

بررسی رابطه بین دلبستگی به والدین و همسالان با مهارگری عاطفی نوجوانان Investigating the relationship between attachment to parents and adolescents with emotional control

Mohammad Karami
 Master of Family Counseling
arshad_mk20@yahoo.com

محمد کرمی
 کارشناس ارشد مشاوره خانواده

Abstract

The purpose of this study was to investigate the relationship between attachment to parents and adolescents in adolescents affiliated to Shirvan. This research is a descriptive and correlational study. The statistical population of all female high school students in the second year of Shirvan city in the academic year of 1395-1396, including 2,400 students, was 300 students. The sample consisted of 300 members of this society selected by cluster sampling from among high schools in Shirvan. To measure the variables of research Parental and Peer Assertiveness Dimensions (IPPA) and emotional control scale (ACS) were used. Data was analyzed by Pearson correlation test and multiple regression analysis with simple step-by-step method and t-test using SPSS software. The results indicate that there is a significant relationship between attachment to parents and peers with emotional inhibition. As a result, it can be concluded that attachment to parents plays an important role in controlling emotions in adolescents.

Key words: Affection for parents and peers, emotional control, adolescents.

چکیده

پژوهش حاضر با هدف بررسی رابطه بین دلبستگی به والدین و همسالان با مهارگری عاطفی، نوجوانان شهر شیروان انجام شد. این پژوهش، توصیفی و از نوع همبستگی است. جامعه آماری کلیه دانش آموزان دختر مقطع متوسطه دوره دوم شهرستان شیروان در سال تحصیلی (۹۶-۱۳۹۵) که شامل ۲۴۰۰ نفر بوده است. نمونه آماری شامل ۳۰۰ نفر از جامعه مذکور است که با روش نمونه گیری خوشه ای از بین دبیرستان های شهر شیروان انتخاب شدند. جهت اندازه گیری متغیرهای تحقیق به ترتیب؛ از پرسشنامه ابعاد دلبستگی والدین و همسالان (IPPA) و مقیاس کنترل عواطف (ACS) استفاده شد. به منظور تجزیه و تحلیل داده ها، از آزمون همبستگی پیرسون و تحلیل رگرسیون چندگانه با روش گام به گام و ساده و آزمون t توسط نرم افزار spss استفاده شد. نتایج گویای آن است که بین دلبستگی به والدین و همسالان با مهارگری عاطفی رابطه معنی دار، وجود دارد. در نتیجه می توان گفت: دلبستگی به والدین در کنترل عواطف نوجوانان تأثیر مثبت دارد.

کلید واژه ها: دلبستگی به والدین و همسالان، مهارگری عاطفی، نوجوانان.

مقدمه

نوجوانی؛ یکی از دوره های زندگی هر انسان در طول تکامل رشدی او است. این دوره، براساس مطالعات دانشمندان مختلف دوره ی مهم و حساسی، از تحول است. به گونه ای که دوره انتقالی بین کودکی و بزرگسالی است که با بلوغ آغاز می شود. با ورود به این دوره تحولات بسیار عمیقی از نظر زیستی، روانی و اجتماعی در افراد به وجود می آید، که موجب به هم خوردن تعادل و توازن جسمانی و روانی آنان می شود (شهرآرای، ۱۳۸۴).

یکی از برجسته ترین مفاهیم روانشناسی معاصر، مفهوم دلبستگی است (محمدی، ۱۳۸۹). نظریه دلبستگی: با تاکید بر تقدم دلبستگی هیجانی، درد درک و سازگاری بشر، نقش روابط به عنوان منبع امنیت بیان شده است. از آنجایی که نظریه دلبستگی، دیدگاه التقاطی است. یک نظریه سیستمی است که، به رفتار موجود در بافت الگوهای ارتباطی متمرکز است (تبعه امامی، ۱۳۹۰). اگرچه فروید اولین نظریه پرداز بود که اظهار داشت «پیوند عاطفی طفل و مادر مبنای تمام روابط بعدی است نظریه دلبستگی که از تحقیقات جان

بالبی (۱۹۵۰ و ۱۹۶۰) نشأت گرفته یکی از مقبول ترین نظریات در این مورد است. از نظر جان بالبی «دلبستگی یکی از نیاز های بنیادین انسان هاست بالبی اصطلاح دلبستگی را به نوع خاصی از روابط که در آن پیوند عاطفی خود را با فرد دیگری شکل می دهد اطلاق می کند» (کترال^۲، ۲۰۰۷ به نقل از قربانی، ۱۳۸۵). دلبستگی عبارت است: از پیوند عاطفی عمیقی، که با افراد خاص در زندگی برقرار می کنیم، به طوری که باعث می شود از تعامل با آنان احساس نشاط و شغف کرده و به هنگام استرس، از اینکه آنان را در کنار خود داریم احساس آرامش کنیم (برک، به نقل از سید محمدی، ۱۳۸۹).

یکی از ویژگیهای مهم سبک های دلبستگی و چگونگی پاسخگویی به نیاز فرزندان، اثرات نسبتاً پایدار آنها، بر روی ویژگیهای روانشناختی و انواع ارتباطی است، که افراد در سنین بعدی با دوستان، همسر و فرزندان خود خواهند داشت. نوجوانانی که در دوران کودکی از روابط ایمن با والدینشان بهره مند بوده اند، دارای رفتارهای سازگارانه می باشند (سیگلمن و رایدر، ۲۰۰۹).

برخی نظریه پردازان پیشنهاد می کنند که یک الگوی مناسب برای سازگاری نوجوان الگویی است که در آن نوجوان در حین احساس خودمختاری و استقلال هیجانی و اجتماعی، بتواند دلبستگی خویش را در نظام روابط حفظ کند و والدینی که بتوانند در بافت حمایت هیجانی و حفظ روابط متقابل، خودمختاری نوجوان را نیز تشویق کنند، بهترین محیط را برای رشد مهارتهای اجتماعی، روانی و هیجانی نوجوان فراهم می آورند (سانتراک^۱، ۲۰۰۹). دلبستگی عبارت است: از پیوند عاطفی و عمیقی که افراد با افراد خاص در زندگی خود برقرار می کنند. طوری که باعث می شود زمانی که با آنها تعامل می کنند، احساس نشاط و شغف کرده و به هنگام استرس از اینکه آنها را در کنار خود دارند، احساس آرامش کنند (شولتز و شولتز، ۲۰۰۵ به نقل از سید محمدی، ۱۳۹۱). با توجه به نظریه دلبستگی کیفیت روابط دلبستگی با پدر و مادر و همچنین مهارت های به دست آمده در رابطه دلبستگی ایمن از دوران کودکی، از ویژگی های مهم در حل مشکلات تحولی در دوره نوجوانی است. این نظریه بر روند تکامل فردی و ارتباطی، متمرکز بوده و چارچوب مناسبی برای شناخت عملکرد بهنجار و ناهنجار نوجوانان و مدل مداخله ای برای مهارت های رشد نیافته که در روابط ناکارآمد والد فرزند به وجود می آیند، ارائه می دهند (کمیوز و همکاران، ۲۰۱۳). عواطف؛ بخش مهم و اساسی زندگی انسان را تشکیل می دهند. به گونه ای که، تصویر زندگی بدون آن پنداری دشوار است. مدیریت و کنترل عواطف؛ موجب می شود افراد، واقع بین، نیک اندیش و درست کردار شوند، فردی مفید و کار آمد در پیشرفت جامعه به شمار آیند (شعاری نژاد، ۱۳۸۶).

مارکیوز، لوفورد، دوپل و هاگارد^۲ (۲۰۰۶، به نقل از کمیوز و همکاران، ۲۰۱۳) نشان دادند که نوجوانان به مادر برای برآورده کردن نیاز های اکتشافی^۳ خود بیشتر تکیه می کنند، در حالی که در شرایط استرس زا به دوستان و همچنین از روابط هیجانی، برای کسب آرامش استفاده می کنند. ویژگی های بهنجار و ناهنجار روابط بین فردی و صمیمیت در روابط به گونه ای عمیق با سبک دلبستگی^۴ اشخاص رابطه دارد. دلبستگی ایمن: اشاره به ظرفیت افراد در جستجوی آرامش از چهره های معنادار دلبستگی در زمان تنبذگی به منظور دریافت آسایش خاطر، دسترس پذیری برای کشف محیط کسب تجارب یادگیری جدید دارد. در طول تحول، روابط دلبستگی حمایت فردی و لازم برای فرد را فراهم نموده، و در مواقع بحرانی مانند: انتقال به دوران نوجوانی و بزرگسالی، منبع آرامش فرد را مهیا می سازد. بنابر نتایج پژوهش ها؛ دلبستگی ایمن با ویژگی های ارتباطی مثبت شامل صمیمیت و خرسندی؛ دلبستگی اجتنابی با سطوح پایین تری از صمیمیت و تعهد و سبک دلبستگی دوسوگرا با شور و هیجان و دل مشغولی در روابط بین فردی توأم با خرسندی کم مرتبط است (فینی و نولر^۵، ۱۹۹۱). برای تعیین سلامت روانی یک نوجوان باید؛ رابطه صمیمانه با دوستان و والدین را همزمان در نظر گرفت. چون این دو ارتباط به دو صورت جداگانه و ترکیبی در روند رشدی نوجوان تاثیر دارند و هر یک به تنهایی نمی تواند درک دقیقی از روند سلامت روانی نوجوان ارائه دهد (والر و رز، ۲۰۱۳).

همچنین پژوهشگرانی مانند: پارا و کیجا^۶ (۲۰۰۲) و میلینگ، باک، مونتگومری، اسپراز و استلارد^۷ (۲۰۱۲) تاکید دارند، که میزان دلبستگی افراد در نوجوانی، به دلیل ظهور روابط دلبستگی جدید با همسالان دستخوش تغییر می شود. و از دوره نوجوانی به بعد

2-Ketral

2-Santrook

3-Markiewicz, Lawford, Doyle, Haggart

4-exploration needs

5- Attachment styles

6- Feeney & Noller

7- Parra, Queija

8- Millings, Buck, Montgomery, Spears, & Stallard

دل‌بستگی به همسالان، و دیگر افراد گسترش می‌یابد. اخیراً یافته‌های یک پژوهش داخلی (حجازی، اژه‌ای و رنجبر، ۱۳۹۲) نشان داد که مولفه‌های ارتباط با همسالان (حمایت، پذیرش و راهنمایی شدن از طرف همسالان) بهترین پیش‌بینی‌کننده ارتباطات نوجوانان است. همچنین داشتن یک رابطه ناایمن با والدین و همسالان تأثیر خود را در بافت رابطه‌های دیگر نوجوان می‌گذارد و دل‌بستگی ایمن مبنای ارتباطات نوجوان با دیگران است.

کنترل عواطف عبارت است؛ از استعداد بازگرداندن آرامش به خود، و از اضطراب‌های معمولی، افسردگی، ناامیدی و زودرنجی خود را رها کردن؛ و توانایی پذیرش مسئولیت در قبال هیجان‌های شخصی و شادکامی است. یعنی اینکه؛ فرد بتواند انگیزه‌اش را حفظ کند و در مقابل ناامیلات استقامت کند (شریفی در آمدی و آقاپار، ۱۳۸۷). اداره هیجان‌ها ممکن نیست، مگر اینکه با هیجان‌های بنیادین مثل خشم، ترس، اضطراب، شادمانی، تعجب، اندوه، انزجار و عشق آگاه باشیم. همچنین از دانش کافی درباره سطوح هیجان، مراحل، تظاهرات جسمانی، عاطفی، شناختی و رفتاری آن‌ها، هیجان‌های مثبت و منفی و شدت و ضعف آن‌ها برخوردار باشیم. شناخت هیجان‌ها به ما قدرت تحلیل و کنترل می‌دهد. هر قدر این شناخت (قدرت) بیشتر باشد به سوی مدیریت و کنترل عواطف و بهبود روابط بین فردی جلوتر رفته ایم و در مجموع، گام بزرگی در موفقیت زندگی خود در ابعاد گوناگون برداشته ایم (قدیری، ۱۳۸۴).

در مورد کنترل عواطف هم می‌توان؛ به پژوهش خارجی لیرسنیدر همکاران (۲۰۱۵)، اشاره کرد که نشان دادند بین کنترل عواطف و افسردگی و بهزیستی روان‌شناختی رابطه معنی‌دار است. و بین عواطف مثبت با بهزیستی روان‌شناختی و سلامت روان رابطه معنی‌دار است. از طرفی رحمانی و همکاران (۱۳۹۳) در پژوهشی، با هدف تعیین رابطه حل تعارض و کنترل عواطف با سازگاری پس از طلاق نشان دادند بین حل تعارض و مؤلفه‌های کنترل عواطف (خشم، خلق افسرده، اضطراب و عاطفه مثبت) با سازگاری پس از طلاق رابطه معناداری وجود دارد. دامادزاد، علی پور و زارع (۱۳۹۱) اشاره کرد، که بر روی نوجوانان ۱۱ تا ۱۸ سال با هدف مقایسه میزان دل‌بستگی به والدین و مهارگری عاطفی با توجه به سطوح شاخص توده بدنی شهر اصفهان انجام شد که نشان دادند، میان دل‌بستگی به مادر و کنترل خلق افسرده در دو گروه تفاوت معنادار وجود دارد. این موضوع که دوره نوجوانی، دوره ای بحرانی، و مهم در تحول شخصیت فرد می‌باشد بر کسی پوشیده نیست و محققان این حیطة همگی بر اهمیت کنترل عواطف در دوران نوجوانی برای دستیابی به روابط هیجانی و اجتماعی سازش یافته در بزرگسالی تأکید دارند. با توجه به اهمیت نظام دل‌بستگی در رشد اجتماعی نوجوانان، و از آنجایی که پژوهش‌های موجود به دلیل تمرکز روی دوران کودکی، ارزیابی انحصاری رابطه با مادر و یا توجه به گروه‌های خاص مانند کودکان ناتوان ذهنی، کمبودهای جدی دارند، بنابراین با توجه به مطالعات انجام شده توسط محققین می‌توان نتیجه گرفت که، ویژگی‌های شخصیتی افراد از عواملی است، که می‌تواند پیش‌بینی‌کننده میزان دل‌بستگی به والدین و همسالان باشد و لذا این سوال مطرح می‌شود که آیا بین دل‌بستگی به والدین و همسالان با مهارگری عاطفی نوجوانان رابطه وجود دارد؟

روش

تحقیق حاضر، به روش تحقیق همبستگی است. جامعه آماری این پژوهش شامل؛ کلیه دانش‌آموزان نوجوان دختر ۱۵ تا ۱۸ ساله متوسطه دوره دوم که در سال تحصیلی (۹۶-۹۵) در دبیرستان‌های شهرستان شیروان مشغول به تحصیل بوده‌اند. تعداد کل این دانش‌آموزان (۲۴۰۰) نفر می‌باشد و نمونه آماری (۳۰۰) نفر بودند. تعداد نمونه براساس جدول کرجی و مورگان (۱۹۷۸) (۳۳۱) نفر بوده است. و به روش نمونه‌گیری خوشه‌ای انتخاب شدند. در نمونه‌گیری خوشه‌ای واحد اندازه‌گیری فرد نیست، بلکه گروهی از افراد هستند که به صورت طبیعی شکل گرفته، و گروه خود را شکل دادند. در این پژوهش گروه را مدرسه نامیده که به صورت تصادفی ۴ مدرسه را از بین مدارس انتخاب و از هر دبیرستان ۳ کلاس در رشته‌های مختلف بصورت تصادف انتخاب و تکمیل پرسشنامه اجرا گردید. هر سه پرسشنامه‌ها به صورت همزمان وفردی، به دانش‌آموزان ارائه شد. و توضیحات لازم به آنها داده شد، که از این بین ۳۱ پرسشنامه ناقص تکمیل شده بودند که از جریان پژوهش حذف شدند. در نهایت (۳۰۰) پرسشنامه وارد تحلیل شدند.

پرسشنامه‌ی ابعاد دل‌بستگی والدین و همسالان: پرسشنامه‌ی ابعاد دل‌بستگی والدین و همسالان (IPPA)^۱ آرمسدن^۲ و گرنبرگ^۳ (۱۹۸۶) از ۷۵ آیت تشکیل شده است، که جنبه‌های عاطفی، شناختی و رفتاری دل‌بستگی آزمودنی‌ها را نسبت به والدین و

1- inventory of parent and peer attachment

2-Armsden

3-Greenberg

همسالان ارزیابی می کند. این آزمون، در سه گروه ۲۵ سالی میزان و کیفیت دلبستگی به پدر، مادر و همسالان در سه بعد اعتماد، ارتباط و بیگانگی مورد ارزیابی و پرسش قرار می دهد (مظاهری، ۱۳۸۲). خرده مقیاس اعتماد با ۱۰ آیتم احساس امنیت پاسخگویان در میزان پاسخدهی والدین نسبت به نیازهای هیجانی آنها، بعد ارتباطی با ۹ آیتم کمیت و کیفیت ارتباط کلامی و خرده مقیاس بیگانگی با ۶ سوال احساسات بیگانگی (بی توجهی) و انزوا را می سنجد. این پرسشنامه مقیاس های جداگانه ای را برای پدر، مادر و همسالان تشکیل می دهد، که نمرات بالا در هر مقیاس، نشان دهنده ی دلبستگی ایمن بیشتر می باشد. اعتبار سازه و همگرایی IPPA از طریق محاسبه همبستگی با مقیاس های مانند تعارض، حمایت و همبستگی خانواده، بهزیستی درونی، رضایت از زندگی، افسردگی، اضطراب، رویدادهای زندگی و ... تایید شده است. همسانی درونی با ضریب آلفای در خرده مقیاس های T (اعتماد) ^۴، C (ارتباط) ^۵ و A (بیگانگی) ^۶ برای دلبستگی به والدین، به ترتیب ۰/۹۱، ۰/۹۱ و ۰/۸۶ بود. همچنین برای همسالان این ضریب ها به ترتیب ۰/۸۷، ۰/۹۱ و ۰/۷۲ می باشد (آرمسدن و گرنبرگ، ۱۹۸۷). جانتن (۲۰۰۴) پایایی این پرسشنامه را با استفاده از آلفای کرونباخ ۰/۶۸ تا ۰/۹۱، پایایی آزمون و آزمون مجدد در عرض سه هفته ۰/۹۳ برآورد کرد. در پژوهش حاضر مقدار ضریب آلفای کرونباخ دلبستگی به والدین و همسالان به ترتیب ۰/۸۷ و ۰/۹۵ بدست آمد.

مقیاس کنترل عواطف (ACS): پرسشنامه کنترل عواطف ویلیامز و جمبلز (۱۹۹۷) ابزاری ۴۲ سوال برای سنجش میزان کنترل افراد بر عواطف خود است. این مقیاس دارای ۴ زیر مقیاس فرعی با عنوان خشم، خلق افسرده، اضطراب و عاطفه مثبت است. نمره گذاری پرسشنامه بصورت طیف لیکرت ۷ نقطه ای می باشد، که برای گزینه های «به شدت مخالف»، «خیلی مخالف»، «مخالف»، «نه موافق و نه مخالف»، «موافق»، «خیلی موافق» و «به شدت موافق» به ترتیب امتیازات ۱، ۲، ۳، ۴، ۵، ۶ و ۷ در نظر گرفته می شود. اعتبار درونی و بازآزمایی آزمون به تربیت برای نمره کلی مقیاس ۰/۷۸، ۰/۹۴، برای زیر مقیاس های خشم ۰/۷۳، ۰/۷۲، زیر مقیاس خلق افسرده ۰/۷۶، ۰/۹۱، زیر مقیاس اضطراب ۰/۷۷، ۰/۸۹، و زیر مقیاس عاطفه مثبت ۰/۶۶، ۰/۸۴، جهت یک نمونه از دانشجویان دوره لیسانس بدست آمده؛ همچنین روایی افتراقی و همگرایی آن نیز به دست آمده است (ویلیامز، کمپل و آهرانز، ۱۹۹۷). همچنین ضریب پایایی مقیاس کنترل عواطف به وسیله ی دهنش (۱۳۸۸) مورد بررسی قرار گرفت؛ که مقدار آلفای کرونباخ در مقیاس کنترل عواطف ۰/۸۴، در خرده مقیاس خشم برابر با ۰/۵۳ و در خرده مقیاس عاطفه مثبت برابر با ۰/۶۰، خلق افسرده ۰/۷۶ و اضطراب ۰/۶۴ برآورد شده است که، نشان دهنده ی مناسب بودن مقیاس کنترل عواطف می باشد (به نقل از بگیان کوله مرز، ۱۳۹۱). در پژوهش حاضر مقدار ضریب آلفای کرونباخ کنترل عواطف ۰/۹۰ بدست آمد.

یافته

جدول (۱) یافته های توصیفی شامل: متغیر دلبستگی به والدین با میانگین (۱۷۱/۱۱) و دلبستگی به همسالان با میانگین (۸۴/۵۹) نشان می دهد.

جدول ۱ آماره های توصیفی دل بستگی به والدین و همسالان و خرده مولفه ها

عامل	حداقل	حداکثر	میانگین	انحراف استاندارد
دل بستگی به والدین	۸۶	۲۳۳	۱۷۱/۱۱	۳۶/۲۸
T(اعتماد)	۲۷	۷۷	۵۴/۰۵	۱۱/۴۰
C(ارتباط)	۱۸	۶۸	۴۶/۷۹	۱۱/۸۰
A(بیگانگی)	۲۷	۷۵	۵۲/۷۴	۱۲/۰۲
دل بستگی به همسالان	۵۰	۱۱۶	۸۴/۵۹	۱۶/۱۹
T(اعتماد)	۱۵	۴۵	۳۱/۸۲	۷/۴۸
C(ارتباط)	۱۰	۴۰	۲۵/۵۸	۷/۰۴
A(بیگانگی)	۱۴	۳۳	۲۳/۹۱	۴/۳۹

جدول (۲) آماره های توصیفی مهار گری عاطفی و خرده مولفه ها

عامل	حداقل	حداکثر	میانگین	انحراف استاندارد
مهار گری عاطفی	۱۸۵	۲۹۴	۲۵۴/۰۷	۲۳/۲۲
خشم	۲۹	۵۶	۵۱/۱۱	۵/۰۹
خلق افسرده	۲۹	۵۶	۴۶/۸۶	۵/۴۶
اضطراب	۴۸	۹۱	۷۷/۲۵	۷/۹۳
عاطفه مثبت	۵۵	۹۱	۷۸/۷۱	۷/۱۵

نتایج جدول (۲) متغیر مهار گری عاطفی نشان دهنده آن است؛ که میانگین (۲۵۴/۰۷) می باشد، خرده مولفه عاطفه مثبت با میانگین (۷۸/۷۱) بیشترین و خلق افسرده با میانگین (۴۶/۸۶) پایین ترین مقدار را در بین سایر خرده مولفه ها داشته اند.

جدول (۳) ضریب همبستگی بین متغیر دل بستگی به والدین و همسالان و خرده مولفه ها با مهار گری عاطفی (روش پیرسون^۱)

متغیر	مهار گری عاطفی
دل بستگی به والدین	همبستگی ۰/۲۶
	معناداری ۰/۰۰
	تعداد ۳۰۰

¹-Pearson

همبستگی	۰/۲۱	T (اعتماد)
معناداری	۰/۰۰	
تعداد	۳۰۰	
همبستگی	۰/۲۶	C (ارتباط)
معناداری	۰/۰۰	
تعداد	۳۰۰	
همبستگی	۰/۲۲	A (بیگانگی)
معناداری	۰/۰۰	
تعداد	۳۰۰	
همبستگی	۰/۰۶	دلبستگی به همسالان
معناداری	۰/۹۱	
تعداد	۳۰۰	
همبستگی	-۰/۰۱	T (اعتماد)
معناداری	۰/۸۶	
تعداد	۳۰۰	
همبستگی	-۰/۰۴	C (ارتباط)
معناداری	۰/۴۴	
تعداد	۳۰۰	
همبستگی	۰/۱۲	A (بیگانگی)
معناداری	۰/۰۳	
تعداد	۳۰۰	

در جدول (۳) مقدار ضریب همبستگی بین دلبستگی به والدین و همسالان با مهارگری عاطفی در بین دانش آموزان به ترتیب برابر با ۰/۲۶ و ۰/۰۶ می باشد، این عدد مثبت است. سطح معناداری (Sig) برای این ضریب همبستگی برابر با ۰/۰۰ و ۰/۹۱ است که برای دلبستگی به والدین از ۰/۰۵ کمتر ولی برای دلبستگی به همسالان بیشتر از ۰/۰۵ می باشد. بنابراین، با اطمینان ۹۵ درصد می توان گفت، رابطه ای معنادار و مستقیم با همبستگی پایین بین دلبستگی به والدین با مهارگری عاطفی وجود دارد. ولی بین دلبستگی به همسالان با مهارگری عاطفی رابطه ای وجود ندارد. یعنی هر چه میزان دلبستگی به والدین، در دانش آموزان بیشتر باشد، به همان اندازه میزان مهارگری عاطفی آنها به طرف مثبت سیر می کند.

جدول (۴) شاخص کفایت مدل رابطه بین دلبستگی والدین و همسالان با مهارگری عاطفی

مدل	گام	متغیر	ضریب	ضریب	ضریب	خطای استاندارد
		همبستگی چندگانه	تعیین	تعیین تعدیل شده	برآورد	
گام	۱	A همسالان	۰/۱۲	۰/۰۱	۰/۰۱	۲۳/۰۸
به گام	۲	دلبستگی والدین	۰/۲۶	۰/۰۶	۰/۰۶	۲۲/۴۵
	۳	C والدین	۰/۲۷	۰/۰۷	۰/۰۷	۲۲/۳۸

متغیر وابسته: مهارگری عاطفی

در جدول (۴) مشاهده می شود، طی سه گام، دل بستگی به والدین و دو خرده مولفه، قادر به پیش بینی مهارگری عاطفی بوده اند. در گام اول همبستگی بین متغیرهای پیش بین و متغیرهای ملاک برابر با ۰/۱۲ است. ضریب تعیین ۰/۰۱ بدست آمده و این مقدار نشان میدهد که، ۱ درصد تغییرات مهارگری عاطفی مربوط به خرده مولفه دل بستگی به همسالان (بیگانگی) می باشد. در گام دوم با اضافه شدن متغیر دل بستگی به والدین ضریب همبستگی به ۰/۲۶ افزایش پیدا کرد. و ضریب تعیین نیز ۰/۰۶ بدست آمد که، از این مقدار ۵ درصد به صورت انحصاری و افزوده مربوط به دل بستگی به والدین میباشد. یعنی ۵ درصد تغییرات مهارگری عاطفی مربوط به مولفه دل بستگی به والدین می باشد. در گام سوم با اضافه شدن خرده مولفه ارتباط ضریب همبستگی به ۰/۲۷ افزایش پیدا کرد. و ضریب تعیین نیز ۰/۰۷ بدست آمد، که از این مقدار ۱ درصد به صورت انحصاری و افزوده مربوط به ارتباط میباشد. یعنی، ۱ درصد تغییرات مهارگری عاطفی مربوط خرده مولفه ارتباط می باشد نکته سایر خرده مولفه ها به علت همبستگی کمتر با سایرین و نداشتن تاثیر در افزایش ضریب تعیین از معادله کنار گذاشته شده اند.

جدول (۵) مدل رگرسیون رابطه بین دل بستگی والدین و همسالان با مهارگری عاطفی

مدل	مجموع مربعات	درجه آزادی	میانگین مجموع مربعات	آماره F	سطح معناداری (Sig)
۱ رگرسیون	۲۵۲۷/۹۹	۱	۲۵۲۷/۹۹	۴/۷۴	۰/۰۳
باقیمانده	۱۵۸۷۸۳/۲۳	۲۹۸	۵۳۲/۸۳		
کل	۱۶۱۳۱۱/۲۳	۲۹۹			
۲ رگرسیون	۱۱۰۹۷/۷۶	۲	۱۱۰۹۷/۷۶	۲۲/۰۱	۰/۰۰
باقیمانده	۱۵۰۲۱۳/۴۷	۲۹۷	۵۰۴/۰۷		
کل	۱۶۱۳۱۱/۲۳	۲۹۹			
۳ رگرسیون	۱۲۵۴۶/۹۵	۳	۶۲۷۳/۴۷	۱۲/۵۲	۰/۰۰
باقیمانده	۱۴۸۷۶۴/۲۸	۲۹۶	۵۰۰/۸۹		
کل	۱۶۱۳۱۱/۲۳	۲۹۹			

با توجه به جدول (۵) سطح معناداری محاسبه شده برای این آماره در تمامی گام ها نشان از معنی دار بودن رگرسیون در سطح ۰/۰۵ دارد.

بحث و نتیجه گیری

در این پژوهش، به بررسی رابطه بین دل بستگی به والدین، همسالان، و مهارگری عاطفی، با یکدیگر و تفاوت این دو متغیر در دانش آموزان پرداخته شده است. نتایج حاصل از بررسی رابطه بین دل بستگی به والدین و همسالان با مهارگری عاطفی نشانگر آن است؛ که رابطه مثبت و معناداری وجود دارد. در تبیین نتایج می توان اذعان نمود، که عوامل بسیاری بر مهارگری عاطفی نوجوانان تاثیر گذار است. نتایج این پژوهش نیز اثبات نمود یکی از عوامل مهمی که بر مهارگری عاطفی نوجوانان تاثیر مثبت بسزایی دارد، دل بستگی به والدین است. در واقع هر چه میزان دل بستگی به والدین در دانش آموزان بیشتر باشد، به همان اندازه میزان مهارگری عاطفی آنها به طرف مثبت سیر می کند.

یافته های این پژوهش با یافته های تحقیقاتی همچون؛ سپهریان آذروهمکاران (۱۳۹۳)، اعظمی وهمکاران (۱۳۹۲)، عیسی زادگان وهمکاران (۱۳۹۲)، واحدی وفتحی (۱۳۸۹)، آتش روز، پاکدامن وعسگری (۱۳۸۷)، همخوان است. همچنین نتایج پژوهش با پژوهش های تحقیق آل یاگون و مارگالیت (۲۰۱۳)، آل یاگون (۲۰۱۲)، گرشام وگالن (۲۰۱۲)، میلینگ و همکاران (۲۰۱۲) مطابقت دارد. ما و هیونبر (۲۰۰۸) در ارتباط کیفیت دلبستگی والدین و همسالان با رضایت از زندگی نوجوانان نشان داد، که اگر چه دلبستگی به والدین و همسالان به صورت مثبت با رضایت از زندگی نوجوان ارتباط داشتند، ولی دلبستگی والدین پیش بینی کننده ی قویتری به حساب می آمد. از این رو همسوسوبادیگاه والر و رز (۲۰۱۳) می توان گفت؛ با توجه به اینکه رابطه صمیمانه با مادر، غالباً منجر به خودافشای نوجوانان با همسالان می شود. به علاوه روابط ناکارآمد، با همسالان می تواند منجر به رابطه ی ناکارآمد مادر- فرزند و در ادامه به وجود آمدن علائم افسردگی و اضطراب در نوجوانان شود. بنابراین برای تعیین سلامت روانی یک نوجوان باید رابطه صمیمانه با دوستان و والدین را همزمان در نظر گرفت. چون این دو ارتباط به دو صورت جداگانه و ترکیبی در روند رشدی نوجوان تاثیر دارند. هر یک به تنهایی نمی تواند، درک دقیقی از روند سلامت روانی نوجوان ارائه دهد. و کیفیت دلبستگی به والدین و همسالان در بلوغ اجتماعی نوجوان تاثیر دارد. از طرفی سامونلسون وهمکاران (۲۰۱۲) معتقدند: مادرانی که با توجه و حامی هستند، و از انتقاد فریاد زدن، یا تنبیه بدنی کودکانشان اجتناب می کنند، محیطی منسجم و سازمان یافته تر برای آن هافراهم می کنند، که رشد مهارت های برنامه ریزی وسازماندهی کودکان را تسهیل می کند. در همین راستا ساروف (۱۹۷۹؛ نقل از لنینک وهمکاران، ۲۰۰۹) نیز اظهار داشتند، که شکل گیری روابط دلبستگی مؤثر با اولین مراقبین، برجسته ترین کارکرد رشدی در دوران طفولیت است. بنابراین، همسو با یافته های این تحقیق برابر و اسکلاترمن (۲۰۰۸) نیز بیان کرده اند، که ارتباطات اغلب به عنوان بسط نظریه دلبستگی در نظر گرفته می شود. و برای اینکه دلبستگی به صورتی جامع مفهوم بندی شود، باید عناصر متنوع آن را از جمله: تجربه های اجتماعی از جمله کیفیت یک رابطه، درجه دوست داشتن محیط زندگی و یا رابطه، کیفیت عملکرد در محیط و یا رابطه، در اختیار داشتن احساسات یا حالات نگرش، و ترکیبی از حالت ها و رفتارهای فرد را در نظر گرفت.

لذا می توان گفت، که افراد دارای دلبستگی به والدین و همسالان و کنترل عواطف از توانایی و قدرت انطباق با تمام جلوه های روابط بین فردی، توانایی و استعداد زندگی کردن و ابراز وجود طبق محدودیت های جامعه و خواسته های فرهنگی و همچنین هماهنگ ساختن رفتار به منظور برآورده ساختن نیازهای محیطی که غالباً مستلزم کنترل هیجانات و نگرش ها می باشد. مهم ترین کاربرد بالینی این یافته ها، در زمینه سبک فرزند پروری و ارتباط والدین بویژه مادر با فرزندان است. و بر نیاز حیاتی برای مداخله زودرس در دلبستگی های نامطلوب، مدیریت کنترل عواطف و راهبردهای شناختی هیجان سازش نیافته، که ممکن است با صرفه ترین ابزار بهبود بهداشت روانی خانواده ها باشد، تأکید دارد.

بنابراین، با توجه به این امر که دختران امروز مادران نسل آینده هستند. و نقش بیشتری در تربیت نسل فردا بر عهده خواهند داشت، لذا والدین و نظام آموزشی موظف اند؛ که با ایجاد کیفیت مطلوب دلبستگی به والدین در دوران کودکی و نوجوانی و فراهم نمودن حمایت های مادی و معنوی مناسب و به موقع به خصوص در سنین جوانی برای این افراد، حس اعتماد به دیگران و سلامت روانی مناسبی را در آنان ایجاد کرده. تا آنان بتوانند، در جامعه و خانواده احساس امنیت نموده، دید بهتری نسبت به آینده داشته باشند، بهتر بتوانند با مشکلات زندگی و بحرانهای مختلف کنار بیایند. و در آینده هم بتوانند احساس رضایت از زندگی، اعتماد، خوشبینی را به فرزندان خویش انتقال داده. و راهبردهای تنظیم شناختی هیجان سازش یافته، مهارت مدیریت کنترل عواطف و دلبستگی مطلوب را برای آنان بکار گیرند. انجام این پژوهش با چالش ها و محدودیت هایی همراه بوده. از آن میان می توان: به محدود بودن جامعه آماری تنها به شهرستان شیروان و دانش آموزان دختر دبیرستانی اشاره نمود. لذا باید در تعمیم نتایج به سایر شهرهای دیگر احتیاط کرد. با توجه به نتایج پژوهش حاضر پیشنهاد می گردد، در بین دانش آموزان سایر مقاطع، دانش آموزان پسر و سایر مراکز آموزشی نظیر دانشگاه ها نیز صورت گیرد. ممکن است نتایج متفاوتی بدست آید.

منابع

- برگ، لورا ای. (۱۳۸۹). روانشناسی رشد از نوجوانی تا پایان زندگی، ترجمه یحیی سیدمحمدی، تهران، انتشارات ارسباران.
- قدیری، محمد حسین. (۱۳۸۴). مدیریت خشم. نشریه معرفت، شماره ۱۴: ۱۰۶-۹۳.
- بگیان کوله مرز، محمد جواد، درتاج، فریبرز، مهدی محمد امینی، (۱۳۹۱)، مقایسه ی ناگویی خلقی و کنترل عواطف در مادران دانش آموزان با و بدون ناتوانی یادگیری، مجله ی ناتوانی های یادگیری، دوره ی ۲، شماره ۳.

- تبعه امامی، شیرین؛ نوری، ابوالقاسم؛ ملک پور، مختار؛ عابدی، احمد. (۱۳۹۰). اثربخشی آموزش شناختی رفتاری مادران بر تغییر رفتار مادرانه و دلبستگی نایمن کودک. *روانشناسی بالینی*، ۳(۳)، ۷-۱۶.
- روزنهان، دیویدوسلیگمن، مارتین ای. (۱۹۳۰). آسیب شناسی روانی. ترجمه یحیی سید محمدی (۱۳۹۰). جلد دوم، چاپ دوازدهم، تهران: ارسباران.
- سانتراک، جان دلبیو. (۲۰۱۰). زمینه روانشناسی، ترجمه ی فیروزبخت، مهرداد (۱۳۸۹). تهران، چاپ پنجم، نشر رسا.
- سپهریان آذر، فیروزه؛ اسدی مجره، سامره؛ اسدنیاسعید؛ لیدا، فرنودی. (۱۳۹۳). رابطه سبک های دلبستگی و راهبردهای مقابله ای با دشواری های تنظیم هیجان در دوران نوجوانی. *مجله علوم پزشکی ارومیه*، دوره بیست و پنجم، شماره دهم، ص ۹۲۲-۹۳۰.
- شریفی درآمدی، پرویز؛ آقاپار، سعید. (۱۳۸۷). هوش هیجانی و بهبود رابطه با خود و دیگران. *اصفهان: سپاهان*.
- شعاری نژاد، علی اکبر (۱۳۸۶). روان شناسی رشد. چاپ پنجم. تهران: نشر اطلاعات.
- شهرآرای، مهناز. (۱۳۸۴). روان شناسی رشد نوجوانان. تهران، چاپ اول: نشر علم.
- شولتز، دوان پی. شولتز، سیدنی ال (۲۰۰۵). نظریه های شخصیت ترجمه، سید محمدی، یحیی (۱۳۹۱). تهران: انتشارات ویرایش.
- طهماسبیان، حجت اله؛ خزایی، حبیب اله؛ عارفی، مختار؛ سعیدی پور، مهشید؛ حسینی، سیدعلی. (۱۳۹۳). *هنجاریابی آزمون مقیاس کنترل عواطف*. ماهنامه علمی پژوهشی دانشگاه علوم پزشکی کرمانشاه، سال هیجدهم، ششم، ۳۴۹-۳۵۴.
- مظاهری، محمدعلی. (۱۳۸۲). *دستورالعمل نمره گزاری پرسشنامه دلبستگی به والدین و همسالان*. آزمایشگاه روان شناسی، پژوهشکده خانواده، دانشگاه شهید بهشتی.

- Alink L.R.A, Cicchetti D., Kim J., Rogosch F.A. (2009). Mediating and moderating processes in the relation between maltreatment and psychopathology: Mother child relationship quality and emotion regulation. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 37: 831-843.
- Al-Yagon, M., & Margalit, M. (2013). Social cognition of children and adolescents with LD: intrapersonal and interpersonal perspectives. In: Swanson HL, Harris K, Graham S (eds) *Handbook of learning disabilities*, 2nd edn. Guilford Press, New York, pp 278-292.
- Barber, B. k, & Schlatterman, J. M. (2008). Connectedness in the lives of children and adolescents: A call for grater conceptual clarity. *Journal of Adolescent Health*, 43(3), 209- 216.
- Gresham, D., & Gullone, E. (2012). Emotion regulation strategy use in children and adolescents: the explanatory roles of personality and attachment. *Personality and Individual Differences*, 52, 616-621.
- Karine Dubois-Comtois, Chantal Cyr, Katherine Pascuzzo, Mylène Lessard⁵ and Caroline Poulin.(2013). Attachment Theory in Clinical Work with Adolescents. *Child Adolesc Behav* 2013, 1:3.
- Leersnyder, J.D., Kim, H., Mesquita, B. (2015). Feeling right is feeling good: psychological well-being and emotional fit with culture in autonomy-versus relatedness-promoting situations. *Frontiers in psychology*. Vol 2. PP 1-12.
- Ma, Q, C., & Huebner, E. S. (2008). Attachment relationships and adolescents' life satisfaction: Some relationships matter more to girls than boys. *Psychology in the Schools*, 45(2), 177-190.
- Markiewicz D, Lawford H, Doyle AB, Haggart N (2006) Developmental differences in adolescents' and young adults' use of mothers, fathers, best friends, and romantic partners to fulfill attachment needs. *Journal of Youth and Adolescence* 35: 127-140.
- Millings, A., Buck, R., Montgomery, A., Spears, M., & Stallard, P. (2012). School connectedness, peer attachment, and self-esteem as predictors of adolescent depression. *Journal of Adolescence*, 35, 1061-1067.
- Oldmeadow, J.A.; Quinn, S.; & Kowert, R. (2013). Attachment style, social skills, and Facebook use amongst adults. *Computers in Human Behavior*, 29, 1142-1149.
- Parra, A. Y. & Queija, I. (2002). Parents and peers influences on emotional adjustment during adolescence. VIII Ear a conference oxford.
- Samuelson, K. W., Krueger, C. E., & Wilson, C. (2012). Relationships between maternal emotion regulation, parenting, and children's executive exposed to intimate functioning in families partner violence. *Journal of Interpersonal Violence*, 27 (17): 3532-3550.
- Waller, E. M., & Rose, A. J. (2013). Brief report: Adolescents' co-rumination with mothers, co-rumination with friends, and internalizing symptoms. *Journal of Adolescence*.
- Williams, K. E. Chambless, D. L. & Ahrens, A. H. (1997). Are emotion frightening? An extension of the fear concept. *Behaviour Research and therapy*. Vol. 35(4), 239-245.



شپوشگاه علوم انسانی و مطالعات فرهنگی
پرتال جامع علوم انسانی