

## بررسی رابطه بین تنظیم شناختی هیجان و پرخاشگری دانشجویان

فریده حمیدی\* زهرا آسوده نالکياشری\*\* مهدیه اسفندیاری مهنی\*\*\*

### چکیده

از آنجایی که خشم یک نوع هیجان فراگیر است و پرخاشگری رفتاری است که در ادامه این هیجان به عنوان واکنش رفتاری بروز می کند، اگر این خشم به لحاظ شناختی که اصلاح باورهای خویشتن است کنترل شود، رفتار پرخاشگرانه بروز نخواهد کرد. پژوهش حاضر به منظور بررسی رابطه بین تنظیم شناختی هیجان و پرخاشگری دانشجویان انجام شده است، جامعه مورد نظر کلیه دانشجویان دختر خوابگاه هروی دانشگاه تربیت دبیر شهید رجایی تهران در سال تحصیلی ۹۶-۱۳۹۵ می باشد که تعداد آنها ۲۲۰ نفر بود، از بین دانشجویان مقطع کارشناسی و ارشد و دکترا ۱۳۷ نفر طبق جدول کرجسی و مورگان به صورت تصادفی ساده انتخاب شدند، به منظور تحلیل یافته ها از آمار توصیفی و استنباطی استفاده شده است و بررسی یافته ها با استفاده از آزمون همبستگی پیرسون و رگرسیون اینتر نشان داده است که بین تنظیم شناختی هیجان و پرخاشگری دانشجویان رابطه معنادار وجود دارد و  $P < 0/01$  می باشد و نوع تنظیم هیجان می تواند ۲۵ درصد پرخاشگری را پیش بینی کند و همچنین بین تنظیم شناختی هیجان منفی و پرخاشگری دانشجویان رابطه مثبت وجود دارد و بین تنظیم شناختی هیجان مثبت و پرخاشگری و زیر مقیاسهای پرخاشگری (پرخاشگری جسمانی، خصومت، پرخاشگری کلامی و خشم) رابطه منفی وجود دارد. براساس این نتایج پیشنهاد می شود افراد نحوه تنظیم هیجانات خود را در محیط خانواده و دوستان و همچنین محیط آموزشی یاد بگیرند تا از این طریق از رفتارهای نامعقولی چون پرخاشگری جلوگیری شود.

کلید واژه: تنظیم شناختی، هیجان، پرخاشگری، دانشجویان

\*دانشیار روانشناسی، دانشکده علوم انسانی، دانشگاه تربیت دبیر شهید رجایی تهران. [Fhamadi@Srttu.Edu](mailto:Fhamadi@Srttu.Edu)  
\*\*دانشجوی کارشناسی ارشد مشاوره مدرسه، دانشکده علوم انسانی، دانشگاه تربیت دبیر شهید رجایی تهران. [asode92@Gmail.Com](mailto:asode92@Gmail.Com)  
\*\*\*دانشجوی کارشناسی ارشد مشاوره مدرسه، دانشکده علوم انسانی، دانشگاه تربیت دبیر شهید رجایی تهران. [Moshaver.Madie@Gmail.com](mailto:Moshaver.Madie@Gmail.com)