



دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی

پایان نامه‌ی کارشناسی ارشد در رشته‌ی روانشناسی تربیتی

بررسی رابطه بین حمایت اولیه والدین، هوش عاطفی،

خودکارآمدی عمومی و راهبردهای شناختی تنظیم

عواطف در دانشجویان دانشگاه شیراز

به وسیله‌ی

عصمت نجاتی

استاد راهنما

دکتر فریده یوسفی

دی ۱۳۸۸

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

به نام خدا

اظهار نامه

اینجانب عصمت نجاتی گرایي دانشجوی رشته ی روانشناسی گرایش تربیتی دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی اظهار می کنم که این پایان نامه حاصل پژوهش خودم بوده و در جاهایی که از منابع دیگران استفاده کرده ام، نشانی دقیق و مشخصات کامل آن را نوشته ام. همچنین اظهار می کنم که تحقیق و موضوع پایان نامه ام تکراری نیست و تعهد می نمایم که بدون مجوز دانشگاه دستاوردهای آن را منتشر ننموده و یا در اختیار غیر قرار ندهم. کلیه حقوق این اثر مطابق با آیین نامه مالکیت فکری و معنوی متعلق به دانشگاه شیراز است.

نام و نام خانوادگی: عصمت نجاتی

تاریخ و امضاء: ۱۳۸۹/۲/۱۰



به نام خدا

بررسی رابطه بین حمایت اولیه والدین، هوش عاطفی، خودکارآمدی عمومی و راهبردهای شناختی تنظیم عواطف در دانشجویان دانشگاه شیراز

به وسیله ی:

عصمت نجاتی گرایی

پایان نامه:

ارائه شده به تحصیلات تکمیلی دانشگاه به عنوان بخشی از فعالیتهای تحصیلی لازم برای اخذ درجه کارشناسی ارشد

در رشته ی:

روانشناسی تربیتی

از دانشگاه شیراز

شیراز

جمهوری اسلامی ایران

ارزیابی شده توسط کمیته پایان نامه با درجه: عالی

دکتر فریده یوسفی، استادیار بخش روانشناسی تربیتی (رئیس کمیته).....

دکتر راضیه شیخ الاسلامی، استادیار بخش روانشناسی تربیتی.....

دکتر محبوبه فولادچنگ، استادیار بخش روانشناسی تربیتی.....

دی ماه ۱۳۸۸

تقدیم به:

به مادر بزرگوار و پدر مهربانم که همواره پشتیبان من بودند.

سپاسگزاری

حمد و ثنا درگاه خداوند منان را، که هادیمان است و این اثر جز با لطف و عنایت بی دریغش حاصل نمی شد.

و با سپاس و امتنان، از همه کسانی که به من آموختند، با اغتنام فرصت و به رسم ادب بر خود فرض می دانم که از همکاری، مساعدت و ارشادات مفید استاد گرانقدرم سرکار خانم دکتر فریده یوسفی که این اثر بر پایه راهنمایی ها و زحمات بی دریغ ایشان به انجام رسیده تشکر نمایم. ایشان با رفتار بزرگوارانه شان همواره برای من نمونه ای از یک معلم اخلاق باقی خواهند ماند.

همچنین از اساتید ارجمندم سرکار خانم دکتر راضیه شیخ الاسلامی و سرکار خانم دکتر محبوبه فولاد چنگ، اساتید مشاور اینجانب که صبورانه تمامی تجربیات خود را در اختیار من قرار دادند و در انجام این اثر مرا راهنمایی و یاری نمودند کمال تشکر دارم و توفیق روزافزون این عزیزان را از درگاه حق تعالی خواهانم.

همچنین از تمامی اساتید محترم و کارکنان دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی کمال تشکر و قدردانی را دارم.

چکیده

بررسی رابطه حمایت اولیه والدین، هوش عاطفی، خودکارآمدی عمومی و راهبردهای شناختی تنظیم عواطف در دانشجویان دانشگاه شیراز

به کوشش

عصمت نجاتی

هدف از پژوهش حاضر، بررسی رابطه بین حمایت اولیه والدین، هوش عاطفی، خودکارآمدی عمومی و راهبردهای شناختی تنظیم عواطف در دانشجویان دانشگاه شیراز بود. برای این منظور در نمونه ای متشکل از ۳۷۶ آزمودنی، پرسشنامه های حمایت اولیه والدین (شو و دیگران، ۲۰۰۴)، هوش عاطفی (پترایدز و فارنهام، ۲۰۰۱)، خودکارآمدی عمومی (شوارزر و جروسالم، ۱۹۹۲) و راهبردهای شناختی تنظیم عواطف (گارنفسکی و دیگران، ۲۰۰۱) اجرا شد. از ضریب آلفای کرونباخ، تحلیل عامل، همبستگی آیتم ها با نمره کل، همبستگی خرده مقیاس ها با نمره کل، برای بررسی پایایی و روایی پرسشنامه ها استفاده شد. نتایج نشان دادند که همه ابزارها دارای پایایی و روایی مطلوب برای استفاده در فرهنگ ایرانی هستند.

تحلیل داده ها با استفاده از تحلیل رگرسیون چند گانه نشان داد که هوش عاطفی پیش بینی کننده خودکارآمدی عمومی، راهبردهای مثبت شناختی تنظیم عواطف (در جای حقیقی خود قرار دادن، بازاریابی مثبت، توجه مجدد به برنامه ریزی، توجه مثبت مجدد) و راهبردهای شناختی منفی تنظیم عواطف (مصیبت بار تلقی کردن، مقصر دانستن دیگران) است. همچنین، حمایت اولیه والدین پیش بینی کننده راهبردهای در جای حقیقی خود قرار دادن و پذیرش بود. بین نمرات دختران و پسران در حمایت اولیه والدین تفاوت معناداری وجود داشت.

واژگان کلیدی: حمایت اولیه والدین، هوش عاطفی، خودکارآمدی عمومی، راهبردهای شناختی تنظیم عواطف.

فهرست مطالب

صفحه	عنوان
	فصل اول: کلیات
۱-۱-۱	کلیات ۱
۲-۱	بیان مسئله ۴
۳-۱	ضرورت و اهمیت تحقیق ۴
۴-۱	اهداف پژوهش ۶
۱-۴-۱	اهداف اصلی ۶
۲-۴-۱	اهداف فرعی ۶
۵-۱	سوالات ۶
۱-۵-۱	سوالات اصلی ۶
۲-۵-۱	سوالات فرعی ۷
۶-۱	تعاریف مفهومی متغیرها ۸
۱-۶-۱	راهبردهای شناختی تنظیم عواطف ۸
۲-۶-۱	خودکارآمدی ۸
۳-۶-۱	هوش عاطفی ۸
۴-۶-۱	حمایت اولیه والدین ۸
۷-۱	تعاریف عملیاتی متغیرها ۸
۱-۷-۱	راهبردهای شناختی تنظیم عواطف ۸
۲-۷-۱	خودکارآمدی ۹
۳-۷-۱	هوش عاطفی ۹
۴-۷-۱	حمایت اولیه والدین ۹
	فصل دوم: مبانی نظری و تحقیقات پیشین
۱-۲	مبانی نظری ۱۰

۱-۱-۲- راهبردهای شناختی تنظیم عواطف	۱۰
۲-۱-۲- باورهای خودکارآمدی	۱۷
۳-۱-۲- هوش عاطفی	۲۱
۱-۳-۱-۲- هوش عاطفی مبتنی بر نظریه توانایی	۲۱
۲-۳-۱-۲- الگوی شخصیتی بار- ان از هوش عاطفی	۲۲
۳-۳-۱-۲- مدل گلنن از هوش عاطفی	۲۵
۴-۱-۲- حمایت اولیه والدین	۲۷
۲-۲- پیشینه تحقیقاتی	۳۱
۱-۲-۲- هوش عاطفی و خودکارآمدی	۳۱
۲-۲-۲- هوش عاطفی و راهبردهای شناختی تنظیم عواطف	۳۲
۳-۲-۲- حمایت والدین و خودکارآمدی	۳۳
۴-۲-۲- حمایت والدین و راهبردهای شناختی تنظیم عواطف	۳۴
۳-۲- تفاوت های جنسیتی در متغیرهای مورد مطالعه	۳۴
۱-۳-۲- تفاوت های جنسیتی در راهبردهای شناختی تنظیم عواطف	۳۵
۲-۳-۲- تفاوت های جنسیتی و خودکارآمدی	۳۶
۳-۳-۲- تفاوت های جنسیتی و هوش عاطفی	۳۷
۴-۳-۲- تفاوت های جنسیتی و حمایت اولیه والدین	۳۷
۴-۲- نتیجه گیری از تحقیقات	۳۷

فصل سوم: روش تحقیق

۱-۳- روش تحقیق	۳۹
۲-۳- جامعه آماری	۳۹
۳-۳- نمونه و روش نمونه گیری	۳۹
۴-۳- ابزار پژوهش	۴۰
۱-۴-۳- پرسشنامه راهبردهای شناختی تنظیم عواطف	۴۰
۲-۴-۳- پرسشنامه خودکارآمدی عمومی (خود کارآمدی ادراکی)	۴۲
۳-۴-۳- پرسشنامه هوش عاطفی	۴۳
۴-۴-۳- پرسشنامه حمایت اولیه والدین	۴۵
۵-۳- نحوه اجرای آزمون	۴۶
۶-۳- تجزیه و تحلیل داده ها	۴۷

فصل چهارم: یافته های تحقیق

- ۴-۱- یافته های توصیفی..... ۴۸
- ۴-۲- یافته های مربوط به سوالات پژوهشی..... ۴۹

فصل پنجم: بحث و نتیجه گیری

- ۵-۱- بحث و بررسی یافته های تحقیق ۷۸
- ۵-۱-۱- بررسی رابطه حمایت اولیه والدین، هوش عاطفی، خودکارآمدی و راهبرد های شناختی تنظیم عواطف..... ۷۸
- ۵-۱-۲- پیش بینی خودکارآمدی از طریق حمایت اولیه والدین و هوش عاطفی ۸۰
- ۵-۱-۳- پیش بینی راهبردهای "مثبت" شناختی تنظیم عواطف از طریق حمایت اولیه والدین و هوش عاطفی ۸۱
- ۵-۱-۴- پیش بینی راهبردهای "منفی" شناختی تنظیم عواطف از طریق حمایت اولیه والدین و هوش عاطفی ۸۵
- ۵-۱-۵- مقایسه نمرات دختران و پسران دانشجو در متغیرهای مورد مطالعه ۸۷
- ۵-۲- کاربردهای نظری و عملی ۹۰
- ۵-۳- محدودیت های پژوهش ۹۰
- ۵-۴- پیشنهادات پژوهشی ۹۱

فهرست منابع و مآخذ

- منابع فارسی ۹۲
- منابع لاتین ۹۸

فهرست جداول

عنوان	صفحه
جدول ۱-۳: ضرایب آلفای کرونباخ پرسشنامه راهبردهای شناختی تنظیم عواطف و ابعاد آن	۴۱
جدول ۲-۳: ضرایب همبستگی خرده مقیاس های پرسشنامه راهبردهای تنظیم شناختی عواطف با یکدیگر و با کل آزمون	۴۲
جدول ۳-۳: ضرایب همبستگی خرده مقیاس های هوش عاطفی با نمره کل	۴۵
جدول ۴-۳: ضرایب همبستگی گویه های مقیاس حمایت اولیه والدین با نمره کلی آن	۴۶
جدول ۵-۳: ماتریس عاملی پرسشنامه حمایت اولیه والدین و مقدار بار عاملی سوالات	۴۶
جدول ۱-۴: میانگین و انحراف معیار نمرات دختران و پسران دانشجو در متغیرهای مورد مطالعه	۴۸
جدول ۲-۴: ماتریس همبستگی متغیرهای مورد مطالعه	۴۹
جدول ۳-۴: نتایج تحلیل رگرسیون چندگانه به منظور پیش بینی خودکارآمدی از طریق حمایت اولیه والدین و هوش عاطفی در کل نمونه	۵۰
جدول ۴-۴: نتایج تحلیل رگرسیون چندگانه به منظور پیش بینی راهبردهای "مثبت" شناختی تنظیم عواطف از طریق حمایت اولیه والدین و هوش عاطفی در کل نمونه	۵۱
جدول ۵-۴: نتایج تحلیل رگرسیون چندگانه به منظور پیش بینی راهبردهای "منفی" شناختی تنظیم عواطف از طریق حمایت اولیه والدین و هوش عاطفی در کل نمونه	۵۱
جدول ۶-۴: نتایج تحلیل رگرسیون چندگانه به منظور پیش بینی راهبرد مصیبت بار تلقی کردن از طریق حمایت اولیه والدین و هوش عاطفی در کل نمونه	۵۲
جدول ۷-۴: نتایج تحلیل رگرسیون چندگانه به منظور پیش بینی در جای حقیقی خود قرار دادن از طریق حمایت اولیه والدین و هوش عاطفی در کل نمونه	۵۲
جدول ۸-۴: نتایج تحلیل رگرسیون چندگانه به منظور پیش بینی راهبرد بازاریابی مثبت از طریق حمایت اولیه والدین و هوش عاطفی در کل نمونه	۵۲

جدول ۴-۹: نتایج تحلیل رگرسیون چندگانه به منظور پیش بینی راهبرد توجه مجدد به برنامه ریزی از طریق حمایت اولیه والدین و هوش عاطفی در کل نمونه.....	۵۳
جدول ۴-۱۰: نتایج تحلیل رگرسیون چندگانه به منظور پیش بینی راهبرد توجه مثبت مجدد از طریق حمایت اولیه والدین و هوش عاطفی در کل نمونه.....	۵۳
جدول ۴-۱۱: نتایج تحلیل رگرسیون چندگانه به منظور پیش بینی راهبرد مقصر دانستن دیگران از طریق حمایت اولیه والدین و هوش عاطفی در کل نمونه.....	۵۴
جدول ۴-۱۲: نتایج تحلیل رگرسیون چندگانه به منظور پیش بینی راهبرد پذیرش از طریق حمایت اولیه والدین و هوش عاطفی در کل نمونه.....	۵۴
جدول ۴-۱۳: نتایج تحلیل رگرسیون چندگانه به منظور پیش بینی خودکارآمدی از طریق حمایت اولیه والدین و ابعاد هوش عاطفی در کل نمونه.....	۵۵
جدول ۴-۱۴: نتایج تحلیل رگرسیون چندگانه به منظور پیش بینی راهبردهای "مثبت" شناختی تنظیم عواطف از طریق حمایت اولیه والدین و ابعاد هوش عاطفی در کل نمونه.....	۵۵
جدول ۴-۱۵: نتایج تحلیل رگرسیون چندگانه به منظور پیش بینی راهبردهای "منفی" شناختی تنظیم عواطف از طریق حمایت اولیه والدین و ابعاد هوش عاطفی در کل نمونه.....	۵۶
جدول ۴-۱۶: نتایج تحلیل رگرسیون چندگانه به منظور پیش بینی راهبرد مصیبت بار تلقی کردن از طریق حمایت اولیه والدین و ابعاد هوش عاطفی در کل نمونه.....	۵۷
جدول ۴-۱۷: نتایج تحلیل رگرسیون چندگانه به منظور پیش بینی در جای حقیقی خود قرار دادن از طریق حمایت اولیه والدین و ابعاد هوش عاطفی در کل نمونه.....	۵۷
جدول ۴-۱۸: نتایج تحلیل رگرسیون چندگانه به منظور پیش بینی راهبرد بازاریابی مثبت از طریق حمایت اولیه والدین و ابعاد هوش عاطفی در کل نمونه.....	۵۸
جدول ۴-۱۹: نتایج تحلیل رگرسیون چندگانه به منظور پیش بینی راهبرد توجه مجدد به برنامه ریزی از طریق حمایت اولیه والدین و ابعاد هوش عاطفی در کل نمونه.....	۵۸
جدول ۴-۲۰: نتایج تحلیل رگرسیون چندگانه به منظور پیش بینی راهبرد توجه مثبت مجدد از طریق حمایت اولیه والدین و ابعاد هوش عاطفی در کل نمونه.....	۵۹
جدول ۴-۲۱: نتایج تحلیل رگرسیون چندگانه به منظور پیش بینی راهبرد مقصر دانستن دیگران از طریق حمایت اولیه والدین و ابعاد هوش عاطفی در کل نمونه.....	۵۹
جدول ۴-۲۲: نتایج تحلیل رگرسیون چندگانه به منظور پیش بینی راهبرد پذیرش از طریق حمایت اولیه والدین و ابعاد هوش عاطفی در کل نمونه.....	۶۰
جدول ۴-۲۳: نتایج تحلیل رگرسیون چندگانه به منظور پیش بینی راهبرد تمرکز بر تفکر از طریق حمایت اولیه والدین و ابعاد هوش عاطفی در کل نمونه.....	۶۰

جدول ۴-۲۴: میانگین و انحراف معیار نمرات حمایت اولیه والدین، هوش عاطفی و ابعاد آن، خودکارآمدی و راهبردهای شناختی تنظیم عواطف	۶۱
جدول ۴-۲۵: نتایج تحلیل رگرسیون خودکارآمدی بر حمایت اولیه والدین و هوش عاطفی به تفکیک جنسیت	۶۲
جدول ۴-۲۶: نتایج تحلیل رگرسیون راهبردهای "مثبت" شناختی تنظیم عواطف بر حمایت اولیه والدین و هوش عاطفی به تفکیک جنسیت	۶۳
جدول ۴-۲۷: نتایج تحلیل رگرسیون راهبرد مصیبت بار تلقی کردن بر حمایت اولیه والدین و هوش عاطفی به تفکیک جنسیت	۶۳
جدول ۴-۲۸: نتایج تحلیل رگرسیون راهبرد در جای حقیقی خود قرار دادن بر حمایت اولیه والدین و هوش عاطفی به تفکیک جنسیت	۶۴
جدول ۴-۲۹: نتایج تحلیل رگرسیون راهبرد بازارزیابی مثبت بر حمایت اولیه والدین و هوش عاطفی به تفکیک جنسیت	۶۵
جدول ۴-۳۰: نتایج تحلیل رگرسیون راهبرد توجه مجدد به برنامه ریزی بر حمایت اولیه والدین و هوش عاطفی به تفکیک جنسیت	۶۶
جدول ۴-۳۱: نتایج تحلیل رگرسیون راهبرد توجه مثبت مجدد بر حمایت اولیه والدین و هوش عاطفی به تفکیک جنسیت	۶۶
جدول ۴-۳۲: نتایج تحلیل رگرسیون خودکارآمدی بر حمایت اولیه والدین و ابعاد هوش عاطفی به تفکیک جنسیت	۶۷
جدول ۴-۳۳: نتایج تحلیل رگرسیون راهبردهای "مثبت" شناختی تنظیم عواطف بر حمایت اولیه والدین و ابعاد هوش عاطفی به تفکیک جنسیت	۶۹
جدول ۴-۳۴: نتایج تحلیل رگرسیون راهبرد مصیبت بار تلقی کردن بر حمایت اولیه والدین و ابعاد هوش عاطفی به تفکیک جنسیت	۷۰
جدول ۴-۳۵: نتایج تحلیل رگرسیون راهبرد در جای حقیقی خود قرار دادن بر حمایت اولیه والدین و ابعاد هوش عاطفی به تفکیک جنسیت	۷۱
جدول ۴-۳۶: نتایج تحلیل رگرسیون راهبرد بازارزیابی مثبت بر حمایت اولیه والدین و ابعاد هوش عاطفی به تفکیک جنسیت	۷۲
جدول ۴-۳۷: نتایج تحلیل رگرسیون راهبرد توجه مجدد به برنامه ریزی بر حمایت اولیه والدین و ابعاد هوش عاطفی به تفکیک جنسیت	۷۴
جدول ۴-۳۸: نتایج تحلیل رگرسیون راهبرد توجه مثبت مجدد بر حمایت اولیه والدین و ابعاد هوش عاطفی به تفکیک جنسیت	۷۵

فهرست اشکال

صفحه	عنوان
۷۷	شکل ۱: نتایج پیش بینی مثبت و معنادار متغیرهای مورد مطالعه از طریق حمایت اولیه والدین.....
۷۷	شکل ۲: نتایج پیش بینی مثبت و معنادار متغیرهای مورد مطالعه از طریق هوش عاطفی.....
۷۷	شکل ۳: نتایج پیش بینی منفی و معنادار متغیرهای مورد مطالعه از طریق هوش عاطفی.....

فصل اول: کلیات

۱-۱ - مقدمه

همه مردم مشکلات و عوامل استرس زا را در زندگی‌شان تجربه می‌کنند و بایستی سازوکارهایی برای مقابله با این تنش‌ها و آسیب‌ها پیدا کنند. مقابله با این گونه آسیب‌ها و سازگاری با این تغییرات نیازمند افرادی است که انطباق پذیر بوده و با تغییرات و حوادث سازگار شوند. افراد برای آن که در محیط‌های رقابتی و پرتلاطم امروزه باقی بمانند، باید با چگونگی سازوکارهای مقابله با تنش و رویداد‌های استرس‌زا آشنا باشند و به طور مستمر این سازوکارها را در خود بهبود بخشند. از آن‌جا که در موقعیت‌های تنش‌زا، چگونگی تنظیم عواطف رویدادی مهم و ضروری است، آن‌را، تجلی عالی‌ترین شکل برخورد با حوادث و رویدادهای تنش‌زای زندگی دانسته‌اند. منظور از تنظیم عواطف "فرایند‌های درونی و بیرونی مسئول برای کنترل، ارزیابی و تغییر واکنش‌های عاطفی در راستای تحقق یافتن اهداف فرد است" (تامپسون^۱، ۱۹۹۴، ص ۲۷؛ به نقل از گارنفسکی، کومر، کرایج، تیردز، لیگرستی و اونستین^۲، ۲۰۰۲).

در این میان هوش عاطفی^۳، تعامل با اعضای خانواده و دریافت حمایت از آنان به ویژه والدین، و بسیاری از متغیرهای دیگر در موقعیت‌های تهدیدکننده از عناصر کلیدی هستند که در مدیریت تغییرات و حوادث تنش‌زای زندگی اهمیت فزاینده‌ای دارند (اتکینسون، اتکینسون، هیلگارد، ۱۳۸۰؛ مسعود نیا، ۱۳۸۶؛ غضنفری و قدم پور، ۱۳۸۷).

مطالعات نشان داده‌اند که در محیط‌های پرتلاطم و رقابتی کسانی موفق خواهند بود که بتوانند به طور موثر و نتیجه‌بخش با منابع انسانی خود ارتباط برقرار کنند (مسعود نیا، ۱۳۸۶؛ غضنفری و قدم پور، ۱۳۸۷). در این زمینه هوش عاطفی یکی از مولفه‌هایی است که می‌تواند به میزان زیادی در برخورد و چگونگی افراد با این رویدادها نقش مهمی ایفا کند. هوش عاطفی به عنوان نوعی هوش تبیین شده است که هم شامل درک دقیق هیجانات خود شخص و هم تعبیر دقیق حالات هیجانی دیگران است. با هوش عاطفی، فرد از نظر هیجانی مورد ارزیابی قرار می‌گیرد، به این معنی که فرد به چه میزان از هیجانات و احساسات خود آگاهی دارد و چگونه

¹-Thompson

²-Garnefski, Kommer, Kraaij, Teerds, Legerstee & Onstein

³- Emotional intelligence

آن‌ها را کنترل و اداره می‌کند. نکته قابل توجه آن است که مهارت‌های هوش عاطفی ذاتی نیست. آن‌ها می‌توانند آموخته شوند، از این رو سنجش این توانایی‌ها و قابلیت‌ها از اهمیت ویژه‌ای برخوردار است و از این طریق می‌توان افرادی که مشکلشان ناشی از فقدان این توانایی است را شناسایی نموده و مهارت‌های لازم را به آن‌ها آموزش داد (مختاری، سیادت و امیری، ۱۳۸۶).

در واقع، خانواده دارای اولین مسئولیت در پرورش و حمایت از فرزندان در گستره‌ی نوزادی تا بلوغ است. فرایند آشنا سازی خردسالان با فرهنگ، ارزش‌ها و هنجارهای اجتماع پیرامون آنان، در داخل خانواده آغاز می‌شود. خانواده می‌تواند ویژگی‌های مثبت و سازنده و یا منفی و مخرب را در کودکان به وجود آورد. تمامی حالات و رفتارهای دوران بلوغ، چه اجتماعی و چه ضد اجتماعی، ریشه در تجربیات گذشته در خانواده دارد. والدین به شکل‌های گوناگونی در اجتماعی شدن فرزندان نقش دارند. اول، آنها از طریق آموزش مستقیم، فرزندان را اجتماعی می‌کنند. این مرحله با تقویت رفتارهایی که ارزشمند یا مطلوب والدین هستند انجام می‌شود. دوم، در روند تعامل با فرزندان، والدین نقش الگوهای مهمی را بازی می‌کنند، تا فرزندان عقاید و گرایش‌ها را از آنها بیاموزند (پارک^۱ و دیگران، ۱۹۸۳؛ به نقل از طالبی مرنند، ۱۳۸۵). البته، مسائل عمده‌ی مورد نظر والدین به موازات تحولات کودکان متحول می‌شوند. والدین نوزادان، عمده‌ی توجهشان به فعالیت‌های نگهداری و آموزش مهارت‌های اولیه زندگی است. والدین در دستیابی به تنظیم احساسات به کودکان کمک می‌نمایند و شروع به آموزش مهارت‌های اجتماعی^۲ مورد نیاز کودک می‌کنند. وقتی فرزندان به نوجوانی نزدیک می‌شوند، بیشتر والدین، تصمیم‌گیری‌های مستقل و منطبق بر ارزش‌ها را تشویق می‌کنند و این در حالی است که فرزندان خود را برای ورود به بزرگسالی خویش آماده می‌کنند (بای کاتکو و دهلر^۳، ۱۹۹۲؛ به نقل از طالبی مرنند، ۱۳۸۵).

همچنین در تحقیقات فرزند پروری توجه زیادی به نظریه‌ی دلبستگی^۴ و شیوه‌های فرزند پروری شده است و از آن جا که این مفاهیم و مفاهیمی مانند گرمی والدین، عشق والدین و حمایت عاطفی والدین همگی از رابطه بین والدین-کودک سخن می‌گویند، می‌توان گفت که پاسخ‌گویی و دسترس پذیری مادر، پایگاهی امن^۵ برای کودک فراهم می‌سازد که بنا بر آن تجربه‌ها سازمان دهی می‌شود و با درماندگی مقابله می‌گردد. بنابراین، کیفیت دسترس پذیری والدین، یکی از منابع بنیادی گونه‌گونی راهبردهای تنظیم عواطف به شمار می‌رود. دیدگاه دلبستگی بیان می‌کند که دفاع‌های عاطفی مرتبط با دلبستگی ایمن، پردازش داده

¹-Park

²-Social skills

³-Bukatko & Daehler

⁴-Attachment style

⁵- Secure base

های هیجانی را بازداری می کند و آگاهی از احساسات و تصمیم ها را در خود و درباره ی دیگران مسدود می سازد (بالبی^۱، ۱۹۶۹).

سبک های دلبستگی، شیوه مقابله با شرایط استرس زا را تحت تاثیر قرار می دهند. افراد ایمن، اجتنابی و دوسوگرا، راهبردهایی کاملاً متفاوت برای تنظیم عواطف و پردازش داده های هیجانی به کار می برند (بشارت، فرهادی و گیلانی، ۱۳۸۵). اشخاص دارای سبک ایمن، آن دسته از راهبردهای تنظیم هیجانی را به کار می گیرند که تنش را کمینه کند و هیجان های مثبت را فعال سازد. اشخاص دارای سبک های نا ایمن، از آن دسته راهبردهای تنظیم هیجانی پیروی می کنند که بر هیجان های منفی تاکید می ورزد. اجتناب گر ها تجربه های هیجانی را سرکوب و دوسوگر ها موقعیت ها را تنش زا تر تجربه می کنند (فلورین و ولر^۲، ۱۹۹۳؛ به نقل از بشارت و دیگران، ۱۳۸۵).

بر اساس یافته های موجود (طالبی مرنند، ۱۳۸۵) کیفیت فرزند پروری تا هنگامی که شخص به نوجوانی قدم می گذارد پایدار می ماند و تاثیر مستقیمی روی رفتارهای پر خاشگرانه و ضد اجتماعی اعمال می کند. بسیاری از الگوهای رفتاری، خصوصیات اخلاقی، انگیزه ها و برخوردها از طریق تقلید و همانند سازی با خانواده آموخته می شوند. از جمله مواردی که فرزندان از طریق شیوه های مختلف فرزند پروری کسب می کنند باورهای مختلف در مورد توانایی خود است (طالبی مرنند، ۱۳۸۵). بر حسب نظریه بندورا^۳ (۱۹۹۶) وقتی ما باور داشته باشیم که توانایی پیشرفت و کسب موفقیت را دارا هستیم، به خودکارآمدی^۴ دست یافته ایم. باورهای خودکارآمدی، باورهایی هستند درباره ی شایستگی های ادراک شده خودمان و اینکه باور داریم می توانیم کاری را به خوبی یا حداقل به طور مناسب و کافی انجام دهیم (پاجارس^۵، ۱۹۹۶). از این رو، تاثیر بافت خانواده بر باورهای خودکارآمدی از ابتدای نوباوگی شروع می شود. والدین و یا مراقبان نوباوگان تجاربی را فراهم می کنند که تاثیر مختلفی بر خودکارآمدی کودکان دارد. وقتی خانواده به کودک کمک می کند تا به طور اثر بخش با محیط برخورد کند تاثیر مستقیمی بر تحول باورهای خودکارآمدی آن ها می گذارد (بندورا، ۱۹۹۷). والدینی که تجارب در حد تسلط و فرصت های مختلف را برای کودکان شان ترتیب می دهند در مقایسه با والدینی که فرصت محدودی را تدارک می بینند، نوجوانان و جوانان کارآمدتری دارند. همچنین، والدینی که همیشه تلاش های کسب مهارت فرزندان خود را از طریق استهزاء، انتقاد و تحقیر ناچیز می انگارند باعث خودکارآمدی پایین در فرزندان می شوند (ریکمن^۶، ۱۹۹۷). بنابراین پژوهش حاضر به بررسی تاثیر حمایت اولیه والدین و هوش عاطفی بر خودکارآمدی و

¹-Bowlby

²-Florian & Welher

³- Bandura

⁴-Self- efficacy

⁵-Pajares

⁶-Ryckman

راهبردهای شناختی تنظیم عواطف در دانشجویان می پردازد.

۱-۲- بیان مسئله

ما انسان ها در شرایطی زندگی می کنیم که خواه ناخواه با حوادث و رویدادهای تنش زای زیادی روبه رو می شویم. بنابراین می توان گفت هیچ فردی رها از مشکل نمی باشد و فشار روانی حاصل از این مشکلات بخشی جداناپذیر از زندگی هر فردی به حساب می آید. به علاوه، موفقیت، سلامت و سازگاری هر فرد از لحاظ فیزیکی و روان شناختی به چگونگی برخورد فرد با آن شرایط بستگی دارد.

از عوامل مهمی که در رویارویی با حوادث تنش زا نقش بسزایی ایفا می کند، خودکارآمدی و راهبردهای شناختی تنظیم عواطف است. با وجود تحقیقات انجام شده در زمینه خودکارآمدی و راهبردهای شناختی تنظیم عواطف که بیشتر به بررسی پیامدهای این سازه ها پرداخته اند، کمتر تحقیقی به بررسی عوامل تاثیرگذار بر این سازه ها پرداخته است. این که چه عامل یا عواملی بر خودکارآمدی و راهبردهای شناختی تنظیم عواطف تاثیر می گذارد، موضوعی است که کمتر مورد مطالعه قرار گرفته است. لذا تلاش برای بررسی عناصری که بر این سازه ها تاثیر می گذارند مهم و ضروری می باشد. در این راستا از جمله عناصری که کلیدی به نظر می رسد حمایت اولیه والدین و هوش عاطفی افراد است اما بر اساس اطلاع محقق تا تاریخ انجام این پژوهش هیچ تحقیقی به بررسی نقش آن ها نپرداخته است. به همین منظور پژوهش حاضر به بررسی تاثیر حمایت اولیه والدین و هوش عاطفی بر خودکارآمدی و راهبردهای شناختی تنظیم عواطف دانشجویان می پردازد.

۱-۳- ضرورت و اهمیت تحقیق

پژوهش های بسیاری به وضوح نشان داده اند که عواطف نقش مهمی در برخورد و انطباق با حوادث تنش زای زندگی دارد (ایزنبرگ، فابیس، گاتری و رایزر^۱، ۲۰۰۰؛ گروس^۲، ۱۹۹۸، ۱۹۹۹؛ تامپسون، ۱۹۹۴؛ به نقل از گارنفسکی و کرایچ، ۲۰۰۶a). از آن جا که هر فردی در زندگی با حوادث و رویدادهای تهدید آمیز روبه رو می شود چگونگی تنظیم عواطف در این شرایط مهم و ضروری است.

^۱-Eisenberg, Fabes, Guthrie & Reiser

^۲-Gross

از طرف دیگر، همه جوامع خواستار سعادت و سلامت روان شناختی اعضای خانواده های خود هستند و این موضوع مهم در صورتی دست یافتنی است که افراد بتوانند در مواقع بروز آسیب و مشکلات، خود را سازگار کنند. بنابراین برای رسیدن به این خواسته باید تا آن جا که ممکن است عوامل تاثیر گذار بر سازگاری و کنار آمدن با مشکلات را شناخت. از جمله این عوامل که مهم و ضروری هستند، حمایت اولیه والدین از فرزندان و هوش عاطفی است. بدون شک، والدین بر رفتار فرزندان خود تاثیر دارند. این فرایند واجد ظرافت هایی است که موجب می شود افراد از خانواده هایی با موقعیت های مشابه به گونه ای متفاوت برخورد کنند. این تفاوت ها به ویژه در دهه اخیر، زمینه را برای پژوهش و برنامه های مداخله ای به منظور بهبود مهارت های بین فردی به ویژه مهارت های رویارویی مقابله با شرایط تهدید آمیز و حل مسئله فراهم آورده است (بیل چیک^۱، ۱۹۹۹؛ به نقل از شکوهی یکتا، ۱۳۸۷). به علاوه به نظر می رسد هوش عاطفی، نقش محوری در مواجهه کارآمد داشته باشد. سالوی، بدل^۲، دتویلر^۳ و مایر (۱۹۹۹) بر این باورند که افراد با هوش عاطفی بالاتر، مواجهه موفق تری دارند، زیرا آن ها با دقت حالت های هیجانی خود را درک و ابراز می کنند، می دانند چگونه و چه هنگام احساسات خود را بیان نموده و به گونه ای موثر حالت های خلقی خود را تنظیم کنند (به نقل از محمدی، ترابی و غرایبی، ۱۳۸۷).

یافته ها دلالت بر آن دارند که مهم نیست افراد در زندگی با مشکل، در دسر و گرفتاری رو به رو نشوند بلکه مهم آن است که در مواجهه با این گونه موقعیت ها بتوانند به شیوه ای صحیح عمل کنند. بعضی از افراد حتی قادر به برطرف کردن مسائل روزمره خود نیستند و در مقابل کوچک ترین مسئله یا انتخاب دچار پریشانی، آشفتگی و ناراحتی می شوند. در مقابل این افراد، افراد دیگری نیز وجود دارند که در مواجهه با مشکلات متنوع و موقعیت های چالش انگیز نه تنها در درون آن ها آشوب به وجود نمی آید بلکه به این سطح از خود آگاهی می رسند که نقاط ضعف خود را شناخته و برطرف نمایند. عمده ترین علت موفقیت این افراد آن است که به هنگام مواجهه با مشکلات و گرفتن یک تصمیم از روش های مثبت، منظم و مرحله به مرحله استفاده می کنند، حال آن که افراد گروه اول فاقد این توان مندی هستند. هر مسئله یا تصمیمی ماهیتاً یک موقعیت استرس زا پدید می آورد، مادامی که فرد مسئله را به درستی حل نکرده یا تصمیم مناسبی نگرفته باشد بر شدت استرس افزوده شده و در نهایت موجب فعال شدن هیجان های ناخوشایند در او خواهد شد (شکوهی یکتا، ۱۳۸۷). بنابراین یکی از مسئولیت های والدین، آموزش تشخیص مشکلات و راهبردهای مقابله به فرزندان است. مشکلاتی که به طور مداوم به شکل های مختلف و از ساده تا پیچیده در زندگی ظاهر می شوند. بنابراین، والدین در این شرایط باید بدون آن که به اعتماد به نفس فرزندان خود خدشه ای وارد کنند، به

¹-Bilchik

²-Bedell

³-Detweiler