

پیش‌بینی خودتنظیمی هیجانی بر اساس فرایندهای ارتباطی خانواده و تاب‌آوری در دانشجویان

محمد فغان پور گنجی*^۱

۱. کارشناسی ارشد، روانشناسی بالینی کودک و نوجوان، دانشگاه شهید بهشتی تهران، ایران (نویسنده مسئول).

مجله پیشرفت‌های نوین در علوم رفتاری، دوره سوم، شماره نوزدهم، اردیبهشت‌ماه ۱۳۹۷، صفحات ۲۰-۳۲

چکیده

خودتنظیمی هیجانی به فرایندهایی اشاره دارد که افراد توسط آن هیجانات خود را تحت تأثیر قرار می‌دهند و طبق این فرایند، مشخص می‌شود که فرد چگونه هیجانات را تجربه و ابراز می‌کند. بر همین اساس پژوهش حاضر باهدف پیش‌بینی خودتنظیمی هیجانی بر اساس فرایندهای ارتباطی خانواده و تاب‌آوری دانشجویان انجام شد. روش پژوهش از نوع توصیفی همبستگی بود. ۱۵۰ نفر با روش نمونه‌گیری تصادفی - چندمرحله‌ای از کلیه دانشجویان دانشگاه پیام نور بابل به‌عنوان نمونه انتخاب شدند. برای سنجش متغیرها از پرسشنامه‌های فرایند ارتباطی خانواده سامانی (۱۳۸۷)، مقیاس تاب‌آوری کانر و دیویسون (۲۰۰۳) و راهبردهای خودتنظیمی هیجانی مارس (۲۰۰۷) استفاده شد. یافته‌های حاصل از آزمون رگرسیون چندگانه نشان داد که از بین مؤلفه‌های فرایندهای ارتباطی خانواده، چهار مؤلفه تصمیم‌گیری و حل مسئله، مهارت‌های ارتباطی، مهارت‌های مقابله‌ای و عقاید مذهبی و مؤلفه تاب‌آوری، با متغیر خودتنظیمی هیجانی دانشجویان همبستگی معنادار دارند. با توجه به یافته حاصل از پژوهش حاضر مبنی بر پیش‌بینی خودتنظیمی هیجانی بر اساس فرایندهای ارتباطی خانواده و تاب‌آوری دانشجویان پیشنهاد می‌گردد که راهکارها و روش‌های مناسب در جهت بهبود فرایندهای ارتباطی خانواده و افزایش تحمل پریشانی با کمک مشاوران خانواده و روان‌شناسان صورت گیرد.

کلیدواژه‌ها: تاب‌آوری، خودتنظیمی هیجانی، فرایندهای ارتباطی خانواده.