

نقش سیستم‌های بازداري / فعال‌سازي رفتار و راهبردهای نظم‌جویی شناختی هیجان در

استفاده مفرط از تلفن همراه در نوجوانان

مهرنسا شهبابی^{۱*}، لیلا ممه‌وری^۲، فاطمه صدرا^۳، سپیده ایمانیان نجف‌آبادی^۴

۱. دکترای روانشناسی، گروه روانشناسی، دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناسی، دانشگاه فردوسی مشهد، مشهد، ایران. (نویسنده مسئول).

۲. کارشناسی ارشد، مشاوره، گروه مشاوره، دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناسی، دانشگاه علامه طباطبائی، تهران، ایران.

۳. کارشناسی، مشاوره، گروه مشاوره و علوم تربیتی، دانشگاه فرهنگیان، قم، ایران.

۴. کارشناسی، مشاوره، گروه مشاوره و علوم تربیتی، دانشگاه فرهنگیان، قم، ایران.

مجله پیشرفت‌های نوین در علوم رفتاری، دوره سوم، شماره هجدهم، فروردین ماه ۱۳۹۷، صفحات ۱۷-۱

چکیده

پژوهش حاضر که از نوع توصیفی-همبستگی بوده، باهدف بررسی نقش سیستم‌های بازداري/فعال‌سازي رفتار و راهبردهای نظم‌جویی شناختی هیجان در استفاده مفرط از تلفن همراه در نوجوانان صورت گرفت. جامعه آماری این پژوهش، کلیه دانش‌آموزان شهرستان کاله مشغول به تحصیل در سال تحصیلی ۹۶-۱۳۹۵ بودند که از این جامعه آماری ۲۴۰ نفر به روش نمونه‌گیری خوشه‌ای انتخاب شدند. برای جمع‌آوری داده‌ها از پرسشنامه نظم‌جویی شناختی هیجان، مقیاس‌های بازداري/فعال‌سازي رفتار و مقیاس استفاده مفرط از تلفن همراه استفاده شد و تجزیه و تحلیل داده‌ها با استفاده از آزمون‌های ضریب همبستگی و تحلیل رگرسیون در SPSS-۱۹ انجام شد. نتایج حاصل شده، نشان داد که راهبردهای پذیرش ($r=0/23$)، تمرکز مجدد مثبت ($r=0/26$)، ملامت خویش ($r=0/22$)، نشخوارگری ($r=0/23$)، فاجعه‌سازی ($r=0/26$) و فعال‌سازي رفتار/تفریح ($r=-0/17$) با استفاده مفرط از تلفن همراه همبستگی دارند. نتایج تحلیل رگرسیون نیز نشان داد که فعال‌سازي رفتار/تفریح، با تبیین ۰/۰۳ درصد واریانس استفاده مفرط از تلفن همراه راپیش‌بینی می‌کند. همچنین راهبردهای فاجعه‌سازی، ملامت دیگران و ملامت خود با تبیین ۰/۱۱ درصد واریانس استفاده مفرط از تلفن همراه را پیش‌بینی نموده‌اند. طبق این یافته‌ها می‌توان گفت که توجه به اقدامات آموزشی و تربیتی در راستای ارتقای راهبردهای نظم‌جویی شناختی هیجان و درمان‌های مبتنی بر سیستم‌های بازداري/فعال‌سازي رفتار، به‌عنوان تلاش پیش‌گیرانه و بنیادین جهت کاهش رفتارهای آسیب‌زا مانند استفاده مفرط از تلفن همراه می‌تواند مورد توجه متخصصان و مربیان کودکان و نوجوانان قرار گیرد. **واژه‌های کلیدی:** سیستم‌های بازداري/فعال‌سازي رفتار، راهبردهای نظم‌جویی شناختی هیجان، استفاده مفرط از تلفن همراه