

## تأثیر نگرانی و نشخوارگری بر توانایی های شناختی با توجه به نقش میانجی گری هوش هیجانی

سهراب امیری\*، فیروزه سپهریان آذر

گروه روان شناسی، دانشگاه ارومیه، ارومیه، ایران.

تاریخ پذیرش: ۹۵/۷/۱۸

تاریخ دریافت: ۹۵/۳/۲۴

### چکیده:

زمینه و هدف: توانایی های شناختی کارکردهایی مانند برنامه ریزی، توجه، بازداری پاسخ، حل مسئله و انعطاف پذیری شناختی را شامل می شوند. هدف پژوهش حاضر بررسی اثرات نگرانی و نشخوارگری بر توانایی های شناختی بود، بر اساس نقش میانجی گری هوش هیجانی بود.

روش بررسی: طرح پژوهش حاضر همبستگی و مقطعی می باشد. به این منظور، از بین جامعه آماری دانشجویان دانشگاه ارومیه تعداد ۳۴۰ نفر بر اساس نمونه گیری تصادفی خوشه ای چندمرحله ای انتخاب شدند. سپس پرسشنامه نگرانی، نشخوارگری، هوش هیجانی و توانایی های شناختی بین شرکت کنندگان پژوهش توزیع شد تا پاسخ دهند. داده های جمع آوری شده با استفاده از شاخص های توصیفی، همبستگی، مدل یابی معادلات ساختاری و نرم افزار SPSS مورد تحلیل قرار گرفتند.

یافته ها: نتایج نشان داد که همبستگی منفی معنی داری بین نگرانی و نشخوارگری و همبستگی مثبت میان هوش هیجانی و توانایی های شناختی وجود دارد. همچنین الگوی تحلیل مسیر نشان دهنده نقش میانجی گری هوش هیجانی در ارتباط بین نگرانی و نشخوارگری با توانایی های شناختی بود.

نتیجه گیری: نتایج از این فرضیه حمایت کرد که نگرانی و نشخوارگری موجب تداخل در توانایی های شناختی می شود و هوش هیجانی بالا می تواند نقش تعدیل کننده در این رابطه داشته باشد.

واژه های کلیدی: توانایی شناختی، نگرانی، نشخوارگری، هوش هیجانی.

### مقدمه:

فردی نیز می تواند بر عملکرد در تکالیف شناختی تأثیر گذاشته، عملکرد شناختی را تسهیل یا مانع آن شوند. نگرانی ها (Worries)، حواس پرتی ها (Distractions)، سوگیری های توجه (Attentional biases)، نشخوارگری (rumination) و افکار وسواسی (Obsessive thought) نمونه هایی از فرایندهای روانی هستند که تداخل شناختی ایجاد می کنند (۷)؛ بنابراین، ویژگی های فردی ممکن است بر توانایی ادغام اطلاعات در قالب حافظه کاری تأثیر گذاشته یا منابع توجهی و شناختی فرد را در نتیجه مشغولیت شناختی محدود کرده و در نتیجه

توانایی های شناختی عبارت اند از فرایندهای عصبی درگیر در اکتساب، پردازش، نگهداری و کاربرد اطلاعات که به دلیل ضرورت حل مشکلات بوم شناختی و هدایت محیط های اجتماعی پیچیده تحول یافته اند (۱). توانایی های شناختی رابط بین رفتار و ساختار مغز بوده و گستره وسیعی از توانایی ها (برنامه ریزی، توجه، بازداری پاسخ، حل مسئله، انجام همزمان تکالیف و انعطاف پذیری شناختی) را شامل می شوند. کارآیی شناختی به طور مستقیم با میزان منابع فراخوانی شده توسط فرد مرتبط بوده و ویژگی های

توانایی فرد برای انجام تکالیف را مختل سازند. بر این اساس سازه های فردی می توانند به گونه‌ای مستقل بر عملکرد شناختی اثر گذارند؛ برخی مطالعات نیز بیان داشته اند که سازه هایی مانند نشخوارگری نقش موثری در این بین بازی می کنند (۳).

نشخوارگری به توجه متمرکز مکرر بر روی نگرانی های شخصی و اهداف حل نشده هیجان های منفی، علل و پیامدهای هیجان های منفی اشاره دارد (۴). نشخوارگری بیش از حد می تواند بر روی توانایی شناختی فرد تأثیر گذارد؛ به طوری که فرد با هیجان های منفی اشتغال یافته و در نتیجه قادر به تمرکز نیست؛ بنابراین نشخوارگری می تواند به عنوان یک مداخله گر فرایند شناختی، منابعی را که فرد قادر به اختصاص دادن به حل مسئله است را محدود سازد (۵). افرادی که تمایلات نشخوارگرایانه بالایی دارند، در سوق دادن توجه خود از هیجان های منفی به سمت تکالیف با دشواری مواجه اند (۴). با استفاده از آزمون کارت های ویسکانسین پژوهشگران دریافته اند که نشخواری بالا، ناتوانی در تغییر توجه شناختی را در پی داشته و منجر به کاهش کلی عملکرد می گردد (۴)؛ چنین افرادی هنگامی که با موقعیت هایی مواجه می شوند که نیازمند اتخاذ راهبردهای شناختی است، اغلب از راهبردهایی بهره می گیرند که پیش از این به موفقیت آنها انجامیده باشد. با این حال زمانی که این راهبردها به شکست می انجامد، افراد با تمایلات نشخوارگرایانه بالا قادر به اتخاذ راهبردهای جایگزین نبوده و به همین دلیل عملکرد آنها کاهش نشان می دهد (۴). در چنین موقعیت هایی نشخوارگری منجر به تمرکز شدید فرد بر روی هیجان های منفی شده و بنابراین فرد قادر به توجه، ذخیره اطلاعات ارائه شده نیست (۶). نشخوارگری همچنین با پردازش شناختی مختل در تکالیف خنثی، دشواری تغییر توجه و انعطاف پذیری ذهنی و نقایص حافظه کاری مرتبط دانسته شده است (۷). سازه نشخوار شباهت های بسیار با نگرانی دارد و مطالعات رابطه نشخوار و نگرانی را نشان داده اند (۸). بر این اساس،

درحالی که نگرانی فرایند شناختی زیربنایی اختلال اضطراب فراگیر است، نشخوارگری ممکن است فرایند شناختی اولیه در هر دو اختلال افسردگی اساسی و اختلال اضطراب فراگیر باشد هر دو سازه نگرانی و نشخوار متمرکز بر خود، تکراری و فرایندهای فکری مرتبط با سبک های شناختی انعطاف ناپذیر بوده، علاوه بر این، نگرانی و نشخوار، در فرایندهای شناختی مشترک اند (۹).

نگرانی زنجیره ای از افکار و تصاویر دارای درون مایه عاطفی است که نسبتاً غیرقابل کنترل بوده و دلالت بر تلاش جهت اشتغال به مسئله گشایی روانی در مورد موضوعات واقعی یا خیالی دارد (۹). هرچند نگرانی بخشی طبیعی از زندگی افراد است، اما می تواند بعد آسیب شناسی گرفته، تداخل قابل ملاحظه‌ای در کارکرد افراد ایجاد و آشفتگی های هیجانی و مشکلات جسمی را منجر گردد؛ بنابراین، هیجان های منفی (مانند نشخوارگری و نگرانی) تصمیم گیری و فرایندهای شناختی را مختل می سازند (۱۰). از سویی افرادی که دارای هوش هیجانی بالا هستند ممکن است، قادر باشند از اثرات چنین هیجان های منفی اجتناب کنند. یافته ای مشابه در عملکرد زبان یافت شده است؛ به طوری که هوش هیجانی بالا با عملکرد زبانی بهتر در دانش آموزان دارای توانایی شناختی پایین مرتبط بود (۱۱).

هوش هیجانی تفاوت های فردی در شیوه هایی است که فرد هیجان های مرتبط با خود و دیگران را تجربه، تشخیص، درک و تنظیم می کند. مفهوم هوش هیجانی توسط Sepehrian Azar بیان شد که شامل توانایی انجام استدلال درست درباره هیجان ها و توانایی استفاده از هیجان ها و دانش هیجانی برای ارتقا تفکر است. به طور خاص تر، Sepehrian Azar هوش هیجانی را به عنوان توانایی درک درست، ارزیابی و ابراز هیجان، توانایی دسترسی و ایجاد احساسات، دانش هیجانی و توانایی تنظیم هیجان به منظور ارتقای رشد هوشی و هیجانی تعریف کرده اند (۱۲). علاوه بر این، شواهدی وجود دارد که هوش هیجانی منجر به افزایش نگرش های مثبت، بهبود

## روش بررسی:

پژوهش حاضر با توجه به نوع متغیرهای و شیوه گردآوری داده ها به طرح های همبستگی و مقطعی تعلق دارد. جامعه آماری دانشجویان دانشگاه ارومیه تعداد ۳۴۰ نفر بر اساس نمونه گیری تصادفی خوشه ای چندمرحله ای انتخاب شدند. به این ترتیب که در گام نخست ۵ دانشکده به طور تصادفی انتخاب شده و از هر دانشکده ۸ کلاس به طور تصادفی انتخاب و در نهایت داده های پژوهش از دانشجویان حاضر در این کلاس ها جمع آوری گردید.

جهت سنجش متغیرهای پژوهش از ۴ پرسشنامه استفاده شد. توانایی شناختی از طریق پرسشنامه توانایی های شناختی سنجیده شد (۲۱). این پرسشنامه شامل ۳۰ پرسش است که سیاهه ای از فعالیت های روزانه نیازمند توانایی های شناختی و سیاهه ای از کارکردهای شناختی مغز مشتمل بر حافظه، اقسام توجه (انتخابی، انتقالی، تقسیم شده و پایدار)، برنامه ریزی، تصمیم گیری و شناخت اجتماعی را بر اساس مقیاس لیکرت ۵ گزینه ای از ۱ (تقریباً هرگز) تا ۵ (تقریباً همیشه) می سنجد. ویژگی های روان سنجی این ابزار توسط نجاتی مطلوب نشان داده شده است؛ به طوری که میزان آلفای کرونباخ گزارش شده توسط نجاتی برای این پرسشنامه ۰/۸۳ و همبستگی آزمون باز آزمون آن در سطح ۰/۰۱ معنی دار بود (۲۱). در مجموع روایی و پایایی این ابزار برای ارزیابی کارکردهای شناختی مطلوب بود. در پژوهش حاضر نیز نتایج ضرایب آلفای کرونباخ ۷ خرده مقیاس حافظه ۰/۷۹، کنترل مهاری ۰/۷۳، تصمیم گیری ۰/۶۷، ۰/۵۶، توجه پایدار ۰/۵۹، ۰/۵۱، انعطاف پذیری شناختی ۰/۶۰ و کل ۰/۸۹ به دست آمد که بیانگر همسانی درونی مطلوب آن بود.

مقیاس خود سنجی هوش هیجانی شات بر اساس الگوی اولیه Mayer و همکاران ساخته شده است (۲۲). این مقیاس در قالب ۳۳ جمله ی توصیفی دارای ۳ مولفه هست که عبارت اند از مولفه ی تنظیم هیجان، مولفه ی

روابط، جهت گیری بیشتر به سمت ارزش های مثبت و سازگاری بالاتر می شود و همچنین پژوهش های نشان دهنده نقش هوش هیجانی در بهبود زندگی است، حتی پس از آنکه متغیرهای شخصیتی، جمعیت شناختی، عاطفی، عزت نفس و حمایت اجتماعی مورد کنترل قرار گرفتند (۱۳). پژوهش های گسترده ای ارتباط مثبت بین هوش هیجانی و متغیرها مربوط به سلامت روان، بهزیستی و راهبردهای مقابله ای موثرتر و همچنین ارتباط منفی هوش هیجانی با آسیب شناسی روانی را نشان داده است (۱۴). ضمن اینکه صفت هوش هیجانی میانجی مهم در واکنش به استرس ها است (۱۵).

پژوهش ها نقش ضمنی نگرانی و نشخوار در کاهش توانایی های شناختی را بیان داشته اند و تفاوت های فرد در توانایی های شناختی پیش بین مهم تفاوت افراد در کارکردهای گوناگون مانند عملکرد تحصیلی بیان شده است (۱۶). هنگامی که تأثیر خاص نگرانی و نشخوار بر ابعاد شناختی مانند حافظه و توجه مورد نظر است، پژوهش های این حیطه بسیار اندک اند (۱۷). از طرفی، علاقه به تأثیر حالات هیجانی بر روی فرایندهای شناختی تاریخچه ای طولانی در روان شناسی دارد (۱۸). در سال های اخیر تحقیق پیرامون هیجان ها رویکرد غالبی در روان شناسی گشته است (۱۹)؛ به طوری که پژوهش با ابزارها چندگانه نشان دهنده روابط قابل توجه بین ابعاد هیجانی با توانایی شناختی و حل مسئله است (۲۰)؛ اما نقش سایر متغیرها مانند هوش هیجانی در رابطه بین نگرانی و نشخوار با توانایی شناختی چندان مورد پرداخت واقع نشده است؛ بنابراین، هدف پژوهش حاضر بررسی نقش سازه های شخصی مانند هوش هیجانی، نگرانی و نشخوار در ارتباط با عملکرد فرد در تکالیف شناختی است، اینکه آیا نگرانی و نشخوار منجر به تسهیل یا بازداری عملکرد شناختی می شوند. از طرفی مطالعه نقش تعدیل کننده هوش هیجانی به عنوان صفت میانجی روابط بین نگرانی و نشخوارگری با توانایی های شناختی است.

ارزیابی و بیان هیجان و مولفه بهره برداری از هیجان. این ابزار را می توان به صورت فردی یا گروهی اجرا کرد. سیستم نمره گذاری آن به این صورت است که آزمودنی درجه ی موافقت یا مخالفت خود را با هر یک از جمله ها در طیف لیکرت ۵ گزینه ای کاملاً مخالف = ۱ تا کاملاً موافق = ۵ انتخاب می کند (۲۲). این ابزار در پژوهش های زیادی به کار گرفته شده، از روایی و اعتبار قابل قبولی برخوردار است. در مطالعه خسرو جاوید  $\alpha=0/81$  گزارش شده است (۲۳). در پژوهش حاضر، نتایج ضرایب آلفای کرونباخ به ترتیب برای ۳ خرده مقیاس ارزیابی و بیان هیجان  $\alpha=0/81$ ، تنظیم هیجان  $\alpha=0/78$  و بهره برداری از هیجان  $\alpha=0/84$  به دست آمد که همسانی درونی مناسبی را نشان می داد.

پرسشنامه نگرانی پن استیت با استفاده از ۱۶ ماده سطح نگرانی حالتی را می سنجد (۲۴). افراط (زیادی)، دوام و غیرقابل کنترل بودن نگرانی را می سنجد و در ۱ مقیاس لیکرتی ۵ گزینه ای از ۱ (اصلاً معمول نیست) تا ۵ (خیلی معمول) درجه بندی می شود. مجموع نمراتی که فرد کسب می کند دامنه ای بین ۱۶ تا ۸۰ است (۲۴). پژوهش ها نشان از روایی و پایایی بالای این پرسشنامه دارند. در ایران، مفرد و همکاران اعتبار آزمون را به روش بازآزمایی در دو گروه بیمار و بهنجار  $0/88$  و  $0/85$  به دست آورده است (۲۵). در پژوهش حاضر بررسی ضریب آلفای کرونباخ این پرسشنامه همسانی درونی برابر با  $0/77$  برای کل پرسشنامه را نشان داد. مقیاس پاسخ های نشخوارگری (Ruminative Response Scale) به عنوان یکی از زیر مقیاس های سبک های پاسخدهی، از ۲۲ سوال تشکیل شده است و پاسخ های نشخوارگری را اندازه گیری می کند (۲۶). سوال های آزمون در اندازه های لیکرت ۴ درجه ای از نمره ۱ (تقریباً هرگز) تا نمره ۴ (تقریباً همیشه) سنجیده می شوند. از مجموع پاسخ ها، نمره نشخوارگری کلی به دست می آید. این پرسشنامه توسط باقری نژاد و همکاران به فارسی ترجمه شده است و اعتبار آن در نمونه ایرانی به واسطه ضریب آلفای

کرونباخ به عنوان شاخصی از همسانی درونی  $0/88$  گزارش شده است (۲۷). همچنین ضریب آلفای کرونباخ  $0/74$  برای مقیاس پاسخ های نشخوارگری در پژوهش حاضر به دست آمد.

به منظور گردآوری داده های پژوهش، پژوهشگر در بین شرکت کنندگان نهایی تحقیق حاضر یافته و پس از توضیح فرایند اجرا، پرسشنامه نشخوارگری، هوش هیجانی، توانایی شناختی و پرسشنامه نگرانی را بین شرکت کنندگان توزیع نمود تا پاسخ دهند، در حین گردآوری داده ها پژوهشگر حضوری فعال داشت تا ضمن پاسخگویی به موارد ابهامی از پاسخدهی تصادفی جلوگیری نماید. داده های گردآوری شده با استفاده از نرم افزار SPSS و آماره های توصیفی مانند میانگین و انحراف استاندارد و مدل یابی معادلات ساختاری از طریق لیزرل ۸/۸ مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفتند.

### یافته ها:

شرکت کنندگان پژوهش حاضر ۳۴۰ نفر از دانشجویان رشته های مختلف از شاخه های ادبیات و علوم انسانی، فنی مهندسی، اقتصاد، پزشکی و علوم پایه بودند. از مجموع شرکت کنندگان تعداد دانشجویان مقطع کارشناسی ۲۹۸ نفر ( $87/6\%$ )، مقطع ارشد ۳۷ نفر ( $10/9\%$ ) و مقطع دکتری ۵ نفر ( $1/5\%$ ) بودند که از میان دانشکده های فنی و مهندسی ۳۵ نفر ( $10/3\%$ )، اقتصاد ۳۰ نفر ( $8/8\%$ )، علوم انسانی ۱۷۲ نفر ( $50/6\%$ )، پزشکی ۲۸ نفر ( $8/3\%$ ) و علوم پایه ۷۵ نفر ( $22/1\%$ ) انتخاب گردیدند. در ادامه داده های توصیفی و جمعیت شناختی شرکت کنندگان در جدول شماره ۱ ارائه شده است.

در جدول شماره ۲، به ترتیب میانگین و انحراف معیار متغیرهای هوش هیجانی، نگرانی، نشخوار و توانایی شناختی درج گردیده است.

**جدول شماره ۱: خصوصیات توصیفی و جمعیت شناختی شرکت کنندگان پژوهش**

گروه	تعداد (درصد)	سن	وضعیت تأهل
		میانگین $\pm$ انحراف معیار	متأهل
دختر	۲۱۹ (۶۴/۴)	۲۲/۸ $\pm$ ۴/۴۷	۱۶۹
پسر	۱۲۱ (۳۵/۶)	۲۱/۷ $\pm$ ۲/۵۸	۹۸
کل	۳۴۰ (۱۰۰)	۲۲/۱ $\pm$ ۳/۹۵	۲۶۷

**جدول شماره ۲: میانگین و انحراف معیار هوش هیجانی، نگرانی، نشخوار و توانایی شناختی**

متغیر	پسر	دختر	کل
	میانگین و انحراف معیار	میانگین و انحراف معیار	میانگین و انحراف معیار
هوش هیجانی	۹۸/۴ $\pm$ ۱۸/۷	۱۰۳/۹ $\pm$ ۲۱/۳	۱۰۱/۹ $\pm$ ۲۰/۵
نگرانی	۴۱/۴ $\pm$ ۸/۵	۴۲/۲ $\pm$ ۹/۵	۴۱/۹ $\pm$ ۹/۲
نشخوار	۵۰/۲ $\pm$ ۶/۹	۵۶ $\pm$ ۸/۱	۵۴/۷ $\pm$ ۶/۰۸
توانایی شناختی	۹۴/۵ $\pm$ ۱۲/۹	۹۹/۶ $\pm$ ۱۵/۱	۹۷/۸ $\pm$ ۱۴/۵

نتایج جدول ۲ نشان‌دهنده میزان بالاتر هوش هیجانی، نگرانی، نشخوار و توانایی شناختی بالاتر در دختران در مقایسه با پسران است. پیش از تعیین و ارائه مدل علی و استفاده از تحلیل مسیر، لازم است تا ماتریس همبستگی میان متغیرهای پژوهش محاسبه شود. جدول شماره ۳ دربردارنده ماتریس همبستگی بین متغیرهای پژوهش است.

**جدول شماره ۳: ماتریس همبستگی متغیرهای پژوهش**

متغیرها	هوش هیجانی	نگرانی	نشخوارگری	حافظه	کنترل مهارتی	تصمیم‌گیری	برنامه‌ریزی	توجه پایدار	شناخت اجتماعی	انعطاف‌پذیری شناختی
هوش هیجانی	۱									
نگرانی	#۰/۱۴	۱								
نشخوارگری	#۰/۲۰	#۰/۴۸	۱							
حافظه	*#۰/۱۰	#-۰/۲۲	*#-۰/۱۳	۱						
کنترل مهارتی	۰/۰۴	#-۰/۳۱	#-۰/۲۳	#۰/۵۴	۱					
تصمیم‌گیری	۰/۰۱	#-۰/۲۸	#-۰/۱۷	#۰/۵۱	#۰/۵۷	۱				
برنامه‌ریزی	-۰/۰۳	#-۰/۲۸	#-۰/۲۳	#۰/۵۰	#۰/۵۴	#۰/۴۸	۱			
توجه پایدار	*#۰/۱۱	#-۰/۱۸	#-۰/۱۸	#۰/۲۹	#۰/۴۰	#۰/۴۲	#۰/۴۴	۱		
شناخت اجتماعی	#۰/۳۲	*#۰/۱۳	*#۰/۱۲	۰/۰۲	*#-۰/۱۲	#-۰/۱۵	#-۰/۲۰	#-۰/۳۳	۱	
انعطاف‌پذیری شناختی	۰/۰۷	#-۰/۲۰	#-۰/۲۳	#۰/۵۲	#۰/۵۰	#۰/۵۰	#۰/۵۶	#۰/۴۱	*#-۰/۱۲	۱

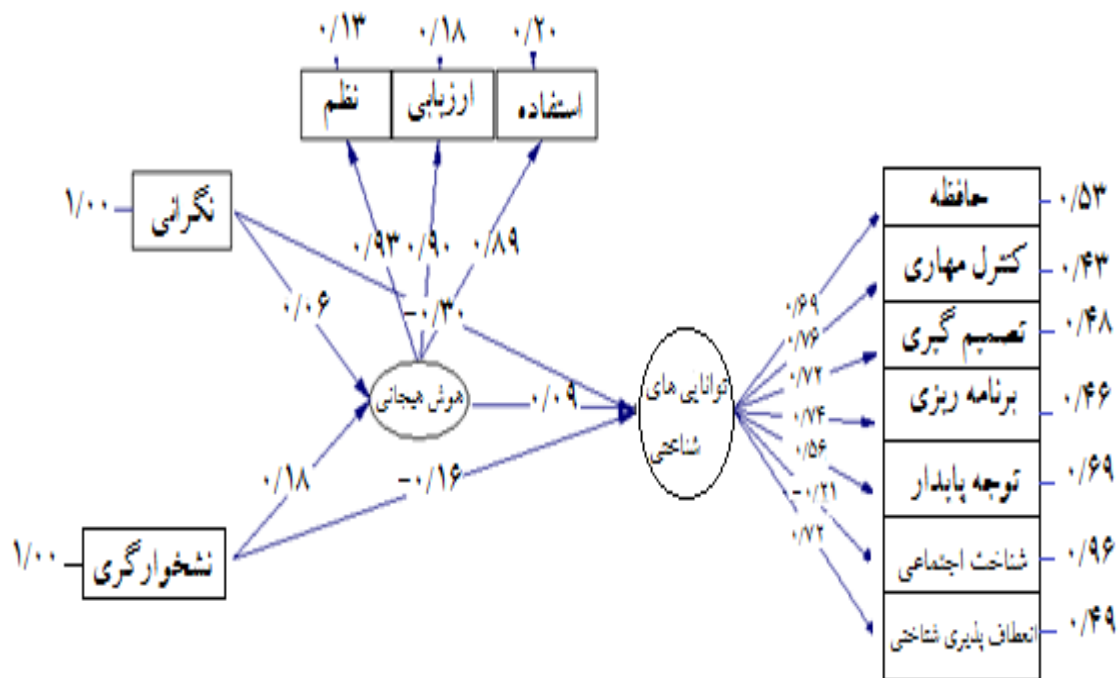
# :  $P < 0.01$  ; \* :  $P < 0.05$  ;  $n = 340$

نتایج جدول شماره ۳ نشان‌دهنده وجود روابط معنی‌دار بین متغیر نگرانی، نشخوارگری و هوش هیجانی با مولفه‌های توانایی شناختی است که میزان آن در ادامه بیان شده است. به‌طوری‌که رابطه منفی

متغیرهای نگرانی، نشخوارگری با نقش میانجی‌گری هوش هیجانی از تحلیل مسیر استفاده شد. نمودار شماره ۱ نتایج آزمون فرضیه اصلی به روش مدل‌سازی معادلات ساختاری را نشان می‌دهد. این نمودار نمایانگر ضرایب مسیر در رابطه علی بین ۴ متغیر پژوهش است. همچنین مقادیر اثرات مستقیم متغیرهای نگرانی، نشخوارگری و هوش هیجانی با توانایی شناختی در مدل تحلیل مسیر را می‌توان در جدول شماره ۴ مشاهده کرد.

معنی‌داری بین نگرانی و نشخوارگری با توانایی شناختی ( $P < 0/01$ ) و همچنین همبستگی معنی‌داری بین هوش هیجانی و برخی مولفه‌های توانایی شناختی (شامل حافظه، توجه پایدار و شناخت اجتماعی) ( $P < 0/01$ ) به دست آمد؛ همچنین متغیر شناخت اجتماعی با هر دو نگرانی و نشخوارگری همبستگی معنی‌داری مثبت به دست داد ( $P < 0/01$ ).

با توجه به معنی‌دار بودن تعدادی از روابط بین متغیرها، به‌منظور آزمون مدل توانایی‌های شناختی از طریق



نمودار شماره ۱: رابطه نگرانی، نشخوار و توانایی‌های شناختی با میانجی‌گری هوش هیجانی

جدول شماره ۴: مقادیر اثر مستقیم و ضرایب مسیر در مدل کلی

اثرات مستقیم	ارزش	مقدار t	سطح معنی‌داری
نگرانی بر توانایی شناختی	-۰/۳۰	-۴/۶۷	$P < 0/01$
نشخوارگری بر توانایی شناختی	-۰/۱۶	-۲/۴۸	$P < 0/05$
هوش هیجانی بر توانایی شناختی	۰/۰۹	۱/۵۳	$P > 0/05$

وجود دارد، اما رابطه غیرمستقیم از طریق میانجی‌گری هوش هیجانی مثبت معنی‌دار است. با توجه به معنی‌دار بودن رابطه

همان‌طور که نمودار شماره ۱ نشان می‌دهد بین نگرانی و نشخوار با توانایی شناختی رابطه مستقیم و منفی

نگرانی و نشخوار با توانایی شناختی این بخش از مدل تأیید می شود. مقادیر اثرات غیرمستقیم بین متغیرهای نگرانی و نشخوارگری و توانایی های شناختی در مدل تحلیل مسیر را می توان در جدول شماره ۵ ملاحظه کرد.

**جدول شماره ۵: مقادیر اثرات غیرمستقیم بین متغیرهای بیرونی و توانایی های شناختی در مدل تحلیل مسیر**

اثر غیرمستقیم متغیرها	ارزش	Z سوبل	سطح معنی داری
نگرانی بر توانایی شناختی با میانجی گری هوش هیجانی	-۰/۰۳۲	-۴/۵۸	P<۰/۰۱
نشخوارگری بر توانایی شناختی با میانجی گری هوش هیجانی	-۰/۰۴۶	-۲/۲۶	P<۰/۰۵

با توجه به نتایج جدول شماره ۵ در مورد تأثیر غیرمستقیم متغیرهای پژوهش بر توانایی های شناختی، ارتباط معنی داری بین نگرانی و نشخوارگری با توانایی شناختی وجود دارد؛ به طوری که هوش هیجانی تنها به میزان اندکی روابط منفی بین نگرانی و نشخوار را تعدیل می کرد، اما همچنان روابط بین این دو سازه و توانایی شناختی منفی بود. جهت بررسی مدل نهایی از شاخص های برازندگی مدل استفاده شد که نتایج آن در جدول شماره ۶ مشاهده می شود.

**جدول شماره ۶: شاخص های برازش مدل**

شاخص	X <sup>2</sup>	df	P	RMSEA	SRMR	NFI	NNFI	CFI	IFI	GFI	AGFI
ارزش	۱۵۲/۹۲	۵۰	>۰/۰۵	۰/۷۸	۰/۷۲	۰/۹۴	۰/۹۵	۰/۹۶	۰/۹۶	۰/۹۳	۰/۸۹

با توجه به نتایج جدول شماره ۶، شاخص های برازندگی نشان دهنده برازش مطلوب مدل با داده های پژوهشی است، می توان نتیجه گرفت فرضیه پژوهشی در این مدل تأیید می شود.

**بحث:**

هدف پژوهش حاضر بررسی نقش میانجی گری هوش هیجانی در ارتباط بین نگرانی و نشخوارگری با توانایی شناختی دانشجویان بود. همچنان که انتظار می رفت نتایج ضرایب همبستگی نشان داد که نگرانی و نشخوارگری روابط منفی با غالب مولفه های توانایی شناختی داشتند؛ به طوری که تمامی زیر مقیاس های توانایی شناختی شامل حافظه، کنترل مهاری، تصمیم گیری، برنامه ریزی، توجه پایدار و انعطاف پذیری شناختی با هدف پژوهش حاضر بررسی نقش میانجی گری هوش هیجانی در ارتباط بین نگرانی و نشخوارگری با توانایی شناختی دانشجویان بود. همچنان که انتظار می رفت نتایج ضرایب همبستگی نشان داد که نگرانی و نشخوارگری روابط منفی با غالب مولفه های توانایی شناختی داشتند؛ به طوری که تمامی زیر مقیاس های توانایی شناختی شامل حافظه، کنترل مهاری، تصمیم گیری، برنامه ریزی، توجه پایدار و انعطاف پذیری شناختی با

مورد تأیید قرار گرفت؛ بنابراین مدل روابط بین متغیرها که در غالب ضرایب همبستگی و تحلیل مسیر نشان داده شد، همسان با مطالعات پیشین است که روابط بین نگرانی و نشخوار با نقایص شناختی را گزارش داده اند (۲۸،۳). با توجه به اینکه هر دو سازه نگرانی و نشخوار به‌طور همسان منجر به کاهش توانایی‌های شناختی می‌شوند؛ بنابراین، این نتایج به‌نوعی تأییدکننده دیدگاهی است که بیان‌کننده مشابهت بین سازه‌های نشخوارگری و نگرانی است (۸). با نگاهی اجمالی می‌توان گفت نگرانی به بروز مشکلات بسیار در سلامت روان شناختی و جسمانی منتهی می‌شود که ایجاد اختلال در عملکردهای شناختی نیز در همین راستا قرار دارد (۲۹).

افراد نگران، خود را برای مواجهه با بدترین مسائل و حل آن‌ها آماده می‌سازند؛ اما اغلب با آشفتگی‌های هیجانی و مشکلات جسمی، مواجه می‌شوند (۳۰)؛ زیرا بر اساس نظریه کاهش عینی‌گرایی، نگرانی، اغلب به‌صورت افکار تکراری انتزاعی است تا عینی و همین خصیصه موجب بروز پیامدهای ناسازگارانه نگرانی می‌شود. تفکر عینی موجب کارکرد شناختی بهتر در مواجهه با مسائل می‌گردد؛ زیرا فرد را قادر می‌سازد تا خود را برای مواجهه با مشکلات آماده ساخته، از پیامدهای منفی مشکلات پیشگیری و پیامدهای منفی آن را برطرف کند؛ درحالی‌که در افراد نگران، افکار انتزاعی، ماهیتی ناسازگارانه داشته و مانع از حل سازگارانه مشکلات می‌شوند. این یافته این‌گونه قابل تبیین به نظر می‌رسد که نگرانی و نشخوارگری با جذب دامنه توانایی‌های شناختی فرد باعث می‌گردند که توانایی فرد در پرداختن به تکالیف شناختی دچار نقصان شده و در نتیجه باعث تقلیل عملکرد در این نوع تکالیف شود. با توجه به آنچه گفته شد، افکار منفی تکرارشونده به شکل نگرانی و نشخوارگری در بسیاری از اختلال‌ها وجود دارد؛ بنابراین تمرکز بر افکار منفی تکرارشونده به‌عنوان عاملی خطرناک در بروز و تداوم اختلال‌ها می‌تواند در طراحی مداخلات پیشگیرانه و کاهش بروز اختلال‌های شناختی مفید باشد (۳۱). بر اساس نظر آلیس

همان‌گونه که مغز دارای محدودیت‌های ویژه‌ای است، شناخت نیز محدودیت‌هایی دارد. فعالیت‌های شناختی متفاوت، به ظرفیت‌های شناختی متفاوت نیازمند است. تأثیر حالات هیجانی (مانند نگرانی و نشخوار) بر فعالیت شناختی به‌وسیله میزان معین ظرفیت شناختی مشخص می‌گردد. به‌عنوان مثال، در افسردگی، فرد بخشی از ظرفیت شناختی خود را به فکر کردن درباره حالات خلقی خویش اختصاص می‌دهد و در نتیجه ظرفیت شناختی باقیمانده برای انجام تکلیف مورد نظر کاهش می‌یابد؛ بنابراین، بدیهی است که افراد فاقد حالات هیجانی منفی مانند نگرانی و نشخوار عملکرد بهتری داشته باشند؛ در همین راستا نشان داده شده است، افراد PTSD که هیجان‌های منفی شدیدی را تجربه می‌کنند، دچار نقص در عملکرد شناختی به‌ویژه حافظه و بازیابی خاطرات و شرح حال رویدادی می‌گردند (۳۲).

یافته دیگر پژوهش حاضر نشان داد که سطح هوش هیجانی بر عملکرد در تکالیف توانایی‌های شناختی افراد تأثیر دارد و هر چه هوش هیجانی افراد بالاتر باشد، قدرت توانایی‌های شناختی آن‌ها بیشتر است؛ بنابراین یکی از مشخصه‌های موقعیت‌های توانایی‌های شناختی، این است که نیازمند فراخوانی منابع شناختی فرد و نادیده گرفتن ابعاد هیجانی مختل‌کننده عملکرد شناختی است (۳۳). از سویی نتایج بیان‌گر نقش تعدیل‌کننده کلی هوش هیجانی در روابط بین نگرانی و نشخوارگری با توانایی‌های شناختی در دانشجویان بود. به‌عبارت‌دیگر آن‌هایی که هوش هیجانی بالاتری داشتند، بهتر قادر بودند نگرانی و نشخوارگری را مدیریت کرده و در نتیجه توانایی‌های شناختی بالاتری داشتند. همچنان که ضرایب مسیر کلی در مدل نشان داد یک نوع رابطه منفی بین نگرانی و نشخوارگری با توانایی‌های شناختی وجود داشت که این رابطه با قرار دادن نقش میانجی هوش هیجانی تبدیل به رابطه‌ای مثبت گردید. این یافته نشان‌دهنده نقش کلی است که هوش هیجانی می‌تواند در کنترل و هدایت هیجان‌های منفی (نشخوارگری و نگرانی) بازی کند که این یافته همسو با نتایج پژوهش Mayer و همکاران



است (۳۳). نقش مثبتی که هوش هیجانی به عنوان پیش‌بینی کننده عملکرد در توانایی شناختی بازی می‌کند، احتمالاً ناشی از تأثیرگذاری هوش هیجانی در شیوه‌های تجربه، تشخیص، درک و تنظیم هیجان هاست (۳۴). از سویی بررسی ضرایب مستقیم و غیرمستقیم به طول دقیق‌تر نشان داد که هوش هیجانی به عنوان متغیر میانجی هرچند روابط بین نگرانی و نشخوارگری را تعدیل می‌سازد؛ اما با این حال همچنان بین این دو سازه (نگرانی و نشخوارگری) با توانایی شناختی بر اساس ضریب غیرمستقیم یک رابطه پیش‌بینی کننده منفی وجود دارد، بنابراین به نظر می‌رسد که نگرانی و نشخوارگری به عنوان دو عامل مختل کننده توانایی شناختی جدای از میزان هوش هیجانی تأثیرات منفی خود را دارند. سطح هوش هیجانی، اثر نگرانی و نشخوار را در عملکرد شناختی را به تا حدی در مقایسه با روابط مستقیم بین نگرانی و نشخوار با توانایی شناختی تعدیل کرده است؛ اما این میزان در سطح پایینی قرار دارد.

به عبارتی اثر نگرانی و نشخوار نیرومندتر از آن بود که هوش هیجانی بالا بر آن اثر گذارد. اگرچه تحقیقات Ciarrochi و همکاران، و همکاران، Salovey و همکاران به تأثیر هوش هیجانی به عنوان یک عامل درونی و قابل آموزش اشاره کرده‌اند و معتقدند هوش هیجانی نقش مهمی در تأثیر حالات هیجانی بر عملکرد افراد در تکالیف شناختی ایفا می‌کند، ولی فقدان نقش تعدیل کننده هوش هیجانی در شرایط نگرانی و نشخوار شاید به دلیل شدت نگرانی و نشخوارگری بوده است و همچنین ممکن است به دلیل نوع روش پژوهش Salovey و همکاران باشد (۳۵، ۳۶). با توجه به اینکه پژوهش حاضر به صورت همبستگی و رگرسیون صورت گرفت شاید جدا کردن دو گروه از افراد دارای هوش هیجانی بالا و پایین و مقایسه آن‌ها با یکدیگر و با گروه کنترل همانند پژوهش Salovey و همکاران نتایج متفاوت‌تری آنچه اکنون حاصل شد را به دست می‌داد (۳۶).

شاخص‌های برازندگی نشان‌دهنده برازش مطلوب مدل پژوهش بود. شاخص‌های محاسبه شده جهت بررسی

برازش نشان داد که شاخص‌های (SRMR)، (RMSEA)،  $(X^2/df)$  به عنوان معتبرترین شاخص‌های برازندگی از برازش مدل حمایت می‌کنند (۳۷). برخی محدودیت‌های مطالعه حاضر باید مورد توجه قرار گیرد. یکی از محدودیت‌ها این بود که پژوهش حاضر مطالعه‌ای مقطعی بود که نمی‌تواند ترسیم کننده روابط علی باشد. پیشنهاد می‌گردد که تبیین نتایج تحلیل‌های میانجی مطالعه مقطعی به شیوه‌ای علی دنبال گردد. علاوه بر این، مدل‌های میانجی با استفاده از مطالعات طولی یا آزمایشی مورد آزمون قرار گیرند. محدودیت دیگر پژوهش حاضر این بود که داده‌ها تنها از طریق مقیاس‌های خود گزارش دهی گردآوری گردید که می‌تواند روایی درونی را تهدید کند. به کارگیری شیوه‌های چندگانه‌ای جهت ارزیابی می‌تواند تأثیر آزمودنی را کاهش دهد. از محدودیت‌های دیگر پژوهش حاضر این بود که شرکت کنندگان از بین افراد تحصیل کرده و دانشگاهی بودند و از این رو غالباً در دامنه سنی مشابهی قرار داشتند و از سویی افراد غیر بالینی را شامل می‌شد؛ همچنین، باید در تعمیم نتایج به گروه‌های سنی دیگر و جمعیت بالینی جانب احتیاط را رعایت کرد؛ بنابراین پیشنهاد می‌شود مطالعات مشابهی بر روی جمعیت‌های بالینی و گروه‌های سنی گوناگون صورت گیرد.

علی‌رغم این محدودیت‌ها، پژوهش حاضر چارچوبی تجربی برای پژوهشگران فراهم می‌سازد تا میانجی‌های بین نگرانی و نشخوارگری و توانایی‌های شناختی را در گروه‌های مختلف ارزیابی و بسط دهند. پیشنهاد می‌گردد، بررسی نقش متغیرهای دیگری همچون صفات شخصیت مرتبط با ابعاد آسیب شناختی روانی و راهبردهای تنظیم هیجانی با توانایی‌های شناختی بررسی گردد. همچنین با توجه به اینکه توانایی‌های شناختی به عنوان عالی‌تر سطح پردازش مغزی شناخته می‌شوند، پیشنهاد می‌گردد تا مطالعه این توانایی‌ها با استفاده از ابزارهای عصب شناختی و فیزیولوژیکی مورد نظر قرار گیرد تا نتایج عینی‌تری در این زمینه تدوین و ارائه گردد.

**نتیجه‌گیری:**

یافته‌های بررسی حاضر کافی نیست و در این زمینه پژوهش‌های بیشتری نیاز است.

به نظر می‌رسد هوش هیجانی نقش موثری در میزان عملکرد افراد در توانایی‌های شناختی دارد. به عبارت دیگر، هوش هیجانی به نوعی می‌تواند پیش‌بین توانایی شناختی باشد؛ اگرچه برای محک زدن فرضیه رابطه هوش هیجانی با توانایی شناختی و همچنین نقش تعدیل‌کنندگی آن در رابطه با نگرانی و نشخوار،

**تشکر و قدردانی:**

بدین‌وسیله از کلیه دانشجویانی که در انجام پژوهش، نویسندگان را یاری نمودند، تشکر و قدردانی به عمل می‌آید.

**منابع:**

- Holekamp KE, Sakai ST, Lundrigan BL. Social intelligence in the spotted hyena (*Crocuta crocuta*). *Biol Sci*. 2007; 362(1480): 523-38.
- Clark DA, Rhyno S. Unwanted intrusive thoughts in nonclinical individuals: Implications for Clinical Disorders. USA: Guilford Pub; 2005.
- Stoeber J, Eysenck MW. Perfectionism and efficiency: Accuracy, response bias, and invested time in proof-reading performance. *J Res Pers*. 2008; 42(6): 1673-8.
- Davis RN, Nolen-Hoeksema S. Cognitive inflexibility among ruminators and nonruminators. *Cognit Ther Res*. 2000; 24(6): 699-711.
- Ward A, Lyubomirsky S, Sousa L, Nolen-Hoeksema S. Can't quite commit: Rumination and uncertainty. *Pers Soc Psychol Bull*. 2003; 29(1): 96-107.
- Blankstein KR, Lumley CH. Multidimensional perfectionism and ruminative brooding in current dysphoria, anxiety, worry, and anger. *J Ration Emot*. 2008; 26(3): 168-93.
- Berman MG, Nee DE, Casement M, Kim HS, Deldin P, Kross E, et al. Neural and behavioral effects of interference resolution in depression and rumination. *Cogn Affect Behav Neurosci*. 2011; 11(1): 85-96.
- Fresco DM, Frankel AN, Mennin DS, Turk CL, Heimberg RG. Distinct and overlapping features of rumination and worry: The relationship of cognitive production to negative affective states. *Cognit Ther Res*. 2002; 26(2): 179-8.
- Hong RY. Worry and rumination: Differential associations with anxious and depressive symptoms and coping behavior. *Behav Res Ther*. 2007; 45(2): 277-90.
- Saunders T1, Driskell JE, Johnston JH, Salas E. The effect of stress inoculation training on anxiety and performance. *J Occup Health Psychol*. 1996; 1(2): 170-86.
- Fallon C, Panganiban A, Wohleber R, Matthews G, Kustubayeva A, Roberts R. Emotional intelligence, cognitive ability and information search in tactical decision-making. *Pers Individ Dif*. 2014; 65(6): 24-9.
- Sepehrian Azar F. Emotional intelligence, from IQ to EQ and SQ. Orumiyeh: The Jahad Daneshgahi Urmia Pub; 2011. [Persian]
- Kong F, Zhao J, You X. Emotional intelligence and life satisfaction in Chinese university students: The mediating role of self-esteem and social support. *Pers Individ Dif*. 2012; 53(8): 1039-43.
- Martins A, Ramalho N, Morin E. A comprehensive meta-analysis of the relationship between emotional intelligence and health. *Pers Individ Dif*. 2010; 49(6): 554-64.
- Mikolajczak M, Luminet O. Trait emotional intelligence and the cognitive appraisal of stressful events: An exploratory study. *Pers Individ Dif*. 2008; 44(7): 1445-53.
- Mayes SD, Calhoun SL, Bixler EO, Zimmerman DN. IQ and neuropsychological predictors of academic achievement. *Learn Individ Differ*. 2009; 19(2): 238-41.
- Desnoyers A, Arpin-Cribbie C. Examining cognitive performance: Do perfectionism and rumination matter? *Pers Individ Dif*. 2015; 76: 94-8.
- Treize K, Reeve RA. Working memory, worry, and algebraic ability. *J Exp Child Psychol*. 2014; 121: 120-36.

19. Lazarus RS. The cognition-emotion debate: A bit of history. *Handbook of cognition and emotion*. 1999; 5(6): 3-19.
20. Salisch M, Haenel M, Freund P. Emotion understanding and cognitive abilities in young children. *Learn Individ Differ*. 2013; 26(5): 15-9.
21. Nejati V. Cognitive abilities questionnaire: Development and evaluation of psychometric properties. *Adva Cognit Scien*. 2013; 15(2): 11-19.
22. Mayer JD, Caruso DR, Salovey P. Emotional intelligence meets traditional standards for an intelligence. *Intelligence*. 1999; 27(4): 267-98.
23. Khosrow Javed M. Study of the reliability and validity Schutte Emotional intelligence scale in adolescents [MA thesis]. Tarbiat Modarres University; 2002. [Persian]
24. Meyer TJ, Miller ML, Metzger RL, Borkovec TD. Development and validation of the penn state worry questionnaire. *Behav Res Ther*. 1990; 28(6): 487-95.
25. Mofrad S, Atefvahid M, Bayanzadeh S. Comparison of the worries of anxious and normal children in the schools of Dashtestan. *Iran J Psychiatry Clin Psychol*. 2002; 8(2): 65-72. [Persian]
26. Nolen-Hoeksema S, Morrow J. A prospective study of depression and posttraumatic stress symptoms after a natural disaster: The 1989 Loma Prieta Earthquake. *J Pers Soc Psychol*. 1991; 61(1): 115-21.
27. Bagherinejad M, Salehi Fadardi J, Tabatabai M. The relationship between rumination and depression in a sample of Iranian students. *Studies Educ Psychol*. 2010; 11(1): 21-38.
28. Nolen-Hoeksema S. The role of rumination in depressive disorders and mixed anxiety/depressive symptoms. *J Abnorm Psychol*. 2000; 109(3): 504-11.
29. Brown S, Teufel J, Birch D, Kancherla V. Gender, age, and behavior differences in early adolescent worry. *J School Health*. 2006; 76(8): 430-7.
30. Behar E, Zullig A, Borkovec T. Thought and imaginal activity during worry and trauma recall. *Behav Ther*. 2005; 36(2): 157-68.
31. Pourmohseni Koluri F. The effect of rumination and worry in sleep disturbances. *J Shahed University*. 2013; 21(108): 1-12.
32. Esmaili M, Moradi A, Tavallai A. The diagnostic role of autobiographical memory, attachment and identity in the patients with the post-traumatic stress and generalized anxiety disorders. *Res Psychol Health*. 2013; 7(3): 66-76.
33. Mayer JD, Roberts RD, Barsade SG. Human abilities: Emotional intelligence. *Annu Rev Psychol*. 2008; 59(1): 507-36.
34. Petrides K, Furnham A. Trait emotional intelligence: Psychometric investigation with reference to established trait taxonomies. *Eur J Pers*. 2001; 15(6): 425-48.
35. Ciarrochi JV, Chan AY, Caputi P. A critical evaluation of the emotional intelligence construct. *Pers Individ Dif*. 2000; 28(3): 539-61.
36. Salovey P, Mayer JD, Caruso D. The positive psychology of emotional intelligence. In: Snyder CR, Lopez SJ, editors. *Handbook of positive psychology*. New York: Oxford University Press; 2002: 159-171.
37. Brown TA. *Confirmatory factor analysis for applied research*. USA: Guilford Pub; 2014.

## The effect of worry and rumination on cognitive abilities with considering role of mediating role of emotional intelligence

Amiri S\*, Sepehrian Azar F

Department of Psychology, Urmia University, Urmia, I.R. Iran.

Received: 13/Jun/2016

Accepted: 9/Oct/2016

**Background and aims:** The cognitive abilities were included functions such as planning, attention, response inhibition, problem solving and cognitive flexibility. The aim of the present study was to investigate effects of worry and rumination on cognitive abilities based on emotional intelligence.

**Methods:** The present study was a correlational and cross-sectional research. For this purpose, from the statistical population of the urmia University students, 340 were selected by multi-stage cluster random sampling. Then, the worry, rumination, emotional intelligence and cognitive abilities questionnaire were distributed among research participants to respond. Collected data were analyzed by using descriptive and correlational indicators, structural equation and SPSS modeling.

**Results:** Results indicated that there is a significant negative correlation between worry and rumination and a positive correlation between emotional intelligence with cognitive abilities. Also, path analysis model indicated mediating role of emotional intelligence between worry and rumination with cognitive abilities.

**Conclusion:** The results support the hypothesis that worry and rumination lead to disruption of cognitive abilities and high emotional intelligence can have a moderating role in this regard.

**Keywords:** Cognitive abilities, Worry, Rumination, Emotional intelligence.

**Cite this article as:** Amiri S, Sepehrian Azar F. The effect of worry and rumination on cognitive abilities with considering role of mediating role of emotional intelligence. J Shahrekord Univ Med Sci. 2017; 19(4): 91-102.

---

\*Corresponding author:

Department of psychology, University of Urmia, Urmia, I.R. Iran. Tel: 00988134422244,  
E-mail: amirysohrab@yahoo.com