

## رابطه سبک دلبستگی با مؤلفه‌های احساس ذهنی بهزیستی و خلاقیت هیجانی در دانشجویان دانشگاه بوعلی سینا همدان

ابوالقاسم یعقوبی<sup>۱\*</sup>، مسیب یارمحمدی واصل<sup>۲</sup>، شمس شمشیری<sup>۳</sup>

تاریخ دریافت: ۹۹/۰۱/۲۶

تاریخ پذیرش: ۹۹/۰۳/۰۲

### چکیده

هدف پژوهش حاضر بررسی رابطه سبک دلبستگی با مؤلفه‌های احساس ذهنی بهزیستی و خلاقیت هیجانی در دانشجویان دانشگاه بوعلی سینا بود. جامعه آماری این پژوهش شامل کلیه دانشجویان مقطع کارشناسی دانشگاه بوعلی سینا همدان در سال تحصیلی ۱۳۹۴-۱۳۹۵ به تعداد ۷۵۲۹ نفر و نمونه پژوهش شامل ۳۶۷ نفر از این دانشجویان بود که به روش نمونه‌گیری خوشه‌ای مرحله‌ای انتخاب شدند. از پرسشنامه‌های سبک دلبستگی بزرگسال کولینز و رید (۱۹۹۰)، احساس ذهنی بهزیستی دینر و واتسون (۱۹۸۵) و خلاقیت هیجانی آوریل (۱۹۹۹) به عنوان ابزار پژوهش استفاده شد. داده‌ها پس از جمع‌آوری براساس فرضیه‌های پژوهش و با استفاده از آزمون ضریب همبستگی اسپیرمن و رگرسیون چندگانه همزمان تحلیل شدند. نتایج نشان داد که بین سبک دلبستگی ایمن با احساس ذهنی بهزیستی و خلاقیت هیجانی و مؤلفه‌های آن رابطه معنادار مثبت وجود دارد. نتایج رگرسیون چندگانه نیز نشان داد که سبک دلبستگی دانشجویان مجموعاً ۰/۱۱ از نمرات احساس ذهنی بهزیستی و ۰/۲۷ درصد از نمرات خلاقیت هیجانی را پیش‌بینی می‌کند. در مجموع نتایج حاکی از اهمیت نقش سبک دلبستگی در احساس ذهنی بهزیستی و خلاقیت هیجانی دانشجویان بود.

واژگان کلیدی: سبک دلبستگی، احساس ذهنی بهزیستی، خلاقیت هیجانی، آمادگی هیجانی، بداعت

۱. استاد گروه روان‌شناسی، دانشگاه بوعلی سینا، همدان، ایران (نویسنده مسئول) yaghobi41@yahoo.com

۲. دانشیار گروه روان‌شناسی، دانشگاه بوعلی سینا، همدان، ایران

۳. کارشناسی ارشد روان‌شناسی، دانشگاه بوعلی سینا، همدان، ایران

## مقدمه

احساس ذهنی بهزیستی<sup>۱</sup> یکی از مفاهیم مهم در بافت کیفیت زندگی<sup>۲</sup> است که به ارزیابی کلی افراد از زندگی و تجارب هیجانی‌شان اشاره دارد. بعد شناختی<sup>۳</sup> بهزیستی، یعنی ارزیابی شناختی افراد از میزان رضایت از زندگی و بعد عاطفی<sup>۴</sup> به معنی برخورداری از حداکثر عاطفه مثبت و حداقل عاطفه منفی می‌باشد (داینر، تای، هنزلمن، ویرتس، لوتس و اویشی<sup>۵</sup>، ۲۰۱۶). عاطفه مثبت به عنوان حالات و هیجانان لذت بخش مثبت تعریف شده است که بازتاب اتفاقات زندگی فرد است و عاطفه منفی به عنوان تجربه هیجانان استرس‌زا و حالات ناخوشایند تعریف شده است (درایاپا<sup>۶</sup>، ۲۰۱۰).

بنابراین بهزیستی ذهنی مفهومی گسترده است که شامل تجربه احساسات خوشایند، سطوح پایین حالات منفی و سطوح بالای رضایت از زندگی می‌باشد (داینر<sup>۷</sup>، ۲۰۰۰). افراد با عاطفه مثبت بالا میزان زیادی از احساسات مثبت مثل خوشی، وجد و شغف را تجربه می‌کنند ولی افراد با عاطفه مثبت پایین به وسیله نبود هیجانان مثبت که منجر به کسالت می‌شود توصیف می‌شوند، همچنین افراد با عاطفه منفی بالا به وسیله تجربه احساسات منفی مثل بی‌توجهی، بی‌علاقگی و بی‌حالی توصیف می‌شوند (عظیمی هاشمی، ۱۳۸۳؛ به نقل از کبوتری اصفهانی، عابدی و قمرانی، ۱۳۹۵).

همچنین افراد دارای بهزیستی ذهنی خلاقیت<sup>۸</sup> و هیجانان<sup>۹</sup> بیشتری را تجربه می‌کنند (کانمن، داینر و شوارز<sup>۱۰</sup>، ۱۹۹۹). از این‌رو بهزیستی ذهنی با مفهوم دیگری در روانشناسی مثبت به نام خلاقیت هیجانی<sup>۱۱</sup> در ارتباط است. خلاقیت هیجانی مفهومی در حوزه هیجان و عواطف است که نخستین بار آوریل<sup>۱۲</sup> (۱۹۹۹) آن را به جامعه علمی عرضه کرد (آوریل و

1. subjective well bing
2. quality of life
3. cognitive
4. Affective
5. Diener, Tay, Heintzelman, Wirtz, Lutes&Oishi
6. Durayappah
7. Diener
8. Creativity
9. Emotions
10. Kahnemann, Diener, & Schwarz
11. Emotional Creativity
12. Averill

نانلی، ۱۹۹۲؛ به نقل از صبری، البرزی و بهرامی، ۱۳۹۲). این مفهوم ابهام‌برانگیز از یک سو به عالی‌ترین سطوح تفکر یعنی خلاقیت اشاره می‌کند و از طرفی ریشه در برانگیختگی فیزیولوژیکی و هیجانی<sup>۱</sup> دارد. خلاقیت هیجانی عبارتست از توانایی شخص برای احساس و ابراز هیجان‌ها به درستی و به طریقی منحصر به فرد که در برخورد با مطالبات موقعیت‌های درون‌فردی و بین‌فردی مؤثر واقع شود. در پرتو خلاقیت، خلاقیت هیجانی مستلزم رها شدن از واکنش‌های هیجانی معمول و خلق واکنش‌های هیجانی بدیع است (گاتزاهل و آورریل، ۱۹۹۶).

برای اینکه پاسخ‌های هیجانی جدید محصولاتی خلاقانه ارزیابی شوند باید سه ملاک اثربخشی<sup>۲</sup>، اصالت<sup>۳</sup> و بداعت<sup>۴</sup> را داشته باشند. ملاک اثربخشی این موضوع را ارزیابی می‌کند که آیا پاسخ ارائه شده با موقعیت تناسب دارد یا نتایج سودمندی برای فرد یا گروه به بار می‌آورد. برای اینکه یک پاسخ هیجانی، خلاقانه به حساب آید، علاوه بر اثربخش بودن باید بیانی اصیل از باورها و ارزش‌های شخصی فرد باشد، همچنین پاسخ خلاقانه هیجانی، باید شامل یک شکل بدیع و انحصاری از تجربه و ابراز هیجان و متفاوت از هیجان‌های معمولی باشد (آوریل<sup>۵</sup>، ۲۰۰۷). با توجه به این ملاک‌ها خلاقیت هیجانی<sup>۶</sup> یک الگوی پاسخ‌دهی هیجانی سازگارانه است، بنابراین می‌توان گفت خلاقیت هیجانی و احساس ذهنی بهزیستی<sup>۷</sup> به عنوان دو مفهوم تاثیرگذار در تولید هیجان‌ات مثبت، می‌توانند در کیفیت زندگی تحصیلی دانشجویان مؤثر واقع شوند و بدین منظور شناخت مفاهیم مرتبط با این دو سازه اهمیت دارد. یکی از مفاهیمی که می‌تواند در پیش‌بینی احساس ذهنی بهزیستی و خلاقیت هیجانی نقش ایفا کند، سبک‌های دلبستگی است. نظریه دلبستگی بالبی (۱۹۶۹) وجود چنین رابطه‌ای را تبیین می‌نماید. گلدنبرگ<sup>۸</sup> (۲۰۰۵) معتقد است که الگوی دلبستگی با مجموعه‌ای از

1. physiological arousal and emotional
2. effectiveness
3. authenticity
4. novelty
5. Averill
6. emotional creativity
7. subjective well-Bing
8. Goldenberg

خصوصیات هیجانی و رفتارهای ارتباطی همراه است (گلدنبرگ، ۲۰۰۵؛ به نقل از اکبری، وفائی و خسروی، ۱۳۸۹). شیور، کالینز و کلارک (۱۹۹۶) نیز معتقدند سبک‌های دلبستگی قواعد عاطفی و شناختی و راهبردهایی که واکنش‌های هیجانی را در افراد و روابط بین شخصی هدایت می‌کند، مشخص می‌سازد افراد ایمن، اجتنابی و دوسوگرا راهبردهایی کاملاً متفاوت را برای تنظیم عواطف و پردازش داده‌های هیجانی به کار می‌برند (شیور، کالینز و کلارک، ۱۹۹۶؛ به نقل از بشارت، ۱۳۸۴). بدین سان سبک‌های دلبستگی می‌تواند یکی از عوامل پیش‌آیند خلاقیت هیجانی باشد و همچنین بر اساس مبانی تئوری دلبستگی سبک‌های دلبستگی در دو حوزه شامل مدل‌های خود و مدل‌های دیگران، طبقه بندی شده است که حوزه مربوط به مدل‌های دیگران شامل یک مدل مثبت یا منفی از دیگران است، به گونه‌ای که مدل مثبت شامل دیگران را حمایت‌گر و در دسترس دیدن می‌باشد (تاوولر، تاوولر و استالمچر<sup>۱</sup>، ۲۰۱۳) و بر این اساس سبک دلبستگی افراد می‌تواند بر بهزیستی و ابعاد آن اثرگذار باشد. نظریه دلبستگی<sup>۲</sup> بر تاثیرات زیربنایی اولیه بر رشد هیجانی کودک تاکید دارد و تلاش می‌کند تا رشد و تغییرات را در دلبستگی‌های هیجانی قوی بین افراد در دوران زندگی‌شان تبیین نماید. بررسی‌های اولیه در زمینه سبک‌های دلبستگی از سوی اینزورث<sup>۳</sup> (۱۹۸۹) انجام گرفت و سه الگوی دلبستگی ایمن<sup>۴</sup>، دلبستگی ناایمن اجتنابی<sup>۵</sup> و دلبستگی ناایمن دوسوگرا<sup>۶</sup> شناسایی شد، کودکان ایمن از والدین به عنوان پایگاه امنی برای اکتشاف محیط استفاده می‌کنند و در اکثر موقعیت‌ها احساس راحتی و امنیت می‌کنند و تجسمی مثبت، حمایت‌گر و پاسخ‌دهنده از مادر خود دارند. کودکان دوسوگرا در موقعیت ناآشنا مشکل‌تر می‌توانند به احساس آرامش و آسایش دست یابند، آنها بین کشش به سوی مادر و اجتناب از مادر در نوسانند، به این ترتیب آنها به مادر نزدیک می‌شوند سپس مادر را پس می‌زنند، این کودکان به راحتی نمی‌توانند به اکتشاف و دستکاری در محیط پردازند و همچنین آنها به لحاظ خلق در برابر تنیدگی‌ها آسیب پذیرترند، کودکان ناایمن اجتنابی در برابر افراد ناآشنا منقلب نمی‌شوند و احتیاط اندکی نشان می‌دهند و چنانچه مادر آنها را در آغوش

- 
1. J.Towler,F.Stuhlmacher
  2. Attachment Theory
  3. Ainsworth
  4. Secure Attachment style
  5. Avoidant Attachment
  6. Ambivalence Attachment

بگیرد با حرکات پیچ و تاب و تکان دادن خود سعی در پایین آمدن می‌نمایند و همچنین این کودکان در عواطف خود نسبت به مادر بی‌تفاوتند و به نظر می‌رسد اهمیت روابط دلبستگی با مادر را انکار می‌کنند (شیور، کالینز و کلارک، ۱۹۹۶؛ به نقل از بشارت، ۱۳۸۴). به طور کلی طرفداران نظریه دلبستگی معتقدند به احتمال زیاد سبک دلبستگی کودک بر اساس الگوهای فعال درونی از خود و چهره‌ی دلبستگی تا بزرگسالی ادامه می‌یابد و در روابط بزرگسالی فرد منعکس می‌شود. طبق نظر بالبی (۱۹۶۹) تجربه‌های تعاملی والد-کودک نخستین درون‌سازی<sup>۱</sup> می‌شوند و با تشکیل مدل‌های درون‌کاری<sup>۲</sup> ادامه می‌یابند. مدل‌های درون‌کاری بازخوردها و انتظارات فرد از خود و دیگران را سازمان می‌دهند (بالبی، ۱۹۶۹ به نقل از سیمپسون، رول و نلیگان<sup>۳</sup>، ۱۹۹۲).

کارمن و وینگروس<sup>۴</sup> (۲۰۱۲)، به بررسی رابطه بین سبک دلبستگی و بهزیستی با نقش واسطه‌ای تنظیم هیجان پرداختند. نتایج حاصل از مدل تحلیل نشان داد که سبک دلبستگی ایمن با واسطه‌گری تنظیم هیجانی (مؤلفه‌های انعطاف‌پذیری و ارزیابی) توانایی پیش‌بینی بهزیستی را دارد. همچنین سبک دلبستگی نایمن اضطرابی بر بهزیستی با واسطه‌گری تنظیم هیجانی تأثیر غیرمستقیم دارد (کارمن و وینگروس، ۲۰۱۲). وی، لیاو و شافر<sup>۵</sup> (۲۰۱۱)، در یک پژوهش بر روی ۱۹۵ دانش‌آموز نشان دادند که بین دلبستگی اضطرابی و بهزیستی ذهنی، رابطه منفی با واسطه‌گری خودشفقتی وجود دارد (وی، لیاو و شافر، ۲۰۱۱). لی و فونگ<sup>۶</sup> (۲۰۱۴)، در مطالعه خود به ارتباط منفی بین سبک دلبستگی اجتنابی و بهزیستی ذهنی با میانجی‌گری سن، پی بردند (لی و فونگ، ۲۰۱۴). لاوی و لیتمن<sup>۷</sup> (۲۰۱۱)، کافتسیوس و سیدریس<sup>۸</sup> (۲۰۰۶)، ام. سیلیس، اف. میلینگز و کی. هیرش<sup>۹</sup> (۲۰۱۶)، نیز وجود ارتباط مثبت بین سبک ایمن با بهزیستی بالاتر و سبک‌های نایمن با بهزیستی پایین‌تر را تأیید نموده‌اند. نتایج

1. internalize
2. internal working models
3. Simpson, Rholes & Nelligan
4. Karreman, Vingerhoets
5. Wei, Liao, Shaffer
6. Li & Fung
7. Lavy&Littman
8. Kafetsios, Sideridis
9. M. Sirois, F. Millings, A. K. Hirsch

پژوهش نریمانی، یوسفی و کاظمی (۱۳۹۲) نیز نشان داد، بین دلبستگی ایمن با بهزیستی روان-شناختی رابطه معنادار و مستقیم و بین سبک دلبستگی ناایمن (اجتنابی دوسوگرا) و بهزیستی روان‌شناختی رابطه معکوس و معنادار وجود دارد (نریمانی، یوسفی و کاظمی، ۱۳۹۲).

در خصوص ارتباط بین سبک دلبستگی با خلاقیت هیجانی طبق بررسی پیشینه، در حوزه پژوهش‌های خارجی و داخلی پژوهش‌های محدودی صورت گرفته که از آن جمله می‌توان نتایج پژوهش لطیفیان و دلاورپور (۱۳۹۱) را نام برد که نشان داد خلاقیت هیجانی و مؤلفه‌های آن در رابطه بین سبک دلبستگی ایمن و دوسوگرا، نقش واسطه‌ای دارد (لطیفیان و دلاورپور، ۱۳۹۱).

همچنین پژوهش‌های مشابه نظیر: ماگای، هنزیکر، مسیوس و کلور<sup>۱</sup> (۲۰۰۰)، زیلبر، گلدستاین و میکولینسر<sup>۲</sup> (۲۰۰۷)، میکولینسر و شاور<sup>۳</sup> (۲۰۰۵) نیز نشان داده‌اند افراد دلبسته ایمن در تنظیم هیجانی، الگویی سازنده و انعطاف‌پذیر را به کار می‌گیرند و در جهت حل مسئله و ارزیابی مجدد هیجان تلاش می‌کنند.

با توجه به اینکه تجهیز دانشجویان به راهبردهای تنظیم هیجان نظیر خلاقیت هیجانی در کنار برخورداری آنان از سطوح بالای بهزیستی ذهنی در کیفیت زندگی تحصیلی می‌تواند مؤثر واقع شود پژوهش پیرامون مفاهیم همبسته با بهزیستی ذهنی و خلاقیت هیجانی به شناخت این مفاهیم در جهت اتخاذ راهبردهای تقویت آن‌ها ضرورت دارد، این پژوهش با هدف بررسی رابطه سبک‌های دلبستگی با احساس ذهنی بهزیستی و خلاقیت هیجانی در دانشجویان دانشگاه بوعلی سینا همدان صورت پذیرفت و در راستای این هدف فرضیه زیر مورد بررسی گرفت:

بین سبک‌های دلبستگی با احساس ذهنی بهزیستی و خلاقیت هیجانی رابطه معنادار وجود دارد.

1. Magai, , Hunziker, , Mesias, & Culver
2. Zilber, Goldstein, & Mikulincer
3. Mikulincer, & Shaver

## روش

این پژوهش با توجه به هدف، توصیفی از نوع همبستگی بود. روش اجرای پژوهش بدین صورت بود که پس از انتخاب نمونه که با روش خوشه‌ای مرحله‌ای صورت پذیرفت، هر سه پرسشنامه به طور همزمان در بین افراد نمونه توزیع و در یک جلسه پاسخ داده شد. جامعه آماری این پژوهش شامل کلیه دانشجویان مقطع کارشناسی دانشگاه بوعلی سینا همدان در سال تحصیلی ۱۳۹۴-۱۳۹۵ بود که طبق آمار، تعداد این دانشجویان ۷۵۲۹ نفر بودند. حجم نمونه در این پژوهش با در اختیار داشتن تعداد افراد جامعه آماری از طریق جدول تعیین حجم نمونه مورگان و کرجسی<sup>۱</sup>، ۳۶۷ نفر بدست آمد و نمونه‌گیری به روش خوشه‌ای چند مرحله‌ای صورت پذیرفت، بدین صورت که در مرحله اول از بین ۸ دانشکده دانشگاه بوعلی سینا، ۵ دانشکده (فنی و مهندسی، کشاورزی، علوم پایه، اقتصاد و علوم - اجتماعی و دانشکده ادبیات)، به صورت تصادفی انتخاب شد و سپس در مرحله دوم از بین کلاس‌های این دانشکده‌ها، ۱۰ کلاس (از هر دانشکده ۲ کلاس)، انتخاب شد.

ابزار پژوهش: پرسشنامه سبک دلبستگی کولینز و رید<sup>۲</sup> (۱۹۹۰): این پرسشنامه یک مقیاس خودگزارشی، مشتمل بر ۱۸ گویه است و هر گویه با مقیاس ۵ درجه‌ای لیکرت سنجیده می‌شود، هر گویه ۶ گزینه دارد. آزمودنی میزان رضایت خود را از کاملاً مخالفم تا کاملاً موافقم نشان می‌دهد. نمره گذاری به صورت کاملاً مخالفم=۰، تا حدودی مخالفم=۱، نه موافقم نه مخالفم=۲، تا حدودی موافقم=۳ و کاملاً موافقم=۴ انجام می‌شود. کولینز و رید (۱۹۹۰) بر مبنای توصیف‌هایی که در پرسشنامه دلبستگی بزرگسال هازن و شیور<sup>۳</sup> (۱۹۸۷) در مورد سه سبک دلبستگی وجود داشت، موارد پرسشنامه خود را تدارک دیده‌اند که شامل سه زیر مقیاس است که عبارتند از: ۱- وابستگی: میزانی که آزمودنی‌ها به دیگران اعتماد می‌کنند که این مولفه با سوالات ۲، ۵، ۷، ۱۴، ۱۶، ۱۷ در پرسشنامه کولینز و رید (۱۹۹۰) سنجیده می‌شود. ۲- مولفه نزدیک بودن: که میزان آرامش فرد را در رابطه خود با دیگران، همراه با

- 
1. Morgan & kerjci
  2. Collins and Read attachment style scale
  3. Hazen and shaver

صمیمیت و نزدیکی هیجانی اندازه‌گیری می‌کند که با سوالات ۱، ۶، ۸، ۱۲، ۱۳ و ۱۷ سنجیده می‌شود. ۳- مولفه اضطراب: که ترس از داشتن ارتباط را می‌سنجد و با سوالات ۳، ۴، ۹، ۱۰، ۱۱ و ۱۵ سنجیده می‌شود. برای به دست آوردن هر مولفه ابتدا سوالات ۱۶، ۷، ۲، ۱۷، ۱۳، ۸ و ۱۸ در پرسشنامه معکوس شده و نمرات حاصل از سوالات مربوط به هر مولفه با هم جمع می‌شود. روش پیشنهاد شده کولینز و رید (۱۹۹۰) برای به دست آوردن سبک‌های دل‌بستگی به این صورت است که ابتدا نمرات دو مولفه نزدیکی و وابستگی با هم جمع می‌شود و مولفه جدید به نام C نامگذاری می‌گردد، پس از آن از مقایسه دو به دو مولفه C با مولفه اضطراب سبک‌های دل‌بستگی به دست می‌آید به این صورت که: ۱- سبک دل‌بستگی ایمن: اگر نمره C بالای نمره متوسط و نمره اضطراب پایین متوسط باشد. ۲- سبک دل‌بستگی اضطرابی: اگر نمره C بالای متوسط و نمره مولفه اضطراب هم بالای متوسط باشد. ۳- سبک دل‌بستگی اجتنابی: اگر نمره C زیر متوسط و نمره مولفه اضطراب هم زیر متوسط باشد (کولینز و رید، ۱۹۹۰). کولینز و رید (۱۹۹۰) در پژوهش خود آلفای کرونباخ پرسشنامه را بیش از ۰/۸ به دست آورده‌اند. همچنین کولینز (۱۹۹۰) میزان آلفای کرونباخ را به ترتیب برای زیر مقیاس ۱، ۲، ۳، ۴، ۵ و ۶، ۰/۷۸ و ۰/۸۵ گزارش کرده است. پاکدامن (۱۳۸۰) روایی سازه پرسشنامه را بررسی و وجود سه عامل را در آن تأیید نمود (مؤید فرد و آقا محمدیان و طباطبایی، ۲۰۰۷؛ به نقل از ایزدی طامه، حسین زاده و عزت آقاجری، ۱۳۹۲). در پژوهش حاضر پایایی با استفاده از آلفای کرونباخ برای زیر مقیاس‌های ۱ و ۲ و ۳ به ترتیب برابر با ۰/۸۰، ۰/۷۵ و ۰/۸۵ به دست آمد.

پرسشنامه بهزیستی ذهنی<sup>۱</sup>: برای سنجش احساس ذهنی بهزیستی از دو زیر مقیاس رضایت از زندگی<sup>۲</sup> و عاطفه<sup>۳</sup> (مثبت و منفی) استفاده می‌شود. مقیاس رضایت از زندگی توسط دینر<sup>۴</sup> (۱۹۸۵) برای اندازه‌گیری بعد شناختی بهزیستی ساخته شده است و دارای پنج ماده و هر ماده ۷ گزینه دارد (داینر، ایمونز، لارسون و گریفین، ۱۹۸۵). آزمودنی میزان رضایت خود را از کاملاً مخالفم تا کاملاً موافقم نشان می‌دهد. نمره‌گذاری به صورت کاملاً مخالفم=۱، مخالفم

1. Subjective well Bing scale
2. Satisfaction of life
3. affection
4. Diener
5. Diener, Emmons, Larsen, Griffin



=۲، تا اندازه‌ای مخالفم =۳، نه موافقم نه مخالف =۴، تا اندازه‌ای موافقم =۵، موافقم =۶ و کاملاً موافقم =۷ انجام می‌شود. از جمع نمرات به دست آمده از همه سؤال‌ها نمره این زیر مقیاس به دست می‌آید. مقیاس عاطفه مثبت و عاطفه منفی توسط واتسون<sup>۱</sup> (۱۹۸۸) برای اندازه‌گیری دو بعد عاطفه مثبت و عاطفه منفی با ۲۰ آیتم ارائه شده است. در این مقیاس ۱۰ آیتم مثبت (برای عاطفه مثبت) و ۱۰ آیتم منفی (برای عاطفه منفی) در قالب کلمات مطرح شده است و آیتم‌ها از سوی آزمونی روی یک مقیاس ۵ نقطه‌ای رتبه‌گذاری می‌شود (بسیار زیاد =۵ زیاد =۴ متوسط =۳ کمی =۲ به هیچ وجه =۱). از جمع نمرات در عاطفه مثبت و عاطفه منفی، نمره هر آزمودنی در خرده مقیاس مربوطه به دست می‌آید. برای به دست آوردن نمره کل بهزیستی ذهنی نمرات عاطفه منفی افراد معکوس و با نمره عاطفه مثبت و رضایت از زندگی جمع می‌شود.

در مورد پایایی پرسشنامه رضایت از زندگی، در تحقیق بین فرهنگی ایشی<sup>۲</sup> (۲۰۰۰) در بین ۳۶ کشور مورد مطالعه به طور میانگین ضریب آلفای کرونباخ ۰/۷۸ گزارش شد. در ایران غضنفری (۱۳۸۵) با اجرای آزمون روی ۱۴۷ دانشجوی دختر و پسر ایرانی ضریب آلفای ۰/۸۸ را گزارش نموده است (غضنفری، ۱۳۸۵). در این پژوهش پایایی با استفاده از آلفای کرونباخ ۰/۸۶ به دست آمد.

برای مقیاس عاطفه مثبت و عاطفه منفی واتسون<sup>۳</sup> (۱۹۸۸) ضرایب سازگاری درونی برای خرده مقیاس عاطفه مثبت ۰/۸۸ و برای خرده مقیاس عاطفه منفی ۰/۸۷ گزارش شده است (واتسون، ۱۹۸۸) همچنین نتایج تحلیل عاملی اکتشافی و تحلیل عامل تأییدی پرسشنامه واتسون (۱۹۸۸) در بین دانشجویان ایرانی و سوئدی از ساختار دو عاملی آن حمایت کرد، در نمونه ایرانی ضرایب آلفای کرونباخ برای مقیاس‌های عاطفه مثبت و منفی به ترتیب ۰/۷۷ و ۰/۷۷ و در نمونه سوئدی به ترتیب برابر با ۰/۷۶ و ۰/۷۶ و در هر دو نمونه به طور کلی به ترتیب برابر با ۰/۷۸ و ۰/۸۱ گزارش شده است (اویشی، لوکاس و داینر، ۲۰۰۲؛ به نقل از

---

1. Watson  
2. Oishi  
3. Watson

کریمی، کاکابرای، یزدانبخش و مرادی، ۱۳۹۳) و در پژوهش حاضر ضرایب آلفای کرونباخ برای مقیاس‌های عاطفه مثبت و منفی به ترتیب ۰/۸۶ و ۰/۷۴ به دست آمد.

پرسشنامه خلاقیت هیجانی<sup>۱</sup>: این ابزار به عنوان بخشی از پایان نامه کارشناسی ارشد توماس<sup>۲</sup> در سال ۱۹۸۹ طراحی و اجرا شد و طی سال‌های ۱۹۹۱ تا ۱۹۹۹ توسط آوریل<sup>۳</sup> و همکارانش مورد تجدیدنظر قرار گرفت. در چهارمین بازنگری، تغییرات و تحلیل عوامل بر روی این پرسشنامه انجام گرفت و نسخه نهایی در سال ۱۹۹۹ توسط آن‌ها به اجرا درآمد (آوریل، ۱۹۹۹). این ابزار چهار بعد خلاقیت هیجانی یعنی «آمادگی»<sup>۴</sup>، «نوآوری»<sup>۵</sup>، «کارایی»<sup>۶</sup> و «اصالت»<sup>۷</sup> را اندازه‌گیری می‌کند. چهار ملاک مزبور در چارچوب سه خرده مقیاس آمادگی هیجانی، نوآوری (بداعت)، و کارایی و اصالت (صداقت) در آزمون خلاقیت هیجانی سنجیده می‌شود. آزمودنی در یک طیف ۵ درجه‌ای لیکرت به سؤالات پاسخ می‌دهد و نمره گذاری پرسشنامه به صورت: خیلی کمتر = ۱، تا حدی کمتر = ۲، تقریباً برابر = ۳، تا حدی بیشتر = ۴، خیلی بیشتر = ۵ انجام می‌شود. بعد آمادگی هیجانی شامل ۷ گویه، بعد بداعت شامل ۱۴ سؤال و بعد صداقت شامل ۹ سؤال می‌باشد. از جمع نمرات مربوط به سؤال‌های هر زیر مقیاس، نمره آزمودنی در آن زیر مقیاس و از جمع کل نمرات، نمره آزمودنی در خلاقیت هیجانی بدست می‌آید.

آوریل (۱۹۹۹) با استفاده از روش تحلیل عاملی و روایی همزمان با آزمون‌های مشابه روایی این پرسشنامه را محاسبه کرد. ابعاد اثربخشی و اصالت با هم تشکیل یک مؤلفه دادند و در تحلیل مذکور ضریب آلفای کرونباخ برای سه بعد آمادگی، اصالت و بداعت به ترتیب ۰/۸ و ۰/۸۹ و ۰/۸۵ و برای کل مقیاس ۰/۹۱ به دست آمد.

در ایران نیز جوکار و البرزی (۱۳۸۸) از طریق تحلیل عاملی اکتشافی به روش مؤلفه‌های اصلی، بر اساس نمودار اسکری و ارزش‌های ویژه بالاتر، وجود سه عامل آمادگی، بداعت و اثربخشی / اصالت<sup>۸</sup> را تأیید کرده و پایایی را با استفاده از روش آلفای کرونباخ برای نمره

1. emotional creativity scale
2. Thomas
3. Averill
4. prepration
5. novelty
6. effectiveness
7. authenticity
8. prepration, novelty, effectiveness

کل خلاقیت ۰/۹۰ و برای بداعت، اثربخشی/اصالت و آمادگی به ترتیب ۰/۸۳، ۰/۸۲ و ۰/۶۸ گزارش کردند که بیانگر پایایی مطلوب این ابزار است (جوکار و البرزی، ۱۳۸۸). در این پژوهش پایایی با استفاده از آلفای کرونباخ برای نمره کل خلاقیت ۰/۸۴ و برای بداعت، اثربخشی/اصالت و آمادگی به ترتیب ۰/۷۳، ۰/۸۰ و ۰/۷۸ محاسبه گردید.

### یافته‌ها

برای تعیین رابطه بین متغیرهای پژوهش ابتدا داده‌های پرت شناسایی و اصلاح شدند و سپس نرمال بودن توزیع نمرات متغیرهای پژوهش مورد بررسی قرار گرفت. یکی از آزمون‌هایی که برای سنجش توزیع نرمال به کار می‌رود، آزمون کولموگروف اسمیرنوف است و باید در آزمون کولموگروف اسمیرنوف مقادیر  $p$  در همه متغیرها بالاتر از ۰/۰۵ به دست آید تا بتوان از آزمون پی‌رسون برای تعیین همبستگی بین متغیرها استفاده نمود (بریس، کمپ و سلنگار، ترجمه علی آبادی و صمدی، ۱۳۹۳)، در جدول ۱ نتایج این آزمون آمده است:

جدول ۱. میزان آزمون کولموگروف اسمیرنوف متغیرهای پژوهش

متغیرهای پژوهش	دلبستگی ایمن	دلبستگی اضطرابی	دلبستگی اجتنابی	بهزیستی ذهنی	خلاقیت هیجانی
آزمون کولموگروف - اسمیرنوف	۰/۰۶۴	۰/۰۰۸	۰/۰۹۶	۰/۰۷۳	۰/۰۳۶
ارزش $p$	۰/۰۳۵	۰/۰۰۲	۰/۰۰۳	۰/۰۰۸	۰/۲

بر اساس نتایج آزمون کولموگروف اسمیرنوف مقادیر  $p$  در همه متغیرها به غیر از خلاقیت هیجانی از ۰/۰۵ کمتر است، بنابراین شرط نرمال بودن متغیرها برای استفاده از آزمون همبستگی پی‌رسون برقرار نمی‌باشد و باید از معادل ناپارامتری آن یعنی همبستگی رواسپیرمن استفاده نمود.

جدول ۲. ضرایب همبستگی رواسپیرمن برای بررسی رابطه بین سبک‌های دلبستگی با احساس ذهنی بهزیستی و خلاقیت هیجانی

متغیرها	۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷
۱ دلبستگی	۱						
۲ دلبستگی	-۰/۱۱۰	۱					
۳ دلبستگی	-۰/۰۳	۰/۴۰**	۱				
۴ رضایت از	۰/۱۳**	-۰/۳۳**	-۰/۱۳**	۱			
۵ عاطفه مثبت	۰/۲۴**	-۰/۱۱*	-۰/۰۹	۰/۴۱**	۱		
۶ عاطفه منفی	-۰/۰۱	۰/۳۵**	۰/۱۷**	-۰/۳۵**	-۰/۱۷**	۱	
۷ بهزیستی	۰/۱۷**	-۰/۳۳**	-۰/۱۸**	-۰/۱۷**	۰/۸۲**	۰/۶۵**	۱

۸-اصالت	**۰/۱۰	-۰/۴	-۰/۶	**۰/۲۱	**۰/۲۱	**۰/۲۱	۱
۹-بندبختی	**۰/۱۱	-۰/۱۰	-۰/۱۱	**۰/۱۶	**۰/۱۶	**۰/۱۶	۱
۱۰-آسودگی	**۰/۱۱	*-۰/۱۱	-۰/۱۱	**۰/۱۱	**۰/۱۱	**۰/۱۱	۱
۱۱-خلاقیت	**۰/۱۱	۰/۰	۰/۰	**۰/۱۱	**۰/۱۱	**۰/۱۱	۱

با توجه به اطلاعات جدول (۲)، همبستگی مثبت و معناداری به میزان ۰/۱۷ بین سبک دلبستگی ایمن با بهزیستی ذهنی وجود دارد و بین سبک دلبستگی اضطرابی با بهزیستی ذهنی همبستگی معنادار و منفی به میزان ۰/۲۳ و بین سبک دلبستگی اجتنابی با بهزیستی ذهنی همبستگی معنادار و منفی به میزان ۰/۱۸ وجود دارد که با توجه به سطح همبستگی  $p < 0/01$  با ۹۹ درصد اطمینان می‌توان هر چه میزان سبک دلبستگی ایمن در دانشجویان بالاتر باشد میزان بهزیستی ذهنی بالاتر و هر چه میزان سبک‌های اضطرابی و اجتنابی بالاتر باشد بهزیستی ذهنی پایین‌تر خواهد بود. همچنین در رابطه بین سبک‌های دلبستگی با مؤلفه‌های احساس ذهنی بهزیستی نیز می‌توان گفت بین سبک دلبستگی ایمن با رضایت از زندگی و عاطفه مثبت همبستگی  $r = 0/14$  و  $r = 0/24$ ، بین سبک دلبستگی اضطرابی با رضایت از زندگی همبستگی  $r = 0/23$  در جهت معکوس و با عاطفه مثبت همبستگی  $r = 0/11$  در جهت معکوس نشان داده شد، همچنین بین سبک دلبستگی اضطرابی با عاطفه منفی همبستگی  $r = 0/35$  نشان داده شد و بین سبک دلبستگی اجتنابی با دو مولفه رضایت از زندگی و عاطفه منفی از بهزیستی ذهنی به ترتیب همبستگی  $r = 0/14$  و  $r = 0/17$  نشان داده شد. بنابراین بر اساس

جدول یک رابطه معنادار بین سبک‌های دلبستگی و بهزیستی ذهنی و مولفه‌های آن وجود دارد.

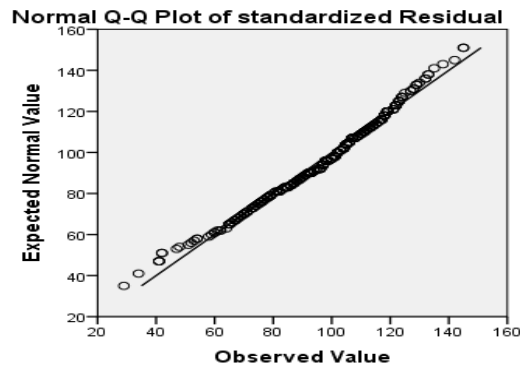
همچنین با توجه به اطلاعات جدول (۲)، ضریب همبستگی رابطه مثبت و معناداری به میزان ۰/۱۲ بین سبک دلبستگی ایمن با خلاقیت هیجانی نشان می‌دهد که با توجه به سطح همبستگی  $p < 0/01$  با ۹۹ درصد اطمینان می‌توان گفت که هر چه میزان سبک دلبستگی ایمن در دانشجویان بالاتر باشد میزان خلاقیت هیجانی نیز بالاتر است. همچنین بین دلبستگی ایمن با اصالت، بداعت و آمادگی هیجانی نیز همبستگی معنادار و مثبتی به ترتیب با مقادیر ۰/۱۰، ۰/۱۱ و ۰/۱۲ بدست آمد. همچنین بین سبک دلبستگی اضطرابی با آمادگی هیجانی رابطه معنادار و مثبت ( $r = 0/11$ ) و بین سبک دلبستگی اجتنابی با مؤلفه بداعت (خلاقیت هیجانی) رابطه منفی و معناداری به میزان ۰/۱۳ نشان داده شد، بنابراین بر اساس داده‌های جدول دو بین سبک دلبستگی ایمن با خلاقیت هیجانی و مولفه‌های آن رابطه معنادار مثبت وجود دارد. قبل از انجام تحلیل رگرسیون چند متغیره ابتدا لازم است که پیش فرض‌های این تحلیل مورد بررسی قرار گیرد:

الف: وجود رابطه همبستگی بین متغیر ملاک و متغیرهای پیش‌بین

با توجه به نتایج جدول ۲ مشاهده شد که بین سبک‌های دلبستگی با بهزیستی ذهنی و خلاقیت هیجانی رابطه معناداری وجود دارد، بنابراین فرض وجود رابطه همبستگی بین متغیرهای ملاک با متغیر پیش‌بین تایید می‌شود.

ب: نرمال بودن چند متغیری

بررسی نرمال بودن چند متغیری (نرمال بودن متغیر وابسته برابر هر یک از مقادیر متغیرهای پیش‌بین) یکی دیگر از مفروضه‌های تحلیل رگرسیون چند متغیره است. یکی از روش‌های بررسی این مفروضه ایجاد نمودار Normal (Q - Q) از باقی‌مانده‌های استاندارد شده می‌باشد.

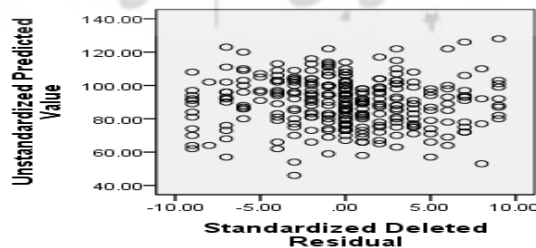


نمودار ۱. نمودار نرمال Q - Q از باقی مانده‌های استاندارد شده

در نمودار Normal (Q-Q) انتظار این است که نقاط به طور قابل قبولی در روی خط مورب از انتهای سمت چپ تا انتهای بالای سمت راست قرار گیرند. این نشان می‌دهد که انحرافی از نرمال بودن صورت نگرفته است. چنانکه در نمودار (۱) مشاهده می‌شود، باقی مانده‌های این پژوهش چنین حالتی دارند که حاکی از تایید پیش فرض نرمال بودن چند متغیری در این پژوهش است.

#### د: بررسی ثابت بودن واریانس خطاها

یکی از روش‌های بررسی مفروضه فوق ایجاد نمودار پراکنش از باقی مانده‌های پاک شده در مقابل غیر استاندارد پیش بینی شده است. اگر واریانس خطاها ثابت باشد، الگویی در نقاط مربوط به داده‌ها مشاهده نخواهد شد. با توجه به نمودار (۲) مشاهده می‌شود که نقاط مربوط به باقی مانده‌ها، بدون ایجاد شکل خاصی پراکنده شده‌اند و الگوی نظام داری را نشان نمی‌دهند. این امر مفروضه ثابت بودن واریانس خطاها را تایید می‌کند.



نمودار ۲. نمودار پراکنش باقی مانده‌های پاک شده در مقابل مقادیر پیش‌بینی شده





این	مقدار ثابت	جمع کل	باقی مانده	رگرسیون	اجتنابی	اضطراری	این
۴/۱۱	۱۵/۶۵	۲۹۹	۴۶۱۱۶/۷۳۰	۳	-۱/۵۰	-۴/۵۹	۱/۹۱
۰/۵۲	۵/۳۵	۲۹۹	۴۶۱۱۶/۷۳۰	۱۲۶/۶۹	۰/۲۲	۰/۱۶	۰/۲۱
۰/۵۲	-	۲۹۹	۴۶۱۱۶/۷۳۰	۲۷/۰۴	-۰/۰۸	-۰/۲۷	۰/۱۰
۱/۰۸۱	۸۳/۴۹	۲۹۹	۴۶۱۱۶/۷۳۰	۰/۵۲	-۰/۳۳	-۰/۷۶	۰/۴۱
۰/۰۰۱	۰/۰۰۱	۲۹۹	۴۶۱۱۶/۷۳۰	۰/۰۰۱	۰/۱۳	۰/۰۰۱	۰/۰۵
				۶/۶۷			
				۸۴۵/۳۷			
				۲۵۴۵/۱۱۰			
				۲۸۶۶۱/۸۴۰			



اضطرابی	۰/۹۳	۰/۱۷	۰/۰۹	۰/۲۰	۰/۰۳
آرامش‌بخشی	۰/۷۰	۰/۳۰	۰/۲۹	۰/۳۷	۰/۳۴

نتایج تحلیل رگرسیون ارائه شده در جدول (۳) نشان می‌دهد که سطح معنی‌داری  $F$  بدست آمده، یعنی مقدار  $۱۳/۳۸$  برای متغیر بهزیستی ذهنی با درجه آزادی ۳ و  $۲۹۶$  کمتر از  $۰/۰۵$  است ( $p=۰/۰۰$ )،  $F(3,296)=13/38$  بنابراین مدل رگرسیون ایجاد شده از لحاظ آماری معنادار است. با توجه به مقدار  $R^2$ ، سبک‌های دلبستگی مجموعاً  $۰/۱۱$  درصد از واریانس نمرات بهزیستی ذهنی دانشجویان را تبیین می‌کند که با توجه به مقادیر بتا در جدول ۳ دلبستگی اضطرابی بیشترین تاثیر را در پیش‌بینی بهزیستی ذهنی دانشجویان دارد، این تاثیر منفی و به میزان  $۰/۲۷$  درصد است و با توجه به اینکه سطح معنی‌داری مقدار  $t$  بدست آمده کمتر از  $۰/۰۵$  است ( $P<۰/۰۵$ )، این متغیر سهم معنی‌داری در پیش‌بینی بهزیستی ذهنی دانشجویان دارد، به طوری که با  $۹۵$  درصد اطمینان می‌توان گفت با هر واحد افزایش در انحراف استاندارد نمرات دلبستگی اضطرابی، انحراف استاندارد نمرات بهزیستی ذهنی آن‌ها به اندازه  $۰/۲۷$  واحد کاهش می‌یابد، پس از آن سبک دلبستگی ایمن با تاثیر  $۰/۱۰$  درصد در پیش‌بینی احساس ذهنی بهزیستی نقش دارد. همچنین نتایج تحلیل رگرسیون ارائه شده در جدول (۳) نشان می‌دهد که سطح معنی‌داری  $F$  بدست آمده، یعنی مقدار  $۶/۶۷$  با درجه آزادی ۳ و  $۲۹۶$  برای متغیر خلاقیت هیجانی کمتر از  $۰/۰۵$  است ( $p=۰/۰۰۱$ )،  $F(3,296)=۶/۶۷$  بنابراین مدل رگرسیون ایجاد شده از لحاظ آماری معنادار است. با توجه به مقدار  $R^2$ ، سبک‌های دلبستگی مجموعاً  $۰/۲۷$  درصد از واریانس نمرات خلاقیت هیجانی دانشجویان را تبیین می‌کند، به عبارت دیگر  $۰/۲۷$  درصد از تغییرات خلاقیت هیجانی دانشجویان، ناشی از سبک دلبستگی آنان و  $۷۳$  درصد ناشی از عوامل دیگر است و با توجه به مقادیر بتا در جدول (۳) سبک دلبستگی ایمن، بیشترین تاثیر را در پیش‌بینی خلاقیت هیجانی دانشجویان دارد، این تاثیر مثبت و به اندازه  $۰/۵۲$  است و با توجه به این که سطح معنی‌داری مقدار  $t$  بدست آمده کمتر از  $۰/۰۵$  است ( $P<۰/۰۵$ )، این متغیر سهم معنی‌داری

در پیش‌بینی خلاقیت هیجانی دانشجویان دارد، به طوریکه با ۹۵ درصد اطمینان می‌توان گفت با هر واحد افزایش در انحراف استاندارد نمرات دلبستگی ایمن، انحراف استاندارد نمرات خلاقیت هیجانی آن‌ها به اندازه ۰/۵۲ واحد افزایش می‌یابد، بنابراین با توجه به نتایج جداول ۳ می‌توان گفت سبک‌های دلبستگی در پیش‌بینی بهزیستی ذهنی و خلاقیت هیجانی نقش دارد.

### بحث و نتیجه‌گیری

نتایج این پژوهش نشان داد که بین سبک‌های دلبستگی با احساس ذهنی بهزیستی رابطه معنادار وجود دارد. همچنین نتایج تحلیل رگرسیون نشان داد، سبک دلبستگی ایمن و اضطرابی پیش‌بینی کننده بهزیستی ذهنی می‌باشد. در مورد ارتباط بین سبک‌های دلبستگی با احساس ذهنی بهزیستی و خرده‌مقیاس‌های آن نتایج به دست آمده با یافته‌های پژوهش‌های وی، لیاو و شافر<sup>۱</sup>(۲۰۱۱)، لای و لیتمن<sup>۲</sup>(۲۰۱۱)، کافتسیوس و سیدریس<sup>۳</sup>(۲۰۰۶)، کارمن و وینگرهوتس<sup>۴</sup>(۲۰۱۲)، لی و فونگ<sup>۵</sup>(۲۰۱۴)، ام. سیلیس، اف. میلنگز و ای. کی. هیرش<sup>۶</sup>(۲۰۱۶) و نریمانی، یوسفی و کاظمی (۱۳۹۲) همسو است. این یافته‌ها با مبانی تئوری دلبستگی همسو است (تاوئر و استالمچر<sup>۷</sup>، ۲۰۱۳) و در تبیین این یافته می‌توان گفت افراد با دلبستگی ایمن به دلیل برخورداری از روابط بین فردی با ثبات و صمیمانه، لذت از روابط و عدم نگرانی از طرد، احساس ارزش نسبت به خود و دیگران، رضایت از زندگی، عاطفه مثبت و بهزیستی را تجربه می‌کنند. همچنین از دیدگاه تئوری دلبستگی و پژوهش‌های صورت گرفته پیرامون آن دلبستگی نایمن با سیستم‌های حمایت اجتماعی که قابلیت اعتماد و دسترسی پایین‌تری دارند ارتباط دارد (لاک، سدیکیدس و کارنلی<sup>۸</sup>، ۲۰۱۲)، که این مسئله بر بهزیستی ذهنی پایین‌تر اثرگذار است، البته دلایلی که منجر به افت دریافت حمایت

1. Wei, Liao , Shaffer
2. Lavy, Littman
3. Kafetsios, Sideridis
4. Karreman, Vingerhoets
5. Li & Fung
6. M. Sirois ,F. Millings,A. K. Hirsch,J
7. J. Towler F. Stuhlmacher
8. Luke, Sedikides, & Carnelley

اجتماعی و به تبع آن بهزیستی پایین می‌شود برای افراد دلبسته ناایمن متفاوت است، به عنوان مثال دلبستگی اجتنابی با پیشینه عدم پذیرش و غیر قابل اعتماد و دسترس بودن مراقب همراه است، بنابراین افراد برخوردار از این سبک دلبستگی به این دلیل که خود را مستقل و توانا می‌دانند از ارزش حمایت اجتماعی می‌کاهند به دلیل این که مورد نیاز و در دسترس نیست (بالبی، ۱۹۶۹ به نقل از سیمپسون، رول و نلیگان<sup>۱</sup>، ۱۹۹۲). در حالی که دلبستگی اضطرابی با تناقض در مراقبت توأم بوده، بنابراین اضطراب در افراد دارای این سبک ناشی از ترک مراقب است و چون این افراد خود را نالایق می‌دانند با حمایت مفرط و یا سیرنشدنی تطبیق پیدا می‌کنند و بنابراین علیرغم اینکه مقدار و کیفیت حمایت اجتماعی مناسب است آن‌را ناکافی دریافت می‌کنند (مردیت، اونزورث و استرانگ<sup>۲</sup>، ۲۰۰۸). بنابراین هر دو دسته افراد دلبسته ناایمن اجتنابی و اضطرابی، رضایت از زندگی و بهزیستی ذهنی پایین‌تری را تجربه می‌کنند. از نتایج دیگر این پژوهش وجود رابطه معنادار بین سبک‌های دلبستگی با خلاقیت هیجانی و مؤلفه‌های آن بود. نتایج تحلیل رگرسیون نیز نشان داد که سبک دلبستگی ایمن پیش‌بینی‌کننده خلاقیت هیجانی است. این نتیجه هم‌سو با نتایج پژوهش‌های ماگای، هنزیکر، مسیوس و کلور<sup>۳</sup> (۲۰۰۰)، زیلبر، گلدستاین و میکولینسر<sup>۴</sup> (۲۰۰۷)، میکولینسر و شیور<sup>۵</sup> (۲۰۰۵) و لطیفیان و آقادلایورپور (۱۳۹۱) است و در تبیین آن می‌توان گفت: در سبک دلبستگی ایمن اعتماد به خود و دیگران و انتظارات واقع‌بینانه و در نتیجه نوع راهبردهای هیجانی و ارتباطی افراد که از نتایج مدل‌های درون‌کاری است باعث می‌شود که افراد دلبسته ایمن از آمادگی هیجانی بیشتری برای رویارویی با مسائل هیجانی برخوردار باشند (بالبی، ۱۹۶۹ به نقل از سیمپسون، رول و نلیگان<sup>۶</sup>، ۱۹۹۲). همچنین به دلیل اینکه افراد دلبسته ایمن با ارزیابی موقعیت و واقع‌بینی در جهت تغییر خلقشان واکنش نشان می‌دهند، همین امر منجر به اثربخشی فرآیند تنظیم هیجان و در نتیجه اصالت هیجانی در این افراد می‌گردد. در مورد تبیین ارتباط سبک دلبستگی ایمن با بعد بداعت در هیجان باید گفت، از آنجایی که نوآوری در حوزه ابراز هیجان مستلزم تغییر باورها یا رفتارهای موجود است، افراد دلبسته ایمن با احتمال بیشتری در

1. Simpson, , Rholes & Nelligan
2. Meredith, Ownsworth & Strong
3. Magai, Hunziker, Mesias & Culver
4. Zilber, Goldstein & Mikulincer
5. Mikulincer & Shaver
6. Simpson, , Rholes & Nelligan

روابط بین فردی و برخورد با مسائل هیجانی انعطاف‌پذیری نشان می‌دهند و راهبردهای حل مسائل هیجانی را به شیوه‌ای جدید به کار می‌گیرند (کانسداين و ماگای، ۲۰۰۳ به نقل از لطیفیان و آقا دلاورپور، ۱۳۹۱)، همچنین در تبیین ارتباط بین سبک دلبستگی اضطرابی با بعد آمادگی هیجانی افراد دارای سبک دلبستگی اضطرابی از راهبردهای فعالانه‌تری برای افزایش جلب توجه دیگران استفاده می‌کنند که این مسئله در توانایی این افراد برای مقابله با مسائل هیجانی تاثیرگذار است و در نهایت در مورد ارتباط منفی بین سبک دلبستگی اجتنابی با مؤلفه بداعت، باید گفت: افراد با سبک دلبستگی اجتنابی از راهبردهای ضعیف و غیر فعال ساز نظیر نادیده گرفتن، سرکوب و واپس‌رانی هیجان برای ایجاد فاصله بین خود با هیجانات دیگران استفاده می‌کنند (کوباک و اسکری ۱۹۹۸؛ به نقل از وی، ووگل، کووای. زکالیک، ۲۰۰۵).

یافته‌های این پژوهش نقش اساسی سبک دلبستگی را در پیش‌بینی دو مفهوم احساس ذهنی بهزیستی و خلاقیت هیجانی دانشجویان نشان داد. این پژوهش در دانشجویان مقطع کارشناسی دانشگاه بوعلی سینا و در بین رشته‌های علوم پایه و مهندسی، کشاورزی و علوم انسانی صورت پذیرفت بنابراین در تعمیم نتایج آن بر سایر دانشگاه‌ها و مقاطع تحصیلی و دانشجویان سایر رشته‌ها محدودیت وجود دارد. و پیشنهاد می‌شود در پژوهش‌های آینده، این پژوهش در سایر مقاطع تحصیلی انجام شود.

همچنین ممکن است خودگزارشی انجام شده در مورد متغیرهای پژوهش مورد سوگیری قرار گرفته باشد و از سویی نوع سنجش متغیرهای پژوهش از نوع توصیفی-همبستگی بود و نمی‌توان روابط علی از آن استنباط نمود بنابراین به منظور حصول اعتبار بیشتر برای یافته‌های پژوهش حاضر لازم است پژوهش‌های آزمایشی مشابهی صورت پذیرد.

## منابع

اکبری، زهرا؛ وفائی، طیبه؛ خسروی، صدراله. (۱۳۸۹). بررسی رابطه بین سبک‌های دلبستگی و میزان تاب‌آوری همسران جانبازان، *مجله علمی پژوهشی طب جانباز*. ۳، ۱۷، ۱۰-۱۲.

- ایزدی طامه، احمد؛ حسین‌زاده، مینا؛ عزت‌آقاجری، پروانه. (۱۳۹۳). رابطه سبک‌های دلستگی با عزت نفس و امید در دانشجویان پرستاری. *فصلنامه علمی-پژوهشی دانشگاه علوم پزشکی زابل*، ۶، ۱، ۱۶-۲۵
- بشارت، محمدعلی. (۱۳۸۴). بررسی رابطه سبک‌های دلستگی و هوش هیجانی. *اندیشه‌های نوین تربیتی*، ۱، ۲، ۱۴۲-۱۲۱.
- بریس، نیکلا. (۱۳۹۳). *تحلیل داده‌های روانشناسی با برنامه اس‌پی‌اس‌اس*. ویرایش سوم. ترجمه خدیجه علی‌آبادی و سید علی صمدی. تهران: نشر دوران.
- بیرامی، منصور؛ فهیمی، صمد؛ اکبری، ابراهیم؛ امیری پیچاکلائی، احمد. (۱۳۹۰). پیش‌بینی رضایت زناشویی بر اساس سبک‌های دلستگی و مؤلفه‌های تمایز یافتگی. *مجله اصول بهداشت روانی*، ۱۴، ۷۷-۶۴.
- جوکار، بهرام؛ البرزی، محبوبه. (۱۳۸۸). رابطه ویژگی‌های شخصیتی با خلاقیت هیجانی و خلاقیت شناختی. *مجله مطالعات روانشناختی*، ۱، ۶، ۱۸-۶.
- صبری، مصطفی؛ البرزی، محبوبه؛ بهرامی، محمود. (۱۳۹۲). رابطه الگوهای ارتباطی خانواده، هوش هیجانی و خلاقیت هیجانی در دانش‌آموزان دبیرستانی. *اندیشه‌های نوین تربیتی*، ۹، ۶۳-۲، ۳۶.
- غضنفری، فرزانه. (۱۳۸۵). بهزیستی درونی از دیدگاه بین فرهنگی. *مجله روان‌شناسی*، ۴، ۱۰، ۴۰۶-۴۲۱.
- قربانی‌بناب، باقر؛ حدادی کوهسار، علی‌اکبر. (۱۳۹۱). ارتباط بین هوش هیجانی و سبک‌های دلستگی در نوجوانان خلاف‌کار. *مجله علوم رفتاری و اجتماعی*، ۳۰، ۹۶۷-۹۶۳.
- کبوتری اصفهانی، فاطمه؛ عابدی، احمد؛ قمرانی، امیر. (۱۳۹۵). اثربخشی آموزش هوش معنوی بر مؤلفه‌های بهزیستی ذهنی دانش‌آموزان تیزهوش، *پژوهشنامه روان‌شناسی مثبت*، ۲، ۱، ۶۱-۴۷.
- کریمی، سارا؛ کاکابرایی، کیوان؛ یزدانبخش، کامران؛ مرادی، غلامرضا. (۱۳۹۳). اثربخشی درمان شناختی-رفتاری بر بهزیستی ذهنی بیماران قلبی-عروقی. *ماهنامه علمی-پژوهشی دانشگاه علوم پزشکی کرمانشاه*، ۳، ۱۸، ۱۵۶-۱۴۷.
- لطیفیان، مرتضی؛ آقادل‌اورپور، محمد. (۱۳۹۱). بررسی رابطه سبک دلستگی و سلامت روان با واسطه‌گری خلاقیت هیجانی. *فصلنامه تازه‌های علوم شناختی*، ۲، ۱۴، ۶۲-۴۵.

نریمانی، محمد؛ یوسفی، فاطمه؛ کاظمی، رضا. (۱۳۹۲). نقش سبک‌های دلبستگی و کیفیت زندگی در پیش‌بینی بهزیستی روان‌شناختی نوجوانان مبتلا به ناتوانی‌های یادگیری. *مجله ناتوانی‌های یادگیری*، ۴، ۳، ۱۴۳-۱۲۴.

- Averill, J. R. (2007). *Together again: Emotion and intelligence reconciled*. In G. Matthews, M. Zeidner, & R.D. Roberts, (Eds.), *Emotional intelligence: Knowns and unknowns* (pp. 49-71), New York, Oxford University.
- Avrill, J. R. (1999). Individual differences in emotional creativity: structure and correlate. *Journal of Personality*, 6, 342-371.
- Collins, N. L., & Read, S. J. (1990). Adult attachment, working models, and relationship quality in dating couples. *Journal of Personality and Social Psychology*, 54, 644-663.
- Diener, E. (2000). Subjective Well-being: The Science of Happiness and a Proposal for a National Index. *American Psychologist*, 55 (1), 34-43 .
- Diener, E., Emmons, R.A., Larsen, R.J., Griffin, S. (1985). The Satisfaction with Life Scale. *Journal of Personality Assessment*, 49 (1), 5-71.
- Diener, E., Tay, L., Heintzelman, S.J., Wirtz, D., Lutes, L. D., Oishi, S. (2016). Findings All Psychologists Should Know from the New Science on Subjective Well - Being. *Canadian Psychology / Psychologie canadienne*. Advance online publication.
- Durayappah, A. (2010). The 3P Model: A General Theory of Subjective Well-Being. *Journal Happiness Study* .
- Gutbezahl, J., Averill, J. R. (1996). Individual differences in emotional creativity as manifested in words and pictures, *Creativity Research Journal*, 9, 327-337.
- Kafetsios, K., Sideridis, G. (2006), social support and well-being in young and older adults. *J Health Psychol*, 11(6), 863-876.
- Kahnemann, D., Diener, E., & Schwarz, N. (Eds.). (1999). *Well-being: The foundations of hedonic psychology*. New York: Russell Sage Foundation.
- Karremans, A., Vingerhoets, J.M. (2012). Attachment and well-being: The mediating role of emotion regulation and resilience. *Personality and Individual Differences*, 53 (7), 821-826.
- Lavy, S., Littman-Ovadia H (2011). All you need is love? Strengths mediate the negative associations between attachment orientations and life satisfaction. *Personality and Individual Differences*. 50(7), 1050-1055.
- Li, T, Fung. (2014). How avoidant attachment influences subjective well-being: an investigation about the age and gender differences. *Aging Ment Health*, 18(1), 4-10.
- Luke, M. A., Sedikides, C., & Carnelley, K. (2012). Your love lifts me higher! The energizing quality of secure relationships. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 38, 721-733.
- M. Sirois, M., F. Millings, A. K. Hirsch, J. (2016). Insecure attachment orientation and well-being in emerging adults: The roles of perceived

- social support and fatigue. *Personality and Individual Differences*, 101, 318–321.
- Magai, C., Hunziker, J., Mesias, W., & Culver, L. C. (2000). Adult attachment styles and emotional biases. *International Journal of Behavioral Development*, 24, 301–309.
- Meredith, P., Ownsworth, T., & Strong, J. (2008). A review of the evidence linking adult attachment theory and chronic pain: Presenting a conceptual model. *Clinical Psychology Review*, 28(3), 407–429.
- Mikulincer, M., & Shaver, P. R. (2003). The attachment-behavioral system in adulthood: Activation, psychodynamics, and interpersonal processes. In M. P. Zanna (Ed.), *Advances in experimental social psychology*, (Vol. 35, pp. 53 – 152).
- Simpson, J. A., Rholes, W. S., & Nelligan, J. S. (1992). Support seeking and support giving within couples in an anxiety-provoking situation: The role of attachment styles. *Journal of Personality and Social Psychology*, 62(3), 434–446.
- Towler, A. F., Stuhlmacher, A. (2013) Attachment Styles, Relationship Satisfaction, and Well-Being in Working Women. *The Journal of Social Psychology*, 153(3), 279-298.
- Towler, J., Towler, A., F. Stuhlmacher, A. (2013) Attachment Styles, Relationship Satisfaction, and Well- Being in Working Women, *Journal of Social Psychology*, 153(3), 279-298.
- Watson, D. (1988). Intraindividual and interindividual analyses of Positive and Negative Affect: Their relation to health complaints, perceived stress, and daily activities. *Journal of Personality and Social Psychology*, 54, 1020-1030.
- Wei, M., Liao, YU., A. Shaffer, Ph. (2011). Attachment, Self-Compassion, Empathy, and Subjective Well-Being Among College Students and Community Adults. *Journal of Personality*, 79 (1), 191–221.
- Wei, M., Vogel, D.L., Ku, T., & A. Zakalik., R. (2005). Adult Attachment, Affect Regulation, Negative Mood, and Interpersonal Problems: The Mediating Roles of Emotional Reactivity and Emotional Cutoff. *Journal of Counseling Psychology*, 52(1), 14-24.
- Zilber, A., Goldstein, A., & Mikulincer, M. (2007). Adult attachment orientations and the processing of emotional pictures – ERP correlates. *Personality and Individual Differences*, 43, 1898–1907.