Research Paper

Stress, Cognitive-Emotional Regulation, and Sense of Meaning Among Female Students During the COVID-19 Pandemic: A Web-based Cross-Sectional Study

Majid Baradaran1, *Maedeh Mirzaei Malati2, Nasrin Parsamehr3, Maryam Tahmasebi3

1. Department of Psychology, Faculty of Educational and Psychology, Payame Noor University, Tehran, Iran.
2. Department of Clinical Psychology, Faculty of Humanities, Lahijan Branch, Islamic Azad University, Iran.
3. Department of Pure Psychology, Faculty of Humanities, Payame Noor University, Amlash, Iran.

Abstract

Background: COVID-19 pandemic has adverse psychosocial effects on families around the world. This pandemic is important as women are more responsible for the health care issues of their families. Objective: This study aimed to examine the relationship of cognitive-emotional regulation and sense of meaning in the perceived stress caused by the COVID-19 among female students. Method: This research is analytical, cross-sectional. Using convenience sampling process, 100 female students from Islamic Azad University, Lahijan Branch, Lahijan City, Iran, were selected in May 2020. The data were collected using cognitive-emotional regulation, the meaning of life, and perceived stress questionnaires. Then, the obtained data were analyzed by the Pearson correlation and multiple linear regression (backward computation) with SPSS version 20. Results: According to the correlational analysis, there were negative significant relationships between perceived stress and some of cognitive-emotional regulation’s subscales, such as reassessment (r= -0.226, P=0.005) the presence of meaning (r= -0.341, P=0.001) and the sense of meaning (r= -0.211, P=0.005). Also, there were positive significant relationships between perceived stress and acceptance (r=0.175, P=0.005) and blaming others (r= -0.236, P=0.001) and thought rumination (r= -0.224, P=0.001). Based on regression analysis result, the presence of meaning, reassessment and blaming others can explain 22% of changes in perceived stress (P<0.001). Conclusion: Based on the study’s findings, using strategies for cognitive-emotional regulation and maintaining a sense of meaning in life can reduce the intensity of psychological burden in stressful situations.

Keywords: Cognitive emotional regulation, COVID-19, Perceived stress, Sense of meaning

Extended Abstract

1. Introduction

COVID-19 pandemic has adverse psychosocial effects on families. Iranian research on married women aged 20-30 indicated that the prevalence of anxiety was 11.90% among them. In social distancing time, families must commit to their responsibilities, such as parenting and housekeeping. These duties are essential, especially for women who are responsible for health care issues. One of the influential factors on an individual’s perception is the meaning of life as a subjective feeling of meaningfulness in traumatic situations. This perception in-
cludes the sense of purpose and perceiving life completely. The tendency of developing the meaning of life comes from tough conditions. Also, emotional regulation can effectively modulate emotions during hard times. Reassessment of a situation is a type of emotional regulation which can help understand the problems as it leads to managing emotions and coping with stressful conditions. The benefits of emotional regulation are reducing sensitivity and eliminating anxiety which is the most significant result of this regulation. Another research on women’s mental health reported that women were more vulnerable than men in facing anxiety and tension during COVID-19. This issue is notable as there seems to be a heavy psychological burden for women, and they have to carry a lot of responsibilities, from parenting and housekeeping to taking care of sick and old members of the family. These negative consequences of COVID-19 are emerging between Iranian families. In light of this evidence, the perceived stress of COVID-19 can be reduced if the psychological interventions were implemented at the right time with the aims of amplifying the meaning of life and teaching emotional regulation strategies to the families. In this research, we will review the role of predictive variables related to perceived stress, including emotional regulation and sense of meaning.

2. Methods

In this descriptive-correlational study, according to the Cochran test and following convenience sampling method, 100 women with an average age of 31.17 years from the study population of Islamic Azad University, Lahiyan Branch, Lahiyan City, Iran were selected. The study data were collected using emotional regulation, the meaning of life, and perceived stress questionnaires. Before distributing the questionnaires, particular questions were determined based on the inclusion and exclusion criteria. Finally, the data were analyzed by the Pearson correlation and multiple linear regression (backward computation) with SPSS version 20.

3. Results

The participants were 20-54 years old with an Mean±SD age of 31.17±8.76 years. The majority of them had a Bachelor’s degree (76.30%), then a Master’s degree (19.20%), and finally a PhD degree (4.5%). Table 1 presents the average and standard deviation of variables such as perceived stress, emotional regulation, and sense of the meaning of life separately. The normality of data distribution was proved by the Kolmogorov-Smirnov test as the assumptions of the Pearson correlation and regression analysis.

| Variables                  | Means±SD  | 1  | 2  | 3  | 4  | 5  | 6  | 7  | 8  | 9  | 10 | 11 |
|----------------------------|-----------|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|
| 1. Positive refocusing     | 29.60±3.94| 1  |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
| 2. Positive reappraisal    | 20.96±3.17| 0.645** | 1  |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
| 3. Self-blame              | 9.68±7.81 | 0.318** | 0.133 | 1  |    |    |    |    |    |    |    |    |
| 4. Others blame            | 9.06±1.88 | 0.468** | 0.327** | 0.096 | 1  |    |    |    |    |    |    |    |
| 5. Rumination              | 15±3.24   | 0.489** | -0.011 | 0.311** | 0.491** | 1  |    |    |    |    |    |    |
| 6. Catastrophizing         | 14.19±2.30| 0.452** | 0.534** | 0.339** | 0.395** | 0.287** | 1  |    |    |    |    |    |
| 7. Acceptance              | 14.88±2.33| 0.438** | 0.511** | 0.218* | 0.290** | 0.163 | 0.354** | 1  |    |    |    |    |
| 8. Presence of meaning     | 23.39±4.14| 0.120 | 0.325** | 0.11 | 0.004 | -0.222* | 0.147 | 250** | 1  |    |    |    |
| 9. Search for meaning      | 28.91±5   | 0.230** | 0.254** | 0.108 | 0.069 | 0.038 | 0.262** | 0.118 | 0.323** | 1  |    |    |
| 10. Sense of meaning       | 52.30±7.49| 0.221* | 0.351** | 0.079 | 0.049 | -0.097 | 0.257** | 0.218* | 0.771** | 0.852** | 1  |    |
| 11. Perceived stress       | 32.40±5.79| 0.013 | -0.226* | -0.054 | 0.236** | 0.274** | -0.090 | -0.175* | -0.341** | -0.034 | -0.211* | 1  |

***P<0.001, **P<0.01, *P<0.05.
and positive emotional regulation subscales such as positive reassessment. Moreover, there was a significant positive relationship between the presence of meaning and the particular emotional regulation subscales like positive reassessment and acceptance (P<0.01). On the contrary, there was a negative significant relationship with thought rumination (P<0.05). Furthermore, there were significant positive relationships between searching for meaning, positive refocusing, and catastrophizing (P<0.01). Among the study variable, the presence of meaning, blaming others, and positive reassessment can predict 22% of changes related to criterion variables in multiple linear regression.

4. Discussion and Conclusion

Based on the results, by utilizing an efficient, emotional regulation strategy and having a sense of meaning, anxiety will come down considerably among women. On the contrary, inefficient emotional regulation strategies play a crucial role in soaring perceived stress. The advantage of applying compatible strategies, such as positive reassessment against environmental pressure, is decreasing the negative emotional burden. It is one of the most beneficial ways to develop positive and efficient emotion. Sense of meaning is an appropriate tool for resisting tough times by opening the horizon to positive outlooks. The presence of meaning is another profitable factor contributing to reducing particular inefficient behaviors like blaming others by using positive reassessment. COVID-19 pandemic might be expressed as an invitation by mental specialists to understand the negative consequences of psychosocial effects. This issue is not only significant for the present disease but also crucial for all contagious diseases in the future. Further studies on children, men, and old people could generalize our results. According to the analyzed data, we strongly recommend families reduce their stress and immunize their mental health by learning emotional regulation and meaning therapy in the COVID-19 pandemic.

Ethical Considerations

Compliance with ethical guidelines

This study was approved by the Research Search Ethics Committees of Islamic Azad University-lahijan branch (Code: IR.IAU.LIAU.REC.1399.069). All ethical principles are considered in this article. The participants were informed about the purpose of the research and its implementation stages. They were also assured about the confidentiality of their information. They were free to leave the study whenever they wished, and if desired, the research results would be available to them.

Funding

This research did not receive any grant from funding agencies in the public, commercial, or non-profit sectors.

Authors' contributions

All authors equally contributed to preparing this article.

Conflicts of interest

The authors declared no conflict of interest.

Acknowledgements

The authors would like to thank the research assistant of Islamic Azad University, Lahijan Branch, and all participants who helped us in this study.
مقاله پژوهشی
استرس، تنظیم شناختی هیجان و احساس معنا در زنان دانشجو طی پاندمی کووید 19: یک مطالعه مقطعی بین‌وب

مجله پژوهشی ۱۹۰۰

مقدمة

در سراسر کشورهای جهان، اثرات منفی روانی اجتماعی برای خانواده به‌همراه داشته است. این مسئله با توجه به پاندمی کووید 19، برجاگذاری شده است که زنان عهده‌دار مسئولیت مراقبت‌های بهداشتی در خانواده‌اند و حائز اهمیت است.

هدف از پژوهش حاضر، بررسی رابطه تنظیم شناختی هیجان و احساس معنا در استرس ایجاد شده در زنان دانشجو طی پاندمی کووید 19 بود.

از جامعه آماری پژوهش زنان دانشجوی دانشگاه ۱۳۹۹، تعداد ۱۰۰ نفر به‌عنوان نمونه برای شرکت در پژوهش انتخاب شدند. برای جمع‌آوری داده‌ها از مقیاس‌های تنظیم شناختی هیجان، معنای زندگی و استرس ایجاد شده استفاده شد. همچنین تحلیل داده‌ها با استفاده از نرم‌افزار SPSS، نسخه ۱۹، انجام شد.

نتایج تحلیل همبستگی بین متغیرهای استرس ادراک شده و برخی زیرمترکیب‌های تنظیم شناختی هیجان و احساس معنا، نشان داد که

- 
  \[ r = -0.211, p < 0.05 \]
  وجود ارتباط منفی معناداری بین استرس ادراک شده و برخی زیرمترکیب‌های تنظیم شناختی هیجان

- 
  \[ r = -0.341, p < 0.01 \]
  وجود ارتباط منفی معناداری بین استرس ادراک شده و احساس معنا

- 
  \[ r = -0.226, p < 0.05 \]
  وجود ارتباط منفی معناداری بین استرس ادراک شده و همچنین ارزیابی مجدد

- 
  \[ r = 0.175, p < 0.05 \]
  وجود ارتباط منفی معناداری بین استرس ادراک شده و سرزنش دیگران

- 
  \[ r = 0.236, p < 0.05 \]
  وجود ارتباط منفی معناداری بین استرس ادراک شده و سرزنش دیگران

نتایج تحلیل رگرسیون نیز نشان داد که

- 
  \[ r = 0.341, p < 0.05 \]
  دارای ارتباط منفی معناداری با استرس ادراک شده

- 
  \[ r = 0.226, p < 0.05 \]
  دارای ارتباط منفی معناداری با استرس ادراک شده

نتایج تحلیل نشان داد که برای پیش‌بینی تغییرات مربوط به استرس ادراک شده، به کارگیری راه‌بردهای تنظیم شناختی و داشتن احساس معنا در زندگی می‌تواند از میزان شدت بار روانی در شرایط استرس‌زا بکاهد.

کلیدواژه‌ها:
احساس معنا، استرس ادراک شده، تنظیم شناختی هیجان، کووید 19.
می‌توان درد حس‌سازی را کاملاً دهد. [12] یا از کم‌مهمی‌سازی برای فرضی اعمال مفهوم و پیامان انتقادی [9] و ارزیابی آن با واسطه به دیدگاه‌های اندام در مرحله‌های موضع و یک‌نیک آن است [7] یکی از عملکرد شرکتی مشارکتی از ایفا فرد از شرایط استرس، [10] به یادآوری می‌شود. در زندگی به یک‌نیک مفهوم خشکی از میان، شرکتی از این نکات مشارکت بهترین کف آماده نشان داده شد. [11] در نهایت فردی بازدید را را که به‌طور گسترده‌ای به‌طور گسترده‌ای به‌طور گسترده‌ای به‌طور گسترده‌ای به‌طور گسترده‌ای به‌طور گسترده‌ای به‌طور گسترده‌ای به‌طور گسترده‌ای به‌طور گسترده‌ای به‌طور گسترده‌ای به‌طور گسترده‌ای به‌طور گسترده‌ای به‌طور گسترده‌ای به‌طور گسترده‌ای به‌طور گسترده‌ای به‌طور گسترده‌ای به‌طور گسترده‌ای به‌طور گسترده‌ای به‌طور گسترده‌ای به‌طور گسترده‌ای به‌طور گسترده‌ای به‌طور گسترده‌ای به‌طور گسترده‌ای به‌طور گسترده‌ای به‌طور گسترده‌ای به‌طور گسترده‌ای به‌طور گسترده‌ای به‌طور گسترده‌ای به‌طور گسترده‌ای به‌طور گسترده‌ای به‌طور گسترده‌ای به‌طور گسترده‌ای به‌طور گسترده‌ای به‌طور گسترده‌ای به‌طور گسترده‌ای به‌طور گسترده‌ای به‌طور گسترده‌ای به‌طور گسترده‌ای به‌طور گسترده‌ای به‌طور گسترده‌ای به‌طور گسترده‌ای به‌طور گسترده‌ای به‌طور گسترده‌ای به‌طور گسترده‌ای به‌طور گسترده‌ای به‌طور گسترده‌ای به‌طور گسترده‌ای به‌طور گسترده‌ای به‌طور گسترده‌ای به‌طور گسترده‌ای به‌طور گسترده‌ای به‌طور گسترده‌ای به‌طور گسترده‌ای به‌طور گسترده‌ای به‌طور گسترده‌ای به‌طور گسترده‌ای به‌طور گسترده‌ای به‌طور گسترده‌ای به‌طور گسترده‌ای به‌طور گسترده‌ای به‌طور گسترده‌ای به‌طور گسترده‌ای به‌طور گسترده‌ای به‌طور گسترده‌ای به‌طور گسترده‌ای به‌طور گسترده‌ای به‌طور گسترده‌ای به‌طور گسترده‌ای به‌طور گسترده‌ای به‌طور گسترده‌ای به‌طور گسترده‌ای به‌طور گسترده‌ای به‌طور گسترده‌ای به‌طور گسترده‌ای به‌طور گسترده‌ای به‌طور گسترده‌ای به‌طور گسترده‌ای به‌طور گسترده‌ای به‌طور گسترده‌ای به‌طور گسترده‌ای به‌طور گسترده‌ای به‌طور گسترده‌ای به‌طور گسترده‌ای به‌طور گسترده‌ای به‌طور گسترده‌ای به‌طور گسترده‌ای به‌طور گسترده‌ای به‌طور گسترده‌ای به‌طور گسترده‌ای به‌طور گسترده‌ای به‌طور گسترده‌ای به‌طور گسترده‌ای به‌طور گسترده‌ای به‌طور گسترده‌ای به‌طور گسترده‌ای به‌طور گسترده‌ای به‌طور گسترده‌ای به‌طور گسترده‌ای به‌طور گسترده‌ای به‌طور گسترده‌ای به‌طور گسترده‌ای به‌طور گسترده‌ای به‌طور گسترده‌ای به‌طور گسترده‌ای به‌طور گسترده‌ای به‌طور گسترده‌ای به‌طور گسترده‌ای به‌طور گسترده‌ای به‌طور گسترده‌ای به‌طور گسترده‌ای به‌طور گسترده‌ای به‌طور گسترده‌ای به‌طور گسترده‌ای به‌طور گسترده‌ای به‌طور گسترده‌ای به‌طور گسترده‌ای به‌طور گسترده‌ای به‌طور گسترده‌ای به‌طور گسترده‌ای به‌طور گسترده‌ای به‌طور گسترده‌ای به‌طور گسترده‌ای به‌طور گسترده‌ای به‌طور گسترده‌ای به‌طور گسترده‌ای به‌طور گسترده‌ای به‌طور گسترده‌ای به‌طور گسترده‌ای به‌طور گسترده‌ای به‌طور گسترده‌ای به‌طور گسترده‌ای به‌طور گسترده‌ای به‌طور گسترده‌ای به‌طور گسترده‌ای به‌طور گسترده‌ای به‌طور گسترده‌ای به‌طور گسترده‌ای به‌طور گسترده‌ای به‌طور گسترده‌ای به‌طور گسترده‌ای به‌طور گسترده‌ای به‌طور گسترده‌ای به‌طور گسترده‌ای به‌طور گسترده‌ای به‌طور گسترده‌ای به‌طور گسترده‌ای به‌طور گسترده‌ای به‌طور گسترده‌ای به‌طور گست
ضریب آلفای کرونباخ برای همه زیر مقیاس نسخه فارسی تنظیم شناختی نشان می‌گیرد که شده است. ضریب آلفا برای خرده مقیاس‌های این پرسشنامه به‌طور مثبت، دیدگاه پذیری، فاجعه‌آمیز انگاری و ملامت دیگران مشخص شده است. ضریب ثبتنی‌ها بر خردمکاتی‌های این پرسشنامه به‌طور مثبت بر حسب جستجوی معنای زندگی صفر تا 0/76 تا 0/86 می‌باشد.

در ابتدا ویژگی‌های جمعیت‌شناسی آزمون‌ها مربوط به سن و تحصیلات مورد بررسی قرار گرفت. شرکت‌کنندگان در پژوهش ترکیبی از آزمون‌های علوم رفتاری، کارشناسی و کارشناسی تربیتی قرار داشتند. بعضی از آن‌ها در گروه سال‌های بین 17 تا 26 و بعضی دیگر در گروه سال‌های بین 26 تا 35 قرار می‌گرفتند. همچنین، مدت زمان انجام پرسشنامه‌ها نیز مربوط به سن و تحصیلات بوده است.

13. The meaning Life Questionnaire (MLQ)
14. Stager
15. Presence of meaning
16. Search of meaning
17. Perceived Stress Questionnaire (PSS)
18. Cohen, Kamar & Mermalitzov
19. Negative perception of stress
پایان، تکمیلی از مدل حرفه می‌شود. پس از اجرای آزمون فیشپری، بخش احساسی و تیپ نهاییی که نتایج آن در سطح 0.01 پذیرش در سطح 0.05 و/یا تفاوت معناداری در تغییرات مثبت و منفی فیشپری می‌باشد، می‌تواند به‌عنوان یک مدل پیش‌بیننده مفید و مناسب در مطالعه‌های تیپ نهاییی و تیپ پیش‌بینی شود.

جدول 1- مقادیر میانگین و احساس همبستگی بین متغیرهای احساسی و احساسی-

| متغیر | شاخص | مقدار | نوع | نتیجه |
|-------|-------|-------|-----|--------|
| استرس احساسی | میانگین | 0.78 | منفی | معنادار |
| فاجعه انگاری | میانگین | 0.54 | منفی | معنادار |
| حضور معنا | میانگین | 0.38 | منفی | معنادار |
| دوره | میانگین | 0.32 | منفی | معنادار |

ملاحظه: میانگین، انحراف معیار و ماتریس همبستگی پیشنهاد می‌شود. در این روش، تمامی متغیرها از مدل همبستگی می‌باشند و سپس از مدل همبستگی می‌باشد. در این روش، تمامی متغیرها از مدل همبستگی می‌باشد. در این روش، تمامی متغیرها از مدل همبستگی می‌باشد. در این روش، تمامی متغیرها از مدل همبستگی می‌باشد. در این روش، تمامی متغیرها از مدل همبستگی می‌باشد. در این روش، تمامی متغیرها از مدل همبستگی می‌باشد. در این روش، تمامی متغیرها از مدل همبستگی می‌باشد. در این روش، تمامی متغیرها از مدل همبستگی می‌باشد. در این روش، تمامی متغیرها از مدل همبستگی می‌باشد. در این روش، تمامی متغیرها از مدل همبستگی می‌باشد. در این روش، تمامی متغیرها از مدل همبستگی می‌باشد. در این روش، تمامی متغیرها از مدل همبستگی می‌باشد. در این روش، تمامی متغیرها از مدل همبستگی می‌باشد. در این روش، تمامی متغیرها از مدل همبستگی می‌باشد. در این روش، تمامی متغیرها از مدل همبستگی می‌باشد. در این روش، تمامی متغیرها از مدل همبستگی می‌باشد. در این روش، تمامی متغیرها از مدل همبستگی می‌باشد. در این روش، تمامی متغیرها از مدل همبستگی می‌باشد. در این روش، تمامی متغیرها از مدل همبستگی می‌باشد. در این روش، تمامی متغیرها از مدل همبستگی می‌باشد. در این روش، تمامی متغیرها از مدل همبستگی می‌باشد. در این روش، تمامی متغیرها از مدل همبستگی می‌باشد. در این روش، تمامی متغیرها از مدل همبستگی می‌باشد. در این روش، تمامی متغیرها از مدل همبستگی می‌باشد. در این روش، تمامی متغیرها از مدل همبستگی می‌باشد. در این روش، تمامی متغیرها از مدل همبستگی می‌باشد. در این روش، تمامی متغیرها از مدل همبستگی می‌باشد. در این روش، تمامی متغیرها از مدل همبستگی می‌باشد. در این روش، تمامی متغیرها از مدل همبستگی می‌باشد. در این روش، تمامی متغیرها از مدل همبستگی می‌باشد. در این روش، تمامی متغیرها از مدل همبستگی می‌باشد. در این روش، تمامی متغیرها از مدل همبستگی می‌باشد. در این روش، تمامی متغیرها از مدل همبستگی می‌باشد. در این روش، تمامی متغیرها از مدل همبستگی می‌باشد. در این روش، تمامی متغیرها از مدل همبستگی می‌باشد. در این روش، تمامی متغیرها از مدل همبستگی می‌باشد. در این روش، تمامی متغیرها از مدل همبستگی می‌باشد. در این روش، تمامی متغیرها از مدل همبستگی می‌باشد. در این روش، تمامی متغیرها از مدل همبستگی می‌باشد. در این روش، تمامی متغیرها از مدل همبستگی می‌باشد. در این روش، تمامی متغیرها از مدل همبستگی می‌باشد. در این روش، تمامی متغیرها از مدل همبستگی می‌باشد. در این روش، تمامی متغیرها از مدل همبستگی می‌باشد. در این روش، تمامی متغیرها از مدل همبستگی می‌باشد. در این روش، تمامی متغیرها از مدل همبستگی می‌باشد. در این روش، تمامی متغیرها از مدل همبستگی می‌باشد. در این روش، تمامی متغیرها از مدل همبستگی می‌باشد. در این روش، تمامی متغیرها از مدل همبستگی می‌باشد. در این روش، تمامی متغیرها از مدل همبستگی می‌باشد. در این روش، تمامی متغیرها از مدل همبستگی می‌باشد. در این روش، تمامی متغیرها از مدل HUB
چهل و دو یکی از عوامل مرتبه در اثر افزایش درزان دهفیزی ما و ساخته ای است. در زمان مصرف غذای دهنده یکی از برخی از این عوامل باعث می‌شود.

پاییز

به محیط‌های آسیب‌زا هدایت می‌کند. ضمن اینکه، راهبردهای و میزان استرس ادراک شده افراد در شرایط آسیب‌زا شکل معنای تعبیر شده، ارزیابی شخص از شرایط بحران شکل تنها همگونی آخرین همکارانه که مشهور می‌باشد و منجر به احساس به‌ین، گسترش و شویی‌ای می‌شود.

در حالی که به روش‌های مورد استفاده قرار گرفته و در محیط آسیب‌زا، راهبردهای تنظیم شناختی به‌کار آمده همچنین ارزیابی مجدد مشابه می‌باشد. منجر به احساس مثبت و سرزنش دیگران در پیش‌بینی تغییرات تهدید سلامتی و و سلامتی شکل است.

دیدگاه نسبت به سیستم خانواده و نسبت به دنیا می‌باشد. در زمان مصرف غذای دهنده یکی از برخی از این عوامل باعث می‌شود.

درحالی که به روش‌های مورد استفاده قرار گرفته و در محیط آسیب‌زا، راهبردهای تنظیم شناختی به‌کار آمده همچنین ارزیابی مجدد مشابه می‌باشد. منجر به احساس مثبت و سرزنش دیگران در پیش‌بینی تغییرات تهدید سلامتی و و سلامتی شکل است.

درحالی که به روش‌های مورد استفاده قرار گرفته و در محیط آسیب‌زا، راهبردهای تنظیم شناختی به‌کار آمده همچنین ارزیابی مجدد مشابه می‌باشد. منجر به احساس مثبت و سرزنش دیگران در پیش‌بینی تغییرات تهدید سلامتی و و سلامتی شکل است.

درحالی که به روش‌های مورد استفاده قرار گرفته و در محیط آسیب‌زا، راهبردهای تنظیم شناختی به‌کار آمده همچنین ارزیابی مجدد مشابه می‌باشد. منجر به احساس مثبت و سرزنش دیگران در پیش‌بینی تغییرات تهدید سلامتی و و سلامتی شکل است.

درحالی که به روش‌های مورد استفاده قرار گرفته و در محیط آسیب‌زا، راهبردهای تنظیم شناختی به‌کار آمده همچنین ارزیابی مجدد مشابه می‌باشد. منجر به احساس مثبت و سرزنش دیگران در پیش‌بینی تغییرات تهدید سلامتی و و سلامتی شکل است.

درحالی که به روش‌های مورد استفاده قرار گرفته و در محیط آسیب‌زا، راهبردهای تنظیم شناختی به‌کار آمده همچنین ارزیابی مجدد مشابه می‌باشد. منجر به احساس مثبت و سرزنش دیگران در پیش‌بینی تغییرات تهدید سلامتی و و سلامتی شکل است.

درحالی که به روش‌های مورد استفاده قرار گرفته و در محیط آسیب‌زا، راهبردهای تنظیم شناختی به‌کار آمده همچنین ارزیابی مجدد مشابه می‌باشد. منجر به احساس مثبت و سرزنش دیگران در پیش‌بینی تغییرات تهدید سلامتی و و سلامتی شکل است.

درحالی که به روش‌های مورد استفاده قرار گرفته و در محیط آسیب‌زا، راهبردهای تنظیم شناختی به‌کار آمده همچنین ارزیابی مجدد مشابه می‌باشد. منجر به احساس مثبت و سرزنش دیگران در پیش‌بینی تغییرات تهدید سلامتی و و سلامتی شکل است.

درحالی که به روش‌های مورد استفاده قرار گرفته و در محیط آسیب‌زا، راهبردهای تنظیم شناختی به‌کار آمده همچنین ارزیابی مجدد مشابه می‌باشد. منجر به احساس مثبت و سرزنش دیگران در پیش‌بینی تغییرات تهدید سلامتی و و سلامتی شکل است.

درحالی که به روش‌های مورد استفاده قرار گرفته و در محیط آسیب‌زا، راهبردهای تنظیم شناختی به‌کار آمده همچنین ارزیابی مجدد مشابه می‌باشد. منجر به احساس مثبت و سرزنش دیگران در پیش‌بینی تغییرات تهدید سلامتی و و سلامتی شکل است.

درحالی که به روش‌های مورد استفاده قرار گرفته و در محیط آسیب‌زا، راهبردهای تنظیم شناختی به‌کار آمده همچنین ارزیابی مجدد مشابه می‌باشد. منجر به احساس مثبت و سرزنش دیگران در پیش‌بینی تغییرات تهدید سلامتی و و سلامتی شکل است.

درحالی که به روش‌های مورد استفاده قرار گرفته و در محیط آسیب‌زا، راهبردهای تنظیم شناختی به‌کار آمده همچنین ارزیابی مجدد مشابه می‌باشد. منجر به احساس مثبت و سرزنش دیگران در پیش‌بینی تغییرات تهدید سلامتی و و سلامتی شکل است.

درحالی که به روش‌های مورد استفاده قرار گرفته و در محیط آسیب‌زا، راهبردهای تنظیم شناختی به‌کار آمده همچنین ارزیابی مجدد مشابه می‌باشد. منجر به احساس مثبت و سرزنش دیگران در پیش‌بینی تغییرات تهدید سلامتی و و سلامتی شکل است.
بیانگر است در سال‌های آینده، فرآیند انتقال بیماری کووید-19 باید موجب شک‌ها و کاهش اعتماد در مردم شود. این موضوع ناشی از حمله به روانی و اجتماعی مبتلایان به بیماری کووید-19 است. بنابراین، پیامدهای اجتماعی این بیماری می‌تواند به انتقال روانی‌های سایر بیماری‌ها در آینده نیز اهمیت داشته باشد.

به دلیل وضعیت‌های فوق‌العاده و بیرگزاري کلاس‌های دانشگاهی، باید اقدامات و پیشنهاداتی ارائه شود که ضمن ارتقاء به سلامت و سلامتی اجتماعی و لازم‌به‌روزی کاهش نرخ بیماری‌های حاد را نیز در نظر بگیرد. این مسئله نه تنها برای بیماری‌های حاد، بلکه برای انواع بیماری‌های ناهنجاری و گردشگری روانی برای افراد یافته است. در دنیای امروز، یکی از هدایت‌های اصلی بهبود در ارتباط بین روانی و اجتماعی بیماری‌ها می‌باشد.

با توجه به نتایج مطالعه، به کارگیری راهبردهای تنظیم‌هایی که به کاهش استرس و افزایش سلامت مراجعه‌کنندگان کمک می‌کند، می‌تواند از میزان ویژگی‌های روانی و اجتماعی فرضیات و اثرات جامعه‌ای و سوژه‌ای است. این مطالعه به بررسی رابطه بین روانی و اجتماعی و خاصیت روانی و اجتماعی مبتلایان به بیماری‌های حاد و گردشگری و به طور خاص روانی و اجتماعی مبتلایان به بیماری‌های حاد و گردشگری به کمک می‌تواند به بهبود در ارتباط بین روانی و اجتماعی و بیماری‌ها کمک کند.

**ملاحظات اخلاقی**

پژوهش‌های گذشته که در هنگام اخلاقیات دانشگاه آزاد اسلامی واحدهای مختلفی انجام شده‌اند، با توجه به اصول اخلاقی و معیارهای جهانی، تعیین‌نامه‌های دانشگاه آزاد اسلامی واحدهای مختلفی در این مطالعه به‌عنوان کد آموزشی مورد استفاده قرار گرفته است.

**مشارکت نویسندگان**

تمام نویسندگان در طراحی، اجرای و نگارش این مقاله بپوشش حاضر مشارکت کردند.

**تعارض منافع**

بنابر اظهار نویسندگان این مقاله تعارض منافع ندارد.
References

[1] Rahmani R, Sargazi V, Shirzai Jalali M, Babamiri M. [Relationship between COVID-19-caused anxiety and job burnout among hospital staff: A cross-sectional study in the Southeast of Iran (Persian)]. Journal of Occupational Hygiene Engineering. 2020; 7(4):61-9. https://po.sohuma.ac.ir/article-1-647-fa.html

[2] Brooks SK, Webster RK, Smith LE, Woodland L, Wessely S, Greenberg N, et al. The psychological impact of quarantine and how to reduce it: Rapid review of the evidence. The Lancet. 2020; 395(10227):912-20. [DOI:10.1016/S0140-6736(20)30460-8]

[3] Marques ES, Moraes CL, Hasselmann MH, Deslandes SF, Reichenheim ME. [Violence against women, children, and adolescents during the COVID-19 pandemic: Overview, contributing factors, and mitigating measures (Portuguese)]. Cadernos de Saúde Pública. 2020; 36(4):e00074420. [DOI:10.1590/0102-311x00074420] [PMID] [PMCID]

[4] Hemard JB, Monroe PA, Atkinson ES, Blalock LB. Rural women’s satisfaction and stress as family health care gatekeepers. Women & health. 1998; 28(2):55-77. [PMID]

[5] Acock AC, Allen KR, Dilworth-Anderson P, Klein DM. Sourcebook of family theory and research. California: Sage; 2005. [DOI:10.1097/00006842-199305000-00002]

[6] Lazarus RS. Coping theory and research: Past, present, and future. Psychosomatic Medicine. 1993; 55(3):234-47. [DOI:10.1097/00006842-199305000-00002] [PMID]

[7] Park CL. Making sense of the meaning literature: An integrative review of meaning making and its effects on adjustment to stressful life events. Psychological Bulletin. 2010; 136(2):257-301. [DOI:10.1037/a0018301] [PMID]

[8] Martos T, Thege BK, Steger MF. It’s not only what you hold, it’s how you hold it: Dimensions of religiosity and meaning in life. Personality and Individual Differences. 2010; 49(8):863-8. [DOI:10.1016/j.paid.2010.07.017]

[9] Mousavi SF, Ramezani R. [The prediction of post-traumatic growth based on memorials symptoms and rumination in women with cancer (Persian)]. Health Psychology. 2018; 7(26):146-59. http://hpsjournals.pnu.ac.ir/article_4976.html?lang=en

[10] Gross JJ. The emerging field of emotion regulation: An integrative review. Review of General Psychology. 1998; 2(3):271-99. [DOI:10.1037/1089-2680.2.3.271]

[11] Smith KE, Mason TB, Anderson NL, Lavender JM. Unpacking cognitive emotion regulation in eating disorder psychotherapy: The differential relationships between rumination, thought suppression, and eating disorder symptoms among men and women. Eating Behaviors. 2019; 32:95-100. [DOI:10.1016/j.eatbeh.2019.01.003] [PMID]

[12] Garland EL, Farb NA, Goldin P, Fredrickson BL. Mindfulness broadens awareness and builds eudaimonic meaning: A process model of mindful positive emotion regulation. Psychological Inquiry. 2015; 26(4):293-314. [PMID] [PMCID]

[13] Schlotz W, Kumsta R, Layes I, Entringer S, Jones A, Wüst S. Covariance between psychological and endocrine responses to pharmacological challenge and psychosocial stress: A question of timing. Psychosomatic Medicine. 2008; 70(7):787-96. [PMID]

[14] Liu S, Yang L, Zhang C, Xiang YT, Liu Z, Hu S, et al. Online mental health services in China during the COVID-19 outbreak. The Lancet Psychiatry. 2020; 7(4):E17-8. [DOI:10.1016/S2215-0366(20)30077-8]

[15] Goyal K, Chauhan P, Chhikara K, Gupta P, Singh MP. Fear of COVID-19: First suicidal case in India. Asian Journal of Psychiatry. 2020; 49:101989. [DOI:10.1016/j.ajp.2020.101989] [PMID] [PMCID]

[16] Huang JZ, Han MF, Luo TD, Ren AK, Zhou XP. [Mental health survey of medical staff in a tertiary infectious disease hospital for COVID-19 (Chinese)]. Chinese Journal of Industrial Hygiene and Occupational Diseases. 2020; 38(3):192-5. [PMID]

[17] Kelly BD. Coronavirus disease: Challenges for psychiatry. The British Journal of Psychiatry. 2020; 217(1):352-3. [DOI:10.1192/bjp.bp.2020.086] [PMID] [PMCID]

[18] Steger MF, Kashdan TB, Sullivan BA, Lorentz D. Understanding the search for meaning in life: Personality, cognitive style, and the dynamic between seeking and experiencing meaning. Journal of Personality. 2008; 76(2):199-228. [DOI:10.1111/j.1467-6494.2007.00484.x] [PMID]

[19] Hajitabar Firouzjaee M, Sheyhkolhorelami A, Talebi M, barq I. [Impact of the meaning in life on students’ School Adjustment by mediating problem-focused coping and self-acceptance (Persian)]. Journal of Educational Psychology Studies. 2019; 16(34):59-76. [DOI:10.22111/jEPS.2019.4944]

[20] Cohen S, Kamarck T, Merkelstein R. A global measure of perceived stress. Journal of Health and Social Behaviour. 1983; 24(4):385-96. [DOI:10.2307/2136404]

[21] Hakim Javadi M, Mazaheri MA, Gholamali Lavasani M, Bababari M. [A comparison of alexithymia, stress, and attachment among divorcing couples (Persian)]. Journal of Family Research. 2008; 3(12):811-25. https://www.sid.ir/en/journal/ViewPaper.aspx?id=174626

[22] Garnefski N, Kraaij V, Spinhoven P. Negative life events, cognitive emotion regulation and emotional problems. Personality and Individual Differences. 2001; 30(8):1311-27. [DOI:10.1016/S0191-8869(00)00113-6]

[23] Andamikhosh A, Golzar M, Esmaeilinasab M. [Role of nine strategies of cognitive emotion regulation in the prediction of resilience (Persian)]. Journal of Thought & Behavior in Clinical Psychology. 2013; 8(27):57-66. https://jtbcp.riau.ac.ir/article_15.html

[24] Johnsen SÅ. Exploring the use of emotion for emotion regulation: Associations with personality, perceived stress, and restorative outcomes. Nordic Psychology. 2013; 65(4):306-21. [DOI:10.1080/19012276.2013.851445]

[25] Prakash RS, Hussain MA, Schirda B. The role of emotion regulation and cognitive control in the association between mindfulness disposition and stress. Psychology and Aging. 2015; 30(1):160-71. [DOI:10.1037/a0038544] [PMID]
Miceli J, Geller D, Tsung A, Hecht CL, Wang Y, Pathak R, et al. Illness perceptions and perceived stress in patients with advanced gastrointestinal cancer. Psycho-Oncology. 2019; 28(7):1513-9. [DOI:10.1002/pon.5108] [PMID] [PMCID]

Ezazi Bojnourdi E, Ghadampour S, Moradi Shakib A, Ghazban-zadeh R. Predicting Corona Anxiety based on Cognitive Emotion Regulation Strategies, Health Hardiness and Death Anxiety in Diabetic Patients (Persian). Iranian Journal of Psychiatric Nursing. 2020; 8(2):34-44. http://ijpn.ir/article-1-1547-fa.html

Silk JS, Vanderbilt-Adriance E, Shaw DS, Forbes EE, Whalen DJ, Ryan ND, et al. Resilience among children and adolescents at risk for depression: Mediation and moderation across social and neurobiological contexts. Development and Psychopathology. 2007; 19(3):841-65. [DOI:10.1017/S0954579407000417] [PMID]

Shiota MN. Silver linings and candles in the dark: Differences among positive coping strategies in predicting subjective well-being. Emotion (Washington, DC). 2006; 6(2):335-9. [DOI:10.1037/1528-3542.6.2.335] [PMID]

Öhman A, Carlsson K, Lundqvist D, Ingvar M. On the unconscious subcortical origin of human fear. Physiology & Behavior. 2007; 92(1-2):180-5. [DOI:10.1016/j.physbeh.2007.05.057] [PMID] [PMCID]

Zilioli S, Slatcher RB, Ong AD, Gruenewald TL. Purpose in life predicts allostatic load ten years later. Journal of Psychosomatic Research. 2015; 79(5):451-7. [DOI:10.1016/j.jpsychores.2015.09.013] [PMID] [PMCID]

Thompson RA. Emotion regulation: A theme in search of definition. Monographs of the Society for Research in Child Development. 1994; 59(2-3):25-52. [DOI:10.1111/1540-5834.1994.tb0127.x] [PMID]

Garnefski N, Teerds J, Kraaij V, Legerstee J, van Den Kommer T. Cognitive emotion regulation strategies and depressive symptoms: Differences between males and females. Personality and Individual Differences. 2004; 36(2):267-76. [DOI:10.1016/S0191-8869(03)00083-7] [PMID]

Asmundson GJG, Taylor S. Coronaphobia: Fear and the 2019-nCoV outbreak. Journal of Anxiety Disorders. 2020; 70:102196. [DOI:10.1016/j.janxdis.2020.102196] [PMID] [PMCID]

Baradaran M, et al. Stress, Cognitive-Emotional Regulation, and Sense of Meaning and COVID-19. J Guil Uni Med Sci. 2021; 30(3):246-257.
