

تأثیر سبک‌های تفکر بر الگوهای ابراز و مهار خشم در دانشجویان

The effect of thinking styles on anger expression (in-out) and anger control (in- out) in university students

تاریخ دریافت: ۱۳۸۹/۶/۱۱ تاریخ پذیرش: ۱۳۹۰/۱۱/۳۰

Motamedi A., PhD
Amirpour B. MSc✉

عبدالله معتمدی^۱
برزو امیرپور✉

Abstract

Introduction: The present study investigated the role of thinking styles on anger expression and anger control styles in university students.

Method: In a descriptive study, 310 students (77 male and 233 female) were selected through simple random sampling of the total number of students of Kangavar Payame Noor University. The tools administered were Sternberg- Wagner Thinking Styles Inventory and Spielberger's State-Trait Anger Expression Inventory.

Results: Results obtained from this research revealed that there was a statistically significant difference between male and female in liberal and external thinking styles scores, but the study did not show any statistically significant difference between gender and anger management scores. Multiple regression analysis indicated that monarchic, hierarchic, and judicial thinking styles predicted Anger Control-Out, while anarchic and hierarchic thinking styles predicted Anger Expression-Out. Also, hierarchic and global thinking styles predicted Anger Control-In.

Conclusion: The present study revealed the role of thinking styles on patterns of expressing and controlling anger. Therefore, its results can be used by university counselors who understand thinking styles to have more efficient behavioral interventions.

Keywords: Thinking Styles, Anger Expression-Out, Anger Expression-In, Anger Control-Out, Anger Control-In

چکیده

مقدمه: این پژوهش، با هدف تعیین تأثیر سبک‌های تفکر بر شیوه‌های ابراز و مهار خشم در دانشجویان انجام شد.

روش: در یک بررسی از نوع توصیفی، ۳۱۰ دانشجو (۷۷ پسر و ۲۳۳ دختر) از طریق نمونه‌گیری تصادفی نسبتی طبقه‌ای از میان دانشجویان دانشگاه پیام نور کنگاور انتخاب شدند و پرسشنامه سبک‌های تفکر استرنبرگ و واگنر و مقیاس حالت-رگه خشم اسپیلبرگر را تکمیل نمودند. تجزیه و تحلیل داده‌ها با استفاده از تحلیل رگرسیون چندگانه انجام شد.

یافته‌ها: داده‌های به‌دست آمده از پژوهش تفاوت معناداری از نظر آماری بین سبک تفکر آزاداندیش و سبک تفکر بیرونی در دختران و پسران نشان داد اما تفاوت معناداری از نظر آماری بین جنس و نحوه ابراز و مهار خشم مشاهده نگردید. علاوه بر این، تحلیل داده‌ها با استفاده از تحلیل رگرسیون چندگانه نشان داد که سبک‌های تفکر تک قطبی، سلسله مراتبی و قضایی مهار بیرونی خشم را پیش‌بینی می‌کنند، سبک‌های تفکر هرج و مرج طلب و سلسله مراتبی ابراز بیرونی خشم و سبک‌های تفکر سلسله مراتبی و کلی مهار درونی خشم را پیش‌بینی می‌کنند.

نتیجه‌گیری: پژوهش حاضر نقش سبک‌های تفکر را بر الگوهای ابراز و مهار خشم مشخص نمود. لذا کاربردهای تلویحی این نتیجه برای مشاوران دانشگاه که می‌بایست نسبت به سبک‌های تفکر جهت مداخله رفتاری کارآمدتر شناخت داشته باشند، مورد استفاده خواهد بود.

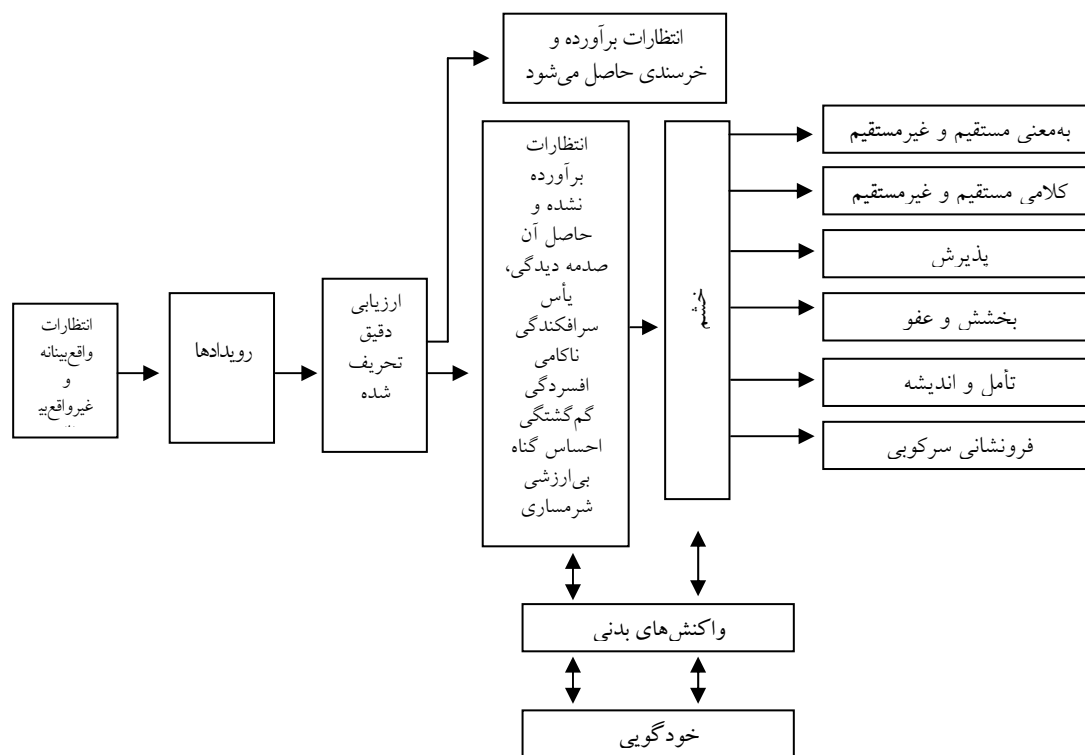
کلیدواژه‌ها: سبک‌های تفکر، ابراز بیرونی خشم، ابراز درونی خشم، مهار بیرونی خشم، مهار درونی خشم

مقدمه

هیجان‌ها از دیدگاه کارکردی تلاش‌هایی همگرا توسط فرد محسوب می‌شوند، به منظور ابقاء، تغییر و یا خاتمه‌دادن به روابط میان فرد و محیط تاثیرگذار [۱]. ابراز هیجان به‌عنوان یک سیستم ارتباطی بسیار قوی قبل از آنکه زبان و قدرت تکلم ایجاد شود از کارآیی بسیار بالایی برخوردار بوده است [۲].

مفاهیم خشم، تندگویی و پرخاشگری، گاهی به‌جای همدیگر به کار می‌روند و هنوز ارائه تعریف روشن از هر یک از این مفاهیم و نشان‌دادن تفاوت‌های بین آنها دشوار به نظر می‌رسد. برای متمایز کردن این سه مفهوم می‌توان خشم را به‌عنوان هیجان، کینه‌توزی یا خصومت را به‌عنوان نگرش و پرخاشگری را به‌عنوان یک رفتار در نظر گرفت. در واقع خشم به‌عنوان یک حالت هیجانی توصیف می‌شود که شالوده کینه‌توزی و پرخاشگری را تشکیل می‌دهد [۳]. خشم یک هیجان بنیادی و حالتی درونی است که نوع واکنش را در برابر محیط تنظیم می‌کند. در حقیقت خشم در

مرحله اولیه تحول خصومت و پرخاشگری مشخص می‌شود [۴]. خشم را یک احساس، حالت ذهنی، روانی و درونی همراه با الگوی تحریکی و فیزیولوژیکی و روانشناختی تعریف می‌کنند [۵] که از جنبه‌های متفاوتی قابل توصیف است و ممکن است از عوامل مختلفی تأثیر بپذیرد [۶] لذا پژوهش‌های گسترده‌ای این موضوع را در ابعاد زیستی، روانی، هیجانی و رفتاری مورد بررسی قرار داده‌اند از جمله ارتباط بین سیستم‌های مغزی/ رفتاری و خشم [۷]؛ مکانیسم‌های دفاعی و خشم [۸]؛ افزایش خطر بیماری‌های قلبی و عروقی و رفتار غیرانطباقی در رویارویی با خشم [۹]؛ ارتباط شیوه‌های ابراز و مهار خشم با اختلالات قلبی و عروقی [۵] و ارتباط خشم با دردسر و سرگیجه، اختلالات تنفسی و گوارشی، افزایش زودباوری و تلقین‌پذیری، کاهش کنترل اراده مطرح کرده‌اند [۱۰]. برای درک عوامل موثر بر خشم خصوصاً نقش عوامل شناختی نیازمند دیدگاهی جامع هستیم که آن را می‌توان به‌صورت نمودار شماره ۱ نشان داد [۱۱].



نمودار ۱- عوامل موثر بر خشم

شامل بروز خشم به‌طرف اشخاص یا اشیاء است یا ابراز رفتاری خشم؛ ابراز درونی خشم که نشان‌دهنده خشمی است که به‌طرف درون جهت‌دهی شده است، یا احساسات خشمگینانه‌ای که سرکوب شده‌اند (ابراز جسمانی خشم)؛ عامل سوم مهار بیرونی خشم که کنترل و مهار احساسات

سیک‌های ابراز و مهار خشم در ابتدا توسط فونکنشتاین، کینگ و درولت [به نقل از ۵] تفکیک شدند. آنها در این مورد، ابراز خشم و مهار خشم را به‌عنوان دو مقوله در رویایی با خشم معرفی کردند. سپس در سال ۱۹۹۹/سیلیبرگر بروز و مهار خشم را به چهار عامل تقسیم کرد: ابراز بیرونی خشم

(anarchic) همراه شدن نوسانات اتفاقی در کانون تمرکز با تغییر تکلیف؛ درونی (internal) استقلال عمل در حین انجام تکالیف و درونی (internal) انجام کارها به شیوه گروهی. در مجموع، به این روش‌های متفاوت در استفاده از توانایی‌ها، سبک تفکر می‌گویند [۱۴].

فرایندهای هیجانی با جنبه‌های شناخت تعامل دارند به طوری که، هم قابلیت محرک‌های هیجانی بر دامنه‌ای گسترده از عملیات‌های شناختی تأثیر می‌گذارد و هم توانایی انسان در به کارگیری ساز و کارهای شناختی در تنظیم پاسخ‌های هیجانی اثرگذار است [۱۶] دیدگاه‌های نظری به تعامل بین هیجان- شناخت پرداخته‌اند مثلاً هیجان‌ات قوی توأم با مهارشناختی ضعیف ممکن است به رفتارهای خود آسیب‌رسان منجر شود. اغلب پژوهش‌های پیشین تأثیر محرک‌های هیجانی بر کارکردهای شناختی مانند حافظه کاری، پردازش تعارض، بازداری پاسخ را مورد مطالعه قرار داده‌اند [۱۷]، پژوهش حاضر در راستای ارتباط متقابل بین شناخت و هیجان تأثیر سبک‌های تفکر را به عنوان مولفه‌ای شناختی بر الگوهای ابراز و مهار خشم در دانشجویان بررسی کرده است.

روش

پژوهش حاضر با عنایت به موضوع و هدف پژوهش، طرحی توصیفی از نوع همستگی بود که جامعه آماری پژوهش، شامل تمام دانشجویان دوره کارشناسی دانشگاه پیام نور کنگاور که در سال تحصیلی ۹۰-۸۹ مشغول تحصیل بودند. نمونه به صورت مقطعی از طریق نمونه‌گیری تصادفی نسبتی طبقه‌ای شامل ۳۱۰ دانشجو (۷۷ پسر و ۲۳۳ دختر) انتخاب شد.

ابزارهای مورد استفاده در پژوهش به شرح زیر بودند: پرسشنامه سبک‌های تفکر: در این مطالعه از پرسشنامه فرم کوتاه ۶۵ ماده‌ای / استرنبرگ - واگنر استفاده شد که در آن هر سوال بر روی یک مقیاس ۵ درجه‌ای لیکرت از کاملاً مخالف (۱ نمره) تا کاملاً موافق (۵ نمره) قرار می‌گیرد. هر پنج سوال یکی از سبک‌های سبزه‌گانه تفکر را مورد سنجش قرار می‌دهد. اعتبار این آزمون در پژوهش‌های مختلف قابل قبول ذکر شده است منجمله در پژوهش / استرنبرگ و همکاران ضریب اعتبار بر روی ۷۵ دانشجو برای سبک اجرایی ۰/۶۵ تا ۰/۸۸ برای سبک کلی و با میانگین برابر با ۰/۷۸ به دست آمده است. در پژوهش شگری و همکاران [۱۷] و پژوهش حاضر ضریب آلفای کرونباخ در جدول شماره ۱ آمده است.

خشمگینانه به وسیله ممانعت از بروز خشم به طرف اشخاص یا اشیاء را نشان می‌دهد (مهار رفتاری خشم) و در نهایت مهار درونی خشم که به کنترل احساسات خشمگینانه و سرکوب شده به وسیله آرام‌شدن هنگام عصبانیت مربوط می‌شود (مهار جسمانی خشم) [۱۲]. در پژوهش حاضر این سبک‌های چهارگانه ابراز و مهار خشم به عنوان متغیرهای ملاک در نظر گرفته شده‌اند.

آنچه که با اطمینان می‌توان ابراز کرد این است که خشم می‌تواند به وسیله تفکرات، ارزیابی‌ها، باورها و طرحواره‌های گوناگون برانگیخته شود. نظریه پردازان شناختی از جمله لازاروس تقدم شناخت بر هیجان را مطرح می‌کند و حتی فعالیت شناختی را پیش شرط هیجان می‌داند [۱۳]. نقش و جایگاه شناخت در فعالیت‌های هیجانی به حدی پررنگ است که ماندلر معتقد است حتی وقایعی که موجب تحریک پاسخ‌های غریزی دستگاه خودمختار می‌شوند، توسط فرایندهای شناختی ما از آن واقعه، تغییر می‌کنند. شناخت نیز در این راستا فرضیه خود را این گونه ارائه می‌کند که برای تجربه کردن یک احساس دو عامل برانگیختگی فیزیولوژیکی و ارزیابی شناختی ضروری است [۲].

فرایند تفکر مشتمل بر بازنمایی و پردازش اطلاعات در ذهن است [۱۴]، و این پردازش در افراد به طرق مختلفی صورت می‌پذیرد. براساس داده‌های نظری و تجربی ژانگ [۱۵] سبک‌های تفکر را در ۳ نوع و ۱۳ سبک قابل تفکیک مطرح می‌کنند که شامل: نوع اول در برگیرنده سبک‌های تفکر قانونی (legislative) تمایل به انجام فعالیت‌ها به شیوه مدنظر خود فرد؛ قضاوت نگر (judicial) گرایش به ارزشیابی و قضاوت پیرامون افراد و اعمال آنها؛ آزاداندیش (liberal) استقبال و پذیرش راه‌حل‌های جدید در حل مسائل؛ کلی (global) تصویرسازی یکپارچه و کلی از موضوع‌ها در ذهن و سلسله مراتبی (hierarchical) توجه و تمرکز معطوف به فعالیت‌ها مطابق با اولویت‌بندی‌شان. نوع دوم مشتمل بر سبک‌های تفکر اجرایی (executive) انجام وظایف و تکالیف مبتنی بر دستورالعمل‌ها و قوانین؛ محافظه کارانه (conservative) تفکر در قالب سنت‌ها و عدم انعطاف در برابر شیوه‌های نوین حل مسائل؛ جزئی (local) تمرکز بر جزئیات عینی و تک‌قطبی (monarchic) در هر زمان خاص تمرکز صرفاً بر یک تکلیف. نوع سوم تفکر عبارتند از سبک‌های تفکر لیگارش (oligarchic) انجام تکلیف بدون مدنظر قراردادن اولویت‌بندی آنها؛ هرج و مرج طلب

جدول ۱- آلفای کرونباخ سبک‌های تفکر

سبک تفکر	آلفای کرونباخ	سبک تفکر	آلفای کرونباخ	سبک تفکر	آلفای کرونباخ	سبک تفکر	آلفای کرونباخ	سبک تفکر	آلفای کرونباخ	سبک تفکر	آلفای کرونباخ
پژوهش شگری و همکاران	۰/۷۴	سبک تفکر	۰/۷۱	سبک تفکر	۰/۷۱	سبک تفکر	۰/۷۱	سبک تفکر	۰/۷۱	سبک تفکر	۰/۷۱
پژوهش حاضر	۰/۶۷	سبک تفکر	۰/۶۷	سبک تفکر	۰/۶۷	سبک تفکر	۰/۶۷	سبک تفکر	۰/۶۷	سبک تفکر	۰/۶۷

جدول ۲- شاخص‌های توصیفی متغیرهای پژوهش

متغیرها	مؤلفه	میانگین	انحراف معیار	کمینه	بیشینه
سبک‌های تفکر	قانونی	۱۹/۴۱	۲/۷۱	۱۱	۲۵
	اجرایی	۱۹/۵۷	۳/۶۸	۱۱	۲۵
	قضایی	۱۹/۹۳	۲/۵۸	۱۰	۲۵
	کلی	۱۵/۷۵	۳/۳۹	۵	۲۵
	جزئی	۱۸/۱۶	۲/۹۰	۷	۲۵
	آزاد اندیش	۱۸/۸۸	۳/۰۹	۷	۲۵
	محافظه کار	۱۷/۳۴	۳/۴۳	۶	۲۵
	سلسله مراتبی	۱۹/۷۴	۲/۶۶	۱۱	۲۵
	تک قطبی	۱۷/۷۹	۲/۷۶	۸	۲۵
	الیگارثی	۱۸/۲۳	۳/۴۲	۹	۲۵
سبک‌های ابراز و مهار خشم	هرج و مرج طلب	۱۷/۶۱	۲/۸۱	۹	۲۵
	درونی	۱۴/۶۰	۵/۵۳	۵	۲۵
	بیرونی	۲۰/۲۰	۲/۸۸	۱۰	۲۵
	ابراز بیرونی	۱۶/۷۹	۵/۵۰	۹	۲۴
	ابراز درونی	۱۶/۲۳	۴/۵۷	۸	۲۲
	مهار بیرونی	۲۰/۷۱	۴/۷۰	۹	۲۴
	مهار درونی	۲۱/۵۰	۴/۴۶	۸	۲۰

در جدول شماره ۲ شاخص‌های آمار توصیفی برای متغیرهای پژوهش نشان داده شده است.

پرسشنامه نحوه ابراز و مهار خشم: در این پژوهش از فرم کوتاه ۳۲ سوالی پرسشنامه بروز حالت- رگه خشم اسپیلیگر استفاده شد که چهار سبک ابزار بیرونی و درونی و مهار بیرونی و درونی خشم را با اختصاص هشت ماده بر هر سبک مورد سنجش قرار می‌دهد. آزمودنی‌ها در یک مقیاس چهار درجه‌ای از به هیچ وجه با کسب نمره یک تا خیلی زیاد با نمره چهار به این ابزار پاسخ می‌دهند. در پژوهش غفاری [۱۰] در مورد ۲۵۲ دانش‌آموز دبیرستانی مشهد ضریب اعتبار این پرسشنامه را با روش آلفای کرونباخ ۰/۸۱ گزارش نموده است. در پژوهش حاضر، ضریب آلفای کرونباخ ۰/۷۴ بود. داده‌ها با استفاده از نرم افزار آماری SPSS نسخه ۱۶ مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفتند. در جدول شماره ۱ شاخص‌های آمار توصیفی برای متغیرهای پژوهش و شرکت کنندگان نشان داده شده است.

یافته‌ها

شاخص‌های آمار توصیفی اختلاف میانگین متغیرها بر اساس جنس شرکت کنندگان، ماتریس همبستگی بین متغیرها در این بخش به همراه تحلیل رگرسیون جهت پیش‌بینی متغیر ملاک در جداول ۲ تا ۷ آمده‌اند.

جدول ۳- نتایج آزمون t مستقل برای اختلاف میانگین متغیرهای پژوهش بر حسب جنس

متغیر	جنس	فراوانی	میانگین	انحراف	مقدار t	سطح معناداری
قانونی	زن	۲۱۳	۱۹/۴۷	۲/۶۱	۰/۷۱۰	۰/۰۹۸
	مرد	۵۹	۱۹/۱۷	۲/۹۹		
اجرایی	زن	۱۹۸	۱۹/۶۵	۳/۹۱	۰/۵۲۳	۰/۶۶۸
	مرد	۵۴	۱۹/۴۱	۲/۷۵		
قضایی	زن	۲۱۱	۱۸/۹۲	۲/۵۲	۰/۱۴۶	۰/۲۷۷
	مرد	۵۸	۱۸/۹۸	۲/۷۶		
کلی	زن	۲۰۰	۱۵/۶۶	۳/۳۱	۰/۹۷۳	۰/۲۵۱
	مرد	۵۵	۱۶/۲۰	۳/۷۷		
جزئی	زن	۲۰۸	۱۸/۱۶	۲/۸۵	۰/۱۱۰	۰/۵۲۶
	مرد	۵۲	۱۸/۲۱	۳/۱۷		
آزاد اندیش	زن	۲۱۵	۱۸/۹۷	۲/۸۷	۰/۵۶۹	۰/۰۲۷
	مرد	۵۷	۱۸/۶۸	۳/۵۲		
محافظه کار	زن	۲۰۹	۱۷/۵۵	۳/۲۴	۱/۵۸۹	۰/۰۵۴
	مرد	۵۷	۱۶/۶۳	۳/۹۹		
سلسله مراتبی	زن	۲۱۱	۱۹/۷۳	۲/۶۶	۰/۶۱۹	۰/۲۱۷
	مرد	۵۸	۱۹/۶۵	۲/۲۹		
تک قطبی	زن	۲۰۹	۱۷/۸۵	۲/۸۱	۰/۶۵۸	۰/۹۴۲
	مرد	۵۸	۱۷/۵۹	۲/۶۶		
الیگارثی	زن	۲۱۳	۱۸/۲۲	۳/۳۳	۰/۲۹۷	۰/۱۲۲
	مرد	۵۸	۱۸/۳۸	۳/۸۱		
هرج و مرج طلب	زن	۲۱۲	۱۶/۸۱	۲/۸۸	۲/۴۳۲	۰/۱۵۴
	مرد	۵۶	۱۶/۶۸	۲/۵۱		
درونی	زن	۲۱۱	۱۴/۷۳	۵/۹۶	۱/۱۲۳	۰/۸۱۰
	مرد	۵۴	۱۴	۳/۷۰		
بیرونی	زن	۲۱۷	۲۰/۲۹	۲/۷۳	۰/۷۷۱	۰/۰۰۶
	مرد	۵۷	۱۹/۹۱	۳/۳۷		
سبک‌های ابراز و مهار خشم	زن و مرد	۳۰۷	۱۶/۸۳	۵/۸۹	۰/۰۶۴	۰/۵۲۲

جدول ۴- ماتریس همبستگی پیرونی بین سبک‌های تفکر با نحوه ابراز و مهار خشم

سبک‌های تفکر	مقدار همبستگی و سطح معناداری	مهار بیرونی	ابراز بیرونی	مهار درونی	ابراز درونی	سطح معناداری
قانونی	همبستگی	۰/۱۰۸	۰/۰۳۷	۰/۰۵۵	۰/۰۴۵	۰/۰۹۸
اجرایی	سطح معناداری	۰/۰۸۳	۰/۵۵۶	۰/۳۸۲	۰/۴۷۰	۰/۶۶۸
قضایی	همبستگی	۰/۰۲۸	۰/۰۵۳	۰/۰۸۳	۰/۰۲۳	۰/۲۷۷
کلی	سطح معناداری	۰/۶۶۲	۰/۴۱۴	۰/۶۰۲	۰/۷۲۴	۰/۲۵۱
جزئی	همبستگی	۰/۲۴۷**	-۰/۰۴۳	۰/۱۴۵*	-۰/۰۰۵	۰/۵۲۶
آزاد اندیش	سطح معناداری	۰/۰۰۱	۰/۴۹۶	۰/۰۲۱	۰/۹۴۲	۰/۰۲۷
محافظه کار	همبستگی	-۰/۰۲۴	-۰/۰۳۱	-۰/۰۵۸	۰/۱۰۸	۰/۰۵۴
سلسله مراتبی	سطح معناداری	۰/۷۱۶	۰/۶۲۶	۰/۳۷۱	۰/۰۹۴	۰/۲۱۷
تک قطبی	همبستگی	-۰/۰۲۷	۰/۱۱۲	۰/۰۳۳	۰/۰۲۱	۰/۹۴۲
الیگارشی	سطح معناداری	۰/۶۷۳	۰/۰۷۷	۰/۶۰۴	۰/۷۴۸	۰/۱۲۲
هرج و مرج طلب	همبستگی	۰/۱۱۱	۰/۰۲۶	۰/۰۸۸	۰/۰۲۸	۰/۱۵۴
درونی	سطح معناداری	۰/۰۷۵	۰/۶۷۱	۰/۱۶۳	۰/۶۵۴	۰/۸۱۰
بیرونی	همبستگی	-۰/۰۰۹	-۰/۰۱۵	۰/۰۱۹	۰/۰۲۷	۰/۰۰۶
سبک‌های ابراز و مهار خشم	سطح معناداری	۰/۸۸۹	۰/۸۱۱	۰/۷۶۲	۰/۶۷۴	۰/۵۲۲
	همبستگی	۰/۲۷۳**	-۰/۱۶۹**	۰/۲۶۴**	-۰/۰۲۸	
	سطح معناداری	۰/۰۰۱	۰/۰۰۷	۰/۰۰۱	۰/۶۵۲	
	همبستگی	۰/۰۰۵	۰/۳۲	۰/۰۰۱	۰/۰۷۶	
	سطح معناداری	۰/۹۳۶	۰/۶۱۰	۰/۹۸۷	۰/۲۲۶	
	همبستگی	۰/۰۴۹	۰/۰۳۸	۰/۰۲۴	-۰/۰۴۳	
	سطح معناداری	۰/۴۳۷	۰/۵۴۹	۰/۷۰۶	۰/۴۹۷	
	همبستگی	-۰/۰۲۸	۰/۱۲۳*	۰/۰۱۵	۰/۰۱۴	
	سطح معناداری	۰/۶۵۶	۰/۰۵۰	۰/۸۱۰	۰/۸۲۸	
	همبستگی	۰/۰۲۲	۰/۰۱۲	۰/۰۲۱	-۰/۰۱۵	
	سطح معناداری	۰/۷۲۷	۰/۸۴۴	۰/۷۴۳	۰/۸۱۲	
	همبستگی	۰/۱۰۳	-۰/۰۲۶	۰/۸۹	۰/۱۰۷	
	سطح معناداری	۰/۰۹۶	۰/۶۷۱	۰/۱۵۴	۰/۰۸۵	
	زن و مرد	۳/۷	۱۶/۸۳	۵/۸۹	-۰/۰۶۴	

** همبستگی در سطح ۰/۰۱ . * همبستگی در سطح ۰/۰۵

نمرات سبک تفکر، می‌توانند به‌عنوان متغیرهای پیش‌بینی پژوهش، شیوه‌های ابراز و مهار خشم را پیش‌بینی کنند، از روش رگرسیون چند متغیره استفاده شد. در جداول شماره ۵، ۶ و ۷ نتایج تحلیل رگرسیون برای متغیرهای ملاک (سبک‌های ابراز و مهار خشم) در دانشجویان، براساس متغیرهای پیش‌بین (سبک‌های تفکر) نشان داده شده است. جدول شماره ۵ نشان می‌دهد که سبک‌های تفکر سلسله مراتبی، تک قطبی و قضایی، می‌توانند به‌طور معناداری شیوه کنترل بیرونی خشم را در دانشجویان پیش‌بینی کنند و توان هر کدام از آنها برای توجیه واریانس متغیر ملاک به ترتیب ۷ درصد برای سبک تفکر سلسله مراتبی، ۱۳ درصد سبک تفکر تک قطبی و ۱۶ درصد سبک تفکر قضایی می‌باشد. نتایج جدول شماره ۶ حاکی از آن است که از میان سبک‌های تفکر، سبک تفکر سلسله مراتبی و هرج و مرج طلب توانایی پیش‌بینی شیوه ابراز بیرونی خشم را دارند. سهم واریانس هر کدام از این سبک‌های تفکر در توجیه ابراز بیرونی خشم ۳ درصد و ۶ درصد است. نتایج جدول شماره ۷ نشان می‌دهد سبک تفکر سلسله مراتبی و

براساس جدول شماره ۳ که مربوط به آزمون t مستقل جهت مقایسه میانگین شرکت کنندگان دختر و پسر در متغیرهای پژوهش است از میان سبک‌های تفکر، دختران و پسران در سبک تفکر آزاد اندیش و سبک تفکر بیرونی تفاوت معناداری مشاهده می‌شود ($P < 0.05$). یافته‌های این جدول حاکی از آن است که سبک‌های ابراز و مهار خشم با جنس رابطه‌ای معناداری ندارد. بالاترین میانگین سبک تفکر برای دختران و پسران، سبک تفکر بیرونی است و کمترین میانگین برای دختران و پسران، سبک تفکر بیرونی است که در بخش بحث و نتیجه‌گیری دلایل احتمالی آن مورد بررسی قرار گرفته است. جدول شماره ۴ ماتریس همبستگی میان متغیرها را نشان می‌دهد. جدول شماره ۴ نشان می‌دهد که بین سبک تفکر قضایی با مهار بیرونی و درونی خشم رابطه معناداری وجود دارد. سبک تفکر سلسله مراتبی، به‌جز ابراز درونی خشم با سه سبک دیگر ابراز و مهار خشم رابطه معنادار دارد و نهایتاً سبک تفکر هرج و مرج طلب با ابراز بیرونی خشم رابطه وجود دارد. به‌منظور بررسی و پاسخ به این سوال که آیا

ارتباط با متغیر ابراز درونی خشم، هیچکدام از متغیرهای پیش‌بین، قادر به پیش‌بینی این الگو از ابراز خشم نبودند به طوری که سطح معناداری آن برای متغیرها برابر با $P > 0/513$ بود.

کلی که در پیش‌بینی شیوه مهار درونی خشم نسبت به سایر متغیرهای مستقل، توان پیش‌بینی متغیر ملاک را دارند، به ترتیب ۶ و ۹ درصد از واریانس مهار درونی خشم را تبیین می‌کنند. در

جدول ۵- نتایج رگرسیون چند متغیره برای پیش‌بینی شیوه کنترل بیرونی خشم

متغیرهای پیش‌بین	R	R ²	Beta	F	DF	Sig
سلسله مراتبی	۰/۲۷۹	۰/۰۷۸	۰/۲۷۹	۱۴/۵۹۰	۱۷۳	۰/۰۰۱
تک قطبی	۰/۳۶۴	۰/۱۳۲	-۰/۲۴۸	۱۳/۱۰۴	۱۷۲	۰/۰۰۱
قضایی	۰/۴۰۳	۰/۱۶۳	۰/۱۸۴	۱۱/۰۷۱	۱۷۱	۰/۰۰۱

جدول ۶- نتایج تحلیل رگرسیون چند متغیره برای پیش‌بینی شیوه ابراز بیرونی خشم

متغیرها	R	R ²	Beta	F	DF	Sig
سلسله مراتبی	۰/۱۸۰	۰/۰۳۲	-۰/۱۸۰	۵/۷۴۳	۱۷۱	۰/۰۱۸
هرج و مرج طلب	۰/۲۴۵	۰/۰۶۰	۰/۱۷۵	۵/۴۴۷	۱۷۰	۰/۰۰۵

جدول ۷- نتایج تحلیل رگرسیون چند متغیره برای پیش‌بینی شیوه مهار درونی خشم

متغیرها	R	R ²	Beta	F	DF	Sig
سلسله مراتبی	۰/۲۵۴	۰/۰۶۵	۰/۲۵۴	۱۱/۶۸	۱۶۹	۰/۰۰۱
کلی	۰/۳۰۴	۰/۰۹۲	-۰/۱۶۷	۸/۵۴	۱۶۸	۰/۰۰۱

بحث

یافته‌ها با یافته‌های رضوی و شیرینی [۱۸] همسویی دارد و در پژوهش کشاورزی/ارشدی [۱۹] کمترین سبک تفکر برای پسرها سبک تفکر درونی ذکر شده است. علاوه بر این، یافته دیگر پژوهش حاکی از آن بود که بین الگوهای چهارگانه خشم و جنسیت رابطه معناداری وجود ندارد. این بخش از یافته‌ها با پژوهش/امیرپور [۲۰] همسویی دارد.

در نهایت نتایج تحلیل رگرسیون بیانگر این بود که شیوه کنترل بیرونی خشم به وسیله سبک‌های تفکر سلسله مراتبی، قضایی و تک قطبی پیش‌بینی می‌شوند. از این یافته می‌توان استنباط نمود افراد با این سبک تفکر در هنگام بروز احساسات پرخاشگرانه توانایی کنترل آن را با عدم تکانشگری، حفظ خونسردی دارند. افراد دارای سبک‌های تفکر سلسله مراتبی ابراز بیرونی خشم را به صورت حمله‌ور شدن به دیگران، از کوره در رفتن و درگیری و نزاع نیز نشان می‌دهند. علاوه بر این افراد برخوردار از سبک تفکر آنارشیک بر اساس جدول شماره ۶ شیوه ابراز بیرونی خشم را در برابر موقعیت‌های ناکام‌کننده و استرس‌زا بروز می‌دهند. جدول شماره ۷ نیز حاکی از آن است که سبک تفکر سلسله مراتبی تنوعی از الگوها را در برابر شرایط راه‌انداز خشم نشان می‌دهند، بدین معنا که در این الگو از تفکر توانایی مهار درونی خشم را به صورت تسکین دادن و آرام کردن خود مبادرت به مهار جسمانی و درونی خشم می‌کنند. این شرایط برای سبک تفکر کلی که به دیدگاه کل‌نگر و توجه به قوانین عام گرایش دارد، مشاهده می‌شود.

این پژوهش نشان داد بین سبک‌های تفکر آزاداندیش و سبک تفکر بیرونی از لحاظ جنس تفاوت معناداری وجود دارد. از آنجایی که سبک‌های تفکر متأثر از نیاز افراد برای اداره و کنترل فعالیت‌های روزمره خود از جمله تحصیل می‌باشد [۱۷] و جامعه آماری پژوهش را دانشجویان دانشگاه پیام نور تشکیل می‌دهند، طبیعتاً ماهیت ارزشیابی تحصیلی در این دانشگاه با سبک تفکر آزاداندیش که خواهان به کارگیری شیوه‌ها و روش‌های نوین در حل مسائل است، مغایرت دارد و این نیاز برای اجتناب از شیوه‌های آموزش در سبک تفکر آزاد اندیش دختران که جمعیت به مراتب بیشتری در دانشگاه هستند، متبلور شده است. نکته قابل توجه حمایت از این ضعف آموزشی در این است که بالاترین و کمترین میانگین سبک تفکر در دختران و پسران مربوط به سبک تفکر بیرونی (بالاترین) و سبک تفکر درونی (کمترین) می‌باشد که می‌تواند بازتاب تمایل و گرایش دانشجویان در اجتناب از شیوه‌های آموزشی در دانشگاه باشد. بر این اساس دانشجویان تمایل به مشارکت فعال و تشریح مساعی در حل موضوعات درسی را ترجیح داده و رفع اشکال دروس به عنوان شیوه آموزشی حاکم بر دانشگاه پیام نور با سبک تفکر اغلب دانشجویان همخوانی ندارد. گمانه دیگر اینکه، دانشجویان سبک تفکر خود را بر اساس الزام آموزشی منطبق ساخته‌اند یعنی یادگیری از طریق استقلال در انجام تکالیف، وظیفه محوری و درونگری تا یادگیری مشارکتی برای دانشجویان ارجحیت دارد. این

Indiv Diff. 2004;37:227-44.

5- Farhadi M. Effects of anger expression and control styles and trait anxiety on cardiovascular reactivity [Dissertation]. Tehran University; 2009. [Persian]

6- Jackson NA. Models of response to client anger in music therapy. *Art Psychol Ther.* 2010;37(1):46-55.

7- Smits D, Kuppens P. The relations between anger, coping with anger and aggression, and the BIS/ BAS system. *Pers Indiv Diff.* 2005;39(4):783-93.

8- Bruehl S, Burns JW, Chung OY, Chont M. Pain-related effects of trait anger expression: Neural substrates and the role of endogenous opioid mechanisms. *Neurosci Biobehav Rev.* 2009;33(3):475-91.

9- Bongarda S, al'Absi M. Domain-specific anger expression and blood pressure in an occupational setting. *J Psychosomatic Res.* 2005;58(1):43-9.

10- Ghafari F, pourghaznein T. The relationship of severity premenstrual syndrome with anger in adolescent girls. *Iranian J Obstet Gyn Infer.* 2006;9(1):53-60. [Persian]

11- Potegal M, Stemmler G, Spielberg C. International handbook of anger constituent and concomitant biological, psychological, and social processes. New York: Dordrecht; 2010.

12- Farahani M, Farzad V, Mokhtari F. Study of psychometrics particularity of state-trait anger expression inventory-2 (STAXI-2). *J Psychol Educ.* 2009;38(4):165-88. [Persian]

13- Santrock JW. *Psychology* (7th ed). Translated by Firoozbakht M. Rasa Pub; 2008. [Persian]

14- Choi JM, Padmala S, Pessoa L. Impact of state anxiety on the interaction between threat monitoring and cognition. *NeuroImage.* 2012;59(2):1912-23.

15- Zhang FL. The developing field of intellectual styles: Four recent endeavors. *Learn. Indiv Diff.* 2011;21(3):311-18.

16- Ray RD, Zald HD. Anatomical insights into the interaction of emotion and cognition in the prefrontal cortex. *Neurosci Biobehav Rev.* 2012;36(1):479-501.

17- Shokri O, Kadivar P, Farzad V, Sangari AA. The Role of personality traits and thinking styles in academic achievement: Introducing casual models. *J Iranian Psychol.* 2006;7(2):219-35. [Persian]

18- Razavi A, Shirie AA. Comparison study of relationship between thinking styles in high school girls and boys with academic achievement. *J Educ Innovat.* 2005;12(4):86-108. [Persian]

19- Keshavarzi-Arshadi F, Emamipour S, Mazaheri Kolahroodi NM. The effect of Thinking styles on gender and emotional intelligence. *J Thou Behav Clin Psychol.* 2006;2(1):39-48. [Persian]

20- Amirpour B, Farhadi M, Abdoumaleki L. Study of relationship between attachment styles and anger management styles and mental health in university students. *First National Seminar in Psychology Tabriz* Payame Noor University; 2010. [Persian]

براساس آنچه در پیش ذکر شد، سبک‌های تفکر توانایی نبوده بلکه ترجیح افراد برای رویارویی موقعیت‌های مختلف است، لذا با آگاه ساختن افراد و آموزش آنها در گزینش الگوی تفکر مناسب از پیامدهای زیانبار ابراز نابجای خشم که هم سلامت عمومی فرد و هم تهدیدی برای ارزش‌ها و هنجارهای اجتماعی است، می‌توان تا حد زیاد کاست. توصیه می‌شود که سبک‌های تفکر در افراد بزهکار و ضداجتماعی که به راحتی به تکانشگری و ابراز خشم مبادرت می‌ورزند پژوهش‌هایی صورت پذیرد. در تعمیم این یافته‌ها به جمعیت‌های غیردانشجویی و تفسیر علی- معلولی بایستی احتیاط نمود و به پژوهشگران آتی توصیه می‌شود که با توجه با قابلیت آموزش‌پذیری سبک‌های تفکر، اقدام به انجام پژوهش‌های آزمایشی در این زمینه نمایند.

نتیجه‌گیری

براساس یافته‌های پژوهش حاضر می‌توان نتیجه گرفت که سبک‌های تفکر بر شیوه‌های ابراز و مهار خشم تأثیرگذار بوده که این تأثیرگذاری می‌تواند حاکی از تعامل بین شناخت و هیجان باشد. با توجه به این که خشم و خصومت از جمله ریسک فاکتورهای نیرومند در تهدید سلامت محسوب می‌شوند توجه پژوهشگران حوزه‌های رفتاری و سلامت به آن معطوف شده است. لذا با عنایت به یافته‌های این پژوهش، قابلیت یادگیری و فراهم بودن امکان تغییر در سبک تفکر، می‌توان سبک‌های تفکر کارآمدتر را برای رویارویی و مدیریت خشم به افراد آموزش داد.

تشکر و قدردانی

از دکتر مه‌رمان فرهادی و دکتر امید شکری به‌خاطر در اختیار قراردادن پرسشنامه‌های مرتبط با این بررسی صمیمانه تشکر می‌شود.

منابع

- 1- Aminabadi Z, Dehghani M, Khodapanahi MK. Factor structure and validation of the cognitive emotion regulation questionnaire. *J Behav Sci.* 2010;5(4):365-71. [Persian]
- 2- Pournaghash-Tehrani SS. *Physiological psychology* (1st ed). Tehran: Tehran University Publication; 2008. [Persian]
- 3- Naveedy A. The efficacy of anger management training on adjustment skills of high school male students in Tehran. *Iran J psychiat clin psycho.* 2009;14(4):394-403. [Persian]
- 4- Barrio VD, Aluja A, Spielberger C. Anger assessment with the STAXI-CA: Psychometric properties of a new instrument for children and adolescents. *Pers*