

فصلنامه پژوهش‌های نوین روانشناختی

سال سیزدهم شماره ۵۱ پاییز ۱۳۹۷

ارائه مدل پیش‌بینی احساس تنهایی دختران بر اساس سبک‌های دلبستگی مادران با واسطه‌گری مشکلات تنظیم هیجانی

فائزه جعفری سیاوشانی^۱

احمد برجلی*^۲

علیرضا کیامنش^۳

چکیده

پژوهش حاضر با هدف ارائه مدل جهت پیش‌بینی احساس تنهایی بر اساس سبک‌های دلبستگی مادران با واسطه‌گری مشکلات تنظیم هیجانی دختران نوجوان دبیرستانی انجام شد. طرح پژوهش حاضر، توصیفی از نوع همبستگی بود. در این پژوهش جامعه آماری را دانش‌آموزان پایه نهم (و مادرانشان) در سال تحصیلی ۹۶-۱۳۹۵ تشکیل داده‌اند که در مجموع ۲۷۸ دانش‌آموز دختر و مادرانشان (۵۵۶ نفر) مورد مطالعه قرار گرفتند. روش نمونه‌گیری پژوهش، روش نمونه‌گیری خوشه‌ای بود. برای گردآوری داده‌ها از پرسشنامه‌های احساس تنهایی راسل، سبک دلبستگی کولینز و مقیاس دشواری‌های تنظیم هیجانی گراتز و رومر استفاده شد. همچنین به منظور طراحی یک مدل مناسب از تحلیل مسیر برای پیش‌بینی احساس تنهایی در دانش‌آموزان استفاده شده است. نتایج پژوهش حاضر نشان داد که با افزایش سبک دلبستگی اضطرابی مادران و مشکلات تنظیم هیجانی، احساس تنهایی دختران افزایش یافته است و با افزایش سبک دلبستگی نزدیکی، احساس تنهایی کاهش یافته است. در واقع بین سبک‌های دلبستگی و مشکلات تنظیم هیجانی با احساس تنهایی رابطه وجود دارد و تنها رابطه بین سبک دلبستگی وابستگی و احساس تنهایی معنی‌دار نبود.

۱- دانشجوی دکترای روانشناسی عمومی، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد علوم و تحقیقات، تهران، ایران

۲- دانشیار گروه روانشناسی بالینی، دانشگاه علامه طباطبائی، دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی، تهران، ایران (نویسنده مسئول)
Email: borjali@atu.ac.ir

۳- استاد تحقیق و ارزشیابی، گروه روانشناسی، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد علوم و تحقیقات، تهران، ایران

نتیجه می‌توان گفت که یافته‌های این پژوهش نشان داد که مدل پیشنهادی احساس تنهایی از برآزش خوبی برخوردار است و تأثیر این ارتباط بدین اندازه است که زمینه رشد مطلوب و یا آماده‌سازی بستر نامطلوب برای ایجاد احساس تنهایی را در زندگی نوجوان فراهم می‌سازد.

واژگان کلیدی: احساس تنهایی؛ سبک دلبستگی؛ مشکلات تنظیم هیجانی

مقدمه

احساس تنهایی حالتی هیجانی است که شخص احساس بسیار قوی از عدم صمیمیت و انزوا را تجربه می‌کند (کرمی‌جویانی، سروقد و بقولپیریا، ۱۳۹۴)؛ و نشان‌دهنده نداشتن تفاهم، همدلی و درک نشدن است؛ یعنی درک متقابل و حمایت نشدن به‌موقع و مناسب از سوی پدر و مادر، همچنین عدم دریافت به‌موقع، کمک مناسب در وضعیتی که فرد به کمک اطرافیان شدیداً نیاز دارد، می‌تواند از عوامل مهم ایجاد احساس تنهایی باشد. در بعد روانی، مهم و چالش‌انگیز است که یک فرد ممکن است در جمع باشد، اما احساس تنهایی کند (ابوحوزه و خوشابی، ۱۳۹۵). نوجوانان در قیاس با دیگر گروه‌های سنی، تنهایی را با شدت بیشتری تجربه کرده و در بعضی مطالعات همچون هرمن^۱ (۲۰۱۵) به این نتیجه رسیدند که تنهایی در نوجوانی به اوج خود می‌رسد و بررسی انجام شده بر روی نمونه بزرگ نوجوانان نشان داد که ۳۶٫۱٪ شرکت‌کنندگان از اواسط کودکی تا نوجوانی احساس تنهایی بیشتری را تجربه می‌کنند. چنین به نظر می‌رسد که این احساس تنهایی به‌ویژه در سنین دانش‌آموزی و دوره راهنمایی می‌تواند نوجوانان را در معرض انواع مشکلات عاطفی، هیجانی و رفتاری قرار دهد. احساس تنهایی از این برداشت نشأت می‌گیرد که روابط میان فردی با انتظارات شخصی فرد همخوانی نداشته است. هرچند تنهایی بخش طبیعی از رشد به شمار می‌رود، اما می‌تواند موجب نگرانی فراوانی بشود (سلیمانی، ۱۳۹۴).

در خصوص اهمیت آن پژوهشگران به این نتیجه رسیده‌اند که عامل خانواده و مخصوصاً نوع دلبستگی والدین در دوران کودکی و نوجوانی نقش مهمی را در بروز مشکلات رفتاری -

1- Herman

عاطفی در کودکی و بزرگسالی دارد، زیرا فرزندان آینه والدین هستند و رفتار کودک و نوجوان عکس‌العملی به عوامل محیطی و خصوصاً نسبت به عملکرد والدینشان هستند (رونر^۱، ۲۰۱۳؛ سی‌چتی و روگوچ^۲، ۲۰۰۹). کروویس و همکاران^۳ (۲۰۱۴) در تحقیقات خود اشاره کردند که تعامل والد - فرزندی نخستین معرف دنیای ارتباط است و یک رابطه مهم و حیاتی برای ایجاد امنیت و عشق است که متشکل از ترکیبی از رفتارها، احساسات و انتظاراتی است که منحصر به پدر و مادر و فرزند است. در این راستا تئوری دلبستگی بزرگسالی بر اهمیت پیوند کودک با مادر و مسائل و عواقب ناشی از گسستگی این پیوند تأکید دارد که به سه سبک اضطرابی (سبک دوسوگرا)، نزدیک بودن (سبک ایمن) و سبک وابستگی (عکس دلبستگی اجتنابی) تشکیل شده است. در واقع شیوه ارتباطی و سبک دلبستگی والدین منجر به ایجاد نوع مطلوبی از دلبستگی ایمن یا نایمن می‌شود که در دوران بعدی زندگی نوجوان با اختلالات روانی، مشکلات تنظیم هیجانی و ناهنجاری‌های رفتاری وی رابطه دارد (کولینز و رید^۴، ۱۹۹۶). از این رو در سنین نوجوانی به نقش سبک دلبستگی در خلق‌وخو، منش و روابط اجتماعی توجه شده است (هاکینگ، سیمونز و سورت^۵، ۲۰۱۶).

همچنین با توجه به اینکه احساس تنهایی یکی از مشکلات اجتماعی مهم و اساسی در هر جامعه‌ای است و به‌علت اهمیت این رفتار در دوران کودکی و به‌خصوص در دوران نوجوانی، به آن بیشتر توجه می‌شود. دانبرگ، آندرسن، مک‌کی و لنارسون^۶ (۲۰۱۵) در مطالعات خود نشان دادند تأثیر رفتار، شخصیت و طرز فکر پدر و مادر در شکل‌گیری و چگونگی رفتار فرزندان بسیار مهم و اساسی است، بنابراین سبک دلبستگی از پیوند عاطفی عمیقی که فرد با افراد خاصی در زندگی برقرار می‌کند، تشکیل می‌گردد. به‌طوری‌که باعث می‌شود در تعامل با آن‌ها احساس نشاط و شغف کرده و به‌هنگام استرس از این‌ها که آن‌ها را در کنار خود می‌بیند، احساس آرامش کند. در واقع نشان داده شده است که بین سبک دلبستگی و احساس تنهایی رابطه وجود دارد. به همین جهت در طی پژوهشی نشان داده شد

1- Rohner

3- Cruwys & etal

5- Hocking, Simons& Surette

2- Cicchetti & Rogosch

4- Collins & Read

6- Dahlberg, Andersson, McKee & Lennartsson

که سبک دلبستگی ایمن و تاب‌آوری رابطه منفی با احساس تنهایی داشتند و سبک‌های دوسوگرا و اجتنابی رابطه مثبتی با احساس تنهایی داشتند. همچنین نتایج نشان داده است که سبک دلبستگی اجتنابی و دوسوگرا به صورت مثبت پیش‌بینی‌کننده احساس تنهایی است و سبک دلبستگی دوسوگرا قوی‌ترین پیش‌بینی‌کننده احساس تنهایی است (پاکدامن، سعادت، شهپاد، احمدی و حسینی، ۲۰۱۶).

بوث، لافورس و آکسفورد^۱ (۲۰۱۵) در رابطه با احساس تنهایی گزارش کردند، بیشتر مطالعات احساس تنهایی کودکان و نوجوانان را در مدرسه‌ها با بررسی روابط همسالان، کاوش کردند. با این حال، تجارب احساس تنهایی بسیاری از آن‌ها، در ابتدا در خانه شروع می‌شود. کودکان و نوجوانان به گرمی، ساختار و سازگاری خانواده و روابط زناشویی برای رشدشان متکی‌اند. احساس تنهایی خانواده ممکن است از ویژگی‌های والدینی یا سبک‌های پدر-مادری، مانند حضور هیجانی کم‌تر والدین ناشی از یگانگی شخصیتی یا استرس، پدیدار گردد. کودکان و نوجوانان که احساس می‌کنند از اعضای خانواده‌شان دور بودند و صمیمیت و حمایت را فراهم نمی‌کنند، گزارش کردند که در خانه‌شان ناهم‌بستگی را تجربه کرده بودند. زمانی که احساس کردند که هیچ‌کس در خانه به آن‌ها گوش نمی‌دهد یا علاقه واقعی به شادی روزمره‌شان ندارند، انزوای اجتماعی را در خانواده‌هایشان تجربه می‌کنند و غالباً ارتباط هیجانی‌شان کاهش می‌یابد.

بنابراین مسائل مربوط به سبک دلبستگی و احساس تنهایی، این‌گونه تبیین می‌شود که سبک دلبستگی نوجوان با افراد مهم زندگی‌اش، در نقش وی به‌عنوان فردی که دچار احساس تنهایی می‌کند، نقش اساسی داشته است و نیاز دلبستگی از هیچ نیاز دیگری مشتق نشده است که جهت تحول شخصیت افراد بسیار مهم و اساسی است (مولر و رزنزین^۲، ۲۰۱۳).

در طی مطالعات مختلف نشان داده شده است که رابطه احساس تنهایی با نقش بنیادین تربیتی و عاطفی بستر درون خانواده بسیار همپوشی دارد که می‌توان به تئوری دلبستگی

1- Booth, LaForce & Oxford

2- Müller & Reisenzein

بالبی و مشکلات هیجانی چون اضطراب، افسردگی و احساس تنهایی اشاره نمود (بشارت، گران‌مایه‌پور، پورنقدعلی، افقی، حبیب‌نژاد و آقای‌ثابت، ۱۳۹۱؛ گوهرسن، باتی و ورت^۱، ۲۰۰۹؛ جکسون^۲، ۲۰۱۰).

همچنین بررسی‌ها حاکی از آن هستند که تنظیم هیجان الگوهای روان‌شناختی و رفتاری متعددی را تحت تأثیر خود قرار می‌دهد که بر اساس سبک‌های مختلف دلبستگی و عاطفی دورن خانوادگی تأثیرگذار است (دوی، پریهاتسننتی، سیستیاوان و سیسواتی^۳، ۲۰۱۵؛ فوسکو، استورمشاک، دیشن و وینتر^۴، ۲۰۱۲)؛ که جونز، بارت، ارلیچ، لیجوز و کسیدی^۵ (۲۰۱۴) در طی پژوهش خود نشان داد که مادرانی که سبک دلبستگی اضطرابی و اجتنابی دارند، مشکل بیشتری در تنظیم هیجانات خود دارند. عدم تنظیم هیجانی نیز به‌نوبه خود پیش‌بینی‌کننده پریشانی بیشتر، خشونت بیشتر و پاسخ حمایتی مادرانه کمتر نسبت به هیجانات منفی نوجوانان بود. اجتناب بیشتر نیز به‌طور مستقیم پیش‌بینی‌کننده پاسخ مادرانه خشن‌تر بود و باین‌وجود، تعریف مؤلفه تنظیم هیجان کار دشواری است. تحقیقات پیشین در مورد تنظیم هیجان و عوامل مربوط به آن عمدتاً بر توانایی افراد در برخورداری یا رفع عواطف منفی متمرکز می‌گردند (بیرامی، بخشی‌پور، علیلو و اقبالی، ۱۳۹۳). واحدی، بدری گرگری و غلامی (۲۰۱۶) در طی یافته‌های مربوط به رابطه تنظیم هیجانی و سبک‌های دلبستگی نشان دادند که ابعاد دلبستگی می‌تواند راهبردهای مثبت و منفی تنظیم هیجانی را پیش‌بینی کند و تنظیم هیجانی-شناختی، بین ابعاد دلبستگی و مشکلات هیجانی نقش میانجی دارد. همچنین ابعاد دلبستگی تأثیر مستقیم و غیرمستقیم بر مشکلات هیجانی دارد. در مطالعه دیگری گارنفسکی و گرایج^۶ (۲۰۰۶) در طی مطالعات خود نشان داده‌اند که هرگونه نقص در تنظیم هیجانات باعث بروز مشکلات روان‌شناختی نظیر افسردگی و اضطراب می‌شود. در واقع آن‌ها معتقدند که سلامت روانی افراد از تعامل میان راهبردهای مدیریت هیجان و ارزیابی درست از موقعیت استرس‌زا و اضطراب‌زا است. براین‌اساس مشکلات تنظیم هیجانی در احساس تنهایی افراد می‌تواند تأثیرگذار باشد. مطابق با یافته‌های

1- Gohnson, Batey & worth

3- Dewi, Prihatsanti, Setyawan & Siswati

5- Jones, Brett, Ehrlich, Lejuez & Cassidy

2- Jackson

4- Fosco, Stormshak, Dishion, Winter

6- Garnvoski & Kraig

پژوهش وی، وگل، کو و زکالیک^۱ (۲۰۰۵) نشان داده شد که سبک دلبستگی اضطرابی و اجتنابی در خلق منفی و روابط بین فردی از طریق استراتژی‌های تنظیم هیجان تأثیر دارد. رابطه بین سبک دلبستگی اضطرابی و اجتنابی و روابط بین فردی با واکنش‌پذیری هیجانی تعدیل می‌شد و رابطه بین سبک دلبستگی اجتنابی، خلق منفی و مشکلات بین فردی با گسلس هیجانی تعدیل می‌شد؛ و سبک دلبستگی و گسلس هیجانی و واکنش‌پذیری هیجانی ۷۵٪ از واریانس روابط بین فردی را تبیین می‌کرد. نظریه‌پردازان آسیب‌شناسی روانی معتقدند که داشتن عملکرد ناموفق در تعاملات اجتماعی، احساس تنهایی، افسردگی نیز در نتیجه تنظیم ناکافی پاسخ‌های هیجانی ایجاد می‌گردد (صالحی‌پور، مدرس، رویین‌پور و طالبی، ۲۰۱۶؛ ویلیامز، تامپسون و آندرو^۲، ۲۰۱۳). نتایج پژوهش‌ها در طی تحقیقات خود نشان دادند که اجتناب تجربی نقش میانجی در رابطه‌ی بین تنظیم هیجانی و احساس تنهایی دارد و اجتناب تجربی یک مکانیزم کلیدی در توضیح این امر است که چرا افرادی که تنظیم هیجانی بالایی دارند، احساس تنهایی کمتری دارند (شی، زهانگ، زهانگ، فو و وانگ^۳، ۲۰۱۶ و گیوراک، گراس و اتکین^۴، ۲۰۱۱)؛ که همسو بودن رابطه احساس تنهایی و نقش مهم مؤلفه‌های تنظیم هیجانی را در آن نشان می‌دهد. در همین راستا با توجه به نقش بنیادین مسائل درون خانوادگی و حائز اهمیت بودن سن نوجوانی، می‌توان مدلی را بر اساس تأثیرگذاری نقش والدین و مسائل و مشکلاتشان و همچنین تأثیرگذاری نقش مؤلفه‌های مربوط به خود فرزندان را در نظر گرفت که در جهت چرایی پیش‌بینی مشکلات نوجوان از قبیل نداشتن هیجان‌ات مناسب در شرایط مختلف، داشتن انزوا و حس تنهایی و بسیاری از مشکلاتی که ریشه و علل آن نوع سبک دلبستگی والدین (مادر) و هیجان‌ات نامناسب و مخرب والدین همچون اضطراب، افسردگی، استرس و نداشتن فضای ایمن در خانواده که می‌تواند تأثیرگذار باشد، در نظر گرفت؛ که با در دست داشتن پیش‌بینی الگوی احساس تنهایی دختران، چرایی مشکلات برون فردی و درون فردی آن‌ها را در خانواده، مدرسه و در آینده نزدیک‌شان در اجتماع و... پیش‌بینی کرد و در جهت جلوگیری از آن‌ها و ایجاد بستری مناسب برای ایمن‌سازی فرزندان آغاز کرد.

1- Wei, Vogel, Ku & Zakalik
3- Shi, Zhang, Zhang, Fu, Wang

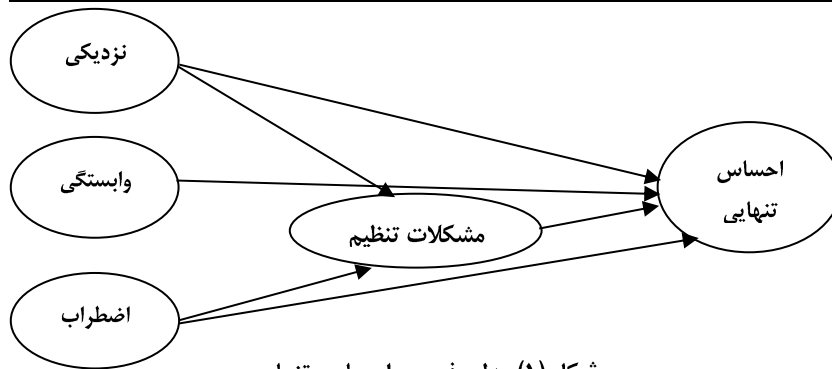
2- Williams, Alishia, Thompson, Jessica & Andrews
4- Gyurak, Gross & Etkin

بنابراین، خانواده و مسائل مربوط به والدین در تبیین مشکلات هیجانی و احساس تنهایی و انزوای فرزندان نقش اساسی داشته است، به همین جهت برای شناسایی مؤلفه‌های تأثیرگذار در جهت پیشگیری و بهبود مشکلات اساسی نوجوانان حمایت‌های پژوهشی گسترده‌ای از بستر خانواده و مؤلفه‌های سبک‌های دلبستگی و مشکلات هیجانی مادران وجود دارد (جونز، بارت، ارلیچ، لیجوز و کسیدی^۱، ۲۰۱۴؛ ملاسعیدی، عارفی و آقایی، ۲۰۱۵؛ فرمانی، ۱۳۹۳).

باتوجه به مطالب ارائه شده، توجه به مشکلات افراد تنها به روش‌های روشن بینانه و به دنبال آن شیوه‌های مناسب برای شناسایی و مقابله با این مشکلات مهم و ضروری است. فراوانی بالای جمعیت جوان و نوجوان نسبت به سایر گروه‌های سنی در کشور، اوج احساس تنهایی در نوجوانی و ارتباط احساس تنهایی با سایر مشکلات روانی - اجتماعی، اهمیت پیدا کردن شیوه‌هایی برای مقابله با احساس تنهایی را نشان می‌دهد. پژوهش‌هایی که درباره احساس تنهایی در کشور صورت گرفته است، بیشتر همبستگی احساس تنهایی را با سایر مشکلات روانی - اجتماعی مورد بررسی قرار داده‌اند. با این حال اینکه این عوامل چگونه تعامل می‌کنند و بر احساس تنهایی تأثیر می‌گذارند، چندان مشخص نیست و نظریه واحدی که این عوامل را با یکدیگر ترکیب کند، وجود ندارد بنابراین در مطالعه حاضر تلاش شده است که گامی در جهت شناسایی روابط بین متغیرهای درون خانوادگی در رابطه با احساس تنهایی دختران نوجوان برداشته شود تا با استفاده از آن مدلی مناسب جهت پیش‌بینی احساس تنهایی دانش آموزان دختر ارائه گردد که سطح سلامت عمومی خانواده را بهبود بخشد.

بنابراین مسئله پژوهش حاضر بررسی این سؤال است که در قالب یک مدل، آیا مدل پیش‌بینی احساس تنهایی بر اساس سبک‌های دلبستگی مادران با میانجی‌گری مشکلات تنظیم هیجانی در نوجوانان دختر از برآزش مطلوبی برخوردار است؟

1- Jones, Brett, Ehrlich, Lejuez & Cassidy



شکل (۱) مدل مفهومی احساس تنهایی

روش‌شناسی

طرح پژوهش حاضر، توصیفی از نوع همبستگی است که به بررسی سهم هر یک از متغیرهای سبک‌های دلبستگی و مشکلات تنظیم هیجانی در پیش‌بینی احساس تنهایی پرداخت. در این پژوهش جامعه آماری مورد مطالعه را دانش‌آموزان دختر پایه اول دبیرستان (پایه نهم) مدارس دولتی شهر تهران و مادران آن‌ها در نظر گرفته شده است. این دختران در سال تحصیلی ۱۳۹۵-۱۳۹۶ در این مدارس مشغول به تحصیل بودند. برای برآورد حجم نمونه در پژوهش‌های مبتنی بر همبستگی و رگرسیون، کلین (۲۰۰۵)؛ به نقل از فیاض عامری و بشارت، (۱۳۹۴) عنوان می‌کند که حجم نمونه در الگوی ساده، زیر ۱۰۰، در الگوهای کمی پیچیده بین ۱۰۰ تا ۲۰۰ و در الگوهای پیچیده بالای ۲۰۰ نفر است. با توجه به تعداد متغیرهای مورد بررسی، این پژوهش از نوع پیچیده است و برای اطمینان از معرف بودن گروه نمونه، از روش نمونه‌گیری خوشه‌ای استفاده شد که ۳۰۰ نفر دختر نوجوان پایه اول دبیرستان و ۳۰۰ نفر از مادران همان دانش‌آموزان به صورت تصادفی در نظر گرفته شد. جامعه‌ی مورد مطالعه با توجه به ۲۲ منطقه‌ی کل آموزش و پرورش شهر تهران تقسیم و به صورت تصادفی مناطق آموزشی ۲۲-۷-۵-۳ انتخاب گردید. در مرحله‌ی بعد از هر منطقه آموزشی، دو دبیرستان دخترانه به روش تصادفی برگزیده شد. در آخر از هر دبیرستان یک کلاس به طور تصادفی انتخاب و تمام دانش‌آموزان آن کلاس (و مادران آن‌ها) مورد آزمون قرار گرفتند. به این ترتیب در مجموع ۲۷۸ دانش‌آموز دختر مورد مطالعه قرار گرفتند.

ابزار اندازه‌گیری و روایی ابزار اندازه‌گیری

به‌منظور گردآوری داده‌های موردنیاز در این تحقیق و در راستای آزمون یافته‌های تحقیق سه پرسشنامه استفاده شده است.

مقیاس احساس تنهایی

پرسشنامه استاندارد احساس تنهایی¹ UCLA توسط راسل (۱۹۸۴) ساخته شده است. این مقیاس دارای ۲۰ جمله است. برای ارزیابی سوالات این پرسشنامه از مقیاس چهار ارزشی لیکرت (هرگز تا اغلب) استفاده شده است که از ۱ تا ۴ نمره‌گذاری شده است. به این ترتیب دامنه نمره کسب‌شده در این مقیاس بین ۲۰ تا ۸۰ قرار دارد و پایایی این پرسش‌نامه ۰/۹۴ است (راسل، کترونا و پپلاو، ۱۹۸۰). در طی مکاتبه‌ای که با سازنده آزمون صورت گرفت، در مورد نقطه برش آزمون این‌گونه بیان شد که برای مقیاس احساس تنهایی که نمره ۶۰ و یا بالاتر از آن هست، از آنجایی که نمره میانگین تقریباً ۴۰ و انحراف استاندارد (انحراف معیار) به‌طور تقریبی ۱۰ است، این میزان می‌تواند نشان‌دهنده ۵/۲٪ از جمعیت باشد.

یکی از دلایلی که از این معیار برای تعیین سطح احساس تنهایی استفاده شده است مطالعه‌ای است که سال‌ها پیش در دانشگاه UCLA، در بین گروهی از افراد که تنها بودند برگزار شد و نمره متوسط آن‌ها در آن مقیاس ۶۰ بوده است. در واقع به‌طور متوسط سطح بالایی از احساس تنهایی به‌عنوان نمره‌ای است که یک انحراف معیار بالاتر از میانگین یا ۵۰ است. بنابراین به‌طور متوسط سطح بالایی از احساس تنهایی می‌تواند نمره‌ای از ۵۰ تا ۵۹ باشد. نمره ۵۰ یا بالاتر نشان‌دهنده ۱۴٪ است که نمره‌های بالاتری داشته‌اند ۱۴٪ از افرادی که نمرات بالاتری کسب کرده بوده‌اند (راسل، ۱۹۸۴). همچنین در ایران داورپناه در سال ۱۳۷۳ هنجاریابی ایرانی مقیاس تجدیدنظر شده احساس تنهایی بر روی دانش‌آموزان دختر و پسر شهر تهران را انجام داد که ضریب آلفای ۰/۷۸ را گزارش نمود که در حد قابل‌قبولی قرار دارد و همچنین در هنجاریابی دیگر جبر دهی (۱۳۸۵) روایی سوالات ۸۱٪ قابل قبول قرار داده است که این ارقام با توجه به نسخه تجدیدنظر شده احساس تنهایی در

1- University of California Los Angeles

حد قابل‌قبولی قرار دارد؛ که در پژوهش حاضر با توجه به اینکه نمره کل میزان احساس تنهایی مورد توجه بوده است، با رضایت کتبی خود سازنده پرسش‌نامه (راسل) از نقطه برش پرسشنامه استفاده شده است.

مقیاس سبک‌های دلبستگی کولینز و رید

کولینز و رید در سال ۱۹۹۰ براساس هازن و شیور پرسشنامه سبک دلبستگی کولینز و رید^۱ (RASS) را تهیه کردند. این پرسشنامه در ابتدا دارای ۲۱ ماده بود که بعدها به ۱۸ آیتم کاهش یافت که پاسخ‌دهندگان در یک مقیاس لیکرت ۵ درجه‌ای میزان موافقت یا مخالفت با هریک از عبارات را بیان می‌کنند. این پرسشنامه به سه زیر مقیاس وابستگی، نزدیکی و اضطراب اختصاص یافته است. براساس دستورالعمل پرسشنامه، شش عبارت ۱، ۸، ۹، ۱۰، ۱۴، ۱۷ برای زیر مقیاس نزدیکی، شش عبارت ۳، ۴، ۷، ۱۵، ۱۶، ۱۸ برای زیر مقیاس وابستگی و شش عبارت ۲، ۵، ۱۱، ۱۲، ۱۳ برای زیر مقیاس اضطراب مشخص شده است که کولینز و رید نشان دادند زیرمقیاس‌های نزدیکی، وابستگی و اضطراب در فاصله زمانی ۲ ماه حتی در طول ۸ ماه پایدار ماندند و در مورد قابلیت اعتماد مقیاس دلبستگی بزرگسال، کولینز و رید میزان آلفای کرونباخ را برای هر زیر مقیاس این پرسشنامه در ۳ نمونه ۱۷۳ نفری، نزدیکی ۸۱ /، وابستگی ۷۸ /، اضطراب ۸۵ /، در نمونه ۱۳۰ نفری نزدیکی ۸۰ /، وابستگی ۷۸ /، و اضطراب ۸۵ /، و در نمونه ۱۰۰ نفری برای نزدیکی ۸۲ /، وابستگی ۸۰ /، و اضطراب ۸۳ /، گزارش داده‌اند و با توجه به این که مقادیر آلفای کرون باخ در اغلب موارد مساوی و یا بیش از ۸۰ / است، میزان ضریب پایایی به‌دست آمده بالا است (کولینز و رید، ۱۹۹۶). در ایران نیز میزان ضریب پایایی با استفاده از روش آزمون-آزمون مجدد، به‌صورت همبستگی بین دو اجرای بر روی نمونه‌ای با حجم ۱۰۰ نفر آزمودنی، اجرا شد. نتایج حاصل از دو بار اجرای این پرسشنامه بافاصله زمانی یک ماه از یکدیگر، بیانگر آن بود که تفاوت بین دو اجرای مقیاس‌های وابستگی، نزدیکی و اضطراب در این پرسشنامه معنادار نبوده است و این آزمون در سطح ۹۰ / قابل‌اعتماد است (پاکدامن، ۱۳۹۰).

1- Collins & Reid

2- Revised Adult Attachment Scale

مقیاس دشواری‌های تنظیم هیجانی

این مقیاس در سال ۲۰۰۴، توسط گراتز و رومر^۱ جهت سنجش میزان بی‌نظمی هیجانی و راهبردهای خودنظم‌بخشی هیجانی رایج شد و دارای ۳۶ گوی است و نحوه پاسخ‌دهی به این مقیاس در اساس یک مقیاس ۵ درجه‌ای لیکرت است. دارای یک نمره کلی و ۶ نمره اختصاصی در زیرمقیاس‌هایی است که مربوط به ابعاد مختلف دشواری در تنظیم هیجانی است. این زیرمقیاس‌ها عبارت‌اند از: عدم پذیرش هیجان‌ها (۱۱،۱۲،۲۱،۲۳،۲۵،۲۹)، ناتوانی در به‌کارگیری رفتارهای متناسب باهدف (۱۳،۱۸،۲۰،۲۶،۳۳)، مشکل در کنترل تکانه (۳،۱۴،۱۹،۲۴،۲۷،۳۲)، عدم آگاهی هیجانی (۲،۶،۸،۱۰،۱۷،۳۴)، دسترسی کم به راهبردهای تنظیم هیجانی (۳۱،۳۵،۳۶)، پایایی نسخه فارسی توسط عسگری و امینیان (۱۳۸۸) از طریق همسانی درونی و تصنیف ۸۶٪ و ۸۰٪. گزارش‌شده است که با توجه به موارد ذکرشده این آزمودن اعتبار و روایی قابل قبولی را کسب کرده است.

* میزان پایایی پرسشنامه‌ها در پژوهش حاضر از طریق ضریب آلفای کرون باخ محاسبه شده است.

جدول (۱) نتایج آزمون کرون باخ جهت بررسی همسانی درونی سؤالات پرسشنامه‌ها در پژوهش حاضر

پرسشنامه	تعداد سؤال	تعداد افراد	آلفای کرون باخ
نزدیکی	۶	۲۷۸	۰/۷۱۹
وابستگی	۶	۲۷۸	۰/۷۲۳
اضطراب	۶	۲۷۸	۰/۷۴۴
مشکلات تنظیم هیجانی	۳۶	۲۷۸	۰/۷۳۹
احساس تنهایی	۲۰	۲۷۸	۰/۷۱۵

1- Gratz, Roemer

روش اجرای تحقیق

به هر دانش‌آموز در یک نشست دو پرسشنامه (پرسشنامه مشکلات تنظیم هیجانی، احساس تنهایی) در قالب یک دفترچه داده شد. هر دو پرسشنامه دارای پاسخنامه‌های مجزا بود که دانش‌آموزان می‌بایست پاسخ‌های خود را در آن وارد می‌کردند. حداکثر زمان موردنیاز و کافی برای هر دفترچه ۳۰ دقیقه در نظر گرفته شد و پس از جمع‌آوری دفترچه‌های آزمون و پاسخنامه‌ها، به هر دانش‌آموز در یک پاکت دربسته همراه با توضیحات ضروری، پرسشنامه سبک‌های دلبستگی داده شد که آن را به مادر خود انتقال داده و پس از تکمیل عودت دهد. همچنین از مسئولان مدرسه خواسته شد تا تکمیل پرسشنامه توسط مادران را پیگیری نمایند. با وجود پیگیری‌های مکرر، تعداد ۲۲ پاسخنامه هرگز توسط مادران عودت داده نشد و این موضوع باعث شد که پاسخنامه آن دانش‌آموزان نیز از لیست داده‌ها حذف گردد؛ اما به دلیل تعداد زیاد گروه نمونه و همچنین به دلیل اینکه پاسخ‌های عودت داده نشده، تقریباً در همه مدرسه توزیع شده بود، به نظر نمی‌رسد که خللی در تعداد و معرف بودن نمونه‌ها ایجاد شده باشد. پس از اجرای تست و گردآوری داده‌ها، پاسخ‌های هر دانش‌آموزان و مادران آن‌ها از طریق کدگذاری به کامپیوتر منتقل و برای تجزیه و تحلیل آماری آماده گردید.

روش تجزیه و تحلیل داده‌های آماری

جهت تجزیه و تحلیل یافته‌های این تحقیق از روش‌های آمار توصیفی و با بهره‌گیری از آمار استنباطی به منظور طراحی یک مدل ساختاری مناسب برای پیش‌بینی احساس تنهایی در دانش‌آموزان از شیوه آماری تحلیل مسیر^۱ استفاده شد (کرلینجر^۲، ۱۳۹۳).

یافته‌ها

یافته‌های توصیفی متغیرهای پژوهش در جدول (۲) آورده شده است.

1- Path

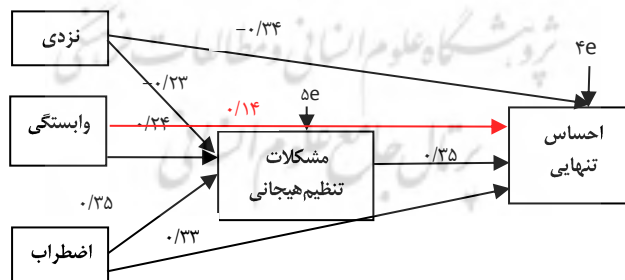
2- Kerlinger & Nichols

جدول (۲) شاخص‌های توصیفی میانگین و انحراف استاندارد متغیرهای اصلی تحقیق

کمترین	بیشترین	کجی	کشیدگی	میانگین	انحراف استاندارد
۶	۲۹	-۰/۳۱۴	۱/۴۲۸	۱۷/۱۵۰۴	۲/۹۸۰۳۷
۸۰/۱۰	۲۶	-۰/۱۴۵	-۰/۳۵۷	۷۸۳۱۱۸	۳/۲۸۸۲۵
۶	۲۸	-۰/۳۹۲	۰/۴۵۰	۱۴/۰۸۲۰	۳/۵۴۸۰۷
۳۶	۱۵۷/۳۷	-۰/۴۴۸	۰/۴۳۶	۹۸/۵۲۷۸	۱۹/۱۲۳۳۷
۱۵/۲۹	۸۰	-۰/۴۶۵	۱/۳۹۶	۵۰/۳۵۲۳	۷/۳۸۳۲۹

مندرجات جدول (۲) نشان می‌دهد که میانگین و انحراف استاندارد نمرات ارائه شده است. براساس اطلاعات به دست آمده میانگین متغیر نزدیکی برابر با ۱۷/۱۵، وابستگی برابر با ۱۸/۷۸، اضطراب برابر با ۱۴/۰۸ مشکلات تنظیم هیجانی برابر با ۹۸/۵۲ و میانگین احساس تنهایی برابر با ۵۰/۳۵ است. همچنین با توجه به اینکه مقادیر چولگی و کشیدگی داده‌ها بین +۲ و -۲ است داده‌ها در سطح ۰/۰۵ از توزیع بهنجار برخوردارند (چو، پولانسکی و ماسون، ۱۹۹۸).

به منظور پیش‌بینی احساس تنهایی توسط متغیرهای سبک‌های دلبستگی مادران، مشکلات تنظیم هیجانی دختران نوجوان، از روش تحلیل مسیر استفاده گردید. مطابق پیشینه، مدل بررسی شده به همراه شاخص‌های مربوط به برازش در ادامه ارائه شده است.



شکل (۲) مدل تجربی احساس تنهایی

جدول (۳) شاخص‌های برازش مدل

شاخص برازش	دامنه مورد قبول	مقدار مشاهده شده	ارزیابی شاخص برازش
χ^2/df	≤ 3	۲/۷۵	مناسب
IFI	> 0.9	۰/۹۴	مناسب
SRMR	< 0.08	۰/۰۶۹	مناسب
RMSEA	< 0.08	۰/۰۷۸	مناسب
CFI	> 0.9	۰/۹۲	مناسب
GFI	> 0.9	۰/۹۱	مناسب
RFI	> 0.9	۰/۹۱	مناسب
NFI	> 0.9	۰/۹۰	مناسب

در جدول (۳)، شاخص نسبت مجذور کای بر درجه آزادی (χ^2/df) برازش مدل را تأیید می‌کند. χ^2/df که این عدد کمتر از ۳ است و به معنی برازش مدل با داده‌هاست. خطای ریشه دوم میانگین مربعات خطای برآورد (RMSEA) برابر ۰/۷۸ و ریشه دوم میانگین مربعات باقی مانده (SRMR) برابر با ۰/۰۶۹ است که از میزان ملاک (۰/۰۸) کوچک‌تر است و در نهایت شاخص‌های GFI، CFI، IFI، RFI و NFI نیز از ملاک مورد نظر (۰/۹) بزرگ‌تر هستند. در مجموع و با در نظر گرفتن مجموع شاخص‌های برازش محاسبه شده، برازش مدل با داده‌ها و وجود رابطه بین سبک دل‌بستگی مادران و تنظیم هیجانی دختران، با احساس تنهایی مورد تأیید قرار می‌گیرد.

ماتریس همبستگی بین متغیرهای پژوهش

جدول (۴-۵) ماتریس ضرایب همبستگی بین متغیرهای پژوهش

متغیرها	۱	۲	۳	۴
۱- نزدیکی	۱			
۲- وابستگی	-۰/۴۱۶**	۱		
۳- اضطراب	-۰/۵۱۲**	-۰/۴۶۴**	۱	
۴- مشکلات تنظیم هیجانی	-۰/۴۰۲**	-۰/۴۷۹**	۰/۵۴۹**	۱
۵- احساس تنهایی	-۰/۵۱۲**	-۰/۱۹۲*	۰/۴۷۹**	۰/۴۹۳**
ضریب تعیین	۲۶/۲۱	۳/۶۸	۲۴/۷۰	۲۴/۳۰

* معنی‌داری در سطح ۰/۰۵ ** معنی‌داری در سطح ۰/۰۱

در جدول (۴) نتایج همبستگی بین سبک‌های دلبستگی، مشکلات تنظیم هیجانی و احساس تنهایی نشان داده شده است. بر اساس نتایج به دست آمده تمامی ضرایب همبستگی محاسبه شده معنی‌دار می‌باشند. رابطه بین سبک دلبستگی نزدیکی با متغیرهای مشکلات تنظیم هیجانی و احساس تنهایی منفی و رابطه بین سبک‌های دلبستگی وابستگی و اضطراب با متغیرهای مشکلات تنظیم هیجانی و احساس تنهایی مثبت است. در نهایت رابطه بین متغیرهای مشکلات تنظیم هیجانی و احساس تنهایی نیز مثبت است.

در مدل اصلاح شده پژوهش حاضر، سبک دلبستگی نزدیکی ۲۶/۲۱ درصد، سبک دلبستگی وابستگی ۳/۶۸ درصد، سبک دلبستگی اضطراب ۲۴/۷۰ درصد و مشکلات تنظیم هیجانی ۲۴/۳۰ درصد واریانس احساس تنهایی را تبیین کردند. در واقع میزان کل احساس تنهایی از متغیرهای برون‌زا (پیش‌بین) و هم از نقش متغیرهای واسطه‌ای تأثیر پذیرفته است که ۲۱/۲۶ درصد از واریانس احساس تنهایی به وسیله سبک دلبستگی نزدیکی تبیین شده است که بیشترین سهم متغیر ملاک را در میزان احساس تنهایی داشته است.

* یافته سبک‌های دلبستگی مادران به صورت مستقیم و با واسطه‌گری مشکلات تنظیم هیجانی به صورت غیرمستقیم احساس تنهایی دختران را پیش‌بینی می‌کند:

جدول (۵) ضرایب مسیر مستقیم و غیرمستقیم بین سبک دلبستگی مادران و احساس تنهایی

از متغیر	به متغیر	اثر مستقیم	اثر غیرمستقیم	اثر کل
نزدیکی	مشکلات تنظیم هیجانی	-۰/۲۲۷	-	-۰/۲۲۷
وابستگی	مشکلات تنظیم هیجانی	۰/۲۴۳	-	۰/۲۴۳
اضطراب	مشکلات تنظیم هیجانی	۰/۳۴۸	-	۰/۳۴۸
نزدیکی (مسیر ۴) ^۱	احساس تنهایی	-۰/۳۳۹	-۰/۰۸۰	-۰/۴۱۹
وابستگی (مسیر ۴)	احساس تنهایی	۰/۱۴۳	۰/۰۸۶	۰/۲۲۹
اضطراب (مسیر ۴)	احساس تنهایی	۰/۳۳۴	۰/۱۲۳	۰/۴۵۷

در جدول (۵) ضرایب استاندارد مستقیم و غیرمستقیم رابطه بین سبک‌های دلبستگی و

۱- مسیر ۴ مربوط به نقش واسطه‌ای مشکلات تنظیم هیجانی است

احساس تنهایی و رابطه غیرمستقیم با واسطه‌تری مشکلات تنظیم هیجانی ارائه شده است. نتایج نشان می‌دهد که ضرایب مسیر مربوط به رابطه سبک نزدیکی و سبک اضطراب با احساس تنهایی از لحاظ آماری معنادار بودند. همچنین رابطه بین سبک وابستگی و احساس تنهایی معنی‌دار نیست.

با توجه به نتایج به‌دست‌آمده، رابطه بین سبک دلبستگی نزدیکی و احساس تنهایی منفی بوده و افراد دارای نمرات بالاتر در سبک نزدیکی، احساس تنهایی پایین‌تری دارند. رابطه بین سبک اضطراب با احساس تنهایی مثبت است و افراد دارای نمرات بالاتر در سبک اضطراب، احساس تنهایی بیشتری دارند. همچنین بر اساس نتایج به‌دست‌آمده و با توجه به معنی‌داری ضرایب غیرمستقیم محاسبه‌شده، فرضیه پژوهش مبنی بر نقش واسطه‌ای مشکلات تنظیم هیجانی در رابطه بین سبک دلبستگی مادران و احساس تنهایی مورد تأیید قرار می‌گیرد.

*یافته دیگری، مشکلات تنظیم هیجانی به‌صورت مستقیم احساس تنهایی دختران را پیش‌بینی می‌کند:

جدول (۶) ضرایب مسیر مستقیم بین مشکلات تنظیم هیجانی و احساس تنهایی دختران

از متغیر	به متغیر	اثر مستقیم	اثر غیرمستقیم	اثر کل
مشکلات تنظیم هیجانی	احساس تنهایی	۰/۳۵	-	۰/۳۵

در جدول (۶) ضرایب استاندارد مستقیم نشان داده است که بین مشکل تنظیم هیجانی و احساس تنهایی دختران رابطه مستقیم وجود دارد و با افزایش مشکلات تنظیم هیجانی دختران، احساس تنهایی دختران نیز بیشتر می‌شود. نتایج نشان داده است که ضرایب مسیر مربوط به این دو متغیر از لحاظ آماری معنادار بودند. با توجه به نتایج به‌دست‌آمده، رابطه بین مشکلات تنظیم هیجانی و احساس تنهایی مثبت است. همچنین بر اساس نتایج به‌دست‌آمده و با توجه به معنی‌داری ضرایب مستقیم محاسبه‌شده، فرضیه پژوهش مبنی بر نقش مشکلات تنظیم هیجانی در میزان افزایش احساس تنهایی مورد تأیید قرار می‌گیرد.

بحث و نتیجه‌گیری یافته‌های پژوهش

هدف اصلی پژوهش حاضر، تدوین مدل پیش‌بینی احساس تنهایی دختران نوجوان دبیرستانی شهر تهران، بر اساس سبک‌های دلبستگی مادران و نقش واسطه‌گری مشکلات تنظیم هیجانی دختران نوجوان دبیرستانی با داده‌های تجربی بود. نتایج نشان داد که به‌منظور بررسی رابطه احساس تنهایی با متغیرهای سبک‌های دلبستگی و مشکلات تنظیم هیجانی، در قالب یک مدل از روش تحلیل مسیر استفاده گردید. در مجموع و با در نظر گرفتن مجموع شاخص‌های برازش محاسبه‌شده، برازش مدل با داده‌ها و وجود رابطه بین سبک‌های دلبستگی و با در نظر گرفتن مشکلات تنظیم هیجانی با احساس تنهایی مورد تأیید قرار گرفت، همچنین در ماتریس همبستگی نشان داده شد که رابطه بین سبک دلبستگی نزدیکی و احساس تنهایی منفی و معنی‌دار، رابطه بین سبک دلبستگی اضطراب با احساس تنهایی مثبت و معنی‌دار و همچنین بر اساس یافته‌های پژوهش نقش واسطه‌ای مشکلات تنظیم هیجانی در رابطه بین سبک دلبستگی و احساس تنهایی مورد تأیید قرار گرفت و در رابطه با مشکلات تنظیم هیجانی و احساس تنهایی رابطه مثبت و معنادار نشان داده شد.

یافته اول پژوهش نشان داد که سبک‌های دلبستگی مادران به‌صورت مستقیم و با واسطه‌گری مشکلات تنظیم هیجانی به‌صورت غیرمستقیم احساس تنهایی دختران را پیش‌بینی می‌کند که پیشینه تحقیق نشان داد که دلبستگی والدین، با چند بعد مهم از تکامل نوجوان، سازگاری عاطفی-اجتماعی، مشکلات عاطفی، هیجانی و تنظیم هیجانات، خود‌پنداره و احساس تنهایی در ارتباط است. (هرمن، ۲۰۱۵؛ بیرامی، بخشی‌پور، علیلو و اقبالی، ۱۳۹۳). دانبرگ، آندرسن، مک کی و لارسون (۲۰۱۵) در پژوهش خود بیان کردند که نوجوانی، دوره انتقالی مهمی را در خانواده و انتظارات از نقش اجتماعی، همراه با افزایش محدود و نزدیکی روابط اجتماعی به دنبال دارد که سبک‌های دلبستگی والدین در این مسئله بسیار حائز اهمیت است. بر این اساس بزرگسالان دارای دلبستگی ایمن آن دسته افرادی هستند که یک حس مثبت نسبت به خود و درک مثبتی از دیگران دارند و از لحاظ اجتماعی اعتمادبه‌نفس بیشتری دارند و موفق هستند. نتایج کلی پژوهش حاضر از نتایج

مطالعات قبلی که نشان دادند، بین سبک‌های دلبستگی و احساس تنهایی رابطه معناداری وجود دارد (بشارت، گران‌مایه‌پور، پورنقدعلی، افقی، حبیب‌نژاد و آقایی ثابت، ۱۳۹۱؛ گوهرسن، باتی و ورث، ۲۰۰۹؛ جکسون، ۲۰۱۰) که همسو با یافته‌ی پژوهشی است.

در تحقیق حاضر نیز ارتباط بین سبک‌های دلبستگی نزدیکی و اضطرابی بر احساس تنهایی تأیید شد که ۲۶/۲۱ درصد و ۲۴/۷۰ درصد از واریانس احساس تنهایی را این دو سبک تبیین کردند. چراکه هرچقدر میزان سبک دلبستگی نزدیک بودن کاهش یافته، میزان احساس تنهایی افزایش یافته است و همچنین نشان داده شد که با افزایش سبک دلبستگی اضطرابی، میزان احساس تنهایی هم افزایش یافت. پس رابطه دوسویه‌ای بین سبک‌های دلبستگی و احساس تنهایی وجود دارد. بر اساس واریانس‌های به‌دست‌آمده افرادی که ایمن هستند در برقراری روابط صمیمی راحت هستند و تمایل دارند برای دریافت حمایت به دیگران وابسته باشند و اطمینان دارند که دیگران آن‌ها را دوست دارند؛ و نوجوانان چهره‌های دلبستگی خود را به‌عنوان افرادی گرم توصیف می‌کنند و تصویری مثبت از خود دارند و دچار مسائلی از قبیل انزوا، افسردگی و حس تنهایی کمتر می‌شوند و درگیر روابط مثبت و انتظارات مثبت از والدین و خانواده و محیط‌هایی چون مدرسه دارند؛ اما باقیمانده‌ی واریانسی که احساس تنهایی را تبیین می‌کند و سهم دلبستگی نزدیکی نشده است، می‌توان به عوامل فرهنگی، مسائل اجتماعی چون استفاده از شبکه‌های اجتماعی و نوع تأثیر ژن‌ها باشد که در پژوهش حاضر این عوامل در نظر گرفته نشده است چراکه به‌تازگی پژوهشگران برای پیدا کردن دلایل تنهایی افراد به ژن‌ها مشکوک شده‌اند و دنبال ردپای آن‌ها در این مسئله هستند. تحقیقات جدید نشان داده که نه تنها وضعیت اجتماعی ما، بلکه ژن‌هایی که با آن‌ها متولد شده‌ایم هم در احساس تنهایی مان دخالت دارند. درحالی‌که عوامل محیطی قطعاً نقش بیشتری ایفا می‌کنند که در زمینه رابطه با مادر معمولاً دلبستگی خود را نشان می‌دهد و یکی از عوامل مهم در تحول اجتماعی کودک و نوجوان محسوب می‌شود (هاکینگ، سیمونز و سورت، ۲۰۱۶).

اما دلبستگی ناایمن موجب می‌شود تا افراد احساس تنهایی بیشتری کنند و ممکن است شروع این احساس موجب شود آنان خود را مستحق ناایمنی و خود پنداره ضعیف بدانند

در واقع نتایج پژوهش حاضر نشان داد که احساس تنهایی از طریق سبک‌های دلبستگی قابل پیش‌بینی است. همچنین در خصوص رابطه بین سبک‌های دلبستگی و احساس تنهایی نیز پژوهش‌های مختلف از جمله پاکدامن و همکاران (۲۰۱۶) نشان دادند که احساس تنهایی از طریق سبک‌های دلبستگی قابل پیش‌بینی است و چهار سبک دلبستگی احساس تنهایی را تبیین می‌کنند و سبک دلبستگی ایمن با احساس تنهایی خانوادگی و اجتماعی رابطه معکوس دارد. همچنین در خصوص رابطه‌ی بین سبک‌های دلبستگی و تنظیم هیجانی پژوهش وی، وگل، کو و زکالیک^۱ (۲۰۰۵) نشان داد که سبک دلبستگی اضطرابی و اجتنابی در خلق منفی و روابط بین فردی از طریق استراتژی‌های تنظیم هیجان تأثیر دارد. یافته‌های جونز، بارت، ارلیچ، لیجوز و کسیدی (۲۰۱۴) و واحدی و همکاران (۲۰۱۶) نیز نشان داد که افرادی که سبک دلبستگی اضطرابی و اجتنابی دارند، مشکل بیشتری در تنظیم هیجان‌ات خود دارند. همچنین در این پژوهش یافته‌های حاصل از فرضیه مربوط به سبک دلبستگی و احساس تنهایی نشان داد که از میان سه سبک دلبستگی مادران (نزدیکی، اضطرابی، وابستگی) تنها سبک دلبستگی وابستگی رابطه معناداری با احساس تنهایی ندارد که تنها ۳/۶۸ درصد از میزان احساس تنهایی را تبیین کرد که کمترین سهم را در بین سه سبک دلبستگی دارا است. در واقع مقدار به‌دست‌آمده حاکی از رابطه معنادار بین آن‌ها نبود که این یافته با نتایج تعدادی از مطالعاتی چون نتایج پژوهش سبک دلبستگی وابستگی با احساس تنهایی سی چتی و روگوچ (۲۰۰۹) مطابقت نداشت. علت این امر می‌تواند عوامل واسطه‌ای همچون تفاوت‌های فرهنگی، به لحاظ پاسخگویی مادران، تفاوت در ابزار مورد استفاده، ویژگی‌های فردی خود نوجوانان باشد که می‌تواند بر پاسخگویی والدین به نیازهای آن‌ها مؤثر باشند؛ اما دیگر سبک‌ها با احساس تنهایی تجربه‌شده و در نتیجه با رفتارهای مشکل‌ساز همراه است. صدری دمیرچی، اسدی شیشه‌گران و اسماعیلی (۱۳۹۵) در پژوهش خود نشان دادند که تنظیم هیجانی به‌عنوان یکی از دلایل بروز احساس تنهایی است. در پژوهش حاضر بر اساس یافته‌ها نشان داده شد که سبک‌های دلبستگی مادران با واسطه‌گری مشکلات تنظیم هیجانی می‌توانند بر احساس تنهایی تأثیرگذار باشند و بخش قابل توجهی از احساس تنهایی،

1- Wei, Vogel Ku & Zakalik

ناشی از مشکلات تنظیم هیجانی است که همسو با تحقیقات (دوی، پریهاتسننتی، سیستیواون و سیسواتی، ۲۰۱۵؛ فوسکو، استورمشاک، دیشن و وینتر، ۲۰۱۲) است.

یافته دوم بیانگر این بود که مشکلات تنظیم هیجانی به صورت مستقیم احساس تنهایی دختران را پیش‌بینی می‌کند که یافته‌های حاصل در مورد نتایج بین مشکل تنظیم هیجانی مادران و احساس تنهایی دختران رابطه مستقیم وجود دارد که $24/30$ درصد از واریانس احساس تنهایی از طریق مشکلات تنظیم هیجانی تبیین شده است و با افزایش مشکلات تنظیم هیجانی دختران، احساس تنهایی دختران نیز بیشتر خواهد بود. بر این اساس در سازه دل‌بستگی عنصر هیجانی وجود دارد و تعامل‌های هیجانی و نظم‌جویی هیجان در شکل‌گیری دل‌بستگی نقش اساسی را ایفا می‌کنند (رونر، ۲۰۱۳)؛ بنابراین نقش تعامل‌های مادر - فرزند در توانایی‌های نظم‌جویی هیجان آشکار است و همچنین دل‌بستگی سالم با فراهم آوردن احساس امنیت برای تنظیم موفقیت‌آمیز عاطفه منفی، افراد ایمن را قادر می‌سازد که از احساسات منفی آگاهی یابند و به کمک دیگران با آن‌ها مقابله کنند و افرادی که دارای سبک دل‌بستگی نایمن اجتنابی هستند، از پرداختن به احساسات خود خودداری می‌کنند که معمولاً در مدیریت هیجان‌های خود ضعیف هستند که همسو با نتایج یافته‌های (صالحی‌پور، مدرس، رویین‌پور و طالبی، ۲۰۱۶؛ ویلیامز، تامپسون و آندرو، ۲۰۱۳ و گیوراک، گراس و اتکین، ۲۰۱۱) است. همچنین در خصوص رابطه بین تنظیم هیجانی و احساس تنهایی پژوهش‌های مختلف از جمله پژوهش شی، زهانگ، زهانگ، فو و وانگ (۲۰۱۶) و صدری دمیرچی، اسدی شیشه‌گران و اسماعیلی (۱۳۹۵) نشان دادند که افرادی که تنظیم هیجانی بالایی دارند، احساس تنهایی کم‌تری دارند و تنظیم هیجانی در احساس تنهایی نقش میانجی دارد.

همچنین افراد دارای سبک دل‌بستگی اضطرابی در زندگی روزمره تجارب هیجانی منفی بیشتری را تجربه می‌کنند. در نهایت نتایج نقش این عوامل واسطه‌ای با نتایج گزارش شده تحقیق کروویس و همکاران (۲۰۱۴) نشان داده شد که سبک دل‌بستگی اجتنابی بر فرایند پردازش و تنظیم هیجان تأثیر دارد و موجب قرار گرفتن افراد در معرض خطر افسردگی و احساس تنهایی می‌گردد. همان‌طور که ملاحظه می‌شود، بین نتایج پژوهش‌های مختلف تا

حدودی تفاوت وجود دارد و به‌همین دلیل پژوهش‌های بیشتری در زمینه بررسی روابط این متغیرها لازم است. می‌توان این‌گونه تبیین نمود که افراد دچار دل‌بستگی اضطرابی دارای تمایل شدید به برقراری روابط مثبت دارند اما درعین‌حال نگرانی بسیاری از طرد شدن دارند. پذیرش از طرف دیگران را شرط لازم برای برقراری روابط خود می‌دانند و به‌محض اینکه دچار تردید در انتخاب‌های خود شوند، انزوا و حس تنهایی را به ناگزیر انتخاب می‌کنند و میزان غم، افسردگی و حس تنهایی آن‌ها افزایش می‌یابد؛ که در این تحقیق با توجه به نقش میانجیگری مشکلات تنظیم هیجانی و نداشتن آگاهی‌های هیجانی مناسب، دختران نوجوان بخشی از واریانس احساس تنهایی خود را عدم تنظیم هیجانی مناسب در برگرفته است که نشان‌دهنده‌ی این موضوع است که صرفاً نوع سبک دل‌بستگی در افزایش یا کاهش احساس تنهایی دخیل نیست و عوامل روان‌شناختی که خود نوجوانان هم دارا هستند، تأثیرگذار است؛ اما نباید فراموش شود که میزان داشتن یا نداشتن عواطف مناسب و استفاده مناسب از هیجان‌ات بخشی از آن از الگوپذیری‌هایی است که از مادران در خانواده نشایت می‌گیرد. به‌عنوان مثال، مادر افسرده بخش قابل‌توجهی از یاس و غم و اضطراب و نداشتن عکس‌العمل‌های عاطفی مناسب را به فرزندان خود می‌آموزد که البته که دریافته پژوهش حاضر مسائلی چون اقتصادی، فرهنگی و دیگر ابعاد روانی و اجتماعی نوجوان و خانواده در نظر گرفته نشده است؛ که هرچه عوامل تأثیرگذار بیشتری را در یافته‌های پژوهش خود دخیل دانسته، در جهت پیشگیری از یاس و ناامیدی فرزندان تأثیرات به‌سزایی خواهد داشت.

در خصوص نتایج پژوهش‌های پیشین نیز به‌طور کلی مشخص شد که بین سبک‌های دل‌بستگی با احساس تنهایی رابطه معناداری وجود دارد و سبک‌های دل‌بستگی می‌توانند پیش‌بینی‌کننده‌ی احساس تنهایی باشند. همچنین نتایج پژوهش‌ها نشان داد که مشکلات تنظیم هیجانی با احساس تنهایی و سبک‌های دل‌بستگی رابطه دارند اما نقش میانجی این متغیر کمتر بررسی شده بود. لذا پژوهش حاضر به‌منظور پر کردن این خلأهای پژوهشی و طراحی یک مدل ساختاریافته که به مطالعه هم‌زمان این متغیرها و مشخص کردن اثرات مستقیم و غیرمستقیم متغیرها بر احساس تنهایی بپردازد و نقش متغیرهای میانجی را تعیین نماید، شکل گرفت و انجام شد

در مجموع نتایج نشان داد که پژوهش حاضر، با در نظر گرفتن مؤلفه‌های اصلی در ساختار خانواده (والدین)، به نقش سبک‌های دلبستگی و عواطف و هیجانات به‌عنوان متغیری زیربنایی در بروز مشکلات عاطفی احساس تنهایی فرزندان اشاره می‌کند. در واقع نتایج حاصل از این پژوهش، ضمن ایجاد چشم‌اندازی روشن و عملی برای خانواده‌ها و مسئولان مدارس، می‌تواند راهنمای کاربردی و تجربی مطلوبی برای ایجاد فضای عاطفی مناسب و اصلاح تعارضات بین والدین و فرزندان و در کل رشد انسانی و متعاقباً کاهش انزوا و احساس تنهایی و افزایش ابراز تنظیم هیجانات مناسب را فراهم آورد.

همچنین در متون پژوهش (تا آنجایی که پژوهشگر توانسته است که بررسی نماید) تحقیقی وجود ندارد که در آن ارائه مدلی در جهت پیش‌بینی احساس تنهایی بر اساس سبک‌های دلبستگی و مشکلات هیجانی مادران با میانجیگری مشکلات تنظیم هیجانی دانش‌آموزان دبیرستانی را، مورد بررسی قرار داده باشد؛ بنابراین به نظر می‌رسد این پژوهش از این لحاظ منحصر به فرد باشد.

از مزایای این پژوهش، ارائه‌ی مدل احساس تنهایی دختران نوجوان بر اساس روابط والد - فرزندی بود. این مدل روان‌شناختی به‌لحاظ هزینه و زمان برای دانش‌آموزان و مادران از راهبردهای مناسبی برای مسئولین آموزش و پرورش و هم‌خانواده‌ها برخوردار بود. راهگشای انتشار این مدل، با در نظر گرفتن برخی محدودیات مانند این که پژوهشگر به‌علت محدودیت‌های اجرای تحقیق در مدارس پسرانه، پژوهش را تنها بر روی دانش‌آموزان و مادران آن‌ها انجام داده است و از این رو نتایج آن قابل‌تعمیم به جامعه پسران و پدران نیست و امکان‌تعمیم‌پذیری یافته‌ها را به‌کل جامعه محدود می‌نماید. لذا برای رفع این محدودیت پیشنهاد می‌شود در پژوهش‌های آتی با حجم نمونه بزرگ‌تر و از گروه‌های مختلف جامعه به‌منظور ارزیابی کارایی و کاربردپذیری روابط عاطفی و اجتماعی نوجوانان صورت گیرد؛ و به‌دلیل تازه بودن موضوع، محدودیت در منابع، مقالات و تحقیقاتی که مستقیماً به بررسی نقش احساس تنهایی دختران نوجوان به‌وسیله الگوهای دلبستگی مادران با واسطه‌گری مشکلات تنظیم هیجانی دختران نوجوان بپردازد، نه‌تنها در داخل کشور یافت نشد، در خارج از کشور نیز محدود به‌نظر آمد. همچنین با توجه به نتایج این پژوهش مبنی بر اینکه بین

سبک‌های دلبستگی والدین با احساس تنهایی نوجوانان رابطه معناداری وجود دارد، تأثیر به سزای فضای خانوادگی و ارتباط چهره‌ی دلبستگی از (مادر) در روابط بین فردی و همچنین سلامت روانی، کاهش مشکلات تنظیم هیجانی و کاهش احساس تنهایی پیشنهاد می‌شود که برنامه‌های مداخلاتی و آگاه‌سازی نهادهای اجرایی مدارس مبتنی بر دخالت و حضور والدین طراحی شود تا در جهت کاهش مشکلات نوجوانان گام موثری برداشته شود.

تشکر و قدردانی

بدین‌وسیله لازم است از تمامی کسانی که جهت انجام پژوهش حاضر همکاری کاملی داشتند، قدردانی و تشکر به‌عمل آید.

۱۳۹۶/۱۰/۱۵

تاریخ دریافت نسخه اولیه مقاله:

۱۳۹۷/۰۳/۱۰

تاریخ دریافت نسخه نهایی مقاله:

۱۳۹۷/۰۴/۲۰

تاریخ پذیرش مقاله:

پژوهشگاه علوم انسانی و مطالعات فرهنگی
پرتال جامع علوم انسانی

منابع

- ابوحمزہ، الہام و کتایون خوشابی (۱۳۹۳). *جان بالبی: نظریه دل‌بستگی*، تهران: دانژه، چاپ دوم.
- بشارت، محمدعلی؛ گران‌مایه‌پور، شیوا؛ پورنقدعلی، علی؛ افقی، زهرا، حبیب‌نژاد، محمد و سارا آقایی ثابت (۱۳۹۱). رابطه ناگویی هیجانی و مشکلات بین شخصی: نقش تعدیل‌کننده سبک‌های دل‌بستگی، *فصلنامه روان‌شناسی معاصر*، ۹ و ۱، ۱۶-۳.
- بیرامی، منصور؛ هاشمی، تورج؛ بخشی‌پور، عباس؛ محمود علیلو، مجید و علی اقبالی (۱۳۹۳). مقایسه تأثیر دو روش آموزش تنظیم هیجان و شناخت درمانی مبتنی بر ذهن آگاهی، بر پریشانی روان‌شناختی و راهبردهای شناختی تنظیم هیجان مادران کودکان عقب‌مانده ذهنی، *فصلنامه پژوهش‌های نوین روان‌شناختی*، ۹ و ۳۳، ۴۳-۵۹.
- پاک‌دامن، شهلا و خان محمدی، مهدی (۱۳۹۰). نقش قرزندپروری ادراک‌شده در رابطه بین سبک‌های دل‌بستگی و جمع‌گرایی در دانشجویان، *فصلنامه پژوهش‌های روان‌شناسی اجتماعی*، ۱ و (۴)، ۱۰۲-۸۱.
- جبردهی، روح‌الله (۱۳۸۵). بررسی میزان شادکامی و احساس تنهایی در بین زنان خانه‌دار، کارمند و پرستار، *پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه گیلان*.
- حیدری، علیرضا، احتشام‌زاده، پروین و فاطمه حلاجانی (۱۳۸۸). رابطه تنظیم هیجانی فراشناخت و خوش‌بینی با اضطراب امتحان دانشجویان، *مجله یافته‌های نو در روان‌شناسی*، ۴ و ۱۱، ۱۹-۷.
- داورپناه، فروزنده (۱۳۷۳). *هنجاریابی نسخه تجدیدنظر شده مقیاس احساس تنهایی برای دختران ۱۸-۱۲ ساله در شهر تهران، پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه علامه طباطبایی*.
- سلیمانی، مجید (۱۳۹۴). بررسی رابطه بین میزان استفاده از شبکه‌های اجتماعی مجازی تلفن همراه با اهمال‌کاری تحصیلی، احساس تنهایی، سلامت روان در دانش‌آموزان پسر سوم دبیرستان شهر قم، *روانشناسی تربیتی، پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه علامه طباطبایی*.
- صدری دمی‌رچی، اسماعیل؛ اسدی شیشه‌گران، سارا و فریبا اسماعیلی قاضی ولویی (۱۳۹۵). اثربخشی آموزش تنظیم هیجان بر تنظیم شناختی هیجان، احساس تنهایی و صمیمیت اجتماعی زنان دارای همسر معتاد، *فصلنامه مددکاری اجتماعی*، ۵ (۲)، ۴۶-۳۷.
- عسگری، پرویز؛ غلامرضا، پاشا و مریم امینیان (۱۳۸۸). رابطه تنظیم هیجانی، فشارزاهای روانی زندگی و تصویر بدن با اختلالات در زنان، *نشریه اندیشه و رفتار (روانشناسی کاربردی)*، ۴ و (۱)، ۷۸-۶۵.

فرمانی، فردین (۱۳۹۳). اثربخشی واقعیت‌درمانی به روش گروه‌درمانی بر میزان استرس، اضطراب و افسردگی و احساس تنهایی بیماران مبتلابه مالتی پل ایکلروزیس، پایان‌نامه کارشناسی ارشد. دانشگاه علامه طباطبائی.

فیاض، ریحانه؛ عامری، فریده و محمدعلی بشارت (۱۳۹۴). مقایسه بین سبک‌های فرزند پروری والدین و استحکام من فرزندان، فصلنامه رویش روان‌شناسی، ۴ و (۱)، ۱۰۹-۱۲۶.

کرلینجر، پدهاز (۱۳۹۳). رگرسیون چندمتغیری در پژوهش رفتاری (ترجمه حسن سرایی)، تهران: سمت، تاریخ انتشار به زبان اصلی ۱۹۸۲.

کرمی جویانی، فاطمه؛ سروقد، سیروس و حسین بقولی ریا (۱۳۹۴). رابطه ویژگی‌های شخصیتی و سبک‌های هویت با رضایت از زندگی دانش‌آموزان، فصلنامه علمی - پژوهشی / رهیافتی نو در مدیریت آموزشی، ۶ و (۴)، ۱۱۵-۱۲۸.

Booth-LaForce, C. & Oxford, M.L. (2015). Trajectories of social withdrawal from grades 1 to 6: Prediction from early parenting, attachment, and temperament, *Journal of Developmental Psychology*, 44(5), 1298-1313.

Collins, G. & Read, E. (1996). Revised Adult Attachment Scale, Available From <http://www.psych.Ohiou.edu/IntakePacketPart.Doc>.

Chou, A. Polansky, M. and. Mason, R.L. (1998), Transforming nonnormal Data to Normality in Statistical Process Control, *Journal of psychology*, 33, 63-89.

Cicchetti, D. & Rogosch, F.A. (2009). Adaptive coping under conditions of extreme stress, *Journal of social psychology*, 42, 85-112.

Collins, N.L. & Read, S.J. (1990). Adult attachment, working models, and relationship quality in dating couples, *Journal of Personality and Social Psychology*, 54, 644-663.

Cruwys, T. Haslam. S.A, Dingle, G.A. Jetten, J. Homsey, M.J. Chong, E.M.D, & oei, t. p.s. (2014). Felling connected again: internations that increase social identification reduce depression symptoms in community and clinical setting, *Journal of Affective Disorders*, 159, 139- 146.

Dahlberg, Lena. Andersson, Lars... McKee, Kevin J &Lennartsson, Carin. (2015). Predictors of loneliness among older women and men in Sweden: A national longitudinal study, *Journal of Aging & Mental Health*, 52, 65-71.

Dewi, KS, Prihatsanti, U, Setyawan, I, Siswati. (2015). Children's Aggressive Behavior Tendency in Central Java Coastal Region: The Role of Parent-

-
- Child Interaction, Father's Affection and Media Exposure, *Journal of Procedia Environ Sci*, 23: 192–8.
- Fosco GM, Stormshak EA, Dishion TJ, Winter CE (2012). Family relationships and parental monitoring during middle school as predictors of early adolescent problem behavior, *Journal of J Clin Child Adolesc Psychol*, 41(2): 202–13.
- Garnefski, N. Van-Der-Kommer, T. Kraaij, V. Teerds, J. Legerstee, J. & Tein, E.O. (2006). The Relationship between cognitive Emotion Relationship Strategies and Emotional Problems: Comparison between a clinical and a Non-Clinical Sample, *Journal of Personality and Individual Differences*, 16-403-420.
- Gohnson, S.G. Batey, M.H. Is worth, L. (2009). Personality and health: the mediating role of trait Emotional intelligence and work Locus of control, *Journal of Personality and individual differences*, 47(50:470-475).
- Gyurak, A. Gross, J.J. & Etkin, A. (2011). Explicit and implicit emotion regulation: A dual-process framework, *Journal of Cognition and Emotion*, 25, 400–412. doi:10.1080/02699931.2010.544160.
- Herman k.s (2015). The influence of social self-efficacy, self esteem and personality differences on loneliness and depression, *Journal of Unpublished, the Ohio state university*, 85, 110-142.
- Hocking, Elise C. Simons, Raluca M, Surette, Renata J. (2016). Attachment style as a mediator between childhood maltreatment and the experience of betrayal trauma as an adult, *Journal of Child Abuse & Neglect*, 36, 66-92.
- Jackson, T. (2010). Protective self-presentation, sources of socialization, and loneliness among Australian adolescents and young adults, *Journal of Personality and Individual Differences*, 436 (1552–1562).
- Jones, Jason D. Brett, Bonnie E. Ehrlich, Katherine B. Lejuez, Carl W & Cassidy, Jude. (2014). Maternal Attachment Style and Responses to Adolescents' Negative Emotions: The Mediating Role of Maternal Emotion Regulation, *Journal of Parent Sci Pract*, 14(3-4): 235–257.
- Mollasaeidi, Sara. Arefi, Mozghan & Aghaei Joshoghani, Asghar. (2015). The Relationship between Identity Styles and Romantic Attachment among college students, *International Journal of Psychology and Behavioral Research*, Vol. 4(1), 9-14.

- Müller, A.W. & Reizenzein, R. (2013). Emotionen–Natur und Funktion the nature and function of multilevel influences on the determinants of resilience in maltreated children, *Journal of New Directions for Child and Adolescent Development*, 2009 (124), 47–59.
- Ratz KL, Roemer L. (2004). Multidimensional assessment of emotion regulation and dysregulation: Development, factor structure, and initial validation of the difficulties in emotion regulation scale, *Journal of Psychopathol Behav*, 2004; 26: 41-54.
- Rohner, R.P. (2013). Parental acceptance-rejection theory, *Journal of University of Connecticut*, 22, 1-5.
- Russel, D.W, cutrona, C.E. & peplau, A. (1980). The revised UCLA loneliness scale.concurrent and discriminate validity Evidence, *Journal of personality and social psychology*, 39, 422-480.
- Russell, Dan. (1984). Social and emotional loneliness: An examination of Weiss's typology of loneliness, *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol 46(6), 1313-1321. Doi: 10.1037/0022-3514.46.6.1313.
- Salehi Pour, Elnaz. Pour Mohaddes, Golriz. Rooien Pour, Fereshteh & Talebi, Gholamreza. (2016). The Relationship between Coping Styles with Stress and Positive and Negative Affects with Academic Procrastination in Students, International, *Journal of humanities and cultural studies*, special Issue, 1851-1844.
- Williams, Alishia D. Thompson, Jessica & Andrews, Gavin. (2013). The impact of psychological distress tolerance in the treatment of depression, *Journal of Behaviour Research and Therapy*, 51, 469 – 475
- Wei, Meifen. Vogel, David L. Ku, Tsun-Yao & Zakalik, Robyn A. (2005). Adult Attachment, Affect Regulation, Negative Mood, and Interpersonal Problems: The -Mediating Roles of Emotional Reactivity and Emotional Cutoff, *Journal of Counseling Psychology*, Vol. 52, No. 1, 14–24
- Jones, Jason D. Brett, Bonnie E. Ehrlich, Katherine B. Lejuez, Carl W. & Cassidy, Jude. (2014). Maternal Attachment Style and Responses to Adolescents' Negative Emotions: The Mediating Role of Maternal Emotion Regulation, *Journal of Parent Sci Pract*, 14(3-4): 235–257.
- Shi, Rui. Zhang, Shilei. Zhang, Qianwen. Fu, Shaoping. Wang, Zhenhong. (2016). Experiential Avoidance Mediates the Association between Emotion Regulation Abilities and Loneliness, *Journal of PLoS ONE*, 11(12), 1-11.

-
- Pakdaman, Shahla. Saadat, Seyed Hassan. Shahyad, Shima. Ahmadi, Khodabakhsh & Hosseinialhashemi, Milad (2016). The Role of Attachment Styles and Resilience on Loneliness, *International Journal of Medical Research & Health Sciences*, 5, 9S, 268-274.
- Vahedi, Shahram; Badri Gargari, Rahim & Gholami, Somayeh (2016). Mediating Role of Cognitive Emotion Regulation Strategies on the Relationship between the Attachment Styles and Emotional Problems: A Path Analysis, *Journal of Iran J Psychiatry Behav Sci*, 10 (4), 1-8.

