



فصلنامه خانواده‌درمانی کاربردی

پیش‌بینی رشد پس از آسیب بر اساس سبک‌های دلبستگی و تنظیم شناختی هیجان در دختران مهاجر ایرانی

دانشجوی کارشناسی ارشد روانشناسی عمومی، واحد تهران غرب، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران، ایران
استادیار گروه روانشناسی بالینی، دانشگاه خوارزمی، تهران، ایران

هامون محمد ^{id}

محمود برجلی ^{id*}

borjali@khu.ac.ir

ایمیل نویسنده مسئول:

پذیرش: ۱۴۰۰/۰۷/۱۶

دریافت: ۱۴۰۰/۰۴/۲۴

فصلنامه علمی پژوهشی
خانواده‌درمانی کاربردی

شاپا (الکترونیکی) ۲۴۴۰-۲۷۱۷
<http://Aftj.ir>

دوره ۲ | شماره ۴ پیاپی ۸ | ۳۶۹-۳۸۲
زمستان ۱۴۰۰

نوع مقاله: پژوهشی

چکیده

هدف: مطالعه حاضر با هدف بررسی نقش راهبردهای شناختی تنظیم هیجان و سبک‌های دلبستگی در پیش‌بینی رشد پس از آسیب انجام شد. **روش پژوهش:** این پژوهش توصیفی-همبستگی و جامعه آماری دختران دانشجوی مهاجر ایرانی بود که در سال ۱۴۰۰ در یکی از دانشگاه‌های خارج از ایران مشغول به تحصیل بودند که این منظور تعداد ۱۴۵ دانشجوی دختر مهاجر ایرانی با روش نمونه‌گیری گلوله برفی انتخاب و به پرسشنامه‌های رشد پس از آسیب ندسکی و کالهن (۱۹۹۶)، سبک‌های دلبستگی هازن و شیور (۱۹۹۳) و راهبردهای تنظیم شناختی هیجان گارنفسکی و کرایچ (۲۰۰۶) از طریق ارسال لینک پاسخ دادند و داده‌های جمع‌آوری شده از طریق نرم افزار spss24 و آزمون رگرسیون و همبستگی پیرسون مورد تجزیه و تحلیل آماری قرار گرفت. **یافته‌ها:** نتایج نشان داد که متغیرهای دلبستگی اجتنابی و اضطرابی و راهبردهای تنظیم هیجان سازش یافته پیش‌بینی کننده معنادار رشد پس از آسیب است. با توجه به علامت بتا می‌توان گفت پیش‌بینی سبک دلبستگی اجتنابی و راهبردهای تنظیم هیجان سازش یافته یک رابطه مستقیم با شدت (ضریب بتا) ۰/۲۳ و ۰/۲۴ است و سبک دلبستگی دوسوگرا / اضطرابی پیش‌بینی کننده منفی رشد پس از آسیب است؛ اما راهبردهای تنظیم هیجان سازش نیافته و سبک دلبستگی ایمن پیش‌بین خوبی برای رشد پس از آسیب شناخته نشده‌اند. **نتیجه‌گیری:** مطابق با یافته‌ها متغیرهای سبک دلبستگی اجتنابی و راهبردهای تنظیم هیجان سازش یافته به طور مستقیم پیش‌بینی کننده معنادار رشد پس از آسیب بوده و می‌توانند زمینه‌ساز این نوع از رشد باشند؛ همچنین متغیر سبک دلبستگی دوسوگرا/ اضطرابی به طور مستقیم پیش‌بینی کننده منفی رشد پس از آسیب شناخته شد و می‌تواند از بروز این نوع از رشد جلوگیری کند.

کلیدواژه‌ها: رشد پس از آسیب، سبک‌های دلبستگی، تنظیم شناختی هیجان، دختران مهاجر

به این مقاله به شکل زیر استناد کنید:
درون متن:

(محمد و برجلی، ۱۴۰۰)

در فهرست منابع:

محمد، هامون، و برجلی، محمود. (۱۴۰۰).
پیش‌بینی رشد پس از آسیب بر اساس
سبک‌های دلبستگی و تنظیم شناختی هیجان
در دختران مهاجر ایرانی. *فصلنامه خانواده
درمانی کاربردی*، ۲(۴ پیاپی ۸): ۳۶۹-۳۸۲.

مقدمه

مهاجرت، تغییر در محل زندگی یک پدیده جهانی است و در همه کشورها در همه زمان‌ها رخ داده است. روند مهاجرت هم از لحاظ کیفی و هم از نظر کمی یک فرآیند کاملاً ناهمگن است (باسکونان-ویلی، ۲۰۲۱). مهاجرت ممکن است شامل فردی باشد که برای تحصیل هجرت می‌کند، به دنبال کار بهتر است، سعی می‌کند آینده خود را بهتر کند، از آزار و اذیت سیاسی جلوگیری کند یا ازدواج کند. چنین فردی ممکن است برای اهداف نظامی، سیاسی یا مالی نیز در یک گروه مهاجرت کند. روند مهاجرت ممکن است مربوط به یک خانواده یا گروهی از خانواده‌ها باشد که به دنبال زندگی بهتر در جاهای دیگر هستند یا به اعضای دیگر خانواده خود که ممکن است قبلاً برای ساختن زندگی خود نقل مکان کرده باشند، ملحق می‌شوند. مهاجرت ممکن است مربوط به گروهی از افراد باشد که برای جلوگیری از آزار و اذیت مذهبی و یا به دنبال آزادی مذهب، با یکدیگر در حرکت هستند (بوگرا، ۲۰۰۴). مهاجرت ممکن است یک ویژگی ذاتی در شیوه زندگی گروهی از افراد مانند عشایر یا کولی‌ها باشد. همچنین ممکن است برای دانشجویان، مردم شناسان، دیپلمات‌ها، کارگران خیریه و ستاره‌های سرگرم کننده مهم باشد که برای مدتی کوتاه یا طولانی مدت از کشوری به کشور دیگر حرکت کنند. چنین تجربیات و دلایلی نشان می‌دهد که روند مهاجرت بسیار ناهمگن است و احتمالاً همه مهاجران قبل یا بعد از مهاجرت با تجارب مشابهی روبرو نخواهند شد (ایدمودیا و بوهنکه، ۲۰۲۰). برای افراد، چنین روندی ممکن است موقتی، دائمی، عودکننده یا فصلی باشد یا ممکن است یکبار در همان نسل منفرد رخ دهد. برعکس، ممکن است جریان مهاجرتی مداوم در طی چندین نسل را نشان دهد. ممکن است محلی یا دور باشد، یعنی ملی یا بین ملی. تأثیرات و پیامدهای روان‌شناختی و بیولوژیکی آن برای جمعیت مبدأ برای ساکنان منطقه گیرنده و خود مهاجر به ماهیت، مقیاس و دلایل مهاجرت بستگی دارد (والکر و زوبری، ۲۰۲۰). مهاجرت به عنوان یک پدیده که فرد را دچار تغییر می‌کند عوامل استرس‌زایی به همراه دارد که تبعات روان‌شناختی به دنبال خواهد داشت. بیشتر مطالعات حاکی از آن است که عوامل استرس‌زای قبل و بعد از مهاجرت بر سلامت روان^۱ و استرس پس از سانحه^۲ مهاجران تأثیر می‌گذارد (ایدمودیا و بوهنکه، ۲۰۲۰). مسائل مربوط به بهداشت روانی که باعث اضطراب قابل توجه مهاجران در کشورهای میزبان می‌شود شامل استرس فرهنگی، وضعیت حقوقی، جدایی خانواده، سد زبان، دسترسی ضعیف به مراقبت‌های بهداشتی مناسب، تبعیض، نژادپرستی، احساس درماندگی، کاهش عزت نفس، پریشانی مزمن و نظارت بیش از حد است. در میان تمام مشکلات بهداشت روان، افسردگی، اضطراب و استرس پس از سانحه با ارقام شایع ۴-۴۰ درصد، ۵-۴۴ درصد و ۹-۳۶ درصد به عنوان شایع‌ترین در نظر گرفته می‌شوند (ایدمودیا و بوهنکه، ۲۰۲۰). بیماران سرپایی روان‌پزشکی با سابقه مهاجرت اغلب در معرض حوادث مختلف بالقوه آسیب‌زا قرار گرفته‌اند که پیامدهای منفی بی‌شماری برای سلامت روان و کیفیت زندگی آن‌ها به همراه داشته است. با این حال، برخی از بیماران نیز تغییرات شخصی مثبت و رشد پس از آسیب مربوط به این وقایع بالقوه آسیب‌زا را گزارش می‌دهند. در واقع به نظر می‌رسد پیامدهای منفی، اثرات روان‌شناختی مهاجرت را به طور کامل توضیح نمی‌دهند، زیرا همان‌طور که اختر (۱۹۹۹) اظهار داشت، «در کنار این ضررها فرصتی

1. mental health

2. Post-traumatic stress disorder (PTSD)

دوباره برای رشد روانی وجود دارد». همان‌طور که تدسچی و کالهن (۱۹۹۵، ۲۰۰۴) استدلال کردند، حالات بسیار ترسناک و دردناک ناشی از مجموعه شرایطی که نشان‌دهنده چالش‌های قابل توجهی برای سازگاری و درک افراد از جهان آن‌ها است، می‌تواند زمینه مناسبی برای تغییرات مثبت باشد. آن‌ها اصطلاح رشد پس از آسیب (PTG) را برای نشان دادن تغییر در درک از خود، روابط بین فردی و فلسفه زندگی پس از مبارزه با حوادث استرس‌زا مطرح کردند. تمرکز ادبیات مهاجرت بر نتایج منفی منحصر به فرد نیست. ادبیات مقابله‌ای به طور کلی متکی به مدل‌های ناقص و منفی بود و بنابراین امکان نتایج مثبت ناشی از مبارزه با وقایع بسیار استرس‌زا را انکار می‌کرد (برگر و ویز، ۲۰۰۶؛ کاشیپ، پیچ و جوسکلین، ۲۰۱۹). در سال‌های اخیر، محققان علوم اجتماعی و روان‌شناختی تمرکز خود را بر روی توانایی انسان برای رشد در اثر مواجهه با حوادث بسیار استرس‌آور شروع کردند. با تغییر در علوم اجتماعی در دیدگاه نسبت به قدرت و روانشناسی مثبت، مدل تدسکی و کالهن (۲۰۰۴) رشد پس از آسیب و رویکردهای مشابه (اولری، آلدی و ایکووویس، ۱۹۹۸) ادعای نقش محوری‌تر در استرس و مقابله با ادبیات کلاسیک این حیطه دارند. تدسچی و کالهن (۱۹۹۸) یک مدل اکولوژیکی برای رشد پس از آسیب ایجاد کردند که فرض می‌کند پردازش شناختی-هیجانی رویدادهای استرس‌زا مکانیزمی است که زمینه‌ساز توسعه رشد پس از آسیب است. این مدل نشان می‌دهد که ویژگی‌های فردی، مرتبط با رویداد و زمینه‌های اجتماعی که پردازش شناختی-هیجانی را تسهیل می‌کنند، احتمالاً رشد پس از آسیب را افزایش می‌دهد. مدل رشد پس از آسیب پشتیبانی تجربی شدیدی داشته است. مزایای ناملايمات شامل رشد پس از آسیب به دنبال بیماری‌های شدید، مزمن و تهدید کننده زندگی، ناباروری، تولد کودک به سختی بیمار یا معلول، مرگ یکی از عزیزان، سو استفاده جنسی از کودکی، تجاوز جنسی، حوادث جاده‌ای و هواپیمایی، بلایای طبیعی و فناوری، مقابله با مواد مخدر و مواد مخدر بودند (تدسچی و کالهن، ۲۰۰۴). اگرچه شواهد زیادی برای رشد پس از آسیب وجود دارد، ارتباط آن و سازوکارهایی که از طریق آن ایجاد می‌شود هنوز به خوبی شناخته نشده است. همچنین زنان جامعه‌ای هستند که در مطالعات در زمینه مهاجرت تحقیقات اندکی به آن‌ها پرداخته است در صورتی که پیش‌بینی می‌شود با توجه به قوی‌تر بودن احساسات و هیجانات در زنان، این جمعیت نسبت به مردان پس از مهاجرت در معرض آسیب بیشتری قرار داشته باشند.

یکی از فاکتورهای مهمی که نتایج پس از سانحه را تعیین می‌کند، تنظیم شناختی هیجان است که همچنین به عملکرد مقابله‌ای پس از حوادث آسیب‌زا نیز کمک می‌کند (حسین و بهاشان، ۲۰۱۱). تجرب زندگی استرس‌زا استراتژی‌های مقابله‌ای خاصی را راه‌اندازی می‌کند که نحوه درک یک واقعه را تعیین می‌کند و در نتیجه رابطه بین آسیب و نتایج آن را تعیین می‌کند. روند کنار آمدن به افراد کمک می‌کند تا شرایط یا هیجاناتی را که به دلیل عوامل استرس‌زا به وجود می‌آید تغییر دهند یا از آن‌ها اجتناب کنند. مهاجران آسیب شدید و مداوم را تجربه می‌کنند و گزینه‌های کم یا هیچ گزینه‌ای برای تغییر این شرایط ندارند. در نتیجه، استراتژی‌های تنظیم شناختی-هیجان می‌توانند نقشی محوری در پیش‌بینی نتایج پس از سانحه داشته باشند (پونچلانگ، ویز، لویگوروکس و پارونیر، ۲۰۲۰) که البته در موقعیت‌های دیگر نیز تنظیم شناختی هیجان می‌تواند تعیین کننده رشد پس از آسیب باشد (فراهینی و منصور، ۱۳۹۷). این راهبردها در توانایی افراد جهت مدیریت و تنظیم هیجان‌ها یا احساسات و حفظ کنترل بر هیجان‌ها و یا تحت تأثیر

قرار نگرفتن به وسیله آن‌ها مهم هستند. یکی دیگر از عواملی که به نظر می‌رسد با نحوه برخورد فرد با مشکلات و آسیب‌های مختلفی که در زندگی با آن مواجه می‌شود مرتبط باشد، سبک دلبستگی است. نتایج پژوهش‌ها، سبک‌های دلبستگی را پیش‌بینی‌کننده مهمی برای بهداشت روانی می‌دانند (گریس و فیوآش، ۲۰۱۷)؛ و افراد با سبک دلبستگی ناایمن را نسبت به افراد ایمن بیشتر در معرض مشکلات روانی مانند اضطراب، افسردگی و استرس می‌دانند (موری، جیکوبس، راک و کلارک، ۲۰۲۱). معصومی فر و خواجوند خوشلی (۱۳۹۹) نیز به طور مستقیم به ارتباط بین سبک‌های دلبستگی ادراک شده با رشد پس از آسیب در دانش‌آموزان سیل زده شهرستان آق‌قلا پرداخته است که نتایج نشان داده است سبک دلبستگی ایمن با رشد پس از آسیب رابطه مثبت و معنی‌داری دارد. با توجه به مطالب فوق و علیرغم اهمیت شناخت ویژگی‌های فردی زنانی که پس از سانحه و آسیب شدید واکنش‌های مثبت روان‌شناختی و رشد را تجربه می‌کنند، پژوهشی در این زمینه در ایران یافت نشد یا بسیار اندک بود؛ بنابراین مطالعه حاضر برای پاسخ به این سؤال طراحی شد:

۱. آیا رشد پس از آسیب بر اساس سبک‌های دلبستگی و تنظیم شناختی هیجان در دانشجویان دختر مهاجر ایرانی قابل پیش‌بینی است؟

روش پژوهش

روش پژوهش حاضر توصیفی - همبستگی است، جامعه آماری پژوهش حاضر دختران دانشجوی مهاجر ایرانی است که در سال ۱۴۰۰ در یکی از دانشگاه‌های خارج از ایران مشغول به تحصیل هستند. روش نمونه‌گیری در این پژوهش با توجه به شرایط و امکانات، گلوله برفی بود که به این صورت است که از طریق زنانی که به‌عنوان دانشجوی مهاجر ایرانی در یکی از دانشگاه‌های خارج از کشور مشغول به تحصیل هستند، به دوستان و افراد دیگر با شرایط مشابه دسترسی پیدا کرده و از آن‌ها برای شرکت در پژوهش به‌صورت آنلاین دعوت به عمل آمد. حجم نمونه نیز بر اساس فرمول فیدل و تاباچینگ (۲۰۰۶) بر اساس تعداد متغیر پیش‌بین مشخص شد فرمول فیدل و تاباچینگ حداقل افراد نمونه را با فرمول $8M + 50 \geq N$ اندازه‌گیری می‌کنیم که M در این فرمول سطوح متغیر پیش‌بین است که در مطالعه حاضر ۵ (۳ سطح سبک دلبستگی و ۲ سطح برای تنظیم شناختی هیجان) است که بنابراین حجم نمونه بزرگ‌تر یا مساوی با ۹۰ نفر باید باشد؛ که در مطالعه حاضر ۱۴۵ نفر شرکت کرده‌اند.

ابزار پژوهش

۱. پرسشنامه رشد پس از آسیب^۱. در سال ۱۹۹۶ توسط تدسچی و کالهن به منظور ارزیابی تغییرات خود ادراکی افراد، مرتبط با تجربه حوادث آسیب‌زا ساخته شده است. این پرسشنامه شامل ۲۱ عبارت در مقیاس لیکرت با دامنه صفر (من این تغییر را به عنوان نتیجه بحران نمی‌دانم) تا پنج (من این تغییر را به میزان خیلی زیادی به عنوان نتیجه بحران می‌دانم) تشکیل شده است. این پرسشنامه دارای ۵ زیر مقیاس است که عبارتند از: شیوه‌های جدید (۵ ماده)، در ارتباط با دیگران (۷ ماده)، قدرت شخصی (۴ ماده)، ارزش زندگی (۳ ماده) و تغییر معنوی (۲ ماده). نمرات مقیاس‌ها به وسیله جمع نمرات عبارات در هر عامل حساب

1. Post Traumatic Growth (PTGI)

می‌شود. نمره نهایی مقیاس برای PTGI قابل محاسبه است. ارزیابی اولیه پرسشنامه رشد پس از آسیب، همسانی درونی مقیاس برابر با ۰/۹۰ و همسانی درونی زیر مقیاس‌ها به طور جداگانه از آلفای تا ۰/۶۷ آلفای ۸۵/۰ گزارش شد. لورین، بونت - آنتیجنتس و فلورین (۲۰۱۰) آلفای کرونباخ را برای این پرسشنامه در پژوهش خود ۰/۹۳ گزارش نمودند؛ در ایران در پژوهش نیک منش، میر عبداللهی و امام هادی (۱۳۹۲) ضریب آلفای کرونباخ پرسشنامه ۰/۹۸ به دست آمد.

۲. پرسشنامه تنظیم شناختی هیجان^۱. تنظیم شناختی هیجان یک ابزار ۱۸ ماده‌ای است و راهبردهای تنظیم شناختی هیجان‌ها را در پاسخ به حوادث تهدیدکننده و تنیدگی‌زای زندگی در اندازه‌های پنج‌درجه‌ای از ۱ (هرگز) تا ۵ (همیشه) برحسب ۹ زیرمقیاس به این شرح می‌سنجد: خودسرزنشگری؛ دیگرسرزنشگری؛ تمرکز بر فکر/نشخوارگری؛ فاجعه‌نمایی (فاجعه‌آمیزپنداری)؛ کم‌اهمیت شماری؛ تمرکز مجدد مثبت؛ ارزیابی مجدد مثبت؛ پذیرش؛ تمرکز مجدد بر برنامه‌ریزی. حداقل و حداکثر نمره در هر زیرمقیاس به ترتیب ۲ و ۱۰ است و نمره بالاتر نشان دهنده استفاده بیشتر فرد از آن راهبرد شناختی محسوب می‌شود. راهبرد شناختی تنظیم هیجان در پرسشنامه تنظیم شناختی هیجان به دو دسته کلی راهبردهای انطباقی (سازش یافته) و راهبردهای غیرانطباقی (سازش نیافتده) تقسیم می‌شوند. زیرمقیاس‌های کم‌اهمیت شماری، تمرکز مجدد مثبت، ارزیابی مجدد مثبت، پذیرش و تمرکز مجدد بر برنامه‌ریزی؛ راهبردهای سازش یافته و زیرمقیاس‌های خودسرزنشگری، دیگر سرزنشگری، تمرکز بر فکر/نشخوارگری و فاجعه‌نمایی؛ راهبردهای سازش نیافتده را تشکیل می‌دهد. گارنفسکی و همکاران بر روی نمونه نوجوانان با میانگین سنی ۱۳، پایایی این آزمون را با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ برابر ۰/۹۳ و با روش بازآزمایی برای کل آزمون ۰/۷۷ گزارش دادند. روایی هم‌زمان پرسشنامه از طریق همبستگی میان راهبردهای تنظیم شناختی هیجان با نمرات مقیاس افسردگی و اضطراب بود که این همبستگی به طور مثبت معنادار بوده است. همچنین این مقیاس توسط دادخواه و شیرین‌بیان (۱۳۹۱) بر روی افراد سالمند هنجارسازی شد. نمونه به طور تصادفی از ۲۰ انجمن جهان‌دیدگان انتخاب شد و شامل ۵۰۰ نفر از افراد مسن بود که ۳۳۸ نفر از آن‌ها تا پایان مطالعه باقیمانده بودند. ضریب آلفا برای پایایی پرسشنامه ۰/۷۹۸ و روایی سازه آن با روش تحلیل مؤلفه اصلی ۰/۸۴ دست آمد به دست آمد.

۳. پرسشنامه سبک‌های دلبستگی بزرگسالان^۲. این پرسشنامه توسط هازن و شیور (۱۹۹۳) تدوین شده و شامل دو بخش است که در قسمت اول سه سبک پ دلبستگی ایمن، اجتنابی و دوسوگرا بر حسب ۲۱ سؤال در مقیاس ۵ درجه‌ای لیکرت (هیچ؛ کم؛ متوسط؛ زیاد؛ خیلی زیاد) از هم متمایز می‌شوند. در قسمت دوم، آزمودنی با انتخاب یک گزینه از سه گزینه‌ای که سه نوع دلبستگی با سؤالاتی مانند (غالباً نگرانم که نکند دیگران به همان اندازه که من برایشان ارزش قائل هستم برایم ارزش قائل نباشند) را توصیف می‌کنند، سبک دلبستگی خود را مشخص می‌کند؛ در بخش دوم مجدداً همان توصیف‌ها مطرح شده، ولی این بار آزمودنی تنها با علامت زدن یکی از آن‌ها، تشابه خود را با یکی از توصیف‌ها بیان می‌کند. بخش دوم پرسشنامه بر اساس مقیاس مقوله‌ای است و از نتایج حاصل از آن برای گروه‌بندی سبک‌های دلبستگی

1. Cognitive Emotion Regulation Questionnaire

2. Adult Attachment Questionnaire (AAQ)

پاسخ‌دهندگان استفاده می‌شود. ضریب اعتبار از طریق آلفای کرونباخ و باز آزمایی به ترتیب ۰/۷۳ و ۰/۷۹ گزارش شده است. روایی پرسشنامه دل‌بستگی بزرگ‌سال رضایت‌بخش و معنی‌دار است (کراول، فارلی و شیور، ۱۹۹۹) در ایران نیز ضریب اعتبار این پرسشنامه توسط بشارت (۱۳۷۹) با استفاده از روش باز آزمایی ۰/۹۲ گزارش شد.

روش اجرا. پس از اخذ برگه معرفی‌نامه از دانشگاه آزاد اسلامی واحد تهران غرب و با توجه به شرایط دسترسی به نمونه‌های پژوهشی از طریق نمونه‌گیری گلوله‌برفی دانشجویان مهاجر ایرانی شاغل به تحصیل در دانشگاه‌های خارج از کشور شناسایی و از آن‌ها برای شرکت در پژوهش به صورت آنلاین دعوت به عمل آمد. به شرکت‌کنندگان در پژوهش در مورد شرایط شرکت در پژوهش و اصول اخلاقی نظیر رضایت آگاهانه، رازداری و محرمانه ماندن اطلاعات شخصی توضیح داده شد. برای تحلیل داده‌ها نخست از آزمون همبستگی پیرسون و رگرسیون (SPSS 23) جهت بررسی رابطه متغیرهای پژوهش با یکدیگر و تحلیل فرضیه‌های پژوهش استفاده شد.

یافته‌ها

بر اساس اطلاعات جمعیت شناختی گروه مورد بررسی: بیشترین درصد آزمودنی‌ها در رده سنی ۲۰ الی ۲۵ سال بوده‌اند. میانگین سن شرکت‌کنندگان در پژوهش برابر ۲۵/۲ سال بود، ۶۲/۸۰ درصد از دختران مهاجر مجرد و ۳۷/۲۰ درصد متأهل بوده‌اند. ۸۲/۸۰ درصد دانشجوی کارشناسی و ۱۷/۲۰ درصد دانشجوی کارشناسی ارشد بوده‌اند.

جدول ۱. توصیف آماره‌های پژوهش

میانگین	انحراف استاندارد	کشیدگی	چولگی	ضریب تحمل	تورم واریانس	دوربین واتسون	
۳۲/۵۹	۶/۷۶	-۰/۷۸	۱/۳۳	۰/۸۶	۱/۱۵		راهندهای تنظیم هیجان سازش یافته
۲۲/۰۲	۴/۸۲	-۱/۲۶	-۰/۱۴	۰/۷۹	۱/۲۶	۲/۰۶	راهندهای تنظیم هیجان سازش نیافتده
۱۲/۴۰	۲/۲۴	-۰/۳۵	۰/۵۰	۰/۹۷	۱/۰۲		دل‌بستگی ایمن
۱۲/۸۸	۲/۹۶	-۰/۱۲	-۰/۳۳	۰/۷۳	۰/۳۵		دل‌بستگی اجتنابی
۱۱/۶۷	۵/۶۰	۰/۷۴	-۱/۰۱	۰/۶۴	۱/۵۶		دل‌بستگی دوسوگرا/اضطرابی
۶۲/۵۱	۱۴/۲۰	-۰/۵۶	۰/۸۹	-	-	-	رشد پس از آسیب

جدول فوق میانگین و انحراف معیار دانشجویان دختر را به تفکیک متغیرهای پژوهش ارائه می‌دهد. با توجه به اطلاعات این جدول میانگین راهندهای تنظیم هیجان سازش یافته، راهندهای تنظیم هیجان سازش نیافتده، سبک دل‌بستگی ایمن، سبک دل‌بستگی اجتنابی، سبک دل‌بستگی دوسوگرا/اضطرابی و رشد پس از آسیب به ترتیب ۳۲/۵۹، ۲۲/۰۲، ۱۲/۴۰، ۱۲/۸۸، ۱۱/۶۷، ۶۲/۵۱ به دست آمد. همچنین جدول فوق نشان

می‌دهد که چولگی و کشیدگی بین ± 2 قرار دارند؛ بنابراین توزیع داده‌های متغیرهای پژوهش طبیعی است. مقدار دوربین واتسون در فاصله مجاز $1/5$ تا $2/5$ قرار دارد؛ بنابراین مفروضه عدم وجود همبستگی بین خطاها تأیید می‌شود و می‌توان از رگرسیون استفاده کرد. مقادیر ضریب تحمل و تورم واریانس نیز نشان داد از نبود همپوشی بین متغیرهای پیش‌بین دارد.

سؤال اصلی این مطالعه این است که آیا رشد پس از آسیب بر اساس سبک‌های دلبستگی و تنظیم

شناختی هیجان در دانشجویان دختر مهاجر ایرانی قابل پیش‌بینی است؟

جهت بررسی این سؤال پژوهشی از رگرسیون به روش هم‌زمان استفاده شد. رگرسیون اجازه می‌دهد نمره یک فرد در یک متغیر بر اساس نمره او در متغیر دیگر پیش‌بینی شود. در جدول زیر خلاصه نتایج مقدار واریانس تبیین شده و معناداری مدل به روش هم‌زمان ارائه می‌گردد:

جدول ۲. خلاصه نتایج مقدار واریانس تبیین شده و معناداری مدل

شاخص روش	R	R2	F	DF1	DF2	سطح معناداری
هم‌زمان	۰/۵۸۷	۰/۳۴۵	۱۴/۶۲	۵	۱۳۹	۰/۰۰۱

جدول ۲ خلاصه نتایج مقدار واریانس تبیین شده و معناداری مدل را نشان می‌دهد. نسبت F و سطح معناداری آن بیانگر اثر معنادار متغیرهای سبک‌های دلبستگی، راهبردهای تنظیم هیجان و رشد پیش از آسیب در معادله رگرسیون است ($P=0/01$)؛ همان‌طور که مشاهده می‌شود در پیش‌بینی رشد پس از آسیب دانشجویان $R2$ محاسبه شده $0/345$ است یعنی این متغیرها $0/34$ درصد از واریانس متغیر رشد پس از آسیب دانشجویان دختر مهاجر را تبیین می‌کند.

جدول ۳. ضریب حاصل از رگرسیون به روش هم‌زمان متغیر پیش‌بینی کننده رشد پس از آسیب

متغیر	ضرایب استاندارد نشده		T	سطح معناداری
	B	SD		
مقدار ثابت	۳۸/۹۹	۱۰/۵۰	۳/۷۱	۰/۰۰۱
دلبستگی ایمن	۰/۰۶	۰/۴۳	۰/۱۴	۰/۸۸
دلبستگی اجتنابی	-۱/۱۱	-۰/۳۸	-۰/۲۳	۰/۰۰۴
دلبستگی دوسوگرا/اضطرابی	-۰/۷۹	-۰/۲۱	-۰/۳۱	۰/۰۰۱
راهبردهای تنظیم هیجان سازش یافته	۰/۵۱	۰/۱۵	۰/۲۴	۰/۰۰۱
راهبردهای تنظیم هیجان سازش نیافته	۰/۱۱	۰/۲۲	۰/۴۸	۰/۶۲

نتایج جدول ۳ نشان می‌دهد که متغیرهای دلبستگی اجتنابی و اضطرابی و راهبردهای تنظیم هیجان سازش یافته پیش‌بینی‌کننده معنادار رشد پس از آسیب است. با توجه به علامت بتا می‌توان گفت پیش‌بینی سبک دلبستگی اجتنابی و راهبردهای تنظیم هیجان سازش یافته یک رابطه مستقیم با شدت (ضریب بتا) $0/23$ و $0/24$ است؛ و سبک دلبستگی دوسوگرا / اضطرابی پیش‌بینی‌کننده منفی رشد پس از آسیب است؛ اما راهبردهای تنظیم هیجان سازش نیافته و سبک دلبستگی نایمن پیش‌بین خوبی برای رشد پس از آسیب شناخته نشده‌اند

بحث و نتیجه‌گیری

هدف پژوهش حاضر بررسی نقش راهبردهای تنظیم شناختی هیجان و سبک‌های دلبستگی در پیش‌بینی رشد پس از آسیب بود که نتایج این مطالعه نشان داد که متغیرهای دلبستگی اجتنابی و اضطرابی و راهبردهای تنظیم هیجان سازش یافته پیش‌بینی‌کننده معنادار رشد پس از آسیب است. با توجه به علامت بتا می‌توان گفت پیش‌بینی سبک دلبستگی اجتنابی و راهبردهای تنظیم هیجان سازش یافته یک رابطه مستقیم با شدت (ضریب بتا) $0/23$ و $0/24$ است؛ و سبک دلبستگی دوسوگرا / اضطرابی پیش‌بینی‌کننده منفی رشد پس از آسیب است؛ اما راهبردهای تنظیم هیجان سازش نیافته و سبک دلبستگی ایمن پیش‌بین خوبی برای رشد پس از آسیب شناخته نشده‌اند. یافته‌های این مطالعه با مطالعات فراهینی و منصور (۱۳۹۷)، کیانی و همکاران (۱۳۹۸)، (۱۳۹۹)، ژو، ژن و یو (۲۰۱۹)، گراکی و فیواش (۲۰۱۷)، اسمیت، بلانک، بیلینز و پارک (۲۰۱۲) هم سو بوده است. در تبیین یافته‌ها در مورد راهبردهای تنظیم هیجان سازش یافته با رشد پس از آسیب می‌توان گفت راهبردهای تنظیم شناختی هیجان که شامل پذیرش، تمرکز مجدد مثبت، تمرکز مجدد بر برنامه‌ریزی، ارزیابی مجدد مثبت است، هیجان‌های مثبت را در دانشجو افزایش می‌دهد و این امر باعث می‌شود او تفسیر مثبتی از موقعیت پیش‌آمده داشته باشد. تفکرات مثبت، خوش‌بینی و امید به بهبود وضعیت را در فرد به وجود می‌آورد که این تفکرات مثبت از ویژگی‌های رشد پس از آسیب محسوب می‌شود (کیانی و همکاران، ۱۳۹۸). در کل، این تنظیم‌های شناختی هیجان موجب بالا رفتن رشد پس از آسیب در دانشجویان دختر مهاجر می‌شود.

در مورد پیش‌بینی رشد پس از آسیب بر اساس سبک دلبستگی اجتنابی و اضطرابی می‌توان گفت این یافته با یافته‌های قبلی غیرهمسو بوده است. در اکثر مطالعات پیش‌بینی رشد پس از آسیب بر اساس سبک‌های دلبستگی نشان می‌داد که دلبستگی ایمن می‌تواند پیش‌بین مثبت و معنی‌داری برای رشد پس از آسیب باشد که در مطالعه حاضر رابطه‌ای بین این دو وجود نداشت. در این مورد می‌توان چنین تبیین کرد که معمولاً در پژوهش‌های دیگر منظور از آسیب یک بیماری یا یک سانحه‌ی اتفاقی و غیرقابل پیش‌بینی بوده است به همین دلیل روابط افراد با دیگران دچار اختلال شده است و افراد با سبک دلبستگی اجتنابی به احتمال زیاد دچار مشکلاتی خواهند شد و دور از انتظار نیست که در این مطالعات رشد پس از آسیب با سبک دلبستگی اجتنابی رابطه منفی داشته باشد اما در مورد مهاجرت تا حدودی فرق می‌کند (ژو و همکاران، ۲۰۱۹).

مهاجرت پدیده است که با قصد و تلاش قبلی انجام می‌پذیرد و در واقع فرد به‌منظور رشد بیشتر سعی در قطع روابط با دیگران در کشور خود داشته است. به همین دلیل افرادی که دلبستگی اجتنابی داشته‌اند

به‌طور معنی‌داری بیشتر از افراد دیگر در نمره رشد پس از آسیب نمره بالاتری گرفته‌اند. به‌بیان‌دیگر مهاجرت که بعد منفی دل‌تنگی و قطع روابط را دارد برای افرادی که خود سعی در اجتناب از افراد رادارند به‌مراتب ساده‌تر می‌گذرد (باسکونان-ویلی، ۲۰۲۰).

این مطالعه دارای محدودیت‌هایی بوده است از جمله هم‌زمانی با شیوع ویروس کرونا که افراد تحت شرایط و فشارهای روانی خاصی قرار داشته‌اند که موجب می‌شود تعمیم نتایج در دوران غیر پاندمی کمی محدود باشد. همچنین این مطالعه در جمعیت دانشجویان خانم مهاجر ایرانی انجام شده است در تعمیم نتایج به دیگر افراد باید جانب احتیاط رعایت شود. ابزارهای مورد استفاده خود گزارشی و از طریق ارسال لینک بوده است که از محدودیت‌های ابزارهای خود گزارش دهی بی‌نصیب نبوده است. در راستای کم اثر کردن این محدودیت‌ها پیشنهاد می‌شود پیشنهاد می‌شود پس از پایان شیوع ویروس کرونا نیز این مطالعه مجدداً انجام شود. در دانشجویان سایر کشورها نیز انجام گیرد. در بین دانشجویان مهاجر آقا نیز تکرار شود همچنین پیشنهاد می‌شود از ابزارهای مشاهده و مصاحبه نیز در پژوهش‌های آتی انجام شود. همین‌طور پیشنهاد می‌شود با توجه به نتایج مطالعه برای افزایش رشد پس از آسیب در دانشجویان مهاجر ایرانی، آموزش‌های لازم در ارتباط با راهبردهای تنظیم شناختی هیجان سازش یافته تدوین و اجرا شود.

موازن اخلاقی

در این پژوهش موازن اخلاقی شامل اخذ رضایت آگاهانه، تضمین حریم خصوصی و رازداری رعایت شد. همچنین زمان تکمیل پرسشنامه‌ها ضمن تأکید به تکمیل تمامی سؤال‌ها، شرکت‌کنندگان در مورد خروج از پژوهش در هر زمان و ارائه اطلاعات فردی مختار بودند. به آن‌ها اطمینان داده شد که اطلاعات محرمانه می‌ماند و این امر نیز کاملاً رعایت شد.

سپاسگزاری

از همکاری همه دانشجویان شاغل به تحصیل در دانشگاه‌های خارج از ایران که در پژوهش حاضر شرکت کردند تشکر و قدردانی می‌شود.

مشارکت نویسندگان

مقاله حاضر برگرفته از پایان‌نامه کارشناسی ارشد نویسنده اول است که توسط معاونت پژوهشی دانشگاه آزاد اسلامی واحد تهران غرب به تصویب رسید. در تدوین این مقاله همه نویسندگان در طراحی، روش‌شناسی، مفهوم‌سازی، گردآوری و تحلیل داده‌ها، پیش‌نویس، ویراستاری و نهایی سازی نقش یکسانی داشتند.

تعارض منافع

بنا بر اظهار نویسندگان، این مقاله حامی مالی و تعارض منافع ندارد.

منابع

- سیدمحمودی، سید جواد، رحیمی، چنگیز، و محمدی، نورالله. (۱۳۹۲). ویژگی‌های روان‌سنجی پرسشنامه رشد پس از PTGI سانحه. *روش‌ها و مدل‌های روان‌شناختی*، ۳(۱۲): ۹۳-۱۰۸.
- فراهینی، مریم، و منصوری، احمد. (۱۳۹۷). نقش میانجی تنظیم شناختی هیجان در رابطه بین سیستم‌های مغزی رفتاری و رشد پس از سانحه مردان خیانت دیده، *مجله تحقیقات علوم رفتاری*، ۱۶(۳): ۴۰۸-۴۱۸.
- کیانی، لیلا، رفیعی پور، امین، مشایخ، مریم، تاج‌بخش، رامین، و پویا منش، جعفر. (۱۳۹۸). پیش‌بینی رشد پس از سانحه بر اساس سبک‌های مقابله با استرس در بیماران تحت همودیالیز. *فصلنامه علمی- پژوهشی روانشناسی سلامت*، ۸(۳۲): ۴۳-۵۵.
- معصومی فر، کوثر، خواجهوند خوشلی، افسانه. (۱۳۹۹). بررسی رابطه سبک‌های دلبستگی ادراک شده با رشد پس از سانحه و استرس پس از سانحه در دانش‌آموزان سیل‌زدگان شهرستان آق‌قلا، *مجله پیشرفت‌های نوین در روانشناسی، علوم تربیتی و آموزش و پرورش*، ۳(۲۷): ۱۰۳-۱۲۱.

References

- Akhtar, S. (1999). *Immigration and identity: Turmoil, treatment and transformation*. Northvale, NJ: Aronson
- Bascuñan-Wiley, N. (2021). Migration and the senses. *Sociology Compass*, e12586.
- Berger, R., & Weiss, T. (2006). Posttraumatic growth in Latina immigrants. *Journal of Immigrant & Refugee Studies*, 4(3), 55-72.
- Bhugra, D. (2004). Migration and mental health. *Acta psychiatrica scandinavica*, 109(4), 243-258.
- Graci, M. E., & Fivush, R. (2017). Narrative meaning making, attachment, and psychological growth and stress. *Journal of Social and Personal Relationships*, 34(4), 486-509.
- Hussain, D., & Bhushan, B. (2011). Posttraumatic stress and growth among Tibetan refugees: The mediating role of cognitive-emotional regulation strategies. *Journal of Clinical Psychology*, 67(7), 720-735.
- Idemudia, E., & Boehnke, K. (2020). Viewpoints of Other Scientists on Migration, Mental Health and PTSD: Review of Relevant Literature. *Psychosocial Experiences of African Migrants in Six European Countries*, 83-117.
- Kashyap, S., Page, A. C., & Joscelyne, A. (2019). Post-migration treatment targets associated with reductions in depression and PTSD among survivors of torture seeking asylum in the USA. *Psychiatry research*, 271, 565-572.
- Murray, C. V., Jacobs, J. I. L., Rock, A. J., & Clark, G. I. (2021). Attachment style, thought suppression, self-compassion and depression: Testing a serial mediation model. *PloS one*, 16(1), e0245056.
- O'Leary, V. E., Alday, C. S. & Ickovics, J. R. (1998). Models of life change and posttraumatic growth. In R. G. Tedeschi, C. L. Park, & L. G. Calhoun (Eds.), *Positive changes in the aftermath of crisis* (127-151), Mahwah, NJ: Erlbaum
- Puechlong, C., Weiss, K., Le Vigouroux, S., & Charbonnier, E. (2020). Role of personality traits and cognitive emotion regulation strategies in symptoms of post-traumatic stress disorder among flood victims. *International Journal of Disaster Risk Reduction*, 50, 101688.
- Schmidt, S. D., Blank, T. O., Bellizzi, K. M., & Park, C. L. (2012). The relationship of coping strategies, social support, and attachment style with posttraumatic growth in cancer survivors. *Journal of health psychology*, 17(7), 1033-1040.

- Şimşir, Z., Dilmaç, B., & Özteke Kozan, H. İ. (2021). Posttraumatic growth experiences of Syrian refugees after War. *Journal of Humanistic Psychology, 61*(1), 55-72.
- Tedeschi, R. G. & Calhoun, L. G. (1995). *Trauma and transformation: Growing in the aftermath of suffering*. Thousand Oaks, CA: Sage Publications Inc.
- Tedeschi, R. G. & Calhoun, L. G. (1996). The Posttraumatic Growth Inventory: Measuring the positive legacy of trauma. *Journal of Traumatic Stress, 9*, 455-471.
- Tedeschi, R. G. & Calhoun, L. G. (2004). Posttraumatic growth: Conceptual foundations and empirical evidence. *Psychological Inquiry, 15*, 1-18.
- Vaishnav, S., & Blackstock, J. S. (2020). Migration Trauma and the Script-Based Self: Transactional Analysis with Nepali-Bhutanese Refugees. *Journal of Asia Pacific Counseling, 10*(1).
- Walker, J., & Zuberi, D. (2020). School-aged Syrian refugees resettling in Canada: mitigating the effect of pre-migration trauma and post-migration discrimination on academic achievement and psychological well-being. *Journal of international migration and integration, 21*(2), 397-411.
- Zhou, X., Zhen, R., & Wu, X. (2019). How does parental attachment contribute to post-traumatic growth among adolescents following an earthquake? Testing a multiple mediation model. *European journal of psychotraumatology, 10*(1), 1605280.

پرسشنامه تنظیم شناختی هیجان

ردیف	عبارت	بندرت	بندرت	بندرت	بندرت
۱	احساس می‌کنم در مورد آن اتفاق ناگوار و یا شرایط تنیدگی زا خودم مقصوم.	۱	۲	۳	۴
۲	فکر می‌کنم مجبورم آنچه اتفاق افتاده است را بپذیرم.	۱	۲	۳	۴
۳	به احساساتم درباره تجربه ناگوار می‌کنم.	۱	۲	۳	۴
۴	به چیزهای بهتر از آنچه تجربه کرده‌ام فکر می‌کنم.	۱	۲	۳	۴
۵	به کارهای خوبی که می‌توانم انجام دهم فکر می‌کنم.	۱	۲	۳	۴
۶	به این فکر می‌کنم که می‌توانم از این شرایط چیزهایی یاد بگیرم.	۱	۲	۳	۴
۷	به این فکر می‌کنم که از این بدتر هم می‌توانست اتفاق بیفتد.	۱	۲	۳	۴
۸	به این فکر می‌کنم اتفاقی که برایم افتاده بدتر از چیزی است که بر سر دیگران آمده است.	۱	۲	۳	۴
۹	احساس می‌کنم دیگران مقصوم این اتفاق هستند.	۱	۲	۳	۴
۱۰	حس می‌کنم مسئول آن اتفاق ناگوار و یا شرایط تنیدگی زا خودم هستم.	۱	۲	۳	۴
۱۱	فکر می‌کنم مجبورم شرایط پیش آمده را بپذیرم.	۱	۲	۳	۴
۱۲	افکاری که در جریان اتفاق ناگوارم تجربه داشته‌ام ذهن مرا به خود مشغول می‌کند.	۱	۲	۳	۴
۱۳	به چیزهای خوبی فکر می‌کنم که پیش از آن به آن‌ها نپرداختم.	۱	۲	۳	۴
۱۴	به این فکر می‌کنم که چگونه می‌توانم با شرایط پیش آمده به بهترین نحو کنار بیایم.	۱	۲	۳	۴
۱۵	به این فکر می‌کنم که می‌توانم بعد از این اتفاق فرد قوی‌تری باشم.	۱	۲	۳	۴
۱۶	به این فکر می‌کنم که دیگران شرایط بدتر از این را هم تجربه کرده‌اند.	۱	۲	۳	۴
۱۷	مرتب به میزان فاجعه‌آمیز بودن تجربه‌ای که داشته‌ام فکر می‌کنم.	۱	۲	۳	۴
۱۸	احساس می‌کنم دیگران مسئول این اتفاق هستند.	۱	۲	۳	۴
۱۹	به اشتباهایی که در آن شرایط مرتکب شده‌ام فکر می‌کنم.	۱	۲	۳	۴
۲۰	فکر می‌کنم نمی‌توانم در مورد اتفاق رخ داده چیزی را عوض کنم.	۱	۲	۳	۴
۲۱	تمایل دارم دلیل احساساتی را که در جریان اتفاق ناگوار داشته‌ام بفهمم.	۱	۲	۳	۴
۲۲	در عوض فکر کردن به آن اتفاق ناگوار به چیزهای خوشایند فکر می‌کنم.	۱	۲	۳	۴

۵	۴	۳	۲	۱	۲۳	به این فکر می‌کنم که چگونه می‌توانم شرایط را عوض کنم.
۵	۴	۳	۲	۱	۲۴	به این فکر می‌کنم که این شرایط ناگوار می‌تواند ابعاد مثبتی هم داشته باشد.
۵	۴	۳	۲	۱	۲۵	به این فکر می‌کنم که این اتفاق در مقایسه با اتفاق‌های دیگر خیلی هم بد نبوده است.
۵	۴	۳	۲	۱	۲۶	فکر می‌کنم اتفاقی رخ داده بدتر از آن چیزی است که می‌توانست برای کسی اتفاق بیفتد.
۵	۴	۳	۲	۱	۲۷	به اشتباه‌های دیگران که باعث این اتفاق شد فکر می‌کنم.
۵	۴	۳	۲	۱	۲۸	فکر می‌کنم که علت اصلی این اتفاق‌های ناگوار و شرایط تنیدگی را خودم هستم.
۵	۴	۳	۲	۱	۲۹	فکر می‌کنم باید یاد بگیرم با آن زندگی کنم.
۵	۴	۳	۲	۱	۳۰	گرفتار احساساتی هستم که شرایط ناگوار برایم ایجاد می‌کنند.
۵	۴	۳	۲	۱	۳۱	به تجارب خوب فکر می‌کنم.
۵	۴	۳	۲	۱	۳۲	به نقش‌های برای عملکرد بهتر فکر می‌کنم.
۵	۴	۳	۲	۱	۳۳	به ابعاد مثبت مسئله فکر می‌کنم.
۵	۴	۳	۲	۱	۳۴	به خودم می‌گویم در زندگی اتفاق‌های ناگواری وجود دارد که باید با آن روبه‌رو شد.
۵	۴	۳	۲	۱	۳۵	مدام به میزان وحشتناکی شرایط پیش‌آمده فکر می‌کنم.
۵	۴	۳	۲	۱	۳۶	حس می‌کنم علت اصلی این اتفاق دیگران هستند.

پرسشنامه دل‌بستگی بزرگسالان

ردیف	عبارات	خیلی زیاد	زیاد	متوسط	کم	هیچ
۱	نزدیک شدن به دیگران و برقراری روابط صمیمی با آنها برایم آسان است	۵	۴	۳	۲	۱
۲	نزدیک شدن به دیگران تا حدودی برایم مشکل و ناراحت کننده است	۵	۴	۳	۲	۱
۳	غالباً از اینکه کسی خیلی به من نزدیک شود و با من رابطه صمیمی برقرار کند نگران نمی‌شوم	۵	۴	۳	۲	۱
۴	دوست ندارم دیگران زیاد به من نزدیک و با من صمیمی شوند	۵	۴	۳	۲	۱
۵	وقتی با کسی دوست می‌شوم می‌خواهم خودم را کاملاً به او بسپارم و با او یکی شوم	۵	۴	۳	۲	۱
۶	تمایلم به یکی شدن با دیگران گاه آنها را از من دور می‌سازد	۵	۴	۳	۲	۱
۷	تصور می‌کنم به هنگام نیاز دیگران به من کمک خواهند کرد	۵	۴	۳	۲	۱
۸	تصور می‌کنم به هنگام نیاز کسی به من کمک نخواهد کرد	۵	۴	۳	۲	۱
۹	نمی‌توانم با اطمینان روی کمک دیگران حساب کنم	۵	۴	۳	۲	۱
۱۰	غالباً نگرانم که نکند دیگران واقعاً مرا دوست نداشته باشند	۵	۴	۳	۲	۱
۱۱	نداشتن روابط نزدیک و صمیمی با دیگران مرا ناراحت می‌کند	۵	۴	۳	۲	۱
۱۲	وابستگی و اتکای به دیگران برایم آسان است	۵	۴	۳	۲	۱
۱۳	وابستگی و اتکای به دیگران برایم دشوار است	۵	۴	۳	۲	۱
۱۴	وابستگی و اتکای دیگران به من برایم راحت است	۵	۴	۳	۲	۱
۱۵	وابستگی و اتکای دیگران به من برایم دشوار است	۵	۴	۳	۲	۱
۱۶	دوست دارم دیگران خیلی به من نزدیک شوند اما آنها اجتناب می‌کنند	۵	۴	۳	۲	۱
۱۷	اگر دیگران مرا ترک کنند و تنها بمانم ناراحت می‌شوم	۵	۴	۳	۲	۱
۱۸	اگر دیگران مرا ترک کنند و تنها بمانم ناراحت نمی‌شوم	۵	۴	۳	۲	۱
۱۹	اعتماد به دیگران برایم آسان است	۵	۴	۳	۲	۱
۲۰	اعتماد به دیگران برایم دشوار است	۵	۴	۳	۲	۱
۲۱	غالباً نگرانم که نکند دیگران به همان اندازه که من برایشان ارزش قائل هستم برایم ارزش قائل نباشند	۵	۴	۳	۲	۱

پرسشنامه رشد و تکامل پس آسیبی

کامل‌موافقم	موافقم	نظری ندارم	مخالفم	کامل‌مخالفم	عبارات
۰	۱	۲	۳	۴	۱- اولویت‌هایم را در مورد آنچه در زندگی مهم است تغییر دادم.
۰	۱	۲	۳	۴	۲- بیشتر قدردان ارزش‌های خودم هستم.
۰	۱	۲	۳	۴	۳- علایق جدیدی به وجود آوردم.
۰	۱	۲	۳	۴	۴- احساس خوداتکایی بیشتری دارم.
۰	۱	۲	۳	۴	۵- درک بهتری از امور معنوی دارم.
۰	۱	۲	۳	۴	۶- به روشنی فهمیدم می‌توانم هنگام مشکلات روی مردم حساب کنم.
۰	۱	۲	۳	۴	۷- مسیر تازه‌ای برای زندگی‌ام ایجاد کردم.
۰	۱	۲	۳	۴	۸- احساس نزدیکی بیشتری به دیگران دارم.
۰	۱	۲	۳	۴	۹- برای بیان هیجانانتم راغب‌تر هستم.
۰	۱	۲	۳	۴	۱۰- می‌دانم که بهتر می‌توانم از عهده مشکلات برآیم.
۰	۱	۲	۳	۴	۱۱- قادر هستم کارهای بهتری برای زندگی‌ام انجام دهم.
۰	۱	۲	۳	۴	۱۲- بهتر می‌پذیریم که برای انجام هر کاری باید مراحل را طی کرد.
۰	۱	۲	۳	۴	۱۳- قدر هر روز را بهتر می‌دانم.
۰	۱	۲	۳	۴	۱۴- فرصت‌های بیشتری برای من وجود دارد که اگر این اتفاق رخ نمی‌داد این فرصت‌ها وجود نداشت.
۰	۱	۲	۳	۴	۱۵- دلسوزی و همدردی بیشتری برای دیگران دارم.
۰	۱	۲	۳	۴	۱۶- برای روابطم تلاش بیشتری می‌کنم.
۰	۱	۲	۳	۴	۱۷- تلاش بیشتری می‌کنم کارهایی را که نیازمند تغییر است تغییر دهم.
۰	۱	۲	۳	۴	۱۸- اعتقادات مذهبی قوی‌تری دارم.
۰	۱	۲	۳	۴	۱۹- پی‌بردم قوی‌تر از آنچه فکر می‌کردم، هستم.
۰	۱	۲	۳	۴	۲۰- تاحد زیادی یاد گرفتم که مردم چقدر خوب هستند.
۰	۱	۲	۳	۴	۲۱- بهتر می‌پذیرم که به دیگران نیاز دارم.

Predicting Post-Traumatic Growth based on Attachment Styles and Cognitive Emotion Regulation in Iranian immigrant girls

Hamoon Mohammad¹, & Mahmoud Borjali*²

Abstract

Aim: The present study aimed to investigate the role of cognitive emotion regulation strategies and attachment styles in predicting post-traumatic growth. **Method:** the research was descriptive-correlational, and the population consisted of Iranian immigrant female students who were studying in a university outside of Iran in 2021. To this end, 145 Iranian female immigrant students were selected using the snowball sampling method to fill out the questionnaires of Tedeschi and Calhoun's post-traumatic growth (1996), Hazen and Shaver attachment styles questionnaire (1993), and the Garnefski and Kraaij's cognitive emotion regulation strategies (2006) via the links sent to them. The data were analyzed by SPSS 24 software, Pearson regression and correlation test. **Result:** The results showed that the variables of avoidant attachment style and adaptive emotion regulation strategies are significant predictors of post-traumatic growth. According to the beta values, the predicting power of avoidance attachment style and adaptive emotion regulation strategies showed a direct relationship with intensities (beta coefficients) of 0.23 and 0.24 and the ambivalent/anxious attachment style is a negative predictor of post-traumatic growth; however, non-adaptive emotion regulation strategies and secure attachment style were not good predictors of post-traumatic growth. **Conclusion:** according to findings, the variables of avoidant attachment style and adaptive emotion regulation strategies were direct significant predictors of post-traumatic growth and can provide the grounds for such a growth; moreover, the variable of ambivalent/anxious attachment style was directly the negative predictors of post-traumatic growth and could prevent this type of growth.

Keywords: *Post-traumatic Growth, Attachment Styles, Cognitive Emotion Regulation, Immigrant Girls*

1. M.A. student in General Psychology, Department of General psychology, West Tehran Branch, Islamic Azad University, Tehran, Iran

2. *Corresponding Author: Assistant Professor, Department of Psychology, Faculty of Psychology and Educational Sciences, Kharazmi University of Tehran, Tehran, Iran
Email: borjali@khu.ac.ir