

## نقش راهبردهای نظم‌جویی شناختی هیجان در اختلال‌های درونی سازی کودکان

تاریخ دریافت: ۹۰/۴/۲۸

تاریخ پذیرش: ۹۰/۸/۲۲

علی مشهدی\*، فاطمه میردورقی\*\*، جعفر حسنی\*\*\*

### چکیده

**مقدمه:** نظم‌جویی هیجان مؤلفه‌ی مرکزی در سازماندهی رفتار سازگارانه و جلوگیری از بروز هیجان‌های منفی و رفتارهای ناسازگارانه می‌باشد. پژوهش حاضر با هدف بررسی نقش راهبردهای نظم‌جویی شناختی هیجان در اختلال‌های درونی سازی کودکان (افسردگی و اضطراب) صورت گرفت.

**روش:** در قالب یک طرح همبستگی، با استفاده از روش نمونه‌گیری خوشه‌ای چند مرحله‌ای از میان دانش‌آموزان پایه سوم، چهارم و پنجم ابتدایی مدارس دولتی شهر مشهد در سال تحصیلی ۹۰-۸۹، تعداد ۵۳۱ دانش‌آموز شامل ۲۵۴ نفر پسر و ۲۶۱ نفر دختر انتخاب شدند و پرسشنامه راهبردهای نظم‌جویی شناختی هیجان فرم کودکان، مقیاس اضطراب چند بعدی کودکان و مقیاس افسردگی کودکان را تکمیل نمودند. تجزیه و تحلیل داده‌ها با استفاده از ضریب همبستگی پیرسون و تحلیل رگرسیون چند متغیری به شیوه‌ی گام به گام انجام شد.

**یافته‌ها:** ضرایب همبستگی پیرسون نشان داد که راهبردهای ملامت خود، نشخوارگری، فاجعه‌سازی و ملامت دیگران رابطه‌ی مثبت با اضطراب و افسردگی دارند. در حالیکه رابطه راهبردهای پذیرش، تمرکز مجدد مثبت، تمرکز مجدد بر برنامه ریزی و ارزیابی مجدد مثبت با هر دو مؤلفه‌ی اضطراب و افسردگی منفی بود. همچنین راهبرد دیدگاه‌گیری فقط با اضطراب به صورت منفی همبسته بود. نتایج تحلیل رگرسیون چند متغیری به شیوه‌ی گام به گام نشان داد که راهبردهای نظم‌جویی شناختی هیجان نشخوارگری، فاجعه‌سازی، ملامت خویش و تمرکز مجدد بر برنامه ریزی مؤلفه‌ی اضطراب را پیش‌بینی می‌نمایند. علاوه بر این، راهبردهای فاجعه‌سازی، ملامت دیگران، تمرکز مجدد مثبت، پذیرش، تمرکز مجدد بر برنامه ریزی و نشخوارگری مؤلفه‌ی افسردگی را مورد پیش‌بینی قرار دادند.

**نتیجه‌گیری:** از یافته‌های این پژوهش استنباط می‌شود که یکی از عوامل مهم در بروز اختلال‌های روان‌شناختی کودکان راهبردهای شناختی است که آنها برای نظم‌دهی هیجان‌های خود بعد از تجربه رویداد تهدید آمیز به کار می‌گیرند. بنابراین در برنامه‌های درمانی باید توجه خاصی به راهبردهای شناختی به ویژه راهبردهای ناسازگارانه از قبیل ملامت خود، نشخوارگری، پذیرش و فاجعه‌سازی صورت گیرد.

**واژه‌های کلیدی:** راهبردهای نظم‌جویی شناختی هیجان، اختلال‌های درونی سازی، افسردگی، اضطراب

Mashhadi@um.ac.ir

\* نویسنده مسئول: استادیار، گروه روان‌شناسی دانشگاه فردوسی مشهد، مشهد، ایران

Fatemeh.mirdoraghi@gmail.com

\*\* دانشجوی کارشناسی ارشد روان‌شناسی عمومی دانشگاه فردوسی مشهد، مشهد، ایران

Hasanimehr57@yahoo.com

\*\*\* استادیار، گروه روان‌شناسی بالینی دانشگاه تربیت معلم، تهران، ایران

## مقدمه

مختلفی جهت نظم جویی هیجان‌اتشان استفاده می‌کنند و یکی از متداول‌ترین این روش‌ها استفاده از راهبردهای شناختی است. راهبردهای نظم دهی شناختی هیجان<sup>۳</sup>، فرایندهای شناختی هستند که افراد برای مدیریت اطلاعات هیجان آور و برانگیزاننده به کار می‌گیرند [۱۱] و بر جنبه شناختی مقابله تأکید دارند [۳]. بنابراین، افکار و شناخت‌ها در توانایی مدیریت، نظم جویی و کنترل احساس‌ها و هیجان‌ها بعد از تجربه یک رویداد تنیدگی زا نقش بسیار مهمی دارند. از جمله راهبردهای مقابله‌ای<sup>۴</sup> مورد استفاده بعد از تجربه رویداد تنیدگی زا می‌توان به راهبرد ملامت خود<sup>۵</sup>، نشخوار گری<sup>۶</sup>، پذیرش<sup>۷</sup>، ملامت دیگران<sup>۸</sup>، فاجعه سازی<sup>۹</sup> و یا ارزیابی مجدد مثبت<sup>۱۰</sup> اشاره نمود که هر کدام پیامدهای خاص خود را خواهد داشت [۳]. در این نکته که افراد در تمامی مراحل زندگی با دامنه وسیعی از رویدادهای تنیدگی زا و چالش برانگیز برای انطباق با جهان اطراف رو به رو می‌شوند، شکی نیست. اکثر کودکان برای رفع این چالش‌های محیطی از روش‌های ساده و ابتدایی استفاده می‌کنند. اما با افزایش سن، روش‌های مقابله‌ای خود را گسترش داده و از راهبردهای ابتدایی بیرونی و رفتاری به راهبردهای درونی و شناختی تغییر جهت می‌دهند [۱۲]. به طوری که اوایل نوجوانی یکی از دوره‌های مهم برای تحول مهارت‌های مقابله‌ای شناختی محسوب می‌شود زیرا در این دوره توانایی‌های شناختی تحول چشمگیری می‌کنند [۱۲]. پس با وجود اینکه رابطه بین تجربه رویدادهای منفی زندگی و افسردگی نسبتاً تأیید شده است [۱۳]، اما چگونگی مقابله فرد با رویداد تنیدگی زا نیز بر میزان افسردگی اثر دارد [۱۴، ۱۵]. از آنجایی که تفاوت‌های فردی در فعالیت‌های شناختی و محتوای افکار بر چگونگی نظم جویی هیجان‌ها مؤثر است [۱۱]، استفاده از راهبردهای شناختی خاصی مثل نشخوار گری، فاجعه سازی و ملامت خود نسبت به دیگر راهبردها، آسیب پذیری فرد برای اختلال‌های درونی سازی را بیشتر می‌کند در حالیکه

هیجان نقش مهمی در جنبه‌های مختلف زندگی نظیر سازگاری با تغییرات زندگی و رویدادهای تنیدگی زا ایفا می‌کند. اصولاً، هیجان را می‌توان واکنش‌های زیست شناختی به موقعیت‌هایی دانست که آن را یک فرصت مهم یا چالش برانگیز ارزیابی می‌کنیم و این واکنش‌های زیستی با پاسخی که به آن رویدادهای محیطی می‌دهیم، همراه می‌شوند [۱]. هر چند هیجان‌ها مبنای زیستی دارند، اما افراد قادرند بر شیوه‌هایی که این هیجان‌ها را ابراز می‌کنند، اثر بگذارند. این توانایی که نظم جویی هیجان<sup>۱</sup> نامیده می‌شود، فرایندهای درونی و برونی است که مسئولیت کنترل، ارزیابی و تغییر واکنش‌های عاطفی فرد را در مسیر تحقق یافتن اهداف بر عهده دارد [۲]. بنابراین نظم جویی هیجان، یک اصل اساسی در شروع، ارزیابی و سازماندهی رفتار سازگارانه و همچنین جلوگیری از هیجان‌های منفی و رفتارهای ناسازگارانه محسوب می‌شود [۱]. این سازه یک مفهوم پیچیده است که طیف گسترده‌ای از فرایندهای زیستی، اجتماعی، رفتاری و همچنین فرایندهای شناختی هشیار و ناهشیار را در بر می‌گیرد [۳]. به عبارت دیگر، واژه نظم جویی هیجان مشتمل بر راهبردهایی است که باعث کاهش، حفظ و یا افزایش یک هیجان می‌شوند [۴] و به فرایندهایی اشاره دارد که بر هیجان‌های کنونی فرد و چگونگی تجربه و ابراز آنها اثر می‌گذارد [۵]. از آنجایی که نظم جویی هیجان نقشی محوری در تحول بهنجار داشته و ضعف در آن، عاملی مهم در ایجاد اختلال‌های روانی به شمار می‌رود [۶]، نظریه پردازان بر این باورند، افرادی که قادر به مدیریت صحیح هیجان‌اتشان در برابر رویدادهای روزمره نیستند، بیشتر نشانه‌های تشخیصی، اختلال‌های درونی سازی<sup>۲</sup> از قبیل افسردگی و اضطراب را نشان می‌دهند [۷، ۸]. بنابراین می‌توان گفت، نظم دهی هیجان عاملی کلیدی و تعیین کننده در بهزیستی روانی و کارکرد اثربخش است [۳، ۹] که در سازگاری با رویدادهای تنیدگی زای زندگی نقش اساسی ایفا می‌کند [۲، ۵، ۸، ۹، ۱۰]، تا جایی که باید گفت بر کل کیفیت زندگی فرد اثر می‌گذارد. به طور اجمالی می‌توان ادعان نمود که افراد از روش‌های

- 3- cognitive emotion-regulation strategies
- 4- coping strategies
- 5- self-blame
- 6- rumination
- 7- acceptance
- 8- other-blame
- 9- catastrophizing
- 10- positive reappraisal

- 1- emotion regulation
- 2- internalizing disorders

وجود دارد و همچنین اهمیت نظم جویی هیجان‌های کودکان و نوجوانان در سلامت روان آنها، پژوهش حاضر با هدف بررسی نقش راهبردهای نظم جویی شناختی هیجان در اختلال‌های درونی سازی (افسردگی و اضطراب) کودکان صورت گرفت.

### روش

**طرح پژوهش:** روش این پژوهش توصیفی و از نوع همبستگی است که جهت بررسی نقش راهبردهای نظم جویی شناختی هیجان در اختلال‌های درونی سازی کودکان انجام شد.

**آزمودنیها:** جامعه آماری این پژوهش شامل کلیه دانش آموزان پایه سوم، چهارم و پنجم مقطع ابتدایی مدارس دولتی شهر مشهد در سال ۹۰-۸۹ بود. با توجه به اینکه در پژوهش‌های رگرسیونی باید از نمونه نسبتاً بزرگی استفاده شود و بالا بودن حجم نمونه، ثبات یافته‌ها را در این نوع تحقیقات بالا می‌برد [۳۵]، از جامعه آماری فوق‌الذکر تعداد ۵۳۱ نفر شامل ۲۷۳ دختر (۵۱/۴) و ۲۵۸ پسر (۴۸/۶) با استفاده از روش نمونه‌گیری خوشه‌ای چند مرحله‌ای انتخاب شد.

### ابزار:

در این پژوهش به منظور جمع‌آوری داده‌های مورد نیاز از ابزارهای زیر استفاده شد:

۱- پرسشنامه اطلاعات جمعیت شناختی: این پرسشنامه محقق ساخته سوالاتی درباره سن، جنس، پایه تحصیلی و منطقه محل سکونت را شامل می‌شد.

۲- پرسشنامه نظم جویی شناختی هیجان<sup>۳</sup> - فرم کودکان: کودکان: این پرسشنامه بر مبنای پرسشنامه اصلی نظم‌جویی شناختی هیجانی توسط گارنفسکی و کرایج [۳۶] در کشور هلند تدوین شد و یک پرسشنامه چند بعدی است که جهت شناسایی راهبردهای مقابله‌ای شناختی افراد پس از تجربه کردن وقایع یا موقعیت‌های منفی مورد استفاده قرار می‌گیرد. بر خلاف سایر پرسشنامه‌های مقابله‌ای که به صورت آشکار بین افکار فرد و اعمال واقعی وی تمایز قائل نمی‌شوند، این پرسشنامه افکار فرد را پس از مواجهه با یک تجربه منفی یا وقایع آسیب‌زا ارزیابی می‌کند. این پرسشنامه یک ابزار خود گزارشی است و دارای ۳۶ ماده می‌باشد.

استفاده از راهبردهایی مانند ارزیابی مجدد مثبت آسیب پذیری کمتری به دنبال دارد [۹]. بنابراین سبک‌های نظم جویی شناختی هیجان نقش مهمی در رابطه بین تجربه رویدادهای منفی و علائم افسردگی ایفا می‌کند [۳، ۱۶، ۱۷]. همچنین، نتایج پژوهش‌ها نشان داده‌اند که کودکان و نوجوانان به طور ویژه از راهبردهای شناختی ناسازگارانه نظیر ملامت خود، نشخوار گری و فاجعه سازی استفاده می‌کنند که استفاده از این راهبردها نقش مؤثری در بروز رفتارهای ناسازگار دارد [۳]. در همین راستا، نتایج مطالعات متعدد نیز نشان می‌دهد که راهبردهای شناختی خاصی مانند ملامت خود، نشخوار گری و فاجعه سازی با اختلال‌های درونی سازی از قبیل افسردگی [۱، ۳، ۴، ۵، ۱۱، ۱۶، ۱۷، ۱۸، ۱۹، ۲۰، ۲۱، ۲۲، ۲۳] و اضطراب [۱، ۳، ۴، ۱۶، ۱۷، ۱۸، ۱۹، ۲۰، ۲۴] رابطه معنادار دارند. از آنجایی که تحقیقات همه گیر شناسی شیوع اختلال‌های درونی سازی در کودکان و نوجوانان زیر ۱۸ سال را ۸ تا ۱۲ درصد [۲۵]، ۵ تا ۲۰ درصد [۲۶]، ۵ تا ۱۰ درصد [۲۷]، ۲۱ تا ۲۸ درصد [۲۸]، ۱۵ تا ۲۰ درصد [۲۹]، ۳ تا ۱۷ درصد [۳۰] و ۵ تا ۱۳ درصد [۳۱] گزارش کرده‌اند، بنابراین می‌توان یکی از دلایل شیوع بالای این اختلال‌ها را در کودکان و نوجوانان، استفاده از راهبردهای شناختی ناسازگارانه و ناکارآمد دانست. در رابطه با راهبردهای سازگارانه از قبیل تمرکز مجدد بر برنامه ریزی<sup>۱</sup> نیز مطالعات حاکی از رابطه مثبت و منفی این راهبرد به ترتیب با احساس بهزیستی و آشفتگی است [۲۱، ۳۲، ۳۳]. با توجه به آنچه درباره راهبردهای سازگارانه و ناسازگارانه گفته شد، عده‌ای معتقدند نوع خاصی از افکار نشخوارگرانه یا ملامت خود، می‌تواند راهبردهای شناختی مفیدی برای مقابله با پاره‌ای از رویدادهای تنیدگی زای زندگی باشند [۳۳، ۳۴] و نمی‌توان گفت که این راهبردها همیشه ناسازگارانه و ناکارآمد هستند. همچنین در تأیید این عقیده، مطالعه گارنفسکی، بان و کرایج<sup>۲</sup> [۳۳] نشان داد که راهبرد فاجعه سازی قادر به پیش بینی نمرات آشفتگی نبوده است. با توجه به نتایج متناقضی که درباره رابطه راهبردهای مختلف نظم جویی شناختی هیجان و اختلال‌های درونی سازی

1- positive refocusing

2- Garnefski, Baan, Kraaij

3- cognitive emotion regulation questionnaire

۴- پرسشنامه افسردگی کودکان: این پرسشنامه یک ابزار خودسنجی است که توسط کواکس<sup>۳</sup> [۴۰] برای سنجش نشانه‌های شناختی، رفتاری و عاطفی افسردگی در کودکان و نوجوانان ۷ تا ۱۷ ساله طراحی شده است. این پرسشنامه دارای ۲۷ سؤال می‌باشد که هر سؤال شامل سه جمله است و آزمودنی یکی از سه جمله که بیانگر احساسات، افکار و رفتار او در طول دو هفته گذشته است را انتخاب می‌کند. سؤالات از ۰ تا ۲ نمره گذاری می‌شوند. نمره ۰ نشان دهنده فقدان نشانه، نمره یک بیانگر نشانه متوسط و نمره ۲ بیانگر وجود نشانه آشکار است، در نتیجه دامنه نمرات از ۰ تا ۵۴ می‌باشد که نمرات بالاتر نشان دهنده افسردگی بیشتر است [۴۱]. ایوارسون [۳۸] همسانی درونی آن را در کودکان سوئدی ۰/۸۶ گزارش کرده است. همچنین نتایج پژوهش دهشیری، نجفی، شیخی و حبیبی عسگرآباد [۴۲] نشان داد که اعتبار باز آزمایشی و همسانی درونی این پرسشنامه به ترتیب برابر با ۰/۸۲ و ۰/۸۳ می‌باشد. در پژوهش حاضر نیز برای این پرسشنامه ضریب آلفای کرونباخ ۰/۷۹ به دست آمد.

**روند اجرای پژوهش:** ابتدا از بین مناطق هفت گانه آموزش و پرورش شهر مشهد به تصادف، مناطق ۲، ۳، ۴، ۶ و ۷ انتخاب گردید و سپس از بین مدارس ابتدایی موجود در هر منطقه یک مدرسه دخترانه و یک مدرسه پسرانه انتخاب شد. در مرحله بعد از هر مدرسه از بین پایه‌های سوم، چهارم و پنجم دو پایه به تصادف انتخاب شد به طوری که در نهایت دانش آموزان هفت کلاس سوم، شش کلاس چهارم و هشت کلاس پنجم به عنوان نمونه در پژوهش شرکت کردند و پرسشنامه‌های راهبردهای شناختی نظم جویی هیجان، افسردگی کودکان و اضطراب چند بعدی کودکان را تکمیل نمودند. پس از اجرا و جمع‌آوری پرسشنامه‌ها داده‌ها مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت.

#### یافته‌ها

بر اساس داده‌های حاصل از پرسشنامه اطلاعات جمعیت شناختی، از بین ۵۳۱ دانش آموز گروه نمونه، ۲۵۸ نفر پسر (۴۸/۶ درصد) و ۲۷۳ نفر دختر (۵۱/۴ درصد) بودند. در این گروه، دانش آموزان پایه سوم ۱۷۱ نفر (۳۳ درصد)، پایه

اجرای این پرسشنامه خیلی آسان است و هم برای افراد بهنجار و هم برای جمعیت‌های بالینی قابل استفاده می‌باشد. این پرسشنامه از ۹ خرده مقیاس تشکیل شده است. خرده مقیاس‌های مذکور ۹ راهبرد شناختی ملامت خویش، پذیرش، نشخوارگری، تمرکز مجدد مثبت، تمرکز مجدد بر برنامه‌ریزی، ارزیابی مجدد مثبت، دیدگاه‌پذیری، فاجعه‌سازی و ملامت دیگران را ارزیابی می‌کند. دامنه‌ی نمرات مقیاس از ۱ (تقریباً هرگز) تا ۵ (تقریباً همیشه) می‌باشد. هر خرده مقیاس شامل ۴ ماده است. نمره‌ی کل هر یک از خرده مقیاس‌ها از طریق جمع کردن نمره ماده‌ها به دست می‌آید. بنابراین، دامنه نمرات هر خرده مقیاس بین ۴ تا ۲۰ خواهد بود. نمرات بالا در هر خرده مقیاس بیانگر میزان استفاده بیشتر راهبرد مذکور در مقابله و مواجهه با وقایع تنیدگی‌زا و منفی می‌باشد. در پژوهش گارنفسکی و کرایچ [۳۶]، ضریب آلفای کرونباخ برای نه خرده مقیاس پرسشنامه مذکور بین ۰/۶۲ تا ۰/۸۰ گزارش شده است. در این پژوهش نیز میانگین ضریب آلفای کرونباخ برای نه خرده مقیاس ۰/۷۳ به دست آمد.

۳- مقیاس اضطراب چند بعدی<sup>۱</sup>: مقیاس اضطراب چند بعدی کودکان یک ابزار خود گزارشی است که ۳۹ گویه دارد و برای ارزیابی نشانه‌های اضطراب در گروه‌های سنی ۸ تا ۱۹ سال استفاده می‌شود. هر گویه بر مبنای یک مقیاس چهار درجه‌ای لیکرت از صفر تا سه (هرگز، بندرت، گاهی اوقات و همیشه) نمره گذاری می‌شود. این مقیاس چهار بعد را اندازه گیری می‌کند که عبارتند از: اضطراب اجتماعی (۹ آیتم)، اضطراب جدایی (۹ آیتم)، اجتناب از آسیب (۹ آیتم) و نشانه‌های جسمانی (۱۲ آیتم) [۳۷]. در مطالعه ایوارسون<sup>۲</sup> [۳۸] برای کل مقیاس ضریب آلفای ۰/۸۷ و برای خرده مقیاس‌های آن ضریب آلفای بین ۰/۶۴ تا ۰/۸۴ گزارش شده است. در پژوهش مشهدی، سلطانی، میردورقی و بهرامی [۳۹] نیز ضریب آلفای ۰/۷۹ برای کل مقیاس و ضرایب بین ۰/۴۳ تا ۰/۷۸ برای خرده مقیاس‌ها گزارش شده است. در پژوهش حاضر برای کل مقیاس ضریب آلفای ۰/۸۹ و برای خرده مقیاس‌های آن ضریب آلفا بین ۰/۶۵ تا ۰/۸۳ به دست آمد.

1- multidimensional anxiety scale

2- Ivarsson

3- Kovacs

جدول ۱ میانگین و انحراف معیار راهبردهای نظم جویی شناختی هیجان، اضطراب، افسردگی و ضرایب همبستگی پیرسون راهبردهای نظم جویی شناختی هیجان با مؤلفه‌های اضطراب و افسردگی درج شده است.

چهارم ۱۴۲ نفر (۲۷/۳ درصد) و پایه پنجم ۲۰۲ نفر (۳۹/۷ درصد) بوده و همچنین ۱۰۷ نفر آنها نه ساله (۲۰/۲ درصد)، ۱۴۶ نفر ده ساله (۲۷/۵ درصد)، ۱۷۰ نفر یازده ساله (۳۲ درصد) و ۱۰۸ نفر دوازده ساله (۲۰/۳ درصد) بوده‌اند. در

جدول ۱) میانگین و انحراف معیار راهبردهای نظم جویی شناختی هیجان، اضطراب و افسردگی و ضرایب همبستگی آنها

خرده مقیاس	میانگین	انحراف معیار	ضرایب همبستگی	
			اضطراب	افسردگی
ملاطت خویش	۹/۲۴	۳/۲۸	***۰/۳۳	***۰/۲۹
پذیرش	۹/۳۴	۳/۳۴	**۰/۱۹	***۰/۳۲
نشخوارگری	۱۱/۴۰	۳/۵۳	***۰/۴۳	***۰/۲۶
تمرکز مجدد مثبت	۱۳/۲۳	۳/۸۶	***۰/۲۱	***۰/۲۴
تمرکز مجدد بر برنامه‌ریزی	۱۳/۱۲	۳/۳۸	***۰/۲۶	***۰/۲۳
ارزیابی مجدد مثبت	۱۲/۰۲	۳/۵۳	**۰/۱۸	**۰/۱۹
دیدگاه‌گیری	۱۰/۷۶	۳/۶۸	***۰/۳۶	۰/۰۵
فاجعه سازی	۹/۸۸	۳/۴۵	***۰/۵۲	***۰/۴۳
ملاطت دیگران	۸/۰۳	۳/۶۰	***۰/۵۷	***۰/۳۲
افسردگی	۱۵/۳۶	۷/۳۵	-	-
اضطراب	۵۲/۵۶	۱۸/۲۴	-	-

\*P<۰/۰۵ \*\*P<۰/۰۱ \*\*\*P<۰/۰۰۱

همان‌طوری که در جدول ۱ مشاهده می‌شود بین راهبردهای ملاطت خویش، نشخوارگری، فاجعه سازی و ملاطت دیگران با مؤلفه‌های اضطراب و افسردگی رابطه مثبت معنادار وجود دارد. در حالیکه این رابطه برای راهبردهای پذیرش، تمرکز مجدد مثبت، تمرکز مجدد بر برنامه‌ریزی و ارزیابی مجدد مثبت، منفی می‌باشد. علاوه بر این، راهبرد دیدگاه‌گیری فقط با مؤلفه‌ی اضطراب رابطه‌ی منفی دارد. در مرحله بعد برای بررسی سهم راهبردهای نظم جویی شناختی هیجان در تبیین میزان اضطراب و افسردگی کودکان (علائم اختلال‌های درون ساز) از تحلیل رگرسیون چند متغیری به شیوه‌ی گام به گام بهره گرفته شد. برای استفاده از مدل رگرسیون لازم است پیش فرض‌های استفاده از آن، مورد آزمون قرار گیرد. بدین منظور، آزمون دوربین/ واتسن<sup>۱</sup> برای بررسی استقلال خطاها، آزمون

هم‌خطی<sup>۲</sup> با دو شاخص ضریب تحمل (تولرنس)<sup>۳</sup> و عامل تورم واریانس<sup>۴</sup> و آزمون کالموگروف/ اسمیرنوف برای بررسی نرمال بودن توزیع انجام شد. در پیش بینی مؤلفه‌ی افسردگی از روی راهبردهای نظم جویی هیجان، مقادیر عددی آزمون دوربین/ واتسن (۰/۸۳) و کالموگروف/ اسمیرنوف (۰/۳۹) بیانگر استقلال خطاها و نرمال بودن توزیع بود. سایر مشخصه‌های رگرسیون و مفروضه‌ی هم‌خطی بودن در جدول ۳ مشاهده می‌شود. شاخص‌های هم‌خطی بودن نشان می‌دهند که بین متغیرهای پیش بین، هم‌خطی وجود نداشته و نتایج حاصل از مدل رگرسیون قابل اتکا می‌باشد.

2- collinearity

3- tolerance

4- variance inflation factor

1- Durbin-Watson

جدول ۲) مشخصه‌های آماری رگرسیون گام به گام راهبردهای نظم جویی شناختی هیجان بر افسردگی (N=۵۳۱)

مفروضه هم‌خطی		t	Beta	B	F	df	R <sup>2</sup>	R	متغیرهای پیش بین
VIF	تولرنس								
۰/۰۷	۱	***۶/۱۰	۰/۲۶	۰/۵۵	***۳۷/۲۶	(۵۲۹,۱)	۰/۰۷	۰/۲۶	فاجعه سازی
۰/۰۶	۰/۹۴	***۴/۹۹	۰/۲۱	۰/۴۵	***۳۷/۹۳	(۵۲۸,۲)	۰/۱۰	۰/۳۱	فاجعه سازی ملاطمت دیگران
۰/۰۶	۰/۹۴	***۴/۱۸	۰/۱۸	۰/۳۶					
۰/۰۷	۰/۹۴	***۴/۸۵	۰/۲۱	۰/۴۴					فاجعه سازی
۰/۰۶	۰/۹۴	***۴/۳۵	۰/۱۸	۰/۳۸	***۲۲/۳۳	(۵۲۷,۳)	۰/۱۱	۰/۳۴	ملاطمت دیگران
۰/۰۸	۰/۹۹	**۳/۱۹	-۰/۱۳	-۰/۲۵					تمرکز مجدد مثبت
۰/۱۳	۰/۸۹	***۴/۰۸	۰/۱۸	۰/۳۷					فاجعه سازی
۰/۱۴	۰/۸۸	**۳/۴۶	۰/۱۵	۰/۳۱	***۱۹/۳۲	(۵۲۶,۴)	۰/۱۳	۰/۳۶	ملاطمت دیگران
۰/۰۱	۰/۹۱	**۳/۳۹	-۰/۱۴	-۰/۲۶					تمرکز مجدد مثبت
۰/۱۸	۰/۸۵	**۳/۰۴	-۰/۱۳	-۰/۲۹					پذیرش
۰/۱۲	۰/۸۶	***۴/۱۴	۰/۱۸	۰/۳۸					فاجعه سازی
۰/۱۴	۰/۸۷	**۳/۲۸	۰/۱۴	۰/۲۹					ملاطمت دیگران
۰/۱۰	۰/۹۰	*۲/۴۹	-۰/۱۱	-۰/۲۰	***۱۷/۰۱	(۵۲۵,۵)	۰/۱۴	۰/۳۷	تمرکز مجدد مثبت
۰/۱۸	۰/۸۴	**۳/۲۹	۰/۱۴	۰/۳۲					پذیرش
۰/۱۱	۰/۸۷	*۲/۶۲	-۰/۱۱	-۰/۲۴					تمرکز مجدد بر برنامه ریزی
۱/۱۶		**۳/۶۳	۰/۱۶	۰/۳۳					فاجعه سازی
۱/۱۵		**۳/۲۸	۰/۱۴	۰/۲۹					ملاطمت دیگران
۱/۱۰	-	*۲/۴۱	-۰/۱۰	-۰/۱۹	***۱۵/۶۱	(۵۲۴,۶)	۰/۱۵	۰/۳۹	تمرکز مجدد مثبت
۱/۱۹		*۲/۹۵	۰/۱۳	۰/۲۸					پذیرش
۱/۱۵		**۳/۱۱	-۰/۱۳	-۰/۲۹					تمرکز مجدد بر برنامه ریزی
۱/۱۱		*۲/۷۵	۰/۱۲	۰/۲۴					نشخوارگری

\*P&lt;۰/۰۵ \*\*P&lt;۰/۰۱ \*\*\*P&lt;۰/۰۰۱

مشخصه‌های رگرسیون و مفروضه‌ی هم‌خطی بودن در جدول ۲ مشاهده می‌شود. شاخص‌های هم‌خطی بودن نشان می‌دهند که بین متغیرهای پیش بین، هم‌خطی وجود نداشته و نتایج حاصل از مدل رگرسیون قابل اتکا می‌باشد. همچنین نتایج جدول ۲ نشان می‌دهد که از بین ۹ راهبردهای نظم جویی شناختی، راهبردهای نشخوارگری، فاجعه سازی، ملاطمت خویش و تمرکز مجدد بر برنامه ریزی توانسته‌اند میزان اضطراب کودکان را پیش بینی کنند.

نتایج جدول ۳ نشان می‌دهد که از بین ۹ راهبرد نظم جویی شناختی هیجان، راهبردهای فاجعه سازی، ملاطمت دیگران، تمرکز مجدد مثبت، پذیرش، تمرکز مجدد بر برنامه ریزی و نشخوارگری توانسته‌اند میزان افسردگی کودکان را مورد پیش بینی قرار دهند. در پیش بینی مؤلفه‌ی اضطراب از روی راهبردهای نظم جویی هیجان، مقادیر عددی آزمون دوربین/ واتسن (۱/۱۲) و کالموگروف/ اسمیرنوف (۰/۵۴) بیانگر استقلال خطاها و نرمال بودن توزیع بود. سایر

جدول ۳) مشخصه‌های آماری رگرسیون گام به گام راهبردهای نظم جویی شناختی هیجان بر اضطراب (N=۵۳۱)

متغیرهای پیش بین		R	R <sup>2</sup>	df	F	B	Beta	t	مفروضه هم‌خطی	
									تولرس	VIF
نشخوارگری		۰/۲۲	۰/۰۵	(۱، ۵۲۹)	***۲۷/۸۵	۱/۱۵	۰/۲۲	***۵/۲۸	۱	۰/۱۲
نشخوارگری فاجعه سازی		۰/۲۷	۰/۰۷	(۵۲۸، ۲)	***۲۰/۹۲	۰/۹۸ ۰/۸۳	۰/۱۹ ۰/۱۶	***۴/۴۲ ***۳/۶۵	۰/۹۵ ۰/۹۵	۰/۰۵ ۰/۱۵
نشخوارگری فاجعه سازی ملاطمت خویش		۰/۲۹	۰/۰۸	(۵۲۷، ۳)	***۱۶/۰۱	۰/۸۷ ۰/۶۸ ۰/۶۰	۰/۱۷ ۰/۱۳ ۰/۱۱	***۳/۸۶ **۲/۹۰ *۲/۴۱	۰/۹۱ ۰/۸۹ ۰/۸۷	۰/۰۹ ۰/۱۳ ۰/۱۵
نشخوارگری فاجعه سازی ملاطمت خویش تمرکز مجدد بر برنامه ریزی		۰/۳۰	۰/۰۹	(۵۲۶، ۴)	***۱۳/۳۲	۰/۷۸ ۰/۷۰ ۰/۵۹ -۰/۵۰	۰/۱۵ ۰/۱۳ ۰/۱۱ -۰/۰۹	**۳/۴۰ **۲/۹۹ *۲/۳۸ *۲-۴۱	۰/۸۸ ۰/۸۸ ۰/۸۷ ۰/۹۶	۰/۱۳ ۰/۱۳ ۰/۱۵ ۰/۰۴

\*P&lt;۰/۰۵ \*\*P&lt;۰/۰۱ \*\*\*P&lt;۰/۰۰۱

## بحث

مثبت رابطه منفی معناداری مشاهده شد. رابطه منفی راهبرد ارزیابی مجدد مثبت و افسردگی نیز با نتایج بسیاری از پژوهش‌ها همسو می‌باشد [۳، ۱۱، ۲۰، ۲۱، ۳۶، ۴۳، ۴۶]. همچنین رابطه منفی افسردگی و تمرکز مجدد مثبت، تمرکز مجدد بر برنامه ریزی و پذیرش با نتایج دیگر مطالعات همسو می‌باشد [۴، ۴۴، ۴۵]. این مطالعات حاکی از آن است که افرادی که در مواجهه با رویدادهای تنیدگی زا، از راهبردهای سازگارانه (پذیرش، تجربه مجدد مثبت، تمرکز مجدد بر برنامه ریزی و ارزیابی مجدد مثبت) استفاده می‌کنند، افسردگی کمتری گزارش می‌کنند. در واقع رابطه منفی راهبردهای سازگارانه با افسردگی به این دلیل است که استفاده از این راهبردها موجب می‌شود که فرد با نگاهی متفاوت به ارزیابی رویدادهای منفی بپردازد، و به جنبه‌های مثبت و فواید احتمالی که آن رویداد در دراز مدت برای وی به دنبال دارد، توجه کند، در نتیجه ناراحتی و تنیدگی کمتری را تجربه کرده و راحت‌تر با آن رویداد کنار می‌آید. برای مثال، در تأیید رابطه منفی معنادار راهبرد پذیرش با نمرات افسردگی، اعتقاد بر اینست که پذیرش به عنوان یک راهبرد مقابله‌ای سازگارانه با خوش بینی و عزت نفس رابطه مثبت، و با اختلال‌های هیجانی رابطه منفی دارد [۳۲]. به عبارت دیگر، افراد زمانی که افکاری در رابطه با پذیرش

نظم جویی هیجان عامل مهمی در سازگاری با رویدادهای تنیدگی زای زندگی محسوب می‌شود. این پژوهش با هدف بررسی نقش راهبردهای نظم جویی شناختی هیجان در اختلال‌های درونی سازی (افسردگی و اضطراب) کودکان صورت گرفت. نتایج نشان داد که بین افسردگی و راهبردهای ملاطمت خود، نشخوارگری، فاجعه سازی و ملاطمت دیگران رابطه مثبت معناداری وجود داشت. رابطه مثبت افسردگی و راهبردهای ملاطمت خود، نشخوارگری و فاجعه سازی با نتایج پژوهش‌های متعددی همسو می‌باشد [۳، ۱۱، ۱۶، ۱۷، ۲۰، ۳۶، ۴۳، ۴۴]. همچنین رابطه مثبت ملاطمت دیگران با افسردگی نیز با نتایج مطالعات حسنی [۴۴]، کرایج و همکاران [۴۵] و شروتر<sup>۱</sup> و همکاران [۴۶] همسو است. در مجموع مطالعات مذکور بر این نکته اذعان دارند که استفاده زیاد از راهبردهای ملاطمت خود، نشخوارگری، فاجعه سازی و ملاطمت دیگران به عنوان راهبردهایی ناسازگارانه با سطح بالایی از افسردگی همراه است و این راهبردها موجب تشدید و استمرار افسردگی می‌گردند. از سوی دیگر بین افسردگی و راهبردهای پذیرش، تجربه مجدد مثبت، تمرکز مجدد بر برنامه ریزی و ارزیابی مجدد

1- Schroevers

در حالیکه در اکثر مطالعات پیشین راهبرد ملامت خود قادر به پیش بینی افسردگی بود، نتیجه مطالعه حاضر حاکی از توان پیش بینی راهبرد ملامت دیگران داشت. در توجیه این یافته می‌توان گفت اولاً هر دو نوع ملامت چه معطوف به خود باشد چه دیگری، موانعی برای سازگاری با رویدادهای منفی زندگی و بروز افسردگی محسوب می‌شوند [۳۴] و ثانیاً این نتیجه احتمالاً ناشی از تفاوت‌های فرهنگی و نوع مفهوم خود در کشورهای غربی و شرقی است. به طوری که ژو<sup>۲</sup> و همکاران [۵۱] اذعان می‌کنند که تفاوت‌های فرهنگی در رابطه‌ای که بین راهبردهای مختلف نظم جویی شناختی و اختلال‌های هیجانی وجود دارد، اثر گذار است. درباره تفاوت‌های فرهنگی باید متذکر شد که در فرهنگ شرقی خویشتن وابسته به دیگران می‌باشد یعنی فرد خویشتن را در ارتباط تنگاتنگ و وابستگی به دیگران معنا می‌بخشد و هماهنگی با اطرافیان و گروه خود را ارزشمند می‌داند [۵۲]، در نتیجه زمانی که فرد برای وقوع اتفاق بد دیگران را سرزنش می‌کند، از لحاظ هیجانی بیشتر دچار آشفتگی شده و خلق افسرده پیدا می‌کند. در حالیکه در فرهنگ غربی خویشتن نا وابسته به دیگران است و فرد خود را مستقل از دیگران می‌داند [۵۲]. زمانی که فرد اتفاق بدی را تجربه می‌کند، وقوع آن را ناشی از نقایص و کمبودهای خود می‌داند، خود را سرزنش می‌کند و در این حالت بیشتر دچار افسردگی می‌شود. بنابراین بر اساس این یافته و آنچه گفته شد، در فرهنگ غربی راهبرد ملامت خود با افسردگی رابطه بیشتری دارد در حالیکه در فرهنگ شرقی ملامت دیگران رابطه معناداری با افسردگی داشته و پیش بینی کننده آن می‌باشد. آخرین یافته این پژوهش مربوط به تعیین سهم هر کدام از راهبردهای شناختی در پیش بینی نمرات اضطراب بود که نتایج نشان داد از بین راهبردهای نه گانه، راهبردهای ملامت خود، نشخوار گری، فاجعه سازی و تمرکز مجدد بر برنامه ریزی توان پیش بینی اضطراب را داشتند. یافته پژوهش حاضر در مورد معنادار بودن نقش پیش بینی کنندگی راهبردهای ملامت خود، نشخوار گری و فاجعه سازی با نتایج تحقیقات قبلی [۱۸، ۵۱] همسو می‌باشد. از این یافته می‌توان استنباط کرد افرادی که از سبک‌های شناختی ضعیف مانند ملامت

اتفاقی که برایشان رخ داده، دارند، سعی خواهند داشت با آن اتفاق کنار آمده و برای جبران آن اتفاق تنیدگی زا و بهتر شدن اوضاع زندگی‌شان تلاشی کنند، چون آنها به بهتر شدن آینده امید دارند. دیگر یافته این پژوهش نشان داد که راهبردهای ناسازگارانه از قبیل ملامت خود، نشخوار گری، ملامت دیگران و فاجعه سازی با اضطراب رابطه مثبت معناداری دارند، در حالیکه راهبردهای پذیرش، دیدگاه گیری، تمرکز مجدد بر برنامه ریزی و ارزیابی مجدد مثبت، رابطه منفی و معنی‌داری با اضطراب داشتند. این یافته همسو با نتایج تحقیق اندرسون<sup>۱</sup> و همکاران [۲۳]، گارنفسکی و کرایج [۳۶] و سولویان، بیشوپ و پیواک<sup>۲</sup> [۴۸] می‌باشد. به عبارتی می‌توان گفت که استفاده از راهبردهای ناسازگارانه فرد را مستعد اضطراب کرده و در نتیجه به جای واکنش مناسب به رویدادهای تنیدگی زا، با آشفتگی و تشویش به آنها عکس‌العمل نشان می‌دهد. در حالیکه راهبردهای سازگارانه این پیامدها را به دنبال ندارد. نتایج تحلیل رگرسیون به منظور پیش بینی افسردگی از طریق راهبردهای شناختی نشان داد که راهبردهای نشخوار گری، فاجعه سازی، ملامت دیگران، پذیرش، تمرکز مجدد مثبت و تمرکز مجدد بر برنامه ریزی قادر به پیش بینی افسردگی در کودکان می‌باشند. نتایج این پژوهش در رابطه با معناداری نقش پیش بینی کننده راهبردهای نشخوار گری، فاجعه سازی، پذیرش و تمرکز مجدد مثبت در افسردگی با نتایج تحقیقات پیشین [۱۱، ۱۶، ۱۸، ۱۹، ۳۶، ۴۵، ۴۹] همسو می‌باشد. به طوری که نتایج پژوهش‌های مذکور بیانگر آن است که استفاده بیشتر از راهبردهای نشخوار گری و فاجعه سازی، و استفاده کمتر از راهبردهای پذیرش و تمرکز مجدد مثبت به کسب نمره بالا در افسردگی منجر می‌شود. شایان ذکر است که از بین راهبردهای فوق‌الذکر، راهبرد فاجعه سازی بیشترین قدرت پیش بینی کنندگی را برای نمرات افسردگی دارا بود. در مورد نقش پیش بینی کننده گی راهبرد ملامت دیگران، می‌توان گفت که این یافته با نتایج تحقیق گارنفسکی و همکاران [۳] و گارنفسکی و همکاران [۳۳] همسو و با نتایج برخی تحقیقات [۹، ۱۶، ۱۸، ۵۰] ناهمسو می‌باشد.

1- Anderson

2- Sullivan, Bishop, Pivik

3- Zhu



نشان می‌دهد. از محدودیت‌های پژوهش حاضر این است که، برای تعیین میزان افسردگی و اضطراب کودکان تنها از ابزار خود گزارشی استفاده شد و احتمالاً گزارش‌ها با سوگیری همراه بوده است، لذا پیشنهاد می‌شود در تحقیقات آتی از روش‌های دقیق‌تر مانند مصاحبه‌های ساختارمند بالینی، مقیاس درجه بندی فرم والد و ارزیابی مستقیم رفتار برای ارزیابی اختلال‌های درونی سازی کودکان استفاده شود. همچنین به دلیل اینکه جامعه پژوهش حاضر کودکان بهنجار بوده‌اند، پیشنهاد می‌شود پژوهشی مشابه برای گروه‌های بالینی نیز صورت گیرد. در پایان انجام مطالعات دقیق‌تر علی درباره رابطه بین راهبردهای نظم جویی شناختی هیجان و اختلال‌های درونی سازی نیز توصیه می‌گردد.

#### تشکر و قدردانی

این پژوهش با شماره ۱۷۷۵۷ و با حمایت مالی معاونت پژوهشی دانشگاه فردوسی مشهد انجام شده است. از کلیه مسئولین محترم آموزش و پرورش، معلمان و دانش آموزان مناطق ۲، ۳، ۴، ۶ و ۷ شهر مشهد که در اجرای این پژوهش با ما همکاری نمودند، قدردانی می‌شود.

#### منابع

- 1- Garnefski N, Van-Der-Kommer T, Kraaij V, Teerds J, Legerstee J, Tein EO. The Relationship between Cognitive Emotion Regulation Strategies and Emotional Problems: Comparison between a Clinical and a Non-Clinical Sample. *Eur J Pers*. 2002; (16): 403-420.
- 2- Thompson RA. Emotional regulation: a theme in search for definition. *J Society-Research In Child Dev*. 1994; (59): 25-52.
- 3- Garnefski N, Kraaij V, Spinoven P. Negative life events, cognitive emotion regulation and emotion problems. *Pers Individ Differ*. 2001; (30): 1311-1327.
- 4- Jermann F, Van-Der-Linden M, d'Acremont M, Zermatten A. Cognitive Emotion Regulation Questionnaire (CERQ): Confirmatory Factor Analysis and Psychometric Properties of the French Translation. *Eur. J Psychol Assess*. 2006; 22(2): 126-131.
- 5- Gross JJ. The emerging field of emotion regulation: An integrative review. *Rev Gen Psychol*. 1998; 2(3): 271-299.
- 6- Cicchetti D, Cohen DJ. *Developmental Psychopathology*. Second edition, Published: John Wiley & Sons; 2006.
- 7- Mennin DS, Farach FJ. Emotion and evolving treatments for adult psychopathology. *Clin Psychol Sci Practice*. 2007; (14): 329-352.

خوبش، نشخوارگری و فاجعه سازی استفاده می‌کنند؛ نسبت به سایر افراد، بیشتر در برابر مشکلات هیجانی نظیر اضطراب آسیب‌پذیر می‌باشند. درباره نقش پیش بینی کنندگی راهبرد تمرکز مجدد بر برنامه ریزی، از آنجایی که این راهبرد به افکار فرد درباره گام‌هایی که برای مواجهه با رویداد منفی باید برداشته شود، اشاره دارد، و در واقع یک راهبرد سازگاران محسوب می‌شود، استفاده از آن با پایین بودن نمره اضطراب همراه است. شایان ذکر است که از بین راهبردهای مذکور، نشخوارگری بیشترین توان پیش بینی کنندگی را برای نمرات اضطراب نشان داد به طوری که استفاده بیشتر از این راهبرد، نشانه‌های شدیدتر اضطراب را به دنبال دارد. از آنجایی که مطالعه حاضر نشان داد که بین راهبردهای نظم جویی شناختی هیجان و اختلال‌های درون سازی رابطه وجود دارد، پس می‌توان گفت که هیجان‌های کودکان با شناخت‌هایشان پیوند خورده‌اند و این چگونگی شناخت‌ها است که بر شدت و نوع تجربه هیجانی آنها اثر می‌گذارد. بنابراین یافته‌های این پژوهش می‌تواند به درمانگران و مشاوران در زمینه درمان اختلال‌های هیجانی و نظم دهی هیجانات کودکان کمک کند. به طوری که در برنامه‌های درمانی توجه خاصی به راهبردهای شناختی به ویژه راهبردهای ناسازگاران از قبیل ملامت خود، نشخوارگری و فاجعه سازی داشته باشند. چرا که هیجانات از نظر اجتماعی مفید هستند و در ایجاد، حفظ و تداوم رابطه با دیگران نقش دارند، بنابراین تعدیل و تنظیم آنها از طریق آموزش تنظیم هیجان می‌تواند بر کاهش مشکلات هیجانی از قبیل اضطراب و افسردگی مؤثر باشد. در واقع تنظیم هیجان به عنوان یک روش درمانی در تعدیل هیجانات، به ارائه واکنش مناسب به موقعیت‌های استرس‌زا منجر می‌شود [۵۳]. اهمیت نظم جویی هیجان جهت تعدیل هیجانات به گونه‌ای است که از انواع هیجان‌ها نمی‌توان تعدادی را به عنوان هیجان‌های مناسب و تعدادی را به عنوان هیجان‌های نامناسب تفکیک کرد، بلکه باید گفت تمامی هیجان‌ها در صورت کنترل و نظم جویی، مناسب و مفید و در صورت عدم کنترل و تعدیل، نامناسب و مضر خواهند بود. به طور کلی آنچه گفته شد لزوم توجه به راهبردهای نظم جویی شناختی هیجان و تغییر این راهبردها از ناسازگاران به سازگاران، در مداخلات درمانی را

- strategies and psychological adjustment in adolescents with a chronic disease. *J Adolesc.* 2009; (32): 449-454.
- 23- Anderson CA, Miller RS, Riger AL, Dill JC, Sedikides C. Behavioural and characterological styles as predictors of depression and loneliness: rev, refinement, and test. 1994; 66(3): 549-558.
- 24- Kraaij V, Garnefski N, Gerwen LV. Cognitive Coping and Anxiety Symptoms among People Who Seek Help for Fear of Flying. *Aviat space environ medicine.* 2003; (74): 273-277.
- 25- Spence SH. A measure of anxiety symptoms among children. *Behav Res therapy.* 1998; (36): 546-566.
- 26- Essau CA, Muris P, Ederer EM. Reliability and validity of the Spence children's anxiety scale and the screen for child anxiety related emotional disorders in German children. 2002; (33): 1-18.
- 27- Spence SH, Paula M, Barrett C, Turner M. Psychometric Properties of the Spence Children's Anxiety Scale with Young Adolescents. *J Anx Dis.* 2003; (17): 605-625.
- 28- Costello EJ, Mustillo S, Erkanli A, Keeler G, Angold A. Prevalence and development of psychiatric disorders in childhood and adolescence. *Arch Gen Psych.* 2003; (60): 837-844.
- 29- Garnefski N, Kraaij V, Van-Etten M. Specificity of relations between adolescents' cognitive emotion regulation strategies and Internalizing and Externalizing Psychopathology. *J Adolesc.* 2005; (28): 619-631.
- 30- Pine D, Helfinstein S, Bar-Haim Y, Nelson E, Fox N. Challenges in developing novel treatments for childhood disorders: lessons from research on anxiety. *Neuropsychopharmacology.* 2009; (34): 213-28.
- 31- Ramsawh HJ, Chavira DA, Stein MB. Burden of anxiety disorders in pediatric medical settings: prevalence, phenomenology, and a research agenda. *J Arch Pedi Adole Medi.* 2010; 164(10): 965-972.
- 32- Carver CS, Scheier MF, Weintraub JK. Assessing coping strategies: A theoretically based approach. 1989; (56): 267-283.
- 33- Garnefski N, Baan N, Kraaij V. Psychological distress and cognitive emotion regulation strategies among farmers who fell victim to the foot-and-mouth crisis. *Pers Individ Differ.* 2005; (38): 1317-1327.
- 34- Tedeschi RG. Violence transformed: Posttraumatic growth in survivors and their societies. *J Agg Viol Beh.* 1999; (4): 319-341.
- ۳۵- کرلینجر فرد نیکولاس، پدهازر الازارا. رگرسیون چند متغیری در پژوهش رفتاری. حسن سرایی، مترجم. تهران: انتشارات سمت؛ ۱۳۸۴.
- 36- Garnefski N, Kraaij V. The Cognitive Emotion Regulation Questionnaire "Psychometric Features and Prospective Relationships with Depression and Anxiety in Adults". *Eur J Psych Asse.* 2007; 23(3): 141-149.
- 8- Nolen-Hoeksema S, Wisco BE, Lyubomirsky S. Rethinking rumination. *Pers Psychol Sci.* 2008; (3): 400-424.
- 9- 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): 1659-1669.
- 10- Gross JJ. Emotion regulation: Past, present, future. *J Cogn Emot.* 1999; (13): 551-573.
- 11- Garnefski N, Boon S, Kraaij V. Relationships Between Cognitive Strategies of Adolescents and Depressive Symptomatology Across Different Types of Life Event. *J Youth Adolesc.* 2003; 32(6): 401-408.
- 12- Aldwin CM. Stress, coping and development. Second editin. New York: The Guilford Press; 1994.
- 13- Seiffge-Krenke I. Coping behavior in normal and clinical samples: More similarities than differences? *J Adolesc.* 1993; (16): 285-303.
- 14- Compas BE, Orosan PG, Grant KE. Adolescent stress and coping: Implications for psychopathology during adolescence. *J Adolesc.* 1993; (16): 331-349.
- 15- Bryant RA, Moulds M, Guthrie RM. Cognitive strategies and the resolution of acute stress disorder. *J Trauma Stress.* 2001; (14): 213-219.
- 16- Garnefski N, Legerstee J, Kraaij V, Van-Den-Kommer T, Teerds J. Cognitive coping strategies and symptoms of depression and anxiety: a comparison between adolescents and adults. *J Adolesc.* 2002; (25): 603-611.
- 17- Kraaij V, Garnefski N, deWilde EJ, Dijkstra A, Gebhardt W, Maes S, Ter-Doest L. Negative life events and depressive symptoms in late adolescence: Bonding and cognitive coping as vulnerability factors? *J Youth Adolesc.* 2003; 32(3): 185-193.
- 18- Garnefski N, Kraaij V. Cognitive emotion regulation questionnaire-development of a short 18-item version (CERQ-short). *Pers Individ Differ.* 2006; (41): 1045-1053.
- 19- Martin RC, Dahlen ER. Cognitive emotion regulation in the prediction of depression, anxiety, stress and anger. *Pers Individ Differ.* 2005; (39): 1249-1260.
- 20- Garnefski N, Teerds J, Kraaij V, Legerstee J, Van-Den-Kommer T. Cognitive emotion regulation strategies and depressive symptoms: differences between males and females. *Pers Individ Differ.* 2004; (36): 267-276.
- 21- Garnefski N, Rieffe C, Jellesma F, Terwogt MM, Kraaij V. Cognitive emotion regulation strategies and emotional problems in 9-11-year-old children The development of an instrument. *Eur Child Adolesc Psychiatry.* 2007; (16): 1-9.
- 22- Garnefski N, Koopman H, Kraaij V, Cate RT. Brief report: Cognitive emotion regulation

Cognitive Emotion Regulation Questionnaire: Chinese version. *J cogn emot.* 2008; 22(2): 288-307.

۵۲- زیوا کاندا. شناخت اجتماعی. حسن کاویانی، مترجم. تهران: انتشارات مهر کاویان؛ ۱۳۸۸.

۵۳- نریمانی محمد، آریاپوران سعید، ابوالقاسمی عباس، احدی بتول. مقایسه اثربخشی آموزش‌های ذهن آگاهی و تنظیم هیجان بر سلامت روان جانبازان شیمیایی. *مجله روان‌شناسی بالینی.* ۱۳۸۹؛ ۴(۸): ۷۲-۶۱

37- Kingery JN, Ginsburg GS, Burstein M. Factor Structure and Psychometric Properties of the Multidimensional Anxiety Scale for Children in an African American Adolescent Sample. *Chi Psychic Hum Dev.* 2009; (40): 287-300.

38- Ivarsson T. Normative data for the Multidimensional Anxiety Scale for Children (MASC) in Swedish adolescents. *Nor J Psychic.* 2006; (60): 107-113.

۳۹- مشهدی علی، سلطانی‌شال رضا، میردورقی فاطمه، بهرامی بتول. روا سازی و بررسی اعتبار مقیاس چند بعدی اضطراب کودکان. *مجله روان‌شناسی کاربردی.* ۱۳۹۰؛ [زیر چاپ].

40- Kovacs M. *Children's Depression Inventory Manual.* New York: Multi-Health Systems; 1992.

41- Makay B, Emiroğlu N, Ünsal E. Depression and anxiety in children and adolescents with familial Mediterranean fever. *Clin Rheum.* 2010; (29): 375-379.

۴۲- دهشیری غلام‌رضا، نجفی محمود، شیخی منصوره، حبیبی‌عسگرآباد مجتبی. بررسی مقدماتی ویژگی‌های روان‌سنجی پرسشنامه افسردگی کودکان (CDI). *فصلنامه خانواده‌پژوهشی.* ۱۳۸۸؛ ۵(۱۸): ۱۷۷-۱۵۹.

43- Amoné-P'Olak K, Garnefski N, Kraaij V. Adolescents caught between fires: Cognitive emotion regulation in response to war experiences in Northern Uganda. *J of Adolesc.* 2007; (30): 655-669.

۴۴- حسنی جعفر. خصوصیات روان‌سنجی پرسشنامه‌ی نظم جویی شناختی هیجان. *مجله روان‌شناسی بالینی.* ۱۳۸۹؛ ۳(۷): ۸۳-۷۳.

45- Kraaij V, Van Derv Veek SMC, Garnefski N, Schroevers M, Witlox R, Maes S. Coping, Goal Adjustment, and Psychological Well-Being in HIV-Infected Men Who Have Sex with Men. *J Aids Pati Care STDs.* 2008; 22(5): 395-402.

46- Schroevers M, Kraaij V, Garnefski N. Goal disturbance, cognitive coping strategies, and psychological adjustment to different types of stressful life event. *Pers Individ Differ.* 2007; (43): 413-423.

47- Kraaij V, Pruyboom E, Garnefski N. Cognitive coping and depressive symptoms in the elderly: a longitudinal study. *J Aging Ment Health.* 2002; 6(3): 275-281.

48- Sullivan MJL, Bishop SR, Pivik J. The Pain Catastrophizing Scale: Development and Validation. *psychol assess.* 1995; 7(4): 524-532.

49- Kraaij V, Garnefski N. The role of intrusion, avoidance, and cognitive coping strategies more than 50 years after war. *J Anxi Stres Coping.* 2006; 19(1): 1-14.

50- Mcgee R, Wolfe D, Olson J. Multiple maltreatment, attribution of blame, and adjustment among adolescents. *J dev psychopathol.* 2001; (13): 827-846.

51- Zhu X, Auerbach RP, Yao S, Abela JRZ, Xiao J, Tong X. Psychometric properties of the



## The Role of Cognitive Emotion Regulation Strategies in Internalizing Disorders of Children

Mashhadi, A. \*Ph.D., Mirdoraghi, F. Master Student., Hasani, J. Ph.D.

### Abstract

**Introduction:** Emotion regulation is the central component of organization of adaptive behavior and avoid of negative emotions and maladaptive behaviors. This study investigated the role of cognitive emotion regulation strategies in internalizing disorders (Depression, Anxiety) of children.

**Method:** This study was a descriptive correlation study. 531 students including 254 boys and 261 girls were selected with using multistage cluster sampling from all students in third grade, fourth and fifth years of elementary public school in Mashhad, 89-90. The research tools included demographic information questionnaire, a Cognitive Emotion Regulation Questionnaire-kids form, Multidimensional Anxiety Scale for Children and Children's Depression Scale were completed.

**Results:** The results of the Pearson correlation coefficient showed that self blame, rumination, Catastrophizing and other blame strategies have a significant positive relationship with depression and Anxiety. Since acceptance, Positive reappraisal, Refocus on planning and Positive Refocusing have significant negative relationship with depression and Anxiety. These results also indicated that Putting into perspective only have a significant negative relationship with anxiety. The results of multiple regression analysis (stepwise) showed that rumination, Catastrophizing, Refocus on planning, and self blame strategies had significant predictive power for Anxiety. Also, Catastrophizing, rumination, Positive Refocusing, acceptance, Refocus on planning and other blame had significant predictive power for depression.

**Conclusion:** The findings of this study can be inferred that One of the important factors in the incidence of psychological disorders in children is Cognitive strategies that use for regulate of their emotions experienced after the threatening event. Therefore, treatment programs should pay special attention to the cognitive strategies, especially non-adaptive strategies such as self-blame, rumination, acceptance Catastrophizing.

**Keywords:** Cognitive Emotion Regulation, Internalizing Disorders, Depression, Anxiety

---

\*Correspondence E-mail:

Mashhadi@um.ac.ir