



Research Paper

Psychometric Analysis of the Emotional Beliefs Questionnaire in a Sample of Iranian University Students

Nasim Soheili^{1*} , Fatemeh Razzaghi² 

1. Assistant Professor, Department of Religions and Denominations, Faculty of Religions and Islamic teachings, International University of Islamic Denominations, Tehran, Iran
2. MSc Student in Educational Psychology, Faculty of Humanities, University of Zanjan, Zanjan, Iran

Article info:

Received: 06.05.2025

Revised: 12.09.2025

Accepted: 18.12.2025

Keywords:

emotional beliefs,
emotion regulation,
affective disorders,
psychometrics



Publisher: University of Zanjan

Abstract

Beliefs regarding the controllability and usefulness of positive and negative emotions are fundamental factors influencing emotion regulation and mental health. Given the scarcity of assessment tools in this domain, the present study aimed to evaluate the psychometric properties of the Emotional Beliefs Questionnaire and examine the relationship between these beliefs, emotion regulation, and symptoms of affective disorders. This study was conducted on 388 young adults aged 18 to 35 in Zanjan. To evaluate the technical properties of the instrument, qualitative and quantitative content validity indices, Confirmatory Factor Analysis, and Pearson correlation for convergent validity were employed, alongside Cronbach's alpha and test-retest reliability assessments. Results of the Confirmatory Factor Analysis showed that this questionnaire possesses a four-factor structure comprising negative controllability, positive controllability, negative usefulness, and positive usefulness. Cronbach's alpha coefficients for positive control 0.74, negative control 0.79, positive usefulness 0.73, and negative usefulness 0.71 indicated desirable internal consistency. Furthermore, a one-week test-retest reliability coefficient of 0.71 confirmed the scale's temporal stability. Content validity indices for all items were reported above 0.80. In terms of convergent validity, significant correlations were observed between emotional beliefs and depression 0.17, anxiety 0.22, and stress 0.15. The Emotional Beliefs Questionnaire demonstrates strong psychometric properties within the Iranian population. Despite limitations in generalizability due to specific sample characteristics, this instrument can serve as a valid scale in clinical research and the design of therapeutic interventions to assess emotional beliefs and promote community mental health.

Use your device to scan and read the article online



Citation: Soheili, N., & Razzaghi, F. (2026). Psychometric Analysis of the Emotional Beliefs Questionnaire in a Sample of Iranian University Students. *Iranian Journal of Psychoeducational Assessment*, 1 (2), 279-292. <https://doi.org/10.30470/ijpa.2025.733223>

***Corresponding Author:** Nasim Soheili

Address: Department of Religions and Denominations, Faculty of Religions and Islamic teachings, International University of Islamic Denominations, Tehran, Iran

Email: n.soheili@mazaheb.ac.ir

Extended Abstract

Introduction

Emotions are a hallmark of daily life (Gross, 2015), and individuals naturally develop diverse beliefs about them (Ford & Gross, 2018). These "emotion beliefs" significantly influence how people perceive, interpret, and respond to their own and others' emotions (Manser et al., 2012). Recent psychological research suggests that these beliefs serve as a fundamental mechanism for emotion regulation (Ford et al., 2018). Emotions arise from cognitive appraisals, which in turn affect regulatory strategies. A key construct in this process is perceived control, the extent to which an individual believes they can influence events or outcomes.

Despite scientific consensus on the purposeful nature of emotions, public opinion varies widely (Kneeland & Kisley, 2023). Individual differences exist regarding whether emotions are perceived as useful (Cho & Berenbaum, 2012), hindering (Karnaze & Levine, 2020), or wise (Netzer et al., 2018). Beliefs also vary concerning the malleability of emotions (Tamir et al., 2007) and their interpersonal "contagion" (Manser et al., 2012). Empirical evidence indicates that these beliefs impact emotional outcomes by shaping regulation processes (Arbulu et al., 2024; DeCastella et al., 2018). Specifically, believing emotions are controllable encourages proactive strategies like cognitive reappraisal over avoidant approaches like expressive suppression (Low et al., 2021).

Furthermore, emotion beliefs are shaped by early caregivers and broader cultural contexts (Ford & Gross, 2019; Halberstadt et al., 2020). They predict future psychological functioning and influence interpersonal dynamics, such as parental socialization (Lozada et al., 2016) and teacher-student interactions (Hagan et al., 2020). Despite the development of the Emotion Beliefs Questionnaire (EBQ) to measure beliefs about the controllability and usefulness of affect, psychometric evaluations in diverse, large-scale samples remain scarce. This study aims to bridge this gap by examining the psychometric properties of the EBQ and exploring the links between emotion beliefs, regulation, and affective symptoms within the Iranian context.

Methods

This applied study utilized a descriptive-correlational design with an emphasis on Confirmatory Factor Analysis (CFA) to evaluate the psychometric properties of the Emotion Beliefs Questionnaire (EBQ). The statistical population included young adults (aged 18–35) in Zanjan, Iran, in late 2024. A sample of 334 participants (195 females, 139 males; Mean age = 26.89, SD = 10.25) was selected via convenience sampling. Data were collected online using the 16-item EBQ, which assesses beliefs regarding the controllability and usefulness of positive and negative emotions through a 7-point Likert scale. Additionally, the DASS-21 was administered to examine convergent validity. Reliability was assessed using Cronbach's alpha, Composite Reliability (CR), and test-retest methods. Validity was further established through content validity (expert judgment), item-total correlations, and structural validity via CFA, comparing the three-factor and four-factor models to ensure the best fit for the Iranian context.

Results

The psychometric evaluation of the scale began with descriptive analysis and content validity. Quantitative content validity, assessed by 20 experts, yielded Content Validity Ratio (CVR) and Content Validity Index (CVI) values above 0.80 for all 16 items, indicating excellent content representation. Descriptive statistics showed that item-total correlations ranged significantly, with all items demonstrating adequate discriminatory power ($P < 0.01$). Reliability was confirmed through Cronbach's alpha coefficients for the subscales: Negative Control (0.79), Positive Control (0.74), Positive Usefulness (0.73), and Negative Usefulness (0.71). Additionally, a one-week test-retest reliability coefficient of 0.71 supported the temporal stability of the instrument. Convergent validity was established by examining the correlations between emotion beliefs and psychological distress indicators. As theoretically expected, the total EBQ score showed significant positive correlations with depression ($r = 0.17$), anxiety ($r = 0.22$), and stress ($r = 0.15$), all significant at the $P < 0.01$ level. Structural validity was examined via Confirmatory Factor Analysis (CFA) using LISREL 10.2. The measurement model demonstrated a satisfactory

fit to the data: $\chi^2/df = 1.71$, RMSEA = 0.046, GFI = 0.94, AGFI = 0.92, CFI = 0.94, and TLI = 0.93. Although the NFI (0.87) was slightly below the conventional 0.90 threshold, the overall indices confirm a robust model fit. All standardized factor loadings were statistically significant, ranging from 0.45 to 0.73, with t-values exceeding the critical threshold of 1.96 ($t_{\min} = 6.68$, $t_{\max} = 13.65$). These results confirm that the Persian version of the EBQ is a valid and reliable multidimensional tool for assessing emotion beliefs in the Iranian population.

Conclusion

The findings indicate that individuals who perceive emotions as controllable report fewer symptoms of anxiety and depression. This relationship is partially mediated by the choice of emotion regulation strategies; specifically, control beliefs foster proactive strategies like cognitive reappraisal over avoidant ones. These results align with the theoretical framework of Ford and Gross (2019), suggesting that implicit beliefs about the malleability and usefulness of affect significantly shape emotional well-being. Psychometrically, the EBQ demonstrated robust validity and reliability within the Iranian context, making it a valuable tool for clinicians to identify maladaptive beliefs in patients with affective disorders. However, the study's reliance on self-report measures and a convenience sample from a single city (Zanjan) limits generalizability. Future research should validate the EBQ in clinical populations and diverse cultural settings using ecological momentary assessments to further elucidate the complex interplay between emotion beliefs and mental health outcomes.

Ethical considerations

This study adhered to ethical guidelines, ensuring informed consent and confidentiality. Participation was entirely voluntary, and the research was conducted in full compliance with the ethical standards of the Iranian Organization for Psychology and Counseling.

Fundings

All research costs were borne by the authors, and no financial support was received for this study.

Author contributions

In this study, Nasim Soheili was responsible for conceptualization, topic selection, and data collection and analysis. Fatemeh Razaghi contributed to the development of the theoretical framework, writing of the discussion and conclusion sections, and implementing the reviewers' suggested revisions. Both authors collaborated in writing and final editing of the manuscript.

Conflict of interest

The authors declare no financial support or conflicts of interest regarding this study.



مقاله پژوهشی

تحلیل روانسنجی پرسشنامه باورهای هیجانی در نمونه‌ای از دانشجویان ایرانی

نسیم سهیلی^{۱*}، فاطمه رزّاقی^۲

۱. استادیار گروه ادیان و مذاهب، دانشکده ادیان و معارف اسلامی، دانشگاه بین المللی مذاهب اسلامی، تهران، ایران
۲. دانشجوی کارشناسی ارشد روان‌شناسی تربیتی، دانشکده علوم انسانی، دانشگاه زنجان، زنجان، ایران

چکیده

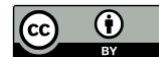
باورها درباره کنترل‌پذیری و سودمندی هیجان‌ات مثبت و منفی از جمله عوامل زیربنایی هستند که بر تنظیم هیجان و سلامت روان تأثیر می‌گذارند. با توجه به کمبود ابزارهای سنجش در این حوزه، پژوهش حاضر با هدف بررسی ویژگی‌های روانسنجی پرسشنامه باورهای هیجانی (EBQ) و ارتباط این باورها با تنظیم هیجان و علائم اختلالات عاطفی اجرا شد. این مطالعه بر روی ۳۸۸ نفر از جوانان ۱۸ تا ۳۵ سال در شهر زنجان انجام شد. جهت ارزیابی ویژگی‌های فنی ابزار، از شاخص‌های روایی محتوایی کیفی و کمی، تحلیل عاملی تأییدی، همبستگی پیرسون برای سنجش روایی همگرا و همچنین ضریب آلفای کرونباخ و آزمون بازآزمایی برای تعیین پایایی استفاده گردید. نتایج تحلیل عاملی تأییدی نشان داد این پرسشنامه از ساختار چهار عاملی شامل کنترل‌پذیری منفی، کنترل‌پذیری مثبت، سودمندی منفی و سودمندی مثبت برخوردار است. ضرایب آلفای کرونباخ برای ابعاد کنترل مثبت ۰/۷۴، کنترل منفی ۰/۷۹، سودمندی مثبت ۰/۷۳ و سودمندی منفی ۰/۷۱ به دست آمد که نشان‌دهنده همسانی درونی مطلوب است. همچنین ضریب بازآزمایی با فاصله یک هفته معادل ۰/۷۱ ثبات زمانی مقیاس را تأیید کرد. شاخص‌های روایی محتوایی برای تمام گویه‌ها بالاتر از ۰/۸۰ گزارش شد. در بررسی روایی همگرا، همبستگی معناداری بین باورهای هیجانی با افسردگی ۰/۱۷، با اضطراب ۰/۲۲ و با استرس ۰/۱۵ مشاهده شد. پرسشنامه باورهای هیجانی در جامعه ایرانی از ویژگی‌های روانسنجی قوی برخوردار است. با وجود محدودیت‌هایی در تعمیم‌پذیری به دلیل ویژگی‌های خاص نمونه، این ابزار می‌تواند به عنوان مقیاس معتبر در پژوهش‌های بالینی و طراحی مداخلات درمانی جهت ارزیابی باورهای هیجانی و ارتقای سطح سلامت روان جامعه استفاده شود.

اطلاعات مقاله:

تاریخ دریافت: ۱۴۰۴/۰۲/۱۶
تاریخ داوری: ۱۴۰۴/۰۶/۲۱
تاریخ پذیرش: ۱۴۰۴/۰۹/۲۷

واژه‌های کلیدی:

باورهای هیجانی، تنظیم هیجان، اختلالات عاطفی، روانسنجی



ناشر: دانشگاه زنجان

استناد: سهیلی، ن.، و رزّاقی، ف. (۱۴۰۴). تحلیل روانسنجی پرسشنامه باورهای هیجانی در نمونه‌ای از دانشجویان ایرانی. *سنجش روانی تربیتی*، (۲)، ۲۷۹-۲۹۲.

<https://doi.org/10.30470/ijpa.2025.733223>



از دستگاه خود برای اسکن و خواندن مقاله به صورت آنلاین استفاده کنید

* نویسنده مسئول: نسیم سهیلی

نشانی: دانشکده ادیان و معارف اسلامی، دانشگاه بین المللی مذاهب اسلامی، تهران ایران
پست الکترونیکی: n.sheili@mazaheb.ac.ir

مقدمه

احساسات یکی از ویژگی‌های بارز زندگی روزمره هستند (گروس^۱، ۲۰۱۵). با توجه به برجستگی این احساسات، عجیب نیست که افراد درباره آن باورهایی داشته باشند (فورد^۲ و گروس، ۲۰۱۸). به نظر می‌رسد این باورها بر نحوه درک، تفسیر و پاسخ افراد به احساسات خود و دیگران تأثیر می‌گذارد (مانسر^۳ و همکاران، ۲۰۱۲). تحقیقات اخیر روان‌شناسی نشان می‌دهد که باورها درباره احساسات می‌تواند یک مکانیزم برای تنظیم هیجانی باشد (فورد و همکاران، ۲۰۱۸). هیجان‌ها به دنبال ارزیابی‌های شناختی از رویدادها رخ می‌دهند و این ارزیابی‌های شناختی نیز بر نحوه تنظیم هیجانی اثر می‌گذارد (حسینی و خیر، ۱۳۹۰). در این میان یکی از سازه‌های مطرح در ارزیابی شناختی، ارزیابی‌های مرتبط با کنترل ادراک شده است که منظور از آن باور فرد به این است که تا چه اندازه توانایی تأثیر بر رویدادها یا موفقیت‌ها را دارد؛ به عبارتی کنترل ادراک شده به عنوان سطحی از کنترل فرد بر محیط و اعمال خود تعریف شده است (حسینی و همکاران، ۱۳۹۲).

با وجود اجماع علمی گسترده مبنی بر اینکه هیجان برای فرد مرتبط و هدفمند است، ظاهراً در میان افراد عادی در مورد نقش و اهمیت هیجان در زندگی توافقی وجود ندارد (نیلند و کیسلی^۴، ۲۰۲۳). تفاوت‌های فردی در باورهای افراد در مورد خصوصیات کلی و فراگیر هیجان‌ها به عنوان مفید (چو و برن بوم^۵، ۲۰۱۲)، مفید یا ممانع (کارناز و لوین^۶، ۲۰۲۰) و احمقانه یا عاقلانه (نتزیر^۷ و همکاران، ۲۰۱۸) مستند شده است. همچنین تنوع در ابعاد ظرفیت‌ها در باورهای هیجانی، مانند میزان باور افراد به مسری بودن هیجان‌ها (مانسر و همکاران، ۲۰۱۲)، اینکه آیا خوشبختی اکتسابی است یا صرفاً ناشی از شانس (جوشانلو^۸، ۲۰۱۹)، اینکه آیا هیجان‌ها تغییرپذیرند یا ثابت (تامیر^۹ و همکاران، ۲۰۰۷) و اینکه آیا هیجان‌ها فرد، پسماندی فیزیکی از خود به جای می‌گذارد که متعاقباً می‌تواند بر خلق و خوی دیگران تأثیر بگذارد (ساوانی^{۱۰} و همکاران، ۲۰۱۱)، به عنوان چند نمونه نشان داده شده است.

نظریه پرداز و شواهد تجربی نشان می‌دهد که باورهای هیجانی ممکن است با اعمال تأثیراتی بر فرایندهای تنظیم هیجان، بر پیامدهای هیجانی تأثیر بگذارد (آربولو^{۱۱} و همکاران، ۲۰۲۴؛ بهلینگر^{۱۲} و همکاران، ۲۰۲۴؛ برگلوند^{۱۳} و همکاران، ۲۰۲۳؛ دیکاستلا^{۱۴} و همکاران، ۲۰۱۳، ۲۰۱۸؛ دیپلانک^{۱۵} و همکاران، ۲۰۲۳؛ فورد و گروس، ۲۰۱۹؛ نیلند و دوویدو^{۱۶}، ۲۰۲۰؛ نیلند و همکاران، ۲۰۱۶). تأیید این باور که هیجان‌ها نسبتاً قابل کنترل هستند، باید به عنوان منطقی برای درگیر شدن در استراتژی‌های تنظیم هیجان تلاش‌آمیز و متمرکز بر پیش‌آیند (به عنوان مثال، ارزیابی مجدد شناختی) نسبت به رویکردهای اجتنابی و متمرکز بر پاسخ (به عنوان مثال، سرکوب بیانی) باشد (لو^{۱۷} و همکاران، ۲۰۲۱).

باورهای هیجانی یک هدف بالقوه برای مداخله بالینی هستند (دیکاستلا و همکاران، ۲۰۱۵). مطالعه باورهای هیجانی اخیراً شاهد افزایش علاقه و فعالیت بوده است (گونزالس^{۱۸} و همکاران، ۲۰۲۰؛ نیلند و کیسلی، ۲۰۲۳). شواهد نشان می‌دهد که مراقبان اولیه فرد در شکل‌گیری باورهای افراد درباره هیجان نقش زیادی دارند (فورد و گروس، ۲۰۱۹). علاوه بر آن زمینه فرهنگی گسترده‌تری که فرد در آن رشد می‌کند نیز در این زمینه تأثیرگذار هستند (هالبراستات^{۱۹}، ۲۰۲۰؛ چو و برن بوم، ۲۰۱۲؛ ساوانی و همکاران، ۲۰۱۱؛ اوچیدا^{۲۰} و همکاران، ۲۰۰۴).

شواهد فزاینده‌ای از این ادعا حمایت می‌کند که باورهای هیجانی می‌تواند منجر به پیامدهای عملکردی مهمی برای فردی که این باورها را دارد، شود (فورد و گروس، ۲۰۱۹). در یک مطالعه نشان داده شد که کنترل علائم هیجانی روان‌پریشی، رابطه بین باورهای هیجانی و سایر پیامدهای عملکردی را از بین نمی‌برد، این نکته نشان می‌دهد که باورهای فرد در مورد هیجان «صرفاً محصولات جانبی پریشانی عاطفی نیستند» (ویلو^{۲۱} و همکاران، ۲۰۱۵). مطالعات طولی نیز نشان داده است که باورهای هیجانی فرد می‌تواند عملکرد روانی آینده را پیش‌بینی کند (تامیر و همکاران، ۲۰۰۷؛ فورد و همکاران، ۲۰۱۸).

باورهایی که فرد در مورد هیجان‌ها دارد می‌تواند از جهات مهمی بر دیگران نیز تأثیر بگذارد (گونزالس و همکاران، ۲۰۲۰). به عنوان مثال، باور فرد در مورد قابلیت کنترل هیجان بر میزان تمایل او به حمایت بین فردی از فرد دیگری که هیجان منفی را تجربه می‌کند، تأثیر می‌گذارد (اسمیت^{۲۲} و همکاران، ۲۰۲۳). باورهایی که در مورد هیجان‌ها کودکان وجود دارد، پیش‌بینی می‌کند که والدین چگونه در جامعه‌پذیری هیجانی با فرزند خود درگیر می‌شوند، از جمله اینکه آیا به آنها آموزش می‌دهند که هیجان‌ها منفی مهم هستند یا برعکس، خطرناک (لوژادا^{۲۳} و همکاران، ۲۰۱۶).

1 Gross

2 Ford

3 Manser

4 Kneeland and Kisley

5 Cho and Berenbaum

6 Karnaze and Levine

7 Netzer

8 Joshanloo

9 Tamir

10 Savani

11 Arbulu

12 Bahlinger

13 Berglund

14 DeCastella

15 DePlancke

16 Kneeland and Dovidio

17 Low

18 Gonzalez

19 Halberstadt

20 Uchida

21 Veilleux

22 Smith

23 Lozada

چنین تأثیراتی احتمالاً به باورهای جنسیتی والدین بستگی دارد، یعنی باورهای هیجانی که به جنسیت کودک مورد نظر وابسته هستند (توماسین^۱ و همکاران، ۲۰۲۰). همچنین از آنجایی که معلمان بر رشد هیجانی دانش‌آموزان تأثیر گذار هستند، تنوع گسترده‌ای در باورهای خود به ویژه در مورد مفید بودن هیجانی خشم نشان می‌دهند. و همین موضوع احتمالاً بر نحوه تعامل آنها با دانش‌آموزان در طول موقعیت‌های هیجانی تأثیر می‌گذارد (هاگان^۲ و همکاران، ۲۰۲۰).

پرسشنامه باورهای هیجانی (EBQ) به تازگی برای اندازه‌گیری باورها در مورد کنترل‌پذیری و مفید بودن احساسات منفی و مثبت توسعه یافته است. این باورهای نظریه‌پردازی شده بر تنظیم هیجان و نتایج روان‌شناختی تأثیر می‌گذارد. با این حال تا به امروز مطالعات اندکی با استفاده از نمونه‌های بزرگ و نماینده، برای بررسی ویژگی‌های روانسنجی EBQ و همبستگی‌های عاطفی آن انجام شده است. هدف ما این است که با بررسی ویژگی‌های روانسنجی EBQ و بررسی ارتباطات بین باورهای هیجانی، تنظیم هیجان و علائم اختلالات عاطفی در کشور ایران، این شکاف را پر کنیم.

روش پژوهش

روش این پژوهش از نظر هدف، کاربردی و از لحاظ شیوه گردآوری داده‌ها، توصیفی-همبستگی با تأکید بر تحلیل عاملی است. در این مطالعه، ارزیابی ویژگی‌های روانسنجی ابزار از طریق سنجش اعتبار و روایی صورت گرفت. برای بررسی اعتبار، آلفای کرونباخ، اعتبار مرکب و آزمون بازآزمایی محاسبه و تحلیل شدند. همچنین، روایی به شیوه‌های مختلف از جمله روایی سؤالات (همبستگی هر سؤال با نمره کل)، روایی محتوایی (بر اساس نظر متخصصان)، روایی همگرا (با توجه به همبستگی با نتایج پرسشنامه‌های DASS-21) و روایی سازه (تحلیل عاملی تأییدی) مورد بررسی قرار گرفت.

مشارکت‌کنندگان

جامعه‌ی این پژوهش عبارت از جوانان ۱۸ تا ۳۵ سال شهر زنجان در نیمه دوم سال ۱۴۰۳ بودند. به منظور انتخاب نمونه از این جامعه، از روش نمونه‌گیری در دسترس استفاده شد. برای تعیین حجم نمونه از فرمول کوکران استفاده شد که با سطح خطای ۰/۵، تعداد ۵۰ نفر تعیین شد. اما با در نظر گرفتن احتمال بی‌پاسخی، پرسشنامه‌ها بین ۶۰ نفر از افراد توزیع شد. در نهایت پس از کنار گذاشتن ۲ پرسشنامه با اطلاعات ناقص، اطلاعات ۴۸ شرکت‌کننده وارد تحلیل نهایی شدند. مقیاس اندازه‌گیری پژوهش به صورت برخط در بستر پایگاه اینترنتی PORSLINE بین آزمودنی‌ها توزیع شد و پس از توضیح اهداف پژوهش و تأکید بر حفظ محرمانگی و داوطلبانه بودن، رضایت آنها برای شرکت در پژوهش کسب شد. از بین ۳۳۴ شرکت‌کننده در این پژوهش ۱۹۵ تن دختر و ۱۳۹ تن پسر بودند. ۵۸ نفر دیپلم، ۸۰ نفر دانش‌آموخته کارشناسی، ۹۵ نفر دانشجوی کارشناسی، ۵۵ نفر دانش‌آموخته کارشناسی ارشد و ۴۶ نفر دانشجوی کارشناسی ارشد و میانگین سنی شرکت‌کنندگان ۲۶/۸۹ و انحراف معیار آن ۱۰/۲۵ بود.

ابزار پژوهش

دو ابزار در این پژوهش برای جمع‌آوری داده‌ها استفاده شد که هر کدام در یک پاراگراف توضیح داده شده است.

پرسشنامه باورهای هیجانی^۳ (EBQ): بکررا^۴ و همکاران (۲۰۲۰) با استفاده از چارچوب فورد و گروس (۲۰۱۹) اخیراً پرسشنامه باورهای هیجانی (EBQ) را توسعه داده‌اند که اولین ابزار روانسنجی برای سنجش باورها در مورد کنترل‌پذیری و سودمندی هیجانات مثبت و منفی می‌باشد. EBQ یک مقیاس خود گزارشی ۱۶ گویه‌ای است که به گونه‌ای طراحی شده که شامل ۴ زیر مقیاس باشد: کنترل‌پذیری-منفی (به عنوان مثال، «مهم نیست که مردم چقدر تلاش کنند، آنها نمی‌توانند هیجانات منفی خود را تغییر دهند»)، کنترل‌پذیری-مثبت (به عنوان مثال، «مردم نمی‌توانند هیجانات مثبت خود را کنترل کنند»)، سودمندی-منفی (به عنوان مثال، «حضور هیجانات منفی برای مردم چیز بدی است») و سودمندی-مثبت (به عنوان مثال، «هیجانات مثبت مضر هستند»). دو زیر مقیاس کنترل‌پذیری را می‌توان در یک نمره مرکب کنترل‌پذیری-کلی جمع کرد و دو زیرمقیاس سودمندی را می‌توان در یک نمره مرکب سودمندی-کلی جمع کرد. هر چهار زیرمقیاس را نیز می‌توان به عنوان معیاری از سطح کلی باورهای ناسازگارانه هیجانی فرد، در یک نمره کل مقیاس جمع کرد (بکررا و همکاران، ۲۰۲۰). گویه‌ها در مقیاس لیکرت ۷ درجه‌ای پاسخ داده می‌شوند، که نمرات بالاتر نشان‌دهنده باورهای قوی‌تر مبنی بر غیرقابل کنترل یا بی‌فایده بودن هیجانات است. بکررا و همکاران در مطالعه توسعه مقیاس خود نشان دادند که پرسشنامه باورهای هیجانی به بهترین وجه توسط یک ساختار سه عاملی تبیین می‌شود؛ به طوری که در این الگو، ابعاد کنترل‌پذیری به جای تفکیک بر اساس ظرفیت هیجانی، بر روی یک عامل مرتبه پایین‌تر تحت عنوان کنترل‌پذیری کلی بارگذاری شدند (بکررا و همکاران، ۲۰۲۰). با این حال در مطالعات بعدی این پرسشنامه معمولاً به بهترین شکل، توسط ساختار چهار عاملی مورد نظر نشان داده شده است، الگویی که در آن باورهای کنترل‌پذیری و سودمندی، هر دو به عنوان زیرمقیاس‌های اختصاصی بر اساس ظرفیت هیجانی یعنی مثبت و منفی از یکدیگر تفکیک شدند (بکررا و همکاران، ۲۰۲۰؛ رنجبر^۵ و همکاران، ۲۰۲۳؛ روزبه^۶ و همکاران، ۲۰۲۳).

¹ Thomassin

² Hagan

³ The emotion beliefs questionnaire

⁴ Becerra

⁵ Ranjbar

⁶ Rogier

مقیاس افسردگی، اضطراب و استرس^۱ (DASS-21): این مقیاس برای اولین بار در سال ۱۹۹۵ توسط لویبوند و لویبوند^۲ (۱۹۹۵) جهت اندازه‌گیری و جمع‌آوری اطلاعات مربوط به استرس، اضطراب و افسردگی ساخته و ارزیابی شد. این شاخص دارای ۲۱ گویه با مقیاس لیکرت ۴ درجه‌ای (از هرگز، تاحدی، اغلب و همیشه) پاسخ‌دهی می‌شود. نمره کسب شده از مقیاس در محدوده ۰ تا ۶۳ قرار می‌گیرد و عدد بالاتر شدت بیشتر استرس، افسردگی و اضطراب را نشان می‌دهد. نمره هر یک از این سه مقیاس در نهایت در محدوده طبیعی، خفیف، متوسط، شدید و خیلی شدید قرار می‌گیرد. اعتبار با روش آلفای کرونباخ به ترتیب برای افسردگی، استرس و اضطراب در پژوهش حاضر ۰/۷۴، ۰/۷۹ و ۰/۸۱ به دست آمد که در سطح مطلوبی است.

یافته‌ها

در جدول ۱، مجموعه‌ای از شاخص‌های آماری توصیفی و روانسنجی به‌منظور ارزیابی جامع ویژگی‌های گویه‌ها ارائه شده است. این شاخص‌ها شامل میانگین و انحراف معیار به‌عنوان معیارهای گرایش مرکزی و پراکندگی، ضریب همبستگی گویه-کل برای بررسی شاخص تشخیص گویه، و شاخص‌های کجی و کشیدگی جهت ارزیابی نرمال بودن توزیع داده‌ها می‌باشد. علاوه بر این، دو شاخص نسبت روایی محتوا^۳ (CVR) و شاخص روایی محتوا^۴ (CVI) برای سنجش روایی محتوایی کمی محاسبه و گزارش گردیده است.

جدول ۱

شاخص‌های توصیفی و روانسنجی مربوط به هر یک از گویه‌ها							
گویه	میانگین	انحراف معیار	همبستگی گویه-نمره کل	کجی	کشیدگی	CVR	CVI
۱	۲/۱۷	۱/۳۱۴	۰/۵۳**	-۰/۱۸۹	-۱/۱۰۱	۰/۹	۱
۲	۲/۰۲	۱/۳۸۳	۰/۴۱**	-۰/۰۴۸	-۱/۲۶۸	۱	۱
۳	۲/۰۹	۱/۲۹۳	۰/۴۳**	-۰/۰۸۲	-۱/۰۸۷	۱	۱
۴	۲/۱۶	۱/۳۳۴	۰/۴۶**	-۰/۱۵۵	-۱/۱۶۳	۰/۹	۱
۵	۲/۱۴	۱/۳۸۳	۰/۳۷**	-۰/۱۴۹	-۱/۲۳۳	۱	۱
۶	۲/۰۹	۱/۲۶۵	۰/۴۴**	-۰/۰۵۷	-۱/۰۴۴	۱	۰/۸
۷	۲/۰۱	۱/۳۶۴	۰/۳۶**	-۰/۰۲۲	-۱/۲۳۹	۱	۰/۹
۸	۲/۱	۱/۳۱۲	۰/۳۷**	-۰/۰۸۰	-۱/۱۰۴	۱	۰/۹
۹	۲/۲۳	۱/۲۹۷	۰/۳۴**	-۰/۲۵۵	-۱/۰۰۱	۱	۰/۹
۱۰	۲/۰۶	۱/۳۰۱	۰/۲۸**	-۰/۰۷۰	-۱/۰۸۰	۰/۹	۰/۸۵
۱۱	۲/۱	۱/۳۰۵	۰/۳۲**	-۰/۱۰۳	-۱/۰۷۵	۰/۸	۰/۸
۱۲	۲/۱	۱/۲۴۰	۰/۳۳**	-۰/۰۹۵	-۱/۰۹۲	۱	۱
۱۳	۲/۲۷	۱/۱۶۵	۰/۳۷**	-۰/۲۴۹	-۰/۶۹۳	۰/۸	۰/۹
۱۴	۲	۱/۳۱۳	۰/۳۶**	۰/۰۲۲	-۱/۰۹۱	۰/۹	۰/۸۵

** P<0.01

اعتبار: برای بررسی انسجام درونی مقیاس، ضریب آلفای کرونباخ محاسبه شد. نتایج به‌دست‌آمده برای خرده‌مقیاس‌های کنترل مثبت (۰/۷۴)، کنترل منفی (۰/۷۹)، سودمندی مثبت (۰/۷۳) و سودمندی منفی (۰/۷۱) نشان‌دهنده قابلیت اعتماد رضایت‌بخش ابزار هستند. همچنین، جهت ارزیابی پایایی زمانی، آزمون در فاصله‌ی یک هفته بر روی یک گروه ۱۰ نفره اجرا شد. مقدار همبستگی بین نمرات دو بار اجرا ($r=0/71$) بیانگر ثبات قابل قبول مقیاس در طول زمان است. در مجموع، یافته‌ها مؤید اعتبار و پایایی مناسب پرسشنامه باورهای هیجانی هستند.

روایی محتوایی: برای ارزیابی روایی محتوایی، با پنج نفر از متخصصان حوزه روانسنجی و روان‌شناسی تربیتی به صورت مجازی درباره‌ی میزان تناسب و ارتباط مفهومی هر گویه با هدف کلی آزمون، گفت‌وگو و تبادل نظر انجام شد. در این جلسه، اصلاحاتی از سوی متخصصان پیشنهاد شد که

¹ Depression, Anxiety, and Stress Scale

² Lovibond & Lovibond

³ Content Validity Ratio

⁴ Content Validity Index

بخش عمده‌ای از آنها با هدف افزایش وضوح محتوای سؤال‌ها بود. این پیشنهادها در چارچوب بحث گروهی بررسی شد و به توافق نهایی رسید. پس از اعمال اصلاحات لازم و بازبینی محتوایی گویه‌ها، روایی محتوایی کیفی به لحاظ هم‌راستایی نظری گویه‌ها با هدف آزمون تأیید شد. برای بررسی روایی محتوایی کمی، شاخص‌های CVI (شاخص اعتبار محتوایی) و CVR (نسبت روایی محتوایی) محاسبه شدند. بدین منظور، پرسشنامه در اختیار ۲۰ نفر از صاحب‌نظران قرار گرفت و از آنها خواسته شد میزان ضرورت و تناسب گویه‌ها را ارزیابی کنند. مطابق نتایج ارائه‌شده در جدول ۱، مقادیر CVI و CVR برای تمامی گویه‌ها بالاتر از ۰/۸۰ گزارش شد که بیانگر سطح مطلوب روایی محتوایی پرسشنامه است (یوسفی افراشته، ۱۴۰۴).

روایی همگرا: به‌منظور بررسی روایی همگرایی پرسشنامه، میزان همبستگی آن با نمره‌های استرس، افسردگی، اضطراب و بهزیستی روان‌شناختی مورد آزمون قرار گرفت. براساس نتایج ارائه شده در جدول ۲، ضرایب همبستگی میان باورهای هیجانی با افسردگی برابر با ۰/۱۷، با اضطراب ۰/۲۲ و با استرس برابر با ۰/۱۵ بوده است. این الگو با پیش‌بینی‌های نظری همخوانی دارد؛ به‌گونه‌ای که مقیاس موردنظر با سازه‌های مرتبط، همبستگی معنادار و جهت‌داری نشان می‌دهد. از این‌رو می‌توان نتیجه گرفت که پرسشنامه دارای روایی همگرایی قابل قبول است. جزئیات همبستگی در جدول ۲ آمده است.

جدول ۲

ماتریس همبستگی برای روایی همگرا

افسردگی	اضطراب	استرس	کنترل منفی	کنترل مثبت	سودمندی منفی	سودمندی مثبت	کنترل پذیری	سودمندی
۱								
۰/۱۴*	۱							
۰/۲۰**	۰/۲۴**	۱						
۰/۲۱**	۰/۲۱**	۰/۱۷*	۱					
۰/۱۷**	۰/۱۹**	۰/۲۴**	۰/۲۴**	۱				
۰/۱۵*	۰/۱۸**	۰/۱۹**	۰/۱۹**	۰/۳۳**	۱			
۰/۲۰**	۰/۲۳**	۰/۰۹*	۰/۰۹*	۰/۲۹**	۰/۳۰**	۱		
۰/۲۷**	۰/۲۲**	۰/۲۱**	۰/۲۱**	۰/۴۰**	۰/۳۳**	۰/۲۹**	۱	
۰/۱۹**	۰/۲۲**	۰/۱۵*	۰/۴۰**	۰/۳۶**	۰/۳۵**	۰/۳۱**	۰/۴۶**	۱
۰/۱۷**	۰/۲۲**	۰/۱۵**	۰/۴۰**	۰/۳۶**	۰/۳۵**	۰/۳۱**	۰/۴۶**	۰/۴۳**

** P<0.01, * P<0.05

روایی عاملی: به توجه به اینکه ساختار عاملی چهارعاملی پرسشنامه باورهای هیجانی (شامل کنترل‌پذیری منفی، کنترل‌پذیری مثبت، سودمندی منفی و سودمندی مثبت) پیش‌تر در مطالعه بکررا و همکاران (۲۰۲۰) شناسایی و تأیید شده بود، در پژوهش حاضر جهت بررسی روایی سازه و تأیید این ساختار در نمونه ایرانی، از روش تحلیل عاملی تأییدی بهره گرفته شد. این تحلیل با استفاده از نرم‌افزار LISREL نسخه ۱۰/۲ و به روش حداکثر درست‌نمایی انجام گرفت. شاخص‌های برازش مدل شامل χ^2/df ، CFI، GFI، NFI، RMSEA و SRMR در جدول ۳ ارائه شده‌اند که مبنای ارزیابی کیفیت و مناسب بودن مدل اندازه‌گیری را تشکیل می‌دهند.

جدول ۳

شاخص‌های ارزیابی برازش کلی مدل اندازه‌گیری

شاخص	مقدار	حد مطلوب	وضعیت
X ²	۱۶۸/۰۳	-	-
df	۹۸	-	-
P	۰/۰۰	>۰/۰۵	نامطلوب
X ² /df	۱/۷۱	<۳	مطلوب
RMSEA	۰/۰۴۶	<۰/۰۵	مطلوب
GFI	۰/۹۴	>۰/۹	مطلوب
AGFI	۰/۹۲	>۰/۹	مطلوب
SRMR	۰/۰۳	<۰/۰۵	مطلوب
TLI	۰/۹۳	>۰/۹	مطلوب
NFI	۰/۸۷	>۰/۹	نسبتاً مطلوب
CFI	۰/۹۴	>۰/۹	مطلوب

بر اساس نتایج ارائه شده در جدول ۳، از مجموع ۹ شاخص آماری مورد بررسی جهت ارزیابی برازش مدل، ۷ شاخص در دامنه قابل قبول و مطلوب قرار دارند که این خود نشان دهنده انسجام و کیفیت نسبی مدل اندازه‌گیری مورد استفاده است. لازم به ذکر است که شاخص χ^2 به شدت تحت تأثیر حجم نمونه قرار دارد و در پژوهش‌هایی با نمونه‌های بزرگ، تفسیر آن به عنوان معیار اصلی برازش مدل چندان معتبر نیست. همچنین، شاخص NFI تنها به میزان ۰/۰۳ با سطح آستانه مطلوب فاصله دارد که این اختلاف اندک نمی‌تواند به تنهایی بیانگر ضعف مدل باشد. با جمع‌بندی این شواهد، می‌توان نتیجه گرفت که در مجموع، مدل اندازه‌گیری از برازش مطلوب و قابل قبولی برخوردار است و ساختار فرضی آن به‌طور نسبی توسط داده‌ها پشتیبانی می‌شود. علاوه بر این، جزئیات نتایج تحلیل عاملی تأییدی در تصویر ۱ و ۲ نمایش داده شده است. در این تصاویر، بارهای عاملی استاندارد هر گویه در

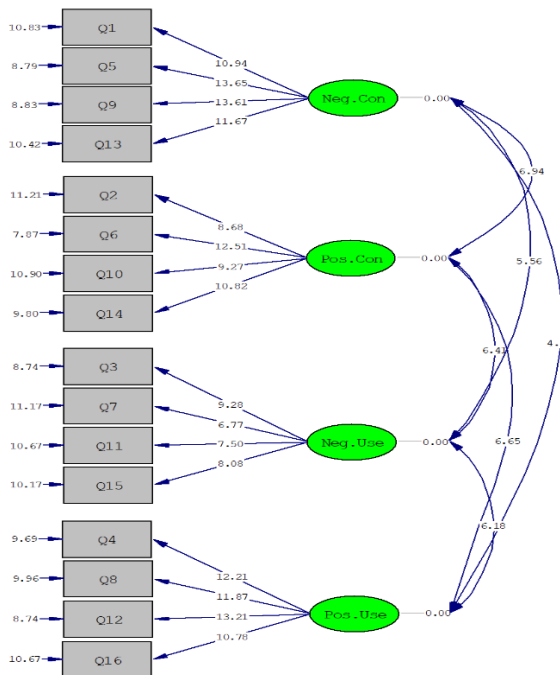
کنار مقدار آماری t گزارش شده‌اند. مطابق معیارهای آماری، گویه‌هایی که مقدار t آن‌ها از $1/96$ بالاتر باشد، در سطح $0/05$ معنادار تلقی می‌شوند که این مسئله حاکی از ارتباط معنادار هر گویه با عامل زیربنایی خود است. این نتایج همچنین بر اعتبار ساختاری مقیاس دلالت دارند و بر سازگاری مدل با ساختار نظری اولیه تأکید می‌کنند.

جدول ۴

نتایج تحلیل مدل اندازه‌گیری

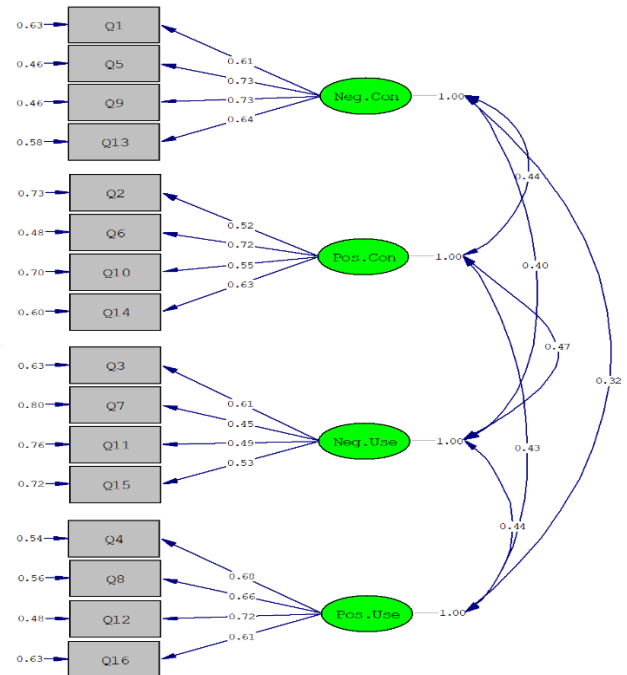
مقدار t	ضریب استاندارد	گویه‌ها
۱۰/۹۴	۰/۶۱	هنگامی که افراد احساسات منفی را تجربه می‌کنند، هیچ کاری نمی‌توانند برای تغییر آنها انجام دهند.
۱۳/۶۵	۰/۷۳	مهم نیست که مردم چقدر تلاش کنند، آنها نمی‌توانند احساسات منفی خود را تغییر دهند.
۱۳/۶۱	۰/۷۳	افراد نمی‌توانند احساسات منفی خود را کنترل کنند.
۱۱/۶۷	۰/۶۴	افراد نمی‌توانند تکنیک‌هایی را برای کنترل مؤثر احساسات منفی خود بیاموزند.
۶/۶۸	۰/۵۲	افراد نمی‌توانند احساسات مثبت خود را کنترل کنند.
۱۲/۵۱	۰/۷۲	افراد نمی‌توانند تکنیک‌هایی را برای کنترل مؤثر احساسات مثبت خود بیاموزند.
۹/۲۷	۰/۵۵	مهم نیست که مردم چقدر تلاش کنند، نمی‌توانند احساسات مثبت خود را تغییر دهند.
۱۰/۸۲	۰/۶۳	هنگامی که افراد احساسات مثبت را تجربه می‌کنند، هیچ کاری نمی‌توانند برای تغییر آنها انجام دهند.
۹/۲۸	۰/۶۱	استفاده از احساسات منفی بسیار کم است.
۶/۷۷	۰/۴۵	مردم به احساسات منفی خود نیازی ندارند.
۷/۵۰	۰/۴۹	احساسات منفی مضر هستند.
۸/۰۸	۰/۵۳	حضور احساسات منفی برای مردم چیز بدی است.
۱۲/۲۱	۰/۶۸	احساسات مثبت برای مردم بسیار بی‌فایده هستند.
۱۱/۸۷	۰/۶۶	استفاده از احساسات مثبت بسیار کم است.
۱۳/۲۱	۰/۷۲	مردم به احساسات مثبت خود نیازی ندارند.
۱۰/۷۸	۰/۶۱	احساسات مثبت مضر هستند.

بارهای عاملی استاندارد و مقادیر t مربوط به هر یک از گویه‌ها در ارتباط با چهار بُعد باورهای هیجانی در جدول شماره ۴ گزارش شده‌اند. برای ارزیابی مناسبت هر گویه، میزان همبستگی آن با عامل زیربنایی و مقدار t متناظر مورد بررسی قرار گرفته است. به طور معمول مقدار t بالاتر از ۲ به عنوان نشانه‌ای از معناداری آماری رابطه بین گویه و عامل پنهان قلمداد می‌شود. همان‌طور که در جدول مشاهده می‌شود، تمامی گویه‌ها دارای مقدار t بالاتر از این سطح آستانه بوده و در نتیجه رابطه‌ای معنادار و قابل قبول با بُعد زیربنایی خود نشان داده‌اند. این یافته‌ها از کفایت اندازه‌گیری و اعتبار ساختاری پرسشنامه باورهای هیجانی حمایت می‌کند.



تصویر ۲

مقدار t برای رابطه گویه با عامل زیربنایی



تصویر ۱

پارامتر استاندارد برای رابطه گویه با عامل زیربنایی

هدف اصلی پژوهش حاضر، بررسی ویژگی‌های روانسنجی پرسشنامه باورهای هیجانی (EBQ) در گروهی از دانشجویان ایرانی بود. این پرسشنامه برای سنجش باورهای افراد در مورد کنترل‌پذیری و سودمندی هیجانات مثبت و منفی طراحی شده و تاکنون، ارزیابی جامعی از ویژگی‌های روانسنجی آن در جامعه ایرانی صورت نگرفته بود. یافته‌های این پژوهش نشان داد که نسخه فارسی ابزار دارای ساختار چهارعاملی مناسب، اعتبار درونی قابل قبول، پایایی زمانی مطلوب، و روایی همگرایی اثبات‌شده با متغیرهای روان‌شناختی چون استرس، اضطراب، افسردگی و بهزیستی روانی است. علاوه بر پیامدهای فردی، پژوهش‌هایی نظیر اسمیت و همکاران (۲۰۲۳)، لوزادا و همکاران (۲۰۱۶) و هاگان و همکاران (۲۰۲۰) نشان داده‌اند که باورهای هیجانی دارای اثرات بین‌فردی و اجتماعی نیز هستند؛ از جمله در شکل‌دهی رفتار حمایتی، الگوهای تربیتی هیجانی والدین و سبک‌های مواجهه هیجانی معلمان با دانش‌آموزان. این نتایج بر اهمیت مطالعه آن تأکید دارد که گام اول توسعه پژوهشی درباره آن اعتباریابی ابزار اندازه‌گیری مناسب است.

نتایج تحلیل عاملی تأییدی نشان داد ساختار چهارعاملی ابزار (کنترل‌پذیری مثبت و منفی، سودمندی مثبت و منفی) از برازش مطلوبی برخوردار است و تمامی گویه‌ها دارای بار عاملی معنادار بودند. بنابراین ابزار توانسته است ساختار مفهومی خود را در نمونه ایرانی حفظ کرده و از اعتبار ساختاری لازم برخوردار باشد. اعتبار درونی از طریق ضریب آلفای کرونباخ در تمام خرده‌مقیاس‌ها مقداری بالاتر از ۰/۷ داشت و نتایج آزمون بازآزمایی نیز ثبات زمانی ابزار را تأیید کرد. همچنین، شاخص‌های CVI و CVR روایی محتوایی مطلوب پرسشنامه را نشان دادند.

روایی همگرا نیز با مبانی نظری هم‌راستا بود. به طور خاص، نتایج این پژوهش نشان داد که باورهای منفی‌تر درباره هیجان‌ها با سطوح بالاتر افسردگی، اضطراب و استرس و سطوح پایین‌تر بهزیستی روان‌شناختی همراه هستند، که این یافته‌ها با نتایج پژوهش‌های فورد و گروس (۲۰۱۹)، نیلند و کیسلی (۲۰۲۳) و بکررا و همکاران (۲۰۲۰) مطابقت دارد. همچنین مشابه پژوهش‌های تامیر و همکاران (۲۰۰۷) و لو و همکاران (۲۰۲۱)، باور به کنترل‌پذیری هیجان با راهبردهای سازگارانه تنظیم هیجان نظیر ارزیابی مجدد شناختی رابطه مستقیم دارد و می‌تواند پیش‌بینی‌کننده مهمی برای سلامت روان باشد.

با وجود نتایج مطلوب، این مطالعه نیز دارای محدودیت‌هایی است. استفاده از نمونه‌ای محدود به جوانان شهر زنجان، و تکیه بر ابزارهای خودگزارشی، تعمیم‌پذیری نتایج را با احتیاط همراه می‌سازد. همچنین، بررسی ویژگی‌های روانسنجی ابزار در جمعیت‌های بالینی، گروه‌های سنی مختلف، و با استفاده از رویکردهای چندمنبعی همچون ارزیابی لحظه‌ای بوم‌شناختی یا اطلاعات عینی می‌تواند در پژوهش‌های آینده مدنظر قرار گیرد.

در نهایت، با توجه به ویژگی‌های روانسنجی مطلوب ابزار، پرسشنامه باورهای هیجانی (EBQ) می‌تواند در کاربردهای مختلفی مورد استفاده قرار گیرد. در حوزه پژوهشی، این ابزار امکان مطالعه عوامل شناختی-هیجانی موثر بر سلامت روان را در بین گروه‌های مختلف فراهم می‌سازد. در موقعیت‌های بالینی و روان‌درمانی، می‌توان از آن برای شناسایی الگوهای فکری ناسازگار درباره هیجانات جهت طراحی مداخلات شناختی رفتاری، به ویژه در درمان‌های مبتنی بر تنظیم هیجان و ذهن‌آگاهی استفاده کرد. همچنین، در زمینه آموزش و مشاوره در مدارس، این ابزار می‌تواند به مشاوران کمک کند تا مداخله‌هایی را برای تقویت سواد هیجانی و اصلاح باورهای هیجانی نادرست دانش‌آموزان و والدین طراحی کنند. در نهایت، این مقیاس می‌تواند به عنوان ابزار غربالگری اولیه در مراکز مشاوره و سلامت روان برای شناسایی افراد در معرض خطر اختلالات عاطفی ناشی از باورهای هیجانی ناکارآمد به‌کار گرفته شود.

یافته‌های این پژوهش نشان می‌دهد که مقیاس هدف زندگی برای نوجوانان بر اساس ساختار چهار عاملی پیشنهادی مهلا و جوشی (۲۰۲۴) در جمعیت نوجوانان ایرانی از روایی و پایایی مطلوبی برخوردار است. ضریب آلفای کرونباخ کلی مقیاس (۰/۷۵) و زیرمقیاس‌ها (بین ۰/۷۰ تا ۰/۷۷) در محدوده قابل قبول قرار دارد که با مطالعات قبلی همخوانی دارد؛ برای مثال، در پژوهش مهلا و جوشی (۲۰۲۴) در هند، آلفای کلی ۰/۷۸ گزارش شده بود. همچنین، ضریب همبستگی بازآزمایی (۰/۸۸) پس از یک هفته، پایداری زمانی ابزار را تأیید می‌کند که این میزان بالاتر از حد مطلوب (۰/۷۰) است. تحلیل عاملی تأییدی نیز ساختار چهارعاملی را با شاخص‌های برازش مناسب (مانند $RMSEA = ۰/۰۴۶$ و $CFI = ۰/۹۰$) پشتیبانی کرد، که این نتایج نشان‌دهنده آن است که هدفمندی در نوجوانان ایرانی می‌تواند از طریق ابعاد دستیابی به هدف، خودافزایی، جهت‌گیری شغلی و جهت‌گیری ارتباطی مفهوم‌سازی شود.

این ساختار چهارعاملی با ادبیات نظری موجود در روان‌شناسی رشد همخوانی دارد. دستیابی به هدف، به عنوان فرآیندی که شامل شناسایی اهداف و بسیج منابع برای رسیدن به آنهاست، با بهزیستی روان‌شناختی و معنای زندگی ارتباط مثبت دارد (هیل، ۲۰۱۰؛ مهلا و جوشی، ۲۰۲۴). خودافزایی، که بر اهداف بلندمدت فراتر از خود تأکید دارد، با مفهوم «هدف فراتر از خود» (دیمون^۱ و همکاران، ۲۰۰۳) همخوانی دارد و پژوهش مالین و همکاران (۲۰۱۴) نشان می‌دهد که این بعد با مشارکت اجتماعی و کاهش رفتارهای پرخطر در نوجوانی مرتبط است. در زمینه ایرانی، جایی که ارزش‌های فرهنگی مانند خانواده و جامعه‌گرایی برجسته است، این بعد می‌تواند نقش محافظتی در برابر بحران هویت ایفا کند، همان‌طور که در پژوهش خنجرخانی و همکاران (۱۴۰۴) مشاهده شده است. جهت‌گیری شغلی، که بر توسعه حرفه‌ای تمرکز دارد، با یافته‌های بارو و هیل (۲۰۱۱) همسو است که نشان می‌دهد نوجوانانی با جهت‌گیری شغلی قوی، عملکرد تحصیلی بهتری دارند و کمتر به بی‌انگیزگی دچار می‌شوند. در نهایت، جهت‌گیری ارتباطی بر اهمیت روابط بین‌فردی

¹ Damon

تأکید دارد و با پژوهش هیل و توریانو (۲۰۱۴) همخوانی دارد؛ روابط قوی در نوجوانی با سطوح بالاتر بهزیستی روان‌شناختی مرتبط است، که این یافته در جمعیت ایرانی با تأکید فرهنگی بر خانواده و روابط اجتماعی تقویت می‌شود.

این مقیاس با همگونی درونی قوی و توانایی سنجش رفتارهای هدفمند در نوجوانان، ابزاری ارزشمند برای پژوهشگران و متخصصان فراهم می‌کند. با این حال محدودیت‌هایی وجود دارد؛ برای مثال تمرکز بر یک هدف واحد ممکن است پیچیدگی اهداف همزمان را نادیده بگیرد، همان‌طور که در پژوهش بیگینز (۲۰۱۸) اشاره شده است. علاوه بر این، مطالعه حاضر در شهر زنجان انجام شد و تعمیم‌پذیری به سایر مناطق ایران محدود است؛ پژوهش‌های آینده باید تنوع فرهنگی، اجتماعی و اقتصادی را در نظر بگیرند، مانند مقایسه بین شهرهای بزرگ و مناطق روستایی. همچنین، بررسی روایی افزایشی مقیاس با ابزارهای دیگر مانند MLQ (نقیایی و همکاران، ۲۰۲۰) و کاربرد آن در مطالعات طولی برای پیش‌بینی بهزیستی بلندمدت ضروری است.

نتایج پژوهش حاضر نشان داد که مقیاس هدف زندگی برای نوجوانان، ابزاری معتبر و قابل اعتماد برای سنجش هدفمندی در این گروه سنی است. با شناسایی ابعاد مختلف هدفمندی، این مقیاس می‌تواند در حوزه‌های مختلفی از جمله آموزش و پرورش، سلامت روان و سیاست‌گذاری مورد استفاده قرار گیرد. برای مثال، می‌توان از این مقیاس برای طراحی برنامه‌های آموزشی هدفمند برای نوجوانان، شناسایی نوجوانانی که نیاز به حمایت بیشتری دارند و توسعه سیاست‌هایی که به تقویت هدفمندی در نوجوانان کمک می‌کند، استفاده کرد. همچنین، این مقیاس می‌تواند به عنوان ابزاری برای پژوهش‌های آینده در زمینه هدفمندی و رشد نوجوانان مورد استفاده قرار گیرد. همچنین با توجه به محدودیت‌های ذکر شده، پیشنهاد می‌شود پژوهشگران علاقمند به این حوزه، در پی ساخت مقیاسی باشند که متمرکز بر یک هدف واحد نبوده و سایر اهداف فرد را در یک مقطع زمانی در نظر بگیرد. علاوه بر آن، پژوهشگران می‌توانند این مقیاس را در سایر شهرهای ایران نیز بکار بگیرند و یا با نمونه‌گیری تصادفی از جامعه‌ای با افراد متفاوت از نظر فرهنگی، اجتماعی و اقتصادی، تعمیم‌پذیری پژوهش خود را افزایش دهند.

سیاس‌گذاری

نویسندگان مقاله با نهایت احترام و قدردانی از تمامی شرکت‌کنندگان و متخصصانی که با همکاری صمیمانه و ارزشمند خود در اجرای مؤثر این پژوهش نقش داشته‌اند، سپاسگزاری می‌کنند.

ملاحظات اخلاقی

این مطالعه با رعایت تمامی ملاحظات اخلاقی لازم از جمله دریافت رضایت آگاهانه از شرکت‌کنندگان و تضمین محرمانگی اطلاعات آنان انجام شده است. مشارکت در پژوهش به صورت کاملاً داوطلبانه بوده و کلیه مراحل اجرا مطابق با اصول اخلاقی مصوب سازمان نظام روان‌شناسی و مشاوره جمهوری اسلامی ایران پیش رفته است.

حامی مالی

تمام هزینه‌های پژوهش بر عهده نویسندگان بوده و هیچ‌گونه حمایت مالی برای آن دریافت نشده است.

مشارکت نویسندگان

در این پژوهش، نسیم سهیلی مسئول ایده‌پردازی، انتخاب موضوع و گردآوری و تحلیل داده‌ها بوده است. فاطمه رزاقی نیز در تدوین بخش مبانی نظری، نگارش قسمت بحث و نتیجه‌گیری و اعمال اصلاحات داوران نقش داشته است. هر دو نویسنده در نگارش و ویرایش نهایی مقاله همکاری مشترک داشته‌اند.

تعارض منافع

نویسندگان اعلام می‌دارند که هیچ‌گونه تعارض منافی ندارد.

منابع

- حسینی، م.، قاسم‌زاده علیشاهی، ا. و کاظم زاده، م. (۱۳۹۲). نقش با وجدان بودن و کنترل ادراکی بر رضایت و استرس شغلی کارکنان. *مجله سلامت و بهداشت*، ۴(۱)، ۴۷-۵۶.
- حسینی، ف.، خیر، م. (۱۳۹۰). نقش ارزیابی شناختی در تبیین رابطه ابعاد فرزندپروری با هیجانات تحصیلی ریاضی و تنظیم هیجانی. *مطالعات آموزش و یادگیری*، ۳(۱)، ۱۷-۴۶.
- یوسفی افراشته، م. (۱۴۰۴). روانسنجی بین فرهنگی ابزارهای اندازه‌گیری: راهبردهایی برای ارزیابی و گزارش پژوهشی. *سنجش روانی تربیتی* ۱(۱)، ۱-۲۳.

References

- Arbulu, I., Salguero, J. M., Ramos-Cejudo, J., Bjureberg, J., & Gross, J. J. (2024). Emotion beliefs are associated with emotion regulation strategies and emotional distress. *Current Psychology*, 43(7), 4364-4373.
- Bahlinger, K., Clamor, A., & Lincoln, T. M. (2024). Believing in change matters! The role of emotion malleability beliefs in emotion regulation and paranoid ideation. *Cognitive Therapy and Research*, 48(3), 466-476.
- Batterham, P. J., Werner-Seidler, A., O'Dea, B., Calear, A. L., Maston, K., Mackinnon, A., & Christensen, H. (2024). Psychometric properties of the Distress Questionnaire-5 (DQ5) for measuring psychological distress in adolescents. *Journal of Psychiatric Research*, 169, 58-63.
- Becerra, R., Gainey, K., Murray, K., Preece, D.A., 2023. Intolerance of uncertainty and anxiety: the role of beliefs about emotions. *J. Affect. Disord.* 324, 349-353.
- Becerra, R., Preece, D.A., Gross, J.J., 2020. Assessing beliefs about emotions: development and validation of the emotion beliefs questionnaire. *PloS One* 15 (4), 1-19.
- Berglund, A. M., James, S. H., Raugh, I. M., & Strauss, G. P. (2023). Beliefs about the uncontrollability and usefulness of emotion in the schizophrenia-spectrum: Links to emotion regulation and negative symptoms. *Cognitive Therapy and Research*, 47(2), 282-294.
- Cho, P. I., & Berenbaum, H. (2012). Perceived utility of emotion: The structure and construct validity of the Perceived Affect Utility Scale in a cross-ethnic sample. *Cultural Diversity and Ethnic Minority Psychology*, 18, 55-63.
- DeCastella, K., Goldin, P., Jazaieri, H., Ziv, M., Dweck, C. S., & Gross, J. J. (2013). Beliefs about emotion: Links to emotion regulation, well-being, and psychological distress. *Basic and Applied Social Psychology*, 35(6), 497-505.
- DeCastella, K., Platow, M. J., Tamir, M., & Gross, J. J. (2018). Beliefs about emotion: Implications for avoidance-based emotion regulation and psychological health. *Cognition and Emotion*, 32(4), 773-795.
- Deplancke, C., Somerville, M. P., Harrison, A., & Vuillier, L. (2023). It's all about beliefs: Believing emotions are uncontrollable is linked to symptoms of anxiety and depression through cognitive reappraisal and expressive suppression. *Current Psychology*, 42(25), 22004-22012.
- Deplancke, C., Somerville, M.P., Harrison, A., Vuillier, L., 2022. It's all about beliefs: believing emotions are uncontrollable is linked to symptoms of anxiety and depression through cognitive reappraisal and expressive suppression. *Curr. Psychol.* 1-9
- Ford, B. Q., & Gross, J. J. (2018). Emotion regulation: Why beliefs matter. *Canadian Psychology*, 59(1), 1-14.
- Ford, B. Q., & Gross, J. J. (2019). Why beliefs about emotion matter: An emotion-regulation perspective. *Current Directions in Psychological Science*, 28(1), 74-81.
- Ford, B. Q., Lwi, S. J., Gentzler, A. L., Hankin, B., & Mauss, I. B. (2018). The cost of believing emotions are uncontrollable: Youths' beliefs about emotion predict emotion regulation and depressive symptoms. *Journal of Experimental Psychology: General*, 147(8), 1170-1190.
- Gonzalez, M. F., Walle, E. A., Cohen-Charash, Y., & Shields, S. A. (2020). Everyday beliefs about emotion: Their role in subjective experience, emotion as an interpersonal process, and emotion theory. *Frontiers in Psychology*, 11, 597412
- Gross, J. J. (2015). Emotion regulation: Current status and future prospects. *Psychological Inquiry*, 26(1), 1-26.

- Hagan, C. A., Halberstadt, A. G., Cooke, A. N., & Garner, P. W. (2020). Teachers' beliefs about children's anger and skill in recognizing children's anger expressions. *Frontiers in Psychology*, 11, 474.
- Halberstadt, A. G., Oertwig, D., & Riquelme, E. H. (2020). Beliefs about children's emotions in Chile. *Frontiers in Psychology*, 11, 34.
- Hassani, M., Ghasemzadeh, A., & Kazemzadeh, M. (2013). Role of conscientiousness and perceived control on job satisfaction and stress of employees. *Journal of Health*, 4(1), 47-56. [Persian]
- Hosseini, F. S., & Kheir, M. (2011). The role of cognitive appraisal in explaining the relationship between parenting dimensions with math academic emotions and emotion regulation. *Studies in Education and Learning (Social Sciences and Humanities, University of Shiraz)*, 3(1), 17-46. [Persian]
- Joshanloo, M. (2019). Lay conceptions of happiness: Associations with reported well-being, personality traits, and materialism. *Frontiers in Psychology*, 10, 2377.
- Karnaze, M. M., & Levine, L. J. (2020). Beliefs about the utility of emotions and mental health. *Emotion*, 20(4), 562-572.
- Kessler, R. C., Andrews, G., Colpe, L. J., Hiripi, E., Mroczek, D. K., Normand, S. L., Walters, E. E., & Zaslavsky, A. M. (2002). Short screening scales to monitor population prevalences and trends in non-specific psychological distress. *Psychological Medicine*, 32(6), 959-976.
- Kneeland, E. T., & Dovidio, J. F. (2020). *Emotion malleability beliefs and coping with the college transition*. *Emotion*, 20(3), 452-461.
- Kneeland, E. T., & Kisley, M. A. (2023). Lay perspectives on emotion: Past, present, and future research directions. *Motivation and Emotion*, 47, 295-307.
- Kneeland, E. T., Dovidio, J. F., Joormann, J., & Clark, M. S. (2016). Emotion malleability beliefs, emotion regulation, and psychopathology: Integrating affective and clinical science. *Clinical Psychology Review*, 45, 81-88.
- Larzabal-Fernandez, A., Pilco, K., Moreta-Herrera, R., & Rodas, J. A. (2024). Psychometric properties of the Kessler Psychological Distress Scale in a sample of adolescents from Ecuador. *Child Psychiatry & Human Development*, 55(5), 1413-1422.
- Low, R. S. T., Overall, N. C., Chang, V. T., Henderson, A. M. E., & Sibley, C. G. (2021). *Emotion regulation and psychological and physical health during a nationwide COVID-19 lockdown*. *Emotion*, 21(8), 1671-1690.
- Lozada, F. T., Halberstadt, A. G., Craig, A. B., Dennis, P. A., & Dunsmore, J. C. (2016). Parents' beliefs about children's emotions and parents' emotion-related conversations with their children. *Journal of Child and Family Studies*, 25, 1525-1538.
- Manser, R., Cooper, M., & Trefusis, J. (2012). Beliefs about emotions as a metacognitive construct: Initial development of a self-report questionnaire measure and preliminary investigation in relation to emotion regulation. *Clinical Psychology and Psychotherapy*, 19(3), 235-246.
- Netzer, L., Gutentag, T., Kim, M. Y., Solak, N., & Tamir, M. (2018). Evaluations of emotions: Distinguishing between affective, behavioral, and cognitive components. *Personality and Individual Differences*, 135, 13-24.
- Ranjbar, S., Mazidi, M., Gross, J. J., Preece, D. A., Zarei, M., Azizi, A., Mirshafiei, M., & Becerra, R. (2023). Examining the cross-cultural validity and measurement invariance of the Emotion Beliefs Questionnaire (EBQ) in Iran and the USA. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 45(3), 856-867.

- Rogier, G., Cavalli, R.G., Maggiolo, C., Velotti, P., 2023. Factorial structure of the emotional beliefs questionnaire: testing measurement invariance and competitive models. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment* 45 (2), 558-571.
- Savani, K., Kumar, S., Naidu, N. V. R., & Dweck, C. S. (2011). Beliefs about emotional residue: The idea that emotions leave a trace in the physical environment. *Journal of Personality and Social Psychology*, 101, 684-701.
- Smith, A. M., Young, G., & Ford, B. Q. (2023). The interpersonal correlates of believing emotions are controllable. *Motivation and Emotion*, 47, 323-332.
- Tamir, M., John, O. P., Srivastava, S., & Gross, J. J. (2007). Implicit theories of emotion: Affective and social outcomes across a major life transition. *Journal of Personality and Social Psychology*, 92, 731-744.
- Thomassin, K., Seddon, J. A., & Vaughn-Coaxum, R. (2020). Development and validation of the Parents' Gendered Emotion Beliefs Scale. *Journal of Child and Family Studies*, 29(3), 855-866.
- Uchida, Y., Norasakkunkit, V., & Kitayama, S. (2004). Cultural constructions of happiness: Theory and empirical evidence. *Journal of Happiness Studies*, 5(3), 223-239.
- Veilleux, J.C., Salomaa, A.C., Shaver, J.A., Zielinski, M.J., Pollert, G.A., 2015. Multidimensional assessment of beliefs about emotion: development and validation of the emotion and regulation beliefs scale. *Assessment* 22 (1), 86-100.
- Yousefi Afrashteh, M. (2025). Cross-Cultural Psychometrics of Measurement Instruments: Strategies for Evaluation and Research Reporting. *Iranian Journal of Psycho-educational Assessment*, 1(1), 1-23. [Persian]