پژوهنده (مجله پژوهشی دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی)
سال بیست و یکم، شماره ۵، پی‌درپی ۱۱۳، صفحات ۳۰۵ تا ۳۱۲
آذر و دی ۱۳۹۵

تاریخ دریافت مقاله: ۱۳۹۵/۶/۱۳
تاریخ پذیرش مقاله: ۱۳۹۶/۳/۲۷

همبستگی میان تنظیم شناختی هیجان و پرخاشگری

دکتر مریم بختیاری[۱]، مجتبی تاشکه[۲]، میثم بازانی*[۳]، سعید محمدی[۲]

۱. دانشیار روانشناسی بالینی، دانشکده پزشکی، دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی، تهران، ایران
۲. کارشناس ارشد روانشناسی بالینی، دانشکده پزشکی، دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی، تهران، ایران
۳. کارشناس ارشد روانشناسی بالینی، دانشکده پزشکی، دانشگاه علوم پزشکی کرمانشاه، کرمانشاه، ایران

چکیده

سابقه و هدف: پژوهش نشان داده است که پرخاشگری در زنان و مردان متفاوت است. هدف پژوهش حاضر تعیین همبستگی میان تنظیم شناختی هیجان و پرخاشگری بود.

مواد و روش‌ها: جامعه‌ی آماری دانشجویان دانشگاه خوارزمی تهران بود که از طریق روش نمونه‌گیری تصادفی چندمرحله‌ای ۳۰۰ نفر از آنان انتخاب شدند. ابزارهای مورد استفاده شامل پرسش‌نامه‌ی پرخاشگری باس-پری (AQ) و فرم کوتاه پرسش‌نامه‌ی نظم‌جویی شناختی هیجان (CERQ) بود. علاوه بر محاسبه‌ی شاخص‌های توصیفی، داده‌ها با استفاده از ضرایب همبستگی، آزمون t برای گروه‌های مستقل و تحلیل رگرسیون چندمتغیره، مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفتند.

یافته‌ها: نتایج نشان داد که جنسیت با پرخاشگری و دو نوع جسمانی و کلامی آن رابطه‌ی معناداری دارد و مردان از زنان پرخاشگرتر هستند. با این‌حال، جنسیت با راهبردهای تنظیم شناختی هیجان، رابطه‌ی معناداری نداشت. کنترل جنسیت باعث شد که همبستگی منفی و معناداری میان تنظیم هیجان انطباقی و پرخاشگری جسمانی مشاهده شود. راهبردهای تمرکز مجدد بر برنامه‌ریزی و سرزنش دیگران، پرخاشگری و دو نوع کلامی و جسمانی آن را در مردان پیش‌بینی می‌کرد. در زنان هم راهبرد فاجعه‌سازی قادر به پیش‌بینی پرخاشگری کلامی و جسمانی بود.

نتیجه‌گیری: یافته‌های پژوهش حاضر نشان می‌دهد که در زنان و مردان راهبردهای تنظیم هیجان متفاوتی با پرخاشگری رابطه دارند. این مسأله دارای تلویحاتی برای کاربست بالینی در درمان پرخاشگری زنان و مردان است.

واژگان کلیدی: پرخاشگری، تنظیم شناختی هیجان، جنسیت

لطفاً به این مقاله به صورت زیر استناد نمایید:
Bakhtiyari M, Tashkeh M, Bazani M, Mohammadi S. Relationship between cognitive emotion regulation and aggression: role of gender. Pejouhandeh 2016;21(6):305-312.

مقدمه

به جرات می‌توان ادعا کرد که پرخاشگری ازجمله مسایل عمده و با اهمیتی است که انسان از گذشته‌های دور تاکنون به صورت گسترده‌ای با آن سروکار داشته است. نگاهی گذرا به آمار خیره کننده و روزافزون جنایات و درگیری‌هایی که در جوامع انسانی به خاطر پرخاشگری به وقوع می‌پیوندد، مؤید این ادعا است (۱).

پرخاشگری مجموعه رفتارهایی است که در تمامی موجودات زنده وجود داشته و در جهت منافع به‌کار برده می‌شود (۲). پرخاشگری جلوه‌های متفاوتی در انسان دارد. توجه به ارتباط میان خشم و پرخاشگری (۶-۳) و دسته‌بندی خصمانه/ابزاری در طبقه‌بندی رفتار پرخاشگرانه، این مسأله را چندان دور از ذهن نمی‌گذارد. وقوع پرخاشگری مطابق با این تقسیم‌بندی دوگانه، هم به واسطه کژ تنظیمی خشم و هم به‌عنوان تقاضایی برای پیامدهای دلخواه در حالتی غیرهیجانی که پرخاشگری ابزاری نامیده می‌شود، امکان‌پذیر است (۷). پرخاشگری می‌تواند تحت تأثیر هیجانات متعددی در زندگی بروز کند که نقش تنظیم هیجان می‌تواند از در بسیاری از آسیب‌های ناشی از رفتارهای پرخاشگرانه مفید باشد.

انسان موجودی نیست که هیجان‌ها را فقط تجربه نماید، بلکه علاوه بر تجربه نمودن هیجان‌ها، افراد آنها را مورد بازبینی قرار داده، نظم‌جویی کرده و در برخی در موارد با آنها مبارزه می‌کنند (۸). تجارب هیجانی، صرف‌نظر از ظرفیت مثبت یا منفی حاکم بر آنها، از عناصر اصلی سازگاری موجودات زنده نیز تلقی می‌شود (۹). شاید یکی از تفاوت‌های اساسی انسان با

*نویسنده مسؤول مکاتبات: میثم بازانی؛ کرمانشاه، جوانرود، خیابان جانبازان، خیابان گلان، کوچه هلاله، کدپستی:۶۷۹۸۱۷۸۴۷۷؛ تلفن: ۰۹۱۸۷۳۳۱۹۵۵؛
پست الکترونیک: Bazani1993@gmail.com

[Downloaded from pajoohande.sbmu.ac.ir on 2026-11-21]

سایر گونه‌ها، توانایی او در دست‌کاری، مدیریت و کنترل شدت، مدت، نحوه‌ی ابراز، زمان و مکان ابراز تجارب هیجانی است.

راهبردهای تنظیم شناختی هیجان در واقع کانون اصلی درک همبسته‌های رفتاری و هیجانی استرس و وقایع عاطفی منفی است (۱۲-۱۰) بنابراین می‌توان گفت که در برخی از جنبه‌ها تنظیم هیجان نقش یک مقابله‌کننده را بازی می‌کند و فرض بر این است که سازه تنظیم شناختی هیجان نقش مهمی در سازگاری با وقایع زندگی ایفا می‌کند (۱۱،۱۰). در یک بازنگری انجام شده توسط آگوستین و هیمینوور (۱۳) بیش از ۳۰۰ راهبرد تنظیم هیجان که در نظریه‌ها و الگوهای مختلف مطرح شده است، مورد فرا تحلیل قرار گرفت که نتیجه این بررسی نشان داد که بر اساس طبقه‌بندی‌های پارکینسون و توتردل (۱۴) راهبردهای کلی تنظیم هیجان را می‌توان در دو طبقه وسیع شناختی (به‌عنوان‌مثال، تفکر مثبت، ارزیابی مجدد) و رفتاری (فرونشانی، گوش دادن به موسیقی) یا روی آورد و اجتناب قرارداد.

مطابق با نظریه گارنفسکی و همکاران شناخت‌ها و فرآیندهای شناختی به افراد کمک می‌کند که هیجانات و احساسات خود را تنظیم نموده تا توسط آنها مغلوب نشوند (۱۵). فرآیندهای شناختی را می‌توان به فرآیندهای ناهشیار (مانند فرافکنی و انکار) و هشیار نظیر ملامت خویش، فاجعه سازی و نشخوار گری تقسیم نمود؛ بنابراین تنظیم شناختی هیجان به فرایندهایی اطلاق می‌شود که برانگیزانندهٔ هیجانی را مدیریت می‌کند (۱۰, ۱۶) به عبارتی دیگر راهبردهای تنظیم شناختی هیجان، به نحوه تفکر افراد پس از بروز یک تجربه منفی یا واقعه آسیب‌زا برای افراد اطلاق می‌گردد. از همین رو است که فرض می‌شود تنظیم شناختی هیجان در فرآیندهای مختلف از قبیل پرخاشگری در برابر تجارب ناخوشایند یکی از فرآیندها مقابله‌ای می‌باشد (۱۷). پژوهش‌های جدید در این حوزه دریافته‌اند که تنظیم هیجانی کارآمد برای سلامت روان‌شناختی حایز اهمیت بوده و دشواری در تنظیم هیجان با دامنه گسترده‌ای از رفتارهای مسأله‌ساز و اختلال‌های روان‌شناختی ازجمله سوءمصرف مواد (۱۸)، آسیب عمدی به خود (۲۰،۱۹)، افسردگی (۲۲،۲۱)، اضطراب (۲۳)، اختلال شخصیت مرزی (۲۴) و اختلال استرس پس از سانحه (۲۵) رابطه دارد.

روشن است که تنظیم هیجان غیر انطباقی (اغلب کژتنظیمی هیجان خوانده می‌شود) با رفتار پرخاشگرانه در ارتباط است. پاره‌ای از شواهد پژوهشی میان ابعاد مختلف تنظیم/کنترل هیجان و پرخاشگری ارتباط‌هایی را نشان می‌دهند (۲۹-۲۶). به عنوان مثال، در پژوهشی کژ تنظیمی هیجان (به خصوص وضوح و آگاهی هیجانی) با پرخاشگری ارتباط داشت (۳۰). به علاوه بزرگ‌سالانی که در تنظیم خشم و غمگینی خود مشکل داشتند، بیشتر از پرخاشگری جسمانی و ابزاری استفاده می‌کردند (۳۱). پژوهش‌های مربوط به پرخاشگری هم‌چنین به این موضوع اشاره کرده‌اند که مردان از زنان پرخاشگرترند (۳۲). در فراتحلیلی که در آن تفاوت‌های جنسیتی به عنوان کارکردی از برانگیختگی هیجانی به صورت هم تغییر گزارش شد که حاکی از آن بود که ناهمگونی در پرخاشگری مشاهده‌شده میان زنان و مردان به‌طور نسبی از تفاوت‌های آنان در زمینه‌ی برانگیختگی هیجانی و تنظیم هیجان نشأت می‌گیرند (۳۳).

از آنجایی که شناخت و پایش تنظیم شناختی هیجانات در پرخاشگری، می‌تواند روش جدیدی در مدیریت خشم در راستای اصلاح عملکرد محسوب شود، و از طرفی دیگر تأثیر هیجانات در فعالیت‌های مبتنی بر پرخاشگری توسط بسیاری از پژوهشگران مورد تأیید قرارگرفته (۳۴،۱۷) و بسیاری از افراد نیز پرخاشگری خود را ناشی از عدم کنترل هیجانات لحظه‌ای تعریف می‌کنند (۳۵)، بنابراین به نظر می‌رسد عوامل هیجانی می‌تواند به‌نوعی در تعدیل پرخاشگری نقش داشته باشد. در همین راستا نبود پژوهش‌های منسجم در راستای راهبردهای هیجانی مناسب در کاهش پرخاشگری، لزوم پژوهش‌های کاربردی در این حوزه را در اولویت قرار می‌دهد که چه راهبردهایی در میان مردان و زنان در کاهش پرخاشگری نقش دارد. بر همین اساس هدف از پژوهش حاضر، بررسی همبستگی میان تنظیم شناختی هیجان و پرخاشگری با نقش جنسیت بود.

مواد و روش‌ها

پژوهش حاضر از نوع همبستگی بود. جامعه‌ی آماری آن دانشجویان دانشگاه خوارزمی تهران در سال تحصیلی ۹۵-۹۴ بودند که ۳۰۰ نفر از آنان به عنوان نمونه انتخاب شدند. برای محاسبه حجم نمونه از نسخه ۳,۱ برنامه کامپیوتری G Power (۳۶) استفاده شد. برای روش رگرسیون چندمتغیره با توان آزمون ۰/۹۰، سطح آلفای ۰/۰۱، اندازه اثر متوسط (۰/۱۵) و با احتساب ۹ متغیر پیش بین، حجم نمونه‌ای به تعداد ۲۱۴ نفر محاسبه شد. با در نظر داشتن مشکلات احتمالی در تکمیل صحیح پرسش‌نامه‌ها، تعداد ۳۰۰ نفر به عنوان حجم نمونه نهایی در نظر گرفته شد.

[Downloaded from pajoohande.sbmu.ac.ir on 2026-11-21]

روش نمونه‌گیری پژوهش به صورت تصادفی چندمرحله‌ای بود، به این صورت که از هر دانشکده (کل دانشکده‌ها شامل: روانشناسی و علوم تربیتی، ریاضی، فنی، تربیت بدنی، ادبیات، زیست و شیمی)، سه دانشکده به صورت تصادفی انتخاب شد و در مرحله‌ی بعد، از میان دانشکده‌های برگزیده شده، هشت کلاس به طور تصادفی انتخاب شدند. پرسش‌نامه‌ها بین اعضای کلاس‌ها توزیع شد که از این مقدار ۴۰ پرسش‌نامه به صورت ناقص پاسخ داده شد و درنهایت حجم نمونه به ۲۶۰ نفر رسید.

روش اجرای تحقیق حاضر به این‌گونه بود که پس از نمونه‌گیری به هر دانشجو اجازه داده شد که هر پرسش‌نامه را در زمان ۱۵ الی ۲۰ دقیقه تکمیل کند. جهت رعایت ملاحظات اخلاقی در ابتدا توضیح کوتاه و مختصری درباره‌ی اهداف پژوهش و نحوه‌ی پاسخ‌گویی به سؤالات داده شد. همچنین در ادامه، به سؤالات یا ابهاماتی پیرامون گویه‌ها پاسخ داده شد و درباره حق شرکت‌کنندگان برای انصراف از پژوهش توضیحات لازم ارایه گردید.

به‌طورکلی اجرای پرسش‌نامه‌ها به مدت ۴ هفته طول کشید. داده‌های پژوهش با استفاده از شاخص‌های ضرایب همبستگی پیرسون، دورشته‌ای نقطه‌ای و تفکیکی و آزمون T گروه‌های مستقل تحلیل رگرسیون مورد تحلیل قرار گرفت. برای تحلیل داده‌ها نیز نسخه‌ی بیستم نرم‌افزار SPSS مورد استفاده قرار گرفت.

ابزارهای پژوهش

الف) پرسش‌نامه‌ی پرخاشگری بأس و پری (AQ). نسخه‌ی جدید پرسش‌نامه‌ی پرخاشگری است که نسخه‌ی قبلی آن، پرسش‌نامه‌ی خصومت نام داشت و توسط باس و پری (۳۷) مورد بازنگری قرار گرفت. این پرسش‌نامه یک ابزار خودگزارشی است که شامل ۲۹ عبارت و چهار زیرمقیاس است. این زیرمقیاس‌ها عبارت است از پرخاشگری بدنی (PA)، پرخاشگری کلامی (VA)، خشم (A) و خصومت (H). آزمودنی‌ها به هر یک از عبارات در یک طیف ۵ درجه‌ای پاسخ می‌دهند: کاملاً شبیه من است (۵)، تا حدودی شبیه من است (۴)، نه شبیه من است نه شبیه من نیست (۳)، تا حدودی شبیه من نیست (۲)، تا اصلاً شبیه من نیست (۱). دو عبارت ۹ و ۱۶ به صورت معکوس نمره‌گذاری می‌شوند. نمره‌ی کل برای پرخاشگری با مجموع نمرات خرده‌مقیاس‌ها به دست می‌آید. در بررسی پایایی بازآزمایی پرسش‌نامه ضریب همبستگی ۰/۸۰، ۰/۷۶، ۰/۷۲ و ۰/۷۲ درصد به ترتیب برای عوامل پرخاشگری بدنی، پرخاشگری کلامی، خشم و خصومت گزارش شد (۳۷). در ایران نیز ضریب آلفای کرونباخ، بازآزمایی و تنصیف به ترتیب ۰/۸۹، ۰/۷۸ و ۰/۷۳ درصد گزارش شده است. ضریب آلفای کرونباخ برای عوامل خصومت، پرخاشگری جسمانی، پرخاشگری کلامی و خشم نیز به ترتیب ۸۲، ۷۹، ۷۴ و ۷۱ درصد بود (۳۸). در این پژوهش ضریب آلفای کرونباخ برای نمره‌ی کل ۰/۸۲/۷ بود. به علاوه، میزان همسانی درونی برای خرده‌مقیاس‌های این پرسش‌نامه در دامنه‌ی ۰/۶۶ و ۷۵/۳ قرار داشت.

ب) نسخه‌ی کوتاه پرسش‌نامه‌ی تنظیم شناختی هیجان (CERQ-short form). این پرسش‌نامه را گانفسکی و کرایج (۳۹) ساخته‌اند و ۱۸ سؤال دارد. پاسخ‌گویی به هریک از گویه‌های آن به صورت مقیاس لیکرت ۵ درجه‌ای (۱= تقریباً هرگز تا ۵= تقریباً همیشه) است. ساختار این پرسش‌نامه، چندبُعدی بوده و به منظور شناسایی راهبردهای مقابله‌ای شناختی پس از یک تجربهٔ ناگوار به کار می‌رود. این پرسش‌نامه علاوه بر تنظیم هیجان انطباقی و غیرانطباقی، انواع مختلف راهبردهای هر سبک را هم اندازه‌گیری می‌کند. تنظیم هیجان انطباقی شامل راهبردهای تمرکز مجدد مثبت، تمرکز مجدد بر برنامه‌ریزی، ارزیابی مجدد مثبت و دیدگاه‌گیری می‌شود و تنظیم هیجان غیرانطباقی هم پنج راهبرد سرزنش خود، سرزنش دیگران، نشخوارگری، پذیرش و فاجعه‌سازی را دربرمی‌گیرد. ضریب آلفا کرونباخ برای نُه خرده مقیاس این آزمون با دامنه ۰/۶۸ تا ۰/۸۲ نشان‌دهنده‌ی اعتباری مطلوب برای این پرسش‌نامه است. همچنین تبیین ۰/۷۵ واریانس و الگوی ۹ عاملی اصلی پرسش‌نامه تنظیم شناختی هیجان توسط تحلیل مؤلفه اصلی مورد حمایت قرار گرفته است (۴۰). در پژوهش حاضر ضریب آلفای کرونباخ برای کل مقیاس، تنظیم هیجان غیرانطباقی و تنظیم هیجان انطباقی به ترتیب ۰/۴۹، ۰/۶۳، ۰/۵۱/۴ بود. همچنین ضریب آلفای کرونباخ برای انواع نُه‌گانه تنظیم هیجان از ۰/۵۲ تا ۰/۷۵/۳ متغیر بود.

یافته‌ها

شاخص‌های آماری میانگین، انحراف معیار و همبستگی صفرمرتبه میان متغیرهای پژوهش در جدول شماره ۱ به نمایش گذاشته شده است. تنظیم هیجان غیرانطباقی با پرخاشگری و تمام مؤلفه‌های آن همبستگی مثبت و معناداری داشت (p=۰/۰۵ برای پرخاشگری کل و مؤلفه‌ی کلامی و p=۰/۰۱ برای مولفه‌ی جسمانی). تنظیم هیجان انطباقی هم جز با مؤلفه‌ی پرخاشگری جسمانی، همبستگی منفی و معناداری را با پرخاشگری و مؤلفه‌های چهارگانه آن نشان می‌دهد. جنسیت با پرخاشگری و نوع جسمانی و کلامی آن

[Downloaded from pajoohande.sbmu.ac.ir on 2026-11-21]

همبستگی معناداری داشت، اما با شیوه‌های تنظیم هیجان انطباقی و غیرانطباقی رابطه‌ی معناداری نشان نمی‌دهد. در مردان در مقایسه با زنان، در هر سه مورد میانگین پرخاشگری کل و مؤلفه‌های کلامی و جسمانی بالاتر بود و این اختلاف به‌لحاظ آماری معنادار بود. اختلاف میانگین‌ها برای پرخاشگری کل، مؤلفه‌ی جسمانی و مؤلفه‌ی کلامی به ترتیب برابر ۵/۷۶، ۴/۱۳ و ۰/۸۷ نمره بود (جدول ۲).

جدول ۱. شاخص‌های توصیفی و ضریب همبستگی صفرمرتبه میان جنسیت، پرخاشگری، تنظیم هیجان و مؤلفه‌های آنها.

	۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸
۱-پرخاشگری	۱							
۲-کلامی	۰/۶۸۹**	۱						
۳-جسمانی	۰/۸۱۷**	۰/۴۳**	۱					
۴-خشم	۰/۸۱۱**	۰/۴۵۱**	۰/۵۵۲**	۱				
۵-خصومت	۰/۷۵۸**	۰/۵۰۳**	۰/۴۳**	۰/۴۳**	۱			
۶-تنظیم هیجان	۰/۰۵۱	-۰/۰۳۷	۰/۰۹۳	-۰/۰۷۰	۰/۱۴۰*	۱		
۷-انطباقی	-۰/۲۶**	-۰/۱۸۳**	-۰/۰۹۷	-۰/۸۲۳**	-۰/۰۲۰**	۰/۷۰۱**	۱	
۸-غیرانطباقی	۰/۳۴**	۰/۱۳۷*	۰/۲۳۱**	۰/۲۴۱**	۰/۴۰۲**	۰/۶۰۷**	-۰/۰۵۳	۱
۹-جنسیت	-۰/۱۵۵*	-۰/۱۳۸*	-۰/۳۱۱**	۰/۰۱۸	-۰/۰۵۷	-۰/۰۷۲	-۰/۰۹۸	۰/۰۰۰
میانگین	۷۵/۴۴	۱۳/۷۴	۲۲	۱۸/۹۴	۲۰/۷۶	۵۰/۸۲	۲۴/۸۵	۲۵/۹۶
انحراف معیار	۱۶/۷۷	۳/۱۲	۶/۴۳	۶/۰۳	۵/۶۴	۷/۴۰	۵/۴۸	۵/۳۱

**همبستگی معنادار در سطح ۰/۰۱

*همبستگی معنادار در سطح ۰/۰۵

جدول ۲. نتایج مقایسه میانگین پرخاشگری و دو مؤلفه کلامی و جسمانی بین مردان و زنان.

	آزمون لون برای برابری واریانس‌ها		آزمون t مستقل		
	نسبت F	معناداری	T	درجه آزادی	سطح معناداری
پرخاشگری کل	۰/۱۳۱	۰/۷۱۸	۲/۷۲۲	۲۶۰	۰/۰۱
پرخاشگری جسمانی	۰/۰۲۳	۰/۸۸۰	۵/۳۹۹	۲۶۰	۰/۰۱
پرخاشگری کلامی	۰/۰۰۰	۰/۹۸۶	۲/۲۴۲	۲۶۰	۰/۰۵

برای کنترل اثر جنسیت در رابطه‌ی میان پرخاشگری و دو مؤلفه‌ی جسمانی و کلامی آن با شیوه‌های تنظیم هیجان انطباقی و غیرانطباقی، از همبستگی تفکیکی استفاده شده که نتایج آن در جدول ۳ قابل مشاهده است. همبستگی پرخاشگری و تنظیم هیجان انطباقی پس از کنترل جنسیت تنها دو درصد تغییر کرده است و تنظیم هیجان غیرانطباقی هم با افزایشی ۰/۰۰۴ درصدی تغییر ناچیزی را نشان می‌دهد. میان پرخاشگری جسمانی و تنظیم هیجان انطباقی رابطه‌ی معناداری وجود نداشت، اما پس از کنترل جنسیت، همبستگی منفی و معناداری میان این دو مشاهده شد. با این‌حال، همبستگی بین پرخاشگری جسمانی و تنظیم هیجان غیرانطباقی تغییر چندانی پیدا نکرد (۰/۰۱۲ درصد افزایش). همبستگی میان پرخاشگری کلامی با تنظیم هیجان انطباقی و غیرانطباقی به ترتیب با کاهش ۰/۰۱۴ و ۱ درصدی تغییر قابل‌توجهی پیدا نکردند. به منظور روشن‌تر شدن رابطه‌ی میان پرخاشگری جسمانی و تنظیم هیجان انطباقی از تحلیل رگرسیون چندمتغیره استفاده شد. نتایج نشان داد که تنظیم هیجان انطباقی نه در حالت کلی ($F=۲/۳۰۶$، $p=۰/۱۳۰$) و نه به صورت جداگانه برای مردان ($F=۲/۹۴۳$، $p=۰/۰۸۸$) و زنان ($F=۱/۷۹۲$، $p=۰/۱۸۴$) قادر به پیش‌بینی پرخاشگری جسمانی نیست.

جدول ۳. همبستگی تفکیکی میان پرخاشگری و مؤلفه‌های آن و شیوه‌های تنظیم هیجان.

	پرخاشگری	جسمانی	کلامی
تنظیم هیجان	۰/۰۰۴	-۰/۰۷۴	-۰/۰۴۶
انطباقی	-۰/۲۸**	-۰/۱۳۵*	-۰/۱۹۷**
غیرانطباقی	۰/۳۴۴**	۰/۲۴۳**	۰/۱۳۸*

**همبستگی معنادار در سطح ۰/۰۱

*همبستگی معنادار در سطح ۰/۰۵

در نهایت برای بررسی توان پیش‌بینی راهبردهای خاص تنظیم هیجان انطباقی و غیرانطباقی برای زنان و مردان تحلیل رگرسیون به روش همزمان مورد استفاده قرار گرفت. برای پیش‌بینی پرخاشگری کل در مردان تمرکز مجدد بر برنامه‌ریزی، تمرکز مجدد مثبت، سرزنش دیگران، نشخوارگری و فاجعه‌سازی به دلیل همبستگی معنادار با پرخاشگری کل به عنوان متغیرهای پیش‌بینی مورد استفاده قرار گرفتند. برای

[Downloaded from pajoohande.sbmu.ac.ir on 2026-11-21]

زنان هم علاوه بر راهبردهای پیش‌گفته، تمرکز مجدد مثبت به عنوان متغیر پیش‌بینی وارد مدل شد. نتایج نشان داد که مدل برای مردان (p=۰/۰۰۱، r^2=۰/۱۶۱، F=۴/۶۱۸) معنادار است اما برای زنان (p=۰/۱۲۲، F=۱/۷۲۹) اینگونه نیست. سرزنش دیگران (p=۰/۰۰۱، t=۳/۶۷۹، B=۰/۳۰۶) و تمرکز مجدد بر برنامه‌ریزی (p=۰/۰۱، t=-۳/۳۹۵، B=-۰/۲۹۶) پرخاشگری کل در مردان را پیش‌بینی می‌کردند. برای پیش‌بینی پرخاشگری جسمانی در مردان تمرکز مجدد بر برنامه‌ریزی، سرزنش دیگران، نشخوارگری و فاجعه‌سازی وارد تحلیل شدند که نقش معناداری در مدل داشتند (p=۰/۰۰۱، r^2=۰/۱۵۵، F=۶/۶۹۱) و از میان آنها تمرکز مجدد بر برنامه‌ریزی (p=۰/۰۵، t=-۲/۱۰۷، B=-۰/۱۶۷) و سرزنش دیگران (p=۰/۰۵، t=۲/۵۰۳، B=۰/۲۰۳) قادر به پیش‌بینی پرخاشگری جسمانی بودند. متغیرهای پیش‌بین برای پرخاشگری جسمانی زنان هم تمرکز مجدد مثبت، سرزنش دیگران و فاجعه‌سازی بود که نقش معناداری در مدل داشتند (p=۰/۰۵، r^2=۰/۱۱۵، F=۴/۵۴۸) و تنها فاجعه‌سازی توان پیش‌بینی پرخاشگری کل را داشت (p=۰/۰۵، t=۲/۵۰۳، B=۰/۲۰۵). پیش‌بینی پرخاشگری کلامی مردان هم توسط مدلی متشکل از راهبردهای تمرکز مجدد بر برنامه‌ریزی، ارزیابی مجدد مثبت، دیدگاه‌گیری و سرزنش دیگران صورت گرفت. مدل به کار گرفته شده معنادار بود (p=۰/۰۵، r^2=۰/۱۷۱، F=۷/۵۳۰) و تمرکز مجدد بر برنامه‌ریزی (p=۰/۰۱، t=-۳/۳۳۰، B=-۰/۲۸۲) و سرزنش دیگران (p=۰/۰۰۱، t=۳/۶۷۳، B=۰/۲۸۷) پرخاشگری کلامی مردان را پیش‌بینی می‌کردند. نشخوارگری و فاجعه‌سازی برای پیش‌بینی پرخاشگری کلامی زنان مورد تحلیل قرار گرفتند که مشارکت معناداری داشتند (p=۰/۰۵، r^2=۰/۰۸۲، F=۴/۷۰۷) و فاجعه‌سازی قادر به پیش‌بینی پرخاشگری کلامی بود (p=۰/۰۵، t=۲/۰۴۵، B=۰/۲۰۵).

بحث

پژوهش حاضر با هدف بررسی نقش جنسیت در رابطه‌ی بین تنظیم شناختی هیجان و پرخاشگری به انجام رسید. میان جنسیت و شیوه‌های تنظیم شناختی هیجان رابطه‌ی معناداری مشاهده نشد ولی میان پرخاشگری و دو مؤلفه‌ی کلامی و جسمانی تفاوت وجود داشت، بدین صورت که مردان از زنان پرخاشگرتر بودند. این یافته با تحقیقات قبلی که نشان داده‌اند که در کل زنان بیشتر از مردان از راهبردهای تنظیم هیجان استفاده می‌کنند اما میان استفاده از دو شیوه‌ی انطباقی و غیرانطباقی تفاوت جنسیتی مشاهده نمی‌شود (۴۲،۴۱) همسو می‌باشد. به نظر می‌رسد که زنان و مردان هر دو به یک اندازه از دو روش تنظیم هیجان استفاده می‌کنند. به علاوه، این یافته‌ها با پیشینه‌ی تحقیقاتی که بیان می‌کند مردان در مقایسه با زنان پرخاشگری کلامی و جسمانی بالاتری دارند (۴۴،۴۳،۳) هماهنگ است. تفاوت‌های جنسیتی در پرخاشگری کلامی نسبت به پرخاشگری فیزیکی بیشتر است (۴۲). به طور کلی مردان بیشتر از سلاح‌های گرم و سرد استفاده می‌کنند و همچنین مردان از شکل‌های خطرناک پرخاشگری فیزیکی در نزاع های مشابه استفاده می‌کنند (۴۲). تفاوت‌هایی مانند برانگیختگی هیجانی (۴۵) و نقش‌های جنسیتی مردانه (۴۶) مردان را نسبت به پرخاشگری آماده‌تر می‌کند.

شیوه‌های تنظیم هیجان غیرانطباقی و انطباقی با پرخاشگری و مؤلفه‌های آن رابطه داشتند. تنها در رابطه میان تنظیم هیجان انطباقی و پرخاشگری جسمانی رابطه‌ی معناداری مشاهده نشد که پس از کنترل جنسیت همبستگی ضعیفی میان این دو ظاهر شد و تنظیم هیجان انطباقی نه در حالت کلی و نه به صورت جداگانه قادر به پیش‌بینی پرخاشگری جسمانی در زنان و مردان نبود. دوناهو و همکاران (۲۰۱۴) هم به این نتیجه رسیدند که جنسیت ارتباط میان عاطفه‌ی منفی و پرخاشگری جسمانی را تعدیل می‌کند (۳۵). در پژوهش آنان ناتوانی در بازداری رفتارهای تکانشی در هر دو جنس و خودآگاهی هیجانی در مردان بر رابطه‌ی میان عاطفه‌ی منفی و پرخاشگری اثرگذار بودند. در بقیه موارد کنترل جنسیت تغییر قابل‌توجهی را در رابطه میان تنظیم هیجان و پرخاشگری مشاهده نمی‌شود. این‌طور به نظر می‌رسد که شیوه‌های تنظیم هیجان انطباقی و غیرانطباقی به اندازه‌ی یکسانی در وقوع پرخاشگری زنان و مردان اثرگذار باشند. به نظر می‌رسد افرادی که توانایی سرکوب هیجانات خود را دارند بهتر می‌توانند پرخاشگری خود را کنترل کنند و برانگیختگی هیجانی کمتری را تجربه کنند (۲۹). بنابراین افرادی که برانگیختگی زیادی را تجربه می‌کنند می توانند با سرکوب هیجانات خود پرخاشگری کلامی و فیزیکی کمتری را از خود نشان دهند.

بررسی نقش راهبردهای بخصوص تنظیم هیجان انطباقی و غیرانطباقی نشان داد که از بین راهبردهای نُه‌گانه تمرکز مجدد بر برنامه‌ریزی به صورت منفی و سرزنش دیگران به صورت مثبت پرخاشگری کل و دو نوع کلامی و جسمانی را در مردان پیش‌بینی می‌کنند. هیچ‌کدام از راهبردهای استفاده

[Downloaded from pajoohande.sbmu.ac.ir on 2026-11-21]

شده در مدل قادر به پیش‌بینی پرخاشگری کل در زنان نبودند، بااین‌حال تنها راهبرد غیرانطباقی فاجعه‌سازی توانست پرخاشگری جسمانی و کلامی در زنان را پیش‌بینی کند. این یافته‌ها با پژوهش گرانفسکی و همکاران (۱۵) که نشان دادند زنان در مقایسه با مردان بیشتر از راهبردهای فاجعه‌سازی، نشخوارگری و تمرکز مجدد مثبت استفاده می‌کنند و فاجعه‌سازی با علایم افسردگی رابطه دارد، در یک راستا قرار می‌گیرد. در پژوهش تاشکه و بازانی (۴۷) راهبرد فاجعه‌سازی و تمرکز مجدد بر برنامه‌ریزی، اضطراب اجتماعی را در دانشجویان پیش‌بینی می‌کردند. ناتوانی در تمرکز مجدد بر برنامه‌ریزی هنگام تجربه‌ی هیجان‌های منفی باعث وقوع مشکلاتی در بازداری تکانه‌های پرخاشگری و دسترسی ادراک‌شده محدود به راهبردهای مناسب تنظیم هیجان می‌شود (۴۸) و در نتیجه‌ی دسترسی محدود به راهبردهای مؤثر تنظیم هیجانی فرد برای خاتمه دادن به حالت عاطفی منفی به رفتارهای پرخاشگرانه دست می‌زند. از سویی پژوهش نشان می‌دهد که زنان در کل آگاهی بیشتری نسبت به هیجان‌ها دارند (۴۹) و رفتارهای پرخاشگرانه خود را ناشی از استرس فزاینده و فقدان کنترل می‌دانند که این مسأله با یافته‌های پژوهش حاضر در مورد ارتباط راهبرد فاجعه‌سازی با پرخاشگری کلامی و جسمانی در زنان همسو است. از طرفی احتمال می‌رود که خودآگاهی هیجانی پایین‌تر در مردان آنان را در معرض سوءتفسیر درباره‌ی منشأ پریشانی درونی و مقصر دانستن دیگران به خاطر وضعیت پیش‌آمده قرار دهد و بدین ترتیب آنان را به سوی پرخاشگری سوق دهد.

پژوهش حاضر تلویحاتی به همراه دارد. تفاوت‌های جنسیتی مشاهده شده در مورد راهبردهای تنظیم هیجان و پرخاشگری می‌تواند بیانگر لزوم تمرکز بر جنبه‌های مختلفی در درمان باشد. احتمال می‌رود که پرداختن به شناخت‌های فاجعه‌ساز در مورد وضعیت هیجانی و رفتارهای پرخاشگرانه برای زنان مؤثر باشد. از سوی دیگر، در درمان مردان پرخاشگر می‌توان بر آگاهی بیشتر از هیجان‌ها، ارزیابی صحیح در ارتباط با منشأ ناراحتی هیجانی و سهم دیگران در پدید آمدن حالت‌های عاطفی منفی به کاهش رفتارهای پرخاشگرانه کمک کرد. همچنین آموزش شیوه‌های صحیح کنترل خشم، جرأت‌آموزی و بهبود توانایی مسأله‌گشایی می‌تواند آنان را در تمرکز بر برنامه‌ریزی مثبت برای حل و فصل موقعیت‌های دشوار و پایان دادن به هیجان‌های ناخوشایند یاری رساند. پژوهش حاضر دربردارنده‌ی محدودیت‌های چندی بود که می‌تواند راهنمای پژوهش‌گران برای تحقیقات آتی باشد. نمونه‌ی دانشجویان دانشگاهی تعمیم‌پذیری یافته‌های حاضر برای گروه‌های دیگر، به ویژه افراد مبتلا به رفتارهای پرخاشگرانه و مشکلات برون‌سازی را محدود می‌کند، لذا تکرار این پژوهش در جمعیت‌های پیش‌گفته می‌تواند اطلاعات سودمندی را در مورد این مسأله به دست دهد. در این پژوهش تنها راهبردهای تنظیم شناختی هیجان و جنسیت مورد بررسی قرار گرفت، درحالی‌که احتمال می‌رود متغیرهای دیگری در این زمینه اثرگذار باشند. در نهایت، ماهیت مقطعی پژوهش حاضر امکان دست زدن به نتیجه‌گیری‌های علّی را از پژوهش‌گران سلب می‌کند. پژوهش‌های آتی با آموزش مهارت‌های انطباقی تنظیم هیجان و بررسی تغییر در رفتارهای پرخاشگرانه در کارآزمایی‌های بالینی کنترل‌شده می‌توانند راه‌گشا باشند.

REFERENCES

1. Gini G, Pozzoli T, Hymel S. Moral disengagement among children and youth: A meta-analytic review of links to aggressive behavior. Aggress Behav 2014;40(1):56-68.

2. Conway AM. Girls, aggression, and emotion regulation. Am J Orthopsychiatry 2005;75(2):334.

3. Campbell A. Oxford Handbook of Evolutionary Psychology. London: Oxford University Press; 2012.

4. Howells K. Cognitive behavioural interventions for anger, aggression and violence. In: Wells TN, Haddock F, editors. Treating complex cases. Chichester John Wiley and Sons; 1998.

5. Novaco RW. The functions and regulation of the arousal of anger. Am J Psychiatry 1976;133(10):1124-28.

6. Novaco RW. Anger dysregulation. In: Cavell TA, Malcolm KT, editors. Anger, aggression and interventions for interpersonal violence. New Jersey: Lawrence rlbaum Associates; 2007.

7. Bushman BJ, Anderson CA. Is it time to pull the plug on the hostile versus instrumental aggression dichotomy? Psychol Rev 2001;108(1):273-79.

8. Carstensen LL, Turan B, Scheibe S, Ram N, Ersner-Hershfield H, Samanez-Larkin GR, *et al*. Emotional experience improves with age: evidence based on over 10 years of experience sampling. Psychol Aging 2011;26(1):21.

9. Gross JJ, Thompson RA. Emotion regulation: Conceptual foundations. 2007.

10. Garnefski N, Koopman H, Kraaij V, ten Cate R. Brief report: Cognitive emotion regulation strategies and psychological adjustment in adolescents with a chronic disease. J Adolesc 2009;32(2):449-54.

[Downloaded from pajoohande.sbmu.ac.ir on 2026-11-21]

11. Garnefski N, Kraaij V. Relationships between cognitive emotion regulation strategies and depressive symptoms: A comparative study of five specific samples. Pers Individ differ 2006;40(8):1659-69.

12. Garnefski N, Rieffe C, Jellesma F, Terwogt MM, Kraaij V. Cognitive emotion regulation strategies and emotional problems in 9–11-year-old children. Eur Child Adolesc Psychiatry 2007;16(1):1.

13. Augustine AA, Hemenover SH. On the relative effectiveness of affect regulation strategies: A meta-analysis. Cogn Emot 2009;23(6):1181-220.

14. Parkinson B, Totterdell P. Classifying affect-regulation strategies. Cogn Emot 1999;13(3):277-303.

15. Garnefski N, Teerds J, Kraaij V, Legerstee J, Kommer T. Cognitive emotion regulation strategies and depressive symptoms: differences between males and females. Pers Individ Differ 2004;36(2):267-76.

16. Zhu X, Auerbach RP, Yao S, Abela JR, Xiao J, Tong X. Psychometric properties of the cognitive emotion regulation questionnaire: Chinese version. Cogn Emot 2008;22(2):288-307.

17. Aldao A, Nolen-Hoeksema S, Schweizer S. Emotion-regulation strategies across psychopathology: A meta-analytic review. Clin Psychol Rev 2010;30(2):217-37.

18. Kun B, Demetrovics Z. Emotional intelligence and addictions: A systematic review. Subst Use Misuse 2010;45(7-8): 1131-60.

19. Buckholdt KE, Parra GR, Jobe-Shields L. Emotion regulation as a mediator of the relation between emotion socialization and deliberate self-harm. Am J Orthopsychiatry 2009;79(4):482-90.

20. Mikolajczak M, Petrides KV, Hurry J. Adolescents choosing self-harm as an emotion regulation strategy: The protective role of trait emotional intelligence. Br J Clin Psychol 2009;48(2):181-93.

21. Gross JJ, John OP. Individual differences in two emotion regulation processes: Implications for affect, relationships, and well-being. J Pers Soc Psychol 2003;85(2):348-62.

22. John OP, Gross JJ. Healthy and unhealthy emotion regulation: Personality processes, individual differences, and life span development. J Pers Soc Psychol 2004;72(6):1301-33.

23. Cisler JM, Olatunji BO, Feldner MT, Forsyth JP. Emotion regulation and the anxiety disorders: An integrative review. J Psychopathol Behav Assess 2010;32(1):68-82.

24. Gratz KL, Rosenthal MZ, Tull MT, Lejuez CW, Gunders JG. An experimental investigation of emotion dysregulation in borderline personality disorder. J Abnorm Psychol 2006;115(4):850-55.

25. Tull MT, Barrett HM, McMillan ES, Roemer L. A preliminary investigation of the relationship between emotion regulation difficulties and posttraumatic stress symptoms. Behav Ther 2007;38(3):303-13.

26. Cornell DG, Peterson CS, Richards H. Anger as a predictor of aggression among incarcerated adolescents. J Consult Clin Psychol 1999;67(1):108-15.

27. Doyle M, Dolan M. Evaluating the validity of anger regulation problems, interpersonal style, and disturbed mental state for predicting inpatient violence. Behav Sci Law 2006;24(6):783-98.

28. Eckhardt CI, Jamison TR, Watts K. Anger experience and expression among male dating violence perpetrators during anger arousal. J Interpers Violence 2002;17(10):1102-14.

29. Norstrom T, Pape H. Alcohol, suppressed anger and violence. Addiction 2010;105(9):1580-86.

30. Cohn AM, Jakupcak M, Seibert LA, Hildebrandt TB, Zeichner A. The role of emotion dysregulation in the association between men's restrictive emotionality and use of physical aggression. Psychol Men Masculinity 2010;11(1): 53-64.

31. Sullivan TN, Helms SW, Kliewer W, Goodman KL. Associations between sadness and anger regulation coping, emotional expression, and physical and relational aggression among urban adolescents. Soc Dev 2010;19(1):30-51.

32. Bettencourt B, Miller N. Gender differences in aggression as a function of provocation: A meta-analysis. Psychol Bull 1996;119(3):422-47.

33. Knight GP, Guthrie IK, Page MC, Fabes RA. Emotional arousal and gender differences in aggression: A meta-analysis. Aggress Behav 2002;28(5):366-93.

34. Kovácsová N, Lajunen T, Rošková E. Aggression on the road: Relationships between dysfunctional impulsivity, forgiveness, negative emotions, and aggressive driving. Transport Res Part F: Traffic Psychol Behav 2016; 42:286-98.

35. Donahue JJ, Goranson AC, Goranson KM, Van Male LM. Emotion dysregulation, negative affect, and aggression: A moderated, multiple mediator analysis. Pers Individ Differ 2014;70: 23-8.

36. Faul F, Erdfelder E, Lang A-G, Buchner A. G* Power 3: A flexible statistical power analysis program for the social, behavioral, and biomedical sciences. Behav Res Methods 2007;39(2):175-91.

37. Buss AH, Perry M. The Aggression Questionnaire. J Pers Soc Psychol 1992;63(3):452-59.

[Downloaded from pajoohande.sbmu.ac.ir on 2026-11-21]

38. Mohammadi NA. Preliminary study psychometric standards-Perry Aggression Questionnaire. Soc Hum Sci J 2006; 25(5):135-51.

39. Garnefski N, Kraaij V. The cognitive emotion regulation questionnaire: psychometric features and prospective relationships with depression and anxiety in adults. Eur J Psychol Assess 2007;23(3):141-49.

40. Hasani J. The reliability and validity of the short form of the cognitive emotion regulation questionnaire. Behav Sci Res 2011;9(4):299-40.

41. Nolen-Hoeksema S, Aldao A. Gender and age differences in emotion regulation strategies and their relationship to depressive symptoms. Pers Individ Diff 2011;51(6):704-8.

42. Archer J. Sex differences in aggression in real-world settings: a meta-analytic review. Rev Gen Psychol 2004; 8(4):291.

43. Giancola PR, Helton EL, Osborne AB, Terry MK, Fuss AM, Westerfield JA. The effects of alcohol and provocation on aggressive behavior in men and women. J Stud Alcohol 2002;63(1):64-73.

44. Giancola PR. Influence of subjective intoxication, breath alcohol concentration, and expectancies on the alcohol-aggression relation. Alcoholism: Clin Exp Res 2006;30(5):844-50.

45. Gratz KL, Paulson A, Jakupcak M, Tull MT. Exploring the relationship between childhood maltreatment and intimate partner abuse: Gender differences in the mediating role of emotion dysregulation. Violence Victims 2009; 24(1):68-82.

46. Jakupcak M. Masculine gender role stress and men's fear of emotions as predictors of self-reported aggression and violence. Violence Victims 2003;18(5):533-41.

47. Tashkeh M, Bazani M. Prediction of social anxiety by cognitive emotional regulation and emotional schema in female and male students. Zanko J Med Sci 2015;16(50):72-83

48. Gratz KL, Roemer L. Multidimensional assessment of emotion regulation and dysregulation: Development, factor structure, and initial validation of the difficulties in emotion regulation scale. J Psychopathol Behav Assess 2004; 26(1):41-54.

49. Barrett LF, Lane RD, Sechrest L, Schwartz GE. Sex differences in emotional awareness. Pers Soc Psychol Bull 2000;26(9):1027-35.

[Downloaded from pajoohande.sbmu.ac.ir on 2026-11-21]