

## مقایسه راهبردهای تنظیم شناختی هیجان و سلامت عمومی، در افراد با نارسایی هیجانی و بدون نارسایی

### Comparison of Cognitive Emotion Regulation Strategies and General Health Characteristics of Individuals with and without Alexithymia

Ali Essazadeghan, Ph.D.\*

Uremia University

Mohammad Hassani, Ph.D.

Uremia University

Leila Ahmadian, M.A.

Allameh Tabataba'i University

Javad Amani, M.A.

University of Tabriz

دکتر علی عیسی‌زادگان

دانشگاه ارومیه

دکتر محمد حسنی

دانشگاه ارومیه

لیلا احمدیان

دانشگاه علامه طباطبایی

جواد امانی

دانشگاه تبریز

**چکیده:** هدف پژوهش حاضر مقایسه راهبردهای تنظیم شناختی هیجان و سلامت عمومی دانشجویان با و بدون نارسایی هیجانی بود. به عنوان نمونه، ۴۳۱ دانشجوی دانشگاه ارومیه به شیوه نمونه‌برداری تصادفی طبقه‌ای، انتخاب شدند و با پرسشنامه‌های راهبردهای تنظیم شناختی هیجان، مقیاس نارسایی هیجانی تورنتو، و پرسشنامه سلامت عمومی ارزیابی شدند. از نمونه اولیه دو گروه انتخاب شدند که شامل گروه افراد با نارسایی هیجانی (n=75) و گروه افراد بدون نارسایی (n=75) بودند. داده‌ها با استفاده از آزمون t و تحلیل واریانس چندمتغیره (MANOVA) مورد تحلیل قرار گرفتند. نتایج پژوهش نشان دادند که افراد با نارسایی هیجانی (الکسی‌تیمیگ) در مقایسه با افراد بدون نارسایی هیجانی (غیرالکسی‌تیمیگ)، در ابعاد نارسایی هیجانی (یعنی دشواری در توصیف احساسات، دشواری در شناسایی احساسات، و تفکر برون‌مدار) و راهبردهای نا کارآمد تنظیم شناختی هیجان (سرزنش خود، فاجعه‌آمیز پنداری، و سرزنش دیگران) نمره‌های بالاتر و در سلامت عمومی، نمره‌های پایین‌تری دارند. بر اساس یافته‌های این پژوهش می‌توان نتیجه گرفت که نارسایی هیجانی احتمالاً با مشکلاتی در تنظیم هیجان همراه است و این شرایط ممکن است در افراد به مجموعه‌ای از مسائل مرتبط با سلامت عمومی منجر شود.

**Abstract:** The aim of the present study was to investigate and compare characteristics of cognitive emotion regulation strategies and general health of university students with and without alexithymia. To do so four hundred and thirty one students were selected by stratified random sampling method from Urmia University. The participants were assessed by using the Cognitive Emotion Regulation Strategies Questionnaire, (CERQ), the General Health Questionnaire (GHQ-28), and Farsi version of the Toronto Alexithymia Scale. From this initial sample, two groups were chosen which consisted of alexithymic (n=75) and nonalexithymic (n=75) groups. Data were analyzed by t-test and multivariate analysis of variance (MANOVA). The findings indicated that there were significant differences between individuals with and without alexithymia. In comparison with nonalexithymia subjects, individual with alexithymia had higher scores in three dimensions of alexithymia (difficulty in describing feelings, difficulty in identifying feelings, and external-oriented thinking style), they used dysfunctional cognitive emotion regulation strategies (self-blame, catastrophizing, and other-blame), and had low general health. By reviewing the constructs of emotion regulation and alexithymia, it can be concluded that alexithymia is likely to be associated with emotion regulation difficulties which may result in a variety of mental health related problems.

کلیدواژه‌ها: راهبردهای تنظیم شناختی هیجان؛ سلامت عمومی؛ نارسایی هیجانی

**Keywords:** cognitive emotion regulation strategies; general health; alexithymia

صفحات ۶۵-۸۳