

The relationship between family emotional climate with emotional self-regulation and resilience in university's students

Fe resh te h Saber i Fard¹, Fatemeh Hajiarbabi²

1-Master of Consultation, Joyandegan saadat mental healt center, Islamic azad university neyshabur branch, Neyshabur, Iran. ORCID: 0000-0001-9990-9430

2-Assistant professor, Psychology, Kavian institute of higher education, Mashhad, Iran (Corresponding Author). ORCID: 0000-0002-8878-9215 E-mail: Arbabi.f777@yahoo.com

Received: 09/10/2018

Accepted: 12/01/2019

Abstract

Introduction: Identifying the factors related with the affective family climate are among the most important family psychological research goals.

Aim: This study was conducted with the aim of examining the relationship of affective family climate with emotional self-regulation and resiliency of students. The statistical population of this research consisted of all the students of Azad University of Mashhad who were busy studying during the educational year of 2017-2018.

Method: The method of this research was descriptive of correlational type. The research sampling was done using stratified sampling and included 150 students. Research instrument consisted of three questionnaires of affective family climate (Hill Berne, 1964), emotional self-regulation questionnaire (Hoffman and Kashdan, 2010) and resiliency questionnaire (Cutter and Davidson, 2003). The data were analyzed using Pearson correlation test and multivariate regression.

Results: The findings showed that, affective family climate is significantly correlated with emotional self-regulation and resiliency ($P<0.05$).

Conclusion: According to the findings, it can be stated that, regulation of emotions and resiliency are two important variables that are associated with the affective family climate in the students.

Keywords: Affective family climate, Emotional self-regulation, Resiliency, Students

How to cite this article : Saberi Fard F, Hajiarbabi F. The relationship between family emotional climate with emotional self-regulation and resilience in university's students. Shenakht Journal of Psychology and Psychiatry. 2019; 6 (1): 49-63 .URL :<http://shenakht.muk.ac.ir/article-1-558-fa.pdf>

رابطه جو عاطفی خانواده با خود تنظیمی هیجانی و تاب آوری در دانشجویان دانشگاه آزاد مشهد

فرشته صابری فرد^۱، فاطمه حاجی اربابی^۲

۱. کارشناسی ارشد مشاوره، مرکز سلامت روان جویندگان سعادت، دانشگاه آزاد اسلامی واحد نیشابور، نیشابور، ایران.

۲. استادیار، گروه روانشناسی، موسسه اموزش عالی کاویان، مشهد، ایران (مؤلف مسئول)، ایمیل: Arbabi.f777@yahoo.com

تاریخ پذیرش مقاله: ۱۳۹۷/۱۰/۲۲

تاریخ دریافت مقاله: ۱۳۹۷/۰۷/۱۷

چکیده

مقدمه: شناسایی عوامل مرتبط با جو عاطفی خانواده از مهم‌ترین اهداف پژوهشی روان‌شناسی خانواده است.

هدف: این پژوهش با هدف بررسی رابطه جو عاطفی خانواده با خود تنظیمی هیجانی و تاب آوری دانشجویان انجام گرفت. جامعه آماری این پژوهش شامل کلیه دانشجویان دانشگاه آزاد مشهد بود که در سال تحصیلی ۹۷-۹۶ مشغول به تحصیل بودند.

روش: روش این پژوهش، توصیفی از نوع همبستگی بود. نمونه پژوهش با روش نمونه‌گیری طبقه‌ای انجام پذیرفت و شامل ۱۵۰ دانشجو بود. ابزار پژوهش شامل سه پرسشنامه جو عاطفی خانواده (هیل برن، ۱۹۶۴)، پرسشنامه خود تنظیمی هیجانی (ها芬من و کاشدان، ۲۰۱۰) و پرسشنامه تاب آوری (کاتر و دیویدسون، ۲۰۰۳) بوده است. داده‌ها با استفاده از آزمون همبستگی پیرسون و رگرسیون چند متغیره تحلیل شدند.

یافته‌ها: یافته‌ها نشان داد، جو عاطفی خانواده با خود تنظیمی هیجانی و تاب آوری ارتباط معناداری دارد ($P < 0.05$).

نتیجه‌گیری: با توجه به یافته‌ها می‌توان گفت، تنظیم هیجانات و تاب آوری دو متغیر مهمی هستند که با جو عاطفی خانواده در دانشجویان مرتبط است.

کلید واژه‌ها: جو عاطفی خانواده، خود تنظیمی هیجانی، تاب آوری، دانشجویان

مقدمه

اجتماعی- اقتصادی می‌توان والدینی را پیدا کرد که به علت بی‌ثباتی شخصیتی به طریقی با مردم رفتار می‌کنند که برای آن‌ها مخرب است، همان‌گونه که برای خود چنین هستند. والدینی که دارای شخصیت‌های مخرب و غیرعادی هستند، ممکن است خانه را در یک اضطراب عاطفی ثابت و دائمی نگه دارند. این خانواده‌ها موجب بروز اختلالات روانی در میان فرزندان خود می‌شوند.^۴ (ج) خانواده‌های ضد اجتماعی^۵: در این خانواده‌ها والدین به طور آشکار یا نهان رفتاری را نشان می‌دهند که مغایر با استانداردها و علایق جامعه است و ممکن است شکل نادرستی را در برخورد با قانون پیدا کند. چنین ارزش‌های اجتماعی معمولاً روابط خانوادگی و زوجی را مختل می‌کند و مدل‌های نامعقول را برای بچه فراهم می‌کند. فرزندان در چنین خانواده‌هایی ممکن است به دروغ گفتن و تقلب و رفتارهای نامعقول دیگر تشویق شوند. (د) خانواده‌های از هم گسیخته^۶: یعنی خانواده‌ای که کامل نیست، چه در نتیجه طلاق یا شرایط دیگر (نجاریور استادی و خدیوی، ۱۳۸۷).

حال با توجه به تیپ‌های مختلف در جو خانواده، می‌توان گفت که هر کدام از آن‌ها احتمالاً اثرات متفاوتی را بر بروندادهای رفتاری، هیجانی و شناختی فرزندان و اعضای آن می‌گذراند. پژوهش‌هایی نشان داده‌اند که جو عاطفی خانواده یک عامل مهم در شکل‌گیری هیجانات افراد خانواده و میزان تحمل آن‌ها در مقابل فشارهای روانی و آشفتگی‌ها است. به عنوان مثال رایکس و تامسون^۷ (۲۰۰۶) گزارش کردند که جو مثبت عاطفی درون خانواده می‌تواند عاملی جهت پیش‌بینی دانش هیجانی

یکی از نهادهای اولیه در نظام انسانی، خانواده است. به عبارتی خانواده نشان دهنده یک سیستم است که هر یک از اعضای آن نسبت به دیگری دارای وظایفی هستند (مینوچین، ریتر و بوردا^۸، ۲۰۱۳). اعضای خانواده در نهایت دارای نقش‌هایی می‌شوند که الگوهای رفتاری آن‌ها متأثر از گذشته و تحول‌هایی بوده است که در سیستم خانواده بوده است. یکی از عضوهای مهم خانواده فرزندانی هستند که وارد دانشگاه می‌شوند و به تحصیل می‌پردازنند. پس از ورود آن‌ها به دانشگاه، تأثیراتی را بر گروه دوستان می‌گذراند و از طرفی نیز تأثیر می‌پذیرند.

یکی از مهم‌ترین مؤلفه‌های اثرگذار بر رفتار فرزندان، جو عاطفی خانواده است. برای اینکه وظایف اصلی خانواده یعنی حمایت از فردیت یابی و در عین حال حس تعلق بین اعضاء خانواده و همچنین بیرون از خانواده ایجاد شود، خانواده باید دارای ساخت کارآمد و خودکفایی باشد (مینوچین، ریتر و بوردا، ۲۰۱۳). در بحث تیپ‌شناسی خانواده‌ها می‌توان چهار نمونه را مورد بررسی قرار داد:

الف) خانواده بی کفايت^۹: این خانواده‌ها نمی‌توانند از عهده مقابله با مسائل معمولی که در زندگی خانوادگی پیش می‌آید، برآیند. این نوع خانواده در برابر مشکلات و اتفاقات، اشتباهات زیادی می‌کند و به خاطر ویژگی‌هایی که داراست، دچار مشکلات زیادی می‌گردد و نمی‌تواند به کودکان خود احساس سلامت و امنیت بدهد، یا اینکه نمی‌تواند یک راهنمای کافی برای رشد شایستگی‌های ضروری آن‌ها باشد. ب) خانواده آشفته^{۱۰}: در هر سطح

⁴ antisocial family

⁵ disrupted family

⁶ Raikes, & Thompson

¹ Minuchin, Reiter, & Borda

² inadequate family

³ disturb family

هشیار و ناهشیار روان‌شناختی، رفتاری و شناختی را در بر می‌گیرد (گروس^۳، ۲۰۰۲). یکی از نظریه پردازان مطرح در این زمینه به نام گروس (۱۹۹۸) اعتقاد دارد که هیجانات می‌توانند تغییر کند و این تغییر چیزی است که پاسخ عاطفی نهایی را تعیین می‌کند.

علاوه بر تنظیم هیجان، والش^۴ (۲۰۱۵) نشان داد تجربیات تجربیات درون خانوادگی با تابآوری ارتباط دارد؛ بنابراین متغیر دوم مورد بررسی جهت ارتباط با جو عاطفی خانواده، تابآوری است. ماستن، کوتلی، هبر و رید^۵ (۲۰۰۹) تابآوری را یک فرآیند، توانایی، یا پیامده سازگاری موققیت‌آمیز علی‌رغم شرایط تهدیدکننده تعریف نموده‌اند در واقع تابآوری سازگاری مثبت در واکنش به شرایط ناگوار است. تابآوری عاملی است که باعث انعطاف پذیری و مقابله مؤثر با عوامل و موقعیت‌های استرس زا می‌شود. تابآوری صرف مقاومت منفعل در برابر آسیب‌ها یا شرایط تهدیدکننده نیست. بلکه فرد تابآور، مشارکت‌کننده فعال و سازنده محیط پیرامونی خود است. تابآوری قابلیت فرد در برقراری تعادل زیستی - روانی - معنوی، در مقابل شرایط مخاطره‌آمیز است (کانر و دایویدسون^۶، ۲۰۰۳). افراد خود تابآور دارای رفتارهای خودشکنانه نیستند؛ از نظر عاطفی آرام هستند و توانایی تبدیل شرایط استرس‌زا را دارند (بالاک و فوندر، ۲۰۰۵، به نقل از نریمانی و عباسی، ۱۳۸۸).

در زمینه، ارتباط جو عاطفی خانواده، خودتنظیمی هیجانی و تابآوری پژوهش‌هایی انجام شده است. عباسی، درگاهی، کریمی و درگاهی (۱۳۹۳) پژوهشی را با هدف

کودکان آن خانواده باشد. علاوه بر آن هالترگ، هنری و موریس^۷ (۲۰۱۲) گزارش کردند جو خانوادگی با تابآوری و تحمل افراد خانواده ارتباط نزدیکی دارد. پس بر همین اساس متغیرهای مورد بررسی جهت ارتباط با جو عاطفی خانواده در این پژوهش خودتنظیمی هیجانی و تابآوری است.

نتایج پژوهش‌ها حاکی از آن است که محیط خانواده با خودتنظیمی هیجانی ارتباط دارد (تروسپر، بازلا، بنت و اهرنریچ^۸، ۲۰۰۹)، بنابراین با توجه به پژوهش‌های ذکر شده، دو متغیر مورد بحث در این پژوهش جهت بررسی ارتباط آن‌ها با جو عاطفی خانواده، تنظیم هیجان و تابآوری است. منظور از مهارت تنظیم هیجان این است که فرد بیاموزد که چگونه هیجان‌های خود را در موقعیت‌های گوناگون تشخیص دهد و آن را ابراز یا کنترل کند؛ به عبارت دیگر دشواری تنظیم هیجانی عبارت است از دشوار بودن یا ناممکن بودن مقابله با تجربه هیجان و یا پردازش آن. دشواری تنظیم هیجانی می‌تواند به صورت تشدید بیش از حد هیجان و یا غیرفعال شدن بیش از حد هیجان تظاهر کند. تشدید بیش از حد هیجان شامل هرگونه افزایش در شدت هیجان است که فرد مربوطه آن را ناخواسته، مزاحم، مستأصل کننده، یا دردسرساز می‌انگارد (لی هی و ناپولیتانو، ۲۰۱۱، به نقل از منصوری راد، ۱۳۹۲).

استراتژی‌های تنظیم هیجان بر رشد شخصیتی، هیجانی، شناختی و اجتماعی دلالت دارند. وقتی این عوامل تحت تأثیر قرار بگیرند در رشد و نگهداری اختلالات هیجانی نقش بر جسته‌ای ایفا می‌کنند. در حقیقت مفهوم تنظیم هیجان بسیار گسترده است و حوزه وسیعی از فرایندهای

³ Gross

⁴ Walsh

⁵ Masten, Cutuli, Herbers,& Reed

⁶ Conner , & Davidson

¹ Houlberg, Henry, & Morris

² Trosper, Buzzella, Bennett & Ehrenreich,

جو عاطفي آن مکانی است جهت آماده سازی کودکان برای رو به رو شدن با چالش های آینده آنها. پولکی، ارواست و هاپونن^۲ (۲۰۰۵) نشان دادند جو خانوادگی پيش بيني کننده راهبردهای تاب آوري در خانواده است. همچنين آن ها استنباط کردند که جو خانوادگی پيش بيني کننده راهبردهای مقابله با استرس در آینده برای کودکان است. علاوه بر آن می توان نتيجه گرفت که با مداخله در خانواده می توان مشکلات و بيماري های افراد خانواده را به طور معناداري کاهش داد.

با توجه به بيان مسئله، پژوهش ها نشان داده بودند که بين تاب آوري، تنظيم هيجاني و جو عاطفي خانواده ارتباط وجود دارد، بر همین اساس، هدف پژوهش حاضر بررسی ارتباط جو عاطفي خانواده با خود تنظيمي هيجاني و تاب آوري بود. اين پژوهش داراي سه فرضيه بود که به شرح زير است؛

فرضيه اول: بين جو عاطفي خانواده و مؤلفه های آن و خود تنظيمي هيجاني و مؤلفه های آن رابطه وجود دارد.
فرضيه دوم: بين جو عاطفي خانواده و مؤلفه های آن و تاب آوري رابطه وجود دارد.
فرضيه سوم: جو عاطفي خانواده می تواند خود تنظيمي هيجاني و تاب آوري را پيش بيني کند

روش

با توجه به ماهيت موضوع و اهدافي که تحقيق دنبال می کرد، پژوهش حاضر از نظر روش تحقيق يك تحقيق توصيفي از نوع همبستگی محسوب می شود و از حيث هدف در زمرة پژوهش های بنیادي قرار دارد که در آن

بررسی روابط خانوادگی، کيفيت زندگی و تاب آوري بين دانش آموزان مبتلا به اختلال نقص توجه / بيش فعالی و دانش آموزان عادي انجام دادند. آن ها نشان دادند با توجه به روابط خانوادگی بهتر می توان کيفيت زندگی و تاب آوري را در اختلال بيش فعالی پيش بيني کرد. حسيني و ساماني (۱۳۹۱) پژوهشي را با عنوان، ارتباط بعد كار كرد خانواده و خود تنظيمي فرزندان، انعام دادند. يافته ها نشان دادند که پاسخ دهي عاطفي پيش بيني کننده فراشناخت فرزندان بود و نقش ها قabilite پيش بيني شناخت فرزندان را دارد، همچنين كار كرد هيجاني خانواده پيش بيني کننده انگيزش فرزندان است. همچنان، خداجوادي و همكاران (۱۳۹۰) پژوهشي را با عنوان، رابطه كار كرد خانواده و تاب آوري در برابر مصرف مواد در دانش آموزان پسر دبيرستانی مدارس پرخطر انعام دادند. نتایج آن ها نشان داد، پاسخ دهي عاطفي خانواده با تاب آوري ارتباط دارد.

در مطالعاتي ديگر، تروسيپر، بازلا، بنت و اهرنريچ (۲۰۰۹) نشان دادند بين جو خانوادگي و تنظيم هيجاني ارتباط وجود دارد. همچنان آن ها نتيجه گرفتند که می توان با توجه به جو عاطفي خانواده و آموzes های مهارت های خود تنظيمي هيجاني، عملكرد فرد را افرايش داد و همچنان می توان از اختلالات روانی همچون اضطراب و استرس پيشگيري کرد. آماتيا، اسميت-آدکوك و ويلارس^۱ (۲۰۰۶) پژوهشی را با هدف بررسی نقاط ضعف و قوت خانواده در تبيين تاب آوري در کودکان خانواده انجام دادند. آن ها در پژوهش خود گزارش كردند نقص خانوادگي می تواند تاب آوري را کاهش دهد. در واقع نتایج آن ها گويای اين بود که خانواده و

² Pölkki, Ervast, & Huupponen

¹ Amatea, Smith-Adcock, & Villares

پرسشنامه جو عاطفی خانواده: این مقیاس توسط هیل برن (۱۹۶۴) به منظور سنجش میزان مهروزی در تعاملات کودک-والدین ساخته شده است. این مقیاس دارای ۸ خرده مقیاس (محبت، نوازش کردن، تجربه‌های مشترک، هدیه دادن، تشویق، اعتماد و احساس امنیت)، است. کل مقیاس جو عاطفی خانواده شامل ۱۶ سؤال است که هر دو سؤال دربرگیرنده یک خرده مقیاس است. سؤال‌های فرد مربوط به رابطه احساس آزمودنی نسبت به پدر و سؤال‌های زوج بیانگر همان رابطه و احساس نسبت به مادر است. همچنین، پاسخنامه این مقیاس پنج گزینه‌ای از پاسخ‌های خیلی کم، کم، در حد متوسط، زیاد، خیلی زیاد، تشکیل شده است که آزمودنی بر حسب احساس خود یکی از آن‌ها را علامت می‌زند. آلفای کربنباخ این پرسشنامه ۰/۸۷^۱ گزارش شده است (رشیدی پور، تبریزی، شفیع آبادی، ۱۳۹۱). ضریب پایایی این پرسشنامه در این پژوهش ۰/۸۹^۲ و در حد قابل قبول است.

پرسشنامه خودتنظیمی هیجانی: پرسشنامه خودتنظیمی هیجانی^۳ و کاشدان^۴ (۲۰۱۰) شامل ۲۰ سؤال است؛ که پاسخگویی به آن‌ها بر اساس طیف لیکرت ۵ درجه‌ای از طیف بی‌نهایت در مورد من درست است تا اصلاً در مورد من درست نیست را شامل می‌شود. پرسشنامه مزبور پس از ترجمه، از نظر روایی محتوایی در اختیار متخصصان روانشناسی مربوطه قرار گرفت و روایی محتوایی آن تائید شد. پرسشنامه دارای سه مؤلفه یا خورده مقیاس پنهان‌کاری، سازش‌کاری و تحمل است

رابطه خود تنظیمی هیجانی و تابآوری با جو عاطفی خانواده در دانشجویان بررسی شد.

جامعه‌ی آماری این پژوهش شامل دانشجویان مشغول به تحصیل سال ۹۷-۱۳۹۶ دانشگاه آزاد مشهد بود. تعداد این دانشجویان حدود ۱۲ هزار نفر بود. دامنه سنی دانشجویان مورد مطالعه بین ۱۸ تا ۳۰ سال بود و همچنین مقطع تحصیلی آن‌ها کارشناسی و کارشناسی ارشد بود. در این پژوهش با توجه به حجم بزرگ جامعه آماری دانشجویان از روش نمونه‌گیری طبقه‌ای بر اساس دانشکده‌های علوم انسانی، علوم پایه، علوم مهندسی، علوم تربیتی و علوم پزشکی استفاده شد. حجم نمونه در پژوهش حاضر با استفاده از نرم افزار G-power ۱۵۰، نفر به دست آمد. ولی برای جلوگیری از ریزش داده‌ها و رسیدن به جامعه‌ی دلخواه در نهایت ۱۷۰ پرسشنامه توزیع گردید. دلایل انتخاب روش نمونه‌گیری طبقه‌ای شامل: هزینه اجرا، بالا رفتن سرعت پژوهشگر، کسب برآوردهای متنوع از پارامترهای جامعه برای هر طبقه و دقت بالا در شناسایی تغییر پذیری هر طبقه نسبت به جامعه، بود. ملاک‌های ورود شامل، سن ۱۸-۳۰، دانشجو بودن، دانشجوی دانشگاه آزاد مشهد، بود و ملاک‌های خروجی شامل، عدم تطابق سنی با دامنه سنی، عدم دانشجو بودن در دانشگاه آزاد مشهد و تکمیل ناقص پرسشنامه‌ها، بود.

پرسشنامه‌های این پژوهش که حاوی نکات لازم در خصوصیات پژوهش، محترمانه بودن اطلاعات شخصی آزمودنی‌ها و مشخصات فردی بود به تعداد مورد نیاز تهیه و تکثیر گردید. سپس با اخذ مجوزهای لازم برای اجرای پژوهش به همراه احتساب حجم نمونه، تعداد ۱۷۰ پرسشنامه در بین دانشجویان توزیع گردید.

¹ emotional self-regulation

² Hofmann

³ Kashdan

يافته‌ها

نرم افزار مورد استفاده در اين پژوهش SPSS نسخه ۲۲ بود. با توجه به يافته‌های توصيفی مشخصات دموگرافیکی شرکت کنندگان، میانگین سنی شرکت کنندگان ۲۳/۶۱ با انحراف معیار ۶/۰۸ بود که. ۵۰/۷ درصد از شرکت کنندگان مذکور بودند و ۴۸/۷ درصد از شرکت کنندگان مؤنث بودند. ۸۱/۳ درصد از شرکت کنندگان دارای مدرک لیسانس بوده و ۱۷/۳ درصد از آن‌ها دارای مدرک فوق لیسانس بودند. از لحاظ شغلی، ۷۲/۷ درصد از شرکت کنندگان شاغل و ۲۶/۷ درصد آن‌ها بیکار بودند. همچنین، ۷۶/۰ درصد مجرد و ۲۳/۳ درصد متاهل بودند. جدول ۱ نشان‌دهنده شاخص‌های توصيفی جو عاطفي خانواده است.

كه به ترتیب ۸، ۷ و ۵ سؤال دارند. پایابی آلفای کرونباخ خردۀ مقیاس‌های پنهان‌کاری، سازش‌کاری و تحمل به ترتیب ۰/۷۰، ۰/۷۵ و ۰/۵۰ و پایابی کل برابر ۰/۸۱ گزارش شده است. ضریب پایابی این پرسشنامه در این پژوهش ۰/۸۲۷ و در حد قابل قبول است.

پرسشنامه تاب آوري: این پرسشنامه را کانتر و دیویدسون ۲۰۰۳ مورد تهیه قرار دادند، پرسشنامه تاب آوري کانتر و دیویدسون ۲۵ گویه دارد که در یک مقیاس لیکرتی بین صفر (کاملاً نادرست) و پنج (همیشه درست) نمره گذاری می‌شود. سامانی، جوکار و صحراءگرد (۱۳۸۶) در پژوهشی به بررسی روایی و پایابی این مقیاس را در فرهنگ ایرانی بررسی و با استفاده از روش تحلیل عوامل، روایی آن را تأیید بود. همچنین، ضریب پایابی مقیاس مذکور، با استفاده از روش آلفای کرونباخ برابر با ۰/۷۶ گزارش شده است. ضریب پایابی این پرسشنامه در این پژوهش ۰/۸۸۲ و در حد قابل قبول است.

جدول ۱ شاخص‌های توصيفی متغیرهای پژوهش

متغیر	محبّت	نوازش	تأثید کردن	تجربه‌های مشترک	هدیه دادن	تشویق کردن	اعتماد	احساس امنیت	مادر-فرزندی	پدر-فرزندی	نمره کل جو عاطفي خانواده	سازگاری	پنهان‌کاری	تحمل
میانگین/ انحراف معیار	۱/۹۳ / ۷/۶۷	۲/۱۰ / ۶/۴۰	۱/۷۸ / ۶/۷۳	۲/۳۴ / ۶/۰۹	۲/۳۰ / ۶/۴۷	۲/۱۶ / ۶/۹۱	۲/۱۸ / ۷/۳۰	۱/۹۴ / ۷/۷۴	۷/۳۰ / ۲۶/۱۴	۶/۵۵ / ۲۹/۱۹	۱۲/۲۰ / ۵۵/۳۵	۵/۳۴ / ۲۲/۳۴	۴/۹۸ / ۲۱/۹۹	۲/۶۰ / ۱۲/۲۲

۱۱۳۶ / ۶۲۶۸	نمره کل خودتنظیمی هیجانی
۱۵۳۳ / ۵۹۸۴	تاب آوری

فرضیه اول: بین جو عاطفی خانواده و مؤلفه‌های آن و خودتنظیمی هیجانی و مؤلفه‌های آن رابطه وجود دارد.

جدول ۲ ضریب همبستگی پرسون بین خودتنظیمی هیجانی و جو عاطفی خانواده

متغیر	نمره کل خودتنظیمی هیجانی	تحمل سازگاری	پنهان کاری	تحمل	نمره کل
محبت	-۰/۰۳۶	-۰/۰۲۱	-۰/۰۰۲	۰/۰۴۸	
نوازش	-۰/۰۵۵	-۰/۱۱۳	-۰/۰۷۶	۰/۰۷۱	
تائید کردن	۰/۱۰۹	-۰/۰۲۲	-۰/۰۰۵	***/۰۲۰۸	
تجربه‌های مشترک	-۰/۰۳۱	-۰/۰۵۱	**/۰۲۰۸	*۰/۱۶۳	
هدیه دادن	-۰/۱۴۰	**/۰۲۲۳	**/۰۱۸۳	۰/۰۶۳	
تشویق کردن	-۰/۰۱۸	-۰/۱۲۴	-۰/۱۲۵	۰/۱۳۱	
اعتماد	۰/۰۲۷	-۰/۱۰۸	-۰/۰۵۷	*۰/۱۶۶	
احساس امنیت	-۰/۱۴۹	-۰/۱۴۳	**/۰۱۸۵	۰/۰۱۶	
مادر-فرزنده	-۰/۰۱۵	-۰/۱۲۱	-۰/۱۲۱	*۰/۱۶۴	
پدر-فرزنده	-۰/۰۷۵	-۰/۱۲۲	-۰/۱۳۹	۰/۰۹۸	
نمره کل جو عاطفی خانواده	-۰/۰۵۴	-۰/۱۴۲	-۰/۱۵۰	۰/۱۴۹	

**P<۰/۰۱ *P<۰/۰۵

معناداری وجود دارد ($P<۰/۰۵$). همچنین یافته‌ها نشان داد، بین هدیه دادن و مقیاس تحمل ارتباط منفی و معناداری وجود دارد ($P<۰/۰۵$). با این حال بین نمره کل خودتنظیمی هیجانی و جو عاطفی خانواده و زیرمقیاس های ارتباطی وجود نداشت ($P>۰/۰۵$).

فرضیه دوم: بین جو عاطفی خانواده و مؤلفه‌های آن و تاب آوری رابطه وجود دارد.

همان طور که در جدول ۲ مشاهده می‌شود، بین تجربه‌های مشترک، اعتماد، مادر-فرزنده و مقیاس سازگاری ارتباط مثبت و معناداری وجود دارد ($P<۰/۰۵$)، همچنین، بین تائید کردن و مقیاس سازگاری ارتباط مثبت و معناداری وجود دارد ($P<۰/۰۱$). آزمون همبستگی پرسون نشان داد، بین تجربه مشترک، هدیه دادن، احساس امنیت و مقیاس پنهان کاری ارتباط منفی و

جدول ۳ ضریب همبستگی پرسون بین تاب آوری و جو عاطفی خانواده

متغیر	نمره کل خانواده	جو عاطفی	فرزنده	امنیت	اعتماد	تشویق	هدیه دادن	مشترک	دادن	کردن	تائید	نوازش	محبت
تاب آوری	۰/۱۲۶	۰/۰۴۲	-۰/۰۴۲	۰/۱۵۶	۰/۱۴۵	۰/۱۶۶	۰/۱۴۵	۰/۱۶۹	۰/۱۹۰	۰/۲۵۲	۰/۰۸۶	۰/۱۶۱	۰/۱۶۸
	*	*	*	**	*	*	*	*	*	**	*	*	*

* $P<0.05$

جهت بررسی پیش‌بینی خودتنظیمی هیجانی و تابآوری بر اساس جو عاطفی خانواده از تحلیل رگرسیون چند متغیره استفاده شد. شاخص‌های مورد بررسی در تحلیل رگرسیون چند متغیره شامل، اندازه F، مجموع مجددرات، R^2 اصلاح شده و سطح معناداری است. روش به کارگیری این آزمون با توجه به مدل General Linear Model بود.

جدول ۳ نشان دهنده ضریب همبستگی بین تابآوری و جو عاطفی خانواده است. همان‌طور که مشاهده می‌شود، بین تجربه‌های مشترک، تشویق کردن، پدر-فرزندی، نمره کل جو عاطفی خانواده و تابآوری ارتباط مثبت و معناداری وجود دارد ($P<0.05$)، همچنین بین اعتماد و تابآوری ارتباط مثبت و معناداری وجود دارد ($P<0.01$).

فرضیه سوم: جو عاطفی خانواده می‌تواند خودتنظیمی هیجانی و تابآوری را پیش‌بینی کند.

جدول ۴ پیش‌بینی خودتنظیمی هیجانی و تابآوری با توجه به جو عاطفی خانواده

خودتنظیمی هیجانی	تابآوری	مجموع مجددرات آزادی	درجه آزادی	F	معناداری	R²
۵۴/۰۱	۱۲۱۰/۶۸	۱	۰/۴۲۲	۰/۵۱۷	۰/۰۰۳	۰/۰۰۳
۰/۲۶۸	۰/۰۲۳	۱	۵/۲۶۸	۰/۰۳۵		

فرضیه اول: بین جو عاطفی خانواده و مؤلفه‌های آن و خودتنظیمی هیجانی و مؤلفه‌های آن رابطه وجود دارد. نتایج نشان داد، بین تجربه‌های مشترک، اعتماد، مادر-فرزندی و مقیاس سازگاری ارتباط مثبت و معناداری وجود دارد، همچنین، بین تائید کردن و مقیاس سازگاری ارتباط مثبت و معناداری وجود دارد. همچنین نشان داد، بین تجربه مشترک، هدیه دادن، احساس امنیت و مقیاس پنهان‌کاری ارتباط منفی و معناداری وجود دارد. همچنین یافته‌ها نشان داد، بین هدیه دادن و مقیاس تحمل ارتباط منفی و معناداری وجود دارد. با این حال بین نمره کل جو عاطفی خانواده و نمره کل خودتنظیمی هیجانی ارتباط معناداری وجود نداشت.

همان‌طور که در جدول ۴ مشاهده می‌شود، جو عاطفی خانواده توانست ۳ درصد از واریانس تابآوری را در سطح معناداری تبیین کند ($P<0.05$). با این حال این تبیین برای خودتنظیمی هیجانی معنادار نبود؛ بنابراین فرضیه اصلی پژوهش به صورت نسبی مورد حمایت قرار می‌گیرد.

بحث

هدف پژوهش حاضر بررسی ارتباط جو عاطفی خانواده با تابآوری و خودتنظیمی هیجانی بود. جهت بررسی هدف پژوهش از آزمون همبستگی پیرسون و آزمون رگرسیون چند متغیره استفاده گردید. در این بخش به بررسی مجزای هر سه فرضیه پژوهش پرداخته شده است.

بین والدین و فرزندان وجود داشته باشد نه تنها باعث افزایش اعتماد به نفس در فرزند می شود بلکه باعث افزایش سازگاری بالاتر می شود. پژوهش‌ها در این راستا نشان داده‌اند که روابط بین والد-فرزند باعث افزایش سازگاری بین فردی می شود (McCab³ و همکاران، ۲۰۰۵). پژوهشگران اعتقاد دارند، جو مسالمت‌آمیز و آرامش‌بخش در خانواده باعث افزایش هیجانات مثبت می شود و در نتیجه هیجانات مثبت باعث روابط بهتر بین افراد خانواده می شود. بر همین اساس سازگاری بالاتر خواهد رفت (وچینیچ، هترینگتون، وچینیچ و کلینگمپل⁴، ۱۹۹۱).

همچنین، وقتی پاداش دهی و هدیه دادن در خانواده بیشتر شود، باعث کاهش پنهان‌کاری بین اعضای خانواده می شود. تحقیقات نشان دهنده ارتباط بین پاداش در خانواده و کاهش مشکلات بین فردی است. به عنوان مثال، هرو⁵ (۲۰۰۰) اعتقاد دارد، سیستم خانواده، به عنوان زمینه‌ای که در آن افراد وجود دارند، یک محیط میانجی برای مراقبت و پاداش دهی مثبت است. ارزیابی خانواده، از جمله اندازه‌گیری میزان حمایت خانواده، بخش مهمی از زندگی یک فرد به ویژه کودکان و نوجوانان است. توانایی خانواده برای انطباق در طول زمان، اندازه‌گیری توانایی آن در حل مشکلات است. در نتیجه، سیستم خانواده پاداش دهنده با مشکلات کمتر مرتبط است.

در واقع، بدون وجود هیجان‌های مختلف، زندگی نیز فاقد معنی و زیبایی، حس، غنا، شادی و ارتباط با دیگران خواهد بود. هیجان‌ها مطالبی را درباره نیازها، ناکامی‌ها و حقوق در اختیار افراد قرار می‌دهند و موجبات انگیزه

یافته‌های این فرضیه با پژوهش‌های، حسینی و سامانی (۱۳۹۱)، تروسپر، بازلا، بنت و اهرنریچ (۲۰۰۹)، اسپیناراد، استیفتر، دونلاند-مکال و ترنر¹ (۲۰۰۴) و ایسنبرگ² و همکاران (۲۰۰۳) همسو است. تروسپر، بازلا، بنت و اهرنریچ (۲۰۰۹) نشان دادند بین جو خانوادگی و تنظیم هیجانی ارتباط وجود دارد. همچنین آن‌ها نتیجه کردند که می‌توان با توجه به جو عاطفی خانواده و آموزش‌های مهارت‌های خودتنظیمی هیجانی، عملکرد فرد را افزایش داد و همچنین می‌توان از اختلالات روانی همچون اضطراب و استرس پیشگیری کرد. همچنین، ایسنبرگ و همکاران (۲۰۰۳) پژوهشی را با هدف بررسی روابط هیجانی خانواده، تنظیم هیجان کودک و عملکرد اجتماعی آن‌ها انجام دادند. نمونه مورد بررسی آن‌ها شامل ۲۰۸ نفر کودک بود. یافته‌ها نشان داد هیجان‌های درون خانوادگی با خودتنظیمی هیجانی مرتبط است. تفاوت اصلی که بین پژوهش‌های پیشین و پژوهش حاضر وجود دارد، تفاوت در تمرکز بر متغیرهای پژوهش است. همان‌طور که ذکر شد، پژوهش‌های پیشین با اینکه جو خانوادگی و کارکردهای خانوادگی را بررسی کرده‌اند، اما به طور دقیق ارتباط بین مؤلفه‌های جو عاطفی خانواده و خودتنظیمی هیجانی را مورد بررسی قرار ندادند. همچنین، ابزارهای مورد استفاده در پژوهش‌های پیشین با پژوهش حاضر متفاوت بود. با این حال، از حیث هدف پژوهش حاضر با پژوهش‌های پیشین دارای همگنی و همسویی است.

یافته‌های پژوهش گویای آن است که با کسب اعتماد بین فرزند و والدین و ایجاد اشتراکات بین آن‌ها می‌توان باعث افزایش سازگاری شد. در واقع، زمانی که اعتماد

³ McCabe

⁴ Vuchinich, Hetherington, Vuchinich, & Clingempeel

⁵ Heru

¹ Spinrad, Stifter, Donelan-McCall, & Turner

² Eisenberg

همچين، پژوهش‌های قبلی کار کرد خانواده و اثر آن را در کوتاه مدت مورد بررسی قراردادند، درحالی که پژوهش حاضر جو خانوادگی را در بزرگ‌سالی و به صورت اثر بلند مدت مورد بررسی قرار داد. همچين، ابزارهایی که در پژوهش‌های پيشين مورد استفاده قرار گرفت در متغير جو عاطفي کاملاً متفاوت بوده، در حالی که اين پژوهش از پرسشنامه جو عاطفي خانواده استفاده کرده است؛ بنابراین تفاوت کلی بين يافته اين پژوهش و پژوهش‌های پيشين نشان دهنده نوآوري اين پژوهش است.

بر اساس شواهد، پژوهش‌های پيشين نشان دهنده نقش اساسی خانواده و جو عاطفي خانواده در شکل گيري بهتر تاب آوري در جوانان است. خانواده می‌تواند بين افراد پيوند‌های ناگستینی ایجاد کند. دل‌بستگی به پدر و مادر و همسيرها غالباً به صورت مادام‌العمر است و اين روابط، به عنوان الگو برای روابط در دنيايز بزرگ‌تری چون محله، مدرسه و اجتماع عمل می‌كنتند. در واقع جو عاطفي خانواده به عنوان يكى از مهم‌ترین ركن‌های تحول کودکان می‌تواند بر جنبه‌های رشدی-تحولي به ويزه افزايش تاب آوري در موقعیت‌های استرس زا نقش بسزايي داشته باشد؛ يعني اينکه، فرد ظرفيتی برای مقاومت در برابر استرس و فاجعه دریافت می‌كند و در نهايیت می‌تواند به تنهائي با مشكلات استرس زاي زندگي مقابله کند.

عوامل خانوادگي در برگيرنده پيوستگي و انسجام خانوادگي، ميزان احساس نزديكى و صرف وقت اعضا با يكديگر، داشتن توقعات بالا و همچين، كمك به نوجوانان برای اجتناب از بروندادهای منفي است. ورنر (۱۹۸۴) بيان می‌کند که پيوستگي‌های عميق خانوادگي به

لازم برای تغيير و گريز از موقعیت‌های دشوار را فراهم می‌كنتند به گونه‌ای که افراد در می‌يابند در چه موقعی احساس رضایتمندی کنند. درنتیجه، جو خانواده‌ای که به صورت عاطفي از نوع مثبت را دارا باشد، افراد عضو آن نيز هيجانات مثبت خواهند داشت و در نتیجه باعث سازگاري بالاتر و تنظيم هيجانات بهتر خواهد شد.

فرضيه دوم: جو عاطفي خانواده و مؤلفه‌های آن و تاب آوري رابطه وجود دارد.

يافته‌ها نشان داد، بين تجربه‌های مشترک، تشویق کردن، پدر-فرزندي، نمره کل جو عاطفي خانواده و تاب آوري ارتباط مثبت و معناداري وجود دارد، همچين بين اعتماد و تاب آوري ارتباط مثبت و معناداري وجود دارد. يافته‌های اين پژوهش با مطالعات، فاچ-بر-كرتس و بيردسله^۱ (۲۰۰۰)، توگاده، فريديريكسون و فلدمان بارت^۲ (۲۰۰۴)، آماتيا، اسميت-آدکوك و ويلارس (۲۰۰۶)، عباسی، درگاهي، كريمي و درگاهي (۱۳۹۳) و خداجوادي و همكاران (۱۳۹۰) همسو است. به عنوان مثال، آماتيا، اسميت-آدکوك و ويلارس (۲۰۰۶) پژوهشی را با هدف بررسی نقاط ضعف و قوت خانواده در تبيين تاب آوري در کودکان خانواده انجام دادند. آن ها در پژوهش خود گزارش کردن نقش خانوادگي می‌توانند تاب آوري را کاهش دهد. در واقع نتایج آن ها گویاي اين بود که خانواده و جو عاطفي آن مکاني است جهت آماده سازی کودکان برای رو شدن با چالش‌های آينده آن‌ها.

تفاوتي که بين پژوهش حاضر و پژوهش‌های پيشين وجود دارد از حيث ابزار و هدف است. پژوهش‌هایي که اشاره شد عمدتاً بر روی کودکان صورت گرفته است.

¹ Focht-Birkerts, & Beardslee

² Tugade, Fredrickson, & Feldman Barrett

بالاتر بشود باعث خواهد شد که جوانان کمتر دچار مشکلات روان‌شناختی شوند.

فرضیه سوم: جو عاطفی خانواده می‌تواند خودتنظیمی هیجانی و تاب‌آوری را پیش‌بینی کند.

یافته‌ها نشان داد، جو عاطفی خانواده می‌تواند ۳ درصد از واریانس تاب‌آوری را در سطح معناداری تبیین کند، با این حال این تبیین برای خودتنظیمی هیجانی معنادار نبود. یافته‌های فرضیه اصلی در بخش اینکه جو عاطفی می‌تواند پیش‌بینی کننده تاب‌آوری باشد با پژوهش‌های، فاج-برکرس و بیردلسله (۲۰۰۰)، ایساکسون (۲۰۰۲)، توگاده، فریدیریکسون و فلدمن بارت (۲۰۰۴)، آماتیا، اسمیت-آدکوک و ویلارس (۲۰۰۶)، کیلیک، وار و کومانداس (۲۰۱۵)، عباسی، درگاهی، کریمی و درگاهی (۱۳۹۳) و خداجوادی و همکاران (۱۳۹۰) همسو است. همچنین، در بخش اینکه جو عاطفی می‌تواند پیش‌بینی کننده خودتنظیمی هیجانی باشد، یافته پژوهش حاضر با پژوهش‌های حسینی و سامانی (۱۳۹۱)، تروسپر، بازلا، بنت و اهرنریچ (۲۰۰۹)، اسپینارد، استیفتر، دونلاند-مکال و ترنر (۲۰۰۴) و ایسنبرگ و همکاران (۲۰۰۳) نا همسو است.

با این حال تفاوت عمده‌ای بین پژوهش حاضر و پژوهش‌های پیشین از حیث روش و هدف وجود داشته است. اولین تفاوت از حیث هدف است؛ پژوهش حاضر با هدف پیش‌بینی تاب‌آوری و خودتنظیمی هیجانی با توجه به متغیر جو عاطفی خانواده صورت گرفت. درحالی که پژوهش‌های پیشین با هدف بررسی همبستگی بین این دو متغیر انجام شده بود. همچنین از حیث روش‌شناسی، تفاوتی که بین پژوهش حاضر و پژوهش‌های یاد شده وجود دارد بر این قرار است که؛

فرزنдан در معرض خطر کمک می‌کند تا باور کنند که زندگی با معنی است و آن‌ها بر زندگی خودشان کنترل دارند. این احساس معنی داری یک انگیزه قوی برای کودکان و نوجوانان تاب آور می‌شود (به نقل از آنچه، ۱۳۹۰).

پینکوارت (۲۰۰۸) بیان می‌کند، تاب‌آوری از مشکلات روان‌شناختی در جوانان و نوجوانان پیشگیری می‌کند و از آن‌ها در برابر تأثیرات روان‌شناختی حوادث مشکل‌زا محافظت می‌کند (به نقل از حمید، کیخسروانی، بابامیری و دهقانی، ۱۳۹۱). در واقع، روابط خانوادگی که از ابتدای تولد تا دوران بزرگ‌سالی وجود دارد، می‌تواند با سازگاری و تاب‌آوری در موقعیت‌های مختلف مرتبط باشد. زمانی که خانواده از تشویق استفاده می‌کند به فرزندان و اعضای خانواده حس مثبت القا می‌شود و زمانی که از تنبیه استفاده می‌شود به اعضای خانواده حس منفی القا می‌گردد؛ بنابراین، وقتی در یک خانواده از تشویق بجای تنبیه استفاده شود، اعضای آن خانواده یاد می‌گیرند که در موقعیت‌های سخت و دشوار خود را سرزنش نکنند و تاب آور باشند. در نتیجه، توجه مثبت به ویژگی‌های مثبت در خانواده می‌تواند با تاب‌آوری مرتبط باشد.

همچنین، تجربیات مشترکی که بین اعضای خانواده وجود دارد، مانند باهم غذا خوردن، باهم بیرون رفتن و باهم صحبت کردن، دیگر مؤلفه‌ای است که جو عاطفی مثبتی را در خانواده می‌سازد و باعث می‌شود افراد و اعضای آن خانواده به دلیل تجربه مشترک، تاب‌آوری بالاتری را کسب کنند؛ بنابراین، با ارتباطی که بین تاب‌آوری و جو عاطفی خانواده برقرار است می‌توان نتیجه گرفت که این ارتباط هرچه بیشتر باشد و تاب‌آوری

عنوان مثال، سر یک میز نشستن زمان خوردن غذا، باعث می شود تا عقاید و نگرش ها بین اعضای خانواده به اشتراک گذاشته شود. در این زمینه والش (۲۰۱۵) اعتقاد دارد، سیستم خانواده‌ای که بیشتر با یکدیگر عقاید و نگرش‌های خود را به اشتراک می‌گذارند، خانواده‌هایی سالم‌تر هستند.

همچنین، از لحاظ رشدی، پژوهشگران اعتقاد دارند خانواده و جو عاطفی خانواده اثر بلند مدتی بر سلامت روانی و ویژگی‌های روان شناختی اعضای آن می‌گذارد. به عنوان مثال، شوارتز^۲ و همکاران (۲۰۱۵) دریافتند، نه تنها خانواده اثر کوتاه مدت بر فرزندان آن دارد بلکه اثر بلند مدتی در دوران‌های بعدی تحول بر اعضای آن و فرزندان خواهد داشت. به نظر می‌رسد که خانواده‌ای که جو عاطفی مثبت‌تری داشته باشد یعنی، هدیه دادن، محبت کردن، اعتماد کردن در آن خانواده بیشتر باشد، باعث افزایش تحمل و تاب آوری در مقابل مشکلات پیش رو همچون مشکلات اجتماعی، دانشگاهی و تحصیلی برای جوان خواهد شد.

نتیجه‌گیری

پژوهش حاضر همچون دیگر پژوهش‌ها دارای محدودیت‌هایی بود. این محدودیت‌ها شامل، عدم نمونه‌گیری تصادفی و جمع‌آوری داده‌ها از طریق ابزار خود گزارشی بود که این مسئله قابلیت اعتماد به نتایج را کاهش می‌دهد. در این راستا، پیشنهاد می‌شود که در پژوهش‌های آتی، نمونه‌گیری به صورت تصادفی صورت بگیرد تا استقلال هر فرد رعایت شود. همچنین، پیشنهاد می‌شود که پژوهشی در راستای بررسی اثرات

پژوهش‌های پیشین از روش همبستگی و توصیفی استفاده کرده بودند و از نظر ابزاری تفاوت زیادی بین پژوهش حاضر و آن‌ها وجود داشت. در پژوهش حاضر جهت بررسی جو عاطفی خانواده از پرسشنامه هیل برن استفاده شد در حالی که پژوهش‌های قبلی بیشتر تمرکز بر پرسشنامه‌های کارکردی در خانواده داشتند.

بر اساس شواهد پژوهشی، خانواده با دیگر حوزه‌های زیست‌بومی همچون، مدرسه، دانشگاه، بافت اجتماعی، همسالان، در تعامل است. رفتار جوان نیز تحت تأثیر تعامل این حوزه‌ها و سیستم خانواده قرار می‌گیرد. ارتباط این حوزه‌ها یک مسیر آسیب‌شناختی برای کاهش تاب آوری ایجاد می‌کند. اگر خانواده کارآیی لازم را داشته باشد و جو عاطفی مثبتی ایجاد کند، می‌تواند پیش بینی کننده افزایش تاب آوری جوان بشود.

به نظر می‌رسد، در خانواده‌ای که کارکرد ایفای نقش به خوبی اعمال می‌گردد، اعضاء از مشارکت خوبی برخوردارند، وقتی به اعضاء مسئولیت ایفای نقش داده می‌شود، پیامی که داده می‌شود این است که آن‌ها ارزشمندند و قادرند به عنوان یک عضو خانواده در امور مشارکت نمایند. مشارکت باعث می‌شود که اعتماد به نفس و عزت نفس افزایش یابد و در نتیجه باعث رشد تاب آوری فرزندان شود. در نتیجه زمانی که کارکرد خانواده و ایفای نقش‌ها به درستی و به صورت مثبت باشد، تاب آوری اعضای خانواده بالا می‌رود.

در واقع، سلامت سیستم خانواده از دیدگاه مینوچن و فیشمن^۱ (۲۰۰۹) با ایجاد اشتراکات در خانواده مرتبط است. زمانی که اعضای خانواده اشتراکات زیاد تری داشته باشند، سلامت و سازگاری آن‌ها بالاتر می‌رود. به

² Schwartz

¹ Fishman

- Focht-Birkerts, L., & Beardslee, W. R. (2000). A child's experience of parental depression: Encouraging relational resilience in families with affective illness. *Family process*, 39(4), 417-434.
- Gross, J. J. (1998). The Emerging Field of Emotion Regulation: An Integrative Review. *Review of General Psychology*, 2, 3, 271-299.
- Gross, J. J. (2002). Emotion regulation: Affective, cognitive, and social consequences. *Psychophysiology*, 39(3), 281-291.
- Heru, A. M. (2000). Family functioning, burden, and reward in the caregiving for chronic mental illness. *Family, Systems, & Health*, 18(1), 91.
- Hofmann, S. G., & Kashdan, T. B. (2010). The affective style questionnaire: development and psychometric properties. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 32(2), 255-263.
- Hosseini, N., Samani, S. (2012). A Study of the Relationship Between the Family Function Dimensions and Self-Regulation in Children. *Journal of Family Research*, 8(31), 305-317. (in Persian)
- Houlberg, B. J., Henry, C. S., & Morris, A. S. (2012). Family interactions, exposure to violence, and emotion regulation: Perceptions of children and early adolescents at risk. *Family Relations*, 61(2), 283-296.
- Khodajavadi, R., Aghabakhshi, H., Rafiei, H., Asghari, A., Bayan Memar, A., Abdi Zarin, S. (2011). The Relationship between Family Functioning and Resilience Against Substance Use in Male Students at High Risk High Schools. *Social Welfare Quarterly*, 11(41), 421-444. (in Persian)
- Leahy, R.L., Ticeh, D., Napolitano, L.A. (2011). Emotion regulation in psychotherapy: A practitioner's guide. Translated by Mansouri Rad, A in 2013. Tehran: Arjmand Publication. (in Persian)
- Masten, A. S., Cutuli, J. J., Herbers, J. E., & Reed, M. G. (2009). 12 Resilience in Development. The Oxford handbook of positive psychology, 117.

بلند مدت جو عاطفی خانواده بر تاب آوری و خودتنظیمی هیجانی در قالب روش طولی انجام شود. به طور کلی نتایج پژوهش نشان داد، جو عاطفی خانواده می تواند تاب آوری را پیش بینی کند، با این حال این تبیین برای خودتنظیمی هیجانی معنادار نبود.

سپاسگزاری

پژوهش حاضر مستخرج از پایان نامه کارشناسی ارشد رشته مشاوره دانشگاه آزاد واحد نیشابور بود همچنین، هیچ گونه تضاد منافع بین نویسنده‌گان وجود نداشت.

References

- Abbasi, M., Dargahi, S., Karimi, K., Dargahi, A. (2015). Family relationship, life quality and Resilience in students with Attention deficit / hyperactivity disorder and Normal Students. *Journal of Health Breeze*, 3(1), 12-20. (in Persian)
- Agang N. (2011). Validity and Reliability of the Persian Version of Protective Factors IPFI Master's Thesis, Islamic Azad University, Marvdasht Branch. (in Persian)
- Amatea, E., Smith-Adcock, S., & Villares, E. (2006). From Family Deficit to Family Strength: Viewing Families' Contributions to Children's Learning from a Family Resilience Perspective. *Professional School Counseling*, 9(3), 177-189.
- Conner, K. M., & Davidson, J. R. T. (2003). Development of a new resilience scale: The Conner-Davidson resilience scale (CD-RISC). *Depression and Anxiety*, 18, 76-82.
- Eisenberg, N., Valiente, C., Morris, A. S., Fabes, R. A., Cumberland, A., Reiser, M., ... & Losoya, S. (2003). Longitudinal relations among parental emotional expressivity, children's regulation, and quality of socioemotional functioning. *Developmental Psychology*, 39(1), 3.

- tailoring approach to adapting parent child interaction therapy for Mexican Americans. *Education and Treatment of Children*, 111-129.
- Minuchin, S., & Fishman, H. C. (2009). Family therapy techniques. Harvard University Press.
- Minuchin, S., Reiter, M. D., & Borda, C. (2013). The craft of family therapy: Challenging certainties. Routledge.
- Najarpoor Ostadi, S., Khadivi, A. (2008). Investigating the relationship between emotional atmosphere of the family and identity, self-concept and self-esteem of adolescents and youths aged 17-28 in Islamshahr. *Educational Science. Education*, 1(3), 81-102. (in Persian)
- Najmeh, H., Keikhosravani, M., Babamiri, M., Dehghani, M. (2012). The relationship between mental health, spiritual intelligence with resiliency in student of Kermanshah University of Medical Sciences. *Jentashapir Journal of Health Research*, 3(2), 332-338. (in Persian)
- Narimani, M., Abbasi, M. (2009). Investigating the relationship between psychological hardiness and self-esteem with burnout. *Journal of Beyond Management*, 2(8), 75-92. (in Persian)
- Pölkki, P., Ervast, S. A., & Huupponen, M. (2005). Coping and resilience of children of a mentally ill parent. *Social work in health care*, 39(1-2), 151-163.
- Raikes, H. A., & Thompson, R. A. (2006). Family emotional climate, attachment security and young children's emotion knowledge in a high risk sample. *British Journal of Developmental Psychology*, 24(1), 89-104.
- Rashidpoor, H., Tabrizi, M., Shafabadi, A. (2012). Effectiveness of parental group training with using Satir's family therapy approach on improvement of emotional condition of female students' families in secondary schools, district 2 in Kerman. *Knowledge & Research in Applied Psychology*, 13(3), 3-11. (in Persian)
- McCabe, K. M., Yeh, M., Garland, A. F., Lau, A. S., & Chavez, G. (2005). The GANA program: A Samani, S., Jookar, B., & Sahragard, N. (2007). Effects of Resilience on Mental Health and Life Satisfaction. *Iraninan Psychiatry and Clinical Psychology*, 13(3), 290-295. (in Persian)
- Schwartz, S. J., Unger, J. B., Zamboanga, B. L., Cordova, D., Mason, C. A., Huang, S., ... & Villamar, J. A. (2015). Developmental trajectories of acculturation: Links with family functioning and mental heath in recent-immigrant hispanic adolescents. *Child development*, 86(3), 726-748.
- Spinrad, T. L., Stifter, C. A., Donelan- McCall, N., & Turner, L. (2004). Mothers' regulation strategies in response to toddlers' affect: Links to later emotion self-regulation. *Social Development*, 13(1), 40-55.
- Trosper, S. E., Buzzella, B. A., Bennett, S. M., & Ehrenreich, J. T. (2009). Emotion regulation in youth with emotional disorders: Implications for a unified treatment approach. *Clinical Child and Family Psychology Review*, 12(3), 234-254.
- Tugade, M. M., Fredrickson, B. L., & Feldman Barrett, L. (2004). Psychological resilience and positive emotional granularity: Examining the benefits of positive emotional on coping and health. *Journal of personality*, 72(6), 1161-1190.
- Vuchinich, S., Hetherington, E. M., Vuchinich, R. A., & Clingempeel, W. G. (1991). Parent-child interaction and gender differences in early adolescents' adaptation to stepfamilies. *Developmental Psychology*, 27(4), 618.
- Walsh, F. (2015). Strengthening family resilience. Guilford Publications.