

پیش‌بینی مشکلات تنظیم هیجانی مادران حاشیه‌نشین شهر تهران بر اساس سبک‌های دلبستگی آنان

تاریخ دریافت مقاله: ۱۳۹۸/۳/۲۳ تاریخ پذیرش مقاله: ۱۳۹۹/۲/۱۸

افروز افشاری^{*۱}

چکیده

مقدمه: امروزه حاشیه‌نشینی یکی از مهمترین بسترهای بروز آسیب‌های روانی-اجتماعی تلقی می‌شود. برای پیشگیری از بروز این آسیب‌ها، ابتدا باید به خانواده و یکی از مهمترین نقش‌های آن یعنی مادری، توجه کرد. لذا پژوهش حاضر درصدد پیش‌بینی مشکلات تنظیم هیجانی مادران ساکن در حاشیه شهر تهران، بر اساس سبک‌های دلبستگی آنان بود.

روش: پژوهش حاضر به صورت توصیفی-مقطعی و از نوع همبستگی بود. جامعه‌ی این پژوهش شامل کلیه مادران دارای فرزند ساکن در شهرستان‌های رباط کریم و پاکدشت بود. بدین منظور نمونه‌ای متشکل از ۱۱۹ نفر از زنان ساکن در این دو شهرستان به روش نمونه‌گیری تصادفی خوشه‌ای چندمرحله‌ای انتخاب و به پرسشنامه‌های سبک دلبستگی بزرگسال (بشارت، ۱۳۹۲) و مقیاس مشکلات تنظیم هیجانی (گراتز و رومتر، ۲۰۰۴) پاسخ دادند. داده‌ها با استفاده از روش تحلیل رگرسیون خطی چندمتغیری در نرم‌افزار *SPSS-20* مورد بررسی قرار گرفت.

یافته‌ها: نتایج این پژوهش نشان داد که مادران با سبک ایمن مشکلات کمتری در تنظیم هیجانات داشته، وضوح هیجانی بالاتر و توانایی دسترسی به راهبردهای نظم‌بخشی هیجانی بهتری دارند؛ سبک اجتنابی قادر به پیش‌بینی مشکلات مربوط به شرکت در رفتارهای هدفمند و سبک دوسوگرا به طور معنی‌داری نمره کل دشواری در تنظیم هیجان، عدم پذیرش پاسخ‌های هیجانی، مشکلات کنترل تکانه و محدودیت دسترسی به راهبردهای تنظیم هیجانی را پیش‌بینی نمود.

نتیجه‌گیری: این نتایج بیانگر اهمیت بیشتر سبک‌های دلبستگی دوسوگرا و ایمن و نقش کمتر سبک اجتنابی در پیش‌بینی مشکلات مرتبط با نظم‌بخشی به هیجانات در مادران حاشیه‌نشین شهر تهران بود.

کلمات کلیدی: حاشیه‌نشینی، سبک‌های دلبستگی، مادران، مشکلات تنظیم هیجان

۱. استادیار روان‌شناسی، گروه روان‌شناسی، دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناسی، دانشگاه الزهراء، تهران، ایران
*نویسنده مسئول: a.afshari@alzahra.ac.ir

Prediction of Mothers' Difficulties in Emotion Regulation via Their Attachment Styles in Tehran City's Suburb

Afrooz Afshari^{1*}

Abstract

Introduction: Multiple sclerosis is a debilitating disease that affects the brain and spinal cord and causes many physical and mental problems. The present study was conducted to evaluate the effectiveness of training on the enrichment of interpersonal relationships based on emotionally focused therapy on psychosocial adjustment and the social health of married women with multiple sclerosis .

Method: The research design was semi-experimental with a pre-test-post-test with a control and follow-up group. The statistical population of the study included all married women with MS who were members of the Isfahan MS Association in 2019, and 30 people were selected based on the criteria for entering the study and targeted sampling method and were randomly divided into two groups of 15 people. The experimental group participated in eight 90-minute sessions based on the relationship enhancement program, but no intervention was performed for the control group. In three stages, the subjects answered Derogatis & Derogatis psychosocial adjustment to disease (1990) and Keys social health questionnaires (2004). Also, the research data were analyzed by repeated analysis of variance .

Results: Enrichment sessions based on emotion-oriented approach improved social-psychological adjustment with the disease in the post-test and follow-up phase ($p < 0.01$) and its effect remained constant over time. However, experimental intervention only in the post-test stage increased the social health of married women with multiple sclerosis ($p < 0.05$) .

Conclusion: It seems that teaching how to enrich interpersonal relationships based on the emotion approach has led to improved psychosocial adjustment with the disease and increased the social health of married women with multiple sclerosis .

Keywords: Enrichment of interpersonal relationships, emotionally focused therapy, social-psychological adjustment, social health, married women with multiple sclerosis

1 Assistant professor of psychology, department of psychology, faculty of educational sciences and psychology, Alzahra university, Tehran, Iran

* Corresponding Author: A.afshari@alzahra.ac.ir

مقدمه

حواشی شهرها و مناطق زاغه نشین مناطقی هستند که همواره بستر مناسبی برای بروز انواع بزه‌ها و آسیب‌های اجتماعی بوده و هستند. در سالهای اخیر به دلایل مختلفی از جمله بیکاری و خشک‌سالی افراد بیشتری به امید یافتن کار یا زندگی بهتر به کلان شهرها مهاجرت کرده و بدون آگاهی از خطرات و مشکلات آن، در حاشیه شهرها ساکن شده‌اند. دور افتادن از بافت اصلی جامعه و نداشتن امکانات تربیتی، رفاهی و بهداشتی لازم، تنها گوشه‌ای از مشکلات این افراد است که می‌تواند ساکنین این مناطق را در معرض آسیب‌های روانی و اجتماعی قرار دهد (قاسمی، ۲۰۱۹). این آسیب‌ها نه تنها بر فرد و خانواده فشار وارد می‌کند، بلکه کل پیکره جامعه را نیز تحت تأثیر قرار می‌دهد. در این بین زنان به دلیل پذیرفتن نقش‌های مختلف در خانواده (همسری و مادری) و اهمیت تأثیر این نقش‌ها بر سایر اعضای خانواده و خصوصاً فرزندان، می‌بایست مورد توجه ویژه قرار گیرند.

قاعدتاً در مناطقی که دشواری‌های بیشتری در مسائل معیشتی، فرهنگی و اجتماعی وجود داشته باشد زمان کمتری برای مسائل سطح بالاتر در حوزه سلامت روانشناختی مادران و کودکانشان نیز خواهد شد. از این رو برای کودکانی هم که در مناطق پراسیب رشد و تحول می‌یابند در صورت قرار گرفتن در محیط مستعد و به خصوص در سالهای نوجوانی و در کنار سایر همسالان شدت مشکلات رفتاری و اجتماعی بیشتر خواهد شد. همان طور که کارلو، مک‌گینلی، هیز و مارتینز^۱ (۲۰۱۲) مطرح کردند نظریه‌های دلبستگی و حمایت اجتماعی رویکردهای تحولی هستند که پیامدهای رفتاری اجتماعی مثبت را به افرادی نسبت می‌دهند که با والدین و همسالان خود دلبستگی ایمن برقرار کرده و حفظ می‌کنند. اگرچه نقش دوستان در انتقال فرد از کودکی به نوجوانی بسیار مهم است اما سبک‌های والدگری و نحوه ارتباط والدین با کودک، نقش کلیدی در تحول فردی و اجتماعی او بازی می‌کند. هرچه عاطفه و حمایت بیشتری از سوی مادران نسبت به کودک ارائه شود، نوجوان توانایی بالاتری در دلبستگی نسبت به همسالان و یافتن دوست حمایت کننده که امنیت و اعتماد را در نخستین سالهای نوجوانی برای او فراهم آورد خواهد داشت و این مسئله نیز با رفتارهای جامعه پسند در یک سال بعد و رفتارهای جامعه پسند آتی در زندگی فرد رابطه دارد (مالوندا، لورکا، مسورادو سامپر و مستر^۲، ۲۰۱۹).

همان طور که اشاره شد از جمله متغیرهای روانشناختی مهم که بر نحوه ارتباطات یک فرد با سایرین اثرگذار است، سبک دلبستگی اوست. دلبستگی یکی از پایه‌ای‌ترین مفاهیم در روان‌شناسی است که از دوران کودکی شکل می‌گیرد و تا دوران بزرگسالی ادامه می‌یابد و تأثیر عمیقی بر کل ساختار شخصیتی فرد (رفتارها، هیجانات و شناختها) دارد. تحقیقات انجام شده در خصوص سبک‌های دلبستگی، نشان می‌دهد که دلبستگی از نسلی به نسل دیگر منتقل شده و

1. Carlo, McGinley, Hayes & Martinez

2. Malonda, Llorca, Mesurado, Samper & Mestre

مشکلات مرتبط با آن نیز به همراه نوع سبک دلبستگی به کودکان نسل بعدی منتقل می شود (بشارت، جباری، سعادت؛ ۱۳۹۵؛ هوتاماکی و هوتاماکی، نوون و مالینیمی - پیسپامن؛ ۲۰۱۰). بالی از نخستین کسانی بود که برای اولین بار به هیجانات منتج از نوع سبک دلبستگی توجه نشان داد (بالی؛ ۱۹۸۰ و ۱۹۸۲) و پس از وی پژوهشگران دیگری به بررسی هیجانات مرتبط با هر سبک دلبستگی پرداختند. شکل گیری الگوهای فعال درونی در ارتباط با منابع دلبستگی در واقع به جهت دهی انتظارات، عقاید و نگرش های فرد نسبت به خود و دیگران منجر شده و به تنظیم عواطف در روابط منجر می شود (پیترمونانو و بارت؛ ۲۰۰۰). پژوهش هایی که بر روی تأثیر سبک دلبستگی و توانایی تنظیم هیجان در بزرگسالان انجام شده است، حاکی از تأثیرات سبک دلبستگی بر روی تنظیم هیجانات (میکولینسر و شاور؛ ۲۰۱۶؛ کسیدی و شاور؛ ۲۰۱۶؛ بشارت، تیمورپور، رحیمی نژاد، رشیدی و لواسانی، ۱۳۹۵)، سازگاری اجتماعی و سلامت روانی افراد هستند (شاور و میکولینسر، ۲۰۰۲). این تحقیقات نشان داده اند که افراد دارای سبک دلبستگی ایمن، در برابر اتفاقات ناگوار، تاب آوری بیشتری دارند و بطور کلی، دید خوشبینانه تری نسبت به دنیا و آینده دارند. این افراد می توانند وقایع تهدید کننده را به صورت بی خطر و خوش بینانه تفسیر و ارزیابی کنند و لذا بیشتر پذیرای هیجانات خود هستند، احساسات خود را آزادانه ابراز و در مورد آنها صحبت می کنند و می توانند هیجانات خود را بدون تحریف کردن آنها تجربه کنند (میکولینسر و شاور، ۲۰۱۹). در واقع افراد با سبک ایمن از جنبه های مداخله کننده و ناکارآمد هیجانات جلوگیری می کنند و در عین حال از جنبه های کارآمد و سازگارانه آنها بهره می برند، لازاروس (۱۹۹۱) این ویژگی را "مدار کوتاه تهدید" نامیده بود.

اختلال در ایجاد سبک دلبستگی ایمن، انواع دیگری از سبک دلبستگی (اجتنابی و دوسوگرا) را پدید می آورد که ریسک فاکتورهایی برای ابتلا به مشکلات هیجانی و اختلالات روانی محسوب می شوند (میکولینسر و شاور، ۲۰۰۳ و ۲۰۱۶). سبک دلبستگی اجتنابی به دلیل عدم اطمینان به نیت سایرین و خودانگیزی اجباری و سبک دلبستگی اضطرابی به دلیل نگرانی از اینکه در مواقع نیاز سایرین در دسترس نباشند به صورت جستجوی مضطربانه برای یافتن عشق و حمایت دیده می شود. اگرچه این رفتار در کودکی سازگارانه بوده (به دلیل در دسترس نبودن یا حضور متناقض منبع دلبستگی) اما برای روابط بعدی فرد در بزرگسالی کارآمد و سازگارانه نیستند؛ خصوصاً زمانی که فرد نیاز به حمایت یا تکیه کردن به دیگران داشته باشد. به علاوه این راهبردهای دلبستگی نایمن منجر به برانگیخته شدن مکرر و سرکوبی هیجانات منفی و تکیه کردن به شناخت های

1. Hautamaki, Nuovonen, & Maliniemi-Piispanen
2. Bowlby
3. Pietromonaco & Barrett
4. Mikulincer & Shaver
5. Cassidy
6. short circuit of threat

تحریف شده از خود و دیگران می‌گردد که بر سلامت روانی و جسمی فرد اثرگذار است (میکولینسر و شاور، ۲۰۱۶). برای مثال نتایج پژوهشی که به بررسی سبک‌های دلبستگی و مشکلات تنظیم هیجانی در نوجوانان مبتلا به اختلال سلوک صورت گرفت نشان داد که بین مشکلات تنظیم هیجانی و سبک‌های دلبستگی با اختلال سلوک نوجوانان رابطه وجود دارد. حس بیگانگی از طریق اختلال در تنظیم هیجان با اختلال سلوک رابطه داشت و عدم اعتماد و ارتباط با والدین به صورت غیرمستقیم توسط اختلال در تنظیم هیجان با اختلال سلوک رابطه داشت (یعقوبی پور، باقری و خوشاب، ۲۰۱۹).

افراد با سبک دلبستگی اجتنابی، به احتمال بیشتری نسبت به سایر افراد، سعی می‌کنند در برابر رویدادهای تهدیدآمیز زندگی، با ایجاد فاصله بین شناخت‌ها و عواطف وابسته به آن رویداد از خود دفاع کنند (فریاس، شاور و دیاز-لاوینگ^۱، ۲۰۱۴؛ پاسکوزو، سیر و موس^۲، ۲۰۱۳). افراد اجتنابی در حین تنظیم هیجان‌ات خود تلاش می‌کنند تا از فعال شدن نیازها و گرایش‌ات دلبستگی خود جلوگیری کنند و هر گونه حالت هیجانی را که مانع این مسئله شود را بازداری و بلوکه می‌کنند. این تلاش‌های بازدارنده به طور عمده نسبت به ترس، اضطراب، خشم، ناراحتی، شرم، گناه و تنش صورت می‌گیرد. زیرا این حالات هیجانی با تهدیدها و احساس آسیب پذیری ارتباط دارند (میکولینسر و شاور، ۲۰۱۶). همچنین آنها تلاش می‌کنند که واکنش‌های هیجانی خود را نسبت به تهدیدهای واقعی یا احتمالی در مورد دسترسی داشتن به منابع دلبستگی خود (مانند طرد شدن، جدایی، خیانت) بلوکه یا بازداری کنند چراکه این تهدیدات می‌تواند نیازهای دلبستگی ناخواسته را مجدداً فعال سازد (میکولینسر و شاور، ۲۰۱۹). این افراد برای مواجهه با رویدادهای استرس‌زا نیازمند تلاشی مضاعف هستند چرا که بسیار کمتر از دیگران به سمت استفاده از "استراتژی‌های ارزیابی مجدد از موقعیت" می‌روند (لمچه، گیامپیدرو، سورگولادزه، آمارو و اندرو^۳ و همکاران، ۲۰۰۶).

بر خلاف سبک اجتنابی، افراد دارای سبک دلبستگی دوسوگرا یا اضطرابی تمایل دارند که هیجان‌ات منفی خود را با اهداف نزدیکی جویی و فعال سازی بیشتر^۴ نیازهای دلبستگی همخوان دانسته و احتمالاً بر این هیجان‌ات متمرکز شده و آنها را اغراق آمیز کنند. آرزوهای برآورده نشده‌ی این افراد باعث می‌شود تا منابع دلبستگی خود را مجبور به توجه بیشتر و حمایت قابل اعتمادتر کنند، بنابراین آنها تهدیدها را جدی‌تر جلوه داده و بر حس ناتوانی و آسیب پذیری خود بیشتر تأکید کنند تا حدی به این دلیل که گاهی این نشانه‌های ضعف و نیاز منجر می‌شود تا منابع دلبستگی به آنها توجه و مراقبت بیشتری ارائه کنند (کسیدی و برلین^۵، ۱۹۹۴). نشخوارهای ذهنی

1. Frías, Shaver, & Díaz-Loving
2. Pascuzzo, Cyr, & Moss
3. Lemche, Giampietro, Surguladze, Amaro, Andrew
4. overactivation
5. Berlin

(گاریسون، کاهن، میلر و سؤر، ۲۰۱۴) و تفکر مبتنی بر هیجان، صحبت کردن با نگرانی و غم درباره‌ی رویدادهای استرس‌زا (رینولتز، سیرات و راویک، ۲۰۱۴؛ سیلوا، سؤارز و استوس، ۲۰۱۲) و توجه بیشتر به محرک‌های تنش‌زا در محیط (سیلوا و همکاران، ۲۰۱۲) در سبک دلبستگی اضطرابی بیشتر به چشم می‌خورد. این افراد همچنین در شناسایی و توصیف هیجان‌های خود با مشکلات جدی روبرو هستند (گیلبرت، مک ایوان، کاتارینو، بایائو و پالمیریا، ۲۰۱۴؛ پیکاردی و میگلیو، تارسیتانی، باتیستی و بالداساری، ۲۰۱۳) و تمام این عوامل در شکل‌گیری سازگاری اجتماعی نامناسب و سلامت روانی ضعیف فرد بسیار تأثیرگذار است و می‌تواند به بروز مشکلات پیچیده‌تری در تنظیم هیجان‌ها منجر شده و اثراتی همچون، بروز احساسات منفی نسبت به خود در کودکان (کلی، شوارتز، گورمان، ناکاماتو، ۲۰۰۸)؛ تداوم این احساسات منفی و ناتوانی در تنظیم آنها در صورت تداوم تا بزرگسالی بر روابط اجتماعی و زناشویی فرد نیز اثرگذار خواهد بود. برای مثال نتایج یک پژوهش اخیر که با هدف مقایسه سبک‌های تنظیم شناختی هیجان و سبک‌های دلبستگی زنان، با و بدون تعارضات زناشویی صورت گرفت نتایج نشان داد که زنانی که تعارضات زناشویی بیشتری را تجربه می‌کنند، کمتر از راهبردهای شناختی مثبت تنظیم هیجانی در مدیریت کردن وقایع بهره می‌برند و نمرات بالاتری در سبک‌های دلبستگی ناایمن دارند (علیخوانی و فرهادی، ۲۰۱۹). شاید به این دلیل که افراد با سبک دلبستگی اجتنابی در تلاش برای حفظ استقلال هیجانی خود از دیگران هستند و افراد با سبک اضطرابی بر خویشتن متمرکزند و با این نگرانی که دیگران در مواقع نیاز در دسترس نیستند دست و پنجه نرم می‌کنند و هر دو این سبک‌ها با مراقبت حساس و پاسخگو نسبت به شریک عاطفی در مغایرت است (شاوور، میکولینسر و کسیدی، ۲۰۱۹). در برخی پژوهشها نیز مشاهده شده که افراد دارای سبک اضطرابی نسبت به افراد ایمن یا اجتنابی، مشکلات تنظیم هیجانی، تنش و خیالپردازی بیشتری را گزارش می‌کنند که بر شکل‌گیری توانایی‌های شناختی و عاطفی در همدلی آنان نسبت به سایرین در سال‌های بزرگسالی اثرگذار است (هنشل، ناندترینو و دوبا، ۲۰۲۰). همچنین تنظیم هیجانی کارآمد بر افزایش سازگاری اجتماعی و کاهش حساسیت بین فردی اثرگذار است (بیرامی، هاشمی، عاشوری، ۱۳۹۶).

با توجه به مشکلات اجتماعی زیادی که در نواحی حاشیه شهرها مشاهده می‌شود که می‌تواند بر سلامت جسم و روان افراد اثرگذار باشد، کمتر بودن آموزش‌های روانشناختی و تربیتی در

1. Garrison, Kahn, Müller, & Sauer
2. Reynolds, Searight, & Ratwik
3. Silva, Soares, & Esteves
4. Gilbert, McEwan, Catarino, Baião, Palmeira
5. Picardi, Miglio, Tarsitani, Battisti, Baldassari
6. Kelly, Schwartz, Gorman & Nakamoto
7. Henschel, Nandrino, Doba

ارتباط با مادران و نحوه تعامل صحیح با فرزندان، همچنین اهمیت مهارت‌های تنظیم هیجان و یادگیری آنها از دوران کودکی و در بستر خانواده، از طریق تعامل با والدین و تحت تاثیر سبک‌های رفتاری و والدگری آنان (چنج، شوارتز، دوج، مک براید-چنج، ۲۰۰۳) و اهمیت نقش مادران در آموزش این راهبردها به نسل بعدی، هدف از این پژوهش بررسی این سؤال است که آیا سبک‌های دلبستگی قادر به پیش‌بینی مشکلات تنظیم هیجانی مادران ساکن در مناطق حاشیه نشین کلان شهر تهران می‌باشد؟ و هر یک از سبک‌های دلبستگی با کدام نوع از انواع مشکلات تنظیم هیجانی مادران رابطه دارد؟

روش

پژوهش حاضر از نوع توصیفی و همبستگی بود که در آن مشکلات تنظیم هیجان مادران (متغیر ملاک) توسط متغیر سبک‌های دلبستگی (متغیر پیش بین) آنان پیش بینی شد. جامعه این پژوهش را کلیه مادران دارای حداقل یک فرزند دبستانی در دو شهرستان پاکدشت و رباط کریم در استان تهران، تشکیل دادند. ملاک‌های ورود به پژوهش عبارت بود از جنسیت مؤنث، متاهل بودن، دارای حداقل یک فرزند دبستانی، توانایی خواندن و نوشتن و رضایت از شرکت در پژوهش. انتخاب این دو شهرستان به دلیل نزدیکی به شهر تهران و جمعیت بسیار زیاد مهاجران ترک، لر، کرد و اتباع غیرایرانی در این نواحی بود. با توجه به جامعه ی پژوهش حاضر که شامل کلیه زنان دارای حداقل یک فرزند دبستانی ساکن در شهرستانهای پاکدشت و رباط کریم بود، نمونه گیری با استفاده از روش تصادفی خوشه ای چند مرحله ای صورت گرفت. انتخاب این روش و مراجعه به مدارس، با توجه به بزرگ بودن جامعه و دشواری در دسترسی به مادران دارای فرزند دبستانی انجام شد. به این صورت که با کسب مجوز از اداره آموزش و پرورش جهت انجام پژوهش، با مراجعه به لیست مدارس دخترانه و پسرانه این دو شهرستان به تصادف از هر شهرستان یک مدرسه دخترانه و یک مدرسه پسرانه انتخاب شد. سپس با مراجعه به هر یک از این مدارس به تصادف یک کلاس انتخاب شد و نهایتاً از مادران دانش آموزان آن کلاس برای شرکت در جلسه سخنرانی در مدرسه دعوت شد. پیش از جلسه (با محتوای مهارت‌های فرزندپروری و سبک‌های تربیتی)، از آنها خواسته شد تا به پرسشنامه‌ها (بدون ذکر نام) پاسخ دهند. به کلیه آزمودنی‌ها اطمینان داده شد که این داده‌ها کاملاً محرمانه و صرفاً در جهت اهداف پژوهشی استفاده می‌گردد. از آنجا که تعداد متغیرهای پیش بین شامل سه سبک دلبستگی بزرگسال بود، از فرمول محاسبه ی حجم نمونه برای پیش بینی در تحلیل رگرسیون ($N = k + 104$) استفاده شد و با احتساب احتمال وجود پرسشنامه‌های ناقص تعداد ۱۳۰ پرسشنامه گردآوری شد. با حذف پرسشنامه‌های ناقص در نهایت

تعداد ۱۱۹ پرسشنامه کامل در تحلیل وارد شد. تحلیل داده‌ها با استفاده از نرم افزار *SPSS-23* صورت گرفت.

ابزارهای پژوهش

الف) پرسشنامه سبک‌های دلبستگی بزرگسال (AAI): این مقیاس توسط بشارت (۱۳۸۴) ساخته شده و با استفاده از ۱۵ گویه، سه سبک دلبستگی ایمن، اجتنابی و دوسوگرا را در مقیاس پنج درجه ای لیکرت می‌سنجد (۱=خیلی کم، ۲=کم، ۳=متوسط، ۴=زیاد و ۵=خیلی زیاد). نسخه اولیه مقیاس بر اساس مواد آزمون دلبستگی هازان و شیور (۱۹۸۷) ساخته شده است و در نمونه‌های دانشجویی و عمومی ایرانی هنجاریابی گشته (به نقل از بشارت، ۱۳۸۴). حداقل و حداکثر نمره آزمودنی در هر یک از خرده مقیاسها به ترتیب ۵ و ۲۵ به دست می‌آید. نتایج بررسی همسانی درونی مقیاس با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ در نمونه ای ۱۴۸۰ نفری برای کل آزمودنی‌ها برای سبک دلبستگی ایمن ۰/۹۱، اجتنابی ۰/۸۹ و سبک دوسوگرا ۰/۸۸ گزارش شده است. در گزارش دیگری از پایایی همسانی درونی این ابزار ضریب آلفای کرونباخ برای سبک‌های ایمن، اجتنابی و دوسوگرا به ترتیب ۰/۶۳، ۰/۶۷ و ۰/۷۰ گزارش شد (افشاری، ۱۳۸۷).

همچنین پایایی بازآزمایی این آزمون در دو نوبت اجرا با فاصله ۴ هفته و در نمونه ای ۳۰۰ نفری برای سبک‌های ایمن، اجتنابی و دوسوگرا به ترتیب ۰/۸۷، ۰/۸۳ و ۰/۷۴ گزارش گردید. نتایج بررسی روایی مقیاس به شیوه اجرای همزمان با مقیاس "مشکلات بین شخصی" در نمونه ۳۰۰ نفری با استفاده از ضریب همبستگی پیرسون نشان داد که بین سبک ایمن و زیرمقیاس‌های مشکلات بین شخصی همبستگی منفی معنادار (۰/۶۱- تا ۰/۸۳-) و بین نمره آزمودنی‌ها در سبک‌های نایمن با زیرمقیاس‌های مشکلات بین شخصی همبستگی مثبت معنادار (۰/۲۶ تا ۰/۴۵) وجود دارد (بشارت، ۱۳۹۲؛ ۱۳۸۴).

ب) مقیاس مشکلات تنظیم هیجان (DERS):^۱ این مقیاس نخستین بار توسط گراتز و روئمر^۲ (۲۰۰۴) برای سنجش دشواری در نظم بخشی هیجانی طراحی شد. ماده‌های *DERS* با توجه به مفهوم پردازی این پژوهشگران به گونه ای انتخاب شد که بتواند دشواری‌های موجود در ابعاد مختلف تنظیم هیجانات را منعکس کند. فرم اولیه مقیاس دشواری در نظم بخشی هیجانی دارای ۴۱ گویه و به صورت خودگزارش دهی بود که برای ارزیابی دشواری در نظم بخشی هیجانی از لحاظ بالینی تدوین شده بود. نسخه نهایی این مقیاس پس از بررسی ساختار عاملی و حذف ۵ گویه، با ۳۶ گویه و ۶ عامل تدوین گردید. این عوامل عبارتند از ۱. عدم پذیرش پاسخ‌های هیجانی، ۲. دشواری در انجام رفتارهای هدفمند، ۳. مشکلات کنترل تکانه، ۴. فقدان آگاهی

1. Difficulties in Emotion Regulation Scale
2. Gratz & Roemer

هیجانی، ۵. دسترسی محدود به راهبردهای نظم بخشی هیجانی و ۶ عدم وضوح هیجانی. نمره گذاری گویه‌ها به شیوه لیکرتی ۵ درجه ای (=۰ خیلی به ندرت، ۱=گاه گاهی، ۲=تقریباً در نیمی از موارد، ۳=بیشتر اوقات، ۴=تقریباً همیشه) و نمره بالاتر نشان دهنده دشواری بیشتر در نظم بخشی هیجانی است. مقیاس *DERS* از همسانی درونی بالایی (۰/۹۳) برخوردار است و هر ۶ زیر مقیاس آن آلفای کرونباخ بالای ۰/۸۰ دارند (گراتز و روئمر، ۲۰۰۴). در پژوهش آشخانه و همکاران (۱۳۹۳) که بر روی نمونه‌ای از بیماران مبتلا به سرطان صورت گرفت نیز نتایج بررسی روایی به شیوه تحلیل عاملی تأییدی ۲/۲۸۱ و پایایی هریک از خرده مقیاس‌های پذیرفتن پاسخ هیجانی، دشواری در انجام رفتار هدفمند، دشواری در کنترل تکانه، فقدان آگاهی هیجانی، دسترسی محدود به راهبردهای نظم بخشی هیجانی و نبود وضوح هیجانی به ترتیب ۰/۶۵، ۰/۷۱، ۰/۷۲، ۰/۶۹، ۰/۶۷ گزارش شد (آشخانه، ملازاده، افلاک سیر، گودرزی؛ ۱۳۹۳) بررسی پایایی این خرده مقیاس‌ها در نمونه ۱۱۹ نفری پژوهش حاضر به ترتیب ۰/۷۳، ۰/۷۳، ۰/۷۶، ۰/۶۵، ۰/۷۷ و ۰/۵۵ به دست آمد.

یافته‌ها

میانگین سن زنان شرکت کننده در این پژوهش ۳۸/۵ سال بود. ۸/۲ درصد از این زنان شاغل و ۹۱/۸ درصد از آنان خانه دار بودند. ۲۰/۷ درصد از آزمودنی‌ها دارای ۲-۱ فرزند، ۶۰/۷ درصد دارای ۳-۴ فرزند و ۱۸/۶ درصد دارای بیش از ۴ فرزند بودند.

با توجه به تعداد بیش از یک متغیر ملاک (۶ متغیر مشکلات تنظیم هیجانی) در این پژوهش از روش رگرسیون چندمتغیری استفاده شد. برای امکان استفاده از این روش ابتدا پیش فرضهای آن مورد بررسی قرار گرفت. نتایج بررسی نرمالیتی نمودار نمرات باقیمانده‌های پیش بینی مؤلفه‌های دشواری تنظیم هیجان از روی سبکهای دلبستگی، با استفاده از آزمون شاپیرو-ویلک نشان داد که پیش فرض نرمالیتی باقیمانده‌ها در مورد اغلب این مؤلفه‌ها برقرار است. برای بررسی استقلال نمرات باقیمانده‌های پیش بینی مؤلفه‌های دشواری در تنظیم هیجانی از روی سبکهای دلبستگی، از آزمون دوربین-واتسون^۱ استفاده گردید. به طور کلی اگر مقادیر مشاهده شده دوربین-واتسون بین ۱/۵ تا ۲/۵ باشند بیانگر مستقل بودن مشاهدات است. در این پژوهش مقادیر مشاهده شده آزمون دوربین واتسون برای بررسی استقلال باقیمانده‌ها از هم، برای فقدان شفافیت هیجانی ۱/۸۵، برای خرده مقیاس کاهش دسترسی به راهبردهای تنظیم هیجانی ۲/۰۷، برای خرده مقیاس مشکل در کنترل تکانه ۱/۸۰، در خرده مقیاس دشواری در انجام رفتارهای هدفمند ۲، در عدم پذیرش پاسخهای هیجانی ۲/۰۷ و در خرده مقیاس فقدان آگاهی هیجانی ۱/۶۹ به دست آمد که با توجه به این مقادیر مستقل بودن باقیمانده‌ها مورد تأیید قرار گرفت.

یکی دیگر از آزمون‌های مورد بررسی عامل تورم واریانس (VIF^1) است. از این آزمون برای بررسی هم خطی استفاده می‌گردد به این معنی که یک متغیر مستقل تابعی خطی از متغیرهای مستقل دیگر است. شدت هم خطی چندگانه را با بررسی بزرگی مقدار VIF تعیین می‌کنند و هرچه این مقدار از ۵ بزرگتر باشد هم خطی چندگانه بالاتر است. معیار دیگر شاخص تحمل^۲ است که مقدار مشاهده شده کمتر از ۰/۲ حاکی از هم خطی بین متغیرهای پیش بین می‌باشد. در پژوهش حاضر مقدار VIF برای سبک‌های دلبستگی ایمن، اجتنابی و دوسوگرا به ترتیب ۱/۰۲، ۱/۱۶ و ۱/۱۷ و مقادیر شاخص تحمل برای این مؤلفه‌ها به ترتیب ۰/۹۸، ۰/۸۶ و ۰/۸۵ به دست آمد که با توجه به بالاتر بودن نمرات شاخص تحمل متغیرهای پیش بین از مقدار ۰/۲ و کمتر از ۵ بودن مقادیر VIF سه سبک دلبستگی، نتایج بیانگر عدم وجود هم خطی بین متغیرهای پیش بین می‌باشد و این پیش فرض نیز تایید می‌گردد. لذا در این پژوهش امکان تحلیل داده‌ها با استفاده از روش تحلیل رگرسیون خطی چندمتغیری مقدور می‌باشد.

در جدول ۱ نتایج آماره‌های توصیفی میانگین و انحراف معیار مشکلات تنظیم هیجانی زنان حاشیه نشین شهر تهران ارائه شده است.

جدول ۱. آماره‌های توصیفی مشکلات تنظیم هیجانی زنان

عدم وضوح هیجانی	عدم دسترسی به راهبردها	فقدان آگاهی هیجانی	مشکلات کنترل تکانه	دشواری در رفتارهای هدفمند	عدم پذیرش پاسخهای هیجانی	دلبستگی دوسوگرا	دلبستگی اجتنابی	دلبستگی ایمن	
۱۱/۳۰	۱۸/۷۳	۱۵/۷۳	۱۵/۰۲	۱۳/۵۲	۱۴/۱۴	۱۳/۴۴	۱۳/۶۲	۱۵/۹۵	میانگین
۳/۵۵	۶/۳۵	۴/۲۹	۴/۹۱	۴/۲۰	۴/۷۹	۳/۹۷	۳/۴۷	۳/۳۱	انحراف معیار

در جدول ۲ نتایج تحلیل رگرسیون خطی چندمتغیری پیش بینی نمرات مشکلات تنظیم هیجانی زنان حاشیه نشین تهران بر اساس سبک‌های دلبستگی آنان ارائه شده است.

1. Variance Inflation Factor
2. tolerance

جدول ۲. نتایج رگرسیون چندمتغیری مؤلفه‌های دشواری در تنظیم هیجانی
با سبکهای دلبستگی زنان

منبع تغییرات	لامبدای ویلکز	ضریب پیلایی	F	درجه آزادی فرض	درجه آزادی خطا	معنی داری
دلبستگی ایمن	۰/۹۴	۰/۰۶	۱/۱۴	۶	۱۱۰	۰/۳۴
دلبستگی اجتنابی	۰/۹۵	۰/۰۵	۰/۹۲	۶	۱۱۰	۰/۴۸
دلبستگی دوسوگرا	۰/۹۱	۰/۰۹	۱/۸۱	۶	۱۱۰	۰/۱۰

نتایج جدول ۲ نشان می‌دهد که هیچ یک از سبکهای دلبستگی به تنهایی قادر نیست تا کلیه مشکلات مربوط به نظم بخشی هیجانی را پیش بینی نماید. جهت بررسی دقیق تر این مسئله در ادامه (جدول ۳) آزمونهای مربوط به تأثیرات بین آزمودنی‌ها ارائه شده است.

جدول ۳. تأثیرات بین آزمودنیها در پیش بینی مشکلات تنظیم هیجانی زنان براساس سبکهای دلبستگی

منبع تغییرات	مجموع مجزورات	درجه آزادی	مجزور میانگین	F	معنی داری
نمره کل دشواری در تنظیم پذیرش پاسخهای هیجانی	۵۲۲۴/۸۶	۳	۱۸۰۸/۲۹	۵/۲۷	۰/۰۰۲
مدل اصلاح شده	۲۶۱/۱۵	۳	۸۷/۰۵	۴/۰۸	۰/۰۰۹
رفتارهای هدفمند	۱۴۲/۸۷	۳	۴۷/۶۲	۲/۸۲	۰/۰۴
کنترل تکانه	۲۳۷/۸۵	۳	۲۸/۷۹	۳/۴۹	۰/۰۱
آگاهی هیجانی	۱۷/۱۶	۳	۵/۷۲	۰/۳۰۴	۰/۸۲
راهبردهای تنظیمی	۴۶۰/۸۷	۳	۱۵۳/۶۲	۴/۱۰	۰/۰۰۸
وضوح هیجانی	۹۵/۳۰	۳	۳۱/۷۶	۲/۶۱	۰/۰۵
دلبستگی ایمن	۱۹۴/۰۱	۱	۱۹۴/۰۱	۵/۱۸	۰/۰۲
وضوح هیجانی	۴۵/۴۵	۱	۴۵/۴۵	۳/۷۳	۰/۰۵
دلبستگی اجتنابی	۷۳/۳۲	۱	۷۳/۳۲	۴/۳۴	۰/۰۳
پذیرش پاسخهای هیجانی	۱۸۲/۹۶	۱	۱۸۲/۹۶	۸/۵۸	۰/۰۰۴
دلبستگی دوسوگرا	۸۹/۷۱	۱	۸۹/۷۱	۳/۹۵	۰/۰۴
کنترل تکانه	۲۱۲/۵۶	۱	۲۱۲/۵۶	۵/۶۸	۰/۰۱
راهبردهای تنظیمی					

همان طور که آماره‌های ارائه شده در جدول ۳ نشان می‌دهد نتایج رگرسیون خطی چندگانه سبک‌های دلبستگی بر نمره کل دشواری در تنظیم هیجان معنی‌دار بود. با استفاده از روش رگرسیون خطی چندمتغیری با توجه به مدل اصلاح شده مشاهده می‌شود که مجموع سه متغیر پیش بین (سبک‌های دلبستگی) قادر است کلیه مؤلفه‌های دشواری در تنظیم هیجانی زنان را (به غیر از عدم آگاهی هیجانی) به طور معنی‌داری پیش بینی نماید. بررسی دقیقتر نشان داد که سبک دلبستگی ایمن مادران، قادر است به طور معنی‌داری عدم استفاده از راهبردهای تنظیمی و فقدان وضوح هیجانی را پیش بینی نماید، سبک اجتنابی قادر بود مشکل در انجام رفتارهای هدفمند را به طور معنی‌داری پیش بینی نماید و نهایتاً سبک ناایمن دوسوگرا توانست عدم پذیرش پاسخ‌های هیجانی، مشکل در کنترل تکانه و دشواری در انتخاب راهبردهای تنظیمی را به طور معنی‌داری پیش بینی کند.

در جدول ۴ نتایج مربوط به شاخص‌های آماری رگرسیون مشکلات تنظیم هیجانی با سبک‌های دلبستگی در زنان ارائه شده است.

جدول ۴. شاخص‌های آماری رگرسیون سبک‌های دلبستگی زنان بر مؤلفه‌های دشواری تنظیم

هیجان					
متغیرهای وابسته	شاخص	خطای معیار	مقدار T	ضریب رگرسیون	معنی داری
عدم پذیرش پاسخ هیجانی	دلبستگی دوسوگرا	۰/۱۲	۲/۹۳	۰/۳۴	۰/۰۰۴
مشکلات کنترل تکانه	دلبستگی دوسوگرا	۰/۱۲	۱/۹۸	۰/۲۴	۰/۰۴
محدودیت دسترسی به راهبردهای تنظیمی	دلبستگی دوسوگرا	۰/۱۵	۲/۳۸	۰/۳۶	۰/۰۱
محدودیت دسترسی به راهبردهای تنظیمی	دلبستگی ایمن	۰/۱۷	-۲/۲۸	-۰/۳۹	۰/۰۲
عدم وضوح هیجانی	دلبستگی ایمن	۰/۰۹	-۱/۹۳	-۰/۱۹	۰/۰۵
دشواری در رفتارهای هدفمند	دلبستگی اجتنابی	۰/۱۲	۲/۰۸	۰/۲۴	۰/۰۴

یافته‌های ارائه شده در جدول ۴ نشان داد که دلبستگی ایمن، به طور معنی‌داری بعد دسترسی به راهبردهای تنظیمی و وضوح هیجانی را پیش بینی می‌کند و دلبستگی دوسوگرا، ابعاد دشواری در پذیرش پاسخ‌های هیجانی، مشکل در کنترل تکانه و عدم دسترسی به راهبردهای تنظیمی را به صورت مثبت پیش بینی نمود و سبک دلبستگی اجتنابی قادر به پیش بینی معنی‌دار بعد

دشواری در رفتارهای هدفمند بود ($p \leq 0/05$). همچنین این نتایج نشان داد که مجموع سه سبک دلبستگی مادران قادر است ۱۲ درصد از واریانس مشکلات تنظیم هیجانی آنها را پیش بینی نماید.

بحث و نتیجه‌گیری

در پاسخ به سؤال اول پژوهش، نتایج نشان داد که سبک‌های دلبستگی می‌تواند پیش بینی‌کننده انواعی از مشکلات مربوط به نظم بخشی هیجانی در مادران ساکن در مناطق حاشیه شهر تهران، باشد. با توجه به اهمیت انتقال نسلی سبک‌های دلبستگی و با در نظر گرفتن نقش ویژه مادران در این زمینه، همچنین با توجه به این که در مناطق حاشیه نشین کلان شهرها مشکلات رفتاری، اقتصادی، فرهنگی و . . . بیشتر از شهرها به چشم می‌خورد (قاسمی، ۲۰۱۹)، پژوهش حاضر به بررسی رابطه‌ی سبک‌های دلبستگی و مشکلات نظم بخشی هیجانان در جمعیت مادران پرداخت. این یافته با یافته‌های میکولینسر و شاور، ۲۰۱۹؛ ۲۰۱۶؛ ۲۰۰۳ و کسیدی و شاور، ۲۰۰۲، بشارت و همکاران، ۱۳۹۵؛ علی خوانی و فرهادی، ۲۰۱۹؛ مالوندا و همکاران، ۲۰۱۹؛ هنشل و همکاران، ۲۰۲۰، همخوانی داشت. دلبستگی پیوند هیجانی و عاطفی پایداری است که بین مراقبت‌کنندگان اولیه و کودک ایجاد می‌گردد. بالبی (۱۹۶۹) ادعان کرد که پیوندهای میان مراقبت‌کننده (مادر)-کودک، مسئول تنظیم تجربه‌های عاطفی و رفتاری کودک است. شکل‌گیری الگوهای فعال درونی در ارتباط با منابع دلبستگی در واقع به جهت دهی انتظارات، عقاید و نگرش‌های فرد نسبت به خود و دیگران منجر شده و به تنظیم عواطف در روابط منجر می‌شود (پیترومونانکو و بارت، ۲۰۰۰) مسئله‌ای که می‌تواند توجیه‌کننده نقش کلی سبک‌های دلبستگی در پیش‌بینی مشکلات تنظیم عواطف مادران باشد.

در بررسی سؤال دوم پژوهش در مورد ارتباط هر یک از سبک‌های دلبستگی با انواع مشکلات تنظیم هیجان، نتایج نشان داد که سبک دلبستگی ایمن و نایمن (اجتنابی و دوسوگرا) در مادران قادر به پیش‌بینی عدم پذیرش پاسخ‌های هیجانی، دشواری در انجام رفتارهای هدفمند، مشکلات کنترل تکانه، دسترسی محدود به راهبردهای نظم بخشی هیجانی و عدم وضوح هیجانی بود. در واقع سبک ایمن در مادران به طور منفی و معنی‌داری می‌تواند مشکلات مربوط به وضوح هیجانی و دسترسی به راهبردهای تنظیم هیجانی آنها را پیش‌بینی نماید. به عبارت دیگر هرچه فرد دلبستگی ایمن‌تری داشته باشد مشکلات کمتری در استفاده از روش‌ها و راهبردهای نظم بخشی هیجانی و شفافیت و وضوح هیجانانش خواهد داشت. در تبیین این یافته می‌توان به توانایی افراد ایمن در ارزیابی وقایع هیجان برانگیز به صورت بی‌خطر اشاره کرد؛ آنها به ندرت نیاز به سرکوبی یا تغییر بخش‌های دیگر فرایندهای هیجانی خود دارند. آنها همان چیزی را که لازاروس

(۱۹۹۱) مدار کوتاه تهدید نامیده بود ایجاد می‌کنند به این معنی که از جنبه‌های مداخله کننده و ناکارآمد هیجانات جلوگیری می‌کنند و در عین حال از جنبه‌های کارآمد و سازگارانه آنها بهره می‌برند؛ به همین دلیل می‌توانند نسبت به هیجانات خود باز بوده، آنها را آزادانه بیان کنند، با دیگران به گفتگو نشست و بدون تحریف هیجاناتشان را تجربه کنند (میکولینسر و شاور، ۲۰۱۹).

یافته‌ی دیگر پژوهش حاضر نشان داد که دلبستگی دوسوگرا، قادر است ابعاد دشواری در پذیرش پاسخ‌های هیجانی (مثلاً: وقتی ناراحت، عصبانی یا غمگینم احساس گناه، خجالت، شرمندگی و ضعف بودن دارم)، مشکل در کنترل تکانه (برای مثال: وقتی ناراحت، عصبانی یا غمگینم، کنترل خود را روی رفتارم از دست می‌دهم) و عدم دسترسی به راهبردهای تنظیمی (مثلاً: مدت طولانی در احساس ناراحتی ماندن، تداوم احساسات غیرقابل مقابله و شدید) را به طور معناداری پیش بینی نماید. در تبیین این یافته می‌توان گفت که افراد نایمن دوسوگرا در زمان تجربه هیجانات منفی با فعال سازی بیشتر نیازهای دلبستگی و تمایل بیشتر به نزدیک شدن به چهره‌های دلبستگی خود (میکولینسر و شاور، ۲۰۱۹) به جای تمرکز بر هیجانات درونی و استفاده از راه کارهای صحیح مدیریت هیجانی به سمت منابع بیرونی و روشهای ناکارآمد تنظیم هیجان رفته و لذا همین مسئله در قالب عدم دسترسی به راهبردهای تنظیمی آنها و تداوم حس ناراحتی، غم یا عصبانیت آنها دیده شد. همچنین تأکید این افراد بر نشانه‌های ضعف و نیاز در جهت کسب مراقبت و توجه از سوی منابع دلبستگی‌شان (کسیدی و شاور، ۲۰۰۲؛ شاور، میکولینسر و کسیدی، ۲۰۱۹؛ میکولینسر و شاور، ۲۰۱۹) باعث می‌شود تا فرد پذیرش هیجانی و کنترل کمتری بر تکانه‌های رفتاری خود داشته باشد، شرایطی که وی را نیازمند حمایت و توجه سایرین قرار می‌دهد. همچنین افراد با سبک نایمن دوسوگرا در جریان کودکی در معرض رفتارهای متعارض منابع دلبستگی خود قرار داشته اند که همین سبک را می‌توان در تعارض نسبت به هیجانات درونی که بخشی از شخصیت فرد است مشاهده کرد که به صورت احساس گناه، خجالت، ضعف بودن و عصبانی شدن از خود بابت داشتن احساس غم و ناراحتی بروز می‌کند. رفتارهایی که در ارتباط با سایرین منجر به تعارض و دشواری‌هایی برای افراد می‌شود (هنشل و همکاران، ۲۰۲۰، شاور، میکولینسر و کسیدی، ۲۰۱۹؛ یعقوبی پور و همکاران، ۲۰۱۹).

در این پژوهش سبک نایمن اجتنابی قادر به پیش بینی بعد دشواری در رفتارهای هدفمند بود. منظور از رفتارهای هدفمند توانایی تمرکز و توجه به فعالیت و ادامه دادن آن و یا امکان انحراف فکر از موضوع ناراحت کننده است. این یافته با یافته‌های بشارت و همکاران (۱۳۹۵) همخوانی دارد. در تبیین این مسئله نیز می‌توان به عدم توانایی استفاده

از راهبردهای شناختی تنظیم هیجان مانند بازاریابی شناختی یا توجه برگردانی در افراد اجتنابی اشاره نمود. افراد اجتنابی تلاش زیادی برای بلوکه و بازداری نیازها و گرایش‌ها و گرایش‌ها در این دل‌بستگی خود می‌کنند که منجر به اشکال در فعالیت‌های هدفمند آنان می‌گردد. با این حال سبک اجتنابی نسبت به سبک‌های ایمن و دوسوگرا نتوانست سایر مشکلات تنظیم هیجانی را پیش‌بینی نماید شاید به این علت که در این دسته از افراد متغیرهای مهم و مؤثر دیگری بر مشکلات نظم بخشی هیجانی مادران اجتنابی اثرگذار است که در پژوهش حاضر مورد بررسی قرار نگرفته‌اند (برای مثال مشکلات اجتماعی یا فرهنگی) که البته نیازمند پژوهش‌های آتی در این خصوص می‌باشد. یکی دیگر از محدودیت‌های این پژوهش، عدم همکاری و سطح تحصیلات کم در اغلب شرکت کنندگان بود که امکان بررسی متغیرهای بیشتر را با مشکل مواجه می‌ساخت. به این ترتیب نتایج پژوهش حاضر نشان دهنده اهمیت سبک‌های دل‌بستگی (به خصوص سبک‌های ایمن و دوسوگرا) در پیش‌بینی مشکلات نظم بخشی هیجانی مادران ساکن در نواحی حاشیه نشین کلان شهر تهران بود. پیشنهاد می‌شود در پژوهش‌های آتی به مقایسه انواع راهبردهای تنظیم هیجانی شهرنشینان و حاشیه نشینان و انتقال بین نسلی این راهبردها پرداخته شود.

تشکر و قدردانی: از کلیه مادران، مدیران مدارس و آموزش و پرورش شهرستانهای رباط کریم و پاکدشت که در اجرای این پژوهش همکاری لازم را با پژوهشگر داشتند، کمال تشکر و قدردانی را به عمل می‌آوریم.

منابع

- آشنانه، یاسمن؛ ملازاده، جواد؛ افلاک سیر، عبدالعزیز؛ گودرزی، محمدعلی؛ همایی شان‌دیز، فاطمه. (۱۳۹۳). بررسی دشواری در نظم بخشی هیجانی به عنوان پیش بین در ابتلا به حالت تهوع و استفراغ و شدت آن در بیماران مبتلا به سرطان پستان، مجله اصول بهداشت روانی، ۱۶۶ (۱)، ۱۲۵-۱۳۰.
- افشاری، افروز. (۱۳۸۷). بررسی صفات شخصیتی، سبک‌های دل‌بستگی، رویدادهای استرس زای زندگی و جنسیت به عنوان پیش بین های ناگویی خلقی در دانشجویان دانشگاه شهید چمران. پایان نامه کارشناسی ارشد روانشناسی بالینی، دانشگاه شهید چمران اهواز.
- بشارت، محمدعلی. (۱۳۹۲ الف). مقیاس دل‌بستگی بزرگسال: پرسشنامه، شیوه اجرا و کلید نمره گذاری. مجله روانشناسی تحولی (روانشناسان ایرانی)، ۳۵: ۳۱۷-۳۲۰.
- بشارت، محمدعلی. (۱۳۸۴). هنجاریابی مقیاس دل‌بستگی بزرگسال. گزارش پژوهشی: دانشگاه تهران.

- بشارت، محمدعلی؛ تیمورپور، نگار؛ رحیمی نژاد، عباس؛ حسین رشیدی، بتول؛ لواسانی، مسعود غلامعلی. (۱۳۹۵). نقش واسطه ای راهبردهای تنظیم شناختی هیجان در رابطه بین سبک های دلبستگی و استحکام من با سازگاری با ناباروری در زنان. روانشناسی معاصر، ۱۱ (۱)، ۳-۲۰.
- بشارت، محمدعلی؛ جباری، آرزو؛ سعادت، مهسا. (۱۳۹۵). پیش بینی شاخص های دلبستگی فرزندان بر اساس شاخص های دلبستگی والدین: مطالعه بین نسلی. مجله روانشناسی تحولی: روانشناسان ایرانی، ۱۳ (۴۹)، ۳-۱۲.
- بیرامی، منصور؛ هاشمی، تورج؛ عاشوری، مجتبی. (۱۳۹۶). اثربخشی آموزش تنظیم هیجان بر سازگاری اجتماعی و حساسیت بین فردی دانش آموزان مقطع متوسطه. پژوهش های روانشناسی اجتماعی، ۷ (۲۷)، ۱-۱۴.
- *Alikhani, M. , & Farhadi, S. (2019). Attachment Styles and Cognitive Emotion Regulation Strategies in Women with and without Marital Conflict. Iranian Evolutionary and Educational Psychology Journal, 1(1), 34- 41.*
- *Bowlby, J. (1982). Attachment and loss: Retrospect and prospect. American journal of Orthopsychiatry, 52(4), 664.*
- *Bowlby, J. (1980). Attachment and Loss, vol. 3. Sadness and depression. New York: Basic. Brasted, WS, & Callahan, EJ (1984). A behavioral analysis of the grief process. Behavior Therapy, 15, 529-543.*
- *Cassidy, J. , & Berlin, L. J. (1994). The insecure/ambivalent pattern of attachment: Theory and research. Child development, 65(4), 971-991.*
- *Cassidy, J. , & Shaver, P. R. (2002). Handbook of attachment: Theory, research, and clinical applications: Rough Guides.*
- *Chang, L. , Schwartz, D. , Dodge, K. A. , & McBride-Chang, C. (2003). Harsh parenting in relation to child emotion regulation and aggression. Journal of family psychology, 17(4), 598.*
- *Friás, M. T. , Shaver, P. R. , & Díaz-Loving, R. (2014). Individualism and collectivism as moderators of the association between attachment insecurities, coping, and social support. Journal of Social and Personal Relationships, 31(1), 3-31.*
- *Carlo, G. , McGinley, M. , Hayes, R. C. , and Martinez, M. M. (2012a). Empathy as a mediator of the relations between parent and peer attachment and prosocial and physically aggressive behaviours in Mexican American college students. J. Soc. Pers. Relatsh. 29, 337-357. doi: 10. 1177/0265407511431181.*
- *Garrison, A. M. , Kahn, J. H. , Miller, S. A. , & Sauer, E. M. (2014). Emotional avoidance and rumination as mediators of the relation*

- between adult attachment and emotional disclosure. Personality and Individual Differences, 70 (1), 239-245.*
- *Ghasemi, M. (2019). The rise of crime in affordable housing in suburbs, case of Iran. Journal of Contemporary Urban Affairs, 3(2), 137-143.*
 - *Gilbert, P. , McEwan, K. , Catarino, F. , Baião, R. , & Palmeira, L. (2014). Fears of happiness and compassion in relationship with depression, alexithymia, and attachment security in a depressed sample. British Journal of Clinical Psychology, 53(2), 228-244.*
 - *Gratz, K. L. , & 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 Psychopathology & Behavioral Assessment, 26 (1), 41-54.*
 - *Hautamäki, A. , Hautamäki, L. , Neuvonen, L. , & Maliniemi-Piispanen, S. (2010). Transmission of attachment across three generations: Continuity and reversal. Clinical child psychology and psychiatry, 15(3), 347-354.*
 - *Henschel, S. , Nandrino, J. L. , & Doba, K. (2020). Emotion regulation and empathic abilities in young adults: The role of attachment styles. Personality and Individual Differences, 156, 109763.*
 - *Kelly, B. M. , Schwartz, D. , Gorman, A. H. , & Nakamoto, J. (2008). Violent victimization in the community and children's subsequent peer rejection: The mediating role of emotion dysregulation. Journal of Abnormal Child Psychology, 36(2), 175-185.*
 - *Malonda, E. , Llorca, A. , Mesurado, B. , Samper, P. , & Mestre, M. V. (2019). Parents or peers? Predictors of prosocial behavior and aggression: a longitudinal study. Frontiers in psychology, 10, 2379.*
 - *Maughan, A. , & Cicchetti, D. (2002). Impact of child maltreatment and interadult violence on children's emotion regulation abilities and socioemotional adjustment. Child development, 73(5), 1525-1542.*
 - *Mikulincer, M. , & Shaver, P. R. (2003) The Attachment Behavioral System In Adulthood: Activation, Psychodynamics, And Interpersonal Processes. In: Vol. 35. Advances in Experimental Social Psychology (pp. 53-152).*
 - *Mikulincer, M. , & Shaver, P. R. (2016). Attachment in Adulthood: Structure, Dynamics, and Change (2 ed.). New york: guilford press.*
 - *Mikulincer, M. , & Shaver, P. R. (2019). Attachment orientations and emotion regulation. Current Opinion in Psychology, 25, 6-10.*
 - *Pascuzzo, K. , Cyr, C. , & Moss, E. (2013). Longitudinal association between adolescent attachment, adult romantic attachment, and emotion regulation strategies. Attachment and Human Development, 15(1), 83-103.*

- Picardi, A. , Miglio, R. , Tarsitani, L. , Battisti, F. , Baldassari, M. , Copertaro, A. , . . . Biondi, M. (2013). Attachment style and immunity: A 1-year longitudinal study. *Biological Psychology*, 92(2), 353-358.
- Pietromonaco, P. R. , & Barrett, L. F. (2000). The internal working models concept: What do we really know about the self in relation to other? *Review of General Psychology*, 2, 155-175.
- Reynolds, S. , Searight, H. R. , & Ratwik, S. (2014). Adult attachment styles and rumination in the context of intimate relationships. *North American Journal of Psychology*, 16(3), 495.
- Schwartz, D. , & Proctor, L. J. (2000). Community violence exposure and children's social adjustment in the school peer group: The mediating roles of emotion regulation and social cognition. *Journal of consulting and clinical psychology*, 68(4), 670.
- Shaver, P. R. , Mikulincer, M. , & Cassidy, J. (2019). Attachment, caregiving in couple relationships, and prosocial behavior in the wider world. *Current opinion in psychology*, 25, 16-20.
- Shaver, P. R. , & Mikulincer, M. (2002). Attachment-related psychodynamics. *Attachment & human development*, 4(2), 133-161.
- Silva, C. , Soares, I. , & Esteves, F. (2012). Attachment insecurity and strategies for regulation: When emotion triggers attention. *Scandinavian journal of psychology*, 53(1), 9-16.
- Yaghoubipoor, M. , Bagheri, S. H. S. , & Khoshab, H. (2019). The mediating role of difficulties in emotion regulation on attachment styles of adolescents with conduct disorders. *International journal of adolescent medicine and health*.