

به نام خالق اندیشه



پژوهشکده علوم شناختی و مغز
فرم اطلاع رسانی دفاع از پایان نامه دوره کارشناسی ارشد

نام و نام خانوادگی دانشجو:	رشته تحصیلی:	استاد راهنما:	استاد مشاوره:
زهرا نجاری	علوم شناختی	خانم دکتر فاطمه باکوئی	خانم دکتر ستاره مختاری

عنوان پایان نامه: مدل‌سازی شبکه‌ای تعامل راهبردهای تنظیم هیجان مرتبط با خلق مثبت و منفی در زندگی روزمره

چکیده:

هدف: هیجانات به جنبه‌های مختلف زندگی انسان گره خورده‌اند و می‌توانند روی بهزیستی روانی، افسردگی، اضطراب و عملکردهای شناختی او اثرگذار باشند. از همین رو مهارت تنظیم هیجان در زندگی اهمیت بسزایی دارد. هدف اصلی این پژوهش بررسی تعامل میان استفاده از راهبردهای مختلف تنظیم هیجان بوده است. داده‌های مورد درباره رفتار تنظیم هیجان افراد در زندگی روزمره آنان نیاز از طریق روش طولی جمع‌آوری شده و سپس از طریق مدل‌سازی شبکه‌ای ارتباطات میان میزان استفاده از راهبردهای تنظیم هیجان مختلف در مواجهه با هیجانات مثبت و منفی مورد بررسی قرار گرفت.

روش: جامعه مورد بررسی این پژوهش، افراد جوان در دامنه سنی ۱۸ تا ۲۴ سال بودند. شرکت‌کنندگان این پژوهش شامل ۱۳۱ نفر زن (۹۵ درصد) و مرد (۵ درصد) بوده‌اند. برای نمونه‌گیری از روش ارزیابی بوم‌شناختی لحظه‌ای استفاده شد. شرکت‌کنندگان ابتدا به دو پرسشنامه افسردگی و تاب‌آوری پاسخ دادند و سپس به مدت نه روز، هر روز به سوالاتی درمورد اینکه آیا هیجان مثبت یا منفی تجربه کرده‌اند و اینکه برای تنظیم هر هیجان از چه راهبردهایی استفاده کرده‌اند پاسخ دادند. داده‌ها پس از جمع‌آوری پیش‌پردازش شده و سپس دو شبکه‌ی هم‌عصری و میان‌فردی ساخته شد. شبکه‌های به دست آمده سپس به کمک معیارهای مختلفی تحلیل شدند.

یافته‌ها: نتایج تحلیل شبکه هم‌عصری نشان داد که افراد در هنگام تجربه هم‌زمان هیجانات مثبت و منفی، تمایل دارند از یک راهبرد مشترک برای هر دو نوع هیجان استفاده کنند. درخت پوشای حداکثری شبکه هم‌عصری نشان داد که گره‌های سرکوب و حل مسئله برای هیجانات مثبت بااهمیت‌ترین گره‌ها هستند، در حالی که گره‌های بازارزبایی و نشخوار فکری مثبت و حواس‌پرتی هیجانات مثبت و حل مسئله برای هیجانات منفی کمترین اهمیت را داشتند. تحلیل شبکه میان‌فردی نیز ارتباط معناداری بین نمرات تاب‌آوری و افسردگی افراد با میزان استفاده از راهبردهای تنظیم هیجان نشان داد. افراد افسرده بیشتر از راهبرد نشخوار فکری برای هیجانات منفی استفاده کرده و کمتر به بازارزبایی شناختی می‌پردازند، در حالی که افراد با تاب‌آوری بالاتر تمایل بیشتری به استفاده از راهبردهای حل مسئله و بازارزبایی شناختی دارند و کمتر از نشخوار ذهنی استفاده می‌کنند.

نتیجه‌گیری: نتایج نشان داد که ماهیت تنظیم هیجان بسیار پویاست و اینکه هر فرد در زندگی روزمره‌ی خود در مواجهه با هیجانات مثبت یا منفی از کدام راهبردها استفاده می‌کند. رفتار فرد در انتخاب راهبردهای مختلف می‌تواند نه تنها وابسته با میزان تاب‌آوری یا افسردگی او بلکه مرتبط با میزان استفاده او از سایر راهبردهای تنظیم هیجان نیز باشد.

تاریخ برگزاری جلسه دفاع: ۱۰ دی ۱۴۰۳

ساعت برگزاری جلسه دفاع: ۸ صبح

مکان برگزاری جلسه دفاع: اتاق شورای پژوهشکده