if available

THE FIRST INTERNATIONAL CONGRESS ON HEALTH SERVICES TRANSFORMATION

اولین کنگره بین المللی تحول خدمات سلامت

۲۷ و ۲۸ مهر ماه

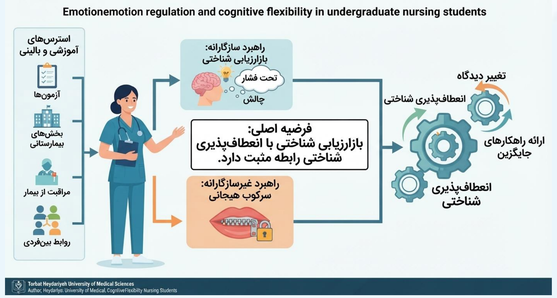


تنظیم هیجان و انعطاف‌پذیری شناختی در دانشجویان کارشناسی پرستاری: یک مطالعه توصیفی ـ همبستگی

آفرین ربانی (۱)، سعیده خلیلی صنوبری* (۲)

(۱) مربی،کارشناسی ارشد داخلی جراحی؛ عضو هیات علمی گروه پرستاری دانشکده پرستاری و مامایی دانشگاه علوم پزشکی تربت حیدریه، ایران

(۲) مربی،کارشناسی ارشد روان پرستاری؛ عضو هیات علمی گروه پرستاری دانشکده پرستاری و مامایی دانشگاه علوم پزشکی تربت حیدریه، ایران



مقدمه

تحصیل پرستاری با فشارهای آموزشی و بالینی و تصمیم‌گیری در شرایط پراسترس همراه است؛ بنابراین، تنظیم هیجان و انعطاف‌پذیری شناختی برای سازگاری و عملکرد حرفه‌ای دانشجویان اهمیت دارند .بازارزیابی شناختی با بازتفسیر موقعیت‌های هیجانی و انعطاف‌پذیری شناختی با تغییر دیدگاه و ایجاد راهکارهای جایگزین، به سازگاری بهتر کمک می‌کنند.

با وجود اهمیت این دو سازه، رابطه آن‌ها در دانشجویان پرستاری ایران کمتر بررسی شده است .بنابراین، مطالعه حاضر با هدف بررسی رابطه تنظیم هیجان و انعطاف‌پذیری شناختی در دانشجویان کارشناسی پرستاری انجام شد.

روش ها

این مطالعه توصیفی-همبستگی و مقطعی در سال تحصیلی ۲۰۲۵–۲۰۲۶ در دانشگاه علوم پزشکی تربت حیدریه انجام شد. ۸۲ دانشجوی پرستاری سال‌های دوم تا چهارم در مطالعه شرکت کردند. داده‌ها با استفاده از پرسشنامه تنظیم هیجان شناختی (ERQ)و سیاهه انعطاف‌پذیری شناختی (CFI) جمع‌آوری و با SPSS نسخه ۲۶ تحلیل شدند. برای بررسی روابط بین متغیرها از ضریب همبستگی اسپیرمن و برای مقایسه بر اساس جنسیت از آزمون t مستقل استفاده شد.

یافته ها

در این مطالعه ۸۲ دانشجوی کارشناسی پرستاری شرکت کردند .میانگین سنی شرکت‌کنندگان ۲۱٫۸۴ سال با انحراف معیار ۲٫۱۶ بود و دامنه سنی آنان ۱۹ تا ۳۴ سال گزارش شد .۴۲ نفر از شرکت‌کنندگان زن و ۴۰ نفر مرد بودند .بیشتر دانشجویان مجرد بودند و ۸۰٫۵ درصد آنان طی شش ماه گذشته حداقل یک تجربه استرس‌زا را گزارش کردند .همچنین ۵۷٫۳ درصد دانشجویان در خوابگاه و ۳۶٫۶ درصد در منزل خانواده سکونت داشتند.

میانگین نمره انعطاف‌پذیری شناختی ۱۰۰٫۵۴ و میانگین تنظیم هیجان ۴۵٫۳۴ بود . در میان راهبردهای تنظیم هیجان، میانگین بازارزیابی شناختی ۲۸٫۴۴ و سرکوب هیجانی ۱۶٫۸۵ بود .در ابعاد انعطاف‌پذیری شناختی، بیشترین میانگین مربوط به گزینه‌های جایگزین با میانگین ۵۲٫۶۰ بود.

رابطه تنظیم هیجان و انعطاف‌پذیری شناختی

بین تنظیم هیجان و انعطاف‌پذیری شناختی رابطه مثبت و معناداری مشاهده شد؛ ضریب همبستگی رتبه‌ای اسپیرمن ۰٫۳۱ و مقدار احتمال ۰٫۰۰۴ بود.

بازارزیابی شناختی بیشترین ارتباط را با انعطاف‌پذیری شناختی داشت .ارتباط بازارزیابی شناختی با گزینه‌های جایگزین ۰٫۵۷ و با گزینه‌های جایگزین برای رفتار انسانی ۰٫۳۶ بود .همچنین بین بازارزیابی شناختی و بُعد کنترل رابطه مثبت و معناداری مشاهده شد؛ ضریب همبستگی ۰٫۲۴ و مقدار احتمال ۰٫۰۲۹ بود.

در مقابل، سرکوب هیجانی با ابعاد انعطاف‌پذیری شناختی ارتباط معناداری نشان نداد .برای مثال، ضریب همبستگی سرکوب هیجانی و کنترل منفی ۰٫۰۲ و مقدار احتمال ۰٫۸۵۸ بود.

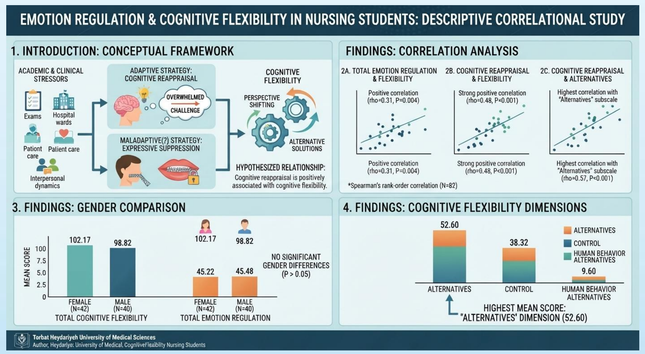
تفاوت بر اساس جنسیت

میانگین انعطاف‌پذیری شناختی در دانشجویان زن ۱۰۲٫۱۷ و در دانشجویان مرد ۹۸٫۸۲ بود؛ با وجود این، این تفاوت از نظر آماری معنادار نبود و مقدار احتمال ۰٫۲۶۶ به دست آمد.

میانگین تنظیم هیجان نیز در زنان ۴۵٫۲۲ و در مردان ۴۵٫۴۸ بود که تفاوت مشاهده‌شده از نظر آماری معنادار نبود؛ مقدار احتمال ۰٫۸۸۶ بود.

جمع‌بندی یافته‌ها

در مجموع، تنظیم هیجان با انعطاف‌پذیری شناختی دانشجویان پرستاری رابطه مثبت و معنادار داشت .در میان راهبردهای تنظیم هیجان، بازارزیابی شناختی ارتباط قوی‌تری با انعطاف‌پذیری شناختی نشان داد، در حالی که سرکوب هیجانی ارتباط معناداری با آن نداشت .همچنین از نظر تنظیم هیجان و انعطاف‌پذیری شناختی، تفاوت معناداری بین دانشجویان زن و مرد مشاهده نشد.



نتیجه گیری

یافته‌های این مطالعه نشان داد که بین تنظیم هیجان و انعطاف‌پذیری شناختی در دانشجویان کارشناسی پرستاری رابطه مثبت و معناداری وجود دارد. در این میان، بازارزیابی شناختی به‌عنوان یک راهبرد سازگارانه، ارتباط قوی‌تری با انعطاف‌پذیری شناختی داشت؛ به‌گونه‌ای که دانشجویان دارای توانایی بیشتر در بازنگری شناختی تجربیات هیجانی، توانایی بیشتری برای در نظر گرفتن دیدگاه‌ها و راهکارهای جایگزین نشان دادند. در مقابل، سرکوب هیجانی ارتباط معناداری با انعطاف‌پذیری شناختی نداشت.

این یافته‌ها بر ارتباط متقابل فرایندهای هیجانی و شناختی در آموزش پرستاری تأکید می‌کنند. بنابراین، گنجاندن آموزش تنظیم هیجان، فعالیت‌های تأملی و حمایت‌های روان‌شناختی در برنامه‌های آموزش پرستاری می‌تواند در تقویت سازگاری، انعطاف‌پذیری و آمادگی روان‌شناختی دانشجویان برای ایفای نقش حرفه‌ای مؤثر باشد.

رفرنس ها

1. Nakhostin-Khayyat M, Borjali M, Zeinali M, Fardi D, Montazeri A. The relationship between self-regulation, cognitive flexibility, and resilience among students: a structural equation modeling. BMC psychology. 2024;12(1):337.
2. Kucukkelepce DS, Marasli İ, Mir SK. The relationship between cognitive flexibility and decision-making styles of midwifery and nursing students. BMC Medical Education. 2026;26(1):410.
3. Brothers SL, Gereau MM, DesRuisseaux LA, Suchy Y. Reappraising cognitive reappraisal: The taxing impact of emotion regulation on executive functioning in older adults. Journal of Clinical and Experimental Neuropsychology. 2022;44(4):258–71.