

فصلنامه پژوهش‌های نوین روانشناختی

سال نهم شماره ۳۴ تابستان ۱۳۹۳

## نقش راهبردهای شناختی تنظیم هیجان و روان‌نژندگرایی و برونگرایی در نشانه‌های پانیک

تورج هاشمی<sup>۱</sup>

مجید محمودعلیلو<sup>۲</sup>

سولماز حسین‌زاده<sup>۳</sup>

نعیمه ماشینی‌عباسی<sup>۴</sup>

### چکیده

هدف این پژوهش، تعیین نقش راهبردهای شناختی تنظیم هیجان و روان‌نژندگرایی و برونگرایی در نشانه‌های پانیک بود. این پژوهش از نوع توصیفی-همبستگی بود که در راستای آن، ۴۰۰ نفر از دانشجویان دانشگاه تبریز به شیوه خوشه‌ای چندمرحله‌ای انتخاب شدند. جهت جمع‌آوری داده‌ها از پرسشنامه تنظیم شناختی هیجان (CERQ)، پرسشنامه شخصیتی نئو (NEO-FFI) و آزمون حساسیت اضطرابی (ASI) و برای تحلیل داده از روش تحلیل مسیر استفاده شد. تحلیل داده‌ها نشان داد که راهبردهای تمرکز مجدد بر برنامه‌ریزی و دیدگاه‌گیری بواسطه برونگرایی به صورت منفی، تغییرات نشانه‌های پانیک را پیش‌بینی می‌کنند. علاوه بر این، راهبردهای ملامت خود، نشخوارگری، فاجعه‌انگاری بواسطه روان‌نژندگرایی به صورت مثبت و راهبردهای پذیرش، بازارزیابی مثبت، تمرکز مجدد مثبت، تمرکز مجدد بر برنامه‌ریزی و دیدگاه‌گیری به واسطه روان‌نژندگرایی به صورت منفی تغییرات نشانه‌های پانیک را پیش‌بینی می‌کنند. این یافته‌ها تلویحات عملی در مداخلات بالینی داشته که به صورت تفصیلی مورد بحث قرار گرفته است.

**واژگان کلیدی:** راهبردهای شناختی تنظیم هیجان، روان‌نژندگرایی؛ برونگرایی؛ پانیک.

Email: tourajhashemi@yahoo.com

۱- استاد گروه روانشناسی دانشگاه تبریز

۲- استاد گروه روانشناسی دانشگاه تبریز

۳- کارشناسی ارشد روانشناسی بالینی دانشگاه تبریز

۴- دانشجوی دکتری علوم اعصاب شناختی دانشگاه تبریز

## مقدمه

اختلال وحشتزدگی (پانیک)<sup>۱</sup> به عنوان یکی از زیرمجموعه اختلالات اضطرابی، فرد به ناگهان و بی دلیل دچار یک مجموعه نشانه آزاردهنده از جمله تنگی نفس، تپش قلب، حالت تهوع، درد سینه، احساس خفگی، سرگیجه، تعریق، رعشه، بیم شدید، وحشت و احساس مرگ قریب الوقوع می‌شود. شیوع این اختلال در طول زندگی حدود ۲ درصد برای مردان و بیش از ۵ درصد برای زنان است (کسلر و همکاران<sup>۲</sup>، ۱۹۹۴؛ به نقل از دیویسون، نیل و کرینگ<sup>۳</sup>، ۱۳۸۳).

در DSM-IV-TR<sup>۴</sup> دو دسته ملاک تشخیصی برای اختلال پانیک وجود دارد: یکی بدون بازارهراسی و دیگری با آن (کاپلان-سادوک<sup>۵</sup>، ۱۳۸۸). اختلال پانیک به وسیله نشانه‌های رفتاری، هیجانی و شناختی خویش بر کارکردهای روزانه مبتلایان، اثرات منفی بر جای گذاشته و سالیانه میلیون‌ها نفر را به مراکز درمانی سوق می‌دهد (روزنهان و سلیگمن<sup>۶</sup>، ۱۳۸۵). ۹۱ درصد از بیماران دچار اختلال پانیک و ۸۴ درصد از مبتلایان بازارهراسی، لااقل به یک اختلال روانی دیگر نیز دچارند. طبق DSM-IV-TR، ۱۰ تا ۱۵ درصد افراد مبتلا به اختلال پانیک، همزمان به اختلال افسردگی اساسی نیز مبتلا هستند. تقریباً یک سوم افراد مبتلا به هر دوی این اختلالات، قبل از شروع اختلال پانیک، به اختلال افسردگی اساسی دچار بوده‌اند و حدود دوسوم آنها در حین یا پس از شروع افسردگی اساسی، ابتدا اختلال پانیک را تجربه می‌کنند (کاپلان-سادوک، ۱۳۸۸).

در راستای نشانه‌شناسی و سبب‌شناسی این اختلالات، در سال‌های اخیر بر نقش کارکرد تنظیم هیجان تأکید فراوانی شده است، به نحوی که بررسی‌ها نشان می‌دهند که تنظیم هیجان، عامل مهمی در تعیین سلامتی و داشتن عملکرد موفق در تعاملات اجتماعی است (سیچیتی و همکاران<sup>۷</sup>، ۱۹۹۷؛ تامپسون<sup>۸</sup>، ۱۹۹۱؛ به نقل از یوسفی،

1- panic

3- Davison, Neil, &amp; Kring

5- Kaplan-Sadock

7- Cicchetti et al

2- Kessler et al

4- Diagnostic Statistical Manual of Mental disorders- forth edition- Revised

6- Rosenhan &amp; Seligman

8- Thompson

(۱۳۸۵). نگرانی و برانگیختگی هیجانی از عواملی هستند که تأثیر زیادی بر عملکرد افراد در موقعیت‌ها دارند. این اثرات از دو جنبه قابل بررسی است: نخست اینکه، تغییرات هیجانی به واسطه اثراتی که بر عملکردهای ذهنی دارند، اختلالاتی را در کارکرد ذهنی ایجاد می‌کنند. دوم اینکه، تفسیری که افراد از این برانگیختگی‌ها دارند، بر عملکرد و همچنین، بر میزان هیجانات آنها تأثیر می‌گذارد (حیدری، احتشام‌زاده و حلاجانی، ۱۳۸۹).

مفهوم کلی تنظیم شناختی هیجان بر شیوه شناختی دستکاری ورود اطلاعات فراخوانده هیجان دلالات دارد (تامپسون، ۱۹۹۱؛ اوکسرن و گروس<sup>۱</sup>، ۲۰۰۴؛ به نقل از حسنی و همکاران، ۱۳۸۷). پژوهش‌های پیشین، نه راهبرد متفاوت تنظیم شناختی را به صورت مفهومی شناسایی کرده‌اند: ملامت خود<sup>۲</sup> (مقصر دانستن خود بخاطر رخدادی که اتفاق افتاده است)، پذیرش<sup>۳</sup> (پذیرش رخداد رضایت دادن به آنچه که اتفاق افتاده است)، نشخوارگری<sup>۴</sup> (تفکر درباره احساس‌ها و افکار وابسته به آن رخداد منفی)، تمرکز مجدد مثبت<sup>۵</sup> (تفکر درباره مسائل خوشایند بجای تفکر درباره آن رخداد واقعی)، تمرکز مجدد بر برنامه‌ریزی<sup>۶</sup> (تفکر درباره اینکه با آن حادثه و رخداد چگونه می‌توان برخورد کرد)، ارزیابی مجدد مثبت<sup>۷</sup> (افکار مربوط به الحاق معانی مثبت به آن رخداد)، دیدگاه‌گیری<sup>۸</sup> (افکار مربوط به نسبی بودن آن رخداد در مقایسه با سایر رخدادهای)، فاجعه‌انگاری<sup>۹</sup> (افکار مربوط به تأکید آشکار بر فاجعه یا مصیبت‌بار بودن تجربه) و ملامت دیگران<sup>۱۰</sup> (سرزنش دیگران و مقصر دانستن آنها بخاطر رخدادی که اتفاق افتاده است) (گارفنسکی، کرایج و اسپینهاون<sup>۱۱</sup>، ۲۰۰۱؛ ۲۰۰۲؛ به نقل از حسنی و همکاران، ۱۳۸۷).

در این راستا، فاجعه‌انگاری، ملامت خویش و نشخوارگری، زیرمقیاس‌هایی از راهبردهای شناختی تنظیم هیجان بوده که با سطوح بالای اضطراب مرتبطند. از سویی،

1- Ochsner &amp; Gross

3- acceptance

5- positive refocusing

7- positive reappraisal

9- catastrophizing

11- Garnefski, Kraaij, &amp; Spinhoven

2- self-blame

4- rumination

6- refocus on planning

8- perspective taking

10- other-blame

تمرکز مجدد، ارزیابی مجدد مثبت و برنامه‌ریزی، زیرمقیاس‌هایی هستند که با سطوح پایین اضطراب مرتبطند. این یافته‌ها بیان می‌کنند که ملامت خود با گزارشی از نشانه‌های اضطراب مرتبط است. پژوهش‌ها نشان می‌دهند که نشخوارگری به‌عنوان مهم‌ترین پیش‌بینی‌کننده نشانه‌های اضطراب است (پورفرج عمران، ۲۰۱۱). آلدوا، نالن‌هوکسما و شوازی<sup>۱</sup> (۲۰۱۰) دریافتند که پذیرش با افسردگی و اضطراب، رابطه معنی‌دار نداشته و برآورد مجدد با اضطراب، ارتباط کمی دارد. راهبردهای سازگارانه‌تر مانند تمرکز مجدد مثبت و بازآرزیابی مثبت با اضطراب، رابطه منفی دارند. بین نشخوارگری، سرزنش خود و فاجعه‌انگاری در یک طرف و اضطراب در طرف دیگر، رابطه مثبت وجود دارد (گارنفسکی و همکاران، ۲۰۰۱). در پژوهشی دیگر مشخص شد که راهبردهای ناسازگارانه نشخوارگری، ملامت خود، ملامت دیگران، فاجعه‌انگاری با اضطراب، رابطه مثبتی دارند؛ در حالی که راهبردهای پذیرش، دیدگاه‌گیری، تمرکز مجدد بر برنامه‌ریزی و ارزیابی مجدد مثبت، با اضطراب، رابطه منفی دارند. از بین راهبردهای مذکور، نشخوارگری، بیشترین توان پیش‌بینی‌کنندگی را برای نمرات اضطراب نشان داد (مشهدی، میردورقی و حسنی، ۱۳۹۰).

علاوه بر این، در بازنگری پژوهش‌های مربوط به تنظیم هیجان، گروس (۱۹۹۹) اشاره نمود که تفاوت‌های فردی در تعدیل هیجان در هر یک از مراحل تولید هیجان‌ها مشاهده می‌شود (به نقل از حسنی و همکاران، ۱۳۸۷). در این راستا، ویژگی‌های شخصیتی به‌عنوان مؤلفه‌های مهمی در تعدیل هیجان‌ها و تنظیم آنها نقش مهمی دارند و در این رابطه، درباره وجود دو بعد بزرگ روان‌نژندگرای (N)<sup>۲</sup> و برون‌گرایی (E)<sup>۳</sup> در سطح شخصیت بین مؤلفان و پژوهشگران توافق زیادی مشاهده شده است. توضیح اینکه، تمایل عمومی به تجربه عواطف منفی چون ترس، غم، عصبانیت و احساس گناه، مجموعه حیطه N را تشکیل می‌دهند. از سویی، جامعه‌گرا بودن، دوست داشتن مردم، با جرأت بودن، فعال، پرنرژی و پرحرف بودن از صفات برون‌گراها است (حق‌شناس، ۱۳۸۵).

1- Aldoa, Nolen Hoksema & Schweizer  
3- extroversion

2- neuroticism

حسنى و همكاران (۱۳۸۷) بيان كردند كه افراد روان‌نژندگرا در برخورد با تجربه منفى، بيشتر از راهبردهاى ملامت خویش، پذیرش، نشخوارگرى، دیدگاه‌گیرى، فاجعه‌انگارى و ملامت دیگران استفاده می‌کنند، در حالیکه افراد پایدار هیجانی از راهبردهای تمرکز مجدد مثبت و تمرکز مجدد بر برنامه‌ریزی استفاده می‌کنند. برونگرایی و روان‌نژندگرایی، راهبرد مقابله‌ای را تحت تأثیر قرار می‌دهند. روان‌نژندگرایی با راهبردهای ناسازگارانه ملامت خود، رابطه مثبت دارد (واتسون<sup>۱</sup>، ۲۰۰۰؛ دیوید و سالس<sup>۲</sup>، ۱۹۹۹) در صورتی که بولاند و کاپلیز<sup>۳</sup> (۱۹۹۷) و وولرات، تورگرسن و آلناس<sup>۴</sup> (۱۹۹۵) دریافتند که روان‌نژندگرایی با ارزیابی مجدد مثبت، همبستگی منفی دارد (به نقل از حسنى و همكاران، ۱۳۸۷). کلارك<sup>۵</sup> و واتسون (۱۹۹۱) بيان کرده‌اند روان‌نژندگرایی هم با اختلالات اضطرابی مرتبط است (روزلینی، لورنس، مایر و براون<sup>۶</sup>، ۲۰۱۲). در مطالعه‌ای دیگر، برونگرایی پایین با اضطراب مرتبط بوده و روان‌نژندگرایی بالا و برونگرایی پایین با اضطراب ارتباط داشت (میدل‌دورپ، کات، برگ، دایک و بوزما<sup>۷</sup>، ۲۰۰۶).

در مطالعه‌ای دیگر، بینونو و همکاران<sup>۸</sup> (۲۰۰۱) به این نتیجه رسیدند که بین برونگرایی پایین و آگروفوبیا، رابطه وجود دارد، ولی با اختلال پانیک، رابطه‌ای مشاهده نشد. در پژوهشی دیگر، براون و همکاران (۱۹۹۸) دریافتند که بین برونگرایی پایین با اختلال پانیک و آگروفوبیا رابطه وجود ندارد (به نقل از میدل‌دورپ و همکاران، ۲۰۰۶).

مبتنی بر آنچه عنوان شد، چنین برداشت می‌شود که افراد مبتلا به پانیک در استفاده از راهبردهای تنظیم شناختی هیجان تفاوت‌های اساسی با یکدیگر دارند. از سویی، این راهبردها گاه در نقش عوامل علی موجب تشدید علائم این اختلال می‌شوند. از طرفی، مرور ادبیات پژوهش نشان داد که در فرایند اثرگذاری این راهبردها بر اختلالات اضطرابی، عوامل شخصیتی نقش واسطه‌ای دارند و این عوامل قادرند به عنوان تسهیل‌کننده یا تعدیل‌کننده این روابط عمل کنند که در این میان، نقش برونگرایی و

1- Watson

3- Boland &amp; Cappeliez

5- Clark

7- Middeldorp, Cath, Berg, Beem, Dyck &amp; Boomsma

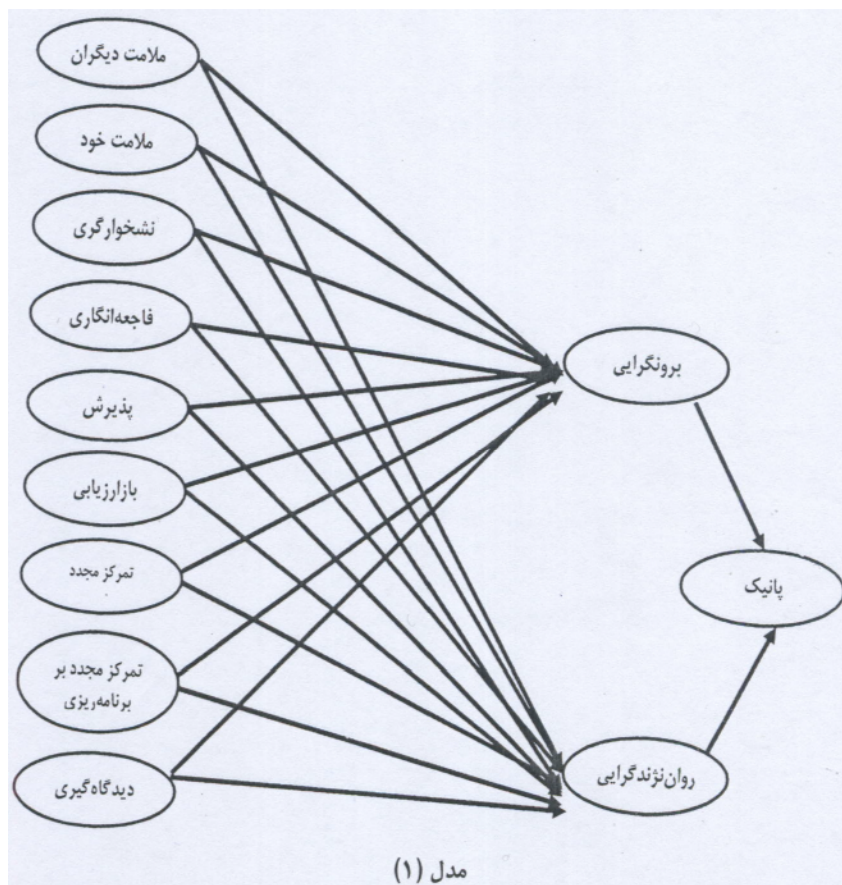
2- David &amp; Suls

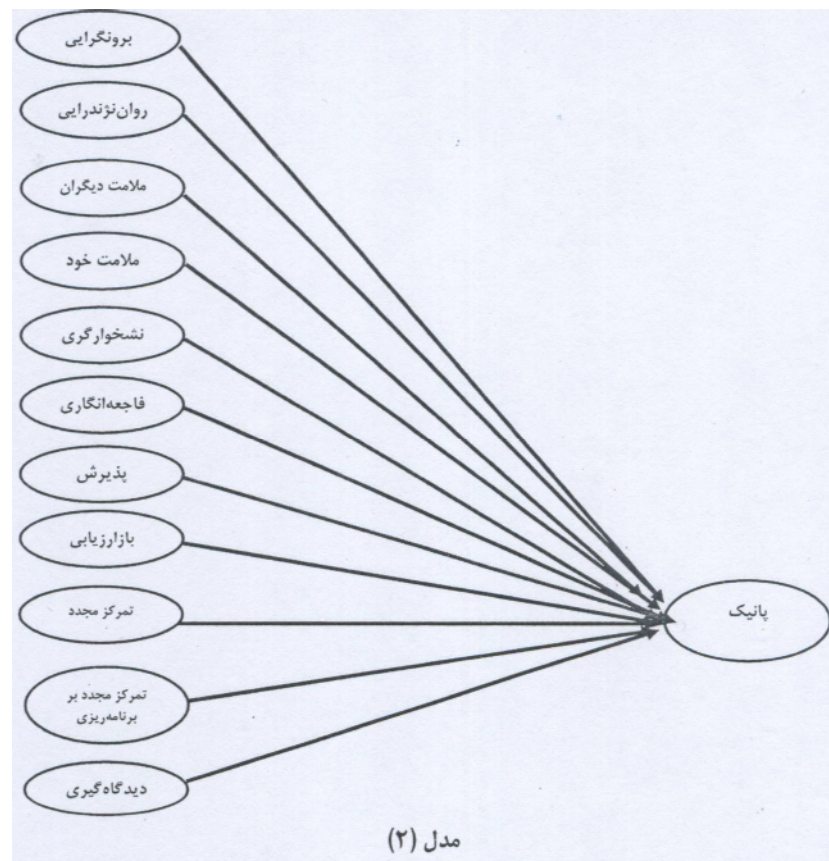
4- Vollrath, Torgersen &amp; Alnaes

6- Rosellini, Lawrence, Mayer &amp; Brown

8- Bienvenu et al

روان‌نژندگرایی برجسته است. از این رو، سؤال اساسی این پژوهش این است که آیا برونگرایی و روان‌نژندگرایی نقش میانجی مابین راهبردهای شناختی تنظیم هیجان و اختلال پانیک را دارند؟ یا اینکه برونگرایی، روان‌نژندگرایی و راهبردهای شناختی تنظیم هیجان، هر دو تأثیری مستقل و مستقیم بر اختلال ذکر شده دارند؟ همچنین، بررسی برازش دو مدل نظری برآمده از ادبیات پژوهشی، با داده‌های تجربی، مهم‌ترین هدف اصلی این پژوهش است؟





### روش

طرح پژوهش حاضر، توصیفی-همبستگی بود که در آن، روابط بین متغیرها مورد بررسی قرار گرفته است. جامعه آماری این پژوهش، شامل کلیه دانشجویان دانشگاه تبریز مقطع کارشناسی در سال تحصیلی ۹۱-۹۲ بود. حجم نمونه‌ای که با استفاده از جدول مورگان، انتخاب شد، برابر ۴۰۰ نفر بود. برای تهیه نمونه موردنظر، از روش نمونه‌گیری خوشه‌ای چندمرحله‌ای استفاده شد، به این صورت که ابتدا، به تصادف، پنج دانشکده از دانشگاه تبریز (دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناسی، کشاورزی، علوم انسانی، علوم پایه، مهندسی

عمران) انتخاب گردید و از هر دانشکده، کلاس‌هایی، به تصادف انتخاب و از هر کلاس نیز به تصادف، دانشجویانی انتخاب شدند. داده‌های به‌دست آمده از طریق مدل‌سازی معادلات ساختاری بررسی شد. در مدل‌یابی معادلات ساختاری، متغیرهای موجود در مدل، به کمک شاخص‌های عینی سنجیده می‌شوند. هر مدل با مدل‌های رقیب که تفسیر متفاوتی از روابط میان متغیرها ارائه می‌دهند، به کمک شاخص‌های برازندگی مقایسه می‌شود تا روشن شود که کدام مدل، برازندگی مطلوب‌تر با داده‌های تجربی دارد؟

### ابزارهای اندازه‌گیری

۱) پرسشنامه تنظیم شناختی هیجان (CERQ)<sup>۱</sup>: برای اندازه‌گیری راهبردهای شناختی تنظیم هیجان، از پرسشنامه تنظیم شناختی هیجان استفاده شد که گارنفسکی و همکاران (۲۰۰۱) آن را به منظور ارزیابی نحوه تفکر افراد بعد از تجربه رخداد‌های تهدیدکننده یا استرس‌زای زندگی ابداع کرده‌اند. این پرسشنامه، دارای ۳۶ عبارت است که نحوه پاسخ به آن براساس مقیاس درجه‌بندی لیکرت در دامنه‌ای از ۱ (هرگز) تا ۵ (همیشه) قرار دارد. راهبردهای منفی و مثبت، هریک نمره‌ای دارند. نمره هر راهبرد از طریق جمع نمرات داده شده به هر یک از عبارات تشکیل‌دهنده آن راهبرد به‌دست می‌آید و می‌تواند در دامنه‌ای از ۴ تا ۲۰ قرار گیرد. از جمع کل نمرات ۳۶ عبارت، نمره کلی بدست می‌آید و می‌تواند در دامنه‌ای از ۳۶ تا ۱۸۰ قرار بگیرد. پایایی کل راهبردهای "مثبت"، "منفی"، "کل شناختی" با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ، به ترتیب برابر ۰/۹۱، ۰/۸۷ و ۰/۹۳ به‌دست آمده است (گارنفسکی و همکاران، ۲۰۰۱؛ به نقل از یوسفی، ۱۳۸۵). پایایی آن در ایران که توسط یوسفی انجام شده است، با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ، برای کل شناختی، ۰/۸۲ گزارش شده است. از سویی، روایی آن از طریق همبستگی میان نمره راهبردهای منفی با نمرات افسردگی و اضطراب پرسشنامه ۲۸ سؤالی سلامت عمومی بررسی شده و به‌ترتیب، ضرایب برابر ۰/۳۵ و ۰/۳۷ به‌دست آمده است که هر دو در سطح  $P < ۰/۰۱$  معنی‌دار بودند (یوسفی، ۱۳۸۵).

1- Cognitive Emotion Regulation Questionnaire



(۲) پرسشنامه شخصیتی نئو: فرم تجدیدنظرشده پرسشنامه NEO (NEO-PI-R)<sup>۱</sup>، پنج عاملی اصلی شخصیت و شش خصوصیت در هر عامل را اندازه می‌گیرد که در سال ۱۹۸۵ توسط مک‌کری و کوستا<sup>۲</sup> تهیه شده بود. پرسشنامه NEO، مقیاس‌های تجربه‌شده‌ای برای اندازه‌گیری صفات N (روان‌نژندگرایی)، E (برونگرایی) و O (انعطاف‌پذیری)<sup>۳</sup> داشت، اما برای دو عامل دیگر، یعنی A (دلپذیر بودن)<sup>۴</sup> و C (باوجدان بودن)<sup>۵</sup> مقیاس‌های کلی داشت. پرسشنامه NEO-PI-R، این نارسایی‌ها را با اضافه کردن مقیاس‌هایی برای صفات فرعی دو عامل A و C برطرف می‌کند. این پرسشنامه، فرم دیگری به نام NEO-FFI دارد که یک پرسشنامه ۶۰ سؤالی است و برای ارزیابی پنج عامل شخصیت به کار می‌رود. هریک از عوامل اصلی NEO-PI-R، شامل شش مقیاس هستند که صفات آن عامل را اندازه‌گیری می‌کنند. ضریب آلفای گزارش شده توسط مک‌کری و کوستا، ۰/۷۴ تا ۰/۸۹ با میانگین ۰/۸۱ بوده است. در ایران نیز حق‌شناس (۱۳۸۷) بر روی نمونه ۵۰۲ نفری جمعیت شیراز به این نتایج رسید: ضرایب آلفای کرونباخ برابر  $N=0/81$ ،  $E=0/71$ ،  $O=0/57$  و  $A=0/71$  و  $C=0/83$  و پایایی آزمون-بازآزمون در فاصله ۶ ماه برابر  $N=0/53$ ،  $E=0/74$ ،  $O=0/76$  و  $A=0/6$  و  $C=0/70$  به‌دست آمده است. در نمره‌گذاری برای هر عبارت پرسشنامه، یک مقیاس درجه‌بندی پنج رتبه‌ای وجود دارد که دارای ارزش صفر تا ۴ است. برای برخی از جمله‌ها، این نمره‌گذاری از کاملاً موافقم تا کاملاً مخالفم به ترتیب صفر تا ۴ تعلق می‌گیرد و برای برخی برعکس.

(۳) پرسشنامه حساسیت اضطرابی (ASI)<sup>۶</sup>: برای اندازه‌گیری نشانه‌های پانیک از پرسشنامه حساسیت اضطرابی استفاده شد. این پرسشنامه توسط پیترسون و ریس<sup>۱</sup> (۱۹۸۷) تدوین شده است که یک مقیاس خودسنجی ۱۶ آیتمی است (لانگلی و همکاران<sup>۲</sup>، ۲۰۰۶؛ به نقل از وثوقی، ۱۳۸۹). این آزمون براساس مقیاس پنج نقطه‌ای لیکرت (=خیلی کم تا ۴=خیلی زیاد) رتبه‌بندی می‌شود. این آزمون دارای همسانی

1- Neuroticism-Extroversion-Openness-  
Personality-Inventory-Revised  
3- Openness  
5- Conscientiousness  
7- Pettersson & Reiss

2- McCrae & Costa  
4- Agreeableness  
6- Anxiety Sensitivity Index  
8- Longley et al

درونی و پایایی آزمون - بازآزمون قابل قبولی است. همچنین، از روایی پیش‌بین، سازه و ملاکی کافی برخوردار است (آنتونی<sup>۱</sup>، ۲۰۰۱؛ پیترسون و ریس، ۱۹۹۳؛ اشمیت<sup>۲</sup>، ۱۹۹۷؛ ۱۹۹۹؛ زولونسکی، فلدنر، ایفرت و استوارت<sup>۳</sup>، ۲۰۰۱؛ به نقل از وثوقی، ۱۳۸۹).

### یافته‌ها

در جدول ۱، میانگین و انحراف استاندارد راهبردهای شناختی تنظیم هیجان، پانیک، روان‌نژندگرایی و برون‌گرایی در بین دو جنس زن و مرد گزارش شده است.

جدول (۱) میانگین و انحراف استاندارد راهبردهای شناختی تنظیم هیجان، پانیک، روان‌نژندگرایی و برون‌گرایی در زنان و مردان

|                           | مردان   |                  | زنان    |                  | کل      |                  |
|---------------------------|---------|------------------|---------|------------------|---------|------------------|
|                           | میانگین | انحراف استاندارد | میانگین | انحراف استاندارد | میانگین | انحراف استاندارد |
| ملامت خود                 | ۱۱/۰۳   | ۳/۳۰             | ۱۱/۰۸   | ۳/۱۱             | ۱۱/۰۶   | ۳/۱۷             |
| پذیرش                     | ۱۱/۸۱   | ۳/۱۸             | ۱۲/۰۸   | ۳/۱۵             | ۱۱/۹۸   | ۳/۱۶             |
| نشخوارگری                 | ۱۲/۶۴   | ۳/۲۶             | ۱۳/۱۹   | ۳/۵۶             | ۱۳/۰۰   | ۳/۴۷             |
| تمرکز مجدد مثبت           | ۱۲/۶۵   | ۴/۲۱             | ۱۱/۵۵   | ۳/۸۲             | ۱۱/۹۲   | ۳/۹۹             |
| تمرکز مجدد بر برنامه‌ریزی | ۱۴/۶۷   | ۳/۳۷             | ۱۳/۷۸   | ۳/۵۲             | ۱۴/۰۸   | ۳/۴۹             |
| بازارزیابی مثبت           | ۱۳/۴۲   | ۳/۶۹             | ۱۲/۸۴   | ۳/۹۵             | ۱۳/۰۴   | ۳/۸۷             |
| دیدگاه‌گیری               | ۱۱/۸۹   | ۳/۷۸             | ۱۱/۹۶   | ۳/۴۵             | ۱۱/۹۴   | ۳/۵۶             |
| فاجعه‌انگاری              | ۹/۵۷    | ۴/۱۸             | ۱۰/۱۷   | ۳/۶۶             | ۹/۹۶    | ۳/۸۵             |
| ملامت دیگران              | ۸/۵۱    | ۳/۲۱             | ۹/۱۵    | ۳/۱۴             | ۸/۹۳    | ۳/۱۷             |
| پانیک                     | ۲۲/۹۷   | ۱/۴۴             | ۲۷/۵۲   | ۱/۰۸             | ۲۵/۹۹   | ۱/۱۲             |
| روان‌نژندگرایی            | ۲۵/۱۶   | ۸/۵۹             | ۲۲/۲۴   | ۷/۹۸             | ۲۳/۲۱   | ۸/۲۹             |
| برون‌گرایی                | ۲۱/۰۰   | ۶/۴۶             | ۲۰/۳۰   | ۶/۳۳             | ۲۰/۵۳   | ۶/۳۸             |

مندرجات جدول ۱ نشان می‌دهد که میانگین ملامت خود، پذیرش، نشخوارگری، دیدگاه‌گیری، فاجعه‌انگاری و پانیک، در زنان بیشتر از مردان است. میانگین تمرکز مجدد

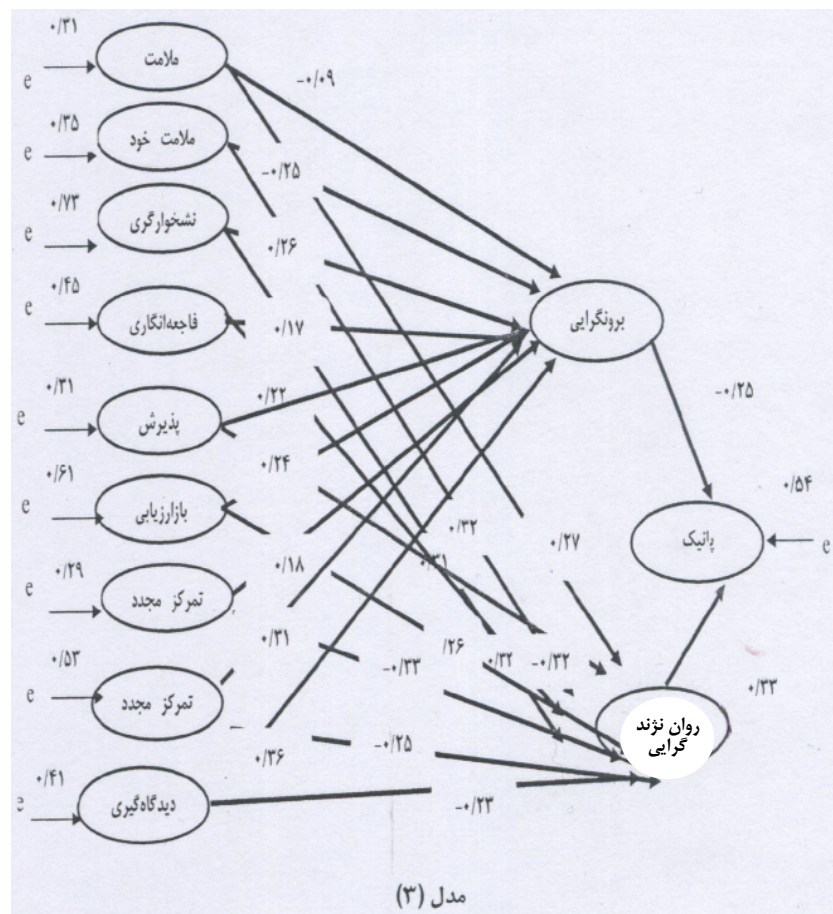
1- Antony

2- Schmidt

3- Zvolensky, Feldner, Eifert &amp; Stewart

مثبت، تمرکز مجدد بر برنامه‌ریزی، بازاریابی مثبت، ملامت دیگران، برونگرایی و روان‌نژندگرایی در مردان بیشتر از زنان است. در مرحله بعد، ابتدا ماتریس کوواریانس متغیرهای مورد مطالعه محاسبه گردیده و به دنبال آن، مدل روابط علی- ساختاری متغیرهای اندازه‌گیری شده و مکنون ارائه شده است تا براساس شاخص‌های به‌دست آمده، برازش مدل اندازه‌گیری با مدل نظری مورد بررسی قرار گیرد.

مدل علی- ساختاری (۱) روابط بین متغیرها و شاخص‌های برازش مدل



## مدل (۳)

## جدول (۲) ماتریس کوواریانس متغیرهای مورد مطالعه

| متغیرها        | پانیک | ملاکت دیگران | ملاکت خود | نشخوارگری | پذیرش | بازارزیابی مثبت | تمرکز مجدد مثبت | برنامه‌ریزی | دیدگاه‌گیری | فاجعه‌انگاری | برونگرایی | روان‌نژندگرایی |
|----------------|-------|--------------|-----------|-----------|-------|-----------------|-----------------|-------------|-------------|--------------|-----------|----------------|
| پانیک          | ۴/۱۱  |              |           |           |       |                 |                 |             |             |              |           |                |
| ملاکت -        | ۱/۱۳  | ۲/۸۲         |           |           |       |                 |                 |             |             |              |           |                |
| دیگران         |       |              |           |           |       |                 |                 |             |             |              |           |                |
| ملاکت خود      | ۰/۸۶  | ۱/۱۲         | ۳/۱۶      |           |       |                 |                 |             |             |              |           |                |
| نشخوارگری      | ۱/۷۲  | ۱/۲۷         | ۱/۰۹      | ۲/۷۲      |       |                 |                 |             |             |              |           |                |
| پذیرش          | -۰/۷۶ | -۰/۴۹        | -۰/۵۷     | -۰/۴۶     | ۳/۲۶  |                 |                 |             |             |              |           |                |
| بازارزیابی     | -۰/۸۲ | -۰/۶۳        | -۰/۳۶     | -۰/۵۲     | -۰/۷۲ | ۴/۱۵            |                 |             |             |              |           |                |
| مثبت           |       |              |           |           |       |                 |                 |             |             |              |           |                |
| تمرکز مجدد     | -۱/۱۶ | -۰/۵۲        | -۰/۶۷     | -۰/۴۱     | ۰/۶۲  | ۰/۷۲            | ۳/۴۶            |             |             |              |           |                |
| مثبت           |       |              |           |           |       |                 |                 |             |             |              |           |                |
| تمرکز مجدد     | -۰/۷۵ | -۰/۴۱        | -۰/۵۹     | -۰/۳۸     | ۰/۵۳  | ۰/۶۵            | ۰/۵۹            | ۲/۹۱        |             |              |           |                |
| برنامه‌ریزی    |       |              |           |           |       |                 |                 |             |             |              |           |                |
| دیدگاه‌گیری    | -۱/۲۲ | -۱/۳۱        | -۱/۱۵     | -۱/۱۱     | ۰/۷۹  | ۰/۵۱            | ۰/۴۸            | ۰/۶۱        | ۳/۱۴        |              |           |                |
| فاجعه‌انگاری   | ۲/۸۲  | ۱/۰۸         | ۰/۷۶      | ۰/۵۱      | -۰/۶۱ | -۰/۴۹           | -۰/۴۲           | -۰/۵۷       | -۰/۶۲       | ۲/۸۱         |           |                |
| برونگرایی      | -۱/۴۲ | -۰/۵۷        | -۱/۶۹     | -۱/۷۲     | ۱/۴۴  | ۱/۶۲            | ۱/۲۹            | ۲/۱۴        | ۲/۵۱        | -۱/۱۹        | ۳/۱۹      |                |
| روان‌نژندگرایی | ۲/۱۴  | ۱/۸۳         | ۲/۲۶      | ۱/۲۸      | -۲/۱۶ | -۱/۷۱           | -۲/۳۶           | -۱/۶۱       | -۱/۴۹       | ۲/۲۲         | -۰/۶۲     | ۴/۰۲           |

مندرجات ماتریس کوواریانس نشان می‌دهد که هم‌تغییری راهبردهای ملاکت دیگران، نشخوارگری، فاجعه‌انگاری و روان‌نژندگرایی با پانیک، مثبت و معنی‌دار و هم‌تغییری راهبردهای تمرکز مجدد مثبت، دیدگاه‌گیری و برونگرایی با پانیک، منفی و معنی‌دار است. هم‌تغییری برونگرایی با پذیرش، بازارزیابی مثبت، تمرکز مجدد مثبت، تمرکز مجدد بر برنامه‌ریزی، دیدگاه‌گیری، مثبت و قابل توجه و هم‌تغییری برونگرایی با ملاکت خود، نشخوارگری و فاجعه‌انگاری، منفی و قابل توجه است. همچنین، روان‌نژندگرایی با

پذیرش، بازاریابی مثبت، تمرکز مجدد مثبت، تمرکز مجدد بر برنامه‌ریزی و دیدگاه‌گیری، منفی و قابل توجه و هم‌تغییری روان‌نژندگرایی با ملامت دیگران، ملامت خود، نشخوارگری و فاجعه‌انگاری، مثبت و قابل توجه است.

| P    | AGFI | GFI  | CFI  | $\chi^2/df$ | df  | $\chi^2$ | RMSE |
|------|------|------|------|-------------|-----|----------|------|
| ۰/۱۳ | ۰/۹۷ | ۰/۹۸ | ۰/۹۷ | ۵           | ۱۹۶ | ۹۸۲      | ۰/۰۴ |

مندرجات مدل علی- ساختاری (۱) نشان می‌دهد که اثر راهبردهای ملامت خود، نشخوارگری و فاجعه‌انگاری بر برونگرایی منفی و معنی‌دار است ( $p < ۰/۰۵$ ). به علاوه، اثر راهبردهای پذیرش، بازاریابی مثبت، تمرکز مجدد مثبت، تمرکز مجدد بر برنامه‌ریزی و دیدگاه‌گیری بر روی برونگرایی، مثبت و معنی‌دار است ( $p < ۰/۰۵$ ). اثر راهبردهای ملامت دیگران، ملامت خود، نشخوارگری و فاجعه‌انگاری بر روی روان‌نژندگرایی، مثبت و معنی‌دار است ( $p < ۰/۰۵$ ) و همچنین، اثر راهبردهای پذیرش، بازاریابی مثبت، تمرکز مجدد مثبت، تمرکز مجدد بر برنامه‌ریزی و دیدگاه‌گیری بر روی روان‌نژندگرایی، منفی و معنی‌دار است ( $p < ۰/۰۵$ ). اثر برونگرایی بر پانیک، منفی و معنی‌دار است ( $p < ۰/۰۵$ ). اثر برونگرایی بر پانیک، مثبت و معنی‌دار است ( $p < ۰/۰۵$ ). شاخص خطای برآورد استاندارد (RMSEA) که از حد مجاز (۰/۰۶) کوچکتر است، نشان می‌دهد که میزان خطای برآورد در حد مطلوب قرار دارد. به علاوه، نسبت  $\chi^2/df$  که از حد مجاز (۶) کوچک‌تر است، نشان می‌دهد که مدل اندازه‌گیری شده به‌طور روشن و مطلوب با مدل نظری انطباق دارد و در این میان، عدم معنی‌داری این نسبت، بر مطلوب بودن مدل تجربی در برآورد مدل نظری تأکید دارد. شاخص نیکویی برازش (GFI) و اصلاح‌شده آن (AGFI) به عدد یک نزدیک است و نشان می‌دهد که مدل اندازه‌گیری شده با مدل نظری، برازش مطلوب دارد. شاخص برازش تطبیقی (CFI) که به عدد یک نزدیک است، نشان می‌دهد که مدل اندازه‌گیری شده، در قیاس با مدل‌های رقیب، انطباق مطلوب با مدل نظری دارد و از این رو، مدل تجربی، اقتصادی‌تر است. منطبق با شاخص‌های به‌دست آمده می‌توان نتیجه گرفت که ترکیب متغیرهای مستقل، متغیرهای میانجی و متغیر وابسته در قالب یک مدل اندازه‌گیری شده، انطباق و برازش مطلوبی با مدل نظری دارد. به استناد

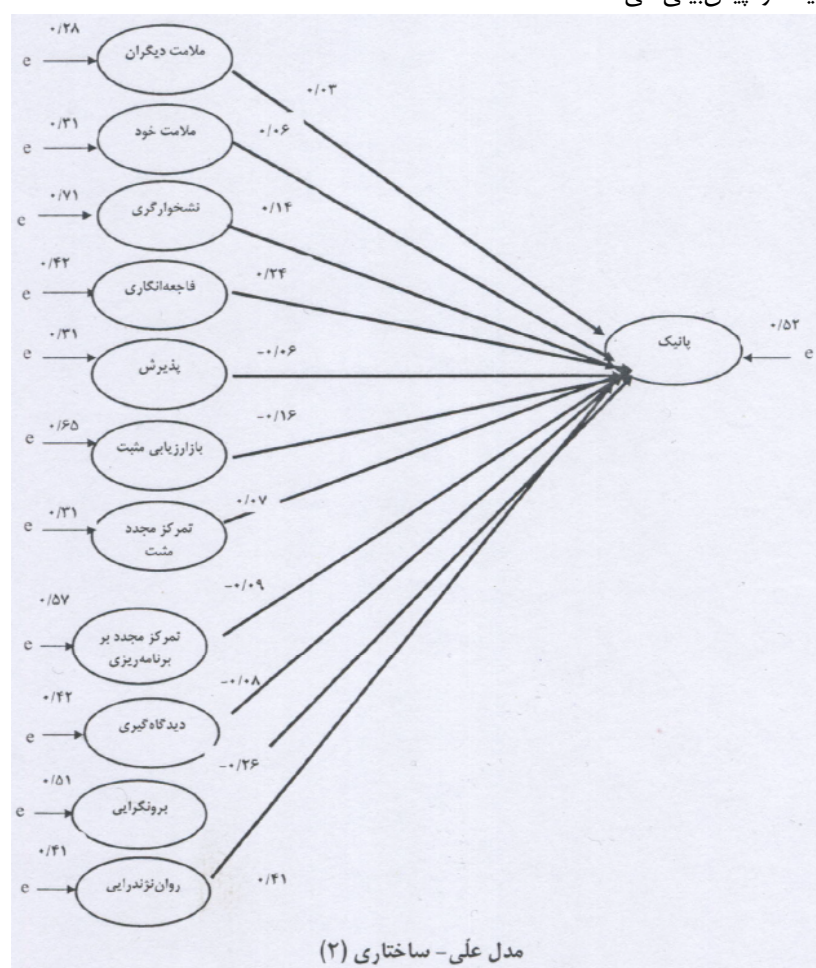
شاخص‌های برازش به‌دست‌آمده و ضرایب بتای محاسبه‌شده می‌توان نتیجه گرفت که راهبردهای شناختی تنظیم هیجان به‌واسطه برونگرایی و روان‌نژندگرایی از دو مسیر متفاوت بر روی نشانه‌های پانیک اثر می‌گذارند و این تأثیرات در حد مطلوب معنی‌دار است. بنابراین می‌توان بیان داشت که مدل اندازه‌گیری (۱) با مدل نظری (۱) برازش مطلوب دارد. در این راستا، از برون داده‌های مدل علی- ساختاری (۱) و ضرایب بتای ( $\beta$ ) محاسبه‌شده و آزمون آماری مربوطه ( $t$ ) استفاده شد که این نتایج در جدول ۳ ارائه شده‌اند.

جدول (۳) مسیرهای علی غیرمستقیم (واسطه‌ای) متغیرها

| متغیر مستقل     | متغیر میانجی   | متغیر وابسته | ضریب $\beta$ | T     | سطح معنی‌داری |
|-----------------|----------------|--------------|--------------|-------|---------------|
| ملامت دیگران    | برونگرایی      | پانیک        | -۰/۰۲۲       | -۰/۷۶ | NS            |
|                 | روان‌نژندگرایی | پانیک        | ۰/۰۳۲        | ۰/۹۶  | NS            |
| ملامت خود       | برونگرایی      | پانیک        | ۰/۰۶۲        | ۱/۶۴  | NS            |
|                 | روان‌نژندگرایی | پانیک        | ۰/۱۱         | ۲/۳۱  | $p < ۰/۰۵$    |
| نشخوارگری       | برونگرایی      | پانیک        | ۰/۰۶۵        | ۱/۶۱  | NS            |
|                 | روان‌نژندگرایی | پانیک        | ۰/۱۰         | ۲/۲۱  | $p < ۰/۰۵$    |
| فاجعه‌انگاری    | برونگرایی      | پانیک        | ۰/۰۴۲        | ۱/۲۱  | NS            |
|                 | روان‌نژندگرایی | پانیک        | ۰/۱۱         | ۲/۳۶  | $p < ۰/۰۵$    |
| پذیرش           | برونگرایی      | پانیک        | -۰/۰۵        | -۱/۳۱ | NS            |
|                 | روان‌نژندگرایی | پانیک        | -۰/۱۱        | -۲/۱۸ | $p < ۰/۰۵$    |
| بازارزیابی مثبت | برونگرایی      | پانیک        | -۰/۰۶        | -۱/۴۲ | NS            |
|                 | روان‌نژندگرایی | پانیک        | -۰/۰۹        | -۲/۱۱ | $p < ۰/۰۵$    |
| تمرکز مجدد مثبت | برونگرایی      | پانیک        | -۰/۰۴        | -۱/۳۰ | NS            |
|                 | روان‌نژندگرایی | پانیک        | -۰/۱۱        | -۲/۱۵ | $p < ۰/۰۵$    |
| تمرکز مجدد بر   | برونگرایی      | پانیک        | -۰/۰۸        | -۲/۱۴ | $p < ۰/۰۵$    |
| برنامه‌ریزی     | روان‌نژندگرایی | پانیک        | -۰/۰۸        | -۲/۰۴ | $p < ۰/۰۵$    |
| دیدگاه‌گیری     | برونگرایی      | پانیک        | -۰/۰۹        | -۲/۱۱ | $p < ۰/۰۵$    |
|                 | روان‌نژندگرایی | پانیک        | ۰/۰۸         | -۲/۰۸ | $p < ۰/۰۵$    |

مندرجات جدول ۳ نشان می‌دهد که راهبردهای تمرکز مجدد مثبت و دیدگاه‌گیری بواسطه برونگرایی، به صورت منفی، تغییرات نشانه‌های پانیک را پیش‌بینی می‌کنند.

همچنین، راهبردهای ملامت خود، نشخوارگری و فاجعه‌انگاری بواسطه روان‌نژندگرایی به صورت مثبت و راهبردهای پذیرش، بازآرزیابی مثبت، تمرکز مجدد مثبت، تمرکز مجدد بر برنامه‌ریزی و دیدگاه‌گیری به‌واسطه روان‌نژندگرایی به‌صورت منفی، تغییرات نشانه‌های پانیک را پیش‌بینی می‌کنند.



| P    | AGFI | GFI  | CFI  | $\chi^2/df$ | df  | $\chi^2$ | RMSEA |
|------|------|------|------|-------------|-----|----------|-------|
| ۰/۰۸ | ۰/۹۴ | ۰/۹۶ | ۰/۹۵ | ۶           | ۱۴۵ | ۸۶۹      | ۰/۰۶  |

مندرجات مدل علی- ساختاری (۲) نشان می‌دهد که مقدار شاخص خطای برآورد استاندارد (RMSEA) در حد مطلوب قرار دارد و نسبت  $\chi^2/df$  نیز در حد مطلوب (۶) قرار دارد. شاخص نیکویی برازش (GFI) و اصلاح‌شده آن (AGFI) به عدد یک نزدیک است و لذا می‌توان نتیجه گرفت که مدل اندازه‌گیری‌شده برازش مطلوب با مدل نظری (۲) دارد. شاخص برازش تطبیقی (CFI) نیز به عدد یک نزدیک است و نشان می‌دهد که داده‌های اندازه‌گیری‌شده، با مدل نظری انطباق داشته و مدل تجربی به‌دست‌آمده، اقتصادی است. مقایسه شاخص‌های این مدل با مدل ساختاری (۱) نشان می‌دهد که مدل قبلی از شاخص‌های برازش نسبتاً مطلوب‌تری برخوردار است و لذا مدل (۱) در تبیین تغییرات متغیر وابسته توان بهتری دارد. بنابراین می‌توان بیان داشت که مدل (۱) برازش بهتری با مدل نظری دارد.

جدول (۴) مسیرهای علی مستقیم متغیرهای مستقل مکنون بر متغیر وابسته مکنون

| متغیر مستقل               | متغیر وابسته | ضریب $\beta$ | T     | سطح معنی‌داری |
|---------------------------|--------------|--------------|-------|---------------|
| ملاکت دیگران              | پانیک        | ۰/۰۳         | ۰/۸۹  | NS            |
| ملاکت خود                 | پانیک        | ۰/۰۶         | ۱/۶۰  | NS            |
| نشخوارگری                 | پانیک        | ۰/۱۴         | ۲/۵۷  | $p < ۰/۰۵$    |
| فاجعه‌انگاری              | پانیک        | ۰/۲۴         | ۳/۶۲  | $p < ۰/۰۵$    |
| پذیرش                     | پانیک        | -۰/۰۶        | -۱/۶۲ | NS            |
| بازارزایی مثبت            | پانیک        | -۰/۱۶        | -۲/۹۶ | $p < ۰/۰۵$    |
| تمرکز مجدد بر برنامه‌ریزی | پانیک        | -۰/۰۹        | -۱/۹۲ | $p < ۰/۰۵$    |
| دیدگاه‌گیری               | پانیک        | -۰/۰۸        | -۱/۸۶ | NS            |
| تمرکز مجدد مثبت           | پانیک        | -۰/۰۷        | -۱/۶۹ | NS            |
| برونگرایی                 | پانیک        | -۰/۲۶        | -۳/۷۹ | $p < ۰/۰۵$    |
| روان‌نژندگرایی            | پانیک        | ۰/۴۱         | -۴/۸۹ | $p < ۰/۰۵$    |



مندرجات جدول ۴ نشان می‌دهد که راهبردهای نشخوارگری، فاجعه‌انگاری و برونگرایی به صورت مثبت و راهبردهای بازارزیایی مثبت، تمرکز مجدد بر برنامه‌ریزی و روان‌نژندگرایی، به صورت منفی تغییرات نشانه‌های پانیک را پیش‌بینی می‌کنند.

### بحث و نتیجه‌گیری

تحلیل داده‌های مدل ساختاری نشان داد که راهبرد نشخوارگری با نشانه‌های پانیک در جمعیت غیربالینی رابطه مثبت دارد. این یافته با یافته‌های پورفرج عمران (۲۰۱۱)، مشهدی و همکاران (۱۳۹۰) و گارنفسکی و همکاران (۲۰۰۱) همسو است. در ارتباط با نقش نشخوار فکری در اضطراب، استارسویک<sup>۱</sup> (۱۹۹۵؛ به نقل از ولز<sup>۲</sup>، ۱۳۹۲) بیان می‌کند که نگرانی یک جنبه شناختی معمول اختلالات اضطرابی و یک جنبه برجسته از اختلال پانیک است. در این راستا، ژابو و لابیوند<sup>۳</sup> (۲۰۰۰؛ به نقل از ولز، ۱۳۸۵) بیان می‌کنند که ۴۸ درصد این افکار نگران‌کننده، منعکس‌کننده فرایند حل مسأله، ۱۷ درصد بعنوان پیش‌بینی‌کننده نتایج منفی در آینده، ۱۱ درصد نشخوارگری و ۵ درصد به‌عنوان افکار تسکین‌دهنده و یا افکار خودسرزنی هستند. نشخوار فکری ارتباط تنگاتنگی با پانیک دارد. همچنین، سجراسترم و همکاران (۲۰۰۰؛ به نقل از ولز، ۱۳۹۲) طی پژوهش خویش رابطه بالایی بین نشخوار فکری و نگرانی یافتند، به نحوی که همپوشی آنها، ۲۱ درصد و ۱۶ درصد در نمونه‌های غیربالینی و بالینی بود.

از طرفی، تحلیل داده‌ها نشان داد که بین راهبرد فاجعه‌انگاری با نشانه‌های پانیک، رابطه مثبت وجود دارد. این یافته با یافته‌های پورفرج عمران (۲۰۱۱)، مشهدی و همکاران (۱۳۹۰) و گارنفسکی و همکاران (۲۰۰۱) همسو است. بورکووک و رومر<sup>۴</sup> (۱۹۹۵) بیان می‌کنند که در اختلال پانیک، نگرانی شامل فاجعه‌سازی بوده و کنترل ذهنی آن دشوار است. طبق مدل شناختی کلارک (۱۹۸۶؛ ۱۹۸۸) افراد به این دلیل دچار حمله‌های پانیک می‌شوند که دارای گرایش نسبتاً دیرپایی برای تفسیر دامنه‌ای از

1- Starcevic  
3- Szabo & Lavibond

2- Wells  
4- Borkovec and Roemer

احساس‌های بدنی، به‌عنوان نشانه‌هایی فاجعه‌بار هستند. همچنین، هاوتون و سالکوسکیس<sup>۱</sup> (۱۳۹۱) بیان می‌کنند که افراد دچار حمله‌های پانیک و اضطرابی، علائم بدنی خویش را بطور نادرست تعبیر و تفسیر می‌کنند و در این راستا، احساس‌هایی که مورد سوء تعبیر قرار می‌گیرند، عمدتاً آنهایی هستند که در پاسخ‌های اضطراب به چشم می‌خورند (مانند تپش قبل، نفس‌نفس زدن و سرگیجه) و منظور از سوء تعبیر فاجعه‌بار این است که این احساس‌ها به‌عنوان نشانه‌ای از وقوع بی‌درنگ فاجعه‌ای جسمی یا روانی ادراک می‌شوند. اگر محرک‌های درونی و بیرونی به‌عنوان خطر احساس شوند، حالت بیمناکی در فرد ایجاد می‌گردد. این حالت با دامنه گسترده‌ای از احساس‌های جسمی در ارتباط است. اگر این احساس‌های اضطراب‌زا به شیوه‌ای فاجعه‌آمیز تعبیر شوند، افزایش بیشتری در بیمناکی ایجاد می‌کنند و این خود، احساس‌های بدنی را زیاده‌تر می‌کند و بدین ترتیب، دور باطلی ایجاد می‌شود که به یک حمله منجر می‌گردد.

از طرفی، تحلیل داده‌ها نشان داد که راهبرد "ملامت خود" با نشانه‌های پانیک در جمعیت غیربالینی، رابطه مثبت دارد. این یافته با یافته‌های پورفرج عمران (۲۰۱۱)، مشهدی و همکاران (۱۳۹۰) و گارنفسکی و همکاران (۲۰۰۱) همسو است. در خصوص نقش سرزنش خود در حالات اضطرابی می‌توان چنین عنوان کرد که شناخت و عاطفه و رفتار، کاملاً در تعامل با یکدیگر هستند و لذا، بکارگیری راهبرد سرزنش خود، قادر است ادراک خودکارآمدی فرد را کاهش داده و تغییر عملکرد سیستم‌های شناختی (از قبیل حافظه، توجه و هوشیاری) موجب دستپاچگی فرد در موقعیت‌های مبهم گردد و این دستپاچگی به علائم اضطرابی و به صورت تشدیدشده، به حملات پانیک منجر می‌گردد.

همچنین، یافته‌های پژوهش حاضر نشان داد که راهبرد "بازارزیابی" با نشانه‌های پانیک در جمعیت غیربالینی، رابطه منفی دارد. این یافته با یافته‌های پورفرج عمران (۲۰۱۱)، مشهدی و همکاران (۱۳۹۰) و گارنفسکی و همکاران (۲۰۰۱) همسو است. در تبیین این یافته، گالانتر و همکاران<sup>۲</sup> (۱۹۹۹) بیان داشتند که تفسیری که افراد از این

1- Howton &amp; Salkovskis

2- Galanter et al

برانگیختگی‌ها دارند، بر عملکرد و همچنین بر میزان هیجانات آنها اثر می‌گذارد. اگر فردی از برانگیختگی هیجانی خود، ارزیابی منفی بالایی داشته باشد و آن را بازدارنده و مخرب بداند، اضطراب بیشتری را تجربه خواهد کرد. اگر افراد بتوانند بر این هیجانات خود نظارت داشته باشند و آنها را مثبت‌تر ارزیابی کنند، اضطراب کمتری خواهند داشت.

همچنین، تحلیل داده‌ها نشان داد که برونگرایی با نشانه‌های پانیک رابطه منفی دارد. این یافته با یافته‌های میدل‌دورپ و همکاران (۲۰۰۶) همسو بوده، ولی با مطالعات براون و همکاران (۱۹۹۸) که رابطه معنی‌داری بین برونگرایی و پانیک نیافته بودند، غیرهمسو است. در تبیین این یافته می‌توان عنوان نمود که برونگرایی در ویژگی‌های زیادی با عاطفه مثبت و فعالیت‌های رفتاری سهیم است (بارلو<sup>۱</sup>، ۲۰۰۲؛ براون، ۲۰۰۷؛ کمپل سیلس<sup>۲</sup> و آنتونی، ۲۰۰۴؛ به نقل از روزلینی و همکاران، ۲۰۱۲). برونگرایی و سازگاری، صفاتی را دربرمی‌گیرد که درون‌فردی است، یعنی نشان می‌دهد که افراد با یکدیگر و برای یکدیگر چه می‌کنند (پروین، ۱۳۸۱؛ به نقل از بشارت، ۱۳۸۷). افرادی که نمرات بالایی در عامل برونگرایی کسب می‌کنند، افرادی خونگرم، فعال، پرحرف، اجتماعی، فردمدار، خوش‌بین و مهربان هستند. کسب نمره پایین در این عامل نشانگر این است که فرد، تودار، متین، بی‌اشتیاق، نجوش، تکلیف‌مدار، کناره‌گیر و آرام است (گروسی، ۱۳۸۱؛ به نقل از بشارت، ۱۳۸۷).

از سویی، نتایج مدل ساختاری نشان داد که روان‌نژندگرایی با نشانه‌های پانیک رابطه مثبت دارد. در تبیین این نتیجه می‌توان اظهار داشت که پنلی و توماکا<sup>۳</sup> (۲۰۰۲) و مک کری و همکاران (۲۰۰۴) نشان داده‌اند که افرادی با روان‌نژندی بالا، محرک‌های منفی ناچیز را درست همانند فشارهای شدید مورد ارزیابی قرار می‌دهند.

از طرفی، یافته‌های پژوهش نشان داد که روان‌نژندگرایی در روابط راهبردهای ملامت خود، نشخوارگری، فاجعه‌انگاری با نشانه‌های پانیک نقش واسطه را ایفا می‌کند.

1- Barlow  
3- Penely & Tomaka

2- Campell-Sills

این یافته با نتایج حسنی و همکاران (۱۳۸۷) همسو است. در تبیین این یافته می‌توان بیان نمود که روان‌نژندگرایی، انتخاب راهبرد مقابله‌ای را تحت تأثیر قرار می‌دهد (واتسون، ۲۰۰۰، دیوید و سالس، ۱۹۹۹؛ به نقل از حسنی و همکاران، ۱۳۸۷). ملامت خود، نشخوارگری و فاجعه‌انگاری از راهبردهای نامطلوب تنظیم هیجانی محسوب شده (یوسفی، ۱۳۸۵) و افراد روان‌نژندگرا در برخورد با تجربه منفی، بیشتر از این راهبردها استفاده می‌کنند. بنابراین، می‌توان بیان کرد که افرادی که از این سبک‌های شناختی ضعیف استفاده می‌کنند، نسبت به سایر افراد، در برابر مشکلات هیجانی آسیب‌پذیرتر هستند (حسنی و همکاران، ۱۳۸۷).

همچنین، یافته‌های پژوهش نشان داد که روان‌نژندگرایی در روابط راهبردهای پذیرش، دیدگاه‌گیری، تمرکز مجدد مثبت، تمرکز مجدد بر برنامه‌ریزی و ارزیابی مجدد مثبت با نشانه‌های پانیک، نقش میانجی منفی را ایفا می‌کند. این یافته با نتایج حسنی و همکاران (۱۳۸۷) همسو است. در تبیین این یافته می‌توان بیان داشت که دیدگاه‌گیری، تمرکز مجدد مثبت، تمرکز مجدد بر برنامه‌ریزی و پذیرش، راهبردهای مطلوب تنظیم هیجانی بوده (یوسفی، ۱۳۸۵) و افراد حائز پایدار هیجانی از این راهبردها به وفور استفاده می‌کنند و تفاوت‌های فردی در تنظیم شناختی هیجان می‌تواند فرد را در معرض خطر بروز جنبه‌های آسیب‌شناختی قرار دهد. به عبارتی، شیوه کنار آمدن افراد با استرس و تجربه‌های منفی یا صفات شخصیتی همبسته بوده و افراد بطور خودکار از راهبردهایی استفاده می‌کنند که با صفت شخصیتی غالب آنها متناسب باشد (حسنی و همکاران، ۱۳۸۷). براین اساس، می‌توان بیان کرد که روان‌نژندگرایی، استفاده از راهبردهای سازگاران را تحت تأثیر قرار می‌دهد.

همچنین، تحلیل داده‌های مدل ساختاری نشان داد که برونگرایی اثر راهبرد ملامت خود، بر نشانه‌های پانیک را کاهش می‌دهد. برای تبیین این یافته می‌توان بیان کرد که ملامت خود، از جمله راهبردهای نامطلوب تنظیم هیجان است (یوسفی، ۱۳۸۵) و از آنجا که برونگرایی، به دلیل ویژگی‌هایی مانند جمع‌گرایی، فعال بودن، حراف و اهل گفتگو

بودن (مک‌کری و کاستا، ۱۹۸۰؛ به نقل از سروقد، برزگر و بلاغی، ۱۳۹۰) موجب کاهش نشخوارگری، ملامت خود و افزایش عزت نفس می‌گردد و لذا به نوبه خود، باعث کاهش نشانه‌های اضطراب شده و همچنین، باعث کاهش استفاده از راهبردهای نامطلوب می‌گردد و به همین علت، با کاهش استفاده از راهبردهای ناسازگار و برخورداری از ویژگی برونگرایی موجب کاهش نشانه‌های اضطراب می‌گردد.

در نهایت، تحلیل داده‌ها نشان داد که مدل تجربی (۱) نسبت به مدل (۲) برازش بهتری با مدل نظری دارد. در تبیین این یافته می‌توان بیان داشت که دو ویژگی شخصیتی برونگرایی و روان‌نژندگرایی در رابطه میان راهبردهای شناختی تنظیم هیجان و نشانه‌ها پانیک نقش میانجی را ایفا می‌کنند. توضیح اینکه، راهبردهای تنظیم هیجان متأثر از صفات شخصیت بوده و حسنی و همکاران (۱۳۸۷) بیان کرده‌اند که به‌نظر می‌رسد شیوه کنار آمدن افراد با استرس و تجربه‌های منفی با صفات شخصیتی همبسته بوده و سبک‌های تنظیم هیجان در سلامت عمومی نقش مهمی دارند.

از محدودیت‌های این پژوهش می‌توان بیان کرد که ابزارهای این پژوهش از نوع خودگزارشی بود. همچنین، مطالعه بر روی افراد حائز نشانه‌های غیربالینی بود و جامعه مورد مطالعه را دانشجویان تشکیل می‌داد.

توصیه می‌شود که این پژوهش بر روی افراد حائز نشانه‌های بالینی پانیک انجام شود. این پژوهش بهتر است بر روی سایر گروه‌هایی غیر از دانشجویان انجام گیرد. همچنین، پیشنهاد می‌شود که با تغییر مدل نظری، نقش راهبردهای تنظیم شناختی هیجان بر روی ویژگی‌های شخصیتی به‌عنوان متغیرهای وابسته مورد مطالعه قرار گیرد. علاوه بر این، مدل‌های آشیانه‌ای نیز ترسیم و مورد بررسی قرار گیرند.

تاریخ دریافت نسخه اولیه مقاله: ۱۳۹۲/۰۵/۲۶

تاریخ دریافت نسخه نهایی مقاله: ۱۳۹۲/۰۹/۱۱

تاریخ پذیرش مقاله: ۱۳۹۲/۱۲/۰۵

## References

## منابع

- بشارت، رباب (۱۳۸۷). بررسی مقایسه‌ای عامل‌های پنجگانه شخصیت در بیماران مبتلا به وسواس جبری، افسردگی اساسی و افراد عادی، پایان‌نامه کارشناسی ارشد روان‌شناسی عمومی دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناسی دانشگاه تبریز.
- حسنی، جعفر؛ آزادفلاح، پرویز؛ رسول‌زاده طباطبایی، سیدکاظم؛ و عشایری، حسن (۱۳۸۷). بررسی راهبردهای شناختی هیجان براساس ابعاد روان‌نژندگرایی و برونگرایی. فصلنامه تازه‌های علوم-شناختی، ۴، ۱-۱۳.
- حق‌شناس، حسین (۱۳۸۵). طرح پنج عاملی ویژگی‌های شخصیت. شیراز، دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی شیراز.
- حیدری، علیرضا؛ احتشام‌زاده، پروین؛ و حلاجانی، فاطمه (۱۳۸۹). رابطه تنظیم هیجانی، فراشناخت و خوش‌بینی با اضطراب امتحان دانشجویان، یافته‌های نو در روانشناسی، ۱۹-۷.
- دیویسون، جرال.سی؛ کرینگ، آن.ام؛ نیل، آن.ام. (۱۳۸۳). آسیب‌شناسی روانی، ترجمه مهدی دهستانی، تهران، انتشارات نشر ویرایش.
- روزنهان، دیوید.ال؛ و سلیگمن، مارتین، ای.پی. (۱۳۸۵). روانشناسی ناپهنجاری، آسیب‌شناسی روانی، ترجمه یحیی سیدمحمدی، تهران، نشر ساوالان.
- سادوک، بنیامین جیمز؛ سادوک، ویرجینیا. آ؛ و کاپلان، هارولد (۱۳۸۸). خلاصه روانپزشکی علوم رفتاری و روان‌پزشکی بالینی، ترجمه فرزین رضایی، جلد دوم، تهران، انتشارات ارجمند.
- سروقد، سیروس؛ برزگر، مجید؛ و بلاغی، طاهره (۱۳۹۰). رابطه بین ویژگی‌های شخصیتی با ابعاد کمال‌گرایی و شیوه‌های مقابله با استرس دانشجویان دختر و پسر دانشگاه آزاد مرودشت، فصلنامه علمی-پژوهشی جامعه‌شناسی زنان، ۲ (۳)، ۸۱-۱۰۱.
- وثوقی، اصغر (۱۳۸۹). روابط ساختاری ابعاد شخصیتی نئو با خوشه‌های علائم اضطرابی و افسردگی، پایان‌نامه کارشناسی ارشد روان‌شناسی دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناسی دانشگاه تبریز.
- ولز، آدرین (۱۳۸۵). اختلالات هیجانی و فراشناختی، ترجمه فاطمه بهرامی و شیوا رضوان، اصفهان، انتشارات مانی.

ولز، آدرین (۱۳۹۲). راهنمای عملی درمان فراشناختی اضطراب و افسردگی، ترجمه شهرام محمدخانی، تهران، نشر ورای دانش.

مشهدی، علی؛ میردورقی، فاطمه؛ و حسنی، جعفر (۱۳۹۰). نقش راهبردهای نظم‌جویی شناختی هیجان در اختلال‌های درونی‌سازی کودکان، *مجله روان‌شناسی بالینی*، ۳ (۳)، ۳۹-۲۹.

هاوتون، کرک؛ سالکوس کیس؛ کلارک (۱۳۹۱). رفتاردرمانی شناختی، ترجمه حبیب‌ا... قاسم‌زاده، تهران، انتشارات ارجمند.

یوسفی، فریده (۱۳۸۵). بررسی رابطه راهبردهای شناختی تنظیم هیجان با افسردگی و اضطراب در دانش‌آموزان مراکز راهنمایی استعدادهای درخشان، *پژوهش در حیطه کودکان استثنایی*، ۴، ۸۹۲-۸۷۱.

Aldoa, A., Nolen Hoksema, S., & Schweizer (2010). Emotional Regulation Strategies across Psychopathology: A meta-analytic Review, *Clinical Psychology Review*, 30, 217-237.

Borkovec, T.D., & Roemer, L. (1995). Perceived Functions of Worry among Generalized Anxiety Subjects: Distraction from More Emotionally Distressing Topics? *Behaviour Therapy and Experimental Psychiatry*, 26, 25-30.

Middelorp, C.M., Cath, D.C., Berg, M.V.D, Beem, A.L., Dyck, R.V, & Boomsma, D.I. (2006). The association of Personality with Anxious and Depressive Psychopathology, *Biology of Personality and Individual Differences*, 251-272.

Galanter, C.A., Wasserman, G., Sloan, R.P., & Pine, D.S. (1999). Chang in Autonomic Regulation with Age: Implications for Psychopharmacologic Tratments in Children and Adolescents, *Journal of Child and Adolescent Psychopharmacology*, 9, 257-265.

Garnfeski, N., Kraaij, V., & Spinhoven, P. (2001). Negative Life Events, Cognitive Emotion Regulation and Emotion Problems, *Pers Individ Differ*, 30, 1311-1327.

Mak, A.S., Blewitt, K., & Heaven, P.C. (2004). Gender and Personality Influences in Adolescent Threat and Challenge Appraisals Depressive Symptoms, *Pers Indiv Differ*, 32, 1215-1228.

- Penely, J.A., & Tomaka, J. (2002). Associations among the Big Five Emotional Responses, and Coping with Acute Stress, *Pers Indiv Differ*, 32, 1215-1228.
- Pourfaraj Omran, M. (2011). Relationships between Cognitive Emotion Regulation Strategies with Eepression and Anxiety, *Open Journal of Psychiatry*, 1, 106-109.
- Rosellini, A.J., Lawrence, A.E., Meyer, J.F., & Brown, T.A. (2012). The Effects of Extraverted Temperament on Aogrphobia in Panic Disorder, *Journal of Abnormal Psychology*, 119 (2), 420-426.