



عنوان: بررسی تأثیر سبک دلبستگی بر تنظیم هیجان بامیانجی گری سبک هویت در نوجوانان

فرح دخت چینی^۱، رامین تبرایی^{۲*}، حسن میرزاحسینی^۳

اطلاعات مربوط به مقاله

چکیده

پژوهش حاضر باهدف تأثیر سبک دلبستگی بر تنظیم هیجان بانقش میانجی سبک هویت انجام شد. روش پژوهش توصیفی واز نوع تحلیل معادلات ساختاری بود. جامعه آماری پژوهش را کلیه دانش آموزان دوره دوم متوسطه شهر کاشان در سال تحصیلی ۱۴۰۱-۱۴۰۰ بودند، که ۵۰۰ نفر به روش خوشه‌ای تصادفی انتخاب شدند. داده‌ها براساس سه پرسشنامه سیاهه تنظیم هیجانی Gross & Jan (۲۰۰۳)، مقیاس سبک هویت (G-I S I ۶) و پرسشنامه سبک دلبستگی (Col l i ns and Rei d (۱۹۹۰)، جمع‌آوری شد. داده‌ها به روش مدل‌یابی معادلات ساختاری و با استفاده از نرم افزار لیزرل ۸،۸ و SPSS ۲۶ تجزیه و تحلیل گردید. براساس نتایج سبک دلبستگی ایمن در سطح معنی‌داری ۰/۰۱ سبک دلبستگی اجتنابی در سطح معنی‌داری ۰/۰۵، سبک دلبستگی دوسوگرا در سطح معنی‌داری ۰/۰۱، به صورت مستقیم تنظیم هیجان را پیش‌بینی کردند. از بین سه دلبستگی، سبک دلبستگی ایمن در سطح معنی‌داری ۰/۰۱، با میانجی‌گری سبک‌های هویت تنظیم هیجان را پیش‌بینی کرد. سبک هویتی اطلاعاتی در سطح معنی‌داری ۰/۰۱، سبک هویتی سردرگم در سطح معنی‌داری ۰/۰۵، به صورت مستقیم تنظیم هیجان را پیش‌بینی کردند. از بین سه دلبستگی، فقط سبک دلبستگی ایمن در سطح معنی‌داری ۰/۰۱، نقش معنی‌داری در پیش‌بینی سبک هویتی‌های هنجاری داشت. با توجه به نتایج این مطالعه، تنظیم هیجان یکی از مهمترین سازه‌های روانشناسی تربیتی و عامل مهمی در تعیین سلامت روانی و داشتن عملکرد موفق در تحصیل است که عوامل مؤثر بر تنظیم هیجان و پیش‌بینندهای آن شناسایی باید شود. برنامه‌ریزی جهت آموزش و برگزاری کارگاه‌های آموزشی در این زمینه در مدارس برای دانش‌آموزان پیشنهاد می‌شود.

کلید واژگان سبک هویت، سبک دلبستگی، تنظیم هیجان، نوجوانان

fchini45@gmail.com

^۱- دانشجوی دکتری روانشناسی، گروه روانشناسی تربیتی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد قم، قم، ایران

^۲- نویسنده مسئول: استادیار، گروه روانشناسی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد قم، قم، ایران Ramintabaraei@gmail.com

Mirzahoseini.hasan@yahoo.com

^۳- استادیار روان‌شناسی سلامت، گروه روان‌شناسی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد قم، قم، ایران

مقدمه

نوجوانی به عنوان یک فرایند گذار از کودکی به بزرگسالی در نظر گرفته می شود. مرحله ای از زندگی است که در آن تغییرات عمده در یک دوره زمانی کوتاه اتفاق می افتد (Betegon et al, ۲۰۲۲). نوجوانی دوره ای بین کودکی و بزرگسالی است که بین سنین ۱۰ تا ۱۹ سالگی است (Chang, Tsai, ۲۰۲۲). روانشناسان این دوره را به عنوان مرحله ای حساس در زمینه رشد شناختی و بلوغ اجتماعی در نظر می گیرند. تغییرات هیجانی در این دوره امکان آسیب پذیری نوجوانان را افزایش می دهند. چرا که این تغییرات موقعیتهایی را پیش روی نوجوانان قرار می دهد که می تواند منجر به تجارب منفی و بی ثباتی هیجانی شود (ماسترو دوس، ۲۰۱۹، به نقل از فارسی جانی و همکاران، ۱۴۰۱). جوامع روانشناسی و آموزشی درک واضحی دارند که پرورش توانایی مدیریت هیجان دانش آموزان یکی از مسائل مهم مرتبط با سازگاری، بقا و رشد آنان در جامعه است. توانایی مدیریت هیجانی نوعی ویژگی روانشناختی است که توانایی تشخیص، نظارت و هدایت احساسات خود و همچنین توانایی تشخیص و پاسخ مناسب به موقعیت های اطراف است (Zhang et al, Yanget al, 2022). این توانایی یک پاسخ منعطف یا پاسخ تاخیری بر اساس یک موقعیت خاص که از نظر اجتماعی قابل قبول است یا توسط فرد در مواجهه با طیفی از تحولات عاطفی قابل تحمل است (Bolton, ۲۰۰۴, Polizzi & Lynn, 2021, Lively Weed, 2014). به نقل از، (Lei, ۲۰۲۲).

بنابراین وجود توانایی فرد در کنترل هیجانانش یکی از مهمترین قابلیت هاست که باید آموخته شود. توانایی مدیریت هیجانها یک جنبه ضروری از زندگی روزمره است و می تواند سلامت روانی نوجوانان را ارتقا دهد یا به آن آسیب برساند و نقش مهمی در فرآیندهای شناختی مختلف ایفا کند. بنابراین، ظرفیت تنظیم یا تعدیل حالات هیجانی کلید حفظ سلامت روان است. تنظیم هیجان به عنوان استفاده از مکانیسم ها، مهارت ها و استراتژی ها با هدف حفظ، افزایش یا سرکوب یک حالت هیجانی موجود تعریف می شود (Betegon et al, ۲۰۲۲). تحقیق در مورد مدیریت هیجان یکی از کانون های تحقیقاتی روانشناسان در داخل و خارج از کشور بوده است. مدیریت هیجان به بررسی عوامل تأثیرگذار بین هیجان و رفتار می پردازد، زیرا هسته اصلی ایمنی آن مهم ترین عامل تعیین کننده سلامت روان است (Yang et al, ۲۰۲۲).

از نظر رشد هیجانی، «تنظیم هیجانها» باعث می شود که فرد در مواقع حساس به خوبی بتواند هیجانها خود را کنترل کند و سازگار با موقعیت، واکنش نشان دهد. «تنظیم هیجان» به عنوان فرایند آغاز، حفظ، تعدیل و یا تغییر در بروز، شدت یا استمرار احساس درونی و هیجان مرتبط با فرایند های اجتماعی - روانی، فیزیکی در به انجام رساندن اهداف فرد تعریف می شود. در واقع تنظیم هیجانی، شامل فرایند های نظارت و تغییر تجربیات هیجانی شخص است (تامپسون، ۱۹۹۴). هیجانها می توانند، باعث واکنش مثبت یا منفی در

¹. Emotional Regulation

². Thompson

افراد شوند. اگر متناسب با موقعیت و شرایط باشند باعث واکنش مثبت و در غیر این صورت باعث واکنش منفی می شود. بنابراین این زمانی که هیجانات شدید می شوند یا طولانی می شوند و یا با شرایط سازگار نیستند آن زمان نیاز به تنظیم کردن آنها لازم است (گروس، ۱۹۹۸).
 نقص و نارسایی در مکانیسم‌های تنظیم هیجانها و شناختها، سیستم‌های پردازشی را تحت تأثیر قرار می‌دهند و فرد را با مشکلات جدی سلامت و اختلال‌های روانشناختی مواجه می‌سازند. تنظیم هیجان بر عواطف و رفتار نوجوانان تأثیر زیادی دارد و در تحول مهارت‌های تنظیم هیجانی و «دلبستگی» نقش مهمی دارد. سبک‌های دلبستگی نقش کلیدی در تنظیم هیجانات دارند (Wilkinson et al, 2006 به نقل از Hajiyari et al, 2022).

تنظیم هیجان و سبک‌های دلبستگی به عنوان متغیرهای روانشناسی مثبت‌گرا ارتباط بالایی با سلامت روانی افراد دارند (فارسی جانی و همکاران، ۱۴۰۱).
 سبک‌های دلبستگی پیش‌بینی‌کننده تنظیم هیجان می باشند. پژوهش‌های پیشین از رابطه بین سبک‌های دلبستگی و تنظیم هیجان حمایت می کنند (کافتسیس و سیدریدیس^۲ ۲۰۰۶؛ مک ویلیامز و بایلی، کرایتون^۳، ۲۰۱۰؛ گیلیم شاو، بک، شانبرگ و لاکن^۴ ۲۰۰۳؛ لاگاردیا و همکاران، ۲۰۰۰؛ پاسکازو سایر و موس^۵ ۲۰۱۳؛ پیرسون؛ کون رولس و اشمیکل^۶، ۲۰۱۲؛ سیگلن و رایدر، ۲۰۰۹؛ شیور و میکالینسر^۷، ۲۰۰۷؛ نقل از محمدی، ۱۳۹۷، بالبی^۸ ۱۹۷۳؛ کسیدی^۹، ۱۹۹۴؛ کیم^{۱۰}، ۲۰۱۴؛ میکالینسر و شیور^{۱۱}، ۲۰۰۵؛ دی هوک^{۱۲}، ۲۰۱۷، واترز^{۱۳} و همکاران، ۲۰۱۰، به نقل از محمدی، ۱۳۹۶)

دلبستگی توسط هالیس و میلر (۲۰۰۵) به عنوان ارتباط عاطفی عمیق و ارتباط اثربخش تعریف شده است (Momeni et al, 2022). دلبستگی برای رشد روانی و عادی، تحول شخصیت بهنجار و روابط هیجانی سالم ضروری است و اساس سلامت هیجانی، روابط اجتماعی و نگرش بهنجار فرد به دنیا تلقی می‌شود. دلبستگی پیوند عاطفی پایداری است که ویژگی آن جوارجویی^{۱۴} با شخصی خاص در زمانی ویژه است (بالبی، ۱۹۶۹). این چارچوب، تعاملات مکرر با مراقبین اولیه به باورها، قواعد، انتظارات، طرز فکر و رفتار شکل می‌دهند. بدون تردید نظریه دلبستگی یکی از برجسته‌ترین و مهمترین دستاوردهای روانشناسی معاصر است که به یکی از تأثیرگذارترین چارچوب‌ها در علوم اجتماعی و رفتاری تبدیل شده است. این نظریه که توسط بالبی برای توضیح پیوند عاطفی کودک با مراقبین ایجاد شد، به سرعت دامنه خود را گسترش داد (Thompson et al, 2022). هازن و شیور (۱۹۸۷) با بازنگری مطالعات دلبستگی کودک به منظور تعریف فرایند دلبستگی بزرگسالان، سه سبک دلبستگی «ایمن»، «اجتنابی» و «دوسوگرا» را مشخص کردند. افراد دلبسته ایمن الگوی مثبتی از خود و دیگران دارند و برای بازنمایی‌های منفی از خود و دیگران ارزش قائل هستند (Vismara et al, 2022).

1. Attachment

2. Kafetsios & Sideridis

3. McWilliams & Bailey & Crayton

4. Gilliom, Shaw, Beck, & Schonberg

5. Pascuzzo, Cyr, & Moss

6. Cassidy

7. Kim

8. Moradi Siah Afshari, Amiri, & molavi & D'Hooghe

9. Waters

10. Proximity seeking

افراد با سبک دلبستگی ایمن نسبت به افراد نایمن هیجان‌هایشان را بهتر تنظیم می‌کنند و از راهبردهای مقابله‌ای سازنده‌تری استفاده می‌کنند (میکولینسر و شیور، 2004؛ لینلی و ژوزف^۱، ۲۰۰۴، کسیدی و برلین، ۱۹۹۴ به نقل از داودی و همکاران، ۱۳۹۶). دلبستگی ایمن با بسیاری از پیامدهای مثبت روانشناختی برای کودکان مرتبط است که شامل روابط قوی با همسالان، درک هیجانی بالا و تنظیم هیجان بهتر می‌شود که تاییدی بر این دیدگاه است که بین تنظیم هیجان و دلبستگی ایمن رابطه وجود دارد (واترز و همکاران، ۲۰۱۰؛ تامپسون، ۲۰۰۸؛ سیمپسون و همکاران، ۲۰۰۷؛ موریس و همکاران، ۲۰۰۷؛ بار-اون و پارکر، ۲۰۰۰ به نقل از محمدی و همکاران، ۱۳۹۷). کاسیدی (۱۹۹۵)^۴ در یک پژوهش مروری خود با عنوان تأثیر روابط دلبستگی بر تنظیم هیجان نشان داد که افرادی که ویژگی‌هایی مانند توانایی انعطاف پذیر برای پذیرش و یکپارچه کردن هیجان‌های مثبت و منفی را دارند به طور کلی دلبسته‌تر هستند و افرادی که به وسیله تأثیرات منفی زیاد یا کم مشخص می‌شوند به احتمال بسیار دلبسته‌تر هستند.

افراد با سبک اجتنابی در مورد صمیمیت و تعهد نگرانند. آنها تمایلی به مشارکت در روابط نزدیک ندارند و ترجیح می‌دهند به دیگران وابسته نشوند و نیاز به دلبستگی را تحت فشار استقلال و کنترل انکار می‌کنند (Morris et al, 2007). اشخاص دارای سبک‌های دلبستگی اجتنابی و دوسوگرا از آن دسته راهبردهای تنظیم هیجانی سود می‌جویند که بر هیجان‌های منفی تأکید دارند یا تجربه‌های هیجانی را سرکوب می‌کنند (اجتنابی) یا آنکه باعث می‌شوند موقعیت‌ها، استرس‌زاتر تجربه شوند (میکولینسر و شیور، ۲۰۰۴). پژوهش‌ها نشان داده‌اند که احساسات ناامنی در روابط دلبستگی، نقص‌ونارسایی در شناسایی و ابراز هیجان‌ها را پیش‌بینی می‌کند (سجادپور، ۱۳۹۸، شوش تری و همکاران، ۱۴۰۱).

به‌طور خاص، سبک‌های دلبستگی نایمن، مشکلات سلامت روان را به‌طور مستقیم و غیرمستقیم از طریق علائم اضطراب پیش‌بینی می‌کنند. این یافته‌ها اهمیت دلبستگی در فرآیندهای تجربه‌های سازگاری افراد را در مواجهه با موقعیت‌های استرس‌زارا تقویت می‌کند (Vismara et al, 2022). همانگونه که بیان شد، شواهد پژوهشی ارائه شده ارتباط بین متغیر تنظیم هیجان و سبک دلبستگی تایید شده است. اما نوع، کیفیت و شدت آن قابل بررسی می‌باشد و ممکن است این ارتباط تحت تأثیر متغیرهای دیگر قرار گیرد. یکی از متغیرهای مهمی که به نظرمی رسد می‌تواند این ارتباط را تحت تأثیر قرار دهد «سبک هویت»^۵ است.

«هویت» عبارت است از افتراق و تمیزی که فرد بین خود و دیگران می‌گذارد. احساس خود، اساس شخصیت بزرگسالی ما را تشکیل می‌دهد؛ اگر پایه و اساس ثابت و قوی باشد، یک هویت فردی محکمی به دست می‌آید. اگر چنین نباشد، نتیجه آن چیزی است که اریکسون آن را گمگشتگی هویت می‌نامد (Shaver & Mikulincer, 2021). در نظریه اریکسون شکل‌گیری هویت به عنوان یک بحران تحولی معرفی شده است. کلمه "بحران" بیانگر تحولی هیجانی است که توسط نیاز به رشد خودپنداره منسجم برانگیخته می‌شود. پژوهش‌ها نشان می‌دهد که هیجان نقش بسیار مهمی در شکل‌گیری و تداوم هویت دارد و به رفتار فرد سازمان می‌دهد.

1. Lineley & Joseph

2. Simpson

3. Morris et al

4. Cassidy

5. Identity styles

پردازش هیجانی نیز در اسنادها و ارزیابی های شناختی- اجتماعی نقش بسزایی دارد و همسو با شکل گیری هویت صورت می پذیرد (استرایر ۲۰۰۲؛ ویلوراس و بوسما^۱ (۲۰۰۵). برزونسکی و فراری (۱۹۹۶) معتقدند افراد بر اساس فرایندهای شناختی و اجتماعی، چهار سبک هویتی متفاوت یعنی «سبک هویت اطلاعاتی^۲»، «سبک هنجاری^۳» و «سبک سردرگم/ اجتنابی^۴»، را شکل می دهند.

برزونسکی (۱۹۸۹) در زمینه ارتباط بین «سبکهای هویت» و «هیجان»، تبیینی نظری را ارائه نموده است. به عقیده وی افراد دارای «سبک اطلاعاتی»، اطلاعات جدید را جذب می نمایند و هویت خود را بر اساس اطلاعات جدید، تغییر می دهند. بدین ترتیب، ادراک درستی از واقعیت خواهند داشت و سازگاری آنان افزایش می یابد. افراد دارای جهت گیری اطلاعاتی، با واریسی واقعیت به تأثیر هیجان بر رفتار خود و دیگران پی می برند. افراد دارای «سبک هنجاری»، بدون واریسی گزینه های موجود نسبت به هدف متعهد می گردند و بنابراین به طور عمده از جذب استفاده می کنند. این افراد از هیجانهای خود چه تشکل دهی به هویت استفاده نمی کنند و در مقابل به تنظیم یا کنترل دفاعی هیجانهای خود می پردازند. افراد اجتنابی- سردرگم نیز فاقد هویتی منسجم و پایدار می باشند و در پاسخ به نیازهای محیطی، بدون در نظر گرفتن پیامدهای رفتار به طور عمده از فرآیند انطباق استفاده می کنند. به بیان دیگر، این افراد قادر نیستند هیجانهای خود را به طور موثر مدیریت نمایند یا از تأثیر رفتار خود بر پاسخهای عاطفی دیگران آگاه نیستند (سیتون و بیمانت، ۲۰۱۱).

بنابراین، تنظیم هیجان فرآیندی است که در جریان شکل گیری هویت منسجم نقشی بسزا دارد و از طریق آن، افراد جهت دستیابی به پیامدهای مطلوب، هیجانهای خود را مدیریت میکنند (آلدانو و همکاران، ۲۰۱۰). بنابراین، عدم شکل گیری هویت پایدار (برزونسکی، ۲۰۰۸) از یک سو و عدم تنظیم هیجان، از سوی دیگر، در بروز آسیب های روانی نقش بسزایی دارند. نتایج پژوهشها نشان می دهد افراد با سبک اطلاعاتی در رویارویی با رویدادهای تنیدگی زای روزمره بیشتر از مقابله مسئله مدار و راهبردهای پذیرش، ارزیابی مجدد مثبت و برنامه ریزی بهره می گیرند و هیجانهای مثبت بیشتری را تجربه خواهند کرد و بهتر هیجانهای خویش را تنظیم می کنند (بیمانت و سیتن، ۲۰۱۱؛ کسیدی، ۲۰۰۴؛ بوش و همکاران^۵، ۲۰۱۲؛ برزونسکی، ۲۰۰۸).

در مقابل، افراد با سبک سردرگم- اجتنابی در رویارویی با تنیدگی، بیشتر از راهبردهای هیجانی ناسازگارانه استفاده می کنند. افراد با سبک هویت هنجاری در ارتباط با دیگران همناوایی بیشتری نشان می دهند و در شرایط مهم تصمیم گیری از رهنمودهای دیگران استفاده می کنند (برزونسکی، ۲۰۰۳؛ بوش و همکاران، ۲۰۱۲؛ بیمانت و سیتن، ۲۰۱۱؛ برزونسکی و فراری، ۱۹۹۶). نتایج پژوهشهای کولمن و ویلیامز (۲۰۱۳)، جانکووسکی (۲۰۱۳) همبستگی منفی سبک هویت تعهد، سبک هویت اطلاعاتی و سبک هویت هنجاری با بدتنظیمی هیجان و همبستگی مثبت سبک هویت سردرگم با بدتنظیمی رانشان داد. بنابراین می توان گفت، نوجوانان با

1. Strayer, Vleioras & Bosma

2. informational style

3. normative style

4. diffuse/avoidant style

5. Bosch et al

سبک‌های هویت‌تعهده، هنجاری و اطلاعاتی از سلامت روانشناختی بیشتری برخوردارند و از نظر تحصیلی هم عملکرد خوبی دارند (Shabanishad et al, 2019؛ سجادی‌پور، ۱۳۹۸؛ اسدی‌مجره و همکاران، ۱۳۹۶؛ پورمحسنی، ۱۳۹۳).

هر چند به نظر می‌رسد سبک‌های هویتی و راهبردهای تنظیم هیجان با تجربه هیجانهای منفی همچون افسردگی، اضطراب و تنیدگی در ارتباطند، ولی اینکه هر یک چه نقشی را در تجربه هیجانهای منفی بازی می‌کنند، نامشخص می‌باشد. شاید هر یک نقش خود را به طور مستقل بازی می‌کند و یا نقش آنها پیچیده و متعامل می‌باشد. ممکن است سبک هویتی سردرگم-اجتنابی موجب کاربرد هر چه بیشتر راهبردهای ناسازگارانه تنظیم هیجان شود و به دنبال آن، فرد هیجانهای منفی بیشتری را تجربه نماید و یا سبک هویت اطلاعاتی با تأثیر بر راهبردهای سازگارانه تنظیم هیجانی، بروز هیجانهای منفی را در فرد کاهش دهد.

به نظر می‌رسد یکی از عوامل مهم اثرگذار در کسب هویت، سبک دلبستگی فرد باشد. یکی از حوزه‌هایی که می‌توان تأثیر سبک‌های دلبستگی را دید، سبک‌های هویتی است. دلبستگی و هویت اثرات مهمی در زمینه آسیب‌شناسی روانی داشته‌اند (رخشنده ابرقویی و همکاران، ۱۴۰۰). گلاسر (۲۰۰۸) معتقد است افرادی که دارای هویت اشتباه هستند وضعیت‌هایی مانند ضعف، عدم مسئولیت و عدم اعتماد به نفس را نشان می‌دهند (گوهری داناپور و نیری، ۱۴۰۱) رشد نامناسب هویت موجب عدم توانایی در تصمیم‌گیری‌های مهم، مشکلات رفتاری، شکست‌های پیاپی تحصیلی و همچنین عدم توانایی در برقراری ارتباط صحیح با دیگران می‌شود. اریکسون (۱۹۶۵) معتقد بود افرادی که به هویتی قوی دست می‌یابند، برای رویارویی با مسایل بزرگسالی آماده می‌شوند و افرادی که نمی‌توانند به چنین هویتی دست یابند، بحران هویت را تجربه می‌کنند. چنین فردی نمیداند به کجا تعلق دارند یا می‌خواهند به کجا بروند در نتیجه ممکن است از مسیر بهنجار زندگی تحصیل، شغل و ازدواج کناره‌گیری کنند (اسزابو و وارد^۲، ۲۰۲۰ به نقل از رفیعی و همکاران، ۱۴۰۰). ریچ و زیگل (۲۰۰۳) به این نتیجه رسیدند که رشد هویت خود در سطح بالا با دلبستگی ایمن ارتباط دارد. اشخاص دارای سبک دلبستگی ایمن نسبت به اشخاص دارای سبک دلبستگی نایمن به احتمال کمتری سبک اسنادی افسرده ساز دارند و به احتمال بیشتر هویت موفق دارند.

فرض بر این است که سبک‌های دلبستگی ناکارآمد باعث بوجود آمدن سبک‌های هویت ناکارآمد در افراد می‌شود (بدر، آستلی^۳، ۲۰۱۱ به نقل از ناطقیان و همکاران، ۱۴۰۰). از نظر آرمسدن و گرینبرگ^۴ (۱۹۸۷) کیفیت دلبستگی به والدین با سلامت روانی نوجوان و شکل‌گیری هویت، کنار آمدن با بحرانهای مختلف و رضایت از زندگی ارتباط معنادار دارد (جدبایی، ۱۴۰۱). در تحقیقات متعدد رابطه میان دو سازه هویت و دلبستگی مورد مطالعه قرار گرفته‌اند که نتایج، آنها نشان می‌دهد؛ میان دلبستگی ایمن و سبک‌های هویت، رابطه مثبت و

1. Ericsson

2. Szabó & Ward

3. Badar & Acitell

4. Armsden & Greenberg

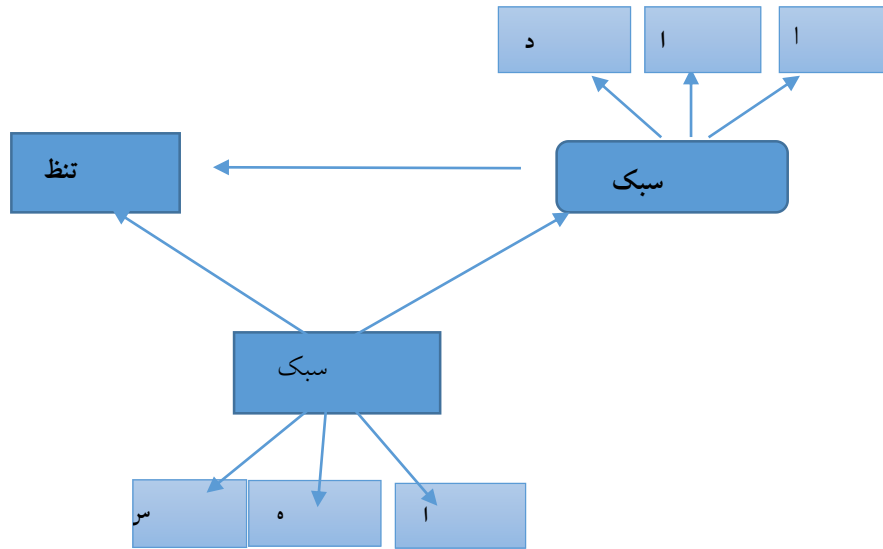
میان دل‌بستگی ایمن و هویت سردرگم، رابطه منفی وجود دارد (گوهری و داناپورونیری، ۱۴۰۱. سالاری و فولادی، ۱۳۹۳؛ Avila, et al, 2011؛ Rich & Zigle, 2003؛ Arseth et al, 2009؛ Shaver & Mikulincer, 2021).

بین سبک هویت اطلاعاتی با سبک دل‌بستگی ایمن رابطه مثبت، با سبک دل‌بستگی اجتنابی و دوسوگرا رابطه منفی، بین سبک هویت هنجاری، سردرگم و تعهد با سبک دل‌بستگی ایمن، بین سبک دل‌بستگی اجتنابی و دوسوگرا رابطه مستقیم مثبت و معناداری است (برزونسکی، ۲۰۰۸؛ جدبابایی، ۱۴۰۱، رخشنده ابرقویی و همکاران، ۱۴۰۰؛ محمدی و همکاران، ۱۳۹۷؛ سالاری و فولادی، ۱۳۹۳؛ امانی و مجذوبی، ۱۳۹۰). همچنین رابطه ای معنی دار میان جنس و سبک هویت وجود دارد؛ اما رابطه‌ای معنی دار میان جنس و سبک دل‌بستگی وجود ندارد (امانی و مجذوبی، ۱۳۹۰). در طول سال‌های گذشته همواره محققان به دنبال بررسی متغیرهای واسطه‌ای بین دل‌بستگی و تنظیم هیجان بوده اند (Yang et al, 2022).

در باره نقش واسطه‌ای سبک‌های هویت در رابطه بین سبک‌های دل‌بستگی و تنظیم هیجان مطالعات نشان داد که دل‌بستگی ایمن، به واسطه سبک هویت اطلاعاتی، دارای اثری غیرمستقیم بر تنظیم هیجان و به واسطه سبک هویت هنجاری، دارای اثری غیرمستقیم بر راهبردهای مثبت تنظیم هیجان دارد. دل‌بستگی اضطرابی، به واسطه سبک‌های هویت اطلاعاتی و هویت هنجاری، اثری غیرمستقیم بر راهبردهای مثبت تنظیم هیجان و به واسطه سبک هویت اطلاعاتی اثری غیرمستقیم بر راهبردهای منفی تنظیم هیجان دارد. همچنین دل‌بستگی اجتنابی، به واسطه سبک هویت سردرگم، دارای اثری غیرمستقیم بر راهبردهای مثبت و منفی تنظیم هیجان است (محمدی و فولادچنگ، ۱۳۹۷؛ باقری و همکاران، ۱۳۸۸).

پژوهش‌های معدودی درباره نقش واسطه‌ای سبک هویت در رابطه بین تنظیم هیجان و سبک دل‌بستگی انجام شده و یا به طور جداگانه به رابطه سبک‌های دل‌بستگی با هویت و یا تنظیم هیجان پرداخته اند اما چگونگی تأثیر سبک‌های دل‌بستگی بر تنظیم هیجان مشخص نیست. بنابراین از آن جایی که از یک طرف دوران نوجوانی با تغییرات جسمی و روانی - اجتماعی زیادی همراه است که برانگیختگی هیجان‌ات را به دنبال دارد و از طرف دیگر بسیاری از توانایی‌های شناختی که در کنترل هیجان‌ات نقش دارند در این دوره به رشد کامل می‌رسند (Zhang et al, 2022). این پژوهش به دنبال بررسی فرآیند تأثیر سبک دل‌بستگی بر تنظیم هیجان تأثیر می‌گذارد، نیازمند بررسی است. این مسئله که آیا سبک‌های دل‌بستگی از طریق تأثیرگذاری بر نحوه پردازش هویت بر تنظیم هیجان تأثیر می‌گذارد، نیازمند بررسی است. طرح واسطه‌گری سبک‌های هویت در رابطه بین سبک‌های دل‌بستگی و تنظیم هیجان در این پژوهش با توجه به مضامین دو نظریه بالبی و برزونسکی انجام شده است. از طرف دیگر مدارس به‌عنوان تنها نهاد رسمی آموزش نوجوانان در کشور رسالت مهمی جهت پیشگیری از آسیب‌های روانی دانش‌آموزان دارد. بنابراین ضرورت پژوهش در این زمینه و پژوهش در مورد هر شرایطی که بتواند عملکرد دانش‌آموزان را در محیط مدرسه و خارج از مدرسه بهبود بخشد، و سلامت روانی آنان را تضمین کند، هم از لحاظ نظری و هم عملی، حائز اهمیت است. شایان ذکر است، ذکر است پژوهش در این زمینه می‌تواند به لحاظ نظری و کاربردی افق‌های نوینی پیش روی برنامه‌ریزان وزارت آموزش و پرورش به‌عنوان تنها متولی تربیت دانش‌آموزان در کشور بگشاید. در این پژوهش متغیر سبک دل‌بستگی به‌عنوان متغیر برونزا یا جریان‌دهنده و تنظیم هیجان به‌عنوان متغیر درونزا یا جریان‌گیرنده و متغیر سبک هویت به‌عنوان متغیر میانجی آزمون شده‌اند. بنابراین، هدف این پژوهش

دستیابی به پاسخی برای این سؤال است که: آیا مدل ساختاری نقش میانجی سبک هویت در رابطه سبک دلبستگی و تنظیم هیجان از برآزش مناسب برخوردار است؟



مدل نظری پژوهش

باتوجه به چارچوب مفهومی نظریه دلبستگی و بازبینی پیشینه تحقیقاتی، فرضیه‌های پژوهش به شرح زیر است:

- سبک‌های دلبستگی با تنظیم هیجان رابطه مستقیم دارند

- سبک‌های دلبستگی با سبک هویت رابطه مستقیم دارند

سبک‌های هویت با تنظیم هیجان رابطه مستقیم دارند

- سبک‌های دلبستگی بامیانجی‌گری سبک‌های هویت با تنظیم هیجان رابطه دارند

روش پژوهش

با توجه به دسته بندی پژوهش‌ها برحسب هدف و نحوه گردآوری داده‌ها (سرمد و همکاران، ۱۳۸۷)، روش پژوهش حاضر برحسب هدف از نوع پژوهش‌های بنیادی - کاربردی است زیرا نه با هدف صرف کاربرد مستقیم یافته‌ها، بلکه با هدف افزودن به دانش موجود در زمینه هویت و تنظیم هیجان و سبک دلبستگی به عنوان سه متغیر روانشناختی/اجتماعی مهم انجام شد و با توجه به نحوه گردآوری داده‌ها میدانی، از نوع توصیفی- همبستگی با روش مدل معادلات ساختاری (SEM) انجام شد. چرا که سعی در تبیین روابط موجود بین متغیرهای مورد بررسی را دارد. جامعه آماری این پژوهش را کلیه دانش‌آموزان مقطع دوم متوسطه شهر کاشان که در سال تحصیلی ۱۴۰۱-۱۴۰۰ مشغول به تحصیل بودند، که بر اساس گزارش مدیریت آموزش و پرورش کاشان حدود ۸۱۰۰ نفر بودند. (۱۹۲۲)

Comery به نقل از Myers, Gamest & Garino, 2006، ترجمه (Pasha Sharifi et al (2012) از کیفیت نمونه گیری برای انجام تحلیلی عاملی یک ارزیابی کلی داشته و حجم نمونه ۵۰ نفر را بسیار کم، ۱۰۰ نفر را کم، ۲۰۰ نفر را مناسب، ۳۰۰ نفر را خوب، ۵۰۰ نفر را خیلی خوب، ۱۰۰۰ نفر را عالی دانسته اند. با توجه به تعداد متغیرهای مشاهده شده در پژوهش حاضر تعداد ۵۵۰ نفر حجم نمونه در نظر گرفته شد. اما با توجه به احتمال ریزش نمونه و یا احتمال داده های مفقود یا مخدوش حجم نمونه انتخاب گردید. که پس از جمع آوری داده ها ۵۰۰ پرسشنامه تحلیل گردید. از روش تصادفی خوشه ایی جهت نمونه گیری از دانش آموزان استفاده شد به این صورت که ابتدا خوشه ها براساس مناطق جغرافیایی شهر انتخاب و سپس به صورت تصادفی از شمال: ۳ مدرسه مرکز: ۴ مدرسه، از شرق و غرب ۸ مدرسه به عنوان نمونه این پژوهش انتخاب شدند.

از پرسشنامه های تنظیم هیجان گراس و جان، سبک دلبستگی کولینز و رید و سبک هویت برزونسکی جهت جمع آوری داده ها استفاده شد.

سیاهه تنظیم هیجانی گراس و جان (۲۰۰۳)

در این پژوهش به منظور اندازه گیری استراتژی های تنظیم هیجان سرکوبی و ارزیابی مجدد شناختی، از پرسشنامه سیاهه ی تنظیم هیجانی گراس و جان (۲۰۰۳) استفاده شد. در پژوهش گراس و جان همبستگی درونی برای ارزیابی مجدد ۷۹٪ و سرکوبی ۷۳٪ به دست آمده است. کارمین و وینگرهوتس همبستگی درونی را برای ارزیابی مجدد ۸۳٪ و برای سرکوبی ۷۹٪ گزارش کردند. در ایران حسینی میزان آلفای کرونباخ ۷۹٪ برای ارزیابی مجدد گزارش کرده است و در پژوهش بیگدلی و همکاران (۱۳۹۲) مقدار آلفای کرونباخ برای ارزیابی مجدد ۸۳٪ و سرکوبی ۷۹٪ به دست آمده است. در پژوهش حاضر ضریب آلفای کرونباخ ۰/۷۸ بدست آمد.

مقیاس سبک هویت (ISI-6G)

پرسشنامه سبک های هویت برزونسکی (ISI-6G) در این پژوهش از پرسشنامه سبک های هویت برزونسکی استفاده شد که غضنفری (۱۳۸۲) به فارسی ترجمه کرد و در نمونه دانشجویی اعتباریابی شده است. پرسشنامه سبک های هویت را برزونسکی (۱۹۸۹) برای ارزیابی سبک های هویت اطلاعاتی، هنجاری، سردرگم-اجتنابی تدوین کرد. در این ابزار، تعهد هویت نیز جداگانه اندازه گیری می شود. این پرسشنامه، شامل ۴۰ پرسش با پاسخهایی در طیف لیکرت ۵ درجه ای است که به صورت گزینه های کاملاً مخالف، تا حدودی مخالف، نظری ندارم، تا حدودی موافق و کاملاً موافق رتبه بندی شده است و به ترتیب، نمره های یک، دو، سه، چهار، پنج به هر کدام اختصاص می یابد. ۱۱ پرسش این پرسشنامه مربوط به سبک اطلاعاتی (پرسشهای ۳۷، ۳۵، ۳۳، ۳۰، ۲۶، ۲۵، ۱۸، ۱۶، ۵، ۶، ۲)، ۹ پرسش مربوط به سبک هنجاری (پرسشهای ۴، ۱۰، ۱۹، ۲۱، ۲۳، ۲۸، ۳۲، ۳۳ و ۴۰)؛ ۱۰ پرسش مربوط به سبک سردرگم/اجتنابی (پرسشهای ۳، ۸، ۱۳، ۱۷، ۲۴، ۲۷، ۲۹، ۳۱، ۳۶ و ۳۸) و ۱۰ پرسش به میزان تعهد (۱ و ۷ و ۹ و ۱۱ و ۱۲ و ۱۴ و ۱۵ و ۲۰ و ۲۲ و ۲۹) را اندازه گیری می کند. پرسش های ۹ و ۱۱ و ۱۴ و ۲۰ به صورت معکوس نمره گذاری می شود.

نمونه‌ای از گویه‌ها برای هر یک از ابعاد این مقیاس به این شرح است: سبک اطلاعاتی: «وقتی که مجبورم تصمیم بگیرم، زمان زیادی را صرف فکر کردن درباره انتخاب‌ها می‌کنم». سبک هنجاری: «وقتی مشکلی دارم، بهترین کار آن است که نصایح دوستان و خانواده را برای حل آن مشکل بپذیرم». سبک سردرگم - اجتنابی: «اگر درباره مشکلاتم نگران نباشم، معمولاً خودشان درست می‌شوند» و تعهد هویت: «مجموعه‌ای از اعتقادات محکم دارم که هنگام تصمیم‌گیری از آنها استفاده می‌کنم». اعتبار مقیاس به روش آلفای کرونباخ، به‌ترتیب برای سبک‌های اطلاعاتی، هنجاری و سردرگم - اجتنابی در مطالعه برزونسکی ۱۹۹۲، به نقل از غضنفری، ۱۳۸۲ (۰/۶۶؛ ۰/۷۳ و ۰/۶۲؛ ۰/۷۳ و همکاران ۱۹۹۸، به نقل از غضنفری، ۱۳۸۲) ۰/۵۹، ۰/۶۴؛ ۰/۷۷ گزارش شده است. پژوهش‌ها (غضنفری، ۱۳۸۲، آقاجانی و همکاران، ۱۳۸۳) اعتبار (با روش ضریب آلفای کرونباخ و بازآزمایی) و روایی (با روش تحلیل عاملی اکتشافی و تعیین همبستگی مقیاس با سایر مقیاس‌های هویت) مطلوب نسخه فارسی این ابزار در ایران را گزارش کرده‌اند. در پژوهش حاضر، ضرایب اعتبار به روش آلفای کرونباخ برای سبک‌های اطلاعاتی، هنجاری و سردرگم - اجتنابی، به ترتیب ۰/۸۲؛ ۰/۷۳؛ ۰/۷۳؛ ۰/۷۲ محاسبه شد که نشان دهنده پایایی معنادار این پرسشنامه است.

پرسشنامه سبک دلبستگی کولینر و رید (۱۹۹۰):

این پرسشنامه شامل خود و ارزیابی از مهارت‌های ایجاد بطن و خود و توصیفی شیوه شکلدهی به دلبستگی‌های نزدیک است و مشتمل بر ۱۸ ماده است که توسط علامت گذاری روی یک مقیاس ۵ درجه ای از نوع لیکرت برای هر ماده (که از ۱= اصلاً ویژگی من نیست تا ۵= کاملاً ویژگی من است) سنجیده

می شود. تحلیل عوامل ۳ خرده مقیاس ۶ ماده‌ای را مشخص می سازد. کوولینزو رید بر پایه توصیف‌هایی که در پرسشنامه دلبستگی بررگسال هازن و شیور در مورد سه سبک اصلی دلبستگی وجود داشت، مواد پرسشنامه خود را تدارک دیده‌اند. زیر مقیاس اضطراب^۱ با دلبستگی ناایمن دوسوگرا مطابقت دارد و زیر مقیاس نزدیک بودن^۲ یک بعد دو قطبی است که اساساً توصیف‌های ایمن و اجتنابی را در مقابل هم قرار می دهد (فینی و نولر، ۱۹۹۲) بنابراین نزدیک بودن در تطابق با دلبستگی می باشد و زیر مقیاس وابستگی^۳ را میتوان تقریباً عکس دلبستگی اجتنابی قرار داد (حمیدی، ۱۳۸۲).

سبک دلبستگی ایمن با سوالات ۱، ۶، ۸، ۱۲، ۱۳، ۱۷ و سبک دلبستگی اجتنابی با سوالات ۲، ۵، ۷، ۱۴، ۱۶، ۱۸ و سبک دلبستگی دوسوگرا با سوالات ۳، ۴، ۹، ۱۰، ۱۱، ۱۵، سنجیده می‌شوند. (سوالات ۲، ۷، ۸، ۱۳، ۱۶، ۱۷ و ۱۸ به صورت معکوس نمره گذاری می شوند).

روایی و پایایی پرسشنامه سبک دلبستگی:

1. Anxiety (A)

2. Close (C)

3. Dependence (D)

کولینز و رید (۱۹۹۰) نشان دادند که زیر مقیاسهای نزدیک بودن، وابستگی و اضطراب در فاصله زمانی ۲ ماه و حتی ۸ ماه پایدار ماندند. با توجه به اینکه مقادیر آلفای کرونیخ در تمامی موارد مساوی یا بیش از ۰/۸۰ است، میزان قابلیت اعتماد به دست آمده بالا است. در ایران نیز میزان پایایی با استفاده از روش آزمون و آزمون مجدد به صورت همبستگی بین دو اجرا بر روی نمونه ای با حجم ۱۰۰ نفر آزمودنی نتایج حاصل از دوبر اجرا این پرسشنامه با فاصله زمانی یک ماه از یکدیگر بیانگر آن بود که تفاوت بین دو اجرای مقیاس ها C, D, A در RAAS معنادار نبوده است و این آزمون در سطح ۹۵٪ قابل اعتماد است، اما با توجه به همبستگی بین نتایج دو اجرا، زیر مقیاس A قابل اعتمادترین (r=۰/۷۵) است و در درجه بعدی زیرمقیاس C قابل اعتماد است (r=۰/۷۵) و D کمترین میزان پایایی را در بین این سه زیر مقیاس دارا بوده است (r=۰/۴۷). از سوی دیگر با محاسبه آلفای کرونیخ مشخص گردید که زیر مقیاس اضطراب (A) بیشترین پایایی (۰/۷۴) و وابستگی (D) کمترین پایایی (۰/۲۸) را دارد و پایایی زیرمقیاس نزدیک بودن در خدمتوسط (۰/۵۲) است که نتایج با بررسی از طریق بازآزمایی هماهنگ بوده است (حمیدی، ۱۳۸۲). به منظور بررسی پایایی پرسشنامه سبک های دلبستگی در پژوهش حاضر، ضریب آلفای کرونیخ برای هر یک از خرده مقیاسها محاسبه شد. نتایج حاکی از ضریب آلفای (۰/۸۹) برای سبک دلبستگی ایمن (۰/۸۱) سبک دلبستگی اجتنابی و (۰/۷۸) برای سبک دلبستگی دوسوگرا بود.

یافته‌ها

براساس یافته های پژوهش میانگین و انحراف معیار متغیر سن به ترتیب ۱۷/۰۲ و ۰/۸۱ بود. براساس آماره های کجی و کشیدگی توزیع این متغیر نرمال می باشد. ۱۹۵ نفر از شرکت کنندگان در پژوهش (۳۹ درصد) پسر ۲۸۶ نفر (۵۷/۲) درصد دختر بودند. ۳۰/۲ درصد در پایه دهم، ۳۵/۴ درصد در پایه یازدهم و ۲۳/۴ درصد در پایه دوازدهم مشغول به تحصیل بودند.

جدول ۱- یافته های توصیفی مربوط به متغیرهای پژوهش را نشان می دهد. براساس آماره های کجی و کشیدگی توزیع این متغیرها نرمال می باشد (ضمائم)

در جدول ۲، شاخص های گزارش شده در تحلیل معادلات ساختاری، نشان دهنده برازش مطلوب داده ها با مدل است. پس در نتیجه داده های تجربی جمع آوری شده توسط محقق مدل نظری تدوین شده براساس ادبیات پژوهشی را تأیید کرده و نشان می دهد که مدل علی تدوین شده برای تبیین تنظیم هیجان دانش آموزان شهر کاشان براساس سبک های دلبستگی با میانجی گری سبک های هویت یک مدل مطلوب است. میزان واریانس تبیین شده تنظیم هیجان به وسیله ترکیب خطی متغیرهای برونزا و میانجی به ترتیب با ۰/۳۰ می باشد که نشان می دهد ترکیب خطی سبک های دلبستگی و سبک های هویت به ترتیب ۳۰ درصد از تغییرات تنظیم هیجان تبیین می کنند. ترکیب خطی سبک های دلبستگی به ترتیب ۲/۹، ۲/۷، ۳/۱ درصد از تغییرات سبک های هویت اطلاعاتی، هنجاری و سردرگم را تبیین کردند (ضمائم).

براساس نتایج جدول ۳- سبک دلبستگی ایمن با ($\beta = 0/27, p < 0/01$)، سبک دلبستگی اجتنابی با ($\beta = -0/14, p < 0/05$)، سبک دلبستگی دوسوگرا با ($\beta = -0/16, p < 0/01$) به صورت مستقیم تنظیم هیجان را پیش بینی می کردند. از بین سه دلبستگی، سبک دلبستگی ایمن با ($\beta = 0/03, p < 0/01$) با میانجی گری سبک های هویت تنظیم هیجان را پیش بینی می کرد. سبک هویتی اطلاعاتی

با $(\beta = 0/18, p < 0/01)$ ، سبک هویتی سردرگم با $(\beta = -0/12, p < 0/05)$ به صورت مستقیم تنظیم هیجان را پیش بینی می کردند. از بین سه دلبستگی، فقط سبک دلبستگی ایمن با $(\beta = -0/17, p < 0/01)$ نقش معنی داری در پیش بینی سبک هویتی هنجاری داشت (ضمائم).

نتیجه گیری

هدف این پژوهش بررسی تبیین تنظیم هیجان دانش آموزان شهر کاشان براساس سبک‌های دلبستگی با میانجی گری سبک های هویت بود. براساس یافته هاشاخص های برازندگی مدل مورد تایید قرار گرفت.

شاخص‌های گزارش شده در تحلیل معادلات ساختاری نشان دهنده برازش مطلوب داده‌ها با مدل است. پس در نتیجه داده های تجربی جمع آوری شده توسط محقق مدل نظری تدوین شده براساس ادبیات پژوهشی را تأیید کرده و نشان می دهد که مدل علی تدوین شده برای تبیین تنظیم هیجان براساس سبک‌های دلبستگی با میانجی گری سبک های هویت یک مدل مطلوب است. نتایج این پژوهش نشان داد سبک های دلبستگی با تنظیم هیجان رابطه مستقیم دارند و اینکه سبک دلبستگی ایمن به صورت مثبت، سبک دلبستگی اجتنابی و دوسوگرا به صورت منفی با تنظیم هیجان رابطه معنی داری داشتند. در ارتباط با همسویی نتایج این پژوهش با سایر تحقیقات انجام شده می توان به تحقیقات زیردراین رابطه استناد کرد.

مطالعات رفیعی وهمکاران (۱۴۰۱)، سجادیپور (۱۳۹۸)، فارسی جانی وهمکاران (۱۴۰۱)، هاشمی وجوکار (۱۳۹۲)، فریلی و شاور (۱۹۹۷)؛ میکولینسروهمکاران (۲۰۰۴)؛ تامپسون و والدن، ۲۰۰۱؛ دیاموند و هیکس، ۲۰۰۵؛ کیم، ۲۰۰۵؛ شاور و میکولینسر (۲۰۲۱)؛ Zhang et al 2022، و آیزنبرگ (۲۰۱۸) که با نتایج پژوهش همسواست.

جهت تبیین این یافته می توان گفت بر اساس نظریه دلبستگی، رابطه والد و فرزند بر توسعه راهبردهای تنظیم هیجان تأثیر می گذارد که برای سازگاری در بزرگسالی حائز اهمیت است (بالبی، ۱۹۸۲؛ دی کلین و گرینبرگ، ۲۰۰۸، به نقل از سجادیپور، ۱۳۹۸). بنابه نظر گیلوم^۵ و همکاران (۲۰۰۲) دلبستگی کودکان به والدین پیش بینی کننده تنظیم هیجان است.

ظرفیت تنظیم هیجان بسته به سبک دلبستگی افراد باهم متفاوت است. به گونه ای که سبک دلبستگی ایمن به تنظیم هیجانی کمک می کند. در افراد با دلبستگی ایمن بالا، تنظیم هیجان ممکن است از طریق حفظ نزدیکی (مجاورت) نگه داشته شود (مانند؛ جستجوی آرامش از شکل دلبستگی) زیرا آنها قادرند به طور موثرتری گفتگو کرده و روابط حمایتی را حفظ کنند و گرایش دارند، در تجربه هیجانانگیز و بیان آنها آرام تر و راحت تر عمل کنند (کاسیدی، ۱۹۹۴؛ میکولینسر و شاور، ۲۰۱۷) و برعکس دلبستگی ناایمن منجر به بروز ناتوانی در تنظیم هیجان می گردد (چک هور و جکسون، ۲۰۱۹). افرادی که سطح بالای دلبستگی اجتنابی را تجربه میکنند اعتقاد دارند، به میزان کمتری قادرند کارهایی انجام دهند تا به تنظیم هیجان خود بپردازند. افراد با دلبستگی اجتنابی با افزایش سرکوب

¹. Fraley and Shaver

². Mikulincer, Dolev, & Shaver

³. Pallini. Chrumbolo . Morelli. Baiocco . Laghi . Eisenberg

⁴. De Klyen & Greenberg

⁵. Gilliom

هیجانی، میل به رهایی و دور شدن از موقعیتهای هیجانی دارند (برانداو و همکاران، ۲۰۲۰ به نقل از شوشتری و همکاران، ۱۴۰۱) و برای مقابله با موقعیتهای مرتبط با استرس، به احتمال بیشتر از استراتژی‌های غیرفعال کننده استفاده می‌کنند که شامل انکار احساسات و اطلاعات مربوط به هیجان‌ها و نیز سرکوب ابراز هیجانی است (شاور و میکولینسر، ۲۰۲۱، برینینگ و همکاران، ۲۰۱۳). بنابراین، ممکن است افراد با سطوح بالایی دلبستگی اجتنابی، از هیجان‌ها شان آگاه باشند، اما در تلاش برای کاهش اتکاء به شکل دلبستگی، آن را نادیده بگیرند.

افراد با دلبستگی اضطرابی به هنگام تهدید شدن به طرد اجتماعی یا از دست دادن روابط، بسیار هیجانی میشوند که منجر به بروز آشفتگی در آنان می‌شود (برانداو و همکاران، ۲۰۲۰ به نقل از شوشتری و همکاران، ۱۴۰۱). افراد با سطوح بالایی دلبستگی اضطرابی در پاسخ به حوادث استرس‌زا، الگوهای بدتنظیمی هیجان نظیر بیش‌فعالی رانشان می‌دهند افرادی که سطح بالای دلبستگی اضطرابی و اجتنابی را تجربه میکنند اعتقاد دارند، پس از پریشانی، به میزان کمتری قادرند کارهایی انجام دهند تا به تنظیم هیجان‌ها خود بپردازند (فارسی‌جانی و همکاران، ۱۴۰۱، هاشمی و جوکار، ۱۳۹۲).

راهبردهای تنظیم هیجان ناکارآمد (مانند سرکوب هیجان، دوری‌گزینی) ممکن است در نتیجه در دسترس نبودن شکل دلبستگی در مواقع پریشانی، رشد یابد. اگر مراقب دلبستگی به‌طور مداوم در دسترس نباشد، فرد سرمایه‌گذاری هیجانی اش را در این رابطه کاهش می‌دهد و به همین منوال، هر نوع رفتار، نگرش یا پاسخ هیجانی که تصور می‌شود تسهیل‌کننده رابطه است، تغییر یافته و کاهش می‌یابد. از آنجا که بیان هیجان‌ها میتواند یک پاسخ مراقبتی را برانگیزد، افراد دلبسته‌نایمن ممکن است یاد بگیرند در پاسخ به حوادث استرس‌زا هیجان‌ها شان را به خوبی تنظیم نکنند تا بتوانند از شکل دلبستگی فاصله بگیرند. بدین طریق، پیوندهای دلبستگی میتوانند بر انواع راهبردهای تنظیم هیجانی که افراد از طریق استفاده در مراحل زندگی شان یاد گرفته‌اند، تأثیر بگذارند. تحقیقات گذشته ممکن است به تبیین ما کمک کنند. بنابراین، رشد راهبردهای تنظیم هیجان ناسازگار ممکن است، افراد با دلبستگی‌نایمن بالا را در خطر بیشتری برای اختلالات روانی و سلامت روان ضعیف قرار بدهد (مارگانسکا و همکاران، ۲۰۱۳، به نقل از سجاد پور، ۱۳۹۸).

در خصوص رابطه سبک دلبستگی با سبک هویت‌نتایج نشان داد، سبک دلبستگی با سبک‌های هویت رابطه مستقیم دارند. نتایج بدست آمده همسو با این تحقیقات است. یافته‌های مطالعه‌جد بابایی (۱۴۰۱)، اسزابو و وارد^۱ (۲۰۲۰) به نقل از رفیعی و همکاران، (۱۴۰۰) نشان دادند که بین سبک‌های هویت با سبک‌های دلبستگی رابطه مستقیم مثبت و معناداری برقرار است. بین سبک هویت اطلاعاتی با سبک دلبستگی ایمن، سبک دلبستگی اجتنابی و سبک دلبستگی دوسوگرا رابطه مستقیم منفی و معنادار برقرار بود، در عین حال سبک هویت هنجاری، سبک هویت سردرگم و تعهد با سبک دلبستگی ایمن، سبک دلبستگی اجتنابی و سبک دلبستگی دوسوگرا رابطه مستقیم مثبت و معناداری برقرار بود. ریچ و زیگل^۲ (۲۰۰۳) در تحقیقات خود به این نتیجه رسیدند که رشد هویت خود در سطح بالا با امنیت دلبستگی ارتباط دارد.

^۱ . Szabó & Ward

^۲ . Rich and Zigle

یافته‌ها نشان داده که دل‌بستگی ناایمن به واسطه سبک‌های اطلاعاتی رابطه منفی دارد (ناطقیان و همکاران، ۱۴۰۰؛ گوهری داناپور و نیری، ۱۴۰۱؛ رخشنده ابرقویی و همکاران، ۱۴۰۰). فرض بر این است که سبک‌های دل‌بستگی ناکارآمد باعث بوجود آمدن سبک‌های هویت ناکارآمد در افراد می‌شود سبک‌های هویتی در یک فرایند تحولی در شخصیت فردماندگار می‌شوند و تأثیر خود را بر ابعاد گوناگون عملکرد شخصیت فرد می‌گذارند (بدر، آسیتلی^۱، ۲۰۱۱). به نقل از ناطقیان و همکاران، (۱۴۰۰) نتایج دیگر این پژوهش در مورد رابطه سبک‌های هویت با تنظیم هیجان بود که نشان داد، سبک‌های هویت با تنظیم هیجان رابطه مستقیم، مثبت و معنی‌دار دارد که با نتیجه تحقیقات زیر همسو می‌باشد.

جانکووسکی (۲۰۱۳)، کولمن و ویلیامز (۲۰۱۳) و اسدی مجره و همکاران (۱۳۹۶) در پژوهش خویش ارتباط سبک‌های هویت را با تنظیم هیجان گزارش کردند و اینکه سبک‌های هویت تعهد، اطلاعاتی و هنجاری با تنظیم هیجان همبستگی مثبت و سبک‌های هویت سردرگم/اجتنابی با تنظیم هیجان همبستگی منفی دارد. مطالعات نشان داده که سبک‌های هویت اطلاعاتی با راهبردهای سازگاران تنظیم هیجان، رابطه علی معناداری دارد و سبک‌های هویت سردرگم-اجتنابی به گونه معناداری اضطراب و افسردگی را پیش‌بینی می‌کند و با بدتنظیمی هیجان رابطه علی معناداری دارد (سیتن و بیمانت، ۲۰۱۱؛ سیتن و بیمانت، ۲۰۰۸؛ برزونسکی، ۲۰۰۸؛ لیراس و بوسما، ۲۰۰۵؛ برزونسکی و فراری، ۱۹۹۶ و پورمحسنی کلوری، ۱۳۹۳). در نهایت اینکه راهبردهای تنظیم هیجان و سبک‌های هویت در بروز آسیب یا سلامت روانی و تجربه هیجانها نقش مهمی دارند. جهت تبیین نتایج می‌توان از نظریه برزونسکی (۱۹۸۹) در زمینه ارتباط بین سبک‌های هویت و هیجان، که تبیینی نظری را ارائه نموده است استفاده کرد. به عقیده وی، سبک‌های هویت را می‌توان بر اساس فرآیندهای اجتماعی-شناختی جذب و انطباق متمایز نمود. از دیدگاه شناختی، افراد دارای سبک‌های اطلاعاتی، با واریاسی واقعیت به تأثیر هیجان بر رفتار خود و دیگران پی می‌برند. مطالعه بیمانت و سیتن (۲۰۱۱) نیز نشان می‌دهد افراد با هویت اطلاعاتی بیشتر از راهبردهای تنظیم هیجان استفاده می‌کنند. این افراد در رویارویی با رویدادهای تنیدگی‌زای روزمره بیشتر از مقابله مسئله مدار استفاده می‌کنند، با استرس و اضطراب بهتر مقابله می‌کنند، کمتر دچار اختلالات روانی می‌شوند و ارتباط عاطفی بهتری با دیگران برقرار می‌کنند (بوش و همکاران، ۲۰۱۲).

افراد دارای سبک‌های هنجاری، بدون واریاسی گزینه‌های موجود نسبت به هدف متعهد می‌گردند. این افراد از هیجانهای خود جهت شکل‌دهی به هویت استفاده نمی‌کنند و در مقابل به تنظیم یا کنترل دفاعی هیجانهای خود می‌پردازند. افراد با سبک‌های هویت اجتنابی-سردرگم نیز فاقد هویتی منسجم و پایدار می‌باشند. این افراد قادر نیستند هیجانهای خود را به طور موثر مدیریت نمایند (سیتن و بیمانت، ۲۰۱۱). مطالعه (بیمانت و سیتن، ۲۰۱۱؛ برزونسکی و فراری، ۱۹۹۶) نشان می‌دهد سبک‌های هویتی سردرگم-اجتنابی با راهبردهای ناسازگاران تنظیم شناختی هیجان رابطه دارد بنابراین، تنظیم هیجان فرآیندی است که در جریان شکل‌گیری هویت منسجم نقشی بسزا دارد و از طریق آن، افراد جهت دستیابی به پیامدهای مطلوب، هیجانهای خود را مدیریت می‌کنند (آلدانو و همکاران، ۲۰۱۰).

در خصوص رابطه بین سبک‌های دل‌بستگی با تنظیم هیجان با میانجی‌گری سبک‌های هویت میتوان گفت، از بین سه سبک دل‌بستگی، سبک دل‌بستگی ایمن با میانجی‌گری سبک‌های هویت با تنظیم هیجان رابطه غیر مستقیم، مثبت و معنی‌داری داشت. نتایج این

¹.Badar, Acitelli

فرضیه با نتایج تحقیق محمدی و فولاد چنگ (۱۳۹۷)، سوننز و همکاران، ۲۰۰۵؛ ساموولیس و همکاران، ۲۰۰۱) همسو می باشد. در تبیین این یافته می توان بیان کرد که دلبستگی ایمن با تقویت سبک هویت اطلاعاتی و تقویت سبک هویت هنجاری منجر به افزایش استفاده از راهبردهای سازگارانه تنظیم هیجان می شود. در توجیه نقش واسطه‌ای سبک هویت اطلاعاتی در رابطه بین دلبستگی ایمن و تنظیم هیجان، همانطور که بیان گردید، کیفیت والدینی بالا، پایگاه امنی برای ارتباط با جهان جستجو کنند (ماتوس و همکاران، ۱۹۹۹). در کشف جهان پیرامون خود اعتماد کنند و راههای متفاوتی برای ارتباط با جهان جستجو کنند (ماتوس و همکاران، ۱۹۹۹). در خصوص سبک دلبستگی اضطرابی نیز مطالعات نشان داده که دلبستگی اضطرابی به واسطه سبک هویت اطلاعاتی و هنجاری اثر غیرمستقیم مثبتی بر تنظیم هیجان دارد در خصوص «سبک دلبستگی اجتنابی» به نظر می رسد این نوع دلبستگی به واسطه سبک هویت سردرگم می تواند اثر غیرمستقیم مثبت بر تنظیم هیجان داشته باشد.

در واقع سبک هویت سردرگم رابطه این دو متغیر را واسطه‌گری می کند. در خصوص نقش واسطه‌ای سبک هویت سردرگم در رابطه بین سبک دلبستگی اجتنابی و راهبردهای ناسازگارانه تنظیم شناختی هیجان، نتایج تحقیق ساموولیس و همکاران (۲۰۰۱) نشان داد، دلبستگی ناایمن به والدین و عدم اعتماد به آنها پیش بینی کننده هویت سردرگم می باشد. در واقع نوجوان هایی که از جانب والدین طرد می شوند و به لحاظ عاطفی با والدین فاصله دارند، دچار سردرگمی هویت می گردند.

نتایج این مطالعه از این جهت اهمیت دارد که تنظیم هیجان یکی از مهمترین سازه‌های روانشناسی تربیتی و عامل مهمی در تعیین سلامت عمومی، سازگاری اجتماعی، سلامت روانی و داشتن عملکرد موفق در روابط، تحصیل و شغل است (شوشتری و همکاران، ۱۴۰۱) چنانچه عوامل مؤثر بر تنظیم شناختی هیجان و پیشایندهای آن شناسایی شود، هم در برنامه ریزی جهت آموزش و ارتقاء سطح آگاهی جامعه و والدین و هم در محیطهای آموزشی با سرمایه گذاری در این زمینه، امکان پیشگیری از عواقب عدم تنظیم هیجان و به تبع پیشگیری از معضلات و آسیبهای روانی فراهم می آید و مسئولین امر تعلیم و تربیت می توانند هم در زمینه پیشگیری و هم مداخله اقدام نمایند.

محدودیت های روش شناختی که این مطالعه با آن مواجه بود؛ اینکه این مطالعه یا طرح مقطعی بود از این رو امکان توانایی استنباط رابطه علی میان متغیرها کاهش می یابد و امکان تعیین چه علت یا اثری را در مورد نتایج وجود نداشت. دوم، این مطالعه در چندین مدرسه انجام شد، بنابراین شرکت کنندگان ممکن است نماینده جمعیت کلی دانش آموزان نباشند و از آنجا که این مطالعه شامل بررسی پرسشنامه است، ممکن است پاسخ دهندگان اطلاعاتی را که ممکن است آنها را در شرایط نامطلوب قرار دهد، گزارش نکرده باشند. به دنبال محدودیتهای یادشده و یافتههای نهایی این مطالعه، پیشنهاد میشود در طرحهای پژوهشی آینده، پژوهشهای دیگری به منظور روشن شدن ارتباط بین این متغیرها در جوامع آماری دیگر انجام شود تا ارتباط متغیرهای مطالعه شده روشن تر شود.

ملاحظات اخلاقی

در فرایند انجام و اجرای پژوهش حاضر، اصول اخلاق حرفه ای مرتبط با پژوهش رعایت شده است.

تشکر و قدردانی

بدینوسیله از تمامی مدیران مدارس و دانش آموزان شرکت کننده که ما را در انجام این پژوهش یاری کردند، تشکر و قدردانی می‌کنیم.

منابع

- امانی، رزیتا و مجذوبی، محمدرضا. (۱۳۹۰). پیش بینی سبک های هویت بر اساس سبک های دلبستگی. دوفصلنامه علمی - پژوهشی دانشگاه شاهد سال سوم . شماره ۵ .
- آقاجانی، محمد حسن. (۱۳۸۷). هنجاریابی مقدماتی پرسشنامه سبک های هویت برای دانشجویان مقطع کارشناسی دانشگاه های دولتی شهر تهران. پایان نامه کارشناسی ارشد. دانشگاه تربیت معلم.
- اسدی مجره، سامره؛ کناری، الناز؛ اسدی مجره، رقیه و محمدی کیا، مریم. (۱۳۹۶). رابطه سبکهای هویت و بدتنظیمی هیجان در دانشجویان جدیدالورود. روانشناسی معاصر. (۱۲۰ ویژه نامه). صص ۱۵۲-۱۴۸.
- پورمحسنی کلوری، فرشته. (۱۳۹۳). سبکهای هویت، راهبردهای شناختی تنظیم هیجان و سلامت روانی دانشجویان: مدل معادلات ساختاری. مطالعات راهبردی ورزش و جوانان. دوره ۱۳. شماره ۲۵۵.
- داودی، فریبا؛ مهرابی زاده هنرمند، مهنازو هاشمی، سید اسماعیل. (۱۳۹۶). رابطه علی سبک های والدگری و سبک دلبستگی نایمن با آمادگی به اعتیاد، از طریق میانجی گری ویژگی های شخصیتی و سبک های هویت در دانشجویان . علوم اجتماعی اعتیاد پژوهی . شماره ۴۲ .
- رخشنده ابرقویی، مریم؛ رضایی، آذرمیدخت، خیر، محمد و کوروش نیا، مریم. (۱۴۰۰). مدل یابی تاب آوری تحصیلی بر اساس سبکهای دلبستگی، جو روانی - اجتماعی مدرسه با میانجیگری سبکهای هویت دانش آموزان متوسطه اول شهر مرودشت. فصلنامه علمی - پژوهشی روش ها و مدل های روانشناختی. دوره ۱۲. شماره ۴۶.
- رفیعی، محسن، عباسی، مژگان؛ راوند، معصومه و کشمیری، علی. (۱۴۰۰). نقش تبعیض جنسیتی ادراک شده و سبکهای هویتی در پیشبینی درماندگی آموخته شده در دختران با تجربه فرار از خانه. رویش روان شناسی، سال ۱۰. شماره ۱۱. شماره پیاپی ۶۸.
- سالاری، سوسن و فولادی، نجمه. (۱۳۹۳). سبک های هویتی (اطلاعاتی، اجتنابی - سردرگم، هنجاری و تعهد) با توجه به نقش ادراک دلبستگی در دانشجویان. اولین کنفرانس ملی توسعه پایدار در علوم تربیتی و روانشناسی، مطالعات اجتماعی و فرهنگی.
- سجادپور، سیدحامد. (۱۳۹۸). طراحی و اعتبار یابی مدل ساختاری رابطه سبک دلبستگی و انگاره پردازی خودکشی با نقش میانجی دشواری در تنظیم هیجان، سرکوب فکر، گسستگی و خلق افسرده، در دو نمونه از جوانان انگاره پرداز و اقدام کننده به خودکشی. پایان نامه دکتری تخصصی رشته روانشناسی بالینی. دانشکده علوم انسانی. گروه روانشناسی بالینی دانشگاه شاهد.
- شوشتری اکبر خباز، زهره و رمضانی، محمدرش. (۱۴۰۱). اثربخشی زوج درمانی هیجان مدار بر تنظیم هیجانی و سطح پلاسمایی هورمون اکسیتوسین خون زوجین. فصلنامه فرهنگ مشاوره و روان درمانی سال سیزدهم، شماره ۵۰، صص ۹۹ - ۱۲۷.
- گوهری داناپور، معصومه و نیری، وحیده. (۱۴۰۱). پیش بینی مسئولیت پذیری اجتماعی پرستاران بر اساس سبک های دلبستگی و سبک های هویت اضطراب کرونا. رویش روان شناسی، شماره ۳. شماره پیاپی ۷۲. خرداد ۱۴۰۱.

فارسی جانی، نیلوفر؛ بشارت، محمدعلی و مقدم زاده، علی. (۱۴۰۱). پیشبینی سازگاری اجتماعی براساس سبکهای دلبستگی و راهبردهای نظم‌دهی شناختی هیجان. ماهنامه علوم روانشناختی. دوره ۲۱، شماره ۱۰۹.

محمدی، حمیده و فولادچنگ، محبوبه. (۱۳۹۷). نقش واسطه‌ای سبک‌های پردازش هویت در رابطه بین سبکهای دلبستگی و راهبردهای تنظیم شناختی هیجان. مجله روانشناسی، ۸۷، سال ۲۲، شماره ۳، صص ۳۰۸-۳۲۵.

محمدی، حمیده. (۱۳۹۶). نقش سبکهای دلبستگی و ارزشهای فرهنگی در تنظیم شناختی هیجان با واسطه‌گری نیازهای اساسی روانشناختی و سبکهای پردازش هویت. پایان نامه دکترا. دانشگاه شیراز. رشته روانشناسی تربیتی

ناطقیان، شهرزادو شاه نظری، مهدی. (۱۴۰۰). پیش بینی عزت نفس دانشجویان بر اساس سبک‌های دلبستگی و سبک‌های هویت. نشریه علوم رفتاری (ابه‌ر). شماره ۴۷ صص ۱۱۵-۱۳۴

هاشمی، زهرا و جوادکار، بهرام. (۱۳۹۲). مدل یابی علی‌تاب‌آوری هیجانی نقش دلبستگی به والدین و همسالان راهبردهای مقابله‌ای و تنظیم شناختی هیجان‌ات مطالعات روانشناختی دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی دانشگاه الزهرا. دوره ۹ شماره ۱.

- Aldao, A., Nolen. Hoeksema, S., Schweizer, S. (2010). "Emotion regulation strategies across psychopathology: a meta-analytic review". *Clinical Psychology Review*. 30, 217–237.
- Armsden GC, Greenberg MT. The inventory of parent and peer attachment: Individual differences and their relationship to psychological well-being in adolescence. *J Youth Adolesc* 1987; 16: 427– 54. 42.
- Beaumont, S. L., Seaton, C. L. (2011). "Patterns of coping associated with identity processing styles". *Identity: An International Journal of Theory and Research*. 11 (4), 348-361.
- Berzonsky, M. D., & Ferrari, J. R. (1996). "Identity orientation and decisional strategies". *Personality and Individual Differences*. 20: 597–599.
- Berzonsky, M. D. (2008). Identity formation: The role of identity processing style and cognitive processes. *Personality and Individual Differences*. 44(3): 645-65
- Betegon, E., Rodríguez, M., Jairo, d., Valle, M., Jesús Irurtia, M. (2022). Emotion Regulation in Adolescents: Evidence of the Validity and Factor Structure of the Cognitive Emotion Regulation Questionnaire (CERQ). *Int. J. Environ. Res. Public Health* ., 19, 3602. <https://doi.org/10.3390/ijerph19.063602>:2-14.
- Bosch, L. A., Segrin, C, Curran, M. A. (2012). "Identity style during the transition to adulthood: the role of family communication patterns, perceived support, and affect. Identity". *An International Journal of Theory and Research*. 12: 275-295.
- Bowlby, J. (1988). *A secure base: Parent–child attachment and healthy human development*. New York: Basic Books.
- Chang, Y. C., and Tsai, Y. T. (2022). The effect of university students' emotional intelligence, learning motivation and self-efficacy on their academic achievement online english courses. *Front. Psychol*. 13:818929. doi: 10.3389/FPSYG.2022. 818929

- Diamond ,L.M., Hicks AM. (2005). Attachment style, current relationship security, and negative emotions: The mediating role of physiological regulation. *J Soc Pers Relat* 2005; 22(4): 499–518.
- Jankowski, j. (2013). Identity status and emotion regulation in adolescence and early adulthood. *Polish Psychological Bulletin*, 44(3), 288–298. [in Persian]
- Hajiyari, Farahnaz , Zare Bahramabadi, Mehdi(2022) Evaluating the Relationship between Maternal Attachment Styles and Children's Separation Anxiety Level: The Mediating Role of Mothers' Maternal Early Maladaptive Schemas. *IJHS :International Journal of Health Studies*. 2022;8(3):18-23.
- Hazan, C., & Shaver, P. (1987). Romantic love conceptualized as an attachment process. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52(3), 511–524. doi:10.1037/0022-3514.52.3.511
- Kim, H., Prouty, A. M., Smith, D. B., Ko, M. J., Wetchler, J. L., Oh, J. E. (2014). Differentiation of self and its relationship with family functioning in South Koreans. *The American J Fam Therap*, 42(3), 257-265.
- Lei, .X. (2022). The impact of emotion management ability on learning engagement of college students during COVID-19. *Front. Psychol*. 13:967666. doi: 10.3389/fpsyg.2022.967666.
- Mikulincer M, Shaver P, Pereg D. (2004). Attachment theory and affect regulation. *Motiv Emot*; 27: 77-102.
- Momeni ghehi.M., Yeganegi. K .(2017). The relation between attachment styles, marital satisfaction and self-regulation of emotion in married people.A case study: Kish Island. *The International Journal of Social Sciences and Humanities Invention* 4(6): 3546-3555, 2017. DOI: 10.18535/ijsshi/v4i6.05. [in Persian]
- Morris, A. S., Silk, J. S., Steinberg, L. (2007). The role of the family context in the development of emotion regulation. *Soc Dev*, 16, 361–388
- Reich, W. A., & Siegel, H. I. (2003). Attachment, ego-identity development and exploratory interest in university students. *Asian Journal of Social Psychology*, 5, 125–134.
- Seaton, C. L., & Beaumont, S. L. (2011). "The link between identity style and intimacy: does emotional intelligence provide the key?". *Identity: An International Journal of Theory and Research*. 11, 311-332.
- Shabanishad ,N., Hosseini Almadani, S.A., Motevalli, S.(2019).Developing a Model of Identity Styles and Emotional Intelligence with the Mediating Role of Self-Concept. *Iranian Journal of Learning and Memory* 2019, 2 (7), 51-60 [in Persian]
- Shaver, P. R., & Mikulincer, M. (2021). Attachment, Identity, and grief viewed from a personality-social perspective on adult attachment. In R. A. Thompson, J. A. Simpson, & L. J. Berlin (Eds.), *Attachment: The fundamental questions* (pp. 268–274). Guilford.
- Thompson F, Walden T.(2022). Dimensions of emotional intelligence: Attachment, effect regulation, alexithymia and empathy. *Disserta Abstr Internat*; 58 (4): 2109.

Yang, Q., Shi, M., Tang, D., Zhu, H., and Xiong, K. (2022). Multiple roles of grit in the relationship between interpersonal stress and psychological security of college freshmen. *Front. Psychol.* 13:824214. doi:10.3389/fpsyg.2022.824214

Zhang et al, J. Y., Ji, X. Z., Fan, Y. N., and Cui, Y. X. (2022). Emotion management for college students: effectiveness of a mindfulness-based emotion management intervention on emotional regulation and resilience of college students. *J. Nerv. Ment. Dis.* doi: 10.1097/NMD.0000000000001484 [Epub ahead of print].

ضمائم

جدول ۱- یافته های توصیفی مربوط به متغیرهای پژوهش

متغیر	ت	ح	حد	میان	انح	خ	ک	کش
بر	ع	دا	اک	گین	را	طا	ج	یدگ
ان	دا	قل	نر		ف	ی	ی	ی
	د				مع	مع		
					یار	یار		
					برآ	ورد		
تنظ	۵	۱۲	۵۹	۲/۹۵	۷۳	۱/۴۳	۸	۰/۱۷
یم	۰			۹	۹/	۰	۱۶	
هیج	۰						۰	
ان								
سر	۵	۴	۲۷	۱/۲۵	۱۹	۱/۲۳	۳	۰/۸۳
کوب	۰			۳	۵/	۰	۱۳	-
ی	۰						۰	
ارزیا	۵	۷	۴۲	۱/۷۱	۳۴	۱/۲۸	۱	۱/۴۸
بی	۰			۶	۶/	۰	۱۹	
مجد	۰						۱	
د								

۰/۶۵ -	۶ /۵ ۰ -	۴۶ ۰/	۱۳۲ ۱۰	۱۲۷ ۳۲	۵۲	۱۱	۵ ۰ ۰	سب ک اطل اعات ی
۱/۰۵ -	۳ /۲ ۰ -	۴۳ ۰/	۱۷۱ ۹	۱۰۱ ۲۹	۴۶	۱۱	۵ ۰ ۰	سب ک هنجا ری
۱/۲۳ -	۱ /۹ ۰	۴۸ ۰/	۱۷۷ ۱۰	۱۱۹ ۲۷	۵۰	۱۱	۵ ۰ ۰	سب ک سرد رگم
۰/۷۹ -	۳ /۱ ۰	۲۲ ۰/	۱۹۱ ۴	۱۸۸ ۱۳	۲۵	۵	۵ ۰ ۰	سب ک ایمن
۱/۲۴	۹ /۲ ۰	۲۲ ۰/	۱۹۸ ۴	۱۷۳ ۱۴	۳۶	۵	۵ ۰ ۰	سب ک اجت نابی
۰/۴۸ -	۱ /۲ ۰	۲۲ ۰/	۱۱۲ ۵	۱۸۵ ۱۴	۳۰	۵	۵ ۰ ۰	سب ک دو سو گرا

جدول ۲- شاخص های برآزش مدل پیش بینی تنظیم هیجان

شاخص های آماری

RMSEA[CI9 0%]	SR MR	G FI	C FI	N FI	$\frac{X^2}{df}$	D f	χ^2
-.۰۶۹(.۰۳۴)	.۰/۰.۳۶	۹۳	۹۳	۹۴	۴۷	۸	/۷۹
.۰/۰.۵۲(.۰/۰		.۰/	.۰/	.۰/	۲/		۱۹

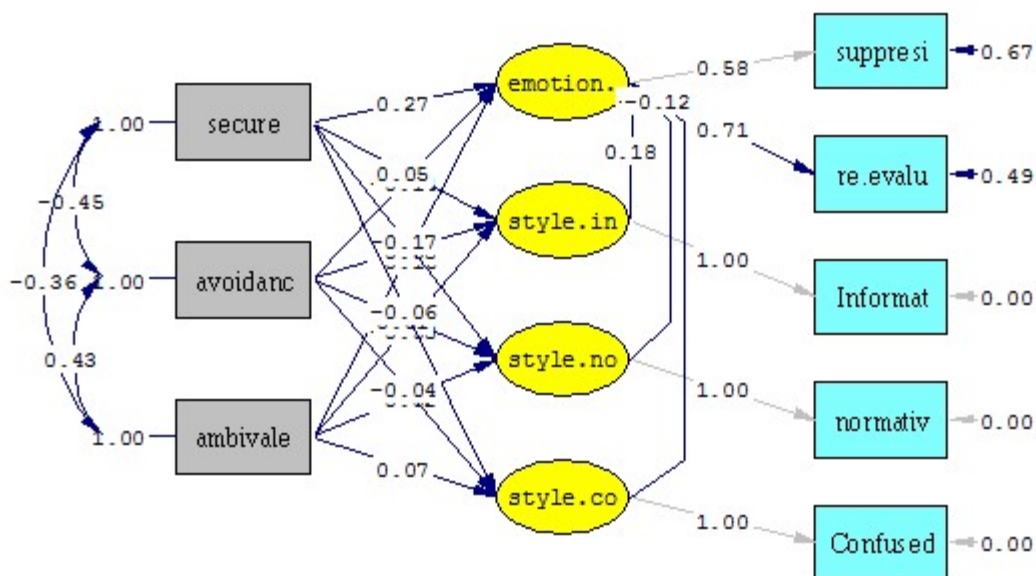
جدول ۳- برآوردهای اثرات مستقیم، غیر مستقیم و کل متغیرهای برونزا و میانجی بر تنظیم هیجان

اثرات کل		اثرات غیر مستقیم		اثرات مستقیم		متغیرها
T	β	T	β	T	β	
۴/۵۳**	۳	۱**	۰	۱۳**	۲	تنظیم هیجان ← سبک ایمن
	۰	۴/۰	۳	۴	۷	
	/		/		/	
	۰		۰		۰	
-۲/۳۴*	۱	۱۸۴	۰	۲۰*	۱	تنظیم هیجان ← سبک اجتنابی
	۵	-۰	۱	-۲	۴	
	/		/		/	
	۰		۰		۰	
	-		-		-	
۲/۸۵**	۱	۵۳	۰	۵۸**	۱	تنظیم هیجان ← سبک دوسوگرا
	۸	-۱	۲	-۲	۶	
	/		/		/	
	۰		۰		۰	
	-		-		-	
۳/۱۹**	۱	-	-	۱۹**	۱	تنظیم هیجان ← سبک اطلاعاتی
	۸			۳	۸	
	/				/	
	۰				۰	

۱/۸۵	۱ ۰ / ۰ -	-	-	۱/۸۵ -	۱ ۰ / ۰ -	تنظیم هیجان ← سبک هنجاری
-۲/۳۳*	۱ ۲ / ۰ -	-	-	۱/۳۳* -۲	۱ ۲ / ۰ -	تنظیم هیجان ← سبک سردرگم
۱/۰۵	۰ ۵ / ۰	-	-	۱/۰۵	۰ ۵ / ۰	سبک اطلاعاتی ← سبک ایمن
-۱/۶۰	۰ ۸ / ۰ -	-	-	۱/۶۰ -	۰ ۸ / ۰ -	سبک اطلاعاتی ← سبک اجتنابی
-۱/۶۵	۰ ۸ / ۰ -	-	-	۱/۶۵ -	۰ ۸ / ۰ -	سبک اطلاعاتی ← سبک دوسوگرا
۳/۳۱** -	۱ ۷ / ۰ -	-	-	۱/۳۱** -۳	۱ ۷ / ۰ -	سبک هنجاری ← سبک ایمن

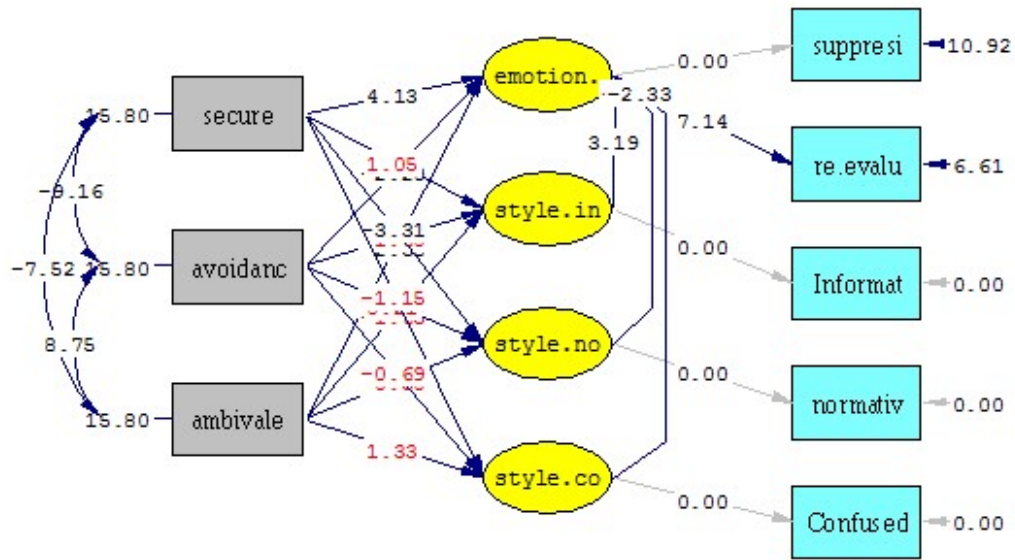
۰/۲۱	۰ ۱ / ۰	-	-	۰/۲۱	۰ ۱ / ۰	سبک هنجاری ← سبک اجتنابی
-۰/۵۰	۰ ۲ / ۰ -	-	-	۰/۵۰ -	۰ ۲ / ۰ -	سبک هنجاری ← سبک دوسوگرا
-۱/۱۵	۰ ۶ / ۰ -	-	-	۱/۱۵ -	۰ ۶ / ۰ -	سبک سردرگم ← سبک ایمن
-۰/۶۹	۰ ۴ / ۰ -	-	-	۰/۶۹ -	۰ ۴ / ۰ -	سبک سردرگم ← سبک اجتنابی
۱/۳۳	۰ ۷ / ۰	-	-	۱/۳۳	۰ ۷ / ۰	سبک سردرگم ← سبک دوسوگرا

) (**p<.۰۱)(p<.۰۵*)



Chi-Square=19.79, df=8, P-value=0.00000, RMSEA=0.052

شکل ۱- مدل استخراج شده از نرم افزار براساس ضرایب استاندارد



Chi-Square=19.79, df=8, P-value=0.00000, RMSEA=0.052

شکل ۲- مدل استخراج شده از نرم افزار براساس آماره تی