گرایش یا یک فعالیت در حال اجرا می گردد. هیجان سپس اختلالی ذهنی تولید می کند که توجه خود آگاه را کاملاً به خودش اختصاص می دهد. شکتر و سینگر^۷ (۱۹۶۲) نیز در دهه ی ۱۹۶۰ مقاله ای منتشر کردند که اثر گذارترین تحقیق اخیر در مورد هیجانها محسوب می شود. هر هیجان در این نظریه دو مولفه دارد، تحریک غیر شناختی و نا متمایز نه چندان متفاوت با نوع درون دادی که توسط جیمز و کین اصل قرار داده شده بود؛ به همراه انتسابی شناختی از سبب تحریک. شکتر و سینگر با یک حرکت، سنتهای زیست شناسانه، شناختی و روانی- اجتماعی را متحد کردند (آیزنک^۵؛ ۱۹۹۲؛ به نقل از محمدی، ۱۳۸۹).

تا کنون توافقی بر تعریف «تنظیم هیجان» وجود ندارد. به واقع بحث و مشاجره ی زیادی درباره ی آن وجود دارد، تا حدی که چالشها درباره ی مؤثر بودن آن به عنوان یک سازه ی علمی رو به افزایش است (کول، مارتین و دنیس^۸؛ ۲۰۰۴). پژوهش های انجام شده تعدادی تعریف را ارائه کرده اند. برخی از محققین تنظیم هیجان را توانایی افزایش یا کاهش هیجانها به میزان نیاز تعریف کرده اند. برای مثال اگر شما در میانه ی یک جلسه، در محل کار احساس ناراحتی کنید ممکن است سعی کنید با فکر کردن در مورد چیز دیگری خود را از آنچه ناراحتتان می کند جدا کنید. بعضی از متخصصین این را یک مثال از تنظیم هیجان می دانند (اندامی خشک، ۱۳۹۲). گراس (۱۹۹۸) معتقد است تنظیم هیجان یک زمینه مطالعاتی است که بررسی می کند چطور افراد بر هیجانهایشان تاثیر می گذارند، کنترلشان می کنند یا آنها را بیان می کنند. کول و همکاران (۲۰۰۴) تنظیم هیجان را به عنوان تغییراتی که مرتبط با هیجانها هستند و به وسیله ی بعضی رخدادها یا موقعیتها فعال می شوند تعریف می کنند.

1 Darwin

2 William James

3 Walter Cannon

4 Spinoza

5 Eysenck

6 Paulhan

7 Schachtel & Singer

8 Cole, Martin & Dennis

بریدج، مارجی و زف^۱ (۲۰۰۱) تنظیم هیجان را به عنوان مجموعه ای از فرایندهایی در نظر گرفته اند که یک شخص ممکن است از آنها برای فراخوانی یک هیجان مثبت یا منفی، حفظ آن هیجان، کنترل یا تغییر آن استفاده کند و آنها بین هیجان و نوع ابراز آن هیجان تفاوت قائل شده اند (به نقل از مک لم، ۱۳۹۰).

تنظیم هیجان به عنوان فرایندهایی که از طریق آنها، افراد هیجانناشان را برای پاسخ به توقعات محیطی هشیارانه و نا هشیارانه تعدیل می کنند، در نظر گرفته می شود (آلداو و همکاران، ۲۰۱۰).

(دال، ۲۰۰۴؛ به نقل از مک لم، ۱۳۹۰) تنظیم هیجان را به عنوان تلاش فرد برای مدیریت هیجان در نظر گرفته است، که در آن هیجان خاصی برای یک هدف مورد استفاده قرار می گیرد.

گراس و تامپسون (۲۰۰۷) نوشته اند که اصطلاح تنظیم هیجان می تواند تنظیم به وسیله ی هیجان معنی شود یا می تواند اشاره به چگونگی کنترل هیجان داشته باشد.

تنظیم هیجان شامل کنترل هیجان و توانایی تنظیم حالات روانی و روان - زیستی فرد است (ایزنبرگ و همکاران، ۲۰۰۷). تامپسون (۱۹۹۴) تنظیم هیجان را به عنوان فرآیندهای درونی و بیرونی که عامل نظارت، ارزش گذاری و تعدیل عکس العمل های هیجانی، مخصوصاً هیجان های شدید و موقتی، برای دستیابی به اهداف شخصی می داند. هم چنین تنظیم شناختی هیجان می تواند به عنوان مدیریت اطلاعات بر انگیزنده شده هیجانی با راهبرد های شناختی هشیار تعریف شود (زلومکی و هان، ۲۰۱۰).

تنظیم هیجان نقش مهم و اساسی در بهزیستی روان شناختی ایفا می کند (نیکلیکک، وینگرهیتس و مارسل، ۲۰۱۱). تنظیم هیجان به عنوان یک فاکتور مهم جهت عملکرد سازگارانه لازم است و استفاده از راهبردهای ناسازگارانه منجر به نتایج منفی از جمله بهزیستی پایین و حتی بیماری های جسمانی می شود (دنولت و همکاران، ۲۰۰۸).

لذا مدیریت و تنظیم مناسب هیجانی که از بنیادهای بهزیستی و سلامت روانشناختی به شمار می رود (الدو، نولن هوکسن، وشوایزر، ۲۰۱۰) از این رو، تنظیم هیجان رافرایندهای آغاز، نگهداری، تنظیم و تغییر شدت یا مدت حالت های هیجانی، انگیزش های مرتبط با هیجان و فرآیندهای فیزیولوژی تعریف می کنند که بیشتر در جهت اهداف فرد است (خانزاده، سعیدیان، حسین چاری، و ادربیسی، ۱۳۹۱).

بدین ترتیب با تمرکز بر شیوه پاسخ دهی هیجانی فرد، تنظیم هیجان در برگزیده آگاهی و فهم هیجان ها، پذیرش هیجان ها، توانایی کنترل رفتارهای تکانشی و رفتار بر پایه اهداف مورد نظر هنگام تجربه هیجان منفی و توانایی استفاده از راهبردهای مناسب موقعیتی، تنظیم هیجان به طور نرمش پذیر برای تنظیم پاسخ های هیجانی در برخورد با اهداف شخصی و نیازهای موقعیتی، تعریف می شود. نبودن نسبی هریک یا تمام این توانایی ها نشان دهنده دشواری هایی در تنظیم هیجان یا بدتنظیمی هیجانی است (گرتز و رومر، ۲۰۰۴). یافته ها نشان می دهد که دشواری در تنظیم هیجان با طبقه تشخیصی ویژه ای ارتباط ندارد بلکه به نظر می رسد دشواری تنظیم هیجان به جای اینکه به اختلال ویژه ای مربوط باشد، خطر فراتشخیصی یا عاملی نگهدارنده است (سوالدی، گریپسن استور، توسکن کافیر، و ارینگ، ۲۰۱۴). به راستی، نقص تنظیم هیجان با ایجاد، نگهداری و درمان انواع مختلف آسیب شناسی روانی ارتباط دارد (برکینگ و همکاران، ۲۰۱۱). از سوی دیگر شواهد دال بر رابطه بین برخی از عوامل فردی و خانوادگی با عدم سلامت روان و مشکلات هیجانی وجود دارد (استاکر و همکاران، ۲۰۰۷). در واقع عوامل خانوادگی می

1 Bridge, Margie & Zaff

2 Mc Lem

3 Dahl

4 Zolmke & Hahn

5 - Nyklicek, Vingerhoets & Marcel

6 - Denollet

7 - Aldao & Nolen-Hoeksema & Schweizer

8 - Gratz, KL., & Roemer

9 - Svaldi, Griepenstroh, Tuschen-Caffier, & Ehring

10 - Berking

11 - Stocker

توانند میانجی رابطه بین مشکلات هیجانی و راهبرد های تنظیم هیجان باشند (صالحی و همکاران، ۱۳۹۰). همچنین گارانسکی و کراچ^۱ (۲۰۰۶) رابطه ی روشنی بین تجربه ی حوادث منفی، راهبرد های تنظیم شناختی هیجان و آسیب های روانی و مشکلات هیجانی بدست آوردند. آنان نشان دادند که استفاده از برخی راهبردهای تنظیم شناختی هیجان، روی تجربه ی هر فرد از حوادث منفی زندگی تاثیر می گذارد (گارانسکی و کراچ، ۲۰۰۶).

در مجموع با توجه به اینکه به نظر می رسد تنظیم هیجان و بهزیستی روانی از منابعی هستند که می توانند سطوح عوامل فشار زا، ناتوانی در شرایط ناگوار و اثرات منفی عوامل استرس و پرخاشگری را تعدیل نمایند و همچنین با توجه به مطالعات پراکنده و برجسته نشدن نقش این متغیرها در پیش بینی بهزیستی روان شناختی والدین، این پژوهش از اهمیت بالایی برخوردار است. لذا سوال اصلی این پژوهش این است که آیا بین پرخاشگری و تنظیم هیجان دانش آموزان با میانجیگری بهزیستی روانی والدین و مربیان شهرستان فلاورجان اصفهان رابطه وجود دارد؟

۲- روش پژوهش

با توجه به اینکه پژوهش حاضر به بررسی رابطه بین پرخاشگری و تنظیم هیجان دانش آموزان با میانجیگری بهزیستی روانی والدین و مربیان شهرستان فلاورجان اصفهان می پردازد، از نظر هدف کاربردی و از لحاظ نوع روش یک پژوهش توصیفی از نوع همبستگی است.

جامعه آماری کلیه دانش آموزان دوره اول متوسطه شهر ستان فلاورجان و والدین و مربیان آنان به تعداد ۱۷۴۶۰ نفر می باشند. حجم نمونه آماری با توجه به جدول کرجسی و مورگان به تعداد ۳۶۰ نفر (۱۲۰ نفر دانش آموز، ۱۲۰ نفر مربی و ۱۲۰ نفر والدین) که روش نمونه گیری تصادفی طبقه ای انتخاب شدند. با توجه به نوع اطلاعات لازم در انجام این تحقیق از دو روش بررسی اسناد و مدارک موجود (Desk Research) و بررسی میدانی برای جمع آوری اطلاعات استفاده شده است. به منظور اجرای این طرح از پرسش نامه استفاده شده است. دلیل استفاده از پرسش نامه مزایای آن می باشد که از مزایا و ویژگی های این ابزار می توان به مقرون به صرفه بودن، سهولت و دقت در اجرا، داشتن فرصت کافی برای تکمیل آن توسط پاسخ گویان، ارائه سوالات یکسان برای کلیه افراد و همچنین سهولت و دقت در استخراج و تحلیل نتایج آن اشاره کرد. در این پژوهش از دو روش کتابخانه ای و میدانی به شرح زیر استفاده شد:

۱- روش کتابخانه ای؛ ابزارهای روش کتابخانه ای عبارتند از کلیه کتاب های علمی و تخصصی در زمینه مورد پژوهش، مقالات علمی و پژوهشی، اسناد و مدارک دست اول، آرشیو سازمان های رسمی، سایت های اینترنتی آکادمیک. در این تحقیق از کتب، نشریات علمی- پژوهشی، رساله ها و تحقیقات دانشگاهی مرتبط با موضوع استفاده شد.

۲- روش میدانی؛ در روش میدانی براساس روش تحقیق پیمایشی به جمع آوری اطلاعات پرداخته شد. با توجه به روش شناسی کمی مورد استفاده در این تحقیق، ابزار اصلی برای جمع آوری داده ها و اطلاعات لازم، پرسش نامه است.

۳- ابزار گردآوری اطلاعات

جهت جمع آوری داده های پژوهش از سه پرسشنامه ذیل استفاده خواهد شد:

۱- پرسشنامه پرسشنامه پرخاشگری آیزنگ و گلین ویلسون (۱۹۷۵)

۲- پرسشنامه دشواری در تنظیم هیجان گرتز و روئمر (DERS)

۳- پرسشنامه ی بهزیستی روان شناختی ریف (۱۹۸۹)

برای تجزیه و تحلیل داده ها، از دو روش آماری شامل: آمار توصیفی و آمار استنباطی استفاده شد. در آمار توصیفی از ابزارهایی مانند: میانگین، واریانس، انحراف معیار و در آمار استنباطی از آزمون همبستگی پیرسون، آزمون تی مستقل و برای فرضیه اصلی از رگرسیون چندگانه به روش گام به گام با استفاده از نرم افزار SPSS استفاده شد.

¹ - Garnefski, & Kraaij

۴- یافته‌ها

فرضیه اصلی

بین پرخاشگری و تنظیم هیجان دانش‌آموزان با میانجیگری بهزیستی روانی والدین و مربیان شهرستان فلاورجان اصفهان رابطه وجود دارد.

فرض H0: بین پرخاشگری و تنظیم هیجان دانش‌آموزان با میانجیگری بهزیستی روانی والدین و مربیان شهرستان فلاورجان اصفهان رابطه وجود ندارد.

فرض H1: بین پرخاشگری و تنظیم هیجان دانش‌آموزان با میانجیگری بهزیستی روانی والدین و مربیان شهرستان فلاورجان اصفهان رابطه وجود دارد.

$$H_0 : \mu \leq 3 \quad sig \geq 0.05$$

$$H_1 : \mu > 3 \quad sig < 0.05$$

در جداول فرضیه اصلی زیر متغیر مستقل یعنی میانجیگری بهزیستی روانی والدین و مربیان به عنوان پیش‌بینی کننده متغیر وابسته یعنی پرخاشگری و تنظیم هیجان دانش‌آموزان می‌باشند.

جدول ۱- خلاصه مدل رگرسیونی پرخاشگری و تنظیم هیجان دانش‌آموزان

متغیر وابسته : پرخاشگری و تنظیم هیجان دانش‌آموزان					
متغیر	تعداد	میانگین	انحراف معیار	ضریب همبستگی	sig
پرخاشگری و تنظیم هیجان دانش‌آموزان	۱۲۰	۴,۲۵	۰,۲۴۰	۰,۷۳۸	۰,۰۰۰
میانجیگری بهزیستی روانی والدین و مربیان	۱۲۰	۴,۸۲	۰,۴۷۶		

جدول فوق ضریب همبستگی بین متغیرهای پرخاشگری و تنظیم هیجان دانش‌آموزان با میانجیگری بهزیستی روانی والدین و مربیان را نشان می‌دهد. این فرضیه با استفاده از ضریب همبستگی پیرسون بررسی شد، مقدار ضریب همبستگی برابر با $r=0,738$ و سطح معنی‌داری $sig < 0,000$ به دست آمد. از آنجایی که سطح معنی‌داری محاسبه شده ($P < 0,000$) کوچکتر از $0,05$ است، در نتیجه فرض صفر رد شده و فرض پژوهشی تایید می‌شود. به عبارت دیگر بین پرخاشگری و تنظیم هیجان دانش‌آموزان با میانجیگری بهزیستی روانی والدین و مربیان شهرستان فلاورجان اصفهان رابطه معنی‌دار وجود دارد.

جدول ۲- جدول تحلیل رگرسیونی برای پیش‌بینی متغیر پرخاشگری و تنظیم هیجان دانش‌آموزان از طریق میانجیگری

بهزیستی روانی والدین و مربیان

منبع تغییرات	مجموع مربعات	R	R ²	فیشر محاسباتی F	فیشر بحرانی	درجه آزادی df	مقدار احتمال
رگرسیونی	۲۹,۲۵۶	۰,۲۸۵	۰/۰۵۷	۸,۳۲	۴,۱۲	۲	۰,۰۰۰
باقیمانده	۲۳,۱۹۰					۱۱۲	۰,۰۰۰
کل	۵۲,۴۴۶					۱۱۹	

در جدول فوق، مقدار ضریب همبستگی چندگانه برای پیش‌بینی پرخاشگری و تنظیم هیجان دانش‌آموزان از طریق میانجیگری بهزیستی روانی والدین و مربیان شهرستان فلاورجان اصفهان می‌باشد، مقدار برآورد شده آن تحت مدل رگرسیونی نهایی، معادل (۰,۲۸۵) بوده است. مقدار ضریب تعیین چندگانه در مدل نهایی برابر با (۰/۰۵۷) بوده و بیانگر اینست که (۰/۰۵۷) درصد از تغییرات پرخاشگری و تنظیم هیجان دانش‌آموزان توسط متغیر میانجیگری بهزیستی روانی والدین و مربیان قابل

تبیین است. همچنین با ملاحظه جدول تحلیل رگرسیونی فوق، مقدار احتمال بدست آمده کمتر از سطح معنی داری (۰,۰۵) است. مقدار فیشر محاسباتی (۸,۳۲) بیشتر از فیشر بحرانی (۴,۱۲) با درجه آزادی (۱۱۲، ۲) در سطح معنی داری (۰,۰۵) می باشد. بنابراین فرض صفر رد می شود، به عبارت دیگر می توان گفت بین پرخاشگری و تنظیم هیجان دانش آموزان با میانجیگری بهزیستی روانی والدین و مربیان شهرستان فلاورجان اصفهان رابطه معنی دار وجود دارد.

جدول ۳- جدول برآورد ضرایب مدل نهایی رگرسیونی متغیر پرخاشگری و تنظیم هیجان دانش آموزان

ضرایب متغیرهای مستقل	ضریب B	Beta	آماره T	مقدار احتمال
مقدار ثابت	۰,۶۰۷	-	۲۲,۰۰۰	۰,۰۰۰
میانجیگری بهزیستی روانی والدین	۰,۵۳۴	۰,۲۴۸	۴,۰۷۹	۰,۰۰۰
میانجیگری بهزیستی روانی مربیان	۰,۵۰۵	۰,۲۱۰	۴,۰۰۰	۰,۰۰۰

برای تشخیص اینکه سهم کدامیک از متغیرهای مستقل در تبیین و پیش بینی متغیر وابسته یعنی پرخاشگری و تنظیم هیجان دانش آموزان بیشتر است و سهم کدامیک کمتر، باید به جدول برآورد ضرایب مدل نهایی رگرسیونی مراجعه شود. جدول برآورد ضرایب مدل نهایی رگرسیونی فوق نشان می دهد که متغیرهای مستقل مورد بررسی معنادار بوده و هر یک از آنها دارای وزن های متفاوتی هستند. همچنین ضرایب تأثیر استاندارد موجود در جدول فوق نشان می دهد که متغیر میانجیگری بهزیستی روانی والدین (Beta=۰,۲۴۸) با ضریب معنی داری (sig.=۰,۰۰۰) و آماره T (۴,۰۷۹) قوی ترین پیش بینی کننده پرخاشگری و تنظیم هیجان دانش آموزان می باشد و در رتبه دوم، میانجیگری بهزیستی روانی مربیان (Beta=۰,۲۱۰) با ضریب معنی داری (sig.=۰,۰۰۰) و آماره T (۴,۰۰۰) کمترین قدرت پیش بینی را در مدل دارا است. طبق اطلاعات جدول فوق مناسب ترین مدل خطی بصورت زیر می باشد:

$$\text{دانش آموزان} = ۰,۲۴۸ \times (\text{میانجیگری بهزیستی روانی والدین}) + ۰,۲۱۰ \times (\text{میانجیگری بهزیستی روانی مربیان}) + \text{پر خاشگری و تنظیم هیجان}$$

۵- نتیجه گیری

نتایج فرضیه نشان داد که بین پرخاشگری و تنظیم هیجان دانش آموزان با میانجیگری بهزیستی روانی والدین و مربیان تفاوت وجود دارد. نتیجه این پژوهش با نتایج سایر پژوهشگران رجبی و ولد بیگی (۱۳۹۵)، یوسفی (۱۳۹۴)، گلزاری، برجلی و پولادی (۱۳۹۱) نیز همسو می باشد. با تلفیق این نتیجه با نتایج سایر پژوهشگران می توان این طور استنباط کرد بین پرخاشگری و تنظیم هیجان با میانجیگری بهزیستی روانی تفاوت وجود دارد و همچنین می توان این نتیجه را به جامعه آماری تعمیم داد.

یکی از مولفه های تاثیر گذار بر بهزیستی روان شناختی، تنظیم هیجانی می باشد. تنظیم هیجان به فرایند تعدیل یک یا چند جنبه از تجربیات یا پاسخ های هیجانی تعریف شده است (گروس، ۱۹۹۸ به نقل از نریمان، عالی ساری و موسی زاده، ۱۳۹۳). تنظیم هیجان به عنوان یک فاکتور مهم جهت عملکرد سازگارانه لازم است و استفاده از راهبردهای ناسازگارانه منجر به نتایج منفی از جمله بهزیستی پایین و حتی بیماری های جسمانی می شود (دنولت و همکاران، ۲۰۰۸). مهارت های تنظیم هیجان به افراد پرخاشگر این توانمندی را انتقال می دهد که در هنگام بروز هیجانات منفی، فرآیند رخدادی هیجانات منفی خود را تشخیص دهند؛ سپس بتوانند این هیجانات را کنترل، مدیریت و ساماندهی نمایند. افرادی که توانایی سرکوب هیجانات خود را دارند بهتر می توانند پرخاشگری خود را کنترل کنند و برانگیختگی هیجانی کمتری را تجربه کنند. بنابراین افرادی که

¹ -Gross

² -Denollet

برانگیختگی زیادی را تجربه می کنند می توانند با سرکوب هیجانان خود پرخاشگری کلامی و فیزیکی کمتری را از خود نشان دهند.

در نهایت با توجه به مبانی نظری و مطالعه پیشینه پژوهش های انجام شده در داخل و خارج از کشور و همچنین همبستگی شدید متیغری های پژوهش در نتایج ارائه شده از فرضیه های پژوهش می توان نتیجه گرفت که سلامت روانی والدین و مربیان با بهترین نقش میانجی گری با همبستگی قوی در کاهش پرخاشگری و مدیریت کردن تنظیم هیجان دانش آموزان را برعهده دارد. از آنجا که پیشگیری بهتر از درمان است و اولیای مدرسه و والدین نقش مؤثری در مقابله با این پدیده ضداجتماعی دارد ؛ لذا رفتارمربیان و والدین در یادگیری نقش دانش آموزان خشن یا بزهدار و... مؤثر می باشد. پس ابتدا والدین و مربیان مدارس می توانند نقش مؤثرتری در کاهش پرخاشگری و مدیریت کردن هیجان داشته باشند. آموزش های والدین در جلسات آموزشی مدارس و آگاهی های لازم مربیان از طریق برگزاری دوره های ضمن خدمت و برگزاری کارگاه های آموزشی برای دانش آموزان با رویکرد کنترل خشم و تنظیم هیجان بسیار سودمند است.

۶- محدودیت های پژوهش

الف) محدودیت های تحت کنترل پژوهشگر

- ۱- پژوهش محدود به دانش آموزان ، والدین و مربیان شهرستان فلاورجان اصفهان می باشد.
- ۲- پژوهش محدود به سال ۱۳۹۶ می باشد.
- ۳- محدودیت ابزار اندازه گیری متغیرها که فقط از پرسشنامه استفاده گردیده است و از مصاحبه، مشاهده و سایر روش های اندازه گیری استفاده نشده است.
- ۴- محدود کردن موضوع پژوهش به بررسی رابطه بین پرخاشگری و تنظیم هیجان دانش آموزان با میانجیگری بهزیستی روانی والدین و مربیان مطرح شده در تحقیق.
- ۵- با توجه به اینکه تحقیق در محیط آموزشی انجام شده است، تعمیم نتایج تحقیق به سایر حوزه ها بایستی با احتیاط انجام پذیرد.

ب) محدودیت های خارج از کنترل پژوهشگر

- ۱- ناقص بودن بعضی از پاسخنامه ها بدلیل عدم پاسخ دهی بعضی از آزمودنی ها به سؤال های آزمون.
- ۲- حضور نداشتن در هنگام اجرای برخی پرسشنامه ها بدلیل مقررات آموزش و پرورش و ساختار اداری که موجب گردید تا پاسخ دهندگان از متغیرهای تحقیق شناخت یا آگاهی کافی نداشته باشند.
- ۳- غالباً زمان و فرصت والدین و مربیان و دانش آموزان برای پاسخگویی به سؤالات پرسشنامه با توجه به شرایط تعطیلات مدارس و حجم سؤالات ، محدود و کم بود.
- ۴- حالات روحی، روانی پاسخ دهندگان با توجه به شرایط کاری در پاسخ های آنان به پرسشنامه ها تأثیر احتمالی دارد.
- ۵- کمبود پژوهش های انجام شده در داخل و خارج از کشور جهت مقایسه و تطبیق نتایج حاصله از پژوهش .

۷- پیشنهاد های پژوهش

- ۱- با توجه به اینکه نتایج نشان داد بین پرخاشگری دانش آموزان با بهزیستی روانی والدین رابطه وجود دارد، پیشنهاد می شود جهت استحکام این همبستگی برگزاری کارگاه های آموزشی مهارت های زندگی با رویکرد کنترل خشم برای دانش آموزان و همچنین جلسات آموزش خانواده در مدارس با رویکرد بهزیستی روانشناختی والدین با حضور کارشناسان و متخصصان امر در مدارس ضروری می باشد.
- ۲- با توجه به اینکه نتایج نشان داد بین پرخاشگری دانش آموزان با بهزیستی روانی مربیان رابطه وجود دارد، پیشنهاد می شود جهت استحکام این همبستگی برگزاری دوره های ضمن خدمت با رویکرد بهزیستی روانی و تکنیک های کنترل خشم در دانش آموزان برای اولیای مدارس ضروری به نظر می رسد.

۳- با توجه به اینکه نتایج نشان داد بین تنظیم هیجان دانش‌آموزان با بهزیستی روانی والدین رابطه وجود دارد، پیشنهاد می‌شود جهت استحکام این همبستگی برگزاری کارگاه‌های آموزشی کنترل و مدیریت تنظیم هیجان برای دانش‌آموزان و همچنین جلسات آموزش خانواده در مدارس با رویکرد بهزیستی روانشناختی والدین با حضور کارشناسان و متخصصان امر در مدارس ضروری می‌باشد.

۴- با توجه به اینکه نتایج نشان داد بین تنظیم هیجان دانش‌آموزان با بهزیستی روانی مربیان رابطه وجود دارد، پیشنهاد می‌شود جهت استحکام این همبستگی برگزاری جشنواره‌های فوق برنامه ورزشی، فرهنگی جهت کنترل و مدیریت تنظیم هیجان برای دانش‌آموزان و همچنین برنامه‌های تفریحی و سیاحتی برای مربیان جهت ارتقای بهزیستی روانی مربیان در مدارس ضروری می‌باشد.

۵- برگزاری همایش‌های علمی و پژوهشی برای دانش‌آموزان و مربیان و والدین جهت ارائه راهکارهای عملی و علمی برای کنترل و مدیریت خشم و تنظیم هیجان در دانش‌آموزان مدارس با حضور اولیای آموزش و پرورش و اساتید دانشگاه‌ها و سایر پژوهشگران.

۶- جهت استحکام همبستگی قوی بین متغیرهای فرضیه‌های پژوهش پیشنهاد می‌گردد ارزیابی از عملکرد مربیان در طول سال تحصیلی و فرایند یاددهی و یادگیری انجام، و به بالاترین نمره ارزشیابی مربیان جوایز نقدی و سفرهای معنوی جهت ارتقای سلامت روانی مربیان مدارس پیش‌بینی گردد.

۷- جهت استحکام همبستگی قوی بین متغیرهای فرضیه‌های پژوهش پیشنهاد می‌گردد اولیا و مربیان مدارس به دانش‌آموزانی که در طول سال تحصیلی و در فرایند یاددهی و یادگیری شرایط مطلوب در کنترل خشم و خشونت و مدیریت هیجان خود در عملکردهای مدرسه را دارا بودند را شناسایی و هدایای مناسب جهت تشویق و الگوپذیری سایر دانش‌آموزان در نظر گیرند.

۸- منابع

- Aldao, A., Nolen-Hoeksema, S., & Schweizer, S. (2010). Emotion-regulation strategies across psychopathology: A meta-analytic review. *Clin Psychol Rev*, 30(2), 217-37.
- Cole, P.M., Martin, S., E., & Dennis, T.A. (2004). Emotion regulation as a scientific construct: Methodological challenges and directions for child development research. *Child Development*, 75(2), 317-333.
- Denollet, J., Nyklicek, I. & Vingerhoets, A. (2008). Introduction: Emotions, emotion regulation, and health. In A. Vingerhoets, I. Nyklicek, & J. Denollet (Eds.), *emotion regulation: Conceptual and clinical issues*. New York: Springer. Pp. 3-11.
- Eisenberg, N., Hofer, C., & Vaughan, J. (2007). *Effortful control and its socioemotional consequences*. New York: Guilford Press.
- Graves KN, Kaslow NJ, Frabutt JM. A culturally-informed approach to trauma, suicidal behavior, and overt aggression in african american adolescents. *Aggression and Violent Behavior*. 2010;15(1):36-41.
- Gratz, KL., & 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.
- Garnefski, N., Kraaij, V. (2006). Relationships between cognitive emotion regulation strategies and depressive symptoms: A comparative study of five specific samples.

- Gross, J. J., & Thompson, R. A. (2007). *Emotion regulation: Conceptual foundations*. New York: Guilford Press.
- Mauss IB, Evers C, Wilhelm FH, Gross JJ. How to bite your tongue without blowing you? top: implicit evaluation of emotion regulation predicts affective responding to anger provocation. *Pers Soc Psychol Bull*. 2006;32(5):589-602.
- Michiels D, Grietens H, Onghena P, Kuppens S. Parent-child interactions and relational aggression in peer relationships. *Developmental Review*. 2008;28(4):522-40.
- Nyklicek. I., Vingerhoests, A. D. & Marcel Zeelenberg, M. (2011). *Emotion Regulation and Well-being*. New York, Dordrecht Heidelberg London. 101-115.
- Onishi A, Kawabata Y, Kurokawa M, Yoshida T. A mediating model of relational aggression, narcissistic orientations, guilt feelings, and perceived classroom norms. *School Psychology International*. 2012;33(4): 367-90.
- Sakai A, Yamasaki K. Development of the proactive and reactive aggression questionnaire for elementary school children. *The Japanese Journal of Psychology*. 2004;75(3):254-61.
- Stocker, C. M., Richmand, M. K. (2007). Family emotional processes and adolescent's adjustment. *Social development*, 16, 2: p, 310.
- Watts, D.J., & Dodds, P.S. (2007). Influentials, networks, and public opinion formation. *Consumer Research*, 34(4), 441-458.
- Werner, K., & Gross, J.J. (2010). Emotion regulation and psychopathology: A Conceptual frame work. In A.M. Kring, & D.M. Sloan (Eds), *Emotion regulation and psychopathology: Atransdiagnostic approach to etiology and treatment*. New York, NY, US: Guilford press.
- Zlomke, K.R., & Hahn, K.S. (2010). Cognitive emotion regulation strategies: Gender differences and associations to worry. *Personality and Individual Differences*, 48, 408-413.