



Research Paper

[10.52547/IJFP.2022.540136.1043](https://doi.org/10.52547/IJFP.2022.540136.1043)

Studying the causal relationships among parental psychological control, and mindfulness with adolescents' high-risk behaviors mediating the role of emotional self-regulation

Mehrnoush Heidari¹, Naiemeh Moheb^{2*}, Shahram Vahedi³, Marzieh Alivandi Vafa⁴

1. PhD Student in Psychology, Tabriz Branch, Islamic Azad University, Tabriz, Iran
2. Assistant Professor, Department of Clinical Psychology, School of Medicine, Tabriz University of Medical Sciences, Islamic Azad University, Tabriz, Iran.
3. Professor, Department of Educational Psychology, Faculty of Educational Sciences and Psychology, University of Tabriz, Tabriz, Iran
4. Assistant Professor, Department of Psychology, Faculty of Humanities, Tabriz Branch, Islamic Azad University, Tabriz, Iran.

Article Info.

Abstract

Received: 01.10.2021

Accepted: 11.06.2022

Keywords:

Emotional self-regulation, junior high school students, mindfulness, high-risk behaviors, psychological control of parents.

Abstract

Adolescence due to some changes Biological, psychological and social with a tendency to a variety of risky behaviors. The aim of this study was to investigate the causal relationship between parental psychological control and mindfulness with high-risk behaviors of adolescents with mediating the role of emotional self-regulation. The statistical population includes junior high school students in Zanjan, whose number was 46,000 and according to Krejcie and Morgan table and using multi-stage cluster random sampling method. Through cyberspace, due to the lack of face-to-face class, a sample of 403 students of both sexes was selected (of which 214 were in the girls' group and 189 were in the boys' group) and Virtually, they responded to the Iranian Adolescent Risk Questionnaire (IARS), the Emotional Self-Regulation Questionnaire (MARS), the Dependent Oriented Parental Control Scale (DAPCS), and the Mindfulness Questionnaire (MFQ). Statistical method of structural equation modeling was used to analyze the data. Findings showed that emotional self-regulation mediates the relationship between parental psychological control and mindfulness and high-risk behaviors. Also, the direct effect of parental psychological control, mindfulness and emotional self-regulation with high-risk behaviors and the direct effect of emotional self-regulation with psychological control of parents and mindfulness were significant. Based on the findings, it can be concluded that family support and control play an important role in preventing the tendency to high-risk behaviors. Equipping students with individual skills such as mindfulness and emotional self-regulation can also be effective in preventing high-risk behaviors.

*Corresponding author

Email: moheb.n@yahoo.com

How to Cite:

Heidari, M., Moheb, N., Vahedi, S., Alivandi Vafa, M. (2022). Studying the causal relationships among parental psychological control, and mindfulness with adolescents' high-risk behaviors mediating the role of emotional self-regulation. *Journal of Family Psychology*. 9(1), 16-29.



بررسی روابط علی کنترل روانشناختی والدین و ذهن آگاهی با رفتارهای پرخطر نوجوانان: نقش میانجی خود تنظیمی هیجانی

مهرنوش حیدری^۱، نعیمه محب^۲، شهرام واحدی^۳، مرضیه علیوندی وفا^۴

۱. دانشجوی دکتری روانشناسی، واحد تبریز، دانشگاه آزاد اسلامی، تبریز، ایران
۲. استادیار، گروه روانشناسی بالینی، دانشکده پزشکی، علوم پزشکی تبریز، دانشگاه آزاد اسلامی، تبریز، ایران.
۳. استاد، گروه روانشناسی تربیتی، دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی، دانشگاه تبریز، تبریز، ایران
۴. استادیار، گروه روانشناسی، دانشکده علوم انسانی، واحد تبریز، دانشگاه آزاد اسلامی، تبریز، ایران.

| اطلاعات مقاله | چکیده |
|---|---|
| <p>تاریخ دریافت: ۱۴۰۱/۰۷/۰۹</p> <p>تاریخ پذیرش: ۱۴۰۱/۰۳/۲۱</p> <p>کلیدواژه‌ها:</p> <p>خود تنظیمی هیجانی، ذهن آگاهی، رفتارهای پرخطر، کنترل روانشناختی والدین</p> <p>*نویسنده مسئول: پست الکترونیکی: moheb.n@yahoo.com</p> <p>استناد به این مقاله: حیدری، مهرنوش، محب، نعیمه، واحدی، شهرام، علیوندی وفا، مرضیه (۱۴۰۱). بررسی روابط علی کنترل روانشناختی والدین و ذهن آگاهی با رفتارهای پرخطر نوجوانان: نقش میانجی خود تنظیمی هیجانی. <i>روانشناسی خانواده</i>، ۹(۱)، ۱۶-۲۹.</p> | <p>چکیده</p> <p>نوجوانی به واسطه برخی تغییرات زیستی، روانی و اجتماعی با گرایش به انواع رفتارهای پرخطر همراه بوده است؛ هدف از این پژوهش بررسی روابط علی کنترل روانشناختی والدین و ذهن آگاهی با رفتارهای پرخطر نوجوانان با نقش میانجی خود تنظیمی هیجانی بود. جامعه آماری شامل دانش آموزان دوره اول متوسطه شهر زنجان می‌باشد که تعداد آن‌ها ۴۶۰۰۰ هزار نفر بود و با توجه به جدول کرجسی و مورگان و با استفاده از روش نمونه گیری تصادفی خوشه ای چند مرحله ای از طریق فضای مجازی به خاطر عدم کلاس حضوری دانش آموزان نمونه ای به حجم ۴۰۳ نفر از هر دو جنس انتخاب (که ۲۱۴ نفر در گروه دختران و ۱۸۹ نفر در گروه پسران بودند) شد، و به صورت مجازی به پرسشنامه خطرپذیری نوجوانان ایرانی (IARS) پرسشنامه خود تنظیمی عاطفی (MARS)، مقیاس کنترل روانشناختی وابسته مدار و پیشرفت مدار والدین (DAPCS) و پرسشنامه ذهن آگاهی (MFQ)، پاسخ دادند. برای تحلیل داده ها از روش آماری مدل پابی معادلات ساختاری استفاده شد. یافته‌ها نشان دادند، که خود تنظیمی هیجانی رابطه بین کنترل روانشناختی والدین و ذهن آگاهی و رفتارهای پرخطر را میانجی گری می‌کند. همچنین اثر مستقیم کنترل روانشناختی والدین، ذهن آگاهی و خود تنظیمی هیجانی با رفتارهای پرخطر و اثر مستقیم خود تنظیمی هیجانی با کنترل روانشناختی والدین و ذهن آگاهی معنادار بود. بر اساس یافته ها می‌توان نتیجه گرفت حمایت و کنترل خانواده نقش مهمی در پیشگیری از گرایش به رفتارهای پرخطر دارد. همچنین تجهیز دانش آموزان به مهارت‌های فردی همچون ذهن آگاهی و خود تنظیمی هیجانی می‌تواند در پیشگیری به انجام رفتارهای پرخطر موثر باشد.</p> |

مقدمه

رفتارهای پرخطر یکی از مهمترین مسایل بهداشتی و اجتماعی است که بر فرد، خانواده و جامعه تاثیر می گذارد. بررسی ها نشان می دهند که بسیاری از رفتارهای پرخطر همانند مصرف سیگار، مواد مخدر و روابط جنسی پیش از سنین ۱۸ سالگی اتفاق می افتند. (Sadri & Chalmardi, 2018) دوره نوجوانی از دوره های بحرانی زندگی است. بسیاری از نوجوانان در مقابله با بحران ها و دشواری های دوره ی نوجوانی، دست به رفتارهایی می زنند که سلامت حال و آینده ی آنان را مورد تهدید قرار می دهد. بنابراین در خانواده هایی که شرایط مناسبی برای دوران بحرانی بلوغ و پیشگیری از رفتارهای پرخطر مهیا می کنند، فرزندان با ایمنی بیشتری این دوران بلوغ را می گذرانند و همچنین مشکلات نوجوانی کمتری را شاهد می باشند و سریعتر از بقیه به پختگی و کمال فکری، عاطفی و اجتماعی می رسند. (Shamsolahi, & Jadidian, 2021) شناسایی عوامل و فضاهای مخاطره آمیز دانش آموزان در مدرسه و بیرون و مداخله در این زمینه، و ارایه به موقع خدمات راهنمایی، مشاوره ای و حمایتی در پیشگیری از گرایش به انواع رفتارهای پرخطر از اهمیت و ضرورت اساسی برخوردار است. بر این اساس یکی از عوامل مهم تاثیر گذاری خانواده بر رفتارهای پرخطر شیوه های تربیتی والدین است (Shokri et al, 2015).

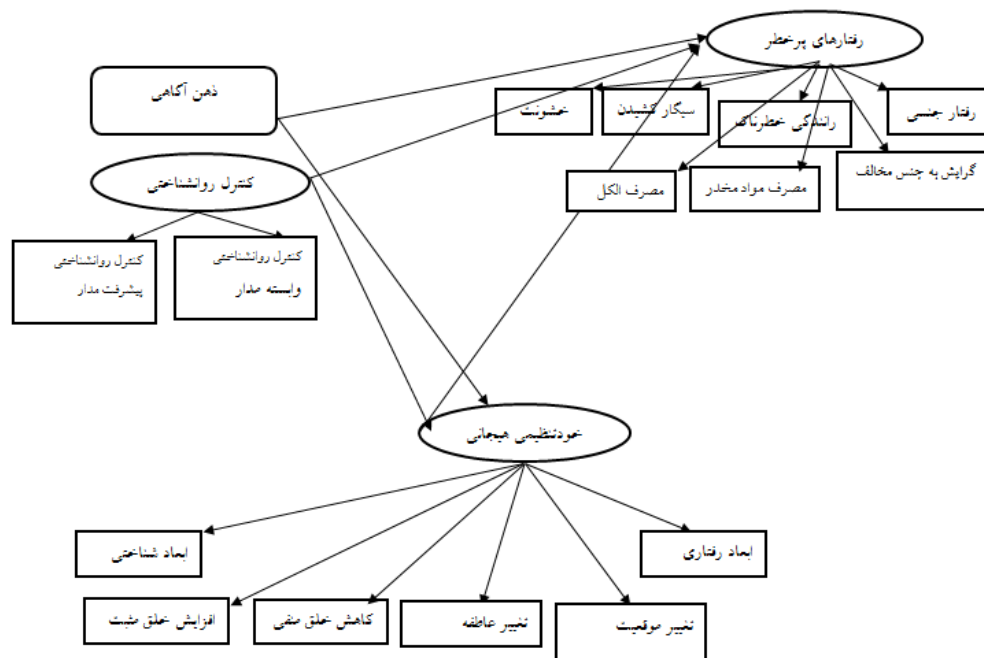
تحقیقات نشان داده است، کانون حمایت خانواده به عنوان قوی ترین پیش بینی کننده شناخته شده در آمادگی به اعتیاد که یک رفتار پرخطر است، شناخته می شود. روابط خانوادگی و کنترل والدین اهمیت به سزایی در شروع رفتارهای پرخطر و مشکلات ناشی از آنها را دارند. (Fish et al, 2015) کنترل روانشناختی والدین به معنای استفاده مفرط از استراتژی های دخالت در دنیای روانی فرزندان است و یک مشکل مخرب کنترل والدین است، که زمینه تبدیل پذیری های نوجوان را به اختلال فراهم می کند. این سبک والد گری به راهبردهای ناسازگار و دخالت والدین مانند القای احساس گناه، خجالت زده کردن و دریغ کردن محبت اشاره دارد. (Badan et al., 2017) نوع کنترل والدین نقش مهمی در گرایش به رفتارهای پرخطر در نوجوانان دارد. روابط ضعیف والدین و کنترل سخت والدین به عنوان یک عامل پرخطر نقش مهمی در اعتیاد پذیری فرزندان دارد (Hummel et al., 2013). نتایج پژوهش های (Valente et al., 2016; Barco et al., 2019) نشان دهنده این مطلب بود، که عملکرد خانواده در گرایش نوجوانان به مصرف مواد که یک رفتار پرخطر می باشد، نقش مهمی دارد. مرحله نوجوانی مقطع حساسی است و همچنین به دلیل این که هیجانات در این دوره بروز شدیدی پیدا می کنند و نقش حکمران را در زندگی نوجوانان بازی می کنند؛ و کنترل هیجانات در این دوره ضروری و جدی به نظر می رسد تا نوجوانان بتوانند هیجانات بالقوه خطرناک و مخرب خود را کنترل کنند و از سلامت روانی برخوردار باشند (Maleki et al., 2019). تحقیقات در این زمینه نشان داده است که افراد فاقد مهارت های ابرازگری هیجان در هنگام ابراز هیجانات خود درگیر رفتارهای پرخطر می شوند (Marini, et al, 2017).

مؤلفه ای که به عنوان حلقه واسط در ارتباط نظارت والدین با رفتارهای پرخطر عمل می کند، خودتنظیمی هیجانی است. نقص در خودتنظیمی هیجانی عامل کلیدی برای کارکردهای فردی و رشد اجتماعی نوجوانان محسوب می گردد. والدین نقش مهمی در بروز هیجانات در فرزندان نوجوان خود دارند. هر چه رابطه بین والدین و نوجوانان صمیمی تر باشد، خود افشایی نوجوان برای والدین بیشتر خواهد بود، و فرزندان رفتارهای مطلوبی از خود نشان خواهند داد. فرزندان از طریق یادگیری مشاهده ای یعنی الگوبرداری از منابع اجتماعی و خانوادگی تنظیم هیجان را می آموزند. خود تنظیمی هیجانی فرزندان از خلق هیجانی خانواده و ارتباطات اعضای خانواده تاثیر می پذیرد (Aminabadi et al., 2011).

شواهد بسیاری ثابت می کند، افراد دارای مهارت خود تنظیمی هیجانی، یعنی کسانی که به راحتی احساسات خود را می شناسند و آن ها را تنظیم می کنند و احساسات دیگران را نیز درک و به طور اثربخشی با آن ها برخورد می کنند، در حوزه های مختلف زندگی افراد موفق و کار آمدی می باشند. (Hassanpour et al. 2014) یکی از عوامل محافظت کننده در مقابل رفتارهای

پرخاطر نوجوانان علاوه بر تنظیم هیجانان، مهارت ذهن آگاهی^۱ می باشد. ذهن آگاهی شیوه ای نشأت گرفته از مراقبه شرقی است که به عنوان توجه کامل به تجربیات زمان حال به شکل لحظه به لحظه توصیف شده است. این شیوه خاص معاصر تحت عنوان خودتنظیمی توجه از یک لحظه به لحظه دیگر تعریف شده است (Azizi Karaj et al., 2017). مفهوم ذهن آگاهی به افراد کمک می کند، تا بپذیرند اگر چه هیجانان منفی در زندگی همه انسانها وجود دارد، اما بخش ثابتی از شخصیت و روند زندگی نیستند. پذیرش این مسئله فرد را توانمند می سازد، که به جای واکنش غیرارادی به هیجانان و رویدادهای برانگیزاننده آنها آگاهانه واکنش نشان دهد، و به شیوه کارآمدتر با زندگی رابطه برقرار کند (Segal Williams et al., 2013).

نتایج پژوهش (Priddy et al., 2018) در زمینه، رابطه ذهن آگاهی با سوء مصرف مواد مخدر نشان داد، مداخلات مبتنی بر ذهن آگاهی می تواند روی پیشگیری از سوء مصرف مواد مخدر اثر بگذارد و فرایندهای شناختی مصرف کنندگان مواد را کنترل کند. افزایش آسیب های اجتماعی در بین نوجوانان یکی از خطراتی است، که جامعه شناسان و روانشناسان نسبت به آن هشدار می دهند؛ و اگرچه آسیب های اجتماعی از جامعه به مدارس وارد می شود، برای امن ماندن محیط مدارس و مراقبت از دانش آموزان در برابر آسیب های اجتماعی نیاز به برنامه ریزی های کوتاه مدت و دراز مدت و اجرای برنامه های آموزشی ویژه نوجوانان است؛ و در این رابطه خانواده و آموزش و پرورش نقش کلیدی دارند. از طرف دیگر از آنجا که رفتارهای پرخاطر نتیجه بارز آشفتگی هیجانی است، و از آنجا که در سال های اخیر مشکلات تنظیم هیجانی به عنوان یکی از عوامل موثر و تعیین کننده در گرایش افراد به ویژه جوانان و نوجوانان به رفتارهای پرخاطر معرفی شده اند، بر این اساس بررسی این موضوع در جامعه نوجوانان شکاف تحقیقی وجود دارد. بر همین اساس، با توجه به علمی بودن مسئله مورد بررسی، درگیر بودن جمعیت بزرگ نوجوان، و سرنوشت ساز و پر کردن شکاف موجود و کمبود پژوهش جامع در رابطه رفتارهای پرخاطر نوجوانان در قالب مدل ساختاری (شکل ۱)، بر اساس ویژگی های روانشناختی والدین، ذهن آگاهی و خود تنظیمی هیجانی هدف پژوهش حاضر بررسی مدل ساختاری رابطه بین کنترل روانشناختی والدین و ذهن آگاهی با رفتارهای پرخاطر با میانجی گری خودتنظیمی هیجانی در نوجوانان است. شکل ۱ روابط بین متغیرهای پژوهش را به تصویر کشیده است.



شکل ۱. مدل پیشنهادی پژوهش

روش

جامعه آماری، نمونه و روش اجرای پژوهش

پژوهش حاضر از نوع طرح‌های غیرآزمایشی و همبستگی است. میانگین و انحراف استاندارد سن شرکت‌کنندگان $\pm 3/34$ سال بود. جامعه آماری پژوهش شامل دانش آموزان دوره اول متوسطه شهر زنجان می‌باشند، که تعداد آن‌ها ۴۶۰۰۰ هزار نفر بوده و در سال تحصیلی ۱۳۹۹-۱۴۰۰ مشغول به تحصیل بودند. بر این اساس، با توجه به جدول کرجسی و مورگان با استفاده از روش نمونه‌گیری تصادفی خوشه‌ای چند مرحله‌ای نمونه‌ای به حجم ۴۰۳ نفر از هر دو جنس انتخاب (که ۲۱۴ نفر در گروه دختران و ۱۸۹ نفر در گروه پسران بودند) و پرسشنامه‌ها از طریق دبیران در گروه‌های کلاسی بین نمونه پژوهش پخش شد. داده‌های جمع‌آوری شده با استفاده از روش مدل‌یابی معادلات ساختاری و نرم افزار لیزرل تجزیه و تحلیل شدند.

ابزار سنجش

مقیاس خطر پذیری نوجوانان ایرانی (IARS) با بهره‌گیری از دو پرسشنامه خطر پذیری نوجوانان (ARQ) (Gullone et al., 2000) و پیمایش رفتار پرخطر جوانان YRBS و مراکز کنترل و پیشگیری از بیماری‌ها (Centers for Disease Control and Prevention, 2003) توسط Zadeh Mohammadi et al., 2011 ساخته شد. این مقیاس شامل ۳۸ گویه برای سنجش آسیب‌پذیری نوجوانان در مقابل ۷ دسته رفتارهای پرخطر از قبیل خشونت، سیگار کشیدن، مصرف مواد مخدر، مصرف الکل، رانندگی خطرناک رابطه و رفتار جنسی و گرایش به جنس مخالف است، که پاسخگویان موافقت یا مخالفت خود را با این گویه‌ها در یک مقیاس ۵ گزینه‌ای از کاملاً موافق (۶) تا کاملاً مخالف (۱) بیان می‌کنند. آلفای کرونباخ برای مقیاس کلی ۰/۹۴۱، رانندگی خطرناک ۰/۷۴۶، خشونت ۰/۷۸۴، سیگار کشیدن ۰/۹۳۱، مصرف مواد مخدر ۰/۹۰۱، مصرف الکل ۰/۹۰۹، رابطه و رفتار جنسی ۰/۸۷۶ و دوستی با جنس مخالف ۰/۸۳۵ بدست آمده است، که نشان از مطلوب بودن پایایی مقیاس است (Zadeh Mohammadi et al., 2011). در پژوهش حاضر نتایج تحلیل عامل تأییدی نشان داد، که تمامی ماده‌های مربوط به پرسشنامه‌ی رفتارهای پرخطر به جز ماده‌های ۲۴ و ۲۵ دارای بارهای قابل قبول بزرگ‌تر از ۰/۳۰ بوده و روی عامل مربوط به خود بار مثبت و معنی‌داری در سطح $p < 0/001$ گذاشته‌اند. همچنین، ضریب پایایی این ابزار به روش آلفای کرونباخ برای پرسشنامه رفتارهای پرخطر ۰/۷۸ محاسبه شد.

پرسشنامه راهبردهای خود تنظیمی عاطفی (MARS, 1988). این پرسشنامه دارای ۴۴ سوال است، که ابعاد شناختی، رفتاری، تغییر موقعیت، تغییر عاطفه، کاهش خلق منفی و افزایش خلق مثبت را شامل می‌شود. نمره گذاری پرسشنامه براساس طیف لیکرت ۷ درجه‌ای و از هرگز تا همیشه می‌باشد. پایایی این پرسشنامه بر روی ۶۰ نفر با روش دونیمه کردن ۷۵٪ و با استفاده از آلفای کرونباخ ۰/۸۰ گزارش شده است (Salehi Morkani et al., 2006). برای روایی پرسشنامه‌ی خود تنظیمی هیجانی در پژوهش حاضر نتایج تحلیل عامل تأییدی نشان داد، که کلیه‌ی ماده‌های این پرسشنامه به جز ماده ۱۸ و ۲۵ دارای بارهای عاملی قابل قبول بزرگ‌تر از ۰/۳۰ بوده و روی عامل مربوط به خود بار مثبت و معنی‌دار، در سطح $P < 0/001$ گذاشته‌اند. در پژوهش حاضر نیز ضریب پایایی این ابزار به روش آلفای کرونباخ برای پرسشنامه خود تنظیمی هیجانی ۰/۸۱ محاسبه شد.

مقیاس کنترل روانشناختی وابسته مدار و پیشرفت مدار والدین (DAPCS). مقیاس کنترل روانشناختی وابسته مدار و پیشرفت مدار والدین^۳ توسط (Soenens et al., 2010) ساخته شد، که میزان کنترل روانشناختی والدین ادراک شده از سوی نوجوانان را می‌سنجد. این مقیاس شامل ۱۶ گویه است که ۸ ماده آن کنترل روانشناختی وابسته مدار و ۸ ماده دیگر آن کنترل روانشناختی پیشرفت مدار را می‌سنجد. از شرکت‌کننده خواسته شده که به سوالات در یک طیف لیکرت ۵ امتیازی از ۱ به

1. Iranian Adolescents' Risk Scale

2. Questionnaire of emotional self-regulation strategies

3. Scale Circuit dependent psychological control And parental circuit development

شدت مخالفم تا ۵ به شدت موافقم پاسخ دهند. برای روایی بر اساس روایی محتوایی (Soenens et al., 2010) روایی مطلوبی برای این مقیاس گزارش کردند. در پژوهش (Badanfirouz et al., 2017) پایایی برای مقیاس کنترل روانشناختی وابسته مدار و پیشرفت مدار به ترتیب ۰/۷۸ و ۰/۸۴ گزارش شد. در پژوهش حاضر برای بررسی روایی نتایج تحلیل نشان داد که تمامی ماده‌های مربوط به خرده مقیاس‌های مقیاس کنترل روانشناختی وابسته مدار و پیشرفت مدار والدین به جز ماده‌های ۷ و ۱۲ دارای بارهای قابل قبول بزرگ‌تر از ۰/۳۰ بوده و روی عامل مربوط به خود بار مثبت و معنی‌داری در سطح $p < 0/001$ گذاشته‌اند. در پژوهش حاضر نیز ضریب پایایی به روش آلفای کرونباخ برای مقیاس کنترل روانشناختی وابسته مدار ۰/۶۶ و مقیاس کنترل روانشناختی پیشرفت مدار ۰/۷۹ به دست آمد.

پرسشنامه ذهن آگاهی (Brown & Ryan, 2003). پرسشنامه ذهن آگاهی ۱۵ سؤالی است که (Brown & Ryan, 2003) آن را به منظور سنجش سطح هشیاری و توجه نسبت به رویدادها و تجارب جاری زندگی طراحی کردند. سؤال‌های آزمون سازه ذهن آگاهی را در مقیاس ۶ درجه‌ای لیکرت (از نمره یک برای «تقریباً همیشه» تا نمره ۶ برای «تقریباً هرگز») می‌سنجد. همسانی درونی سؤال‌های آزمون بر اساس ضریب آلفای کرونباخ از ۰/۸۰ تا ۰/۸۷ گزارش شد (Nejati et al., 2012). (Ghorbani et al., 2009) پایایی مقیاس را از طریق آلفای کرونباخ ۰/۸۱ گزارش کردند. روایی پرسشنامه را با روش تحلیل عامل تاییدی محاسبه کرده و شاخص‌های برازندگی تطبیقی، شاخص برازندگی افزایشی و شاخص مجدورات خطای تقریب را مطلوب گزارش کرده‌اند. (Tabrizchi et al., 2015) نیز در پژوهش خود پایایی را ۰/۸۹ گزارش کردند و روایی را از طریق همبستگی هر سوال با نمره کل بین ۰/۳۵ تا ۰/۸۶ به دست آوردند. در پژوهش حاضر نتایج تحلیل عامل تاییدی نشان داد که تمامی ماده‌های مربوط به خرده مقیاس‌های پرسشنامه ذهن آگاهی به جز ماده‌های ۳ دارای بارهای قابل قبول بزرگ‌تر از ۰/۳۰ بوده و روی عامل مربوط به خود بار مثبت و معنی‌داری در سطح $p < 0/001$ گذاشته‌اند. در پژوهش حاضر نیز ضریب پایایی این ابزار به روش آلفای کرونباخ ۰/۸۴ محاسبه شد.

یافته‌ها

برای پیش‌فرض طبیعی بودن متغیرهای پژوهش از آماره کجی و کشیدگی استفاده شد؛ نتایج نشان داد توزیع نمرات همه متغیرها نرمال است (دامنه کجی و کشیدگی بین +۱ و -۱ بود). برای بررسی همخطی چندگانه بین متغیرهای پیش‌بین از عامل تورم واریانس (VIF) و (Tolerance) استفاده شد که بیانگر رابطه عدم همخطی بین متغیرها بود (دامنه VIF کمتر از ۱۰ و تحمل بالاتر از ۰/۱ بدست آمد). پیش‌فرض دیگر برقراری رابطه خطی بین متغیرهای مستقل و وابسته است که با همبستگی پیرسون مورد بررسی قرار گرفت که نتایج آن همراه با میانگین و انحراف معیار متغیرها در جدول ۱ گزارش شده است.

جدول ۱: نتایج آزمون همبستگی پیرسون

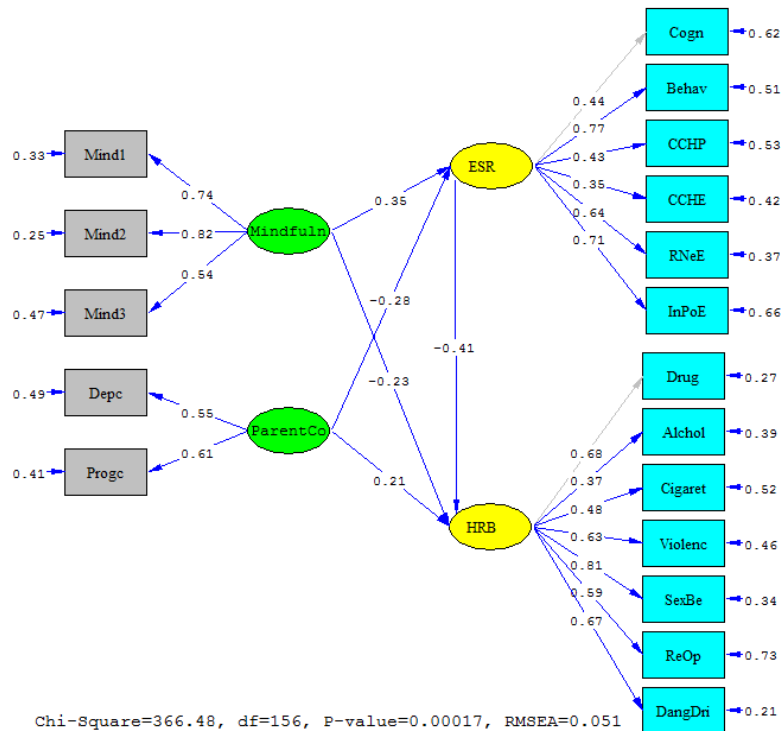
| متغیر | میانگین | انحراف معیار | ۱ | ۲ | ۳ | ۴ |
|---------------------|---------|--------------|---------|---------|---------|---|
| ۱. ذهن آگاهی | ۶۵/۳۱ | ۱۲/۰۹ | - | | | |
| ۲. کنترل روانشناختی | ۳۷/۸۲ | ۱۲/۱۳ | -۰/۲۳** | - | | |
| ۳. خودتنظیمی هیجانی | ۱۴۴/۱۷ | ۱۸/۲۵ | ۰/۳۸** | -۰/۳۶** | - | |
| ۴. رفتارهای پرخطر | ۹۷/۲۳ | ۱۹/۵۶ | -۰/۴۰** | ۰/۲۸** | -۰/۳۲** | - |

* $p < 0/05$ ، ** $p < 0/01$ ، *** $p < 0/001$

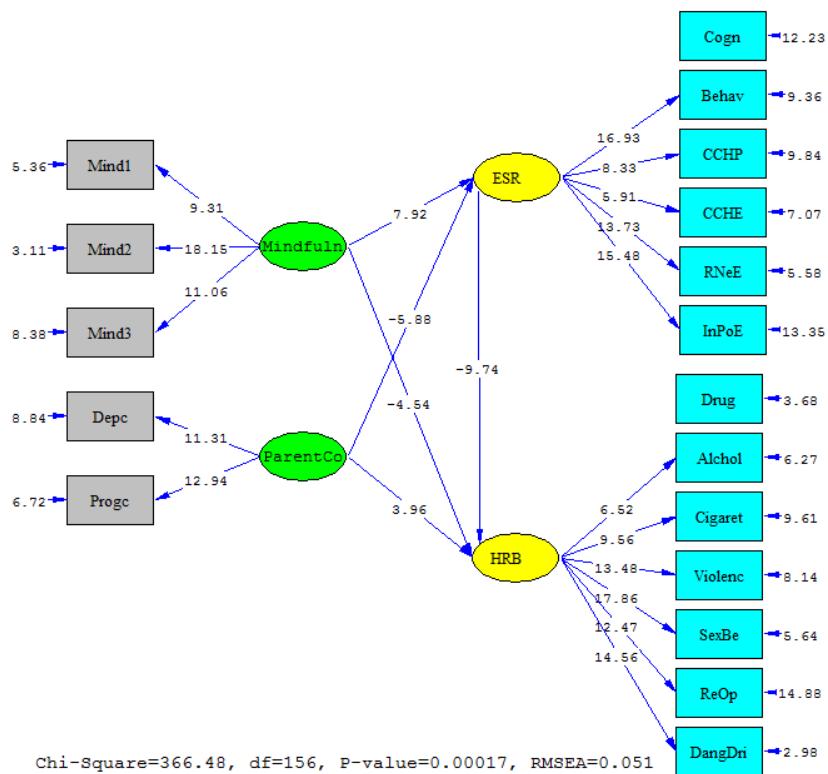
نتایج جدول شماره ۱ نشان داد، بین ذهن آگاهی با خودتنظیمی هیجانی ($r = 0/38$ و $P < 0/01$) و رفتارهای پرخطر ($r = -0/40$ و $P < 0/01$)؛ بین کنترل روانشناختی با خودتنظیمی هیجانی ($r = -0/36$ و $P < 0/01$) و رفتارهای پرخطر ($r = 0/28$ و $P < 0/01$)؛

حیدری و همکاران: بررسی روابط علی کنترل روانشناختی والدین و ذهن آگاهی با رفتارهای ...

($P < 0/01$) و بین خودتنظیمی هیجانی با رفتارهای پرخطر نیز ($r = -0/32$ و $P < 0/01$) رابطه معناداری وجود دارد. بر اساس این نتایج بین متغیرهای برونزای میانجی و درونزای نهایی و بین میانجی با درونزای نهایی رابطه معنادار وجود دارد.



شکل ۲. روابط ذهن آگاهی و کنترل روانشناختی والدین با رفتارهای پرخطر بامیانجی‌گری خودتنظیمی هیجانی در حالت استاندارد



شکل ۳. روابط ذهن آگاهی و کنترل روانشناختی والدین با رفتارهای پرخطر با میانجی‌گری خودتنظیمی هیجانی در حالت معناداری

شاخص‌های برازش ارائه شده در جدول ۲ نشان از برازش مطلوب مدل دارد.

جدول ۲. مشخصه‌های نیکویی برازندگی مدل برازش یافته (روابط ذهن آگاهی و کنترل روانشناختی والدین با رفتارهای پرخطر با میانجی‌گری خودتنظیمی هیجانی)

| شاخصهای برازش | X ² | df | X ² /df | GFI | IFI | NFI | CFI | RMSEA |
|---------------|----------------|-----|--------------------|------|------|------|------|-------|
| مقادیر | ۳۶۶/۴۸ | ۱۵۶ | ۲/۳۴ | ۰/۹۲ | ۰/۹۵ | ۰/۹۵ | ۰/۹۳ | ۰/۰۵۱ |

جدول ۳: ضرایب مدل تبیین رفتارهای پرخطر بر اساس ذهن آگاهی، کنترل روانشناختی والدین با میانجی‌گری خودتنظیمی هیجانی

| آماره t | ضریب رگرسیونی | مسیر مستقیم |
|---------|---------------|--|
| ۷/۹۲ | ۰/۳۵ | اثر ذهن آگاهی بر خودتنظیمی هیجانی |
| -۴/۵۴ | -۰/۲۳ | اثر ذهن آگاهی بر رفتار پرخطر |
| -۵/۸۸ | -۰/۲۸ | اثر کنترل روانشناختی بر خودتنظیمی هیجانی |
| ۳/۹۶ | ۰/۲۱ | اثر کنترل روانشناختی بر رفتار پرخطر |
| -۹/۷۴ | -۰/۴۱ | اثر خودتنظیمی هیجانی بر رفتار پرخطر |

۲/۹۸ > t در سطح ۰/۰۱ و ۱/۹۶ > t در سطح ۰/۰۵ معنادار است

نتایج جدول ۳ نشان می‌دهد، که اثر مستقیم ذهن آگاهی بر خودتنظیمی هیجانی ($\beta = 0.35, p < 0.01$) و رفتارهای پرخطر ($\beta = -0.23, p < 0.01$) معنادار بود. اثر مستقیم کنترل روانشناختی والدین بر خودتنظیمی هیجانی ($\beta = -0.28, p < 0.01$) و رفتارهای پرخطر ($\beta = 0.21, p < 0.01$) و اثر خودتنظیمی هیجانی بر رفتارهای پرخطر ($\beta = -0.41, p < 0.01$) نیز معنادار بود. برای بررسی فرضیه‌های مبنی بر روابط غیرمستقیم متغیرها، از روش بوت استرپ استفاده شده است.

جدول ۴. نتایج حاصل از روش بوت استرپ برای بررسی نقش میانجی خودتنظیمی هیجانی در ارتباط بین ذهن آگاهی و کنترل روانشناختی با رفتارهای پرخطر

| سطح معنی داری | مسیرها | | |
|---------------|---------|----------|--|
| | حد بالا | حد پایین | |
| $p \leq$ | | | |
| ۰/۰۰۱ | ۰/۲۴۶ | ۰/۰۷۱ | ذهن آگاهی به رفتارهای پرخطر از طریق خودتنظیمی هیجانی |
| ۰/۰۰۱ | ۰/۱۲۶ | -۰/۰۷۸ | کنترل روانشناختی والدین به رفتارهای پرخطر از طریق خودتنظیمی هیجانی |

نتایج جدول ۴ نشان می‌دهد که حدبالا و حد پایین رابطه غیرمستقیم کنترل روانشناختی والدین و ذهن آگاهی و رفتار پرخطر از طریق خودتنظیمی هیجانی صفر را در بر نمی‌گیرد و این حاکی از معنی دار بودن این مسیرهای غیرمستقیم می‌باشد.

بحث

هدف کلی این پژوهش بررسی روابط علی کنترل روانشناختی والدین و ذهن آگاهی با رفتارهای پرخطر نوجوانان با نقش میانجی‌گری خودتنظیمی هیجانی در دانش آموزان دوره اول متوسطه شهر زنجان بود. یافته‌ها نشان داد که آموزش ذهن آگاهی در کاهش رفتارهای پرخطر نقش دارد. نتایج این پژوهش با یافته‌های (Nezampoor et al., 2018)، (Shabani & Ranjbar

(Soodjani, 2018) ، (Zand & Amiri Majd, 2017) ، (Priddy et al., 2018) ، (Yusainy & Lawrence, 2014) همخوانی دارد. در تبیین این یافته می توان گفت: نظریه ذهن آگاهی روی هیجانات کار می کند. ذهن آگاهی توانایی فرد را برای تحمل حالت های هیجانی منفی افزایش می دهد، و آنها را به مقابله موثر قادر می سازد. در چنین حالتی پرخاشگری فرد کمتر شده و با ایجاد تمرینات در جهت آشنایی با لحظاتی که فرد درگیر هیجانات مختلف قرار می گیرد؛ می تواند تصمیم درست گرفته و خود کنترلی را در خود افزایش دهد (Nezam poor et. al., 2018). در واقع تمرینات ذهن آگاهی می تواند به افراد کمک کند؛ که قبل از انجام عمل تکانشی توقف کند، و در حالت آرامش قرار گیرند و لحظه حال را بررسی کنند و این حالت افراد را از انجام عمل تکانشی باز می دارد.

نتایج معادلات ساختاری نشان داد، که نوع سبک تربیت و کنترل والدین در کاهش رفتارهای پرخطر نقش دارد. نتایج به دست آمده از این پژوهش با یافته های (Arshi et. al., 2018)؛ (Alaeiet et. al 2017)

(Ghanbari Zarandi et. al 2016)؛ (Barco et. al 2019)؛ (Valente et. al 2017) همخوانی دارد. در تبیین این یافته می توان استنباط کرد، رابطه عاطفی اعضای خانواده سبب ایجاد کانونی گرم برای زندگی گردیده و سرپرستی و نظارت مناسب خانواده ها در انتخاب دوست و نوع روابط نوجوانان می تواند تاثیر مثبت زیادی بر پیشگیری از گرایش به انواع رفتارهای پرخطر داشته باشد. (Fish et. al 2014). اگر کنترل والدین در سطح پایینی باشد و روابط عاطفی و درون خانواده دچار مشکل شود، گرایش به رفتارهای پرخطر و ضداجتماعی و مصرف مواد آشکار می گردد (Sanchez-Queija et. al 2016). نوجوانانی که در فضایی از نظارت نامناسب والدینی قرار می گیرند، در سرمشق دهی رفتارهای اجتماعی با شکست مواجه می شوند. لذا بر این اساس نظارت ناکافی از جانب والدین در گرایش نوجوان به رفتارهای پرخطر نقش موثری دارد (Alaei et. al 2017).

یافته ها نشان داد بین خودتنظیمی هیجانی و رفتارهای پرخطر رابطه وجود دارد. نتایج به دست آمده از این پژوهش با یافته های (Zare & Azizi, 2019) ، (Kashif Gaskari et. al 2016)؛ (Nikki et. al 2018) ، (Sharma (Chester & DeWal, 2018) (et. al 2017)؛ (Christopher et. al 2017)؛ (Dir et. al 2016) همخوانی دارد. اگرچه هیجان در همه افراد دیده می شود، اما نوجوانان ۱۱ تا ۱۸ ساله بسیار بیشتر از دیگران این تاثیر پذیری را نشان می دهند. نوجوانان تحت تاثیر هیجان می توانند دست به کارهای عجیب و غریب بزنند؛ و یکی از توانایی هایی که در این خصوص کمک کننده است تنظیم هیجانی است. در خصوص تبیین نتایج به دست آمده می توان گفت: افرادی که توانایی درک و بیان حالت های هیجانی خود را ندارند، و فاقد مهارت های لازم برای کنار آمدن با تجارب هیجانی خود هستند؛ در مقایسه با افرادی که چنین توانمندی را دارند، در ارتباط با محیط های پرتنش و تجارب منفی سازگاری کمتری را نشان می دهند، و احتمال بیشتری دارد هنگامی که می خواهند عواطف منفی خود را مدیریت کنند درگیر رفتارهای پرخطر شوند. این افراد با انجام رفتارهای پرخطری مانند مصرف الکل و مواد مخدر به دنبال راهی برای کاهش پریشانی هیجانی و کسب مجدد آرامش خود هستند (Maleki et al., 2019).

نتایج پژوهش نشان داد بین ذهن آگاهی و خودتنظیمی هیجانی رابطه وجود دارد. نتایج به دست آمده از این پژوهش با یافته های (Badanfiroz et al., 2017)؛ (Dadash Nia, 2014)؛ (Guendelman et al., 2017)؛ (Lyvers et al., 2014) همسو می باشد. در تبیین این نتیجه می توان گفت، ذهن آگاهی می تواند آگاهی عمیق تر و مدیریت هیجان نسبت به احساسات و افکار را افزایش داده و استرس را کاهش دهد، و سلامتی را بهبود ببخشد. افراد برخوردار از مهارت ذهن آگاهی می دانند که افکار فقط افکار هستند، و فرد ذهن آگاه نسبت به ماهیت تخریب کننده برخی از این افکار که باعث ترس از شکست و ناامیدی در فرد می شود، هوشیار و حساس می شود. در نتیجه فردی که نسبت به افکار، احساسات و هیجانات خود آگاهی بیشتری داشته باشد، کمتر تحت تاثیر افکار منفی و مخرب و احساسات و هیجانات ناخوشایند قرار می گیرد (Ghasemi Jobaneh et. al 2016). استفاده از ذهن آگاهی می تواند شیوه فراشناختی پردازش را به کار گیرد، و انعطاف پذیری را در پاسخ به تهدید را افزایش دهد. ذهن آگاهی با راهبرد مناسب پاسخ به هیجانات که به طور خودکار و غیر انعطاف پذیر هستند را کاهش می دهد و به جای آن باعث تنظیم هیجانات به صورت انعطاف پذیرتر می شود (Azizi Karaj et. al 2017).

نتایج تحلیل معادلات ساختاری نشان داد، بین کنترل روانشناختی والدین و خودتنظیمی هیجانی رابطه دارد. در تبیین این یافته می توان گفت: زمانی که اعتماد بین والدین و فرزندان وجود داشته باشد نه تنها باعث افزایش اعتماد به نفس در فرزندان می گردد، بلکه باعث افزایش سازگاری در آنها می گردد. وقتی رابطه والدین با فرزندان خود به صورت عاطفی از نوع مثبت باشد، افراد این خانواده نیز هیجانات مثبت را تجربه خواهند کرد (Saberi Fard & Hajiarbabi, 2019). خانواده با آموزش مهارت های تنظیم هیجان، آنها را برای مقابله با مشکلات احتمالی تجهیز نماید. زمانی که اعضای خانواده از لحاظ عاطفی و هیجانی و عاطفی در دسترس و پاسخده فرزند خود باشند. فرزندان در زمان وقوع رویداد های استرس زا بهتر می توانند از مهارت های مقابله ای استفاده کرده، و در برابر رفتارهای پرخطر مقاومت بیشتری از خود نشان دهند.

نتایج تحلیل معادلات ساختاری نشان داد، کنترل روانشناختی والدین از طریق خود تنظیمی هیجانی با رفتارهای پرخطر رابطه دارد. در تبیین این نتیجه می توان این چنین گفت: خانواده به عنوان محیطی که اولین تجربه ها و آموزه های زندگی را برای کودکان فراهم می کند، قادر است جهت گیری شناختی، هیجانی و اجتماعی کودکان را شکل داده و با آموزش مهارت های مختلف آن ها را از نظر هیجانی و شناختی برای مقابله با مشکلات احتمالی در آینده تجهیز نماید. یکی از دستاوردهای رشدی مهم که فرد در محیط خانواده کسب می کند، مهارت خودتنظیمی هیجانی است که علاوه بر آموزش مستقیم، از طریق الگوبرداری و تاثیرپذیری از بافت و محیط خانواده نیز فرا گرفته می شود. لذا وقتی در محیط خانواده اعضا به یکدیگر اعتماد و اطمینان دارند، با یکدیگر خوب کنار می آیند، می توانند تصمیم بگیرند که هر مشکلی را چگونه حل کنند؛ همه اعضای خانواده همانگونه که هستند پذیرفته می شوند، می توانند در مورد هر گونه احساسی با یکدیگر صحبت کنند و احساساتشان را به یکدیگر ابراز کنند. نوجوان مهارت های لازم برای خود تنظیمی هیجانی را از طریق الگوبرداری فرا می گیرد به عبارت دیگر خودآگاهی در ابراز هیجانات، تناسب موقعیتی ابراز هیجان، ثبات هیجانی و مدیریت هیجانات در نوجوانانی که در چنین خانواده هایی پرورش یافته اند وجود دارد. در نتیجه این نوجوانان کمتر خود را درگیر برانگیختگی هیجانی و رفتارهای پرخطر می کنند (Ghaempour et al., 2020). بر اساس نتایج پژوهش ذهن آگاهی از طریق خود تنظیمی هیجانی با رفتارهای پرخطر رابطه دارد. در تبیین این یافته یکی از متغیرهایی که می تواند در کنترل توجه و تنظیم ویژگی های شخصیتی و هیجانی نقش مهمی داشته باشد، ذهن آگاهی می باشد. با توجه به اینکه افرادی که به سمت رفتار پرخطری مثل مصرف مواد گرایش پیدا می کنند، دارای مشکلات شخصیتی و منشی می باشند، ذهن آگاهی با افزایش کنترل سرخ های دیداری مصرف الکل و مواد می تواند در درمان این اختلالات موثر واقع شود. مهارت های ذهن آگاهی با شناسایی و توصیف بهتر احساسات، رضایت بدنی بیشتر اضطراب و پریشانی کمتر همبستگی دارند (Aloliloah et al., 2014). مفهوم ذهن آگاهی به افراد کمک می کند، تا بپذیرند اگر چه هیجانات منفی در زندگی همه انسانها وجود دارد، اما بخش ثابتی از شخصیت و روند زندگی نیستند؛ و پذیرش این مسئله فرد را توانمند می سازد که به جای واکنش غیر ارادی به هیجانات و رویدادهای برانگیزاننده به آنها آگاهانه واکنش نشان دهد و بتواند مشکلات رفتاری را کاهش داده و به شیوه کارآمدتر با زندگی رابطه برقرار کند (Jafarri et al., 2017). از جمله محدودیت های پژوهش حاضر انجام پژوهش روی دانش آموزان مقطع متوسطه است، لذا تعمیم آن به مقاطع دیگر باید با احتیاط صورت بگیرد. همچنین محدودیت دیگر پژوهش با توجه به مجازی بودن پرسشنامه همکاری کم دانش آموزان جهت تکمیل و تحویل به موقع پرسشنامه ها بود. یافته های این پژوهش پیشنهاد می کند که در توان بخشی و اصلاح افراد با مشکلات مرتبط با رفتارهای پرخطرضعف در مهار و القای هیجانات مثبت می تواند رویه اصلاح رفتار را با مشکل روبه رو کند. بنابراین والدین با به کارگیری شیوه های مطلوب و صحیح فرزند پروری می توانند فرزندان سالم پرورش دهند که از گرایش به رفتارهای پرخطر فرزندان خود پیشگیری به عمل آورند. با توجه به یافته های پژوهشی، تجهیز افراد به ویژه دانش آموزان به راهبردها، مهارت های شناختی و فراشناختی مناسب و موثر، در زمینه مدیریت تنظیم هیجانی و آموزش ذهن آگاهی و... پیشنهاد می شود. همچنین با آگاهی دادن در مورد تنظیم هیجانات می توان به دانش آموزان در خصوص نقش و اهمیت تنظیم هیجانات، و کاربرد راهبردهای خود تنظیمی هیجانی مثبت و اثر آن روی مهارت های اجتماعی و اخلاقی در زندگی کمک فراوانی کرد. با توجه به اینکه روش مبتنی بر ذهن آگاهی

حیدری و همکاران: بررسی روابط علی کنترل روانشناختی والدین و ذهن آگاهی با رفتارهای ...

در کاهش اختلالات روانشناختی، اجتماعی و رفتاری نقش موثری دارد. انتظار می رود که مداخلات مبتنی بر ذهن آگاهی از طریق افزایش میزان ذهن آگاهی در کاهش رفتارهای پرخطر و نیز تنظیم هیجانی نیز اثرگذار باشد، بنابراین پیشنهاد می گردد، مسئولین آموزشی به آموزش هایی در این زمینه توجه ویژه داشته باشند.

تشکر و سپاسگزاری

بدین وسیله از اساتید راهنما و مشاوران خود که با وجود دشواری های مربوط به پاندمی کرونا در انجام این تحقیق از هیچ کمکی مضایقه ننمودند، کمال تشکر و امتنان را دارم.

تضاد منافع

این مقاله بر گرفته از رساله دکتری نویسنده اول در رشته روانشناسی در دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی دانشگاه آزاد اسلامی واحد تبریز می باشد، و نویسندگان هیچ تضاد منافی در رابطه با این پژوهش اعلام نمی نمایند.

Reference

- Aloliloah-Gh, K., Abolghasemi, A., Zahed, A. (2014). The Relationship of Mindfulness Skills and Metacognitive Beliefs with Interpersonal Reactivity of Substance Abusers. *jcp*,6(3),33-41. [In Persian].
- Aminabadi, Z, Khodapnahi, M. K. & Dehghani, M. (2011). The mediating role of cognitive emotion regulation in adolescents' perceptions of the dimensions of parenting styles and their academic success. *Journal of Behavioral Sciences*, 5(2), 109-117. [In Persian]
- Arshi, M., Latifian, M., Asad, R, Sheikholmoloki, F. (2018). Studying the Relationship Between the Family's Emotional Climate and Attitude Toward Addiction Among Students. *Socialworkmag*, 7(1), 22-28. [In Persian]
- Azizi Karaj, M., Dehghani, F., Kamali Zarch, M. (2017). The Moderating Role of Emotion Self-Regulation in the Relationship between Mindfulness and Self-Efficacy of Patients with Type 2 Diabetes Yazd Township. *Horizon Med Sci*, 23(3), 243-250. [In Persian]
- Badan Firooz, A., Tabatabai, M., Najji, A. (2017). Investigating the psychometric properties of the Persian version of the Dependent-Oriented Psychological Control Scale and Oriented Progress in High School Students. *Journal of School Psychology*, 6(7), 1-17. [In Persian]
- Barco., B. L. Mendo-Lazaro, S., Polo-del-Rio, F., & Lopez-Ramos, V. L., (2019). Parental Psychological Control and Emotional and Behavioral Disorders among Spanish Adolescents. *Int. J. Environ. Res. Public Health*, 16, 123-145. [In Persian]
- Barco., B. L. Mendo-Lazaro, S., Polo-del-Rio, F., & Lopez-Ramos, V. L., (2019). Parental Psychological Control and Emotional and Behavioral Disorders among Spanish Adolescents. *Int. J. Environ. Res. Public Health*, 16, 123-145.
- Chester, D.S. & DeWall, C.N. (2018). Aggression is associated with greater subsequent alcohol consumption: A shared neural basis in the ventral striatum. *Wiley online library*, 44(3), 285-293.

- Christopher D. Houck, G., Wendy, H., David, B., Larry, K. Brown., F., Evan, H., & Brandon, A. (2017). An emotion regulation intervention to reduce risk behaviors among at-risk early adolescents. *Published in final edited form as: Prev Sci*, 17(1), 71–82.
- Dadash Nia, H. (2014). *The effectiveness of mindfulness exercises on fear of negative evaluation and emotional self-regulation in anxious students*. Master Thesis in Psychology, Azad University of Tehran Markaz. [In Persian].
- Dir,A., Banks ,D.E., Zapolski ,T.C., McIntyre, E.,& Hulvershorn, L.A. (2016). Negative urgency and emotion regulation predict positive smoking expectancies in non-smoking youth. *Addict Behav.*, 58, 47-52.
- Fish, J. N., Maier, C. A., & Priest, J. B. (2015). Substance abuse treatment response in a Latino sample: the influence of family conflict. *Journal of substance abuse treatment*, 49, 27-34.
- Ghaempour, Z, Ismailian, M & Sarafraz, M R. (2020). Emotion regulation in adolescents, the predictive role of family functioning and attachment. *Thought and Behavior*, 14(51), 1-16. [In Persian]
- Ghanbari Zarandi, Z., Mohammadkhani, S., & Hasheminasab, M. (2016). Structural Model of substance Abuse in Adolescents: Direct and Indirect Roles of Individual, Psychological, Family, and Social Factors. *Etiadpajohi*, 10 (38) ,87-102. [In Persian].
- Ghasemi Jobaneh, R., Mousavi, V., Zanipoor, A., Hoseini Seddigh, M. (2016). The relationship between mindfulness and emotion regulation with academic Procrastination of Students. *Educ Strategy Med Sci*, 9 (2) ,134-141. [In Persian]
- Ghorbani, N., Watson, P. J., & Weathington. (2009). Mindfulness in Iran and the United States: Cross-Cultural Structural Complexity and Parallel Relationships with Psychological Adjustment. *Current Psychology*, 28(5), 211–224. [In Persian]
- Guendelman, S., Medeiros, . S., & ampes, H., (2017). Mindfulness and Emotion Regulation: Insights from Neurobiological, Psychological, and Clinical Studies. *Front Psychol.* , 8, 220-230.
- Gullone, E., & Moore, S. (2000). Adolescent risk-taking and the five-factor model of personality. *Journal of Adolescence*, 23(4), 393-407.
- Hassanpour, E, Mikaeli Manieh, F & Issazadegan, A (2014). Comparison of the effectiveness of memory skills and emotional self-regulation on reducing test anxiety of female high school students in Urmia in the academic year 91-92. *Journal of Psychological Achievements*. 21(115), 19-44. [In Persian]
- Hummel, A., Shelton, K.H., Heron, J., Moore, L., &van den Bree, A. (2013). Systematic Review of the Relationships between Family Functioning, *Pubertal Timing and Adolescent Substance Use*. *Addiction*, 108(3),487-96.
- Jafarri, A M., Omidi Shamami, M., Fahimi, S. (2017). The comparative study of mindfulness and emotion regulation in substance abuser resistant to treatment. *MEDICAL SCIENCES*, 27(1), 62-70. [In Persian].
- kahrazeie ,F.(2017). The relation of Family Functional with Self-regulation of Academic and Inhibition among high school students. *Rooyesh*, 6(2), 121-148. [In Persian].
- Kashif Gaskari, A., Mashayekh, M., & Hakami, M. (2016). The relationship between moral foundations and emotional self-regulation with high-risk behaviors in first grade high school girls, *Alborz Scientific, Research and Technology Journal* 2. [In Persian].

- Lyvers, M., Makin, C., & Toms, E. (2014). Trait Mindfulness in Relation to Emotional Self-Regulation and Executive Function. *World Health Organization*, 5(6), 619–625.
- Maleki, M, Mohagheghi, H & Nabizadeh, S. (2019). Predicting the tendency to risky behaviors based on rumination of anger and expression of emotion. *Thought and Behavior*, 8(13), 1-20. [In Persian].
- Marini, C.M., Wadsworth, Sh .M., Christ, Sh .L. & Franks, M.(2017). Emotion expression, avoidance and psychological health during reintegration. *Journal of Social & Personal Relationships*, 34(1), 69-90.
- Masaevaa, Z., & Lechieva, M. (2016). Psychological aspects of the family values and their effect on aggression events associated with pre-school children. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 233(17), 216–221.
- Nagaran Tusi, T., Talebian Sharif, J., & Abdokhodaei, M S. (2019). Studying The relationship between attachment styles and parenting styles mediated by high-risk behaviors on the quality of life of runaway girls. *Journal of psychology new ideas*, 3(7),1-14.
- Nezampoor, R., Mashhadi, A., & Bigdeli, I. (2018). Effectiveness of Mindfulness-Based Stress Reduction Group Training on Aggression and Risky Behavior in Male Orphan Adolescents. *jcp*, 10(2),1-20. [In Persian].
- Nikki, C, Lee, F, Wouter, D., Weeda, D., Insel, C., Leah, H, Krabbendam, L., Huizinra, M. (2018). Neural substrates of the influence of emotional cues on cognitive control in risk-taking adolescents. *Developmental Cognitive Neuroscience*.
- Priddy, Matthew, O, Howard, A., Hanley, F., Michael, R. Riquino, J., Katarina., D. Friberg-Felsted, K., & Eric., L (2018). Mindfulness meditation in the treatment of substance se disorders and preventing future relapse: neurocognitive mechanisms and clinical implications. *Access to scientific and medica lresearch*, 9, 103-114.
- Rayan, R. M., & Brown, K. W. (2003). Why We Don't Need Self-Esteem: on Fundamental Need, Contingent Love, and Mindfulness. *Psychological Inquiry*, 14, 27-82.
- Sadri Demirchi, I & Kiani Chalmardi, A R (2018). The effectiveness of counseling to reduce high-risk behaviors on improving quality of life and curbing tempting ideas in people with substance abuse disorders. *Quarterly Journal of Substance Abuse, Eleventh Year*, 41, 1-19. [In Persian].
- Salehi Morkani, B (2006). *Evaluation and comparison of emotional self-regulation strategies among students with anxiety disorders and depression with normal students in Isfahan*. master's thesis. Al-Zahra University.
- Salehi, P (2017). *The Relationship between Parental Psychological Control and Behavioral Problems of Adolescent Girls and Boys: The Mediating Role of Satisfying Basic Psychological Needs*. Master Thesis in Family Psychology, Shahid Beheshti University.
- Samani, S., Sohrabi Shegefti, N., Mansori, S. (2011). Mediating Role of Cognitive Emotion Regulation for Parenting Style and Emotional Disturbances. *Journal of Psychological Models and Methods*, 1(3), 111- 124. [In Persian].
- Sanchez-Queija, I, Oliva, A., Parra, A., & Camacho, C. (2016). Longitudinal Analysis of the Role of Family Functioning in Substance Use. *Journal of Child and Family Studies*, 25(1), 232-240.
- Segal, Z. V. Williams, J. Mark, G. & Teasdale, J. D. (2013). *Mindfulness-based cognitive therapy for depression*. New York: Guilford Press.
- Shabani, M., RanjbarSudejani, Y. (2018). The effectiveness of Treatment mindfulness-based stress reduction to reduce high-risk behaviors and impulsivity in adolescents. *Rooyesh*, 7(8), 17-30. [In Persian].

- Shams Elahi, M & Jadidian, A A (2021). The effectiveness of parenting styles on students' tendency to risky behaviors. *Journal of Applied Studies in Social Sciences and Sociology*, 3(3), 1-10. [In Persian].
- Sharma, M. K., Suman, LN., Murthy,P., & Marimuthu, P.(2017). Relationship of anger with alcohol use treatment outcome: Follow-up study. *Indian Journal of psychological Medicine*, 39(4), 426-429.
- Shokri, N, Yousefi, M, Safaei Rad, I, Akbari, T, Mousavi, Maryam & Nazari, H (2015). Correlation of high-risk behaviors in student adolescents with parenting styles. *Journal of Health Promotion Management*,5(1), 73-82. [In Persian].
- Siri, S.,&Siri, N. (2015). Relationship between family cohesion and the level of aggression of high school students in Pakdasht city of Tehran province. *Journal of New Ideas on Science and Technology*,1(1), 37-55.

COPYRIGHTS

© 2022, by the authors. Licensee Family Psychology Association of Iran. This article is an open access article distributed under the terms and conditions of the Creative Commons Attribution 4.0 International (CC BY 4.0) (<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>)

