مجلۀ پژوهش در مسائل تعلیم و تربیت

شمارۀ پیاپی ۶۸، بهار و تابستان، سال۱۴۰۱

Journal of research on Issues of Education

Research Article

http://isoedmag.ir

مقاله علمی پژوهشی

عنوان: بررسی تأثیر سبک‌دلبستگی‌برتنظیم‌هیجان بامیانجی‌گری سبک‌هویت در نوجوانان

فرح دخت چینی[۱]،رامین تبرایی*[۲]،حسن میرزاحسینی[۳]

چکیده

پژوهش حاضر باهدف تأثیر سبک دلبستگی برتنظیم 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 شهرکاشان‌درسال تحصیلی۱۴۰۱-۱۴۰۰ بودند،که۵۰۰نفر به روش خوشه‌ای تصادفی انتخاب شدند. داده ها براساس سه پرسشنامه سیاهه تنظیم هیجانی Gross &Jan (۲۰۰۳)،مقیاس سبک هویت(G-I SI۶)وپرسشنامه سبک دلبستگی Col l i ns and Rei d (۱۹۹۰) ، جمع آوری شد. داده‌ها به روش مدل یابی معادلات ساختاری و بااستفاده از نرم افزار لیزرل ۸,۸ و۲۶ spss. تجزیه وتحلیل 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 پیش بینی کردند. از بین سه دلبستگی، سبک دلبستگی ایمن در سطح معنی‌داری۰/۰۱ ، با میانجی گری سبک های هویت تنظیم هیجان را پیش بینی کرد. سبک هویتی اطلاعاتی در سطح معنی‌داری ۰/۰۱ ، سبک هویتی سردرگم در سطح معنی‌داری ۰/۰۵ ، به صورت مستقیم تنظیم هیجان را پیش بینی کردند. از بین سه دلبستگی، فقط سبک دلبستگی ایمن در سطح معنی‌داری۰/۰۱ ، نقش معنی داری در پیش بینی سبک هویتی هنجاری داشت.با توجه به نتایج این مطالعه، تنظیم هیجان‌یکی از مهمترین سازه‌های روانشناسی تربیتی و عامل مهمی در تعیین سلامت روانی وداشتن‌عملکرد موفق درتحصیل است که عوامل مؤثر بر تنظیم هیجان و پیشایندهای آن شناسایی بایدشود. برنامه‌ریزی جهت‌آموزش وبرگزاری کارگاههای آموزشی دراین زمینه در مدارس برای دانش آموزان پیشنهاد می شود.

اطلاعات مربوط به مقاله

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

[۱]-دانشجوی دکتری روانشناسی، گروه روانشناسی تربیتی، دانشگاه آزاد اسلامی واحدقم، قم،ایران fchini45@gmail.com

[۲]- نویسنده مسئول: استادیار،گروه روانشناسی، دانشگاه ازاد اسلامی واحد قم، قم،ایرانRamintabaraei@gmail.com

[۳]-استادیارروان شناسی سلامت ،گروه روان شناسی ،دانشگاه ازاد اسلامی واحد قم، ایران Mirzahoseini.hasan@yahoo.com

[Downloaded from isoedmag.ir on 2026-11-18]

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 دوره‌ای بین کودکی و بزرگسالی است که بین سنین۱۰تا۱۹سالگی‌است(Chang, Tsai,۲۰۲۲)روانشناسان این دوره را به‌عنوان مرحله‌ای حساس در زمینه رشد شناختی و بلوغ‌اجتماعی در نظر می‌گیرند.تغییرات هیجانی در این دوره امکان آسیب‌پذیری نوجوانان را افزایش می‌دهند. چرا که این تغییرات موقعیتهایی را پیش‌روی نوجوانان قرار می‌دهد که می‌تواند منجر به‌تجارب منفی‌وبی‌ثباتی‌هیجانی‌شود(ماسترودوس،۲۰۱۹،به نقل ازفارسی جانی وهمکاران،۱۴۰۱). جوامع روانشناسی و آموزشی درک واضحی دارند که پرورش توانایی مدیریت هیجان دانش آموزان یکی از مسائل مهم مرتبط با سازگاری ،بقا و رشدآنان در جامعه‌است .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 ازنظراجتماعی قابل قبول است یا توسط فرد در مواجهه با طیفی از تحولات عاطفی قابل تحمل است(Lively Weed,2014,Polizzi & Lynn,2021,Bolton,۲۰۰۴ به نقل از،Lei،۲۰۲۲).

بنابراین وجود توانایی فرد در کنترل هیجاناتش‌یکی ازمهمترین‌قابلیت هاست که باید آموخته شود. توانایی مدیریت هیجانات یک جنبه ضروری از زندگی روزمره است و می تواند سلامت‌روانی نوجوانان را ارتقا دهد یا به آن آسیب برساند و نقش مهمی در فرآیندهای شناختی‌مختلف‌ایفاکند.بنابراین،ظرفیت‌تنظیم‌یاتعدیل‌حالات‌هیجانی 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 هیجانی‌موجود 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).

ازنظررشدهیجانی،«تنظیم هیجانات[1]» باعث می‌شود که فرد در مواقع حساس به خوبی بتواند هیجانات خود را کنترل کند وسازگاربا‌موقعیت، واکنش نشان دهد. «تنظیم هیجان »به‌عنوان فرایند آغاز، حفظ، تعدیل و یا تغییر در بروز، شدت یا استمرار احساس درونی و هیجان مرتبط با فرایند های اجتماعی ـ روانی، فیزیکی در به انجام رساندن اهداف فرد تعریف‌می‌شود.در واقع تنظیم هیجانی ، شامل فرایند های نظارت وتغییر تجربیات هیجانی شخص‌است(تامپسون،[2]۱۹۹۴).هیجانات می توانند،باعث واکنش مثبت یا منفی در

[1]. Emotional Regulation
[2]. Thompson

[Downloaded from isoedmag.ir on 2026-11-18]

افراد شوند .اگر متناسب با موقعیت وشرایط باشند باعث واکنش مثبت ودر غیر این صورت باعث واکنش منفی می شود .بنابر این زمانی که هیجانات شدید می شوندیا طولانی‌می 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،سیستم‌های‌پردازشی را تحت تأثیر قرار می‌دهند و فردرا با مشکلات جدی سلامت واختلال‌های‌روانشناختی‌مواجه‌می‌سازند.تنظیم‌هیجان‌برعواطف‌ورفتارنوجوانان‌تأثیرزیادی‌داردو درتحول‌مهارت‌های‌تنظیم‌هیجانی‌و«دلبستگی[1]»نقش‌مهمی‌دارد.سبک های دلبستگی نقش کلیدی در تنظیم‌هیجانات‌دارند(Wilkinsonet al,2006به‌نقل‌از Hajiyari etal ،۲۰۲۲).

تنظیم‌هیجان‌وسبکهای‌دلبستگی‌به‌عنوان‌متغیرهای‌روانشناسی‌مثبت‌گرا‌ارتباط‌بالایی‌باسلامت‌روانی‌افراددارند(فارسی جانی وهمکاران،۱۴۰۱). سبکهای‌دلبستگی‌پیش‌بینی‌کننده‌تنظیم‌هیجان می باشند.پژوهش‌های پیشین از رابطه بین سبکهای دلبستگی وتنظیم هیجان حمایت می کنند (کافتسیس‌وسیدریدیس[2] ۲۰۰۶ ؛ مک ویلیامز و بایلی ،کرایتون[3]، ۲۰۱۰ ؛گیلیم شاو، بک،شانبرگ و لاکن [4]۲۰۰۲ ؛ لاگاردیا و همکاران ،۲۰۰۰ ،پاسکازو سایر و موس[5]۲۰۱۳ ،پیرسون؛ کون رولس و اشمیکل،۲۰۱۲ ، سیگلمن ورایدر،۲۰۰۹،شیور ومیکالینسر،۲۰۰۷، نقل از محمدی،۱۳۹۷،بالبی ۱۹۷۳؛ کسیدی [6]۱۹۹۴، ؛ کیم،[7]؛ ۲۰۱۴،میکالینسر و شیور ۲۰۰۵؛ دی هوق[8] ،۲۰۱۷ ،واترز[9] وهمکاران،۲۰۱۰،به نقل از محمدی،۱۳۹۶)

دلبستگی توسط هالیس و میلر(۲۰۰۵)به‌عنوان‌ارتباط‌عاطفی‌عمیق‌وارتباط‌اثربخش‌تعریف‌شده‌است(Momeni etal,2022).دلبستگی برای رشد روانی و عادی، تحول شخصیت بهنجار و روابط هیجانی سالم ضروری است واساس سلامت هیجانی،روابط اجتماعی و نگرش بهنجار فرد به دنیا تلقی می‌شود. دلبستگی پیوند عاطفی پایداری است‌که ویژگی آن جوارجویی[10]با شخصی خاص در زمانی ویژه‌است(بالبی،۱۹۶۹). این چارچوب، تعاملات مکرر با مراقبین اولیه‌به 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 ازتأثیرگذارترین چارچوب ها درعلوم اجتماعی ورفتاری تبدیل شده است.این نظریه که توسط بالبی برای توضیح پیوند عاطفی کودک بامراقبین ایجاد شد، به سرعت دامنه خودراگسترش داد(Thompson et al,2022). هازن وشیور(۱۹۸۷) با بازنگری مطالعات دلبستگی کودک‌به منظورتعریف‌فرایند‌دلبستگی بزرگسالان، سه سبک‌دلبستگی «ایمن»،«اجتنابی» و« دوسوگرا» را مشخص کردند. افراد دلبسته ایمن الگوی مثبتی از خود و دیگران دارند و برای بازنمایی های منفی از خود و دیگران ارزش قائل هستند (Vismaraet al,2022).

[1] .Atachment
[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

[Downloaded from isoedmag.ir on 2026-11-18]

افراد با سبک دلبستگی ایمن نسبت به افراد ناایمن هیجان هایشان را بهتر تنظیم می کنند و از راهبردهای مقابله ای سازنده تری استفاده می‌کنند (میکولینسر و شیور ،2004؛ لینلی و ژوزف[1]، ۲۰۰۴، کسیدی وبرلین،۱۹۹۴به نقل از داودی وهمکاران،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 می شود که تاییدی بر این دیدگاه است که بین تنظیم هیجان و دلبستگی ایمن رابطه وجود دارد(واترز و همکاران ،۲۰۱۰؛ تامپسون ،۲۰۰۸؛ سیمپسون[2]وهمکاران،۲۰۰۷؛موریس‌وهمکاران[3]،۲۰۰۷؛ بار–اون و پارکر،۲۰۰۰به نقل از محمدی وهمکاران،۱۳۹۷). کاسیدی(۱۹۹۵)[4] در یک پژوهش مروری خود با عنوان تأثیر روابط دلبستگی برتنظیم هیجان نشان دادکه افرادی که ویژگیهایی مانند توانایی انعطاف پذیر برای پذیرش و یکپارچه کردن هیجانهای مثبت و منفی را دارند به طور کلی دلبسته ایمن هستند و افرادی که به وسیله تأثیرات منفی زیاد یا کم مشخص می‌شوند به احتمال بسیار دلبسته ناایمن هستند.

افرادباسبک اجتنابی در مورد صمیمیتو تعهد نگرانند. آنها تمایلی به مشارکت در روابط نزدیک‌ندارند و ترجیح می‌دهند به دیگران وابسته نشوند و نیاز به‌دلبستگی را تحت فشار استقلال وکنترل انکار می‌کنند (Morris et al,2007). اشخاص دارای سبکهای دلبستگی اجتنابی و دوسوگرا ازآن‌دسته‌راهبردهای 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). پژوهش‌هانشان‌داده‌اندکه‌احساسات‌ناامنی‌درروابط‌دلبستگی،نقص‌ونارسایی‌درشناسایی‌وابرازهیجان‌هاراپیش‌بینی‌می‌کند(سجادپور،۱۳۹۸،شوش تری وهمکاران،۱۴۰۱).

به‌طور خاص، سبک‌های دلبستگی ناایمن، مشکلات سلامت روان را به طور مستقیم و غیرمستقیم از طریق علائم اضطراب پیش‌بینی می‌کنند. این یافته ها اهمیت دلبستگی در فرآیندهای تجربه های سازگاری افراد رادرمواجهه با موقعیت های استرس زارا تقویت می کند(Vismaraet 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 می باشد و ممکن است این ارتباط تحت تأثیر متغیرهای دیگر قرار گیرد. یکی ازمتغیرهای مهمی که به نظرمی رسد می تواند این ارتباط را تحت تأثیر قرار دهد «سبک هویت[5]» است.

«هویت» عبارت است ازافتراق‌و تمیزی که فرد بین خود و دیگران می گذارد.احساس خود،اساس‌شخصیت بزرگسالی ماراتشکیل می دهد؛اگرپایه واساس ثابت وقوی باشد،یک هویت فردی محکمی به دست می آید. اگر چنین نباشد، نتیجه آن چیزی است که اریکسون آن را گمگشتگی هویت می نامد (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 می شود. پژوهش ها نشان می دهد که هیجان نقش بسیار مهمی در شکل گیری و تداوم هویت دارد و به رفتارفرد سازمان می دهد.

[1] . Lineley& Joseph
[2] -Simpson
[3] .Morris et al
[4] . Cassidy
[5] . Identity styles

[Downloaded from isoedmag.ir on 2026-11-18]

پردازش هیجانی نیز در اسنادها و ارزیابی های شناختی- اجتماعی نقش بسزایی دارد وهمسو با شکل گیری هویت صورت می پذیرد (استرایر۲۰۰۲ ،؛ ولیوراس و بوسما[1] (۲۰۰۵). برزونسکی و فراری (۱۹۹۶)معتقدند افراد بر اساس فرایندهای شناختی و اجتماعی، چهار سبک هویتی متفاوت یعنی «سبک هویت اطلاعاتی[2]»، »سبک هنجاری[3]»و«سبک سردرگم/ اجتنابی [4]»،را شکل می‌دهند.

برزونسکی (۱۹۸۹) در زمینه ارتباط بین «سبکهای هویت» و «هیجان»، تبیینی نظری را ارائه نموده است. به عقیده وی‌افراد دارای «سبک اطلاعاتی»، اطلاعات جدید را جذب می نمایند و هویت‌خودرابراساس‌اطلاعات جدید،تغییر می‌دهند. بدین‌ترتیب، ادراک درستی از واقعیت خواهند داشت و سازگاری آنان افزایش می‌یابد. افراددارای‌جهت‌گیری‌اطلاعاتی،باوارسی‌واقعیت‌به‌تأثیرهیجان‌بررفتارخودودیگران‌پی‌می‌برند.افراددارای«سبک هنجاری»،بدون‌وارسی‌گزینه‌های‌موجودنسبت‌به‌هدف‌متعهدمی‌گردندوبنابراین‌به‌طورعمده‌ازجذب‌استفاده‌می‌کنند.این‌افرادازهیجانهای‌خودجه ت‌شکل‌دهی‌به‌هویت‌استفاده‌نمی‌کنندودرمقابل‌به‌تنظیم‌یاکنترل‌دفاعی‌هیجانهای‌خودمی‌پردازند.افراد اجتنابی-سردرگم نیز فاقد هویتی منسجم و پایدار می باشند و در پاسخ به نیازهای محیطی،بدون درنظر گرفتن پیامدهای رفتار به طور عمده از فرآیند انطباق استفاده می کنند. به بیان دیگر، این افرادقادر نیستند هیجانهای خود را به طور موثر مدیریت نمایند یا از تأثیر رفتار خود بر پاسخهای عاطفی‌دیگران‌آگاه‌نیستند(سیتون‌وبیمانت،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 (آلدائو و همکاران،۲۰۱۰).بنابراین، عدم شکل گیری هویت پایدار (برزونسکی ، ۲۰۰۸)از یک سو و عدم تنظیم هیجان ،ازسوی‌دیگر،دربروزآسیب های روانی‌نقش‌بسزایی‌دارند. 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 می‌گیرندو هیجانات مثبت بیشتری‌راتجربه‌خواهند کرد و بهتر هیجانات خویش را تنظیم می‌کنند(بیمانت و سیتن ،۲۰۱۱؛ کسیدی،۲۰۰۴ ؛ بوش و همکاران[5]،۲۰۱۲ ؛برزونسکی، ۲۰۰۸).

در مقابل، افراد باسبک سردرگم- اجتنابی در رویارویی با تنیدگی، بیشتر از راهبردهای هیجانی ناسازگارانه استفاده می کنند. افراد با سبک هویت هنجاری در ارتباط با دیگران همنوایی بیشتری نشان می‌دهند و در شرایط مهم تصمیم‌گیری از رهنمودهای دیگران استفاده می‌کنند(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 بدتنظیمی‌هیجان‌وهمبستگی‌مثبت‌سبک‌هویت‌سردرگم‌بابدتنظیمی‌رانشان‌داد.بنابراین‌می‌توان‌گفت،نوجوانان‌با

[1]. Strayer, Vleioras & Bosma
[2] . informational style
[3] . normative style
[4] . diffuse/avoidant style
[5] . Bosch etal

[Downloaded from isoedmag.ir on 2026-11-18]

سبکهای‌هویت‌تعهد،هنجاری‌واطلاعاتی‌ازسلامت‌روانشناختی‌بیشتری‌برخوردارند و از نظر تحصیلی هم عملکردخوبی‌دارند(Shabanishad et al,2019؛سجادپور،۱۳۹۸؛اسدی‌مجره‌وهمکاران،۱۳۹۶؛پورمحسنی،۱۳۹۳).

هر چند به‌نظر 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 می کنند، 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 می رسد یکی از عوامل مهم اثرگذاردر کسب هویت، سبک دلبستگی فردباشد. یکی از حوزه هایی که می توان تأثیر سبک های دلبستگی را دید، سبک های هویتی‌است .دلبستگی و هویت اثرات مهمی در زمینه آسیب شناسی روانی داشته اند (رخشنده ابرقویی وهمکاران،۱۴۰۰). گلاسر(۲۰۰۸) معتقد است افرادی که دارای‌هویت اشتباه هستند وضعیتهایی مانند ضعف، عدم مسئولیت وعدم اعتماد به نفس رانشان‌می‌دهند(گوهری داناپور ونیری،۱۴۰۱)رشد نامناسب هویت موجب عدم توانایی در تصمیم گیری های مهم ، مشکلات رفتاری، شکستهای پیاپی تحصیلی و همچنین عدم توانایی در برقراری ارتباط صحیح با دیگران می شود. اریکسون (۱۹۶۵)[1]معتقد بود افرادی که به هویتی قوی دست می یابند، برای رویارویی با مسایل‌بزرگسالی آماده می شوندو افرادی که نمی‌توانند به چنین هویتی دست یابند، بحران هویت را تجربه می کنند. چنین افردی نمیدانند به کجا تعلق دارند یا و میخواهند به کجا بروند در نتیجه ممکن است ازمسیربهنجارزندگی تحصیل، شغل و ازدواج کناره گیری کنند (اسزابو و وارد[2] ، ۲۰۲۰به نقل‌ازرفیعی‌وهمکاران،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 ناایمن به احتمال کمتری سبک اسنادی افسرده ساز دارند و به احتمال بیشترهویت موفق دارند.

فرض بر این است که سبک های دلبستگی ناکارآمد باعث بوجود آمدن سبک های هویت ناکارآمد در افراد می شود (بدر،آستلی[3]،۲۰۱۱به نقل ازناطقیان وهمکاران،۱۴۰۰). ازنظرآرمسدن و گرینبرگ[4] (۱۹۸۷) کیفیت دلبستگی به والدین با سلامت روانی نوجوان و شکل گیری هویت، کنار آمدن با بحرانهای مختلف و رضایت از زندگی ارتباط معنادار دارد(جدبابایی،۱۴۰۱).در تحقیقات متعددرابطه میان دو سازه هویت ودلبستگی مورد مطالعه قرارگرفته اندکه نتایج ،آنها نشان می دهد؛ میان دلبستگی ایمن و سبک های هویت ، رابطه مثبت و

[1] . Ericsson
[2] . Szabó & Ward
[3]. Badar & Acitell
[4] . Armsden & Greenberg

[Downloaded from isoedmag.ir on 2026-11-18]

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

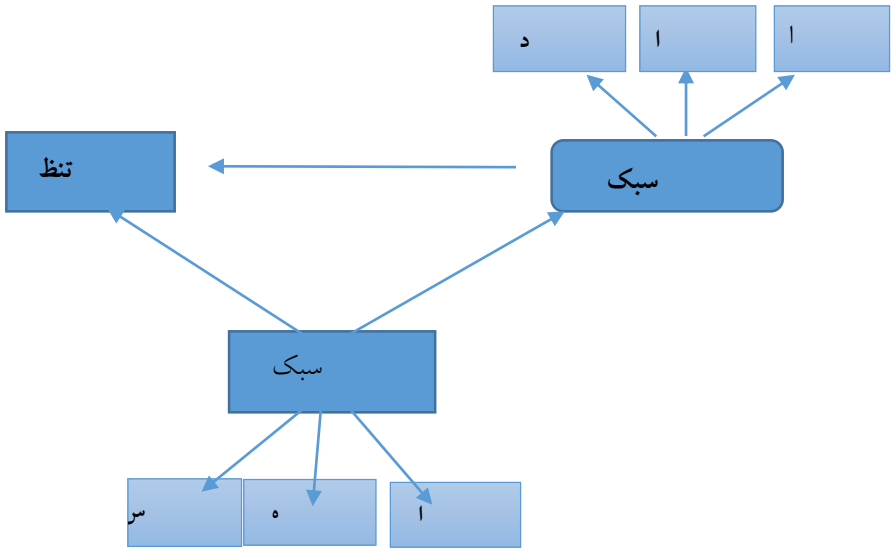
بین سبک هویت اطلاعاتی با سبک دلبستگی ایمن رابطه مثبت،باسبک دلبستگی اجتنابی و دوسوگرا رابطه منفی ، بین سبک هویت هنجاری،سردرگم و تعهد با سبک دلبستگی ایمن، بین سبک دلبستگی اجتنابی و دوسوگرا رابطه مستقیم مثبت و معناداری است(برزونسکی،۲۰۰۸؛ جدبابایی،۱۴۰۱،رخشنده ابرقویی وهمکاران،۱۴۰۰؛محمدی وهمکاران،۱۳۹۷؛ سالاری وفولادی،۱۳۹۳،امانی ومجذوبی،۱۳۹۰).همچنین رابطه ای معنی دار میان جنس و سبک هویت وجوددارد؛ اما رابطه‌ای معنی‌دار میان جنس و سبک دلبستگی وجود ندارد(امانی ومجذوبی،۱۳۹۰). در طول سالیان گذشته همواره محققان به دنبال بررسی متغیرهای واسطه ای بین‌دلبستگی‌و تنظیم هیجان بوده اند(Yang etal,2022).

در باره نقش واسطه ای سبک های هویت در رابطه بین سبکهای دلبستگی و تنظیم هیجان مطالعات نشان دادکه 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 وفولادچنگ،۱۳۹۷؛ باقری وهمکاران،۱۳۸۸).

پژوهشهای‌معدودی درباره نقش‌واسطه ای‌سبک هویت‌دررابطه بین‌تنظیم هیجان‌وسبک‌دلبستگی‌انجام شده‌ویا به طور جداگانه به رابطه سبکهای دلبستگی با هویت ویا تنظیم هیجان پرداخته اند اما چگونگی‌تأثیرسبک‌های دلبستگی برتنظیم 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 داردوازطرف دیگربسیاری از توانایی های شناختی که در کنترل هیجانات نقش دارند در این دوره به رشد کامل میرسند(Zhang et al,2022).این پژوهش‌به دنبال بررسی‌فرآیندتأثیرسبک‌دلبستگی‌برتنظیم هیجان با میانجی گری سبک هویت است. این مسئله که آیا سبکهای دلبستگی از طریق تأثیرگذاری برنحوه پردازش هویت‌بر تنظیم هیجان تأثیرمی‌گذارد،نیازمندبررسی است.طرح واسطه گری سبک های هویت‌در رابطه‌بین‌سبکهای‌دلبستگی‌وتنظیم‌هیجان در این پژوهش باتوجه به مضامین دو نظریه بالبی و برزونسکی انجام شده است.از طرف دیگر مدارس به‌عنوان تنها نهاد رسمی آموزش‌نوجوانان در کشور رسالت مهمی جهت پیشگیری از آسیب های روانی دانش آموزان 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، وسلامت 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 آموزش‌وپرورش به‌عنوان تنها متولی تربیت دانش آموزان‌در کشور بگشاید. در این پژوهش متغیر سبک دلبستگی به‌عنوان متغیر برونزا یا جریاندهنده و تنظیم هیجان به‌عنوان متغیر درونزا یا جریان گیرنده و متغیر سبک هویت به‌عنوان متغیر میانجی آزمون شده‌اند. بنابراین، هدف این پژوهش

[Downloaded from isoedmag.ir on 2026-11-18]

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



مدل نظری پژوهش

باتوجه به‌چارچوب مفهومی‌نظریهٔ دلبستگی‌و بازبینی پیشینه تحقیقاتی، فرضیه‌های پژوهش به شرح زیر است:

-سبک های دلبستگی با تنظیم هیجان رابطه مستقیم دارند

- سبک های دلبستگی با سبک هویت رابطه مستقیم دارند

سبک های هویت با تنظیم هیجان رابطه مستقیم دارند

-سبک های دلبستگی بامیانجی گری سبک های هویت با تنظیم هیجان رابطه دارند

روش پژوهش

با توجه به دسته بندی پژوهش ها برحسب هدف و نحوهٔ گردآوری داده ها (سرمد و همکاران، ۱۳۸۷)،روش پژوهش حاضر برحسب هدف از نوع پژوهش‌های بنیادی – کاربردی است زیرا نه با هدف صرف کاربرد مستقیم یافته ها ، بلکه با هدف افزودن به دانش موجود در زمینه‌هویت وتنظیم هیجان وسبک دلبستگی به عنوان سه متغیر روانشناختی/اجتماعی مهم انجام شد و با توجه به نحوه گردآوری داده ها 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 دانش آموزان مقطع دوم متوسطه شهرکاشان که در سال تحصیلی۱۴۰۱-۱۴۰۰مشغول به تحصیل بودند، که بر اساس گزارش مدیریت آموزش وپرورش کاشان حدود ۸۱۰۰نفر بودند.(۱۹۲۲)

[Downloaded from isoedmag.ir on 2026-11-18]

Comeryبه نقل از Myers, Gamest & Garino,2006 ، ترجمه (Pasha Sharifi et al (2012 ازکفایت نمونه گیری برای انجام تحلیلی عاملی یک ارزیابی کلی داشته و حجم نمونه ۵۰ نفر را بسیار کم، ۱۰۰نفر را کم، ۲۰۰ نفر را مناسب، ۳۰۰ نفر را خوب، ۵۰۰ نفر را خیلی خوب , ۱۰۰۰نفر 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 داده‌ها 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 به‌صورت تصادفی از شمال :۳مدرسه مرکز: ۴مدرسه ، ازشرق وغرب ۸مدرسه به‌عنوان نمونه این پژوهش انتخاب شدند.

از پرسشنامه های تنظیم هیجان گراس وجان،سبک دلبستگی کولینز ورید وسبک هویت برزونسکی جهت جمع آوری داده‌ها استفاده شد.

سیاهه تنظیم هیجانی گراس وجان(۲۰۰۳)

دراین‌پژوهش‌به‌منظوراندازه‌گیری‌استراتژی‌های‌تنظیم‌هیجان‌سرکوبی‌وارزیابی‌مجددشناختی،ازپرسشنامه‌سیاهه‌ی تنظیم‌هیجانی گراس و جان (۲۰۰۳)استفاده شد .در پژوهش‌گراس‌و جان همبستگی درونی برای ارزیابی مجدد ۷۹ ٪و سرکوبی۷۳ ٪به دست آمده است. کاریمن و وینگرهوتس همبستگی درونی‌را 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 وهمکاران(۱۳۹۲)مقدار آلفای کرونباخ برای ارزیابی مجدد ۸۳٪و سرکوبی ۷۹ ٪به دست آمده است.درپژوهش حاضر ضریب آلفای کرونباخ۰/۷۸بدست آمد.

مقیاس سبک هویت(ISI-6G)

پرسشنامه سبکهای 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 ها ی هویت را برزونسکی (۱۹۸۹) برای ارزیابی سبکها ی هویت اطلاعاتی، هنجاری، سردرگم- اجتنابی تدوین کرد. در این ابزار، تعهد هویت نیز جداگانه اندازه گیری می‌شود . این پرسشنامه، شامل۴۰ پرسش با پاسخهایی در طیف لیکرت ۵ درجه ای است که به صورت گزینه های کاملاً مخالف، تا حدودی مخالف، نظری ندارم، تاحدودی موافق و کاملاً موافق رتبه‌بندی شده است و به‌ترتیب ، نمره‌های یک، دو، سه،چهار،پنج‌به‌هرکدام‌اختصاص‌می‌یابد.۱۱پرسش‌این‌پرسشنامه‌مربوط‌به‌سبک‌اطلاعاتی(پرسشهای۳۷،۳۵،۳۳،۳۰،۲۶،۲۵،۱۸،۱۶،۶،۵،۲)،۹پ رسش‌مربوط‌به‌سبک‌هنجاری(پرسشهای،۴و۱۰و۱۹و۲۱و۲۳و۲۸و۳۲و۳۴و۴۰)؛

۱۰پرسش‌مربوط‌به‌سبک‌سردرگم/اجتنابی(پرسشهای۳و۸و۱۳و۱۷و۲۴و۲۷و۲۹و۳۱و۳۶و۳۸)و۱۰پرسش‌به‌میزان‌تعهد(۱و۷و۹و۱۱و۱۲و۱۴و۱۵ و۲۰و۲۲و۳۹)راراندازه گیری می کند.پرسش های ۹و۱۱و۱۴و۲۰به صورت معکوس نمره گذاری می شود.

[Downloaded from isoedmag.ir on 2026-11-18]

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 فکرکردن دربارهٔ انتخاب ها یم می‌کنم ». سبک هنجاری: »وقتی مشکلی دارم، بهترین کارآن است که نصایح دوستان و خانواده را برای حل‌آن مشکل بپذیرم»، سبک سردرگم - اجتنابی: «اگر دربارهٔ 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 ازغضنفری،۱۳۸۲)،۰/۶۲؛۰/۶۶و۰/۷۳ودرمطالعه وایت وهمکاران(۱۹۹۸،به نقل از غضنفری،۱۳۸۲)۰/۵۹، ۰/۶۴؛۰/۷۷گزارش شده است. پژوهشها(غضنفری،۱۳۸۲،آقاجانی و همکاران،۱۳۸۳)،اعتبار(با روش ضریب‌آلفای کرونباخ و بازآزمایی) و روایی)با روش تحلیل عاملی اکتشافی و تعیین همبستگی مقیاس با سایر مقیاس های 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 ۰/۷۲؛۰/۷۳؛۰/۸۲ محاسبه شدکه نشان دهنده پایایی معنادار این پرسشنامه است.

پرسشنامه سبک دلبستگی کولینر و رید(۱۹۹۰) :

این پرسشنامه شامل خود و ارزیابی از مهارتهای ایجاد بط و خود و توصیفی شیوه شکلدهی به دلبستگی های نردیک 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 اصولی دلبستگی وجود داشت، مواد پرسشنامه خود را تدارک دیده‌اند.

زیر مقیاس اضطراب[1] با دلبستگی ناایمن دوسوگرا مطابقت دارد و زیر مقیاس نزدیک بودن[2] یک بعد دو قطبی است که اساساً توصیف های 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[3] را میتوان تقریبا 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)

[Downloaded from isoedmag.ir on 2026-11-18]

کولینر و رید(۱۹۹۰)نشـان دادند که زیر مقیاسـهای نزدیک بودن ، وابسـتگی و اضـطراب در فاصـله زمانی ۲ ماه و حتی ۸ ماه پایدار ماندند. با توجه به اینکه مقادیر آلفای کرونباخ در تمامی موارد مسـاوی یا بیش از ۰/۸۰ اسـت، میزان قابلیت اعتماد به دسـت آمده بالا اسـت. 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 دوبار اجرای 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 اسـت و این آزمون در سـطح ۹۵٪ قابل اعتماد اسـت، اما با توجه به همبسـتگی بین نتایج دو اجرا، زیر مقیاس A قابل اعتمادترین(r=۰/۷۵) اسـت و در درجه بعدی زیرمقیاس C قابل اعتماد اسـت(r=۰/۷۵) وD کمترین میزان پایایی را در بین این سـه زیر مقیاس دارا بوده است(r=۰/۴۷). از سوی دیگر با محاسبه آلفای کرونباخ مشخص گردید که زیر مقیاس اضـطراب(A) بیشترین پایایی(۰/۷۴) و وابستگی(D)کمترین پایایی(۰/۲۸) را دارد و پایایی زیرمقیاس نزدیک بودن در حدمتوسط(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 کرونباخ 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

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

جدول ۱- یافته های توصـیفی مربوط به متغیرهای پژوهش را نشـان می دهد. براسـاس آماره های کجی وکشـیدگی توزیع این متغیرها نرمال می باشد(ضمائم)

درجدول ۲،شـاخص‌های گزارش‌شـده در تحلیل معادلات سـاختاری ، نشان دهندهٔ 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 شـده برای تبیین تنظیم هیجان دانش آموزان شـهر کاشـان براساس سبک‌های دلبستگی با میانجی گری سبک های هویت یک مدل مطلوب است. میزان واریانس تبیین شده تنظیم هیجان به وسیلهٔ ترکیب خطی متغیرهای برونزا و میانجی به ترتیب با ۰/۳۰می باشد که نشـان می‌دهد ترکیب خطی سـبک‌های دلبستگی و سبک های هویت به ترتیب ۳۰ درصد از تغییرات تنظیم هیجان تبیین می کنند. ترکیب خطی سـبک‌های دلبسـتگی به ترتیب ۲/۹، ۲/۷، ۳/۱ درصد از تغییرات سبک های هویت اطلاعاتی، هنجاری و سردرگم را تبیین کردند(ضمائم).

براسـاس نتایج جدول ۳- سـبک دلبستگی ایمن با (β =۰/۲۷ ،p< ۰/۰۱)، سبک دلبستگی اجتنابی با (β = -۰/۱۴ ،p< ۰/۰۵)، سبک دلبسـتگی دوسـوگرا با (β = -۰/۱۶ ،p< ۰/۰۱) به صـورت مسـتقیم تنظیم هیجان را پیش بینی می کردند. از بین سه دلبستگی، سبک دلبستگی ایمن با (β =۰/۰۳ ،p< ۰/۰۱) با میانجی گری سبک های هویت تنظیم هیجان را پیش بینی می کرد. سبک هویتی اطلاعاتی

[Downloaded from isoedmag.ir on 2026-11-18]

با (p< ۰/۰۱، β =۰/۱۸)، سبک هویتی سردرگم با (p< ۰/۰۵، β = −۰/۱۲) به صورت مستقیم تنظیم هیجان را پیش بینی می کردند. از بین سه دلبستگی، فقط سبک دلبستگی ایمن با (p< ۰/۰۱، β = −۰/۱۷) نقش معنی داری در پیش بینی سبک هویتی هنجاری داشت(ضمائم).

نتیجه‌گیری

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 گزارش‌شده در تحلیل معادلات ساختاری نشان دهندهٔ 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 واینکه سبک دلبستگی ایمن به صورت مثبت، سبک دلبستگی اجتنابی و دوسوگرا به صورت منفی با تنظیم هیجان رابطه معنی داری داشتند.درارتباطباهمسویی نتایج این پژوهش باسایرتحقیقات انجام شده می توان به تحقیقات زیردراین رابطه استنادکرد.

مطالعات رفیعی وهمکاران(۱۴۰۱)،سجادپور(۱۳۹۸)، فارسی جانی وهمکاران(۱۴۰۱)،هاشمی وجوکار(۱۳۹۲)، ؛ فریلی و شاور[1](۱۹۹۷)؛ میکولینسروهمکاران[2] (۲۰۰۴)؛ تامپسون و والدن،۲۰۰۱؛دیاموند و هیکس،۲۰۰۵؛کیم،۲۰۰۵؛ شاور و میکولینسر (۲۰۲۱)؛ Zhang et al 2022,و آیزنبرگ[3](۲۰۱۸) که بانتایج پژوهش همسواست.

جهت تبیین این یافته می توان گفت بر اساس نظریه دلبستگی، رابطه والد و فرزند بر توسعه راهبردهای تنظیم هیجان تأثیر می‌گذارد که برای سازگاری در بزرگسالی حائز اهمیت است(بالبی، ۱۹۸۲؛ دی کلین و گرینبرگ[4]،۲۰۰۸،به نقل از سجادپور،۱۳۹۸). بنابه نظر گیلیوم [5]و همکاران (۲۰۰۲) دلبستگی کودکان به والدین پیش‌بینی‌کننده تنظیم هیجان است .

ظرفیت تنظیم هیجان بسته به سبک دلبستگی افراد باهم متفاوت است.به‌گونه‌ای که سبک دلبستگی ایمن به تنظیم هیجانی کمک می‌کند. 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 هیجانات و بیان آنها آرام تر و راحت تر عمل کنند (کاسیدی، ۱۹۹۴؛ میکولینسر و شاور، ۲۰۱۷) وبرعکس دلبستگی ناایمن منجر به بروز ناتوانی در تنظیم هیجان می‌گردد (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 هیجانات خود بپردازند.افرادبادلبستگی 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

[Downloaded from isoedmag.ir on 2026-11-18]

هیجانی، میل به رهایی و دور شـدن از موقعیتهای هیجانی دارند (براناداو و همکاران، ۲۰۲۰به نقل ازشوشتری وهمکاران،۱۴۰۱)وبرای مقابله با موقعیتهای مرتبط با اسـترس، به احتمال بیشـتر از اسـتراتژی‌های غیرفعال‌کننده استفاده می‌کنند که شامل انکار احساسات و اطلاعات مربوط به هیجانات و نیز سرکوب ابراز هیجانی است(شاور و میکولینسر، ۲۰۲۱،برینینگ و همکاران، ۲۰۱۳) . بنابراین، ممکن اسـت افراد با سـطوح بالایی دلبسـتگی اجتنابی، از هیجانات شـان آگاه باشند، اما در تلاش برای کاهش اتکاء به شکل دلبستگی، آن را نادیده بگیرند.

افرادبادلبسـتگی اضـطرابی به هنگام تهدید شـدن به طرد اجتماعی یا از دسـت دادن روابط، بسـیار هیجانی میشوند که منجر به بروز آشفتگی درآنان می شود(براناووهمکاران،۲۰۲۰به‌نقل‌ازشوشتری‌وهمکاران،۱۴۰۱). افراد با سطوح بالایی دلبستگی اضطرابی در پاسخ به حوادث اسـترس‌زا،الگوهای‌بدتنظیمی‌هیجان نظیربیش فعالی رانشـان می دهندافرادی که سطح بالای دلبستگی اضطرابی و اجتنابی را تجربه میکنند اعتقاد دارند، پس از پریشـــانی، به میزان کمتری قادرند کارهایی انجام دهندتا به تنظیم هیجانات خود بپردازند(فارســـی جانی وهمکاران،۱۴۰۱،هاشمی وجوکار،۱۳۹۲).

راهبردهای تنظیم هیجان ناکارآمد (مانند سـرکوب هیجان، دوری گزینی)ممکن اسـت درنتیجه در دسـترس نبودن شکل دلبستگی در مواقع پریشانی، رشد یابد. اگر مراقب دلبستگی به‌طور مداوم در دسترس نباشد، فرد سرمایه گذاری هیجانی اش را در این رابطه کاهش می‌دهد و به همین منوال، هر نوع رفتار، نگرش یا پاسـخ هیجانی که تصـور می‌شـود تسـهیل کننده رابطه است، تغییر یافته و کاهش می‌یابد. از آنجا که بیان هیجانات میتواند یک پاسخ مراقبتی را برانگیزد، افراد دلبسته ناایمن ممکن است یاد بگیرند در پاسخ به حوادث استرس زا هیجانات 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 اســتفاده در مراحل زندگی شــان یاد گرفته اند، تأثیر بگذارند .تحقیقات گذشــته ممکن اسـت به تبیین ما کمک کنند. بنابراین، رشـد راهبردهای تنظیم هیجان ناسازگار ممکن است، افراد با دلبستگی ناایمن بالا را در خطربیشتری‌برای‌اختلالات روانی وسلامت روان ضعیف قرار بدهد (مارگانسکا و همکاران، ۲۰۱۳،به نقل ازسجاد پور،۱۳۹۸).

درخصـوص رابطه سـبک دلبسـتگی با سـبک هویت نتایج نشـان داد،سبک دلبستگی با سبک های هویت رابطه مستقیم دارند. نتایج بـدســـت آمـده همســـو بـااین تحقیقـات اســـت. یـافتـه‌هـای مطـالعـه‌جدبابایی(۱۴۰۱) ،اســـزابو و وارد[1] (۲۰۲۰به نقل از رفیعی وهمکاران،۱۴۰۰)نشـان دادند که بین سـبکهای هویت با سـبکهای دلبستگی رابطه مستقیم مثبت و معناداری برقرار است. بین سبک هویت اطلاعاتی با سـبک دلبستگی ایمن، سبک دلبستگی اجتنابی و سبک دلبستگی دوسوگرا رابطه مستقیم منفی و معنادار برقرار بود، در عین حال سـبک هویت هنجاری، سبک هویت سردرگم و تعهد با سبک دلبستگی ایمن، سبک دلبستگی اجتنابی و سبک دلبستگی دوسـوگرا رابطه مستقیم مثبت و معناداری برقرار بود.ریچ و زیگل[2](۲۰۰۳) در تحقیقات خود به این نتیجه رسیدند که رشد هویت خود در سطح بالا با امنیت دلبستگی ارتباط دارد.

[1] . Szabó & Ward
[2] . Rich andZigle

[Downloaded from isoedmag.ir on 2026-11-18]

یـافتـه‌هـا نشـــان داده که دلبســـتگی ناایمن به‌واســـطه‌ســـبک‌هویت‌اطلاعاتی رابطه منفی دارد(ناطقیان وهمکاران،۱۴۰۰؛گوهری داناپورونیری،۱۴۰۱؛رخشـــنده ابرقویی وهمکاران،۱۴۰۰ ؛). فرض بر این اســـت که ســـبک های دلبســـتگی ناکارآمد باعث بوجود آمـدن‌ســـبـک‌هـای‌هـویـت نـاکـارآمـد در افـراد مـی شـــود ســـبـک هـای هـویـتـی دریـک فـرایـنـد تـحـولـی در شخصیت‌فردماندگارمی‌شوندوتأثیرخودرابرابعادگوناگون‌عملکردشخصیت‌فردمی‌گذارند(بدر،آسیتلی[1]،۲۰۱۱به‌نقل‌ازناطقیان‌وهمکاران،۱۴۰۰) ..نتایج دیگر این پژوهش درموردرابطه سـبک های هویت با تنظیم هیجان بودکه نشـان داد، سبک های هویت با تنظیم هیجان رابطه مستقیم ،مثبت ومعنی‌دار دارد که با نتیجه تحقیقات زیر همسو می‌باشد .

جانکووسکی (۲۰۱۳)، کولمن و ویلیامز (۲۰۱۳) و اسدی مجره وهمکاران(۱۳۹۶) در پژوهش خویش ارتباط سبکهای هویت را با تنظیم هیجان گزارش کردند واینکه‌سبک هویت تعهد، اطلاعاتی و هنجاری با تنظیم هیجان همبستگی مثبت و سبک هویت سردرگم/اجتنابی با تنظیم هیجان همبسـتگی منفی دارد.مطالعات نشـان داده که سـبک هویت اطلاعاتی با راهبردسـازگارانه تنظیم هیجان، رابطه علی معناداری دارد وسبک هویت سردرگم- اجتنابی به گونه معناداری اضطراب و افسردگی را پیشبینی می کندو با بدتنظیمی هیجان رابطه علی معناداری دارد (سـیتن و بیمانت ،۲۰۱۱؛ سـیتن و بیمانت ،۲۰۰۸؛ برزونسـکی ،۲۰۰۸؛ لیراس و بوسما ،۲۰۰۵؛ برزونسکی و فراری ،۱۹۹۶و پورمحسنی کلوری،۱۳۹۳). درنهایت اینکه راهبردهای تنظیم هیجان و سبکهای هویت در بروز آسیب یا سلامت روانی و تجربه هیجانها نقش مهمی دارند.جهت تبیین نتایج می توان ازنظریه برزونسـکی (۱۹۸۹)در زمینه ارتباط بین سـبکهای هویت و هیجان، که تبیینی نظری را ارائه نموده است استفاده کرد. به عقیده وی، سبکهای هویت را می‌توان براساس فرآیندهای اجتماعی- شناختی جذب و انطباق متمایز نمود. از دیدگاه شـناختی، افراد دارای سـبک اطلاعاتی، با وارسـی 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 می کنند .این افراددر رویارویی با رویدادهای تنیدگی‌زای روزمره بیشـتر از مقابله مسـئله مدار استفاده می‌کنند، با استرس و اضطراب بهتر مقابله می‌کنند، کمتر دچار اختلالات روانی می شوند و ارتباط عاطفی بهتری با دیگران برقرار می‌کنند (بوش وهمکاران، ۲۰۱۲).

افراد دارای سـبک هنجاری، بدون وارسـی گزینه های موجود نسـبت به هدف متعهد می‌گردند . این افراد از هیجانهای خود جهت شـکل‌دهی به هویت اسـتفاده نمیکنند و در مقابل به تنظیم یا کنترل دفاعی هیجانهای خود می‌پردازند .افراد با سبک هویت اجتنابی- سردرگم نیز فاقد هویتی منسجم وپایدارمی‌باشند.این افراد قادر نیستند هیجانهای خود را به طور موثر مدیریت نمایند (سیتون و بیمانت، ۲۰۱۱). مطالعه (بیمانت و سـیتن، ۲۰۱۱؛برزونسـکی و فراری، ۱۹۹۶)نشـان می‌دهد سـبک هویتی سـردرگم- اجتنابی با راهبردهای ناسـازگارانه تنظیم شـناختی هیجان رابطه دارد بنابراین، تنظیم هیجان فرآیندی اسـت که در جریان شکل‌گیری هویت منسجم نقشی بسزا دارد و از طریق آن، افراد جهت دستیابی به پیامدهای مطلوب، هیجانهای خود را مدیریت می‌کنند (آلدائو و همکاران، ۲۰۱۰).

درخصـوص رابطه بین سـبک دلبسـتگی با تنظیم هیجان با میانجی گری‌سبک های هویت میتوان گفت ، از بین سه سبک دلبستگی ،سـبک دلبسـتگی ایمن با میانجی گری سبک های هویت با تنظیم هیجان رابطه غیر مستقیم، مثبت و معنی داری داشت . نتایج این

[1] .Badar, Acitelli

[Downloaded from isoedmag.ir on 2026-11-18]

فرضیه بانتایج تحقیق محمدی وفولاد چنگ(۱۳۹۷) ،سوننز و همکاران، ۲۰۰۵ ؛ ساموولیس و همکاران ،۲۰۰۱)همسو می باشد. درتبیین این یافته می توان بیان کرد که دلبستگی ایمن با تقویت سبک هویت اطلاعاتی وتقویت سبک هویت هنجاری منجر به افزایش استفاده از راهبردهای سازگارانه تنظیم هیجان می‌شود. 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 اکتشاف افراد فراهم می‌کند و آنها را قادر می‌سازد تا در کشف جهان پیرامون خود اعتماد کنند و راههای متفاوتی برای ارتباط با جهان جستجو کنند (ماتوس و همکاران، ۱۹۹۹). در خصوص‌سبک‌دلبستگی اضطرابی‌نیز مطالعات نشان داده که دلبستگی اضطرابی به‌واسطه سبک هویت‌اطلاعاتی‌وهنجاری‌اثرغیرمستقیم مثبتی بر تنظیم هیجان داردو در خصوص«سبک دلبستگی اجتنابی» به نظر می رسد این نوع‌دلبستگی‌به‌واسطه سبک هویت سردرگم می‌تواند اثر غیرمستقیم مثبت بر تنظیم هیجان داشته باشد.

درواقع‌سبک‌هویت‌سردرگم‌رابطه‌این‌دومتغیرراواسطه‌گری‌می‌کند.درخصوص‌نقش‌واسطه‌ای‌سبک‌هویت‌سردرگم در رابطه بین سبک دلبستگی اجتنابی و راهبردهای‌ناسازگارانه‌تنظیم‌شناختی‌هیجان،نتایج‌تحقیق‌ساموولیس و همکاران (۲۰۰۱) نشان داد، دلبستگی ناایمن به والدین و عدم اعتماد به آنها پیش‌بینی‌کننده‌هویت‌سردرگم می‌باشد. درواقع نوجوان‌هایی که از جانب والدین طرد می‌شوند و به لحاظ عاطفی با والدین فاصله‌دارند، دچار سردرگمی هویت می‌گردند.

نتایج این مطالعه ازاین‌جهت اهمیت دارد که تنظیم هیجان یکی از مهمترین سازه‌های روانشناسی تربیتی و عامل مهمی در تعیین سلامت عمومی، سازگاری اجتماعی، سلامت روانی وداشتن عملکرد موفق در روابط، تحصیل و شغل است(شوشتری وهمکاران،۱۴۰۱)چنانچه عوامل مؤثر بر تنظیم شناختی هیجان و پیشایندهای آن شناسایی شود، هم در برنامه‌ریزی جهت آموزش و ارتقاء سطح آگاهی جامعه و والدین و هم در محیط‌های آموزشی با سرمایه‌گذاری در این زمینه، امکان پیشگیری از عواقب عدم تنظیم هیجان و به‌تبع پیشگیری از معضلات و آسیبهای روانی فراهم می‌آید و مسئولین امر تعلیم و تربیت می‌توانند هم درزمینهٔ پیشگیری و هم مداخله اقدام نمایند.

محدودیت های روش شناختی که این مطالعه با آن مواجه بود؛اینکه این مطالعه یا طرح مقطعی بود ازاین روامکان توانایی استنباط رابطه علی میان متغیرها کاهش می‌یابدو 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 نباشندو از آنجا که این مطالعه شامل بررسی پرسشنامه است، ممکن است پاسخ دهندگان اطلاعاتی را که ممکن است آنها را در شرایط نامطلوب قراردهد، 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 .

[Downloaded from isoedmag.ir on 2026-11-18]

تشکروقدردانی

بدینوســـیله از تمامی مدیران مدارس ودانش آموزان شـــرکت کننده که ما را در انجام این پژوهش‌یاری کردند، تشـــکروقدردانی می‌کنیم.

منابع

امانی،رزیتا ومجذوبی،محمدرضا.(۱۳۹۰).پیش بینی سبک های هویت براساس 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 ومحمدی کیا،مریم.(۱۳۹۶).رابطه سبکهای هویت و بدتنظیمی هیجان در دانشجویان جدیدالورود. روانشناسی معاصر.(۱۲۰ویژه نامه). صص۱۵۲–۱۴۸.

پورمحسنی کلوری، فرشته.(۱۳۹۳). سبکهای هویت، راهبردهای شناختی تنظیم هیجان و سلامت روانی دانشجویان :مدل معادلات ساختاری.مطالعات راهبردی ورزش وجوانان.دوره۱۳.شماره۲۵۵.

داودی، فریبا؛ مهرابی زاده هنرمند، مهنازو هاشمی، سید اسماعیل.(۱۳۹۶). رابطه علّی سبک های والدگری و سبک دلبستگی ناایمن 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 وکوروش نیا، مریم .(۱۴۰۰). مدل‌یابی تاب‌آوری تحصیلی بر اساس سبکهای دلبستگی، جو روانی– اجتماعی مدرسه با میانجیگری سبکهای هویت دانش‌آموزان متوسطه اول شهر مرودشت. فصلنامه علمی– پژوهشی روش ها و مدل های روانشناختی.دوره۱۲ .شماره ۴۶.

رفیعی،محسن،عباسی،مژگان؛راوند،معصومه وکشمیری،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، سال۱۰.شماره۱۱.شماره پیاپی۶۸.

سالاری،سوسن وفولادی،نجمه.(۱۳۹۳). سبک های هویتی (اطلاعاتی ،اجتنابی –سردرگم ،هنجاری و تعهد) با توجه به نقش ادراک دلبستگی در دانشجویان.اولین کنفرانس ملی توسعه پایداردرعلوم تربیتی وروانشناسی،مطالعات اجتماعی وفرهنگی.

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 اکبرخباز،زهره ورمضانی،محمدآرش.(۱۴۰۱). اثربخشی زوج‌درمانی هیجان‌مدار بر تنظیم هیجانی و سطح پلاسمایی هورمون اکسیتوسین خون زوجین. فصلنامه فرهنگ مشاوره و روان‌درمانی سال سیزدهم، شمارۀ۵۰ ، صص ۹۹ – ۱۲۷.

گوهری داناپور،معصومه ونیری،وحیده(۱۴۰۱). پیش بینی مسئولیت پذیری اجتماعی پرستاران بر اساس سبک های دلبستگی و سبک های هویت اضطراب کرونا. رویش روان شناسی،شماره۳.شماره پیاپی۷۲. خرداد۱۴۰۱.

[Downloaded from isoedmag.ir on 2026-11-18]

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

محمدی،حمیده وفولادچنگ،محبوبه.(۱۳۹۷).نقش واسطها ی سبک های پردازش هویت در رابطه بین سبکهای دلبستگی و راهبردهای تنظیم شناختی هیجان . مجله روانشناسی۸۷.سال ۲۲.شماره۳.صص۳۲۵-۳۰۸.

محمدی،حمیده.(۱۳۹۶) .نقش سبکهای دلبستگی و ارزشهای فرهنگی در تنظیم شناختی هیجان با واسطه گری 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 سبک های دلبستگی و سبک های هویت. نشریه علوم رفتاری (ابهر) . شماره ۴۷ صص ۱۱۵- ۱۳۴

هاشمی،زهراوجوکار،بهرام.(۱۳۹۲). مدل یابی علّی تاب آوری هیجانی نقش دلبستگی به والدین و همسالان راهبردهای مقابله ای 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. PublicHealth ., 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

[Downloaded from isoedmag.ir on 2026-11-18]

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 ofemotion 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,Identidy, 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.

[Downloaded from isoedmag.ir on 2026-11-18]

Yang, Q., Shi, M., Tang, D., Zhu, H., and Xiong, K. (2022). Multiple roles ofgrit in the relationship between interpersonal stress and psychological security ofcollege 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	تعداد	حداقل	حداکثر	میانگین	انحراف معیار	خطای معیار برآورد	کجی	کشیدگی
تنظیم هیجان	۵۰۰	۱۲	۵۹	۲/۹۵۹	۷۳۹/	/۴۳۰	۸/۶۰	۰/۱۷
سرکوبی	۵۰۰	۴	۲۷	۱/۲۵۳	۱۹۵/	/۲۳۰	۳/۳۰	۰/۸۳-
ارزیابی مجدد	۵۰۰	۷	۴۲	۱/۷۱۶	۳۴۶/	/۲۸۰	۱/۹۱	۱/۴۸

[Downloaded from isoedmag.ir on 2026-11-18]

سبک اطلاعاتی	۵	۰	۰	۱۱	۵۲	/۲۷ ۳۲	/۳۲ ۱۰	۴۶ ۰/	۶ /۵ ۰ -	۰/۶۵ -
سبک هنجاری	۵	۰	۰	۱۱	۴۶	/۰۱ ۲۹	/۷۱ ۹	۴۳ ۰/	۳ /۲ ۰ -	۱/۰۵ -
سبک سردرگم	۵	۰	۰	۱۱	۵۰	/۱۹ ۲۷	/۷۷ ۱۰	۴۸ ۰/	۱ /۹ ۰	۱/۲۳ -
سبک ایمن	۵	۰	۰	۵	۲۵	/۸۸ ۱۳	/۹۱ ۴	۲۲ ۰/	۳ /۱ ۰	۰/۷۹ -
سبک اجتنابی	۵	۰	۰	۵	۳۶	/۷۳ ۱۴	/۹۸ ۴	۲۲ ۰/	۹ /۲ ۰	۱/۲۴
سبک دوسوگرا	۵	۰	۰	۵	۳۰	/۸۵ ۱۴	/۱۲ ۵	۲۲ ۰/	۱ /۲ ۰	۰/۴۸ -

جدول ۲- شاخص های برازش مدل پیش‌بینی تنظیم هیجان

شاخص های آماری

[Downloaded from isoedmag.ir on 2026-11-18]

RMSEA[CI90%]	SRMR	GFI	CFI	NFI	$\frac{X^2}{df}$	Df	x^2
-۰۶۹/۰۳۴) ۰/۰۵۲(۰/۰	۰/۰۳۶	۹۳ ۰/	۹۳ ۰/	۹۴ ۰/	۴۷ ۲/	۸	/۷۹ ۱۹

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

متغیرها	اثرات مستقیم		اثرات غیر مستقیم		اثرات کل	
	β	T	β	T	β	**T**
تنظیم هیجان←سبک ایمن	۲ ۷ / ۰	/۱۳** ۴	۰ ۳ / ۰	۱** ۴/۰	۳ ۰ / ۰	۴/۵۳**
تنظیم هیجان← سبک اجتنابی	۱ ۴ / ۰ -	/۲۰* -۲	۰ ۱ / ۰ -	/۸۴ -۰	۱ ۵ / ۰ -	-۲/۳۴*
تنظیم هیجان← سبک دوسوگرا	۱ ۶ / ۰ -	/۵۸** -۲	۰ ۲ / ۰ -	/۵۳ -۱	۱ ۸ / ۰ -	۲/۸۵** -
تنظیم هیجان←سبک اطلاعاتی	۱ ۸ / ۰	/۱۹** ۳	-	-	۱ ۸ / ۰	۳/۱۹**

[Downloaded from isoedmag.ir on 2026-11-18]

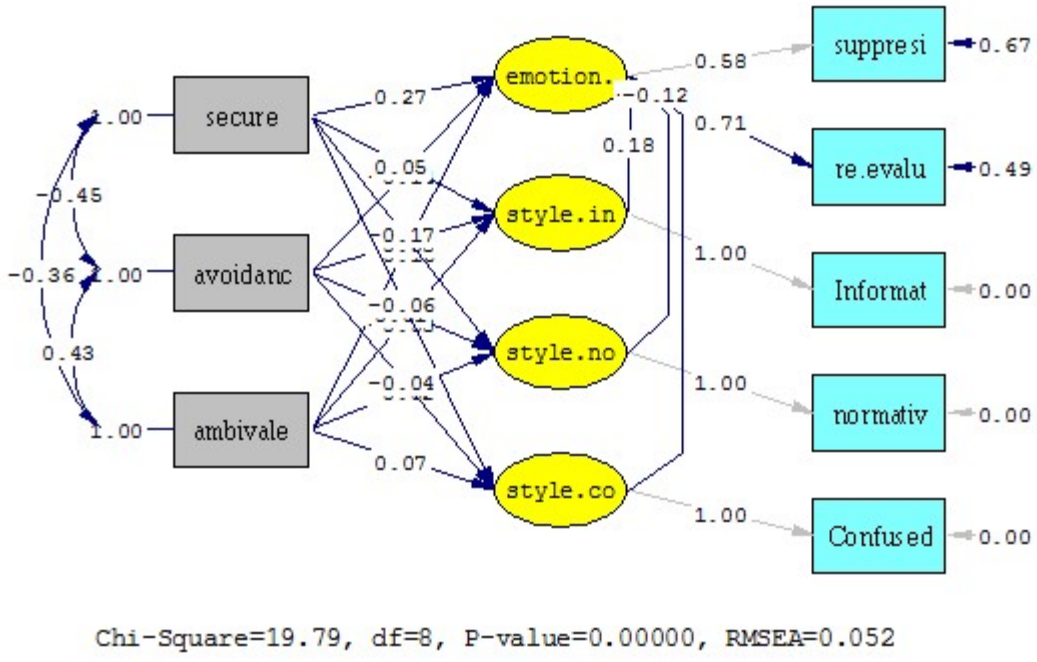
تنظیم هیجان ← سبک هنجاری	۱ ۰ / ۰ –	۱/۸۵ –	–	–	۱ ۰ / ۰ –	-۱/۸۵
تنظیم هیجان ← سبک سردرگم	۱ ۲ / ۰ –	/۳۳* -۲	–	–	۱ ۲ / ۰ –	-۲/۳۳*
سبک اطلاعاتی ← سبک ایمن	۰ ۵ / ۰	۱/۰۵	–	–	۰ ۵ / ۰	۱/۰۵
سبک اطلاعاتی ← سبک اجتنابی	۰ ۸ / ۰ –	۱/۶۰ –	–	–	۰ ۸ / ۰ –	-۱/۶۰
سبک اطلاعاتی ← سبک دوسوگرا	۰ ۸ / ۰ –	۱/۶۵ –	–	–	۰ ۸ / ۰ –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

[Downloaded from isoedmag.ir on 2026-11-18]

سبک هنجاری← سبک اجتنابی	۰/۱۰	۰/۲۱	–	–	–	۰/۲۱
سبک هنجاری← سبک دوسوگرا	۰/۲۰–	۰/۵۰–	–	–	–	۰/۵۰–
سبک سردرگم← سبک ایمن	۰/۶۰–	۱/۱۵–	–	–	–	۱/۱۵–
سبک سردرگم← سبک اجتنابی	۰/۴۰–	۰/۶۹–	–	–	–	۰/۶۹–
سبک سردرگم← سبک دوسوگرا	۰/۷۰	۱/۳۳	–	–	–	۱/۳۳

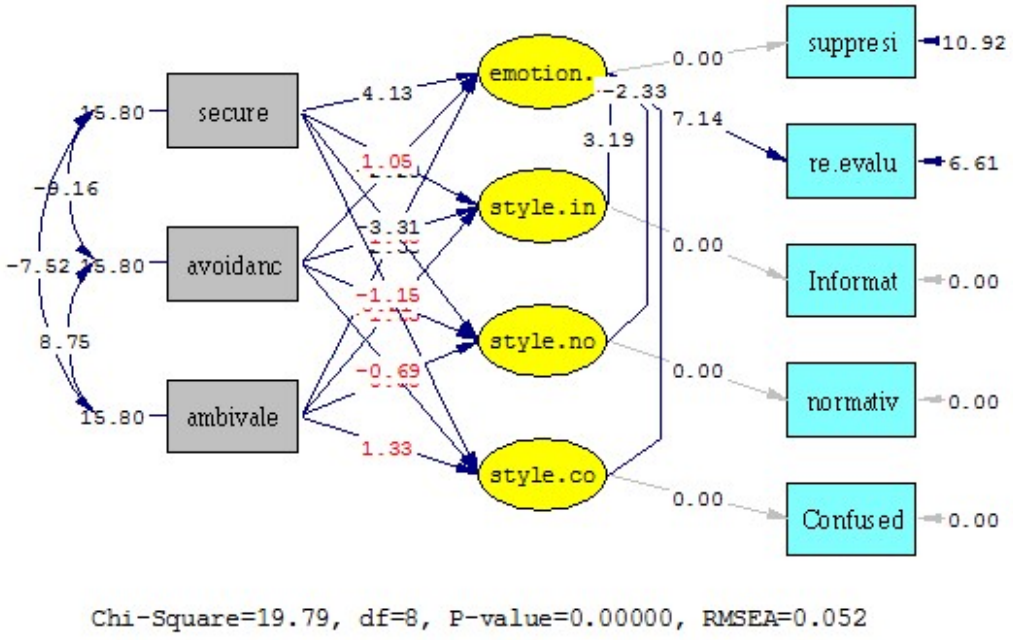
(p<۰.۰۵*)(p<۰.۰۱**))

[Downloaded from isoedmag.ir on 2026-11-18]



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

[Downloaded from isoedmag.ir on 2026-11-18]



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

[Downloaded from isoedmag.ir on 2026-11-18]