

رابطه هوش هیجانی و اجتناب تجربی با آمادگی به اعتیاد در دانشجویان

دانیال سلیمانی^{۱*}، نازنین خوشبخت^۲، فاطمه طهماسبی بلداجی^۳

نوع مقاله: پژوهشی

تاریخ دریافت: ۱۳۹۹/۰۶/۳۰

تاریخ پذیرش: ۱۳۹۹/۱۰/۰۸

چکیده

هدف: هدف از پژوهش حاضر پیش‌بینی آمادگی به اعتیاد در دانشجویان براساس هوش هیجانی و اجتناب تجربی بود.

روش شناسی: روش پژوهش توصیفی از نوع همبستگی بود. جامعه آماری پژوهش حاضر را کلیه دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی ایران تشکیل دادند که در سال تحصیلی ۹۶-۱۳۹۵ مشغول به تحصیل بودند. حجم نمونه ۱۵۰ نفر دانشجو بود که به شیوه نمونه‌گیری هدفمند انتخاب شدند. ابزارهای مورد استفاده در این پژوهش، مقیاس ایرانی آمادگی اعتیاد (زرگر، ۱۳۸۵)، پرسشنامه هوش هیجانی سیرر یا شرینگ (۱۹۹۰) و پرسشنامه اجتناب تجربی (هیز و همکاران، ۲۰۰۴) بودند. تجزیه و تحلیل اطلاعات به‌دست آمده از اجرای پرسشنامه‌ها از طریق نرم افزار SPSS20 در دو بخش توصیفی و استنباطی (همبستگی پیرسون، رگرسیون چندگانه) انجام پذیرفت.

یافته‌ها: نتایج تحلیل آماری نشان داد تأثیر متغیر هوش هیجانی و مؤلفه‌های آن در معادله رگرسیونی معنادار بود ($p < 0/01$). همچنین بین اجتناب تجربی با آمادگی به اعتیاد همبستگی مثبت معنادار وجود داشت ($p < 0/01$).

بحث و نتیجه‌گیری: داده‌های پژوهش حاضر نشان داد دانشجویانی که هوش هیجانی پایینی دارند، آمادگی به اعتیاد بالاتری را نسبت به دانشجویانی که هوش هیجانی بالاتری داشتند از خود نشان دادند.

واژگان کلیدی: هوش هیجانی، اجتناب تجربی، آمادگی به اعتیاد، دانشجویان

۱. کارشناسی ارشد روانشناسی بالینی، انستیتو روانپزشکی تهران، تهران، ایران (نویسنده مسئول). Danial.soleimani@gmail.com

۲. دانشجوی دکتری مشاوره، پردیس بین‌المللی ارس، دانشگاه تهران، ارس، ایران. nazaninkhoshbakht62@gmail.com

۳. کارشناسی ارشد آموزش پزشکی، دانشگاه علوم پزشکی اهواز، اهواز، ایران. edc-journal@ajums.ac.ir

مقدمه

یکی از گروه‌های مهم در هر کشور دانشجویان هستند که نقش مهمی در ساختن آینده و تعلیم و تربیت و تعالی کشورها ایفا می‌کنند. درحالی‌که حضور در دانشگاه برای عده کثیری از دانشجویان تجارب مثبتی به همراه دارد، برای برخی دیگر دوران تحصیلی با تجربه تنیدگی و عوامل استرس‌زای تحصیلی و بالینی همراه است. بی‌تردید تجربه تنیدگی ناشی از مسائل تحصیلی، تأثیر منفی بر بهزیستی ذهنی، روانشناختی و جسمانی دانشجویان را به همراه دارد. به‌دنبال این شرایط، گرایش به سوی اعتیاد و رفتارهای اعتیادی یکی از معضلات اساسی جامعه کنونی است که به‌خصوص در چند سال اخیر، در بین جوانان و دانشجویان به‌صورت جدی بروز نموده است (Gentina, Tang & Dancoine, 2018). آمادگی اعتیاد آسیب‌پذیری و آمادگی فرد از لحاظ مؤلفه‌های خانوادگی و درون فردی در مقابل سوءمصرف است، اعم‌ازاینکه در حال حاضر سوءمصرف داشته باشد یا نداشته باشد (Süral, et all, 2019). دلایل گوناگونی برای روی آوردن به موادمخدر ذکر شده‌اند از جمله: نقش عوامل زیستی - جسمانی، عوامل فرهنگی - اجتماعی و عوامل روانشناختی. برخی از افراد در پی پذیرفته‌شدن در جامعه هستند و بعضی دیگر بدین وسیله سعی می‌کنند خود را رشد یافته‌تر نشان دهند (Kalaivani, 2017).

امروزی بر یافته‌های موجود در زمینه هوش هیجانی و ناگویی خلقی نشان می‌دهد که احتمالاً یکی از دلایل اصلی گرایش افراد به مصرف مواد، مشکلات و کاستی‌های وسیع در حوزه هیجان‌هاست (Shirazi, Janfaza, 2015). هوش هیجانی به‌عنوان توانایی فرد در درک و فهم احساساتش همانند درک دیگران از آنها تعریف می‌شود. هوش هیجانی دارای مزایای اجتماعی، شناختی و زیست‌شناختی می‌باشد. شواهد بسیاری نشان می‌دهد افرادی که مهارت‌های هیجانی دارند، در حیطه‌های مختلف زندگی موفق‌ترند مثلاً، تحقیقات نشان داده‌است که هوش هیجانی با توانایی ابراز وجود، خودکارآمدی، سلامت روان، سازگاری اجتماعی، پیشرفت تحصیلی، توانایی مدیریت و کنترل تکانه عزت‌نفس، خودپنداره مثبت ارتباط مثبت دارد و نیز با افسردگی، کم‌رویی، گوشه‌گیری و احتمال ابتلا به اختلالات روانی ارتباط منفی دارد (Asiamah, 2017).

Ebrahimi, Mousavi (2018) در پژوهش خود نشان دادند که مؤلفه‌های هیجانی می‌تواند پیش‌بین قوی برای گرایش به اعتیاد در دانش‌آموزان نیز باشد، در این زمینه، در تحقیقی که توسط Javanmard, Jalalian (2016) انجام گرفت، مشخص شد که هوش هیجانی پایین یکی از عوامل اصلی پیش‌بینی‌کننده گرایش به مصرف مواد است. سطح پایین هوش هیجانی که ناشی از ناتوانی در مقابله مؤثر با هیجان‌ها و مدیریت آنهاست، رابطه معناداری با رفتارهای اعتیادی دارد. هنگامی که فرد برای مصرف مواد از سوی همسالان تحت فشار قرار می‌گیرد، مدیریت مؤثر هیجان‌ها به‌عنوان یکی از مؤلفه‌های هوش هیجانی، خطر مصرف را کاهش می‌دهد. توانایی مدیریت هیجان‌ها باعث می‌شود که فرد در موقعیت‌هایی که خطر مصرف مواد بالاست، از راهبردهای مقابله‌ای مناسب استفاده کند. افرادی که هوش هیجانی بالایی دارند، در پیش‌بینی خواسته‌های دیگران توانایی بیشتری دارند. آن‌ها فشارهای ناخواسته همسالان را درک و هیجان‌های خود را بهتر مهار می‌کنند در نتیجه در برابر مصرف مواد مقاومت بیشتری از خود نشان می‌دهند. در مقابل کسانی که هوش هیجانی پایینی دارند، برای مقابله با هیجان‌های منفی خود عموماً به سوی مصرف مواد کشیده می‌شود (Ghanadi Farnood, Alilou, 2014). سازه ناگویی خلقی که شامل تخریب سه حوزه بازشناسی، پردازش و ابراز احساسات است، یکی از نزدیکترین مفاهیم هوش هیجانی است. ناگویی خلقی با مصرف الکل و مصرف فزاینده مواد در مردان مرتبط است (Morie, et all, 2016). نارسا کنش‌وری‌های هیجانی در رویارویی افراد با حوادث مشکل‌زا، از هسته‌های اساسی آسیب‌شناسی روانی است که در دیدگاه روان تحلیل‌گری، به‌عنوان مکانیزم‌های دفاعی صورت‌بندی شده‌است. به‌عبارت‌دیگر، برای مقابله با فراخوانی هیجان‌های مختلف، افراد از الگوها و سبک‌های دفاعی خاصی استفاده می‌کنند (Ranjbar, Bakhshi, 2018).

Mohagheghi, et all (2015) در تحقیقی نشان دادند که بیماران مبتلا به وابستگی به الکل در اجزای هوش هیجانی دچار نقص هستند. این افراد در موقعیت‌های تنیدگی زا، از بکارگیری مکانیزم‌های دفاعی مؤثر و کارآمد ناتوان هستند و به رفتارهای برانگیخته و مخرب مانند مصرف مواد روی می‌آورند. طبق مطالعات صورت گرفته در حوزه سلامت روان و عوامل مؤثر بر آن، ازجمله عواملی که در آسیب‌های روانی و گرایش افراد به رفتارهای پرخطر نقش مهمی ایفا می‌کند، اجتناب تجربی^۱ است

^۱ . Experiential Avoidance

(Basharpour, Shafiee, Narimani, 2014). اجتناب تجربی به ارزیابی افراطی از حس‌ها، احساسات و افکار خصوصی ناخواسته و عدم تمایل به تجربه کردن این رویدادها و تلاش‌های عمدی برای کنترل یا فرار از آنها اطلاق می‌شود (Mikaeli, Ahmadi, Ghavami Lahiji, 2019).

به عبارت دیگر، سازه اجتناب به رهایی از یک عمل یا رهایی از یک شخص یا یک شیء اشاره می‌کند که پزیشانی را کاهش می‌دهد ولی در طولانی مدت باعث حفظ اضطراب می‌شود. اجتناب مانع پاسخ‌های مؤثر افراد به محرک‌های هیجانی و جایگزینی راهبردهای مدیریت هیجان می‌شود و به همین دلیل راهبرد کارآمدی نیست (Cho, Lee, 2017). پژوهش‌های قابل توجهی نشان می‌دهد که اجتناب تجربی با انواع مشکلات روانشناختی از جمله افسردگی، اضطراب، سوءمصرف مواد، اختلالات خوردن، استرس، سازگاری با تجربیات آسیب‌زا، سازگاری با شرایط مزمن پزشکی و فرسودگی شغلی رابطه دارد (Jamshidi, Asgharnejad, 2019).

بطوریکه (Sun, Liu, Yu, 2019) در مطالعه‌ای نشان دادند که اجتناب تجربی باعث شکل‌های بسیاری از آسیب‌شناسی روانی از جمله سوءاستفاده دارویی، اختلال وسواس فکری-عملی، اختلال وحشت‌زدگی و اختلال شخصیت مرزی می‌شود. به عبارت دیگر، مطالعات متعدد در خصوص رابطه اجتناب تجربی با بهزیستی روان و کیفیت زندگی افراد دریافته‌اند که میزانی که مردم از درد و رنج اجتناب می‌کنند، پیش‌بین قوی برای میزان خلق منفی و شدت درد آنها و اثرات آن بر سلامت جسمانی و روانی است (Karimi, Izadi, Mascia, Agus, Penna, 2020). در پژوهشی در خصوص نقش اجتناب تجربی بر سلامت روان و سلامت عمومی دانشجویان علوم پزشکی نشان دادند که اجتناب تجربی و حساس بودن به علائم اضطراب بر سلامت روان و سلامت عمومی دانشجویان رشته پرستاری مؤثر است. (Hudson, 2018) در پژوهشی نشان داد که اجتناب تجربی نقش مهمی در پیش‌بینی رفتاری اعتیادی همچون اعتیاد به اینترنت و تلفن همراه و سایر رفتارهای اعتیادی ایفا می‌کند. (Lee O S, Gu, 2018) در پژوهشی تحت عنوان «بررسی رابطه اجتناب تجربی با مصرف الکل و مشکلات مرتبط با الکل در دانشجویان سال اول دانشگاه» به این نتیجه رسیدند که اجتناب تجربی رابطه مثبت و معناداری با مصرف الکل و مشکلات مرتبط با مصرف الکل دارد. همچنین آنها دریافتند که اجتناب تجربی در رابطه بین پزیشانی روانی و مشکلات مرتبط با الکل نقش واسطه‌ای ایفا می‌کند.

با وجود آمار بالای اعتیاد در بین دانشجویان، به خصوص دانشجویان علوم پزشکی با توجه به حساسیت رشته و شغلشان، یکی از جمعیت‌های مهم به شمار می‌روند که بروز هرگونه آسیب بلند مدت از جمله اعتیاد در آنان می‌تواند علاوه بر خودشان، سلامت طیف وسیعی از جمعیت عمومی را نیز به خطر بیندازد. از این رو، بدیهی است که شناسایی عوامل خطر اعتیادپذیری این قشر حائز اهمیت است. بنابراین با توجه به دوره استرس‌زای دانشجویی، بررسی نقش عوامل تنظیم‌کننده یا پاسخ‌های هیجانی مطلوب و مدیریت استرس‌ها و یا اجتناب از مقابله مناسب با عوامل فشارزا در بروز رفتارهای پرخطر دانشجویان ضروری به نظر می‌رسد، با این حال، با وجود نقش مهم هوش هیجانی و اجتناب تجربی در بروز رفتارهای مشکل‌ساز و پرخطر، در ایران پژوهش محدودی وجود دارد که مستقیماً نقش این عامل مهم را در پیش‌بینی آمادگی به اعتیاد دانشجویان علوم پزشکی بررسی نماید، لذا در این پژوهش درصدد تبیین نقش هوش هیجانی و اجتناب تجربی در آمادگی به اعتیاد در دانشجویان علوم پزشکی می‌باشیم تا با شناسایی عوامل مؤثر بر رفتارهای اعتیادی، اقدامات پیشگیرانه و مداخله‌ای به موقع برای کاهش بروز رفتارهای پرخطر در این قشر مهم جامعه صورت بگیرد.

روش شناسی

این پژوهش بر مبنای هدف از نوع کاربردی و از حیث روش به دست آوردن داده‌ها از نوع توصیفی-همبستگی و بر مبنای نوع داده‌های گردآوری شده از نوع کمی بود. در این راستا پرسشنامه‌هایی برای دریافت نظرات افراد جامعه آماری توزیع و نتایج درج گردیده است جامعه آماری پژوهش حاضر را کلیه دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی ایران تشکیل دادند که در سال تحصیلی ۹۵-۱۳۹۶ مشغول به تحصیل بودند. در این پژوهش از شیوه نمونه‌گیری در دسترس استفاده شد. با توجه به اینکه در تحقیقات از نوع همبستگی حداقل نمونه تحقیق باید ۵۰ نفر باشد (Delaware, 2011) در این تحقیق برای افزایش قدرت تعمیم‌پذیری

یافته‌های تحقیق حاضر ۱۵۰ دانشجوی دانشگاه علوم پزشکی ایران به‌عنوان نمونه انتخاب شدند. درنهایت با در نظر گرفتن احتمال مخدوشی و ناقص پرشدن بعضی از پرسشنامه‌ها، حدود ۱۷۰ پرسشنامه توزیع شد که پس از بررسی دقیق آن دسته از پرسشنامه‌هایی که دقیق تکمیل شده‌اند ۱۵۰ مورد آن جهت تحلیل مورد استفاده قرار گرفت.

مقیاس ایرانی آمادگی اعتیاد: این مقیاس با توجه به شرایط روانی و اجتماعی جامعه ایرانی توسط Zargar (2006) ساخته شد. این پرسشنامه دارای ۳۶ ماده و ۵ داده دروغ سنج است. نمره گذاری آن بر روی یک پیوستار از کاملاً مخالفم تا کاملاً موافقم صورت می‌گیرد. در پژوهشی روایی این مقیاس به شیوه روایی ملاکی و روایی سازه معتبر گزارش شد (Zargar, Najarian, Nomani, 2008). همچنین پایایی آن در طی یک بررسی به شیوه ضریب آلفای کرونباخ ۰/۸۷ برآورد شد (Haji Hosseini, et all, 2012). در پژوهش حاضر ضریب آلفای کرونباخ این مقیاس به میزان ۰/۹۱ به دست آمد. مقیاس اجتناب تجربی: این مقیاس را Hayes, et all (2004) به منظور اندازه‌گیری پذیرش، اجتناب تجربی و عدم انعطاف پذیری روانی ساخته‌اند و حاوی ۱۰ گویه با مقیاس ۷ درجه ای لیکرت است که به گویه «هرگز» عدد ۱ و به گویه «همیشه» عدد ۷ تعلق می‌گیرد، طیف نمرات حاصل بین ۷۰-۱۰ بوده است و نمرات بالاتر تمایل بیشتر به اجتناب تجربی را نشان می‌دهد. ضریب پایایی آزمون-بازآزمون این مقیاس ۰/۸۱ و همسانی درونی آن ۰/۸۷ به دست آمده است (Bond, et all, 2011). Basharpour, et all (2015) در ایران پایایی این مقیاس را در افراد آسیب دیده ۰/۷۸ گزارش کردند. در پژوهش حاضر ضرایب آلفا برای این مقیاس ۰/۷۲ به دست آمد.

پرسشنامه هوش هیجانی شرینگ: این پرسشنامه دارای ۵ زیرمقیاس است: خودانگیزی (۷ سؤال)، خودآگاهی (۸ سؤال)، خودکنترلی (۷ سؤال)، هوشیاری اجتماعی یا همدلی (۶ سؤال) و مهارت اجتماعی (۵ سؤال) و در کل دارای ۳۳ سؤال می‌باشد (Talebzadeh Nobarian, Norouzi, 2011). هر آزمودنی ۶ نمره جداگانه دریافت می‌کند که ۵ نمره آن مربوط به هر کدام از مؤلفه‌ها و یک نمره کل هوش هیجانی می‌باشد. پاسخها به‌صورت ۵ درجه‌ای و ترتیبی است. منصوری میزان همسانی درونی آزمون را به روش آلفای کرونباخ ۰/۸۵ به دست آورد. در بررسی روایی سازه این آزمون، همبستگی نمرات دانشجویان دانشگاه‌های تهران در این آزمون و آزمون عزت‌نفس کوپراسمیت بر روی نمونه ۳۰ نفری مورد بررسی قرار گرفت و براساس اطلاعات به‌دست‌آمده و میزان همبستگی بین نمرات آزمودنی‌ها در ۲ آزمون از لحاظ آماری معنادار است. همچنین Ehyakonandeh, Shafiabadi, Sudani (2009) ضرایب پایایی پرسشنامه هوش هیجانی آزمون را با روش * آلفای کرونباخ و تنصیف به ترتیب ۰/۷۸ و ۰/۷۲ به دست آوردند. در پژوهش حاضر ضرایب آلفا برای این مقیاس ۰/۷۸ به دست آمد. تجزیه و تحلیل اطلاعات به‌دست آمده از اجرای پرسشنامه‌ها از طریق نرم افزار spss20 در دو بخش توصیفی و استنباطی (همبستگی پیرسون، رگرسیون چندگانه) انجام پذیرفت.

یافته‌ها

برای استفاده از آزمون آماری پیرسون و رگرسیون چندگانه لازم است پیش فرض‌های ضروری برای استفاده از آن‌ها مورد آزمون قرار گیرد. بدین منظور از آزمون نرمال بودن کولموگروف-اسمیرنوف: استفاده شد که نتایج نشان در ادامه ذکر شده است. آزمون کولموگروف-اسمیرنوف برای گرفتن مجوز لازم جهت استفاده از رگرسیون و ضریب همبستگی بر متغیرهای پیش‌بین و ملاک اعمال می‌گردد تا نرمال بودن اطلاعات اثبات گردد. در نتایج حاصل از آزمون کولموگروف-اسمیرنوف چنانچه سطح معناداری بیش از ۰/۰۵ باشد، در آن صورت توزیع به‌دست‌آمده به توزیع نرمال نزدیک است. با توجه به جدول بالا که سطح معناداری به دست آمده از آزمون کولموگروف-اسمیرنوف برای تمامی متغیرها بالاتر از ۰/۰۵ می‌باشد، این متغیرها دارای توزیع نزدیک به نرمال می‌باشند.

جدول ۱. ضریب همبستگی پیرسون جهت نشان دادن رابطه هوش هیجانی با آمادگی به اعتیاد دانشجویان

متغیرهای مستقل	متغیر وابسته	همبستگی	معناداری
هوش هیجانی		۰/۲۱۱-	۰/۰۱
خودآگاهی		۰/۲۰۱-	۰/۰۱
خودکنترلی	آمادگی به اعتیاد	۰/۲۰۹-	۰/۰۱

۰/۰۱	-۰/۱۹۸	هوشیاری اجتماعی
۰/۰۱	-۰/۱۹۶	مهارت اجتماعی

با توجه به جدول ۱ بین هوش هیجانی و آمادگی به اعتیاد دانشجویان رابطه وجود دارد. همچنین بین هوش هیجانی و آمادگی به اعتیاد همبستگی منفی معنادار وجود دارد. بنابراین می‌توان گفت با افزایش هوش هیجانی، آمادگی به اعتیاد در دانشجویان نیز کاهش پیدا می‌کند.

جدول ۲. خلاصه نتایج معادله رگرسیونی چندگانه با متغیر ملاک آمادگی به اعتیاد

متغیرهای مستقل	ضریب همبستگی چندگانه	ضریب تعیین	آماره F	سطح معناداری
هوش هیجانی	۰/۲۱۱	۰/۰۹	۱۱/۶	۰/۰۱

جدول ۳. ضرایب استاندارد و غیراستاندارد متغیرهای وارد شده بصورت جداگانه به معادله رگرسیونی

سطح معناداری	آماره T	ضرایب استاندارد		ضرایب غیر استاندارد		مقدار ثابت
		β	خطای استاندارد	B	خطای استاندارد	
۰/۰۰۱	۴/۰۸	۵	-	۳/۰۱	۱۲/۹۸	مقدار ثابت
۰/۰۵	-۲/۳		-۰/۲۹۱	۰/۰۳	-۰/۰۷۶	هوش هیجانی
۰/۰۱	-۳/۴۶		-۰/۳۰۶	۰/۰۲۸	-۰/۰۴۱	خودآگاهی
۰/۰۳	-۲/۹۹		-۰/۱۹۳	۰/۰۲	-۰/۰۴۱	خودکنترلی
۰/۰۳	-۲/۳۹		-۰/۱۸۷	۰/۰۳۳	-۰/۰۷۹	هوشیاری اجتماعی
۰/۰۵	-۱/۸۸		-۰/۱۵۰	۰/۰۲۹	-۰/۰۵۳	مهارت اجتماعی

با توجه به جداول فوق همبستگی چندگانه بین هوش هیجانی با آمادگی به اعتیاد ۰/۲۱۱ می‌باشد. با مشاهده F جدول نمره برای هوش هیجانی (F=۱۱/۰۶) و لذا قدرت پیش‌بینی‌کنندگی را برای متغیر آمادگی به اعتیاد را دارد. در جدول فوق مقدار آماره T و سطح معناداری آن نشان می‌دهد که تأثیر متغیر پیش‌بین در معادله رگرسیونی معنادار می‌باشد یا خیر که با توجه به مقادیر جدول تأثیر متغیر هوش هیجانی در معادله معنادار می‌باشد (P < ۰/۰۱).

جدول ۳ ضریب همبستگی پیرسون جهت نشان دادن رابطه اجتناب تجربی با آمادگی به اعتیاد دانشجویان

متغیرهای مستقل	متغیر وابسته	اجتناب تجربی	آمادگی به اعتیاد	همبستگی	معناداری
				۰/۱۷۷	۰/۰۴

با توجه به جدول ۳ بین اجتناب شناختی و آمادگی به اعتیاد دانشجویان رابطه وجود دارد. همچنین بین اجتناب تجربی و آمادگی به اعتیاد همبستگی مثبت معنادار وجود دارد. بنابراین می‌توان گفت با افزایش اجتناب تجربی، آمادگی به اعتیاد افزایش پیدا می‌کند.

جدول ۴. خلاصه نتایج معادله رگرسیونی چندگانه با متغیر ملاک آمادگی به اعتیاد

متغیرهای مستقل	ضریب همبستگی چندگانه	ضریب تعیین	آماره F	سطح معناداری
اجتناب تجربی	۰/۱۷۷	۰/۰۶	۹/۰۲	۰/۰۲

جدول ۵. ضرایب استاندارد و غیراستاندارد متغیرهای وارد شده بصورت جداگانه به معادله رگرسیون

سطح معناداری	آماره T	ضرایب استاندارد		ضرایب غیر استاندارد		مقدار ثابت
		β	خطای استاندارد	B	خطای استاندارد	
۰/۰۰۱	۴/۰۹		-	۲/۲۲	۱۰/۲۹	مقدار ثابت
۰/۰۵	-۱/۸۸		-۰/۱۵۰	۰/۰۲۹	-۰/۰۵۳	اجتناب تجربی

با توجه به جداول فوق همبستگی چندگانه بین اجتناب تجربی و آمادگی به اعتیاد ۰/۱۷۷ می‌باشد. با مشاهده F جدول نمره برای اجتناب تجربی (F=۹/۰۲) و لذا قدرت پیش‌بینی‌کنندگی را برای متغیر آمادگی به اعتیاد را دارد. در جدول فوق مقدار آماره T و سطح معناداری آن نشان می‌دهد که تأثیر متغیر پیش‌بین در معادله رگرسیونی معنادار می‌باشد یا خیر که با توجه به مقادیر جدول تأثیر متغیر اجتناب تجربی در معادله معنادار می‌باشد (P < ۰/۰۱).

بحث و نتیجه‌گیری

نتایج حاصل از تجزیه و تحلیل داده‌های پژوهش حاضر این فرضیه را که بین هوش هیجانی و ابعاد آن با آمادگی به اعتیاد در دانشجویان رابطه وجود دارد را مورد تأیید قرار داد. به عبارت دیگر، داده‌های پژوهش حاضر نشان داد دانشجویانی که هوش هیجانی پایینی دارند، آمادگی به اعتیاد بالاتری را نسبت به دانشجویانی که هوش هیجانی بالاتری داشتند از خود نشان دادند. براین اساس نتایج حاصل از پژوهش Bahraminejad, et all (2017)، نشان داد که افراد با هوش هیجانی پایین‌تر تمایل بیشتری به سوءمصرف مواد دارند. و برنامه‌های آموزش هوش هیجانی می‌تواند عامل پیش‌گیرنده در اعتیاد محسوب شود. همچنین یافته‌های Mascia, Agus, Penna (2020)، Gutierrez, et all (2019)، Leite, et all (2019) حاکی از آن هستند افرادی که درگیر سوءمصرف مواد می‌شوند توانایی هوش هیجانی پایینی دارند که با نتایج پژوهش حاضر همسویی دارند.

هوش هیجانی در زمینه آمادگی برای اعتیاد و مصرف مواد دارای دو کارکرد مجزا است. از سویی این عامل با آمادگی برای اعتیاد دارای رابطه معکوس است و افراد به ازای برخورداری از میزان بیشتری از هوش هیجانی گرایش و آمادگی کمتری نسبت به اعتیاد دارند. از سوی دیگر، هوش هیجانی در زمینه رابطه بین آمادگی و گرایش به اعتیاد و مصرف مواد نقش تعدیل‌کننده و ضربه‌گیر ایفا می‌کند و افراد با برخورداری از نسبت بیشتری از هوش هیجانی حتی در صورت داشتن ویژگی‌هایی که آن‌ها را مستعد مصرف مواد و اعتیاد می‌کند، در عمل کمتر به سوی مصرف مواد کشیده می‌شوند. بنابراین می‌توان اشاره داشت افرادی که آمادگی بالایی برای اعتیاد دارند از هوش هیجانی پایین‌تری برخوردارند؛ به عبارتی این افراد در توجه به اطلاعات هیجانی، ادراک صحیح آن‌ها، پردازش درست و مدیریت مطلوب هیجان‌ات در روابط بین فردی با دشواری‌هایی مواجه هستند. این دشواری‌ها باعث می‌شود تا فرد در رویارویی با موقعیت‌های استرس‌زای زندگی توانایی تحلیل، تصمیم‌گیری و انتخاب رفتار صحیح را از دست دهد و به سوی رفتارهای انطباق نیافته سوق داده شود. در این مفهوم می‌توان سوءمصرف مواد را به‌عنوان یک راهبرد مقابله‌ای رشد نیافته در نظر گرفت که افرادی با هوش هیجانی پایین در رویارویی با موقعیت‌های مشکل‌ساز به آن متوسل می‌شوند. افرادی که هوش هیجانی بالاتری دارند، ممکن است قابلیت‌های ذهنی بیشتری در درک صحیح موقعیت‌ها و پاسخگویی به فشارهای ناخواسته اطرافیان خود داشته باشند. بدیهی است که این قابلیت‌ها منجر به افزایش مقاومت در برابر مصرف مواد می‌شوند و دسترسی به راه‌حل‌های بهتر را میسر می‌سازد.

علاوه بر ارتباط بین هوش هیجانی و گرایش به اعتیاد، بین هوش هیجانی و ترک اعتیاد نیز رابطه مثبت معناداری وجود دارد و افرادی که هوش هیجانی بالاتری دارند، به احتمال بیشتری می‌توانند اعتیاد را کنار بگذارند. مطالعات نشان می‌دهد که یکی از عوامل مرتبط با گرایش به اعتیاد و تداوم آن، مفهوم هوش هیجانی است (Jabraili, Habibi, 2016). افرادی که هوش هیجانی بالاتری دارند، می‌توانند هیجان‌ات و تکانه‌های خود را بیشتر کنترل کنند و در نتیجه به احتمال بیشتری می‌توانند اعتیاد خود را کنار بگذارند. هوش هیجانی طیف گسترده‌ای از مهارت‌ها است. برجسته‌ترین آن‌ها مهارت‌های اجتماعی است که بر خودآگاهی بنا می‌شود؛ یعنی توانایی شناخت دقیق احساسات، عواطف و ویژگی‌های خود. همچنین یکی از اساسی‌ترین مهارت‌های روانی، مقاومت در برابر تکانه عمل است. این امر ریشه تمام خویشتن‌داری‌های هیجانی است. ظرفیت بازداشتن تکانه از اینکه به عمل منتهی شود و فرونشاندن اولین حرکت در کنترل آن اهمیت بسزایی دارد (Peng, et all, 2019). بر طبق یافته‌ها یکی از مسائلی که در برنامه‌های بازپرورانه و پیشگیرانه درمان اعتیاد باید مورد توجه قرار گیرد، افزایش مهارت‌های مرتبط با هوش هیجانی درمانجویان است.

در نتیجه می‌توان گفت که احتمالاً یکی از دلایل اصلی گرایش افراد به مصرف مواد، مشکلات و کاستی‌های وسیع در حوزه هیجان‌ها است. در واقع بعضی از افراد چون نمی‌توانند هیجان‌های خود را به درستی درک و مدیریت کنند و نمی‌توانند با احساسات دیگران همراهی نمایند، مستعد ابتلاء به مصرف موادمخدر و اعتیاد می‌باشند. در مقابل افرادی که هوش هیجانی بالایی دارند آگاهی و درک بیشتری از هیجان‌های خود و دیگران دارند و در پیش‌بینی خواسته‌های دیگران توانایی بیشتری دارند، آن‌ها فشارهای ناخواسته همسالان را درک و هیجان‌های خود را بهتر مهار می‌کنند و در نتیجه در برابر مصرف مواد مقاومت بیشتری نشان می‌دهند. در مقابل کسانی که هوش هیجانی پایینی دارند برای مقابله با هیجان‌های منفی خود، عموماً به

سوی مصرف مواد به‌عنوان جایگزینی برای راهبردهای مقابله‌ای سازش یافته کشیده می‌شوند. در واقع هوش هیجانی بالا به‌عنوان عامل محافظت‌کننده فرد در مقابل مصرف مواد شناخته می‌شود در حالیکه هوش هیجانی پایین، عامل خطرناک مهمی برای گرایش به مصرف مواد در نوجوانان و جوانان تلقی می‌شود (Karami Rad, et all, 2014).

فرضیه دیگر پژوهش کنونی مبنی بر اینکه بین اجتناب تجربی با آمادگی به اعتیاد در دانشجویان رابطه وجود دارد مورد تأیید قرار گرفت. به‌عبارت دیگر، داده‌های پژوهش حاضر نشان داد دانشجویانی که اجتناب تجربی بالاتری دارند، آمادگی به اعتیاد بالاتری را نسبت به دانشجویانی که اجتناب تجربی پایین‌تری داشتند از خود نشان دادند. براین اساس نتایج مطالعات نشان می‌دهند که اجتناب تجربی یکی از راهبردهای شناختی است که افراد برای پردازش اطلاعات در محیط‌های پرتنش و اضطراب‌زا از آن استفاده می‌کنند و از این راه سعی در تغییر تفکرات و تصورات ذهنی خود دارند تا بتوانند خود را از نگرانی‌های محیطی رها سازند (Bahraminezhad, Zare, Arnavaz, 2017). اجتناب تجربی شامل سرکوب افکار ناخوشایند و یا خاطرات از طریق دور کردن آن‌ها از ذهن، حواس‌پرتی، اجتناب از محرک تهدیدکننده و تبدیل تصور به فکر است که با هدف انحراف ذهن از موضوع نگران‌کننده صورت می‌گیرد (Aslanidou, Petrides, Stogiannidou, 2018). بکارگیری راهبردهای اجتناب تجربی به دلیل ایجاد تفکرات غیرمنطقی می‌تواند عملکرد اجتنابی و گرایش به رفتارهای اعتیادی را پررنگ کند (Hsieh, et all, 2019). ترس از شکست در عملکرد، ارزیابی اجتماعی و مورد سرزنش واقع شدن باعث ادراک غیرقابل کنترل بودن محیط و تجربه سطوح بالایی از فشار و تنش می‌شود. از طرفی دیگر، به این دلیل که افراد با هوش هیجانی بالا بیشتر با اضطراب‌ها و فشارهای پیرامون به شکل رفتاری مقابله می‌کنند و تأثیر متغیرهای شناختی مانند اجتناب شناختی و سرکوبی افکار اندک است، بنابراین گرایش به اعتیاد و مصرف مواد در این قشر پایین می‌باشد.

اجتناب از تجربه، به خودی خود آسیب‌زا نیست بلکه پایه و اساس شکل‌گیری نوعی آسیب‌پذیری اجتماعی و روانشناختی است که بر مبنای آن، انواعی از پیامدهای روانی- اجتماعی نامطلوب از گرایش به اعتیاد و مصرف مواد تا سوءمصرف مواد ایجاد می‌شود و تداوم می‌یابد. نقش اجتناب تجربی به‌عنوان یک فرایند فراتشخیصی در شکل‌گیری و تداوم بسیاری از مشکلات و مسائل روانی- اجتماعی پررنگ شده است. به‌صورت کلی اجتناب تجربی به‌صورت تقویت منفی به فرد اجازه تجربه هیجانات و افکار ناخوشایند و به چالش کشیدن آن‌ها را نمی‌دهند در نتیجه هیجانات و افکار ناخوشایند مجدداً و با شدت بیشتری ظاهر می‌شوند (Zandi Payam, Davoodi, Mehrabizadeh, 2016). در مجموع، نتایج پژوهش حاضر از چند جهت قابل توجه است. در درجه اول، یافته‌های این مطالعه مؤید شیوع نسبتاً بالای برخی از رفتارهای گرایشی به اعتیاد و مصرف مواد در دانشجویان بود که همین امر لزوم توجه به رفتارهای گرایشی به اعتیاد و مصرف مواد در دانشجویان و اتخاذ راهکارهایی برای پیشگیری از این رفتارها را گوشزد می‌کند. در درجه دوم، با توجه به نتایج این مطالعه می‌توان گفت که گرایش به اعتیاد و مصرف مواد در دانشجویان پدیده‌ای چندبعدی است که متأثر از عوامل مختلف و در سطوح متنوعی می‌باشد و بنابراین در طراحی مداخلات پیشگیری از گرایش به اعتیاد و مصرف مواد در دانشجویان باید همه عوامل را مدنظر قرار داد و با اجرای ابزارهای غربالگری مناسب، دانشجویان در معرض خطر شناسایی کرد و برنامه‌های پیشگیری اولیه را در مورد آن‌ها به‌کار بست.

References

- Asiamah N. (2017). Enhancing nurses' emotional intelligence: Are tenure prolongation, education and in-service training applicable methods even when not specialized?. *Cogent Business & Management*, 4(1): 1280896.
- Aslanidou G S, Petrides K V, Stogiannidou A. (2018). Trait emotional intelligence profiles of parents with drug addiction and of their offspring. *Frontiers in psychology*, 9, 1633.
- Bahraminejad A, Biranvand A, Zare S, Arnavaz M. (2017). Investigating the relationship between emotional intelligence and addiction tendency in students of Lorestan University of Medical Sciences. *Founded Quarterly*, 3 (73): 120-113.
- Bahraminezhad A, Zare S, Arnavaz M. (2017). The relationship between emotional intelligence and addiction tendency in students of Lorestan University of Medical Sciences. *Yafte*, 19(4).
- Basharpour S, Shafiei M, Atadokht A, Narimani M. (2015). The Role of experiential avoidance and mindfulness in predicting the symptoms of stress disorder after exposure to trauma in traumatized people supported by Emdad Committee and Bonyade Shahid organization of Gilan Gharb in the first half of 2014. *Journal of Rafsanjan University of Medical Sciences*. 14(5): 405-416.
- Basharpour S, Shafiee A, Narimani M. (2014). The role of empirical avoidance and mindfulness in predicting the symptoms of stress disorder after exposure to a traumatic event in injured people under the support of the Relief Committee and the Martyr Foundation of West Gilan in the first half of the year. *Journal of Rafsanjan University of Medical Sciences*. 14: 405 -16.
- Bond F W, Hayes S C, Baer R A, et all.(2011). Preliminary psychometric properties of the Acceptance and Action Questionnaire-II: a revised measure of psychological inflexibility and experiential avoidance. *Journal Addictive Behaviors*. 42(4):676-688
- Cho K S, Lee J M. (2017). Influence of smartphone addiction proneness of young children on problematic behaviors and emotional intelligence: Mediating self-assessment effects of parents using smartphones. *Computers in Human Behavior*, 66, 303-311.
- Delaware A. (2011). *Applied methods in inferential statistics in psychology and educational sciences*. Tehran: Samat Publications.
- Ebrahimi L, Mousavi S J. (2018). The relationship between emotional intelligence components and parenting styles with the tendency to substance abuse in students. *Social Health and Addiction Quarterly*, 19 (5): 52-43.
- Ehyakonandeh M, Shafiabadi A, Sudani M. (2009). Investigating the Relationship between Emotional Intelligence and Mental Health of Female Counseling Students in Islamic Azad University, Behbahan Branch. *Knowledge and Research in Applied Psychology*, Islamic Azad University, Khorasgan Branch, 1 (4): 41-16.
- Gentina E, Tang T L P, Dancoine P F. (2018). Does Gen Z's emotional intelligence promote iCheating (cheating with iPhone) yet curb iCheating through reduced nomophobia?. *Computers & Education*, 126, 231-247.
- Ghanadi Farnood M, Alilou M M. (2014). Predicting the tendency to smoke, alcohol, drugs and psychotropic drugs based on emotion dysregulation variables and the experience of child abuse in people with borderline personality traits. *Quarterly Journal of Addiction Research*. 8 (30): 97-112.
- Gutierrez D, Butts C M, Lamberson K A, Lassiter P S. (2019). Examining the Contributions of Trait Emotional Intelligence on Addiction Counselor Burnout. *Journal of Addictions & Offender Counseling*, 40(1): 52-64.
- Haji Hosseini M, Shafiabadi A, Pirsaghi F, Kianipour O. (2012). Relationship between aggression, means of existence and depression with readiness for addiction in female students of Allameh Tabatabai University. *Knowledge and Research in Applied Psychology*, 13 (3), 74-65.
- Hayes S, Strosahl K, Wilson K, et all. (2004). Measuring experiential avoidance: A preliminary test of a working model. *Psycho Record*, 54(4): 553-578.
- Hsieh Y P, Wei H S, Hwa H L, et all. (2019). The effects of peer victimization on children's Internet addiction and psychological distress: The moderating roles of emotional and social intelligence. *Journal of Child and Family Studies*, 28(9): 2487-2498.
- Hudson G P. (2018). Relationships between Substance Abuse, Emotional Intelligence, Impulsivity, and Social Support: An Examination of Factors Relating to Addiction.
- Jabraili H, Habibi M. (2016). The moderating role of emotional intelligence in relation to the effect of addiction readiness on substance use. *Journal of Clinical Psychology Achievements*, 2 (1), 84-69.

- Jamshidi H, Asgharnejad A A. (2019). The role of identity crisis and emotional intelligence in predicting substance abuse among high-school students. *Chronic Diseases Journal*, 7(1): 16-21.
- Javanmard Gh H, Jalalian Z. (2016). Comparison of mind theory and emotional intelligence in people with substance abuse and healthy people. *Journal of New Psychological Research*, 43 (11): 65-51.
- Kalaivani C. (2017). Emotional Intelligence and Technology Addiction among Higher Secondary School Students.
- Karami Rad B, Zargar Y, Mehrabi Zah Honarmand M. (2014). The effectiveness of emotional intelligence training on students' readiness for addiction. *Journal of Addiction Research*, 32 (4): 50-37.
- Karimi J, Izadi R. (2015). Investigating the role of empirical avoidance and sensitivity to anxiety symptoms on mental health and general health of nursing students. *Journal of Nursing Research*, 10 (4): 32-42.
- Lee O S, Gu H. J. (2018). Differences in Smartphone Addiction and Communication Ability according to Emotional Intelligence in Nursing Students. *Journal of Digital Convergence*, 16(3), 375-383.
- Leite K P, Martins F D M P, Trevizol A P, et all. (2019). A critical literature review on emotional intelligence in addiction. *Trends in psychiatry and psychotherapy*, 41(1): 87-93.
- Mascia M L, Agus M, Penna M P. (2020). Emotional Intelligence, Self-Regulation, Smartphone Addiction: Which Relationship With Student Well-Being and Quality of Life?. *Frontiers in Psychology*, 11: 375.
- Mikaeli N, Ahmadi Sh, Ghavami Lahiji H. (2010). Comparison of experimental avoidance and perturbation tolerance in substance-dependent and normal women. *Journal of Psychological Studies*, 15 (2): 92-79.
- Mohagheghi A, Amiri S, Mousavi Rizi S, Safikhanlou S. (2015). Emotional intelligence components in alcohol dependent and mentally healthy individuals. *Sci World J*;10(11):55-63.
- Morie K P, Yip S W, Nich C, et all. (2016). Alexithymia and addiction: a review and preliminary data suggesting neurobiological links to reward/loss processing. *Current addiction reports*, 3(2), 239-248.
- Peng W, Li D, Li D, et all. (2019). School disconnectedness and Adolescent Internet Addiction: Mediation by self-esteem and moderation by emotional intelligence. *Computers in Human Behavior*, 98: 111-121.
- Ranjbar H, Bakhshi M. (2018). The Association between Internet addiction and emotional intelligence: A meta-analysis study. *Acta facultatis medicae Naissensis*, 35(1): 17-29.
- Shirazi M, Janfaza M. (2015). The Predictive Role of Difficulties in Emotion Regulation and Self-Control with Susceptibility to Addiction in Drug-Dependent Individuals. *research on addiction*, 9(33): 57-69.
- Sun J, Liu Q, Yu S. (2019). Child neglect, psychological abuse and smartphone addiction among Chinese adolescents: The roles of emotional intelligence and coping style. *Computers in Human Behavior*, 90, 74-83.
- Süral I, Griffiths M D, Kircaburun K, Emirtekin E. (2019). Trait emotional intelligence and problematic social media use among adults: The mediating role of social media use motives. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 17(2): 336-345.
- Talebzadeh Nobarian M, Norouzi A A. (2011). The Relationship between Emotional Intelligence and Metacognitive Awareness of Reading Strategies with Academic Performance of Students in the Department of Educational Sciences, Shahid Beheshti University. *Quarterly Journal of New Approach in Educational Management*, 2 (2), 22-1.
- Zandi Payam A, Davoodi I, Mehrabizadeh M. (2016). The Relationship between Experiential Avoidance, Family Emotional Atmosphere and Self-Control with Online Games Addiction in Students of Shahid Chamran University of Ahvaz. *Journal of Education and Community Health*, 3 (1): 33-25.
- Zargar Y, Najarian B, Nomani A Z. (2008). Investigating the Relationship between Personality Traits (Excitement, Existence Tools, Psychological Hardiness) Religious Attitude and Marital Satisfaction with Drug Addiction Readiness in Employees of an Industrial Company in Ahvaz. *Journal of Educational Sciences and Psychology*, 3 (14): 45-37.

The Relation between Emotional Intelligence and Experiential Avoidance with Susceptibility for Addiction in students

Danial Soleimani^{1*}

Nazanin Khoshbakht²

Fatemeh Tahmasebiboldaji³

Abstract

Purpose: The aim of this study was to predict students' readiness for addiction based on emotional intelligence and empirical avoidance.

Methodology: The research method was descriptive-correlational. The statistical population of the present study consisted of all students of Iran University of Medical Sciences who were studying in the academic year 2016-17. The sample size was 150 students who were selected by purposive sampling. The instruments used in this study were the Iranian Addiction Readiness Scale (Zargar, 2006), the Cyber or Schering Emotional Intelligence Questionnaire (1990) and the Experimental Avoidance Questionnaire (Hayes et al., 2004). Data analysis was performed from the implementation of questionnaires through SPSS20 software in two descriptive and inferential sections (Pearson correlation, multiple regressions).

Findings: The results of statistical analysis showed that the effect of emotional intelligence variable and its components on the regression equation was significant ($p < 0.01$). There was also a significant positive correlation between experimental avoidance and readiness for addiction ($p < 0.01$).

Conclusion: The data of the present study showed that students with low emotional intelligence showed a higher readiness for addiction than students with higher emotional intelligence.

Keywords: Emotional intelligence, Experimental avoidance, Addiction readiness, Students

1. Master of Clinical Psychology, Tehran Institute of Psychiatry, Tehran, Iran (Corresponding author). Danial.soleimani@gmail.com

2. PhD Student in Counseling, Aras International Campus, University of Tehran, Aras, Iran. nazaninkhoshbakht62@gmail.com

3. Master of Medical Education, Center for Educational Studies and Development, Ahvaz University of Medical Sciences, Ahvaz, Iran. edc-journal@ajums.ac.ir