



دانشگاه هرمزگان



وزارت آموزش و پرورش

اداره کل آموزش و پرورش استان هرمزگان

معاونت آموزش و پرورش شهرستان جاباب



## Third National Conference on Professional Research in Psychology and Counseling

ISC



CIVILICA

سومین همایش ملی پژوهش‌های حرفه‌ای در روانشناسی و مشاوره "با رویکرد از نگاه معلم"

### بررسی رابطه نسبی بلوغ عاطفی و پردازش هیجانی دانشجویان دانشگاه آزاد شهر بابل

زهرا علی زاده

کارشناسی روانشناسی تربیتی دانشگاه شهیدبهبشتی تهران، ایران

آموزشگاه مدرسه رقیه بنت الحسین بابل

[aliniya97@gmail.com](mailto:aliniya97@gmail.com)

#### چکیده:

هدف از این مطالعه بررسی رابطه نسبی بلوغ عاطفی و پردازش هیجانی دانشجویان دانشگاه آزاد شهر بابل می باشد. معنی پردازش هیجانی فرآیند جذب و کاهش هیجانات منفی به واسطه فعال شدن و تغییر یافتن ساختارهای شناختی زیرین آن هیجانات است. در این تحقیق جامعه آماری تحقیق دانشجویان دختر دانشگاه پیام نور شهر دهدشت می باشد که در سال تحصیلی ۹۴-۹۳ مشغول تحصیل هستند و تعداد آنها ۱۹۸۰ می باشد از میان جامعه آماری مورد نظر تعداد ۳۱۸ نفر را بعنوان نمونه انتخاب شد. برای تجزیه و تحلیل از داده ها از نرم افزار SPSS نسخه شماره ۱۹ استفاده گردید. نتایج حاصل از این تحقیق نشان داد که بین عدم ثبات عاطفی و پردازش هیجانی دانشجویان دختر در سطح  $p < 0.05$  رابطه مثبت و معناداری وجود دارد. بین عدم ثبات عاطفی و پردازش هیجانی دانشجویان دختر در سطح  $p < 0.05$  رابطه مثبت و معناداری وجود دارد. بین بازگشت عاطفی و پردازش هیجانی دانشجویان دختر مجرد در سطح  $p < 0.05$  رابطه مثبت و معناداری وجود ندارد. بین بازگشت عاطفی و پردازش هیجانی دانشجویان دختر متاهل در سطح  $p < 0.05$  رابطه مثبت و معناداری وجود دارد. بین بلوغ عاطفی و پردازش هیجانی دانشجویان دختر مجرد و متاهل در سطح  $p < 0.05$  رابطه مثبت و معناداری وجود دارد.

**کلمات کلیدی:** بلوغ عاطفی، پردازش هیجانی و بازگشت عاطفی

#### مقدمه

بسیاری از افراد در سنین جوانی و نوجوانی به بلوغ عاطفی دست پیدا نمی کنند در صورتی که اکثر افراد به بلوغ جنسی و بلوغ تا سن زیر ۲۰ سال دست پیدا می کنند ولی یا به بلوغ عاطفی نمی رسند یا خیلی دیر به این بلوغ می رسند بلوغ عاطفی به این معناست که فرد به حدی از پختگی می رسد که می تواند راه حل‌های پیچیده تری برای مشکلات روزمره عاطفی خود پیدا کند و از احساس خود به صورت پیچیده تری برای حل این مشکلات استفاده کند و توانایی کنترل نوسانات شدید آن را دارد این مسئله مهم است که آیا افراد ابتدا به یک بلوغ نسبی عاطفی دستی می یابند و بعد سعی می کنند به زندگی مشترک قدم گذارند یا وقتی ازدواج کردند و زندگی مشترکی را با فرد دیگری آغاز کردند این بلوغ در آن ها رشد می کند بسیاری از افراد معتقدند که فرد ابتدا باید از لحاظ اقتصادی و اجتماعی به یک استقلال دست پیدا کنند و بعد به نیازهای عاطفی خود توجه داشته باشند. (خسروپور، ۱۳۵۳).

امروزه در بین دختران مجرد افسردگی زیاد دیده می شود این که فردی نمی تواند عواطف خود را به درستی بشناسد و به طبع نحوه کنترل و ابراز آن ها را نمی داند حالا یا آن ها را به شکل نادرست ابراز می کند یا آن ها را سرکوب و انکار می کند (شعاری نژاد، ۱۳۷۳).

مسئله بلوغ عاطفی مسئله ای است مهم که اگر افراد به آن توجه نکنند ممکن است در زندگی آینده و مشترکشان با فرد دیگری به مشکل برخورد کنند مسلماً کسی که از نظر عاطفی به سطحی از رشد و بلوغ نرسیده است نمی تواند زندگی مسالمت آمیزی را با فرد دیگری داشته باشد زیرا که او هنوز تسلطی بر عواطف و احساسات خود ندارد و اینکه نمی داند چگونه آنها را کنترل کند؟ پس اگر ما بدانیم که فرد آینده شریک زندگیمان به بلوغ عاطفی رسیده و شرایط گرداندن یک زندگی را دارد می توانیم به او اطمینان کرده و در مشکلاتی که فراروی زوج قرار می گیرد را حل کنیم. (آقامحمدیان، ۱۳۸۴).