

بررسی همبستگی بین سازه های State-Trait Anger Expression Inventory-2 (STAXI-2) و Depression Anxiety and Stress Scales (DASS) و پیش بینی سازه های روانشناختی DASS بر اساس مقیاس STAXI-2

دکتر پروین دیباج نیا، مریم مقدسین^{۴*}

۱- عضو هیئت علمی دانشکده توانبخشی، دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی
۲- دانشجوی دوره دکتری، سنجش و اندازه گیری، دانشگاه علامه طباطبایی

چکیده

سابقه و هدف: پژوهشهای متعدد نشان می دهد که بین تجربه و ابراز خشم با افسردگی، اضطراب و استرس همبستگی وجود دارد. هدف پژوهش حاضر تعیین همبستگی بین تجربه و شیوه ابراز خشم با افسردگی، اضطراب و استرس است.

مواد و روشها: در این مطالعه توصیفی - همبستگی ۱۰۷ نفر از دانشجویان دختر و پسر دانشکده توانبخشی دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی گروه نمونه پژوهش حاضر را تشکیل می دهند، که با روش نمونه گیری خوشه ای تصادفی انتخاب شده بودند. تمامی آزمودنی ها با دو پرسشنامه STAXI-2 و DASS مورد بررسی قرار گرفتند. نتایج با استفاده از ضریب همبستگی پیرسون و تحلیل رگرسیون گام به گام تحلیل گردید.

یافته ها: نتایج تحلیل رگرسیون گام به گام نشان داد، که حالت خشم، بیان درونی خشم و صفت خشم به ترتیب بهترین پیش بینی کننده افسردگی می باشد. مقیاس حالت خشم و بیان درونی خشم نیز به ترتیب بهترین پیش بینی کننده اضطراب و مقیاس صفت خشم، بیان درونی خشم و حالت خشم نیز به ترتیب بهترین پیش بینی کننده استرس می باشد.

نتیجه گیری: این نتایج می تواند برای مراکز مشاوره دانشگاهها قابل ملاحظه باشد و به منظور درک جنبه های بین فردی و درون فردی افسردگی، اضطراب و استرس به آنان کمک نماید.

واژگان کلیدی: حالت خشم، صفت خشم، بیان خشم، اضطراب، افسردگی، استرس.

لطفاً به این مقاله به صورت زیر استناد نمایید:

Dibajnia P, Moghaddasin M. Evaluation of the Correlation between Constructs State-Trait Anger Expression Inventory-2 (STAXI-2) and Depression Anxiety and Stress Scales (DASS), Predicting Psychological Constructs DASS Based on STAXI-2. *Pejouhandeh* 2012;16(7):339-46.

مقدمه

که بی تردید تأثیراتی منفی بر بهزیستی ذهنی، روان شناختی و جسمانی دانشجویان به همراه دارد (۶).

لوی باند و لوی باند (Lovibond & Lovibond) (۷) برای اندازه گیری سه مفهوم افسردگی، اضطراب و استرس که به عنوان عاطفه منفی یا عامل عمومی تنیدگی روان شناختی، شناخته می شوند ابزارهای تحت عنوان مقیاس افسردگی، اضطراب و استرس (DASS) تهیه نمودند. این پژوهشگران معتقدند که مقیاس سه گانه DASS در مقایسه با سایر مقیاس های موجود امکان بیش تری را برای افتراق این سه سازه فراهم می سازد. در این مقیاس عامل افسردگی، شامل نشانگان رفتاری توأم با حالت های ملال آور (ناراحتی و یا

دانشجویان در دسترسی به اهداف آموزشی خود با چالش های بی شماری مواجه می شوند. وقتی چنین تجاربی، منفی تلقی می گردد آثار مخربی بر انگیزش، عملکرد تحصیلی و بهزیستی آنان بر جای می گذارد (۴-۱). به عبارت دیگر در حالی که حضور در دانشگاه برای عده کثیری از دانشجویان، تجارب مثبتی به همراه دارد، برای برخی دیگر مطالب تحصیلی (۵) و شرایط خاص زندگی دانشجویی با تجربه استرس همراه است

*نویسنده مسؤؤل مکاتبات: تهران، دانشگاه علامه طباطبایی، تلفن: ۰۹۱۳۱۹۴۲۲۹۶؛ پست الکترونیک: mmoghadasin@yahoo.com

در سال ۱۹۸۹ یافتند که افراد افسرده سطوح بالاتری از سرکوب خشم را نسبت به افراد دیگری که از اختلال اضطرابی یا افراد عادی، گزارش می‌کنند. آنها نتیجه گرفتند که افراد افسرده و دارای استرس سطوح بالاتری از خشم را تجربه می‌کنند و اینکه آنها یک تمایل به سرکوب یا برگرداندن خشم به طرف درون نسبت به بیان آن به طرف بیرون دارند (۲۳). ویتالیانو (Vitaliano)، مایرو (Maiuro)، راسو (Russo)، میشل (Mitchell)، کایر (Carr) و وان کریترز (VanCrimmers) در سال ۱۹۸۸، گزارش کردند که دانشجویانی که خشم جهت یافته به طرف درون دارند، ممکن است استرس بالا و طولانی را تجربه کنند که ممکن است آنها را در خطر بالایی برای آسیب‌های روانی و فیزیکی قرار دهد (۲۴).

اگرچه تحقیقات قبلی به طور مستقلاً شیوه‌های بیان خشم را در افزایش افسردگی، اضطراب و استرس بررسی کردند، با وجود این تحقیقات گذشته میزان تجربه خشم و همچنین همبستگی توأم تجربه خشم و شیوه ابراز خشم را به عنوان پیش‌بینی‌کننده این سه سازه روانشناختی به طور همزمان بررسی نکردند. با توجه به اهمیت ارزیابی خشم و شیوه‌های بیان و کنترل آن و نیز ارزیابی افسردگی، اضطراب و استرس هم از بُعد نظری و هم از منظر عملی در جمعیت دانشجویی که جمعیتی عظیم، پویا و آینده‌ساز در کشورمان محسوب می‌شوند، پژوهش حاضر با هدف بررسی همبستگی شیوه‌های تجربه خشم و بیان خشم با افسردگی، اضطراب و استرس، درصد پاسخگویی به این پرسش‌ها می‌باشد: آیا بین شیوه‌های تجربه خشم و بیان خشم و سازه‌های روانشناختی مقیاس DASS (استرس، افسردگی و اضطراب) همبستگی معنادار وجود دارد؟ کدامیک از مولفه‌های خشم قدرت بیشتری در پیش‌بینی افسردگی، اضطراب و استرس دارند؟

مواد و روشها

پژوهش حاضر از نوع مطالعات توصیفی-همبستگی است که قصد دارد قدرت پیش‌بینی‌کنندگی میزان تجربه و بیان خشم را بر سازه‌های روانشناختی افسردگی، اضطراب و استرس مورد بررسی قرار دهد. جامعه آماری پژوهش حاضر را دانشجویان دانشگاه‌های استان تهران تشکیل دادند که با استفاده از روش نمونه‌گیری خوشه‌ای دانشکده توانبخشی دانشگاه علوم پزشکی شهیدبهشتی انتخاب شده و به طور تصادفی پرسشنامه‌های STAXI-2 و DASS در بین دانشجویان منتشر و پس از تکمیل جمع‌آوری شد. تعداد ۱۰۷ نفر دانشجوی دختر و پسر آزمودنی‌های تحقیق حاضر را تشکیل می‌دهند.

احساس بی‌ارزشی)، عامل اضطراب شامل نشانگانی از قبیل انگیزندگی‌های فیزیولوژیکی، هراس و ترس و نهایتاً استرس در برگیرنده نشانگانی همانند احساس فشار روانی (تنیدگی) و احساس مضيقه می‌باشد (۷)

خشم (Anger) به عنوان نشانگانی از احساسات، شناخت‌ها و واکنش‌های فیزیولوژیک نسبتاً مشخصی که با میل به آسیب زدن به هدفی همراه است، تعریف شده است (۸) و احساساتی که از نظر شدت از تحریک‌پذیری و رنجش خفیف، تا غضبناکی شدید تغییر می‌کند، را در بر می‌گیرد. که با فعال‌سازی فرآیندهای عصبی-غددی (Neuroendocrine) و برانگیختگی سیستم عصبی خود مختار همراه است (۹). خشم ویژگی مشترک بسیاری از اختلالاتی است که روان‌شناسان و دیگر متخصصان سلامت روان در موقعیت‌های مختلف با آن مواجهه می‌شوند. از این رو فهم خشم بیماران مبتلا به اختلالات روان‌شناختی هم برای پژوهشگران و هم برای درمانگران این بیماران دارای اهمیت است. شواهد مقدماتی گردآوری شده از نقش خشم و خصومت (Hostility) در علت‌شناسی و استمرار اختلالات اضطرابی حکایت می‌کند (۱۰) و نتایج مطالعاتی که، همبستگی خشم با اختلالات اضطرابی را مورد واری قرار داده است نشان می‌دهد که بیماران اضطرابی در واکنش به محرک‌هایی که آنها را خطرناک ارزیابی می‌کنند، واکنش جنگ یا گریز (Fight or flight) نشان می‌دهند (۱۲). علاوه بر این خشم و پرخاشگری در زمره هیجان‌های به شدت آسیب‌زا در افسردگی (۱۳) نیز به شمار می‌رود. در واقع خشم مزمن و مستمر بر چگونگی سیر (Course) و نیز بر برآیند (Outcome) درمان اختلالات خلقی (Mood disorders) و اضطرابی (Anxiety disorders) تاثیر منفی برجای می‌گذارد (۱۶-۱۴) و به استمرار و یا وخامت علائم افسردگی و اضطرابی می‌انجامد؛ باعث عود بیماری (Relapse) و از دست رفتن دست‌آوردهای درمان می‌گردد، بر رنج و ناراحتی بیمار می‌افزاید و کاهش عملکردهای اجتماعی و شغلی فرد را به دنبال دارد (۱۷).

تحقیقات نشان دادند که دانشجویان سال‌های اخیر دانشگاهها استرس بیشتری نسبت به نسل‌های قبلی گزارش می‌کنند (۱۸ و ۱۹). بنابراین ارزیابی‌های اولیه پذیرفته‌شدگان در مراکز مشاوره، ارزیابی‌های استرس‌زای اخیر مراجعان را باید مد نظر قرار داد (۲۰). این اطلاعات به مشاوران کمک می‌کند تا به ماهیت و شدت فشاری که مراجعان تجربه می‌کنند بهتر پی ببرند (۲۰). تحقیقات بیاجو (Biaggio) و همکارانش و مورو (Moore) و همکارانش، یک همبستگی بین افزایش خشم به طرف درون و افزایش افسردگی نشان دادند (۲۱) و همچنین ریلی (Riley)، تریبر (Treiber) و وود (Woods)

ابزارهای مورد استفاده در پژوهش حاضر شامل:

الف. مقیاس‌های افسردگی، اضطراب و استرس (DASS): این مقیاس از ۴۲ عبارت مرتبط با علائم عواطف منفی (افسردگی، اضطراب و استرس) تشکیل شده است. خرده مقیاس افسردگی شامل عباراتی است که خلق ناشاد، فقدان اعتماد به نفس، ناامیدی، بی‌ارزش بودن زندگی، فقدان علاقه برای درگیری در امور، عدم لذت بردن از زندگی و فقدان انرژی و توانمندی را می‌سنجد. خرده مقیاس اضطراب دارای عباراتی است که می‌کوشد تا بیش‌انگیزختگی فیزیولوژیک، ترس‌ها و اضطراب‌های موقعیتی را مورد ارزیابی قرار می‌دهد و خرده مقیاس استرس عباراتی چون دشواری در دستیابی به آرامش، تنش عصبی، تحریک پذیری و بی‌قراری را در بر می‌گیرد. لازم به ذکر است علائمی که در DASS مقیاس استرس را شکل می‌دهند، شباهت بسیاری به علائم همراه با اختلال اضطراب منتشر دارد (۲۵). آزمودنی باید پس از خواندن هر عبارت، شدت (فراوانی) علامت مطرح شده در آن عبارت را که در طول هفته گذشته تجربه کرده است با استفاده از یک مقیاس ۴ درجه‌ای (بین صفر تا ۳) درجه بندی کند. در این مقیاس، عدد صفر به معنای آن است که آزمودنی علامت مطرح شده در عبارت مورد نظر را در طول هفته گذشته، اصلاً تجربه نکرده است؛ عدد ۱ به معنای آن است که علامت مذکور در طول هفته گذشته تا حدی تجربه شده است؛ عدد ۲ به معنای آن است که آزمودنی علامت مورد نظر را در طول هفته گذشته تا حد زیادی تجربه کرده است و عدد ۳ به معنای آن است که آزمودنی علامت مورد نظر را در طول هفته گذشته خیلی زیاد تجربه کرده است. هر یک از سه مقیاس افسردگی، اضطراب و استرس دارای ۱۴ پرسش است و نمره آزمودنی در هر یک از سه خرده مقیاس با جمع عبارات متعلق به کلیه عبارات آن خرده مقیاس حاصل می‌آید. ساختار سه عاملی مقیاس‌های DASS در مطالعه لوی باند و لوی باند (۲۶) و در جامعه ایرانی توسط اصغری مقدم (۲۷) مورد حمایت قرار گرفته است. لوی باند و لوی باند ضرایب همسانی درونی (آلفای کرونباخ) سه خرده مقیاس افسردگی، اضطراب و استرس را به ترتیب ۰/۹۱، ۰/۸۱ و ۰/۸۹ گزارش کردند. در ضمن، میانگین (انحراف معیار) سه خرده مقیاس افسردگی، اضطراب و استرس را به ترتیب برابر با (۶/۵۴) (۷/۱۹)، (۴/۸۳) (۵/۲۳) و (۶/۹۴) (۱۰/۵۴) گزارش شده است (۲۸). در مطالعه براون و همکاران او (۲۹) با یک نمونه بالینی، ضرایب همسانی درونی سه خرده مقیاس افسردگی، اضطراب و استرس را به ترتیب برابر با ۰/۹۶، ۰/۸۹ و ۰/۹۳ گزارش شده است. ضرایب بازآزمایی سه خرده مقیاس

افسردگی، اضطراب و استرس را به ترتیب برابر با ۰/۷۹، ۰/۸۲، گزارش شده است. در این مطالعه، ساختار سه عاملی DASS با استفاده از روش تحلیل عاملی اکتشافی و تاییدی، تایید شد. همچنین نتایج بازآزمایی در نمونه ایرانی در سه خرده مقیاس افسردگی، اضطراب و استرس به ترتیب برابر با ۰/۸۴، ۰/۸۹ و ۰/۹۰، گزارش شده است. نتایج همسانی درونی در ۰/۷۸، ۰/۸۷ و ۰/۹۱، گزارش شده است (۲۸). مطالعات مختلف در جامعه ایرانی و جوامع غربی نشان داده شده است که DASS دارای ویژگی‌های روانسنجی مطلوبی است (۲۹-۲۶).

ب: نسخه فارسی پرسشنامه حالت-صفت بیان خشم (STAXI-2): در این پژوهش از نسخه فارسی STAXI-2 (۳۰) استفاده شد. این آزمون از سه بخش و ۵۷ عبارت، تشکیل شده است. بخش نخست، حالت خشم، بخش دوم صفت خشم و بخش سوم شیوه‌های بیان و کنترل خشم را می‌سنجد. هریک از عبارات این پرسشنامه با استفاده از یک مقیاس لیکرت ۴ بخشی، درجه بندی می‌گردد؛ در حالی که عبارات بخش اول آزمون با استفاده از یکی از ۴ حالت: اصلاً، کمی، نسبتاً و بسیار زیاد درجه بندی می‌گردند، عبارات بخش دوم و سوم آزمون با استفاده از یکی از ۴ حالت: تقریباً هرگز، گاهی، غالباً و تقریباً همیشه درجه بندی می‌گردند. تکمیل پرسشنامه به حدود ۱۲ تا ۱۵ دقیقه وقت نیازمند است. اعتبار سازه، اعتبار همزمان و نیز پایایی نسخه فارسی STAXI-2 در یک جمعیت دانشجویی ($n = 570$) تایید شده است (۳۰). مقیاس‌های این پرسشنامه (به همراه یک عبارت از هر مقیاس و خرده مقیاس) به اختصار در اینجا معرفی می‌گردد. ۱- **مقیاس حالت خشم**. این مقیاس دارای ۱۵ عبارت است و شدت خشم و میزان تمایل فرد را به بیان کلامی یا جسمی خشم، می‌سنجد (برای نمونه، همین الان احساس می‌کنم که عصبانی هستم). این مقیاس از سه خرده مقیاس که هریک دارای ۵ عبارت است، تشکیل شده است: احساس خشم (برای نمونه، همین الان احساس می‌کنم که کلافه هستم)، تمایل به بیان کلامی خشم (برای نمونه، همین الان احساس می‌کنم که دوست دارم سر کسی فریاد بزنم) و تمایل به بیان جسمی خشم (برای نمونه، همین الان احساس می‌کنم که دوست دارم چیزی را بشکنم). آلفای کرونباخ و ضریب بازآزمایی این مقیاس در جمعیت دانشجویی به ترتیب، ۰/۹۱ و ۰/۶۴ می‌باشد. ۲- **مقیاس صفت خشم**. این مقیاس دارای ۱۰ عبارت است و تفاوت‌های فردی در گرایش (تمایل) به تجربه خشم را در طی زمان می‌سنجد (برای نمونه، معمولاً احساس می‌کنم

جدول ۱: شاخص‌های توصیفی نمرات دانشجویان در مقیاس‌های STAXI-2 و مقیاس‌های سه‌گانه DASS

| متغیر | میانگین | انحراف معیار | کجی (skewness) | آلفای کرونباخ |
|-----------------|---------|--------------|----------------|---------------|
| حالت خشم | ۱۹ / ۶۲ | ۶ / ۷۱ | ۱ / ۸۴ | .۹۱ |
| صفت خشم | ۱۹ / ۴۳ | ۴ / ۵۷ | ۱ / ۵۶ | .۸۱ |
| بیان بیرونی خشم | ۱۶ / ۰۰ | ۳ / ۷۳ | .۳۴ | .۷۰ |
| بیان درونی خشم | ۱۸ / ۸۱ | ۳ / ۸۰ | .۰۷ | .۵۹ |
| کنترل خشم | ۴۱ / ۹۷ | ۱۰ / ۰۲ | -۱ / ۰۱۸ | .۹۴ |
| افسردگی | ۱۱ / ۸۳ | ۹ / ۸۹ | ۱ / ۰۴ | .۹۰ |
| اضطراب | ۸ / ۲۷ | ۶ / ۸۶ | ۱ / ۳۹ | .۷۹ |
| استرس | ۱۳ / ۳۰ | ۹ / ۳۳ | .۷۰ | .۸۶ |

جدول ۲: همبستگی میان متغیرها با استفاده از ضریب همبستگی پیرسون

| متغیر | افسردگی | اضطراب | استرس |
|-----------------|---------|--------|-------|
| حالت خشم | .۴۱** | .۴۴** | .۴۶** |
| صفت خشم | .۳۸** | .۳۴** | .۴۹** |
| بیان بیرونی خشم | .۲۵** | .۱۸* | .۲۹** |
| بیان درونی خشم | .۳۶** | .۳۴** | .۴۰** |
| کنترل خشم | -.۱۶ | -.۱۱ | -.۲۱* |

طرف بیرون و درون (با آرام شدن یا سرد شدن خود) کنترل می کند، می‌سنجد (برای نمونه، معمولاً وقتی عصبانی یا خشمگین هستم، با دیگران مدارا می‌کنم و معمولاً وقتی عصبانی یا خشمگین هستم، سعی می‌کنم آرام شوم). آلفای کرونباخ و ضریب بازآزمایی این مقیاس در جمعیت دانشجویی به ترتیب، ۰/۸۲ و ۰/۸۲ می‌باشد. این مقیاس در بررسی ساختار عاملی این پرسشنامه توسط مقدسین (۳۱) از ترکیب دو مقیاس کنترل خشم به طرف بیرون و کنترل خشم به طرف درون ایجاد شده است.

یافته‌ها

تعداد افراد نمونه ۱۰۷ نفر می‌باشند که میانگین سنی و انحراف معیار آن به ترتیب برابر است با (۲۸ / ۲۰؛ ۱/۳۹) دامنه سنی از ۱۸ تا ۲۵ سال می‌باشد. ۲۹٪ (۳۱) از افراد نمونه را دانشجویان مذکر و ۷۱٪ (۷۶) را دانشجویان دختر تشکیل می‌دهند. ۴٪ (۴) از افراد نمونه را دانشجویان متأهل و ۹۶٪ (۱۰۳) را دانشجویان مجرد تشکیل می‌دهند. همه افراد نمونه را دانشجویان مقطع لیسانس تشکیل می‌دهند. میانگین و انحراف استاندارد شاخص‌های توصیفی نمرات دانشجویان در مقیاس‌های STAXI-2 و مقیاس‌های سه‌گانه DASS در جدول ۱ نشان داده شده است. بین همه مولفه‌های خشم به غیر از مقیاس کنترل خشم با افسردگی، اضطراب و استرس

که سریع بدخلق می‌شوم). این مقیاس از ۲ خرده مقیاس که هر یک دارای ۴ عبارت است، تشکیل شده است: خوی خشمناک (برای نمونه، معمولاً احساس می‌کنم که تندخو هستم) و واکنش خشمناک (برای نمونه، معمولاً احساس می‌کنم که وقتی جلوی دیگران از من انتقاد می‌شود، عصبانی می‌شوم). ۲ عبارت از عبارات مقیاس صفت خشم به هنگام محاسبه خرده مقیاس‌های آن، نمره گذاری نمی‌گردد. آلفای کرونباخ و ضریب بازآزمایی این مقیاس در جمعیت دانشجویی به ترتیب، ۰/۸۲ و ۰/۷۴ می‌باشد. ۳- مقیاس بیان خشم به طرف بیرون. این مقیاس دارای ۸ عبارت است و فراوانی احساس خشمی را که به شکل کلامی یا رفتار پرخاشگرانه جسمی به طرف سایر افراد یا اشیاء در محیط جهت می‌یابد، می‌سنجد (برای نمونه، معمولاً وقتی عصبانی یا خشمگین هستم، عصبانیتم را بروز می‌دهم). آلفای کرونباخ و ضریب بازآزمایی این مقیاس در جمعیت دانشجویی به ترتیب، ۰/۷۰ و ۰/۷۷ می‌باشد. ۴- مقیاس بیان خشم به طرف درون. این مقیاس با ۸ عبارت فراوانی احساس خشمی را که به تجربه در می‌آید اما بیان نمی‌گردد (سرکوب می‌گردد)، می‌سنجد (برای نمونه، معمولاً وقتی عصبانی یا خشمگین هستم، مسائل را در دلم نگه می‌دارم). آلفای کرونباخ و ضریب بازآزمایی این مقیاس در جمعیت دانشجویی به ترتیب، ۰/۵۶ و ۰/۶۵ می‌باشد. ۵- مقیاس کنترل خشم: این مقیاس دارای ۱۶ عبارت است و فراوانی مواردی را که شخص بیان خشم خود را به

جدول ۳: خلاصه نتایج رگرسیون گام به گام برای صفت - حالت خشم (تجربه خشم) و بیان خشم در پیش بینی افسردگی، اضطراب و استرس

| متغیر وابسته | مدل نهایی | R | R ² | F | Beta | t | سطح معناداری t |
|--------------|----------------|-----|----------------|-------|------|------|----------------|
| افسردگی | حالت خشم | .۵۱ | .۲۶ | ۱۱/۹۸ | .۲۴ | ۲/۳۹ | .۰۲ |
| | بیان درونی خشم | | | | | | |
| | صفت خشم | | | | | | |
| اضطراب | حالت خشم | .۴۹ | .۲۴ | ۱۶/۳۵ | .۳۷ | ۴/۱۶ | .۰۰۰۱ |
| | بیان درونی خشم | | | | | | |
| | صفت خشم | | | | | | |
| استرس | صفت خشم | .۶۰ | .۳۶ | ۱۹/۲۵ | .۲۵ | ۳/۰۵ | .۰۰۳ |
| | بیان درونی خشم | | | | | | |
| | حالت خشم | | | | | | |

همبستگی معنادار و مستقیمی وجود دارد ($p < ۰/۰۵$) (جدول ۲).

حالت خشم، بیان درونی خشم و صفت خشم (مدل نهایی) به ترتیب بهترین پیش‌بینی‌کننده افسردگی می‌باشند ($R = ۰/۵۱$ ، $R^2 = ۰/۲۶$ ، $F = ۱۱/۹۸$ ، $P = ۰/۰۰۰۱$)، یعنی هر چه میزان تجربه خشم سرکوب شده افزایش می‌یابد افسردگی نیز افزایش می‌یابد. مدل نهایی برای پیش‌بینی متغیر اضطراب، حالت خشم و بیان درونی خشم می‌باشند ($R = ۰/۴۹$ ، $R^2 = ۰/۲۴$ ، $F = ۱۶/۳۵$ ، $P = ۰/۰۰۰۱$)، به عبارتی با افزایش احساس خشم سرکوب‌شده فرد دچار اضطراب می‌شود. در پایان صفت خشم، بیان درونی و حالت خشم، مدل نهایی پیش‌بینی‌کننده استرس می‌باشند ($R = ۰/۶۰$ ، $R^2 = ۰/۳۶$ ، $F = ۱۹/۲۵$ ، $P = ۰/۰۰۰۱$)، یعنی با افزایش میزان تجربه خشم سرکوب شده فرد استرس بیشتری احساس می‌کند (جدول ۳).

بحث

هدف این پژوهش این بود که همبستگی میان متغیرهای تجربه خشم، شیوه ابراز خشم و سازه‌های روان‌شناختی مقیاس DASS را بررسی کند. نتایج پژوهش حاضر پیشنهاد می‌کند که با افزایش تجربه خشمی که سرکوب گردد، اضطراب، استرس و افسردگی که از جمله رایج‌ترین مسائل و مشکلات روانی و عاطفی به شمار می‌روند، افزایش می‌یابد. به عبارتی نتایج تحلیل رگرسیون گام به گام نشان داد که، هر چه حالت و صفت خشم که مولفه‌هایی از تجربه خشم فرد

می‌باشند و فرد این خشم تجربه شده را سرکوب کند (درونی کردن خشم) افزایش یابد، افسردگی، اضطراب و استرس او نیز افزایش می‌یابد. در عوض مؤلفه کنترل خشم هیچ همبستگی معناداری با ۳ سازه روان‌شناختی مقیاس DASS ندارد. این نتایج تلویحات متعددی برای تحقیقات آینده و مداخلات درمانی دارد. با توجه به راه‌اندازهای اجتماعی خشم (برای نمونه، مورد ستم واقع شدن) و نیز احساس فرد خشمگین مبنی بر محق بودن او در ابراز خشم، نشان می‌دهد که خشم می‌تواند دارای عوامل و مولفه‌های مطلوبی باشد. خشم می‌تواند منابع و امکانات روان‌شناختی را برای مواجهه با خطر آماده کند، رفتار را برای اعمال اصلاحی نیرومند سازد و مقاومت در برابر خطر را تسهیل نماید (۳۲). در همین رابطه، برخی از پژوهش‌ها نشان می‌دهد که بسیاری از مردم به دنبال نشان دادن خشم خود، احساس بهتری را تجربه می‌کنند (۳۳). همچنین بیان ابزاری خشم می‌تواند به افراد کمک کند تا بتوانند اعمال هدفمند همراه با جرأت‌ورزی را از خود نشان دهند (۳۴). مفاهیم روانکاوی گذشته، خشم جهت‌یافته به درون را این‌گونه تعریف می‌کنند؛ احساسات گناه و خشمی که تجربه خواهد شد، اما بیان نمی‌شود. فروید یکی از طرفداران نظریه ابراز خشم مدعی شد که افسردگی و احساس استرس با خشم درونی شده همراه است. تئوری‌های حاضر نیز، بیان می‌کنند که هنوز یک رابطه علی مهم بین خشم تحریک شده نسبت به خود و افسردگی وجود دارد (۳۵ و ۳۶). افرادی که خشم خود را به سمت درون جهت می‌دهند، تمایل دارند تا افکار و خاطرات مربوط به موقعیت‌های برانگیزاننده خشم را

ولی از آنجا که این ۳ سازه در دانشجویان در حال رشد می‌باشد (۳۸)، تعمیم‌پذیری این نتایج به جمعیت‌های دیگر دانشجویی حائز اهمیت است. ۲- به دلیل ماهیت همبستگی ای بودن این پژوهش تأثیرات علی و معلولی در نظر گرفته نشد. ۳- در این مطالعه تفاوت‌های جنسیتی در تجربه و شیوه ابراز خشم و همبستگی اش با ۳ سازه روانشناختی DASS در نظر گرفته نشد. ۴- یافته‌ها از طریق ابزار خود گزارشی جمع‌آوری گردید و ممکن است تفسیر آنها با سوگیری همراه باشد، با در نظر گرفتن این محدودیت‌ها، در تحقیقات آینده استفاده از طرح‌های طولی، مشاهدات رفتاری و در نظر گرفتن عامل جنسیت، ایجاب می‌شود.

نتیجه‌گیری

یافته‌های این پژوهش تلویحات بسیاری را برای پزشکان و مشاوران در بر دارد. آنان لازم است تا با مراجعان در مورد اینکه چگونه با خشم خود برخورد می‌کنند، مصاحبه کنند، اینکه آیا فرد احساسات خشم تجربه شده خود را نگه می‌دارد؟ آیا احساسات خشم تجربه شده خود را نشان می‌دهد یا سعی می‌کند خود را آرام نگه دارد؟ وقتی این اطلاعات برای پزشک یا مشاور بدست آمد، می‌تواند تکنیک‌های ویژه‌ای برای کمک بیشتر به مراجع به کار برد. بعضی تکنیک‌ها عبارتند از ۱- به مراجع آموخته شود که خشم یک هیجان قابل قبول انسانی است. ۲- آموزش ابراز وجود به مراجع ۳- تشویق مراجع به یافتن موقعیت‌هایی مناسب برای برون‌ریزی و تخلیه هیجانی ۴- ارائه تمریناتی به مراجع برای ابراز خشم از جمله، تکنیک گشتالتی صندلی خالی و آرام‌سازی عضلانی.

انکار کنند و احساسات خشم خودشان را نیز نمی‌کنند (۳۷). یافته‌های پژوهش حاضر نیز از این فرضیات بوسیله همبستگی معنادار بین تجربه خشم (حالت خشم و صفت خشم) و بیان خشم به طرف درون با افسردگی، اضطراب و استرس حمایت می‌کنند. در مقابل، افرادی که خشمشان را به طرف بیرون نشان می‌دهند، در موقعیت‌های برانگیزاننده خشم، خشم خود را به سوی افراد یا اشیا، به جای خود نشان می‌دهند و همچنین افرادی که خشمشان را کنترل می‌کنند و تمایل دارند تا موقعیت برانگیزاننده خشم را دوباره ارزیابی کنند، که این امر باعث می‌شود شدت احساسات خشم کاهش یابد (۳۲). با اینکه که در مطالعه حاضر این دو شیوه ابراز خشم پیش‌بینی‌کننده‌های مناسبی برای ۳ سازه روان‌شناختی مقیاس DASS نمی‌باشند، اما لازم است اثرات آنها مورد توجه قرار گیرد. بیان بیرونی خشم اثرات مخربی بر سلامت جسمی و هیجانی فرد و همچنین جامعه دارد. بنابراین ارتباط بسیار نیرومند نمادین، شناختی و تجربی خشم با پرخاشگری، جوامع بشری را به چاره‌اندیشی برای کنترل خشم فرا می‌خواند. در واقع خشم یک هیجان پیچیده و حیرت‌انگیز است، زیرا اغلب منبع نشاط و در عین حال عامل ناخشنودی می‌باشد. به عنوان یک تجربه ذهنی، به طور عجیبی از کیفیت‌های خدمت به فرد در زمینه انتقام‌جویی، می‌تواند مسرت بخش باشد پس در عین کارکردهای مثبت می‌تواند پیامدهای منفی به بار آورد (۲۳). در پایان لازم است این نکته بیان شود که شرایط متعددی توانایی تعمیم‌پذیری نتایج را محدود می‌کند، ۱- این مطالعه در دانشجویان دانشگاه انجام گرفت که اغلب آنها از سطحی عادی از افسردگی، اضطراب و استرس برخوردار بودند، از اینرو تعمیم‌پذیری نتایج به جوامع دیگر را با مشکل روبرو می‌کند.

REFERENCES

- 1- Struthers CW, Perry RP, Menec VH. An examination of the relationship among academic stress, coping, motivation and performance in college. *Res Higher Edu* 2000;41(5):581-92.
- 2- Torsheim T, Wold B. School-related stress, support, and subjective health complaints among early adolescents: A multilevel approach. *J Adolescence* 2001;24(6):701-13.
- 3- MacGeorge EL, Samter W, Gillihan SJ. Academic stress, supportive communication, and health. *Commun Edu* 2005;54(4):365-72
- 4- Hashim IH, Zhiliang Y. Cultural and gender differences in perceiving stressors: A cross-cultural investigation of african and western students in chinese colleges. *Stress Health* 2003;19(4):217-25.
- 5- Murphy MC, Archer JA. Stressors on the college campus: A comparison of 1985 and 1993. *J College Stud Dev* 1996;(37):20-27.
- 6- Tennant C. Life events, stress and depression. *Austral NZealand J Psychiat* 2002;36(2):173-82.
- 7- Lovibond, P, Lovibond, S. The Structure of Negative Emotional States: Comparison of the Depression Anxiety Inventories. *Behavior Research and Therapy* 1995;33, 335-342.
- 8- Berkowitz, L, Harmon-Jones E. Toward an understanding of the determinants of anger. *Emotio N* 2004;4:107-130.

- 9- Smith TW. Concepts and methods in the study of anger, hostility, and health. In: A. Siegman & T Smith (Eds.), *Anger, hostility, and the heart*, Hillsdale NJ: Lawrence Earlbaum Associates. (1994).
- 10- Fava GA, Grandi S, Rafanelli C, Saviotti FM, Ballin M, Pesarin F. Hostility and irritable mood in panic disorder with agoraphobia. *J Affect Disord* 1993;29:213-217.
- 11- Gould RA, Ball S, Kaspi SP, Otto MW, Pollack MH, Shekhar A, Fava M. Prevalence and correlates of anger attacks: A two site study. *J Affect Disord* 1996;39:31-38.
- 12- Barlow DH. *Anxiety and its disorders: The nature and treatment of anxiety and panic*, 2nd ed. New York: Guilford Press 2002;704p.
- 13-Fava, M. Depression with anger attacks. *J Clin Psychiatry* 1998;59 (18):18-22.
- 14-Erwin BA, Heimberg RG, Schneier FR, Liebowitz MR. Anger experience and expression in social anxiety disorder: Pretreatment profile and predictors of attrition and response to cognitive behavioral treatment. *Behav Ther* 2003;34:331-350.
- 15-Fava M, Anderson K, Rosenbaum JF. "Anger attacks": Possible variants of panic and major depressive disorders. *AM J Psych* 1990;147:867-870.
- 16-McElroy SL. Recognition and treatment of DSM-IV intermittent explosive disorder. *J Clin Psych* 1999;60:12-16.
- 17-Berenbaum H, Raghavan C, Le H, Vernon L, Gomez J. A taxonomy of emotional disturbances. *Clinl Psychol: Sci Practice* 2003;10:206-226.
- 18- Koplik EK, Devito AJ. Problems of freshmen. Comparison of classes of 1976 and 1986. *J coll stu personnel* 1986;27:124-131.
- 19- Mayes AN, McConatha J. Surveying student' need: A means of evaluating student services. *J coll stu personnel* 1982;23:473-476.
- 20- Wise EH, Barnes D. The relationship among life events, dysfunctional attitudes, and depression. *Cogn Ther res*, 1986;10:257-166.
- 21- Biaggio M, Godwin W. Relation of depression to anger and hostility constructs. *Psychol Reports* 1987;6:87-90.
- 22- Moore TW, Paolillo J. Depression: Influence of horelessness, Locus of control, hostility, and Length of treatment. *Psychol Report* 1987;54:875-881.
- 23- Riley WT, Treiber F, Woods M. Anger and hostility in depression. *J Nerv Ment Dis* 1989;177:668-674.
- 24- Vitaliano PP, Maiuro RD, Russo j, Mitchell ES, Carr J, Vancrittters,R. A biopsychosocial model of medical student distress. *J Behav Med* 1988;11:311-331.
- 25- Antony MM, Brlow DH. *Handbook of assessment and treatment planning for psychological disorder*. New York, Guilford press. (2002)
- 26- Lovibond PF, Lovibond SH. The structure of negative emotional states: comparison of the depression anxiety stress scales (DASS) with the beck depression and anxiety inventories. *Behave Res Ther* 1995; 33:335-343.
- 27- Asgharimoghadam MA, Dibajnia P, Saed F, Zanganeh J. A Preliminary Validation of Depression Anxiety and Stress Scales (DASS) in non- clinical sample. *Daneshvar Raftar J* 2009;1(31):23-38.
- 28 Antony MM, Bielling Pj, Cox Bj, Enns MW, Swinson RP. Psychometric properties of the 42-item and 21-item version of the Depression and Anxiety Stress scales in clinical groups and community sample. *Psychological Assessment* (1998) 1th.
- 29- Brown TA, Chorpita BE, Korotitsch W, Brlow DH. Psychometric properties of the Depression Anxiety Stress scales (DASS) in clinical samples. *Behav Res Ther* 1997; 35:79-89.
- 30- Asgharimoghadam MA, Hakimirad E, Rezazadeh T. A Preliminary Validation of a Persian Version of the State-Trait Anger Expression Inventory-2 (STAXI-2) in a student Sample. *Daneshvar Raftar J* 2009; 28:1028-1032.
- 31- Moghaddasin M, Asgharimoghadam MA, Delavar A. The study confirmatory factor analysis of a Persian Version of the State-Trait Anger Expression Inventory-2 (STAXI-2) in a Clinical Sample. *J EDUC MEAS* 2011.
- 32-Turner J. *On the Origins of Human Emotions: A Sociological Inquiry into the Evolution of Human Affect*. Stanford, CA: Stanford University Press 2000.
- 33- Averill JR. Studies on Anger and Aggression: Implications for Theories of Emotion. *Am Psychol* 1983;38:1145-60.
- 34- Lemerise EA, Dodge K. The Development of Anger and Hostile Interactions. In: M. Lewis and J.M. Haviland (eds.), *Handbook of Emotions* 1993. pp. 537-46. New York: Guilford Press.

- 35- Alexander FG, French TM. Studies in psychosomatic medicine, An approach to the cause and treatment of vegetative disturbances. New York: Ronald 1948.
- 36- White RB. Current psychoanalytic concepts of depression. In W.E. Fann, I.Karacan, A.D. Pokorny, & R.L. Williams (Eds). Phenomenology and treatment of depression (PP.127-141) New York: Spectrum.
- 37- Spielberger CD, Krasner SS, Solomon EP. The experience, expression and control of anger. In M.P. Janisse (Ed.) , Health psychology: Individual difference and stress 1988;90-180.
- 38- Bishop JB. The university counseling center: An agenda for the 1990's. J Couns Dev 1990;68:408-413.