

رابطه دل‌بستگی به والدین و همسالان و بخشش: بررسی نقش واسطه‌ای بلوغ عاطفی

راضیه شیخ‌الاسلامی¹
فاطمه کمالی²

چکیده

هدف: پژوهش حاضر به دنبال بررسی نقش واسطه‌ای بلوغ عاطفی در ارتباط بین دل‌بستگی به والدین و همسالان و بخشش بود. **روش:** پژوهش حاضر از نوع همبستگی و مدل تحلیل مسیر بود. شرکت‌کنندگان این پژوهش، 280 نفر (174 دختر و 106 پسر) از دانشجویان مقطع کارشناسی دانشگاه شیراز بودند که به شیوه خوشه‌ای چند مرحله‌ای انتخاب شدند. ابزارهای استفاده‌شده در پژوهش، شامل پرسشنامه دل‌بستگی به والدین و همسالان (آرمسدن و گرینبرگ، 1987)، پرسشنامه بلوغ عاطفی (سینگ و بهارگاو، 1974) و مقیاس بخشش تامپسون و همکاران (2005) بود. برای تعیین پایایی پرسشنامه‌ها از روش آلفای کرونباخ و برای احراز روایی مقیاسها از روش تحلیل عوامل استفاده شد. شواهد، مؤید پایایی و روایی مطلوب مقیاسها بود. به منظور بررسی مدل پژوهش، از مدل معادلات ساختاری استفاده شد. **یافته‌ها:** دل‌بستگی به والدین، هم به صورت مستقیم و هم غیر مستقیم و از طریق ابعاد بلوغ عاطفی، پیش‌بینی‌کننده بخشش است؛ به این صورت که دل‌بستگی به والدین به واسطه بلوغ عاطفی، بخشش را به صورت مثبت پیش‌بینی می‌کند. دل‌بستگی به همسالان نیز از طریق بلوغ عاطفی توانست بخشش را پیش‌بینی کند. **نتیجه‌گیری:** روابط عاطفی با افراد مهم زندگی، به واسطه بلوغ عاطفی، تأثیر بسزایی در بخشش خود و دیگران دارد.

واژگان کلیدی: بلوغ عاطفی، دل‌بستگی، بخشش.

دریافت مقاله: 96/05/11؛ تصویب نهایی: 97/01/24

1. دکتری روان‌شناسی تربیتی. دانشیار گروه روان‌شناسی تربیتی، دانشکده روان‌شناسی و علوم تربیتی، دانشگاه شیراز.
2. دانشجوی دکتری روان‌شناسی تربیتی دانشگاه شیراز (نویسنده مسئول) / نشانی: شیراز، بلوار جمهوری اسلامی، دانشگاه شیراز / نامبر: Email: f_kamali_phy@yahoo.com / 07136474408

الف) مقدمه

در سالهای اخیر، روان‌شناسی مثبت‌گرا¹ با ارج نهادن به نقش فضایل و توانمندی‌های انسان، زمینه مناسبی برای بررسی موضوعات و مفاهیمی فراهم آورده است که پیش از آن، تنها در حوزه دین و اخلاق مطرح بودند. از جمله این فضایل می‌توان به فضیلت بخشش² اشاره کرد که در دو دهه اخیر با اقبال روزافزون محققان مواجه شده و تحقیقات گسترده‌ای را به خود اختصاص داده است (ورتینگتون،³ 2005). بخشش، فضیلتی اخلاقی است که در مواجهه با خطا و اشتباه دیگران (با خود فرد) و به جای کینه‌ورزی، انتقام و آسیب‌زدن به فرد خطا کار بروز می‌کند. (انرایت،⁴ 2011)

با وجود ماهیت پیچیده بخشش و عدم وجود تعریف توافقی از آن، اکثر محققان بر اهمیت و نقش کلیدی هیجانات در بخشش توافق دارند و هیجانات را به عنوان یکی از اولین پیش‌بینی کننده‌های بخشش معرفی می‌کنند (کریستنسن و همکاران،⁵ 2011). در این راستا، ورتینگتون و همکاران (2001) معتقدند که بخشش در هیجانات افراد ریشه دارد. یکی از متغیرهای مرتبط با هیجانات، بلوغ عاطفی است که در سالهای اخیر توجه بسیاری را به خود جلب کرده است.

بلوغ عاطفی⁶ به عنوان یکی از ابعاد بلوغ، دو تا چهار سال پس از بلوغ (حدود 14 تا 18 سالگی) به وقوع می‌پیوندد (غفوری، 1390). برخی افراد اگر چه از نظر جسمی بالغ می‌شوند، ولی از نظر عاطفی هرگز به بلوغ نمی‌رسند. بلوغ عاطفی قابلیت مقاومت در برابر تأخیر ارضای نیازهاست (حیدری و همکاران، 1390). بلوغ عاطفی این قابلیت و توانایی را در فرد ایجاد می‌کند که به طور سازنده با واقعیت‌های زندگی روبه‌رو شود. (منیجر، 1999)

علاوه بر بلوغ عاطفی، یکی دیگر از منابع حمایتی که به نظر می‌رسد با بخشش در ارتباط باشد، روابط عاطفی با افراد مهم زندگی و دلبستگی⁷ به آنان است. بالبی (1969؛ 1973؛ 1982) معتقد است نحوه مقابله افراد با شرایط تهدیدآمیز و استرس‌زا، حاصل فعال شدن سیستم دلبستگی آنان است. او (1969) دلبستگی را تمایل ذاتی انسان به برقراری پیوند عاطفی عمیق با افراد خاص می‌داند و معتقد است که عملکرد مطلوب نظام دلبستگی، به کیفیت ارتباط مادر - نوزاد (مراقب - نوزاد) و میزان دسترسی، حمایت و پاسخگو بودن چهره دلبستگی به هنگام نیاز بستگی دارد. از این رو، پژوهش حاضر در قالب یک مدل علی به بررسی برخی از

1. Positive Psychology

2. Forgiveness

3. Worthington

4. Enright

5. Christensen, Padilla-Walker, Busby, Hardy & Day

6. Emotional Maturity

7. Attachment

پیشایندهای بخشش می‌پردازد. بدین منظور، دل‌بستگی به والدین و همسالان به عنوان متغیرهای برون‌زاد مدل، بلوغ عاطفی به عنوان متغیر واسطه و بخشش به عنوان متغیر درون‌زاد مدل در نظر گرفته شده‌اند.

ب) دل‌بستگی، بلوغ عاطفی و بخشش

بخشش، فضیلتی اخلاقی است که در مواجهه با خطا و اشتباه دیگران (یا خود فرد) و به جای کینه‌ورزی، انتقام و آسیب زدن به فرد خطاکار بروز می‌کند (نرایت، 2011). با وجود تحقیقات گسترده در این زمینه، تعریف بخشش و چستی آن، از جمله چالش‌هایی است که این حوزه با آن مواجه است. بافتهای متعدد و مختلفی (همچون: خود، دیگران، خدا، فرهنگ و جوامع) که بخشش در آنها به کار می‌رود (توسنت و وب،¹ 2005)، همچنین وجود سازه‌های مشابه با بخشش (تامپسون² و همکاران، 2005)، ارائه تعریفی صحیح و یکسان از بخشش را دشوار ساخته است. به همین دلیل، محققانی چون سیمون و سیمون (1991) به تمایز مفهومی بخشش با سازه‌های مشابه پرداخته و بر تمایز بخشش با سازه‌هایی همچون فراموشی، اغماض و تحمل خطا تأکید کرده و بخشش را به عنوان مفهومی متفاوت در نظر گرفته‌اند. ورتینگتون (2005) نیز با مرور 20 مقاله در رابطه با بخشش، ضمن تأیید این تمایز مفهومی، معتقد است که در بخشش ضمن اینکه مسئولیت فرد متخلف و خطاکار برای خطا و اشتباه صورت گرفته انکار نمی‌شود، افکار، هیجانات و رفتارهای منفی نسبت به او با عوامل مثبت جایگزین می‌شود (ورتنینگتون و همکاران، 2014). بنابر این، بخشش یک تغییر جامعه‌پسند درون‌فردی است که در برابر یک خطا یا تخلف ادراک شده در یک بافت بین فردی خاص روی می‌دهد (مک‌کال، پارگامنت و تورسن،³ 2000). با این حال، در رابطه با نقطه پایانی بخشش، توافق چندانی وجود ندارد. برخی از محققان، صرف متوقف ساختن شناخت، هیجانات و رفتارهای منفی (مانند کینه‌جویی و انتقام) را معادل بخشش می‌دانند (تانجی⁴ و همکاران، 1999؛ تامپسون و همکاران، 2005) و برخی دیگر بر لزوم پاسخ مثبت به فرد متخلف و احساس خیرخواهی یا عشق به وی نیز تأکید می‌ورزند (نرایت و همکاران، 1992؛ مک‌کال، 2000؛ ورتینگتون، 2000). در پژوهش حاضر، بخشش بر اساس رویکرد تامپسون و همکاران (2005) در نظر گرفته شده است. از نظر آنان، بخشش، تغییر تخلف و خطای ادراک شده است؛ به گونه‌ای که طی آن، افراد با تأیید خطای رخ داده، به ارزیابی مجدد از خطا و خطاکار می‌پردازند و در نتیجه از حالت منفی نسبت به فرد متخلف، به حالت خنثی یا مثبت تغییر نظر می‌دهند.

1. Toussaint & Webb
2. Thompson
3. McCullough, Pargament & Thoresen
4. Tangen

با توجه به مفهوم بخشش، اکثر محققان بر اهمیت و نقش کلیدی هیجان‌ها در بخشش توافق دارند و هیجان‌ها را از اولین پیش‌بینی‌کننده‌های بخشش معرفی می‌کنند (کریستن و همکاران، 2011). در این راستا، ورتینگتون و همکاران (2001) معتقدند که بخشش در هیجان‌ها افراد ریشه دارد. یکی از متغیرهای مرتبط با هیجان‌ها، بلوغ عاطفی است که در سالهای اخیر توجه بسیاری را به خود جلب کرده است.

مرور تحقیقات انجام شده در این زمینه، حاکی از آن است که هیجان‌ها شرم و پریشانی (استاکوس، 2016) و خشم (فهر، جلفند و نگ، 2010) به صورت منفی و هیجان‌ها مهربانی (اسکودا، 2011) و همدلی (فهر و همکاران، 2010) به طور مثبت پیش‌بینی‌کننده بخشش می‌باشند.

پستی و امینابهاوی (2006) بلوغ عاطفی را فرایندی می‌دانند که طی آن، فرد به طور مداوم برای دستیابی به سلامت عاطفی خویش می‌کوشد. بنابر این، شخص با مهار عواطف خود، ارضای نیازهایش را به تأخیر می‌اندازد (صفاری، 1385). برجسته‌ترین علامت بلوغ عاطفی، توانایی تحمل تنش و علامت دیگر آن، بی‌تفاوتی به برخی از انواع محرک‌هاست که بر فرد اثر می‌گذارند و او را بی‌حوصله یا دستخوش احساسات می‌کنند. (منصورزاد و همکاران، 1392)

بلوغ عاطفی این قابلیت و توانایی را در فرد ایجاد می‌کند که به طور سازنده با واقعیت‌های زندگی روبه‌رو شود (مینجر، 1999). بر همین اساس، پنج مؤلفه برای بلوغ عاطفی در نظر گرفته شده که برخورداری فرد از این ویژگی‌ها، حاکی از بلوغ عاطفی بیشتر اوست. این مؤلفه‌ها عبارتند از: بی‌ثباتی هیجانی،³ واپس‌روی هیجانی،⁴ سازش‌نا یافتگی اجتماعی،⁵ فروپاشی شخصیت⁶ و فقدان استقلال.⁷

بی‌ثباتی هیجانی عبارت است از عدم توانایی در حل مشکلات، زودرنجی، آسیب‌پذیری، لجاجت و تندخویی (منصورزاد و همکاران، 1392). یکی از بارزترین ویژگی‌های این مؤلفه، ناپایداری بودن هیجان‌هاست (غفوری، 1390). واپس‌روی هیجانی نشان‌دهنده عواملی همچون: احساس بی‌قراری، خصومت، پرخاشگری و خودمیان‌بینی⁸ است. برخی ویژگی‌های شخص واجد مؤلفه سازش‌نا یافتگی اجتماعی عبارتند از: نفرت، گوشه‌گیری، تکبر و دروغ‌گویی. فروپاشی شخصیت شامل نشانه‌هایی مانند واکنش‌سازی،⁹ هراس،¹⁰ دلیل تراشی، بدبینی و رفتار ضد اجتماعی است. این مؤلفه نشان‌دهنده شخصیت از هم گسیخته است. مؤلفه

1. *Stackhouse*
2. *Skoda*
3. *Emotional Instability*
4. *Emotional Regression*
5. *Social Maladjustment*
6. *Personality Disintegration*
7. *Lack of Independence*
8. *Egocentricism*
9. *Reactiveness*
10. *Phobia*

رابطه دلبستگی به والدین و همسالان و بخشش ... 189

فقدان استقلال، بر وابستگی فرد به دیگران دلالت دارد. چنین فردی فاقد رغبت‌های محسوس است و مردم او را قابل اعتماد نمی‌دانند. (مصورنژاد و همکاران، 1392)

به طور کلی، افرادی که به بلوغ عاطفی رسیده‌اند، زندگی هیجانی خود را کنترل می‌کنند (چمبرلین، 1952)، تجارب زندگی را به عنوان تجارب یادگیری می‌پذیرند و از تجارب خوشایند لذت می‌برند. این افراد در رویارویی با تجارب ناخوشایند، مسئولیت فردی را پذیرفته و از آن برای بهبود زندگی خود بهره می‌گیرند و در مواقعی که شرایط به بهترین نحو پیش نمی‌رود، برای کسب موفقیت شرایط مطلوب را جستجو می‌کنند. (سینگ، کار و دورجا، 2012)

همچنین، بررسی تحقیقات در زمینه ارتباط بلوغ عاطفی و سازه‌های مشابه نشان داد که بلوغ عاطفی یک پیش‌بینی کننده مهم موفقیت در زندگی است که این موفقیت، شامل شادی، اعتماد به نفس، موفقیت در روابط و... می‌شود (منگال و امینابهای، 2007¹). از دیگر سو، نتایج پژوهش‌ها نشان می‌دهد که به کار بردن راهبردهای سازگار با تنظیم هیجان، از جمله سازه‌های مرتبط با بلوغ عاطفی، منجر به افزایش همدلی و بخشش می‌شود. (ویت‌ولیت و همکاران، 2011²؛ بیکر، 2014³)

علاوه بر بلوغ عاطفی، روابط عاطفی با افراد مهم زندگی و دلبستگی به آنان، از منابع حمایتی در ارتباط با بخشش است. بالبی (1969؛ 1973؛ 1982) معتقد است نحوه مقابله افراد با شرایط تهدیدآمیز و استرس‌زا، حاصل فعال شدن سیستم دلبستگی آنان است. او (1969) دلبستگی را تمایل ذاتی انسان به برقراری پیوند عاطفی عمیق با افراد خاص می‌داند و معتقد است که عملکرد مطلوب نظام دلبستگی به کیفیت ارتباط مادر-نوزاد (مراقب-نوزاد) و میزان دسترسی، حمایت و پاسخگو بودن چهره دلبستگی به هنگام نیاز بستگی دارد. علاوه بر این، بالبی (1969) معتقد است کودکان بر اساس تجارب مکرر و روزانه با چهره‌های دلبستگی، انتظاراتی را از نحوه تعامل خود با آنان شکل می‌دهند و به تدریج این انتظارات را به صورت یک سری بازنمایی‌های ذهنی با عنوان مدل کارکرد درونی⁴ درون‌سازی می‌کنند که در واقع، تصویر و طرحواره ذهنی آنان از خود و دیگران است. بر این اساس، افراد با دلبستگی ایمن به دلیل برخورداری از مدل کارکرد درونی مثبت از خود و دیگران، ضمن اینکه خود را ارزشمند می‌پندارند، دیگران را نیز به عنوان افرادی ارزشمند و قابل احترام درک می‌کنند. به همین دلیل، در پژوهش حاضر چنین فرض شده است که افراد با دلبستگی ایمن، راحت‌تر قادر به بخشش خود و دیگران می‌باشند.

1. Mangal & Aminabhavi
2. Witvliet, Deyoung, Hofelich & Deyoung
3. Baker
4. Internal Working Model

نتایج تحقیقات در این زمینه، بیانگر ارتباط مثبت دل‌بستگی ایمن و بخشش است (برنت و همکاران، 2007)¹. همچنین نتایج پژوهش لارسن و مونی² (2008) نشان می‌دهد نوجوانانی که رابطه خوبی را با والدین خود تجربه کرده‌اند، از سازگاری بیشتری برخوردارند. در پژوهشی دیگر، نتایج بررسی ارتباط بین سبکهای دل‌بستگی، تعارضات زناشویی و بخشش، بیانگر آن است که میزان تعارضات در زوجهایی که سبک دل‌بستگی آنان ایمن است، کمتر و میزان بخشش در آنان بیشتر از زوجهایی است که سبکهای دل‌بستگی هر دوی آنها نایمن است (خسروی و همکاران، 1390). همچنین پژوهش سیزی و شیخ‌الاسلامی (1394) بیانگر رابطه منفی بین بُعد گفت‌و شنود از ابعاد الگوهای ارتباطی خانواده با همه ابعاد بلوغ عاطفی است.

همان‌گونه که مطرح شد، بخشش یکی از محورهای اصلی روان‌شناسی مثبت‌گراست که علاوه بر ایجاد تعادل در زندگی فردی و اجتماعی، به دلیل تأثیر بر بهزیستی افراد، به عنوان یک متغیر محافظتی مهم و شاهره سلامت انسان معرفی شده است. بنابر این، با توجه به ارتباط تنگاتنگ بخشش با سلامت جسمی و روانی افراد، پژوهش پیرامون این سازه و شناسایی پیشایندها و عوامل زمینه‌ساز آن اهمیت بسیاری دارد. افزون بر این، عامل محوری در بخشش، هیجانات است (ورتینگون و همکاران، 2001)؛ اما در این زمینه، تحقیقات عمدتاً به بررسی نقش هیجانات مختلف، به ویژه هیجانات خودآگاه پرداخته‌اند و در هیچ پژوهشی به بررسی نقش بلوغ عاطفی در بخشش پرداخته نشده است. از طرفی، با توجه به اهمیت دل‌بستگی به عنوان یک نظام انگیزشی در مواجهه با شرایط تهدیدآمیز و استرس‌زا، در پژوهش حاضر نقش بلوغ عاطفی در ارتباط بین دل‌بستگی به والدین و همسالان و بخشش بررسی شده است تا مشخص شود آیا می‌توان بلوغ عاطفی را به عنوان یکی از سازوکارهای اثرگذاری دل‌بستگی بر بخشش در نظر گرفت.

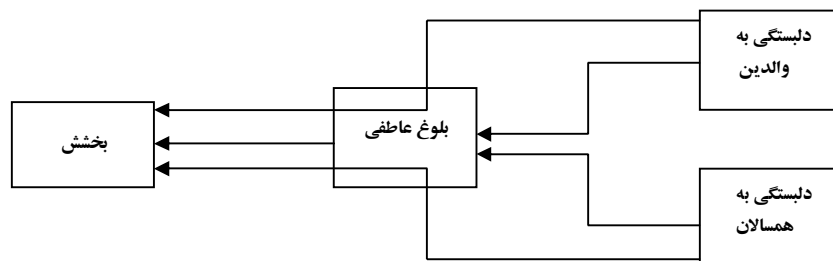
فرضیه‌های پژوهش

مطالعه حاضر در پی بررسی فرضیه‌های ذیل است:

- دل‌بستگی به والدین و همسالان، پیش‌بینی کننده بخشش است.
- دل‌بستگی به والدین و همسالان، پیش‌بینی کننده ابعاد بلوغ عاطفی است.
- دل‌بستگی به والدین و همسالان، به واسطه ابعاد بلوغ عاطفی، پیش‌بینی کننده بخشش است.

1. Burnette, Taylor, Worthington, Forsyth
2. Laursen & Mooney

مدل مفهومی پژوهش



شکل 1: مدل پیشنهادی رابطه ساختاری بین دلبستگی به والدین و همسالان و بخشش با واسطه‌گری بلوغ عاطفی

ج) روش

1. شرکت‌کنندگان پژوهش

روش این پژوهش از نوع همبستگی و مدل تحلیل مسیر است. جامعه آماری پژوهش حاضر تمام دانشجویان مشغول به تحصیل در مقطع کارشناسی دانشگاه شیراز در سال تحصیلی 95-1394 بود. شرکت‌کنندگان این پژوهش، 280 نفر از دانشجویان (174 دختر و 106 پسر) بودند که به شیوه خوشه‌ای چند مرحله‌ای انتخاب شدند؛ بدین ترتیب که ابتدا پنج دانشکده و از هر دانشکده سه رشته و از هر رشته یک کلاس به طور تصادفی انتخاب شد و تمام دانشجویان حاضر در آن کلاس، ارزیابی شدند.

2. ابزارهای پژوهش

یک) مقیاس دلبستگی به والدین و همسالان (IPPA)

این پرسشنامه که توسط آرمسدن و گرینبرگ (1987) تهیه شده، شامل 24 گویه پنج گزینه‌ای (از کاملاً مخالفم تا کاملاً موافقم) است. 12 گویه نخست، ادراک دلبستگی به والدین و 12 گویه بعدی، ادراک دلبستگی به همسالان را می‌سنجند. سازندگان این مقیاس، ضریب بازآزمایی به فاصله سه هفته را برای دلبستگی به والدین، 0/93 و برای دلبستگی به همسالان، 0/86 گزارش کرده‌اند. بنابر ادعای سازندگان، این ابزار از اعتبار سازه‌ای مطلوبی برخوردار است. در پژوهش حاضر نیز به منظور تعیین پایایی، از روش آلفای کرونباخ و برای سنجش روایی از تحلیل عوامل استفاده شد. نتایج تحلیل عاملی به روش مؤلفه‌های اصلی، با چرخش واریماکس وجود دو عامل کلی دلبستگی به والدین و دلبستگی به همسالان را در گویه‌ها نشان داد. ملاک استخراج عوامل شیب نمودار اسکری و ارزش ویژه، بالاتر از 1 بود. مقدار ضریب کی.ام.او. برابر 0/82 و ضریب کرویت بارتلت برابر 1947/891 ($P < 0/0001$) بود که نشان از کفایت نمونه‌گیری و

ماتریس همبستگی گویه‌ها دارد. گفتنی است که گویه‌های 4، 21، 23 و 24 به دلیل بار عاملی کمتر از 0/30، از گویه‌های مقیاس حذف شدند. ضریب آلفای کرونباخ برای دلبستگی به والدین و دلبستگی به همسالان به ترتیب 0/85 و 0/80 به دست آمد.

دو) مقیاس بلوغ عاطفی (سینگ و بهارگاو، 1974)

این مقیاس، یک مقیاس خودسنجی است که پنج حوزه بلوغ عاطفی، شامل بی‌ثباتی هیجانی، واپس‌روی هیجانی، سازش‌نیافتگی اجتماعی، فروپاشی شخصیت و فقدان استقلال را می‌سنجد. این مقیاس از 48 گویه تشکیل شده است که به چهار زیرمقیاس اول، 10 گویه و به زیرمقیاس پنجم (فقدان استقلال) هشت گویه تعلق می‌گیرد. آزمودنی، میزان انطباق وضعیت فعلی خود را با محتوای هر گویه روی طیف پنج درجه‌ای لیکرت از یک (هرگز) تا پنج (خیلی زیاد) مشخص می‌کند. حاصل جمع نمره‌های 48 گویه، یک نمره کلی به دست می‌دهد که مبین میزان بلوغ عاطفی فرد است. هر چه نمره فرد در این مقیاس بالاتر باشد، درجه پایین‌تری از بلوغ عاطفی را نشان می‌دهد و بالعکس. به عبارت دیگر؛ بیشترین نمره (240) معرف بی‌ثبات‌ترین وضعیت عاطفی و کمترین نمره (48) نشان‌دهنده باثبات‌ترین وضعیت عاطفی است. سینگ و بهارگاو (1974) روایی این مقیاس را با استفاده از پرسشنامه سازگاری عاطفی¹ سینها و سینگ،² 1968؛ نقل از: ایمانی و محب، 1388) بررسی کردند و ضریب همبستگی 0/64 را گزارش دادند. همچنین برای تعیین اعتبار، از روش بازآزمایی با فاصله زمانی شش ماه استفاده شد و ضریب 0/75 به دست آمد. صفارپور (1385) نیز روایی مقیاس را مطلوب گزارش کرد و اعتبار این ابزار را با استفاده از روش آلفای کرونباخ و بازآزمایی، به ترتیب 0/84 و 0/62 به دست آورد. منصورنژاد و همکاران (1392) نیز ویژگی‌های روان‌سنجی مقیاس را بررسی و تأیید کردند. در پژوهش حاضر، برای تعیین روایی از همبستگی نمره هر بُعد با نمره کل استفاده شد که این ضریب برای زیرمقیاس‌های بی‌ثباتی هیجانی، واپس‌روی هیجانی، سازش‌نیافتگی اجتماعی، فروپاشی شخصیت و عدم استقلال، به ترتیب 0/79، 0/85، 0/84، 0/82 و 0/068 به دست آمد. همچنین برای تعیین پایایی ابعاد و نمره کل در پژوهش حاضر، از روش آلفای کرونباخ استفاده شد. ضرایب پایایی زیرمقیاس‌ها به ترتیب 0/83، 0/79، 0/71، 0/85 و 0/75 و برای کل مقیاس 0/90 به دست آمد که نشان‌دهنده اعتبار مطلوب این مقیاس است.

سه) مقیاس بخشش

برای سنجش بخشش، از پرسشنامه 18 سؤالی تامپسون و همکاران (2005) استفاده شد. این پرسشنامه در بر گیرنده سه خرده‌مقیاس است. شش پرسش اول، خرده‌مقیاس بخشش خود؛ شش پرسش دوم، خرده‌مقیاس

1. Emotional Adjustment Inventory
2. Sinha & Singh

رابطه دل‌بستگی به والدین و همسالان و بخشش ... ♦ 193

بخشش دیگران و شش پرسش سوم، خرده‌مقیاس بخشش در موقعیت را نشان می‌دهد. این ابزار شامل 18 گویه است و در مقابل هر گویه، طیف پنج‌گزینه‌ای از کاملاً مخالفم (یک) تا کاملاً موافقم (پنج) تنظیم شده است. در این پژوهش با توجه به اهداف آن و به منظور افزایش دقت پاسخگویان، خرده‌مقیاس بخشش در موقعیت در نظر گرفته نشده است. در هر یک از خرده‌مقیاسها، دامنه نمره فرد از 6 تا 42 است. نمره 6 تا 18 نشانگر توانایی نداشتن فرد در بخشش (خود و دیگران)، نمره 19 تا 29 نشانگر توانایی متوسط فرد در بخشش (خود و دیگران) و نمره 30 تا 42 توانایی بالای فرد را در بخشش (خود و دیگران) نشان می‌دهد. پرسشنامه مذکور دارای نمره کل است که با جمع نمره به دست آمده در هر یک از خرده‌مقیاسها محاسبه می‌شود. نمره‌گذاری سؤالات 2، 4، 6، 7، 9، 11 به صورت معکوس است.

تامپسون و همکاران (2005) ضریب آلفای کرونباخ را برای خرده‌مقیاس بخشش خود در دامنه 0/72 تا 0/75 و برای خرده‌مقیاس بخشش دیگران در دامنه 0/78 تا 0/81 گزارش کرده‌اند. پایایی پرسشنامه با استفاده از روش بازآزمایی در مدت زمان سه هفته، 0/82 و در مدت زمان 9 ماه، 0/77 گزارش شد که بیانگر پایایی قابل قبول برای این مقیاس است.

در پژوهش حاضر به منظور تعیین روایی این پرسشنامه از روش همسانی درونی استفاده شد. بررسی همسانی درونی نشان داد که نمره مربوط به هر خرده‌مقیاس با نمره کل، بیشترین همبستگی معنادار را دارد. نمرات حاصل از خرده‌مقیاس بخشش خود و بخشش دیگران با نمره کل بخشش، به ترتیب 0/86 و 0/88 به دست آمد. در این پژوهش برای سنجش پایایی از روش آلفای کرونباخ استفاده شد. ضریب آلفای کرونباخ برای کل پرسشنامه، 0/81 و برای خرده‌مقیاسهای بخشش خود و بخشش دیگران به ترتیب 0/66 و 0/71 به دست آمد.

(د) یافته‌ها

در این بخش ابتدا یافته‌های توصیفی متغیرهای تحقیق و سپس، نتایج تحلیلهایی که به منظور بررسی فرضیه‌های تحقیق صورت گرفتند، ارائه می‌شود. اطلاعات توصیفی شامل میانگین، انحراف معیار و ضرایب همبستگی بین متغیرهای پژوهش در جدول 1 آمده است.

جدول 1: ماتریس همبستگی مرتبه صفر متغیرهای پژوهش (N= 280)

متغیرها	M	SD	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
1 دل‌بستگی به والدین	/86 43	7/35											
2 دل‌بستگی به همسالان	/62 32	5/45	/36** 0										
3 بی‌ثباتی هیجانی	/75 23	7/2	-0/12*	-0/15*									
4 واپس‌روی هیجانی	/06 23	6/64	-0/27**	-0/15*	0/62**	1							
5 سازش‌نا یافتگی اجتماعی	/10 22	6/28	-0/44**	-0/45**	0/29**	0/6**	1						
6 فروپاشی شخصیت	/25 20	6/34	-0/37**	-0/35*	0/41**	0/46**	0/48**	1					
7 عدم استقلال	/15 19	5/55	-0/04	-0/1	0/23**	0/48**	0/41**	0/65**	1				
8 بلوغ عاطفی (نمره کل)	110/67	28/6	-0/42**	0/27**	0/75**	0/85**	0/66**	0/76**	0/56**	1			
9 بخشش خود	/77 28	5/34	0	0/25**	0/35**	0/38**	0/23**	0/37**	-0/17*	0/17*	1		
10 بخشش دیگران	/85 27	6/27	0	0/06	0/23**	-0/13*	-0/14*	-0/18*	-0/13	0/13*	/35** 0	1	
11 بخشش نمره کل	/87 55	/36 12	0	0/28**	0/26**	0/22**	0/25**	0/23**	0/28**	0/25**	/34** 0	/42** 0	1

**p< 0/01

* p< 0/05

همان‌گونه که یافته‌های جدول 1 نشان می‌دهد، ضرایب همبستگی متغیر وابسته مدل (بخشش خود و دیگران) با سایر متغیرها در اکثر موارد معنادار بوده است. معناداری ضرایب، پیش‌شرط لازم برای تحلیل مدل معادلات ساختاری را فراهم آورد.

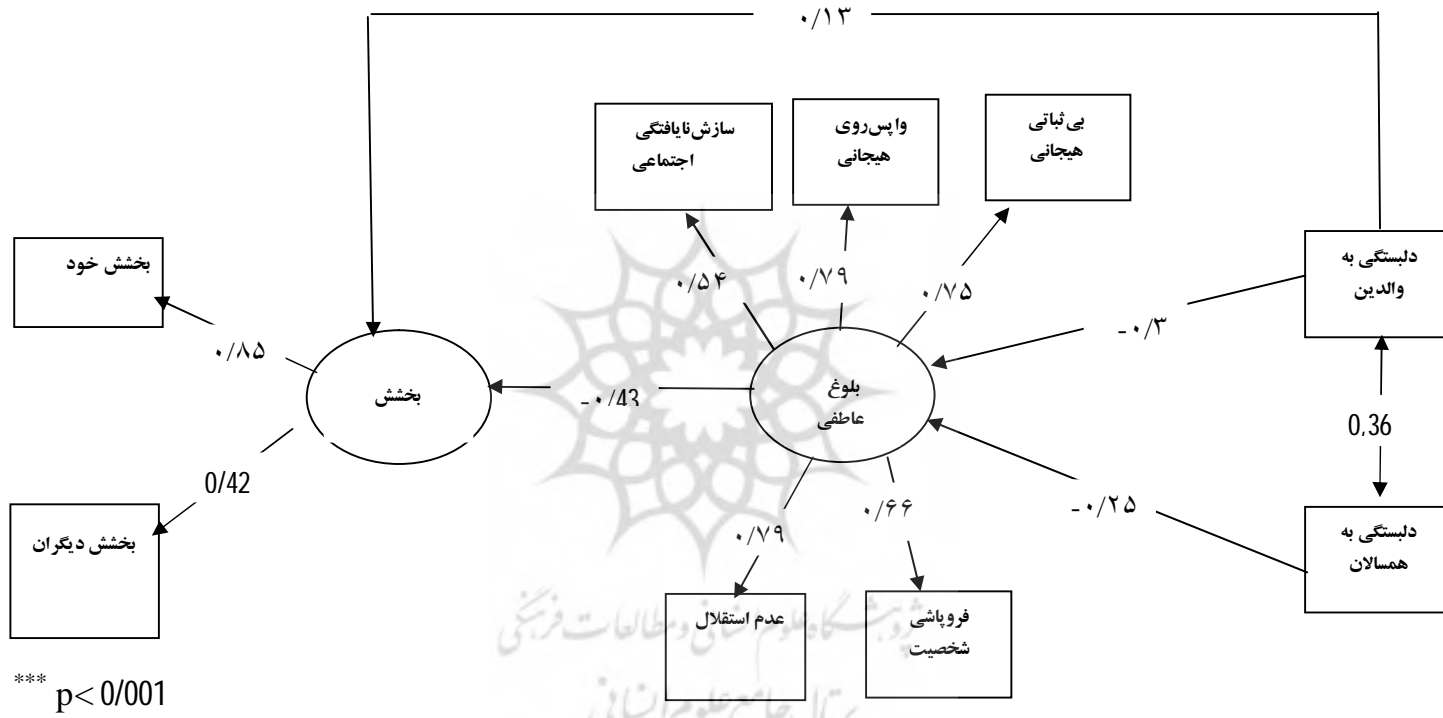
رابطه دلبستگی به والدین و همسالان و بخشش ... ♦ 195

بعلاوه، پیش از انجام تحلیلهای بعدی، مفروضه‌های استفاده از این آزمون بررسی شدند. رابطه میان متغیرهای مستقل و وابسته، خطی بود و هیچ‌گونه هم‌خطی میان متغیرهای پژوهش وجود نداشت. مقدار آزمون دورین-واتسون¹ (1/64) نیز استقلال مشاهدات را تأیید کرد. همچنین داده‌ها فاقد مقادیر پرت بودند.

شکل 2، الگوی نهایی روابط بین دلبستگی به والدین و همسالان با بخشش به واسطه بلوغ عاطفی را پس از حذف مسیرهای غیر معنادار نشان می‌دهد. مشاهده می‌شود که از بین انواع دلبستگی، تنها دلبستگی به والدین اثر مستقیم، مثبت و معنادار بر بخشش ($\beta=0/13$, $P=0/01$) دارد و دلبستگی به همسالان، قادر به تأثیر مستقیم بر بخشش نیست. بلوغ عاطفی اثر منفی و معنادار روی بخشش ($\beta=-0/43$, $P=0/001$) دارد. دلبستگی به والدین دارای تأثیر منفی معنادار بر بلوغ عاطفی ($\beta=-0/3$, $P=0/001$) است. همچنین، دلبستگی به همسالان، بر بلوغ عاطفی به صورت منفی و معنادار ($\beta=-0/25$, $P=0/001$) تأثیر می‌گذارد.



1. Durbin-Watson



شکل 2: مدل تجربی

رابطه دلبستگی به والدین و همسالان و بخشش ... 197

با استفاده از دستور Bootstrap در نرم افزار AMOS، معناداری اثرات غیر مستقیم استاندارد متغیرها و همچنین سهم واسطه‌گری بلوغ عاطفی به شرحی که در جدول 2 آمده، به دست آمد. نتایج جدول 2 نشان می‌دهند اثر غیر مستقیم دلبستگی به والدین و همسالان بر بخشش به واسطه حل بلوغ عاطفی، معنادار است. بنابر این، می‌توان نقش واسطه‌ای بلوغ عاطفی را در روابط علی بین دلبستگی به والدین و همسالان و بخشش تأیید کرد. از طرفی، اثر کلی دلبستگی به والدین و همسالان بر بخشش معنادار است. همچنین اثر مستقیم بلوغ عاطفی بر بخشش معنادار است.

جدول 2 اثرات مستقیم، غیرمستقیم و کل دلبستگی به والدین و همسالان بر بخشش با واسطه‌گری بلوغ عاطفی

مسیر	اثرات مستقیم	اثرات غیرمستقیم	اثرات کل
از دلبستگی به والدین بر:			
بلوغ عاطفی	-0/30**	---	---
بخشش	0/13*	0/13*	0/26**
از دلبستگی به همسالان بر			
بلوغ عاطفی	-0/25**	---	----
بخشش	0/03	0/11*	0/15*
از بلوغ عاطفی بر بخشش	-0/43**		

** P < 0/001

بررسی شاخصهای برازش مدل نهایی پژوهش (ریشه میانگین مربعات خطای برآورد¹ = 0/03؛ شاخص نیکویی برازش² = 0/99؛ شاخص برازش تطبیقی³ = 0/95؛ شاخص نیکویی برازش اصلاح شده⁴ = 0/98؛ شاخص برازش هنجار شده⁵ یا شاخص برازش بنتلر - بونت⁶ = 0/97؛ شاخص برازش افزایشی⁷ = 0/99، مقدار خی دو⁸ = 6/86؛ درجه آزادی⁹ = 5؛ شاخص نسبت خی دو به درجه آزادی¹⁰ = 1/37) نشان داد که مدل پژوهش از برازش مناسبی برخوردار است.

1. Root Mean Squared Error of Approximation (RMSEA)
2. Goodness of Fit Index (GFI)
3. Comparative Fit Index (CFI)
4. Adjusted Goodness of Fit Index (AGFI)
5. Normed Fit Index (NFI)
6. Bentler-Bonett Index
7. Incremental Fit Index (IFI)
8. Chi-Square (X2)
9. Degree of Freedom (df)
10. X2/df

هـ) بحث و نتیجه گیری

هدف پژوهش حاضر، واکاوی یک مدل علی پیرامون نقش میانجی بلوغ عاطفی در رابطه دلبستگی به والدین و همسالان با بخشش بود. یافته‌ها نشان داد که بلوغ عاطفی در ارتباط بین دلبستگی به والدین و همسالان و بخشش دارای نقش واسطه‌گری است.

یافته‌های مربوط به فرضیه اول پژوهش نشان داد که از بین ابعاد دلبستگی، تنها دلبستگی به والدین به صورت مثبت و مستقیم پیش‌بینی کننده بخشش است. این یافته با نتایج تحقیقات پیشین (برنت و همکاران، 2007؛ خسروی و همکاران، 1390؛ برنت¹ و همکاران، 2010) همسو است. در توجیه این یافته می‌توان گفت دلبستگی و روابط عاطفی با والدین از طریق ایجاد مدل کارکرد درونی مثبت از خود و دیگران به تقویت بخشش منجر می‌شود. در این زمینه، بالبی (1969) معتقد است که افراد بر اساس تجارب مکرر و روزانه با چهره‌های دلبستگی، انتظاراتی را از نحوه تعامل خود با آنها شکل می‌دهند و به تدریج این انتظارات را به صورت تصاویر و بازنمایی‌های ذهنی از خود و دیگران درون‌سازی می‌کنند. وی ارتباط گرم و صمیمانه چهره‌های دلبستگی و حمایت و پاسخگویی آنان را عاملی می‌داند که به تصویر و بازنمایی ذهنی مثبت از خود و دیگران منجر می‌شود. بنابر این، افراد خود و دیگران را به عنوان افرادی ارزشمند و قابل اعتماد ادراک می‌کنند. به همین دلیل چنانچه در روابط خود به نوعی از دیگران آسیب ببینند یا چنانچه خودشان مرتکب خطا و اشتباهی شوند، راحت‌تر قادر به بخشش دیگران یا خود می‌باشند.

با این حال برخلاف دلبستگی به والدین، دلبستگی به همسالان به صورت مستقیم پیش‌بینی کننده بخشش نبوده است. این امر بر نقش خانواده در فرهنگ و جامعه ایرانی به عنوان عاملی مهم‌تر و تأثیرگذارتر از دلبستگی به همسالان، در پرورش بخشش تأکید دارد.

در رابطه با فرضیه دوم پژوهش مبنی بر ارتباط دلبستگی به والدین و همسالان با بلوغ عاطفی، نتایج نشان داد که دلبستگی به والدین و همسالان به صورت منفی پیش‌بینی کننده بلوغ عاطفی است. همچنین دلبستگی به والدین، پیش‌بینی کننده قوی‌تری برای بلوغ عاطفی است. این نتایج با نتایج پژوهش‌های میکولینسر و شاور (2003)، کامپل سینز و بارلو (2007)، داهلن و مارتین (2005)، گارنفسکی و کرایج (2006، 2009) و لی مینگ‌هی (2008) همسو است. در تبیین این یافته، گفتنی است که برخی نظریه دلبستگی بالبی (1973) را یکی از مفیدترین چارچوب‌های مفهومی معاصر در درک هیجانات می‌دانند. مطابق رویکرد کردارشناسانه بالبی (1973)، تفاوت‌های فردی در کارکردهای سیستم دلبستگی، تأثیر بسزایی در انواع مختلف کارکردهای روانی در مراحل مختلف زندگی دارد. این احساس که فرد دوست داشته می‌شود و از حمایت افراد

رابطه دلبستگی به والدین و همسالان و بخشش ... ♦ 199

با اهمیت برخوردار است، به بازنمایی مثبت از خود و دیگران منجر می‌شود. این بازنمایی‌های ذهنی مثبت باعث می‌شود فرد خود را ایمن و تحت حمایت احساس کند. چنین احساسی به عنوان هیجان مثبت ادراک می‌شود (فردریکسون، 1998) و نقش مهمی در استفاده از منابع سازگاری ایفا می‌کند (نقل از: ماستن، 2004). این احساس یا به طور مستقیم کارکردهای شناختی و رفتارهای سازگارانه را تحت تأثیر قرار می‌دهد یا از طریق اتخاذ راهبردهایی مانند کنترل عواطف، موجبات بهزیستی روانی و رفتارهای جامعه‌پسند از جمله بخشش می‌شود. نظریه بالبی به طور تلویحی بیان می‌کند که نبود دلبستگی باعث ترغیب هیجانات منفی و منجر به مشکلات هیجانی، رفتارهای ناسازگارانه و آسیبهای روانی می‌شود. به دیگر سخن؛ انواع دلبستگی با رشد، تنظیم و کنترل هیجانات که بخشی از بلوغ عاطفی‌اند، در ارتباط است. نظریه پردازان رشدی معتقدند برای رشد بهینه، روابط سالهای اولیه کودک با مراقبان بسیار با اهمیت است و این روابط بر ارتباطات اجتماعی و عاطفی، سازگاری‌های اجتماعی، کنترل هیجانات و بلوغ عاطفی تأثیر می‌گذارد.

علاوه بر این، بسیاری از روان‌شناسان، از جمله: بالبی، سالیوان و پیازه معتقدند در طی مراحل رشد، ارتباط با همسالان نیز می‌تواند سهم مؤثری در رشد داشته باشد و درجه اهمیت آن در دوران مختلف متفاوت است (بالبی، 1982). در پژوهشهای انجام شده در فرهنگهای فردگرا، همسالان در زندگی نوجوانان اهمیت بیشتری داشته و دلبستگی به همسالان بیشتر از دلبستگی به والدین اثرگذار است. با این حال، در پژوهش حاضر، دلبستگی به والدین نسبت به دلبستگی به همسالان، پیش‌بینی کننده قوی تری برای بلوغ عاطفی است. این نتیجه بر نقش خانواده در فرهنگ و جامعه ایرانی به عنوان عاملی مهم تر از دلبستگی به همسالان تأکید دارد.

علاوه بر ارتباط مستقیم دلبستگی به والدین و همسالان با بخشش، دلبستگی به والدین و همسالان به طور غیر مستقیم و به واسطه بلوغ عاطفی نیز پیش‌بینی کننده بخشش می‌باشند. از نظر بالبی و بر مبنای شکل‌گیری انواع مدل‌های کارکردی روان‌شناختی، الگوهای مختلف دلبستگی با خصوصیات هیجانی و رفتاری مختلف همراه است. احساس حاصل از دلبستگی ایمن، به ثبات هیجانی افراد در موقعیتهای مختلف، سازگاری در موقعیتهای بین فردی و روابط اجتماعی منجر می‌شود. علاوه بر این، افراد با دلبستگی ایمن، ضمن اینکه خواهان ارتباط و صمیمیت با چهره‌های دلبستگی‌اند، استقلال خود را نیز حفظ می‌کنند و به افراد مهم زندگی وابسته نمی‌شوند. بنابر این، دلبستگی با مؤلفه‌های بلوغ عاطفی در ارتباط است و به کاهش بی‌ثباتی، ناسازگاری اجتماعی، فروپاشی شخصیت، عدم استقلال و واپس‌روی هیجانی منجر می‌شود. همچنین، بخشش ریشه در هیجانات افراد دارد و از نظر بسیاری از محققان، هیجانات افراد از مهم‌ترین عوامل پیش‌بینی کننده بخشش است (ورتنگون و همکاران، 2001). بنابر این، اثر بلوغ عاطفی بر بخشش، چندان دور از انتظار نیست. بلوغ عاطفی به معنای برخورداری افراد از ثبات هیجانی و سازگاری آنان در روابط بین فردی است (سفاپور، 1385). این امر به افراد کمک می‌کند تا در روابط بین فردی خود و در صورت مواجهه با

آسیب یا آزرده‌گی از جانب دیگران، سازگارانه عمل کرده، راحت‌تر بتوانند هیجانات منفی خویش را مهار کنند. این امر، بروز بخشش را تسهیل می‌کند.

پیشنهادها و محدودیتها

یافته‌های حاصل از پژوهش حاضر، از دو حیطة نظری و عملی، قابل توجه است. با توجه به اینکه فضایل اخلاقی از جمله بخشش در روان‌شناسی مثبت کمتر بررسی شده و مطالعات بسیار اندکی پیرامون آن صورت گرفته است، این پژوهش و یافته‌های آن می‌تواند به بسط و گسترش نظری این حوزه یاری کند. از نظر کاربردی، با توجه به نقش بلوغ عاطفی و ابعاد آن در افزایش سازگاری و مقابله با مشکلات، نتایج این پژوهش می‌تواند راهگشای مشاوران و متخصصان حوزه سلامت باشد. بعلاوه یافته‌های پژوهش حاضر لزوم توجه به روابط عاطفی با افراد مهم زندگی را به دست‌اندرکاران تعلیم و تربیت خاطر نشان می‌سازد.

با توجه به تحقیقات اندک در رابطه با بخشش، پیشنهاد می‌شود بخشش در ارتباط با متغیرهای دیگری از جمله هیجانات، رضایت از زندگی، بهزیستی روان‌شناختی و سلامت روان بررسی و در گروه‌های مختلف مقایسه شود.

گفتنی است که پژوهش حاضر از نوع همبستگی است؛ لذا در استنباط علی از یافته‌های آن، باید جانب احتیاط را رعایت کرد.

منابع

- ایمانی، رؤیا و نعیمه محب (1388). «رابطه بلوغ عاطفی مادران با اختلالات رفتاری فرزندان». زن و مطالعات خانوادگی، سال دوم، ش 6: 23-49.
- حیدری، هومن؛ علی ادهمی، معصومه جمالی و لیلی قاسمی (1390). «بررسی عملی بودن، اعتبار، روایی و نرم‌یابی آزمون بلوغ اجتماعی و رابطه آن با بلوغ عاطفی در دانش‌آموزان دبیرستانی بابل». مجله تحقیقات روان‌شناختی، ش 9: 13-28.
- خسروی، زهره؛ محمدرضا بلیاد، فرزانه ناهیدپور و شهذخت آزادی (1390). «بررسی رابطه سبکهای دلبستگی، بخشش و تعارضات زناشویی در زوجهای مراجعه‌کننده به مراکز مشاوره شهر کرج». جامعه‌شناسی زنان، سال دوم، ش 3: 61-80.
- سبزی، ندا و راضیه شیخ‌الاسلامی (1394). «نقش واسطه‌ای نمودارنگی عاطفی در رابطه بین الگوهای ارتباطی خانواده و همدلی». روان‌شناسی تحولی، دوره دوازدهم، ش 46: 141-153.
- سیمون، سیدنی و سوزان سیمون (1991). بخشودن. ترجمه مهدی تراچه‌داغی. ناشر: مترجم.
- صفارپور، آ. (1385). بررسی و مقایسه رابطه بلوغ عاطفی و سازگاری زناشویی کارکنان مرد متأهل دارای استنباط سالم و ناسالم از خانواده‌های خود در شرکت خطوط لوله نفت منطقه تهران. پایان‌نامه کارشناسی ارشد روان‌شناسی تربیتی. دانشگاه شیراز.
- غفوری، ج. (1390). نقش پیش‌بینی‌کننده بلوغ عاطفی و عزت نفس در پرخاشگری دانش‌آموزان دبیرستانی شهر شیراز. پایان‌نامه کارشناسی ارشد روان‌شناسی تربیتی. دانشگاه شیراز.
- منصورنژاد، زهرا؛ سید رضا پورسید، فریبا کیانی و محمدرضا خدابخش (1392). «اثربخشی آموزش مهارتهای ارتباطی بر تحول بلوغ عاطفی دانشجویان دختر در آستانه ازدواج». اصول بهداشت روانی، سال پانزدهم، ش 3: 70-158.
- Armsden, G.C. & M.T. Greenberg (1987). "The Inventory of Parent and Peer Attachment: Individual Differences and their Relationship to Psychological Well-Being in Adolescence". *Journal of Youth and Adolescence*, 16(5): 427-454. doi:10.1007/bf02202939.
- Baker, J.C. (2014). *Emotion Regulation and the Implications for Forgiveness an Investigation of the Late Positive Potential* (Unpublished Doctoral Dissertation). Biola University, United State of America.
- Bowlby, J. (1969). *Attachment. Attachment and Loss: Vol. 1. Loss*. New York: Basic Books.
- Bowlby, J. (1969/1982). *Attachment and Loss: Vol. 1. Attachment* (2nd Ed.). New York: Basic Books.
- Bowlby, J. (1973). *Attachment and Loss: Vol. II. Separation: Anxiety and Anger*. London: Penguin Books, 1978.
- Bowlby, J. (1982). "Attachment and Loss: Retrospect and Prospect". *American Journal of Orthopsychiatry*, 52 (4): 664-678.

- Burnette, J.L.; D.E. Davis, J.D. Green, E.L. Worthington & E. Bradfield (2010). "Erratum to "Insecure Attachment and Depressive Symptoms: The Mediating Role of Rumination, Empathy and Forgiveness [Personality and Individual Differences 46 (2009) 276–280]. *Personality and Individual Differences*, 49(7): 832. doi:10.1016/j.paid.2010.06.02.
- Burnette, J.L.; J.M. Pollack & C.L. Hoyt (2010). "Individual Differences in Implicit Theories of Leadership Ability and Self-Efficacy: Predicting Responses to Stereotype Threat". *Journal of Leadership Studies*, 3(4): 46-56. doi:10.1002/jls.20138
- Burnette, J.L.; K.W. Taylor, E.L. Worthington & D.R. Forsyth (2007). "Attachment and Trait Forgivingness: The Mediating Role of Angry Rumination". *Personality and Individual Differences*, 42(8): 1585-1596. doi:10.1016/j.paid.2006.10.033
- Campbell-Sills, L. & D. Barlow (2007). "Incorporating Emotion Regulation into Conceptualizations and Treatments of Anxiety and Mood Disorders". In: J.J. Gross (Ed.). *Handbook of Emotion Regulation* (542-559). New York: Guilford Press.
- Chamberlain, V.C. (1952). *Adolescence to Maturity, a Practical Guide to Personal Development, Fulfilment, and Maturity*. London: Bodley Head.
- Christensen, K.J.; L.M. Padilla-Walker, D.M. Busby, S.A. Hardy & R.D. Day (2011). "Relational and Social-Cognitive Correlates of Early Adolescents' Forgiveness of Parents". *Journal of Adolescence*, 34: 903-913.
- Dahlen, E.R. & R.C. Martin (2005). "The Experience, Expression, and Control of Anger in Perceived Social Support". *Personality and Individual Differences*, 39: 391-401. <http://dx.doi.org/10.1016/j.paid.2005.01.019>
- Enright, R. (2011). *Psychological Science of Forgiveness: Implications for Psychotherapy and Education*. Presented at the Conference, Neuroscience and Moral Action: Neurological Conditions of Affectivity, Decisions, and Virtue Pontificia University della Santa Croce Rome, Italy.
- Enright, R.D.; D.L. Eastin, S. Golden, I. Sarinopoulos & S. Freeman (1992). "Interpersonal Forgiveness within the Helping Professions: An Attempt to Resolve Differences of Opinion". *Journal of Counseling and Values*, 36: 84-103.
- Fehr, R.; M.J. Gelfand & M. Nag (2010). "The Road to Forgiveness: A Meta-Analytic Synthesis of Its Situational and Dispositional Correlates". *Psychological Bulletin*, 136, 894-914.
- Fredrickson, B.L. (1998). "What Good are Positive Emotions?" *Review of General Psychology*, 2(3): 300-319. doi:10.1037/1089-2680.2.3.300
- Garnefski, N. & V. Kraaij (2006). "Relationships between Cognitive Emotion Regulation Strategies and Depressive Symptoms: A Comparative Study of Five Specific Samples". *Personality and Individual Differences*, 40: 1659-1669.
- Garnefski, N. & V. Kraaij (2009). "Cognitive Coping and Psychological Adjustment in Different Types of Stressful Life Events". *Individual Differences research*, 7: 168-181.
- Ghafoori, J. (2011). *The Predictive Role of Emotional Maturity and Self-Esteem I Aggression among High School Students in Shiraz*. Master's Degree in Psychology, Shiraz University.

- Heidari, H.; A. Adhami, M. Jamali & L. Ghasemi (2011). "The Study of Validity, Reliability, Validity and Softness of Social Maturity Test and its Relationship with Emotional Maturity in High School Students in Babol". *Journal of Psychological Research*, No. 9: 13-28.
- imani, R. & N. Moheb (2009). "The Relationship between Mothers' Emotional Maturation and their Children's Behavioral Disorders". *Journal of Woman and Family Studies*, 2nd year, No. 6: 23-49.
- Khosravi, Z.; M. Belyad, F. Nahidpoor & Sh. Azadi (2011). "Investigating the Relationship between Attachment Styles, Forgiveness and Marital Conflicts in Couples Referring to Counseling Centers of Karaj". *Journal of Women's Sociology*, 2nd year, No. 3: 61-80.
- Laursen, B. & K.S. Mooney (2008). "Relationship Network Quality: Adolescent Adjustment and Perceptions of Relationships with Parents and Friends". *American Journal of Orthopsychiatry*, 78(1): 47-53. doi:10.1037/0002-9432.78.1.47
- Li, M.H. (2008). "Helping College Students Cope: Identifying Predictors of Active Coping in Different Stressful Situations". *Journal of Psychiatry, Psychology and Mental Health*, 2(1). Retrieved from <http://www.scientificjournals.org/journals2008/articles/1339.pdf>
- Mangal, S. & V.A. Aminabhavi (2007). "Self-Concept, Emotional Maturity and Achievement Motivation of the Adolescent Children of Employed Mothers and Home-Makers". *J. Indian Academy Appl. Psychol.*, 33(1):103-110.
- Mansour Nejad, Z.; S.R. Poor Seyed, F. Kiani & M. Khodabakhsh (2013). "The Effectiveness of Communication Skills Training on the Development of Emotional Maturity of Girl Students on the Eve of Marriage". *Journal of Mental Health*, 15th year, No. 3: 70-158.
- Masten, A.S. (2004). "Regulatory Processes, Risk, and Resilience in Adolescent Development". *Annals of the New York Academy of Sciences*, 1021(1): 310-319. doi:10.1196/annals.1308.036
- McCullough, M.E. (2000). "Forgiveness as Human Strength: Theory, Measurement, and Links to Well-Being". *Journal of Social and Clinical Psychology*, 19: 43-55.
- McCullough, M.E.; K.I. Pargament & C.E. Thoresen (2000). "The Psychology of Forgiveness: History, Conceptual Issues, and Overview". In: M.E. McCullough, K.I. Pargament & C.E. Thoresen (Eds.). *Forgiveness: Theory, Research, and Practice* (1-14). New York: Guilford.
- Menninger, C.W. (1999). *Emotional Maturity*. Hickman Associates, New York.
- Mikulincer, M. & P.R. Shaver (2003). "The Attachment Behavioral System IN Adulthood: Activation, Psychodynamics, and Interpersonal Processes". In M.P. Zanna (Ed.). *Advances in Experimental Social Psychology* (Vol. 35: 53-152). San Diego, CA: Academic Press.
- Sabzi, N. & R. Sheikholeslami (2015). "The Role of Mediating Emotional Development in the Relationship between Family Communication Patterns and Empathy". *Journal of Developmental Psychology*, 12th year, No. 46: 141-153.
- Saffarpour, A. (2006). Comparison and Comparison of the Relationship between Marital Satisfaction and Marital Adjustment of Married Male Employees with a Healthy and Unhealthy Inference from their Families in the Company of Oil

- Pipelines in Tehran.** Master's Degree in Psychology. Shiraz University.
- Simon, S & S. Simon (1991). **Forgive.** Tehran: Translator.
 - Singh, D.; S. Kaur & G. Dureja (2012). “**Emotional Maturity Differentials among University Students**”. *Journal of Physical Education and Sports Management*, vol. 3: 41-42.
 - Singh, Y. & M. Bhargava (1974). **Emotional Maturity Scale.** New Delhi: Psycho-Educational Testing Centre.
 - Skoda, A.M. (2011). **The Relation between Self-Compassion, Depression, and Forgiveness of Others.** Thesis Submitted to The College of Arts and Sciences of the University of Dayton. In Partial Fulfillment of the Requirements for the Degree Master of Arts in Clinical Psychology.
 - Stackhouse, M.R.D. (2016). “**Paths to Not Forgiving: The Roles of Social Isolation, Retributive Orientation, and Moral Emotions**”. *Personality and Individual Differences*, 97: 50-54.
 - Tangney, J.; R. Fee, C. Rein Smith, A.L. Boone & N. Lee (1999). **Assessing Individual Differences in the Propensity to Forgive.** Paper Presented at the Annual Meeting of the American Psychological Association, Boston.
 - Thompson, L.Y.; C.R. Snyder, L. Hoffman, S.T. Michael, H.N. Rasmussen, L.S. Billings, L. Heinze, J.E. Neufeld, H.S. Shorey, J.C. Roberts & D.E. Roberts (2005). “**Dispositional Forgiveness of Self, Other, and Situations**”. *Journal of Personality*, 73: 316-360.
 - Toussiant, L. & J. Webb (2005). “**Theoretical and Empirical Connections between Forgiveness, Mental Health, and Well-Being**”. In: E.L. Worthington, Jr (Eds.), *Handbook of Forgiveness.* New York: Brunner-Routledge.
 - Witvliet, C.V.O.; N.J. DeYoung, A.J. Hofelich & .A. DeYoung (2011). “**Compassionate Reappraisal and Emotion Suppression as Alternatives to Offense-Focused Rumination: Implications for Forgiveness and Psychophysiological Well-Being**”. *Journal of Positive Psychology*, 6: 286-299. <http://dx.doi.org/10.1080/17439760.2011.577091>
 - Worthington, E.L. (2000). “**Is there a Place for Forgiveness in the Justice System?**”. *Fordham Urban Law Journal*, 27: 1721-1734.
 - Worthington, E.L. (2005). **Handbook of Forgiveness.** New York: Routledge.
 - Worthington, E.L.; C. Lovelock, C.V. Witvliet, M.S. Rye, J. Tsang & L. Toussaint (2014). “**Measures of Forgiveness: Self-Report, Physiological, Chemical, and Behavioral Indicators**”. In: G.J. Boyle., D.H. Saklofske & C. Matthews (Eds.). *Measures of Personality and Social Psychological Constructs.* Academic Press.
 - Worthington, E.L.; J.W. Berry & L.III. Parrott (2001). “**Unforgiveness, Forgiveness, Religion, and Health**”. In: T.G. Plante & A. Sherman (Eds.). *Faith and Health: Psychological Perspectives* (107-138). Guilford, New York.

