

## پیش بینی گرایش به رفتارهای پرخطر در نوجوانان دختر بر اساس بدنظمی هیجانی و خودمتمایزسازی

فاطمه مینا\*<sup>۱</sup>، محمدرضا بردیده<sup>۲</sup>

## چکیده

**مقدمه:** یکی از جمله عواملی که امروزه همه جوامع و خصوصاً جامعه ما با آن روبرو بوده و زمینه ساز مشکلات زیادی شده، گرایش روزافزون نوجوانان به رفتارهای پرخطر است. پژوهش حاضر با هدف پیش بینی رفتارهای پرخطر بر اساس بدنظمی هیجانی و خودمتمایزسازی در نوجوانان دختر انجام شد. روش پژوهش حاضر همبستگی بود.

**روش پژوهش:** جامعه آماری پژوهش، شامل کلیه نوجوانان دختر شهر شیراز بودند که از بین آنها تعداد ۲۰۰ نفر با استفاده از روش نمونه‌گیری خوشه‌ای چند مرحله‌ای به عنوان نمونه انتخاب شدند. داده‌های پژوهش با استفاده از پرسشنامه رفتارهای پرخطر، مقیاس اولیه دشواری در تنظیم هیجان و پرسشنامه خود متمایزسازی گردآوری شد. برای تحلیل داده‌ها از همبستگی پیرسون و رگرسیون چندگانه استفاده شد.

**یافته‌ها:** نتایج نشان داد که بین بدنظمی هیجانی و گرایش به رفتارهای پرخطر ارتباط معنی‌داری وجود دارد، بین خودمتمایزسازی و گرایش به رفتارهای پرخطر ارتباط معنی‌داری وجود دارد، در نهایت ضریب همبستگی چندگانه برابر با  $MR=0/404$  و ضریب تعیین برابر با  $RS=0/163$  بود که در سطح  $p<0/017$  معنی‌دار بود. به عبارتی  $16/3\%$  از واریانس مربوط به گرایش به رفتارهای پرخطر به وسیله متغیرهای مذکور تبیین شد. **نتیجه گیری:** بر اساس نتایج این پژوهش می‌توان به وسیله بدنظمی هیجانی و تمایزیافتگی، میزان گرایش دانش آموزان به رفتارهای پرخطر را پیش بینی کرد.

**واژه‌های کلیدی:** بدنظمی هیجانی، خودمتمایزسازی، رفتارهای پرخطر، قلدری، مصرف الکل

تاریخ پذیرش نهایی: ۱۴۰۲/۱۲/۵

تاریخ دریافت: ۱۴۰۲/۱۰/۲۳

**استناد:** مینا فاطمه، بردیده محمد رضا، پیش بینی گرایش به رفتارهای پرخطر در نوجوانان دختر بر اساس بدنظمی هیجانی و خودمتمایزسازی، خانواده و بهداشت، ۱۴۰۲؛ ۱۳(۴): ۲۰-۱۱

<sup>۱</sup> - مدرس دانشگاه آزاد اسلامی واحد شیراز، نویسنده مسئول [mina.fatemeh@yahoo.com](mailto:mina.fatemeh@yahoo.com)

<sup>۲</sup> - استادیار گروه روان شناسی، دانشکده علوم انسانی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد فیروزآباد، ایران

**مقدمه:**

یکی از جمله عواملی که امروزه همه جوامع و خصوصاً جامعه ما با آن روبرو بوده و زمینه ساز مشکلات زیادی شده، گرایش روزافزون نوجوانان به رفتارهای پرخطر است. بنابر این اگر کسانی که با نوجوانان و مشکلات آنان در ارتباط هستند، نتوانند این مسئله را مدیریت کنند؛ در آینده باید شاهد مشکلات بدتر و جدی‌تری باشیم. زیرا نوجوانی سرآغاز و سنگ زیربنای بزرگسالی است. نوجوانی که نتواند نیروها و انرژی‌های درونی خود را به بهترین شکل ممکن، مدیریت کرده و در کنترل خویش قرار دهد؛ در آینده نیز نمی‌تواند با اجتماع و شرایط آن، تعامل سازنده‌ای برقرار کند. بنابراین دانستن این مسئله مهم است که چه عواملی در بروز رفتارهای پرخطر نوجوانان نقش داشته و چگونه می‌توان نیروها و پتانسیل درونی آنان را به سوی اهداف سازنده و مثبت سوق داد.

نظریه‌های مختلف در بروز رفتارهای پرخطر عوامل مختلفی را دخیل دانسته‌اند؛ گروهی بر استفاده نکردن بهینه از اوقات فراغت و گروهی دیگر نقش عوامل اجتماعی را در این زمینه پررنگ‌تر جلوه داده‌اند (۱). نظریه ویژگی‌های ذاتی، معتقد است تفاوت‌های میان افراد، آنها را به طور طبیعی مستعد رفتارهای پرخطر می‌کند (۲). ولی، برای اثبات ویژگی‌های ذاتی خاص به عنوان عامل رفتارهای پرخطر دلایل کافی ارائه نشده است (۳).

به علاوه، الگوهای زیستی به عوامل ژنتیک، تأثیرات هورمونی و رویدادهای دوران بلوغ و ... اشاره دارد. (۴) و رویکرد دیگر، بر تحولات زمینه‌های زیستی، روانی و اجتماعی نوجوانی و ... (۵) و نقش عوامل خانوادگی مانند از هم پاشیدگی خانواده، ناهماهنگی والدین، بیماری روانی والدین، جوعاطفی خانواده و ... را (۶) در پیدایش و بروز رفتارهای پرخطر، مؤثر دانسته‌اند.

یکی از متغیرهایی که می‌تواند در گرایش نوجوانان به رفتارهای پرخطر تأثیر داشته باشد؛ شیوه‌های تنظیم هیجانی است. زیرا گاهی اوقات، افراد در تنظیم هیجانات خود دچار اشکال می‌شوند که به آن بدنظمی هیجانی<sup>۱</sup> می‌گویند. هیجانات می‌توانند هم سازمان‌دهنده توجه و هم مانعی برای سازماندهی آن باشند، هم می‌توانند حل مسئله را تسهیل و هم مختل کنند و هم‌چنین باعث ایجاد روابط و هم تخریب آن شوند. تنظیم هیجان، اساساً با رفتار مرتبط است، به صورتی که رفتار را سازماندهی می‌کند و به کودکان و نوجوانان اجازه می‌دهد تا رفتارهایشان را کنترل کنند، به صورتی که به چیزهایی که در اطرافشان در حال رخ دادن است، واکنش انعطاف‌پذیری نشان دهند (۷). بسیاری از فرایندهای تنظیم هیجان بین انسان‌ها مشترک است، اما به نظر می‌رسد که هر فرد به استفاده از برخی الگوهای مشخص تمایل دارد. به این الگوها، راهبردهای تنظیم هیجان و به حیثه شناختی آن، راهبردهای تنظیم شناختی هیجان گفته می‌شود و ... (۸).

از دیگر متغیرهایی که می‌تواند در گرایش نوجوانان به رفتارهای پرخطر تأثیر داشته باشد؛ خودتمایزسازی<sup>۲</sup> است. مفهوم تمایز یافتگی، اساسی‌ترین مفهوم نظریه بوون است، که به توانایی تجربه صمیمیت با دیگران و ماندن در جو عاطفی خود و در عین حال استقلال از دیگر افراد اشاره دارد (۹). در نظر بوون تمامی نشانه‌های مربوط به بیماری‌های روانی، بیماری‌های جسمی، مشکلات اجتماعی با سطح تمایز یافتگی مرتبط می‌باشند (۱۰). تمایز یافتگی به عنوان یک کارکرد درون فردی، به توانایی جداسازی فرایندهای عاطفی از فرایندهای عقلانی، و تعادل مناسب میان آنها اشاره دارد به عنوان کارکرد بین فردی، روابط فرد با دیگران و میزان امتزاج فرد با دیگران را

<sup>۱</sup>. Emotional disorder

<sup>۲</sup>. Self-differentiation

نشان می‌دهد (۱۱) تمایز یافتگی به عنوان فرآیندی برای دستیابی به اهداف و ارزش‌های شخصی تعریف شده و در سطح سیستمی، به عنوان توانایی یک سیستم/خانواده در نظم‌دهی به خودش مطرح می‌شود. سطح بالای تمایز یافتگی افراد، سازگاری در خانواده و سیستم را به دنبال دارد (۱۲). با توجه به مطالب فوق محقق بر آن شد تا به پژوهش در این زمینه که آیا بدنظمی هیجانی و خودتمایز سازی در پیش بینی رفتارهای پرخطر نوجوانان دختر ۱۶ تا ۱۸ سال شهر شیراز نقش دارد؟ بپردازد.

### روش پژوهش:

طرح پژوهش حاضر همبستگی از نوع پیش بین می باشد که به پیش‌بینی رفتارهای پرخطر بر اساس بدنظمی هیجانی و خودتمایز سازی می پردازد، در این پژوهش برای گردآوری اطلاعات از روش میدانی استفاده شد. جامعه آماری پژوهش حاضر را کلیه نوجوانان دختر که در سال تحصیلی سال ۱۳۹۹-۱۴۰۰ شهر شیراز مشغول به تحصیل می‌باشند تشکیل می‌دهد که از این جامعه آماری نمونه‌ای به حجم ۲۰۰ نفر به روش نمونه‌گیری چندمرحله‌ای انتخاب شدند. ابزار پژوهش عبارتند از:

**مقیاس خطرپذیری نوجوانان ایرانی<sup>۱</sup>:** برای سنجش گرایش به رفتارهای پرخطر، از مقیاس خطرپذیری جوانان ایرانی استفاده شد. زاده محمدی و احمدآبادی و حیدری (۱۳) این پرسشنامه را در ۳۸ عبارت تدوین کرده اند که آسیب پذیری نوجوانان در ۷ دسته رفتارهای پرخطر از قبیل خشونت، رانندگی مخاطره آمیز، سیگار کشیدن، مصرف مواد مخدر، مصرف الکل، رابطه و رفتار جنسی و گرایش به جنس مخالف را می‌سنجد. پاسخگویان موافقت یا مخالفت خود را با این گویه‌ها در یک مقیاس ۵ گزینه‌ای از کاملاً موافقم با نمره ۵ تا کاملاً مخالفم با نمره ۱ بیان می‌کنند. در پژوهش زاده محمدی و همکاران (۱۳) روایی سازه این مقیاس مورد ارزیابی قرار گرفت. تحلیل عاملی اکتشافی با مؤلفه‌های اصلی نشان داد که این پرسشنامه مقیاسی هفت بعدی است، که ۶۴/۸۴ درصد واریانس خطرپذیری را تبیین می‌کند. زاده محمدی و همکاران (۱۳) میزان آلفای کرونباخ برای کل مقیاس را ۰/۹۴ و برای خرده مقیاس‌های آن در دامنه ۰/۷۴ تا ۰/۹۳ بدست آوردند که بیانگر پایایی خوب این مقیاس بود. پایایی این پرسشنامه در پژوهش حاضر از طریق روش آلفای کرونباخ برای مؤلفه‌های آن در دامنه ۰/۷۱ تا ۰/۸۳ بدست آمد.

**مقیاس اولیه دشواری در تنظیم هیجان<sup>۲</sup>:** مقیاس اولیه دشواری در تنظیم هیجان یک ابزار سنجش ۴۱ آیتمی خودگزارش دهی بود که برای ارزیابی دشواری در تنظیم هیجانی از لحاظ بالینی تدوین شد. آیتم‌های این مقیاس بر اساس گفتگوهای متعدد با همکاران آشنا با متون تنظیم هیجان تدوین و انتخاب شد (گرتز و روئر<sup>۳</sup>، ۲۰۰۴). مقیاس انتظار تعمیم یافته تنظیم هیجانی منفی<sup>۴</sup> (۱۴). به عنوان الگویی در تدوین این مقیاس به کار گرفته شده است. به منظور ارزیابی دشواری در تنظیم هیجانات ظرف دوران آشفتگی (هنگامی که راهبردهای تنظیم هیجانی لازم و ضروری می‌باشند)، بسیاری از عبارات DERS مشابه NMR یا «هنگامی من آشفته هستم» آغاز می‌گردند.

<sup>۱</sup>. Iranian Adolescents Risk-Taking Scale

<sup>۲</sup>. Difficulties emotion regulation scale

<sup>۳</sup>. Gratz & Roemer

<sup>۴</sup>. Negative Mood Regulation expectancy questionnaire (NMR)

گستره پاسخ ها در مقیاس لیکرت ۱ تا ۵ قرار می گیرد. یک به معنای تقریباً هرگز (۰ تا ۱۰ درصد)، دو به معنای گاهی اوقات (۱۱ تا ۳۵ درصد)، سه به معنای نیمی از مواقع (۳۶ تا ۶۵ درصد)، چهار به معنای اکثر اوقات (۶۶ تا ۹۰ درصد) و پنج به معنای تقریباً همیشه (۹۱ تا ۱۰۰ درصد)، می باشد. یک آیتم به خاطر همبستگی پایین آن با کل مقیاس و ۴ آیتم به خاطر بار عاملی پایین حذف شدند. به این ترتیب از مجموع ۴۱ آیتم ابتدایی مقیاس ۳۶ آیتم باقی ماندند. این مقیاس جنبه های مختلف اختلاف در تنظیم هیجانی را می سنجد. این مقیاس دارای شش مؤلفه می باشد که عدم پذیرش پاسخ های هیجانی شامل شش سؤال ۱۱، ۱۲، ۲۳، ۲۵ و ۲۹، مؤلفه دشواری در انجام رفتار هدفمند شامل پنج سؤال ۳۳، ۲۶، ۲۰، ۱۸ و ۱۳، مؤلفه دشواری در کنترل تکانه شامل شش سؤال ۲۷، ۲۴، ۱۹، ۱۴، ۳ و ۲۳، مؤلفه فقدان آگاهی هیجانی شامل شش سؤال ۳۴، ۱۷، ۱۰، ۸، ۶ و ۲، مؤلفه دسترسی محدود به راهبردهای تنظیم هیجانی شامل هشت سؤال ۳۶، ۳۵، ۳۱، ۲۸، ۲۲، ۱۶ و ۱۵ و مؤلفه عدم وضوح هیجانی شامل پنج سؤال ۹، ۷، ۵، ۴ و ۱ می باشد. سؤالات ۷، ۶، ۲، ۱، ۸، ۱۰، ۱۷، ۲۰، ۲۲، ۲۴ و ۳۴ دارای نمره گذاری معکوس می باشند. نمرات بالاتر به معنای دشواری بیشتر در تنظیم هیجانی می باشند. مقیاس دارای یک نمره کلی از جمع نمرات کلیه سؤالات و همچنین ۳ نمره مربوط به زیر مقیاس ها می باشد. تحلیل عاملی وجود ۶ عامل عدم پذیرش پاسخ های هیجانی، دشواری در انجام رفتار هدفمند، دشواری در کنترل تکانه، فقدان آگاهی هیجانی، دسترسی محدود به راهبردهای تنظیم هیجانی، عدم وضوح هیجانی را نشان داد. نتایج حاکی از این است که این مقیاس از همسانی درونی بالایی، ۰/۹۳ برخوردار می باشد (۱۴). هر شش زیر مقیاس DERS، آلفای کرونباخ بالای ۰/۸۰ دارند. همچنین DERS دارای همبستگی معناداری با مقیاس NMR و پرسشنامه پذیرش و عمل (AAQ)، هایز و همکاران) می باشد (۱۴). بر اساس داده های حاصل از عزیزی و میرزایی و شمس (۱۵) میزان آلفای کرونباخ این پرسشنامه ۰/۹۲ برآورد شد. پایایی این پرسشنامه در پژوهش حاضر از طریق روش آلفای کرونباخ ۰/۸۹ بدست آمد.

**پرسشنامه خود متمایز سازی<sup>۱</sup>:** پرسشنامه خود متمایز سازی توسط دریک و مورداک بر اساس این فرم ۴۶ سوالی در ۴ زیرمقیاس و ۲۰ سوالی طراحی شده است که شامل زیرمقیاس واکنش پذیری عاطفی، جایگاه من، گریز عاطفی و هم آمیختگی با دیگران است شیوه نمره گذاری آن بر اساس لیکرت پنج درجه ای از کاملاً صحیح نیست نمره ۱ تا کاملاً صحیح است نمره ۵ نمره گذاری شده است. گویه های معکوس این پرسشنامه عبارتند از: ۲ و ۴ و ۵ و ۶ و ۸ و ۹ و ۱۰ و ۱۱ و ۱۲ و ۱۳ و ۱۴ و ۱۵ و ۱۶ و ۱۷ و ۱۸ و ۱۹ و ۲۰ (یعنی به «کاملاً صحیح است» نمره ۰ و به «اصلاً صحیح نیست» نمره ۵ داده می شود). برای محاسبه امتیاز هر زیرمقیاس، نمره تک تک گویه های مربوط به آن زیرمقیاس را با هم جمع کنید. برای محاسبه امتیاز کلی پرسشنامه، نمره همه گویه های پرسشنامه را با هم جمع کنید. دامنه امتیاز این پرسشنامه بین ۰ تا ۱۰۰ خواهد بود. هر چه امتیاز حاصل شده از این پرسشنامه بیشتر باشد، نشان دهنده میزان بیشتر خود متمایز سازی خواهد بود و بالعکس. آلفای کرونباخ به دست آمده در این پژوهش، نشان دهنده اعتبار این پرسشنامه است، به جز برای خرده مقیاس هم آمیختگی با دیگران قبل از تحلیل عامل تأییدی در این مطالعه نمره کل آلفای کرونباخ ۰/۹۰ را نشان داده بود و آلفای کرونباخ بقیه خرده مقیاسها عبارت بود از واکنش پذیری عاطفی ۰/۸۶، جایگاه من ۰/۷۰، گریز عاطفی ۰/۸۳ و هم آمیختگی با دیگران ۰/۷۳ (۱۶).

۱. Self-differentiation questionnaire

همچنین علیکی و نظری (۱۶) در پژوهش خود بیان کردند که پایایی درونی این پرسشنامه به روش آلفای کرونباخ برای کل پرسشنامه تمایز یافتگی ۰/۸۱ و برای خرده مقیاس واکنش عاطفی ۰/۸۱، جایگاه من ۰/۶۹، گریز عاطفی ۰/۶۵، برای هم آمیختگی با دیگران ۰/۶۰ به دست آمده است. رسولی و همکاران (۱۷) پایایی کل این ابزار را به روش آلفا ۰/۷۴ محاسبه کردند. پایایی این پرسشنامه در پژوهش حاضر از طریق روش آلفای کرونباخ ۰/۷۷ بدست آمد.

**یافته ها:**

جدول ۱ میانگین، انحراف معیار، کمترین و بیشترین نمره‌های آزمودنی‌ها را در متغیرهای پژوهش نشان می‌دهد.

**جدول ۱.** میانگین، انحراف معیار، کمترین و بیشترین نمره‌های مربوط به متغیرهای پژوهش برای کل آزمودنی‌ها

شاخص آماری متغیر	میانگین	انحراف معیار	کمترین نمره	بیشترین نمره
رفتارهای پرخطر	۹۵/۹۶	۳۴/۶۸	۴۵	۱۸۹
بدنظمی هیجانی	۹۷/۶۶	۳۰/۸۴	۴۵	۱۷۸
خودمتمایزسازی	۶۲/۰۳	۱۹/۹۲	۲۳	۹۵

همان طور که در جدول ۱ مشاهده می‌شود. میانگین و انحراف معیار متغیرهای پژوهش به ترتیب در متغیرهای رفتارهای پرخطر ۹۵/۹۶ و ۳۴/۶۸ و بدنظمی هیجانی ۹۷/۶۶ و ۳۰/۸۴ و خودمتمایزسازی ۶۲/۰۳ و ۱۹/۹۲ می‌باشد.

جدول ۲ نتیجه تحلیل رگرسیون خطی ساده بین بدنظمی هیجانی با رفتارهای پرخطر را نشان می‌دهد.

**جدول ۲.** نتایج تحلیل رگرسیون خطی ساده بدنظمی هیجانی با رفتارهای پرخطر

متغیر پیش‌بین	متغیر ملاک	R	R <sup>2</sup>	B	$\beta$	Sig
بدنظمی هیجانی	رفتارهای پرخطر	۰/۲۷	۰/۰۷۳	-۰/۲۹	-۰/۲۷	۰/۰۰۶

همان طور که نتایج مندرج در جدول ۲ نشان می‌دهد، بین بدنظمی هیجانی ( $\beta = -۰/۲۷$ ,  $P < ۰/۰۰۶$ ) و رفتارهای پرخطر رابطه معنی‌دار وجود دارد و بدنظمی هیجانی می‌تواند ۷/۳٪ از واریانس رفتارهای پرخطر را تبیین کند.

جدول ۳ نتیجه تحلیل رگرسیون خطی ساده بین خودمتمایزسازی با رفتارهای پرخطر را نشان می‌دهد.

**جدول ۳.** نتایج تحلیل رگرسیون خطی ساده خودمتمایزسازی با رفتارهای پرخطر

متغیر پیش‌بین	متغیر ملاک	R	R <sup>2</sup>	B	$\beta$	Sig
خودمتمایزسازی	رفتارهای پرخطر	۰/۳۱	۰/۰۹۹	-۰/۵۴	-۰/۳۱	۰/۰۱

همان طور که نتایج مندرج در جدول ۳ نشان می‌دهد، بین خودمتمایزسازی ( $\beta = -۰/۳۱$ ,  $P < ۰/۰۱$ ) و رفتارهای پرخطر رابطه معنی‌دار وجود دارد و خودمتمایزسازی می‌تواند ۹/۹٪ از واریانس رفتارهای پرخطر را تبیین کند.

جدول ۴ نتایج تحلیل رگرسیون چندگانه بدنظمی هیجانی و خودمتمایزسازی با رفتارهای پرخطر را به روش ورود هم‌زمان نشان می‌دهد.

## جدول ۴. نتایج تحلیل رگرسیون مربوط به متغیرهای پیش‌بین با رفتارهای پرخطر به روش ورود همزمان

Sig	رفتارهای پرخطر				متغیر ملاک
	$\beta$	B	R <sup>۲</sup>	R	متغیر پیش‌بین
۰/۰۴۱	-۰/۲۵۴	-۰/۲۸۶	۰/۱۶۳	۰/۴۰۴	بدنظمی هیجانی
۰/۰۱۷	۰/۳۰۰	-۰/۵۲۲			خودمتمایزسازی

همان‌طور که نتایج مندرج در جدول ۴ نشان می‌دهد، از بین متغیرهای پیش‌بین بدنظمی هیجانی ( $P=0.041/\beta=-0.254$ ) و خودمتمایزسازی ( $P=0.017/\beta=0.300$ )، دو متغیر بدنظمی هیجانی و خودمتمایزسازی، رفتارهای پرخطر را پیش‌بینی و در مجموع ۱۶/۳٪ از واریانس آن را تبیین می‌کنند.

## بحث و نتیجه گیری:

پژوهش حاضر با هدف پیش بینی رفتارهای پرخطر بر اساس بدنظمی هیجانی و خودمتمایزسازی در نوجوانان دختر انجام شد. روش پژوهش حاضر همبستگی بود. نتایج نشان داد که بین بدنظمی هیجانی با گرایش به رفتارهای پرخطر ارتباط معنی داری وجود دارد. نتایج این فرضیه با پژوهش‌های عقیقی، عباسی، پیرانی و رضایی فرد (۱۸)، قنادی فرنود (۱۹) و میکائیلی (۲۰) همسو می‌باشد.

اوربک<sup>۱</sup> و همکاران (۱۸) معتقدند افرادی که سطوح بالایی از نقایص تنظیم هیجان را بروز می‌دهند؛ بیش از دیگران احتمال دارد در رفتارهای پرخطری که متعاقباً به افسردگی یا اضطراب منجر می‌شود، درگیر شوند. طبق نظر این پژوهشگران افرادی که راهبردهای تنظیم هیجان ضعیف را فراگرفته اند ممکن است بیش از دیگران مستعد استفاده از رفتارهای پرخطر به عنوان ابزاری برای تسکین هیجان منفی باشند. بدتنظیمی هیجانی عاملی در افزایش احتمال رو آوردن افراد به رفتارهای پرخطر از جمله مصرف مواد است (۱۸).

در تبیین این یافته نیز می‌توان گفت گرایش به انجام رفتارهای پرخطر می‌تواند راهی برای کاهش هیجان‌های ناخوشایند باشند و چون فرد، راهبردهای بسنده و سازگارانه در اختیار ندارد به ناچار از روش‌های آسیب‌زا استفاده می‌کند که در کوتاه مدت مؤثر اما در بلندمدت عوارض نامطلوبی به دنبال دارد. در حقیقت، در چنین موقعیت‌هایی رفتارهای پرخطر تبدیل به نوعی راهبرد تنظیم هیجانی می‌شود که به فرد در فرار از موقعیت دشوار یا فراموش کردن و تعدیل حالت درونی ناخوشایند کمک می‌کند. از این رو، وقتی فرد نتواند از راهبردهای مناسب و مسأله محور برای مقابله با هیجان‌های آزاردهنده خود استفاده نماید یا درک درستی از هیجان‌های خود نداشته باشد، به ناچار به رفتارها و اعمالی با پیامدهای نامطلوب متوسل می‌شود تا آن‌ها را تعدیل نموده و تغییر دهد.

نتایج نشان داد که بین خودمتمایزسازی با گرایش به رفتارهای پرخطر ارتباط معنی داری وجود دارد. نتایج این فرضیه با پژوهش‌های اکبری، محتشمی نیا و سالاری فرد (۲۱)، افارل و ویچلر (۲۲) و لتی<sup>۲</sup> (۲۳) همسو است.

در تبیین این یافته می‌توان گفت بر اساس نظریه بوئن تمایز خود، جدایی روانی عقل و هیجان و استقلال خود از دیگران را شامل می‌شود (۱۶) افراد در جریان تفرد درک هویت خویش را کسب می‌کنند. این تمایز از خانواده

۱. Orbek

۲. Latty

اصلی آنها را قادر می سازد تا مسؤولیت افکار، احساسات، ادراکها و اعمال خود را بپذیرند (۱۶). فرد تمایز یافته در برخورد با مسائل و مشکلات زندگی توانایی برخورد منطقی و عقلانی را داشته و می تواند از برخورد با مسائل به صورت احساسی جلوگیری کند. بنابراین این افراد توانایی حل مسائل را به صورت مسالمت آمیز دارند. افرادی که سطح تمایز یافتگی پایینی دارند، رفتارهای پرخطر و آمیختگی بیشتری بین عقل و احساساتشان دارند و در روابط با دیگران دچار تنشهای عاطفی می شوند. با توجه به نظریه بوئن می توان گفت دانش آموزشی که سطح تمایز یافتگی پایینی دارند در برخورد با مسائل و مشکلات زندگی توانایی تصمیم گیری عقلانی کمتری دارند که این خود باعث افزایش درگیری ها و مشکلات رفتاری در زندگی آنها می گردد.

همان طور که نتایج مندرج نشان می دهد، از بین متغیرهای مستقل، متغیرهای بدنظمی هیجان و خودمتمایزسازی پیش بین گرایش به رفتارهای پرخطر می باشند. به عبارتی ۱۶/۳٪ از واریانس مربوط به گرایش به رفتارهای پرخطر به وسیله متغیرهای مذکور تبیین می شود. افرادی که سطح تمایز یافتگی پایینی دارند، رفتارهای پرخطر و آمیختگی بیشتری بین عقل و احساساتشان دارند و در روابط با دیگران دچار تنشهای عاطفی می شوند. با توجه به نظریه بوئن می توان گفت دانش آموزشی که سطح تمایز یافتگی پایینی دارند در برخورد با مسائل و مشکلات زندگی توانایی تصمیم گیری عقلانی کمتری دارند که این خود باعث افزایش درگیری ها و مشکلات رفتاری در زندگی آنها می گردد.

#### محدودیت پژوهش:

هر پژوهشی دارای محدودیت هایی است. بیان محدودیت ها در پژوهش به محققانی که قصد تحقیق در زمینه های مختلف را دارند، کمک می کند تا با دیدی باز و آگاهی از موانع، کمبودها و محدودیت های تحقیق به امر پژوهش در زمینه های مشابه بپردازند. با توجه به این که جامعه آماری این پژوهش دانش آموزان دوره دبیرستان بودند، لذا نتایج این پژوهش قابل تعمیم به سایر مقاطع تحصیلی نیست. تنها منبع جمع آوری اطلاعات در این پژوهش، پرسشنامه بود که جنبه ی خودگزارشی دارد. به همین دلیل، ممکن است در اطلاعات به دست آمده سوگیری تک روشی ایجاد شده باشد. با توجه به اینکه برای ارزیابی الگوی پیشنهادی از روش همبستگی ساده و رگرسیون برای پیش بینی روابط استفاده شده است، نتیجه گیری علّت و معلولی باید با احتیاط انجام شود.

#### ملاحظات اخلاقی:

به آزمودنی ها متذکر شد که اطلاعات محرمانه باقی خواهد ماند و اسم آنها جایی گفته نخواهد شد و همچنین، از آن ها خواسته شد که صادقانه پرسشنامه ها را تکمیل نمایند چرا که این پرسشنامه ها هیچ گونه جنبه ارزشیابی ندارد، فقط به منظور دسترسی به نتیجه پژوهشی از آن ها استفاده شده است. علاوه بر این به آزمودنی ها این اجازه داده شد تا در صورت تمایل از شرکت در پژوهش خودداری کنند.

#### تضاد منافع:

بدینوسیله نویسندگان اعلام می کنند که این اثر حاصل یک پژوهش مستقل بوده و هیچگونه تضاد منافی با سازمان ها و اشخاص دیگری ندارد.

#### تقدیر و تشکر:

نویسندگان مقاله از تمام مشارکت کنندگان در پژوهش، تقدیر و تشکر به عمل می‌آورند.

### References:

1. Maher F. risky behaviors in youth's free time; Trends and patterns. Youth Studies. 1383; (6): 118-143.
2. Kaplan H. B. Deviant behavior in defense of self, New York, Academic Press; 1980.
3. Rolison M.R, Scherman A. Factors influencing adolescents' decisions to engage in risk-taking behavior, Journal of Adolescence, 2002; 37(147): 585-597. PMID: 12458695.
4. Kimberly L.H., Slater M.D., Oetting E.R. Alcohol Use in Early Adolescence: The Effect of Changes in Risk Taking, Perceived Harm and Friends' Alcohol Use, Journal of Studies on Alcohol, 2005; 66(2): 275-285. DOI:[10.15288/jsa.2005.66.275](https://doi.org/10.15288/jsa.2005.66.275)
5. Lavery B., Siegel A.W., Cousins J.H., Rubovits D. S, Adolescent risk-taking: An analysis of problem behaviors in problem children, Journal of Experimental Child Psychology, 2009; 55: 277-294, doi:[10.1006/jecp.1993.1016](https://doi.org/10.1006/jecp.1993.1016)
6. Sugar M. Female Adolescent Development. Brunner/Mazel. Inc; 1993.
7. Makalum G. Regulation of children's excitement. Translated by Hamidreza Kianpour and Fatemeh Bahrami. Tehran: Esteemed book; 2010
8. Salehi M, Sepah Mansour M, Mahmoudi Gh, Madanipour N. Prediction of eating attitude based on social problem solving ability and cognitive emotional regulation. Psychological Research Quarterly, 2013; 6(24): 117-134.
9. Klever P. Goal direction and effectiveness, emotional maturity, and nuclear family functioning. Journal of Marital and Family Therapy; 2009; 35(3): 308-342. DOI:[10.1111/j.1752-0606.2009.00120.x](https://doi.org/10.1111/j.1752-0606.2009.00120.x)
10. Knerr M.R. Differentiation and power in couple's therapy. Dissertation Committee, M.S. The Ohio State University; 2008. <http://etd.ohiolink.edu/>.
11. Aryamanesh S., Fallahchai S.R., Zarei E. A Study of Differentiation between Satisfied Couples in Compare with Conflicting Couples in Bandar Abbas. Research in Clinical Psychology and Counseling, 2013; 3(1): 12 <https://doi.org/10.22067/ijap.v3i1.8827>
12. Lal A. Relationship among differentiation of self, Relationship satisfaction, Partner support, Depression, Monitoring / Blunting style, Adherence to treatment and quality of life in patients with chronic lung disease. Dissertation of doctor of Philosophy. The Ohio State University, 2006.<http://etd.ohiolink.edu/>.
13. Zadeh Mohammadi A, Ahmadabadi Z, Heidari M. Construction and Assessment of Psychometric Features of Iranian Adolescents Risk-Taking Scale. IJPCP 2011; 17 (3): 218-225. <http://ijpcp.iuums.ac.ir/article-1-1417-fa.html>



14. Gratz K.L. Roemer E. Multidimensional Assessment of Emotion Regulation and Dysregulation: Development, Factor Structure, and Initial Validation of the Difficulties in Emotion Regulation Scale. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 2004; 6(5): 11-31. DOI:[10.1007/s10862-008-9102-4](https://doi.org/10.1007/s10862-008-9102-4)
15. Azizi A.R., Mirzaei A, SHams J. Correlation Between Distress Tolerance and Emotional Regulation with students Smoking Dependence. *Hakim Research Journal*, 2010; 13(1): 11-18. <http://hakim.tums.ac.ir/article-1-608-fa.html>
16. Aliki A., Nazari A.M.. A study correlation between differential of self and marital satisfaction of Tarbiat Moallem university employees. *Counseling research and development*, 2008; 7(26):7-24.
17. Rasouli M, Asoudeh M.H, Tamrchi F, Hosseini Z. Examining the factorial structure and validation of Derrick and Murdock's Self-Differentiation Questionnaire. *Journal of Psychometrics*, 20015; 4(16): 1-10.
18. Aqighi A, Abbasi M, Pirani Z, Rezaifard A. The role of negative emotion regulation in predicting students' risky behaviors. *The first international conference of psychology and educational sciences*; 2014.
19. Gannadi F.M, MahmoudAlilou M. Prediction of Smoking, Alcohol, Drugs, and Psychoactive Drugs Abuse Based on Emotional Dysregulation and Child Abuse Experience in People with Borderline Personality Traits. *etiadpajohi* 2014; 8 (30) :97-112. <http://etiadpajohi.ir/article-1-646-fa.html>
20. Mikaili F. Emotion Dysregulation in Individuals with Risky Sexual Behaviors and Normal People. *J Mazandaran Univ Med Sci* 2014; 23 (109): 206-214. <http://jmums.mazums.ac.ir/article-1-3264-fa.html>
21. Akbari Booreng M, Mohtashaminia S, Salarifar M.H. Determination of the Tendency to Addiction According to Self-Differentiation and Alexithymia in University Students. *J Police Med* 2017; 6(2): 31 <http://jpmed.ir/article-1-493-fa.html>
22. Thorberg F.A., Lyvers M. Attachment, fear of intimacy and differentiation of self among clients in substance disorder treatment facilities. *Journal Addict Behav*, 2007; 31(4):732-7. DOI:[10.1016/j.addbeh.2005.05.050](https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2005.05.050)
23. Latty Ch.R. *Effects of differentiation on college*. East Lansing: Michigan State University; 2016.