



Predicting social adjustment based on attachment styles: The mediating role of emotion regulation strategies

Mohammad Ali Besharat¹ , Niloufar Farsijani² , Ali Moghadamzadeh³

1. Professor, Department of Psychology, Faculty of Psychology and Educational Sciences, University of Tehran, Tehran, Iran. E-mail: besharat@ut.ac.ir
2. M.A. in Clinical Psychology, Faculty of Psychology and Educational Sciences, University of Tehran, Tehran, Iran. E-mail: niloufarsi@yahoo.com
3. Associate Professor, Department of Curriculum Development & Instruction Methods, University of Tehran. E-mail: amoghadamzadeh@ut.ac.ir

ARTICLE INFO

Article type:
Research Article

Article history:

Received 06 August 2023
Received in revised form
03 September 2023
Accepted 10 October
2023
Published Online 22
November 2023

Keywords:

social adjustment,
attachment,
cognitive emotion
regulation

ABSTRACT

Background: Understanding the relationship between attachment styles and social adjustment, particularly considering the mediating role of emotion regulation strategies, is a critical area of research in developmental psychology. Previous studies have shed light on the significance of attachment styles rooted in early caregiver relationships and their influence on an individual's social functioning and emotional regulation. While existing research has established connections between attachment styles and social adjustment, some gaps warrant further exploration. A deeper investigation is needed to understand the mechanisms through which different attachment styles influence an individual's emotion regulation strategies. This would involve unpacking how secure, ambivalent, and avoidant attachment styles uniquely shape an individual's ability to understand, express, and regulate emotions, particularly in social contexts. Moreover, while some research has examined the direct effects of attachment styles on social adjustment, there is a need to delve deeper into the mediating role of emotion regulation strategies in this relationship. Previous studies have often focused on direct associations, and while this is valuable, a closer examination of how emotion regulation operates as a mediating factor between attachment and social adjustment can offer a more detailed understanding of the intricate interrelationships among these variables.

Aims: The current study aimed to determine the mediating role of cognitive emotion regulation strategies in the relationship between attachment styles and social adjustment.

Methods: The statistical population of the present study included all female students in high school, 337 female high school students were selected by the available sampling method. Participants were asked to complete the Bell Adjustment Scale (Bell, 1934), the Adult Attachment Scale (Besharat, 2005, 2011), and the Cognitive Emotion Regulation Scale (Garnefski & Kraaij, 2006). The path analysis method was used to analyze the data and all steps were performed using spss21 and Amos22 software.

Results: The results of this research showed that there is a positive and significant relationship between secure attachment style and adaptive emotion regulation strategies with social adjustment. Also, the findings of this research showed that there is a negative and significant relationship between ambivalent, avoidant attachment style and maladaptive emotion regulation strategies with social adjustment. The results of the path analysis showed that adaptive and maladaptive emotion regulation strategies play a mediating role in the relationship between attachment styles and social adjustment.

Conclusion: To improve social adjustment, it is necessary to offer a training ground for adaptive emotion regulation strategies in addition to enhancing attachment styles and mother-child bonds.

Citation: Besharat, M.A., Farsijani, N., & Moghadamzadeh, A. (2023). Predicting social adjustment based on attachment styles: The mediating role of emotion regulation strategies. *Journal of Psychological Science*, 22(129), 287-308. [10.52547/JPS.22.129.287](https://doi.org/10.52547/JPS.22.129.287)

Journal of Psychological Science, Vol. 22, No. 129, 2023

© The Author(s). DOI: [10.52547/JPS.22.129.287](https://doi.org/10.52547/JPS.22.129.287)



✉ **Corresponding Author:** Mohammad Ali Besharat, Professor, Department of Psychology, Faculty of Psychology and Educational Sciences, University of Tehran, Tehran, Iran.
E-mail: besharat@ut.ac.ir, Tel: (+98) 21-61117488

Extended Abstract

Introduction

Adolescence is a critical developmental phase characterized by substantial alterations in social dynamics (Boers, Afzali, Newton, & Conrod, 2019). In this field, social adjustment is pivotal in shaping future well-being and success. Social adjustment entails adaptability to the social environment, encompassing social skill development, relationship building, and integration into social groups (Gresham, 2016). Family dynamics, peer interactions, school environment, and cultural influences all significantly contribute to adolescent social adjustment (Bukowski, Laursen, & Hoza, 2018). Psychological factors, especially attachment styles, also exert a substantial influence on adolescent social engagement. Early caregiver experiences are posited to shape an individual's relationship patterns. Secure attachment is connected with positive social adjustment, fostering the establishment and maintenance of healthy relationships (Mikulincer & Shaver, 2016). On the contrary, insecure attachment styles, like anxious or avoidant attachment, are linked to interpersonal challenges, heightened social anxiety, and decreased social competence (Riggs, 2019). Secure attachment correlates with improved mental health, enhanced self-perception, and reduced feelings of loneliness (Mikulincer & Shaver, 2019). In contrast, insecure attachment, particularly the ambivalent style, is tied to undesirable social adjustment (Monteleone, 2018). Attachment styles also influence intimate relationships (Wu, J., Chen, & Dou, 2017), in addition to social interactions, cognitions, and behaviors (Boccatto & Capozza, 2011). The association between attachment styles and social adjustment is not linear; various mediating psychological variables may influence this relationship. It is believed that the relationship is mediated by emotion regulation in particular. Attachment styles shape an individual's capacity to manage emotions, impacting relationship formation and maintenance. Attachment styles are closely associated with emotional experience, perception, and expression because they are founded on emotional experience. Examining the effect of

attachment styles on adjustment without considering the function of emotions is inherently limited. Inconsistent social interactions result from problems with emotion regulation and a lack of use of adaptive emotion regulation strategies (Staton and Snell, 2011; Narimani, Abbasi, Abulghasemi, and Ahadi, 2013). Notably, emotion regulation strategies are influenced by early childhood and biological factors, as well as interpersonal elements such as attachment, which play a role in the development of emotion regulation (Besharat, Asadi, & Tulaiyan, 2013). These difficulties in emotion regulation and a lack of adaptive strategies are linked to behavioral problems (Staton and Snell, 2011; Narimani, Abbasi, Abulghasemi, & Ahadi, 2013). Furthermore, emotion regulation development is impacted by early childhood experience, biological factors, and interpersonal components such as attachment (Besharat, Asadi, & Tulaiyan, 2013). Attachment, rooted in emotional relationships, is closely tied to emotional experience, perception, and expression. Shaver and Mikulincer's (2002) model underscores the significance of attachment in the development of the emotion regulation process, drawing from Bowlby (1969, 1973), Ainsworth (1991), Cassidy and Kubak (1988), Kubak et al. (1993), and Min (1995). Consequently, the adoption of emotion regulation techniques varies based on attachment style. Individuals with ambivalent or avoidant attachment exhibit reduced social skills and often use emotion regulation strategies associated with depression, anxiety, and loneliness (Wei, Russell, & Zakarik, 2015). Additionally, insecure attachment patterns are commonly related to maladaptive emotion regulation strategies and psychopathology (Pascuzzo, Moss, & Cyr, 2015). The relationship is also mediated by cognitive emotion regulation strategies such as reappraisal (Read, 2018). Moreover, attachment style influences the neural processes underpinning emotion regulation, with avoidant individuals demonstrating less efficient regulation of negative social emotions (Vrtika, Bondolfi, Sander, & Vuilleumier, 2012). Interventions targeting emotion regulation may impact both physiological and emotional responses in the context of relationship conflict, with these effects moderated by individuals' attachment orientations

(Ben-Naim, Hirschberger, Ein-Dor, & Mikulincer, 2013). These prove that attachment styles are pivotal in predicting social adjustment by shaping individuals' emotion regulation strategies. Emotion regulation strategies have also been found to influence the relationship between attachment and adjustment styles (Besharat & Shahidi, 2014). Based on the evidence in the research field, the present research was conducted with multiple objectives, as follows: determining the relationship between attachment styles and social adjustment, determining the relationship between adaptive and maladaptive emotion regulation strategies with social adjustment, and determining the mediating role of adaptive and maladaptive emotion regulation strategies in the relationship between attachment styles and social adjustment.

Method

The study is a descriptive correlational one, focusing on 337 female high school students in public schools in Tehran, aged 16-19 and representing various fields of study. The convenience sampling method was employed, with a G Power software estimate indicating a minimum sample size of 327 individuals based on an alpha of 0.05, power of 0.95, and a small effect size of $F^2=0.04$ across five predictor variables (secure, avoidance, and ambivalence attachment styles, adaptive and maladaptive cognitive emotion regulatory strategies). The participation criteria included providing informed consent, attending a public high school in Tehran, and being female, excluding non-governmental schools and male participants. Withdrawal from the study was voluntary, and the Bell Adjustment Inventory (BAI), Adult Attachment Scale (AAI), and Cognitive Emotion Regulation Questionnaire (CERQ) were administered after explaining the research objectives. In terms of age distribution, the sample comprised 5.8% (19 individuals) at 15 years old, 33.3% (110 individuals) at 16 years old, 40% (132 individuals) at 17 years old, 19.4% (64 individuals) at 18 years old, and 1.5% (5 individuals) at 19 years old. The mean and standard deviation for the participants' ages were 16.77 and 0.88, respectively.

Results

Before analyzing the data, several assumptions were evaluated, including normality, linearity, scatter uniformity, error independence, and collinearity. The assessment indicated that these assumptions were met. A correlation matrix in Table 1 displays the relationships between the research variables. Skewness and kurtosis indices were used to assess the assumption of normality in the distribution of six variables: social adjustment ($Ku= 1.412$, $Sk= 0.172$), adaptive emotion regulation strategies ($Ku= 0.135$, $Sk= -0.637$), maladaptive emotion regulation strategies ($Ku= 0.887$, $Sk= 0.720$), secure attachment style ($Ku= 0.371$, $Sk= 0.048$), avoidant attachment style ($Ku= 0.410$, $Sk= 0.292$), and ambivalent attachment style ($Ku= 15.222$, $Sk= 1.943$). The results indicated that apart from the ambivalent attachment style, normality assumptions held for all variables. To address the elongation scores of the anxious attachment style variable, a logarithmic transformation was applied, resulting in Skewness and kurtosis values of -0.308 and 2.054, respectively, indicating adherence to the normality assumption. Furthermore, by ensuring that tolerance index values were all above 0.01 and variance inflation factor (VIF) values were all below 10, non-collinearity assumptions were upheld. Path analysis was subsequently employed to examine the direct and indirect effects, with the results presented in direct and indirect effects tables. The direct path of secure attachment style variable to social adjustment variable is significant ($T= 5.337$, $\beta= 0.239$). The direct path of the avoidant attachment style variable to the social adjustment variable is significant ($T= -3.143$, $\beta= -0.132$). The direct path of ambivalent attachment style variable to social adjustment variable is significant ($T= 3.948$, $\beta= 0.171$). It can be seen that the direct path of the variable of the adaptive emotion regulation strategies to the variable of social adjustment is significant ($T= 8.591$, $\beta= 0.377$). The direct path of the variable of maladaptive emotion regulation strategies to the variable of social adjustment is significant ($T= -3.155$, $\beta= -0.140$). It can be seen that the direct path of the variable of secure attachment style to the variable of adaptive emotion regulation strategies is significant ($T= 5.780$,

$\beta = 0.294$). The direct path of the variable of avoidant attachment style to the variable of adaptive emotion regulation strategies is significant ($T = -2.689$, $\beta = -0.138$). The direct path of the variable of ambivalent attachment style to the variable of adaptive emotion regulation strategies is significant ($T = -3.154$, $\beta = -0.160$). It can be seen that the direct path of the variable of secure attachment style to the variable of maladaptive emotion regulation strategies is significant ($T = -5.856$, $\beta = -0.293$). The direct path of the variable of avoidant attachment style to the variable of Maladaptive emotion regulation is not significant ($T = 0.854$, $\beta = 0.043$). The direct path of the variable of ambivalent attachment style to the variable of maladaptive emotion regulation strategies is significant ($T = 5.465$, $\beta = 0.274$). According to Table 2, it can be seen that the indirect effect of secure attachment style on the variable of social adjustment

is significant ($b = 0.129$, $p < 0.05$). The indirect effect of avoidant attachment style on the variable of social adjustment is significant ($b = -0.059$, $p < 0.05$) through the adaptive emotion regulation strategies. The indirect effect of ambivalent attachment style on the variable of social adjustment is significant ($b = -1.070$, $p < 0.05$) through the adaptive emotion regulation strategies. According to Table 3, it can be seen that the indirect effect of secure attachment style on social adjustment variable through maladaptive emotion regulation strategies is significant ($b = 0.048$, $p < 0.05$). The indirect effect of avoidant attachment style on the variable of social adjustment through maladaptive emotion regulation strategies is not significant ($p > 0.05$, $b = -0.007$). The indirect effect of ambivalent attachment style on the variable of social adjustment through maladaptive emotion regulation strategies is significant ($b = -0.681$, $p < 0.05$).

Table 1. Correlation matrix of research variables

Variables	1	2	3	4	5	6
1. Social Adjustment	1					
2. Adaptive Emotion Regulation	0.60**	1				
3. Maladaptive Emotion Regulation	-0.54**	-0.49**	1			
4. Secure Attachment Style	0.49**	0.33**	-0.32**	1		
5. Avoidant Attachment Style	-0.30**	-0.20**	0.14**	-0.17**	1	
6. Ambivalent Attachment Style	-0.31**	-0.18**	0.31**	-0.078**	-0.18**	1

Table 2. Examination of indirect effects of variables in the research model

Independent variable	Mediator variable	Dependent variable	b	Lower CI	Upper CI	P
Secure Attachment Style	Adaptive Emotion Regulation	Social Adjustment	0/129	0/068	0/194	0/006
Avoidant Attachment Style	Adaptive Emotion Regulation	Social Adjustment	-0/059	-0/124	-0/018	0/006
Ambivalent Attachment Style	Adaptive Emotion Regulation	Social Adjustment	-1/070	-1/703	-0/159	0/026
Secure Attachment Style	Maladaptive Emotion Regulation	Social Adjustment	0/048	0/022	0/105	0/003
Avoidant Attachment Style	Maladaptive Emotion Regulation	Social Adjustment	-0/007	-0/037	0/004	0/270
Ambivalent Attachment Style	Maladaptive Emotion Regulation	Social Adjustment	-0/681	-1/510	-0/303	0/006

Conclusion

The research findings indicate a significant relationship between attachment styles and social adjustment, consistent with Baron et al. (2017), Oshri et al. (2015), and Niven (2017). Secure attachment aligns with positive social interactions and skill development, while insecure attachment may hinder social adjustment. Specifically, individuals with ambivalent attachment demonstrate a negative self-image and sensitivity to criticism, impacting interpersonal interactions (Mowalifa, 2019). Conversely, avoidant attachment style reveals mistrust, defensive reactions, and a desire for independence, impairing empathy and social

relationships (Shaver, 2019; Mikulincer, 2015; Bailey, 2012; Burke, 2014; Kogat, 2013; Kalan, 2021; Mikulincer, 2016). Additionally, adaptive and maladaptive emotion regulation strategies significantly impact social adjustment, according to Balzarotti et al. (2016) and Jazayeri et al. (2015). Cognitive emotion regulation strategies play a crucial role in managing emotional information and relationships, with adaptive strategies enhancing empathy. In contrast, poor emotion regulation may lead to undesirable behaviors and reduced adaptability, emphasizing the importance of emotional control for social adjustment.

The research explores the relationship between attachment styles and social adjustment, suggesting that secure attachment leads to more adaptive emotion regulation strategies and greater social adaptability. Emotion regulation plays a crucial role in adaptive performance, with secure attachment associated with open expression and acceptance of emotions. Additionally, adaptive strategies in attachment styles mediate the relationship between secure and ambivalent attachment styles and social adjustment. This highlights the significance of attachment theory in understanding emotional regulation (Yip, 2018) and social adaptability. People with ambivalent attachment have unstable caregivers who pay attention to the child based on their emotional states. This instability leads to uncertainty in communication strategies and can result in inflexible behavior. People with avoidant attachment also use maladaptive emotion regulation strategies due to caregivers' inability to tolerate negative emotions, leading to inconsistency in social relationships.

Understanding the predictive nature of attachment styles on social adjustment has significant implications for clinical interventions and therapeutic approaches. By targeting emotion regulation strategies, interventions can help individuals with insecure attachment styles develop more adaptive ways of managing their emotions and improving their social adjustment outcomes. This research discusses the importance of attachment styles in predicting social adjustment and the role of emotion regulation strategies as mediators in this relationship. It emphasizes the need to recognize the interplay between attachment, emotion regulation, and social

adjustment to develop targeted interventions for healthier relationship patterns and improved social functioning. This research also highlights limitations in existing research, such as reliance on self-reported measures, cross-sectional designs, and concerns about generalizability across diverse populations and cultural contexts. It suggests that addressing these limitations through longitudinal studies and experimental designs is crucial for advancing understanding of the complex interplay between attachment styles, emotion regulation, and social adjustment.

Ethical Considerations

Compliance with ethical guidelines: The authors extracted this article from the master dissertation of the second author, which was approved under No IR.UT.PSYEDU.REC.1398.02 in the Faculty of Psychology and Educational Sciences, University of Tehran.

Funding: This study was conducted as a Master's thesis without financial support.

Authors' contribution: This article was extracted from the Master's thesis of the second author with the guidance of the first author and the advice of the third author.

Conflict of interest: the authors declare no conflict of interest for this study.

Acknowledgments: I would like to appreciate the supervisor, the advisors, and the participants who contributed to this research.



پیش‌بینی سازگاری اجتماعی بر اساس سبک‌های دلبستگی: نقش واسطه‌ای راهبردهای نظم‌دهی شناختی هیجان

محمدعلی بشارت^{۱*}، نیلوفر فارسیجانی^۲، علی مقدم‌زاده^۳

۱. استاد، گروه روانشناسی، دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی، دانشگاه تهران، تهران، ایران.

۲. کارشناسی ارشد روانشناسی بالینی، دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی، دانشگاه تهران، تهران، ایران.

۳. دانشیار، گروه روش‌ها و برنامه‌های آموزشی و درسی، دانشگاه تهران، تهران، ایران.

چکیده

مشخصات مقاله

نوع مقاله:

پژوهشی

تاریخچه مقاله:

دریافت: ۱۴۰۲/۰۵/۱۵

بازنگری: ۱۴۰۲/۰۶/۱۲

پذیرش: ۱۴۰۲/۰۷/۱۸

انتشار برخط: ۱۴۰۲/۰۹/۰۱

کلیدواژه‌ها:

سازگاری اجتماعی،

دلبستگی،

نظم‌دهی شناختی هیجان

زمینه: بررسی رابطه بین سبک‌های دلبستگی و سازگاری اجتماعی، به‌ویژه با توجه به در نظر گرفتن نقش واسطه‌ای نظم‌دهی شناختی هیجان، حوزه‌ای قابل تأمل در روانشناسی رشد است. مطالعات پیشین به بررسی اهمیت سبک‌های دلبستگی و تأثیر آن بر عملکرد اجتماعی و نظم‌دهی شناختی هیجان پرداخته‌اند. با این حال شکاف‌هایی در این زمینه وجود دارد که کاوش بیشتر را ایجاب می‌کنند. برای درک مکانیسم‌های خاصی که سبک‌های مختلف دلبستگی بر راهبردهای نظم‌دهی شناختی هیجان تأثیر می‌گذارند، تحقیقات عمیق‌تری مورد نیاز است. این امر مستلزم کاوش در این زمینه است که چگونه سبک‌های دلبستگی، توانایی فرد برای درک، بیان و تنظیم احساسات، به‌ویژه در زمینه‌های اجتماعی را شکل می‌دهند. علاوه بر این، درحالی‌که برخی تحقیقات اثرات مستقیم سبک‌های دلبستگی بر سازگاری اجتماعی را بررسی کرده‌اند، نیاز به کاوش عمیق‌تر در زمینه نقش واسطه‌ای راهبردهای نظم‌دهی شناختی هیجان وجود دارد. اگرچه این سه متغیر به‌طور جداگانه در تحقیقات قبلی مورد بررسی قرار گرفته‌اند، اما روابط آن‌ها در یک مدل مفهومی بررسی نشده است. بررسی دقیق‌تر چگونگی عملکرد نظم‌دهی شناختی هیجان به‌عنوان یک عامل میانجی بین دلبستگی و سازگاری اجتماعی می‌تواند درک دقیق‌تری از روابط متقابل و پیچیده بین این متغیرها ارائه دهد.

هدف: پژوهش حاضر باهدف تعیین نقش واسطه‌ای راهبردهای نظم‌دهی شناختی هیجان در رابطه بین سبک‌های دلبستگی و سازگاری اجتماعی انجام شد.

روش: طرح پژوهش حاضر از نوع توصیفی و روش پژوهش همبستگی بود. در این پژوهش ۳۳۷ دانش‌آموز دختر در مقطع دبیرستان به روش نمونه‌گیری در دسترس انتخاب شدند. از شرکت‌کنندگان خواسته شد تا مقیاس سازگاری بل (بل، ۱۹۳۴)، مقیاس دلبستگی بزرگسالان (بشارت، ۱۳۸۴، ۱۳۹۰) و مقیاس نظم‌دهی شناختی هیجان (گارفنسکی و کرایچ، ۲۰۰۶) را تکمیل کنند. برای تحلیل داده‌ها از روش تحلیل مسیر استفاده شد و کلیه مراحل با استفاده از نرم‌افزار Spss21 و Amos22 انجام گرفت.

یافته‌ها: نتایج این پژوهش نشان داد که بین سبک دلبستگی ایمن و راهبردهای سازش‌یافته نظم‌دهی شناختی هیجان با سازگاری اجتماعی رابطه مثبت و معنادار وجود دارد. همچنین یافته‌های این پژوهش نشان داد که بین سبک دلبستگی دوسوگرا، اجتنابی و راهبردهای سازش‌نیافته نظم‌دهی شناختی هیجان با سازگاری اجتماعی رابطه منفی و معنادار وجود دارد. نتایج تحلیل مسیر نشان داد که اثر غیرمستقیم سبک‌های دلبستگی بر سازگاری اجتماعی از طریق راهبردهای سازش‌یافته نظم‌دهی شناختی هیجان و سازش‌نیافته نظم‌دهی شناختی هیجان نیز معنادار است.

نتیجه‌گیری: به‌منظور ارتقاء سازگاری اجتماعی افزون بر بهبود سبک‌های دلبستگی و رابطه مادر و فرزند نیاز است تا زمینه آموزش راهبردهای سازش‌یافته نظم‌دهی شناختی هیجان، با هدف بهبود روابط بین‌فردی و ارتقاء سطح سلامت روانی، فراهم شود.

استناد: بشارت، محمدعلی؛ فارسیجانی، نیلوفر؛ و مقدم‌زاده، علی (۱۴۰۲). پیش‌بینی سازگاری اجتماعی بر اساس سبک‌های دلبستگی: نقش واسطه‌ای راهبردهای نظم‌دهی شناختی هیجان. مجله علوم روانشناختی، دوره ۲۲، شماره ۱۲۹، ۲۸۷-۳۰۸.

DOI: [10.52547/JPS.22.129.287](https://doi.org/10.52547/JPS.22.129.287) مجله علوم روانشناختی، دوره ۲۲، شماره ۱۲۹، ۱۴۰۲.



مقدمه

انسان موجودی اجتماعی است و از بدو تولد در بستر روابط اجتماعی رشد می‌کند و به آن نیازمند است، چراکه در بستر چنین روابطی نیازهای انسان برآورده شده و رشد و شکوفایی او نیز میسر می‌شود. افراد زمانی اجتماعی می‌شوند که به عنوان عضوی از جامعه، کاری را به صورت منسجم بر عهده بگیرند. اجتماعی شدن اشاره به فرآیندی دارد که افراد در آن کاری را به صورت کارآمد و مؤثر می‌آموزند. به دلیل پویایی جامعه حاضر، افراد برای انطباق با محیط‌های در حال تغییر، ناگزیرند که به وسیله ایجاد روابط سازگارانانه با محیط پیرامون سازگار شوند. زندگی مسالمت‌آمیز در اجتماع مستلزم پذیرش ارزش‌ها و هنجارهای مشترک و برآورده نمودن انتظارات یک جامعه است. بدون سازگاری فرد قادر نیست تا بسیاری از نیازهای اساسی‌اش را تأمین کند. علاوه بر این سازگاری با اجتماع منجر به ارتقاء سلامت روانشناختی (اسکوبار، ۲۰۲۰) و ناسازگاری در اجتماع منجر به ایجاد احساس طرد و انزوا می‌شود. افرادی که به لحاظ اجتماعی سازگار هستند هم به ارضای نیازهای خود و هم به ارضای نیازهای سایر افراد در شبکه اجتماعی توجه می‌کنند. لذا سازگاری اجتماعی منجر به عملکرد مثبت، رضایت و کسب پذیرش اجتماعی می‌شود. یکی از شاخص‌های مهم ارتباطات مؤثر، داشتن سازگاری اجتماعی است. سازگاری اجتماعی اشاره به فرآیندی روانی اجتماعی دارد که شامل پذیرش استانداردها و ارزش‌های جامعه است. افراد برای داشتن سازگاری اجتماعی باید مهارت‌های اجتماعی و توانایی کنار آمدن با سایرین را بیاموزند. رفتارهای سازگارانانه شامل مهارت‌هایی است که فرد برای تأمین نیازهای شخصی و توانایی مقابله با خواسته‌های اجتماعی به آن نیاز دارد. مجموع این توانایی‌ها به عنوان ظرفیت فرد در برآوردن استانداردهای مسئولیت‌های اجتماعی در نظر گرفته می‌شود (تانکیوال، ۲۰۱۵). عوامل روانشناختی متعددی بر سازگاری اجتماعی مؤثر هستند که از میان می‌توان به حمایت اجتماعی (زکی، ۲۰۱۱)، خودکنترلی (آگباریا، ۲۰۲۰)، هوش هیجانی (ساسی، ۲۰۱۸)، عزت نفس (کریستیانو، ساسیلو و ویندراوانتو، ۲۰۱۸) و بلوغ هیجانی پویزی و سنتهیل، ۲۰۱۷) اشاره نمود. یکی از عوامل بین فردی مؤثر در سازگاری اجتماعی، ارتباط اولیه کودک با مراقب است. در همین راستا نظریه

دلبستگی چارچوب مناسبی برای تبیین نحوه ارتباطات اجتماعی افراد را ارائه می‌دهد. مطابق با نظر بالبی (۱۹۸۸) انسان‌ها با یک سیستم روانشناختی متولد می‌شوند (سیستم رفتاری دلبستگی) که آن‌ها را برمی‌انگیزد تا در مجاورت دیگران احساس آرامش کنند (شاور، ۲۰۱۹). رابطه اولیه کودک با مراقبان منجر به شکل‌گیری مدل‌های درون کاری و سبک‌های دلبستگی می‌شود (یپ، ۲۰۱۸). سبک‌های دلبستگی بازنمایی‌های شناختی و هیجانی از خود و دیگران در روابط بین فردی هستند (بالبی، ۱۹۷۳) که منجر به ایجاد ارتباطی عمیق بین انسان‌ها می‌شود (بالبی، ۱۹۶۹). به عبارتی دیگر دلبستگی اشاره به پیوندی عمیق و بادوام بین کودک و مراقبش دارد که منجر به ایجاد احساس امنیت می‌شود (ویتمر، ۲۰۱۱). مدل‌های درون کاری که از تجربیات پاسخگویی مراقبین به نیازهای هیجانی، در دوران کودکی، شکل می‌گیرد (آلن و میگا، ۲۰۱۰) در سایر مراحل زندگی نیز ثابت می‌مانند و تعامل فرد و توانمندی‌های هیجانی و شناختی را نیز متأثر می‌سازند (بیکر، ۲۰۱۲). مدل‌های درون کاری متشکل از دو مدل است که با یکدیگر مرتبط هستند. مدل اول، بیانگر مدل خود^۱ است که شامل ادراک فرد درباره ارزشمندی خود می‌شود و از روابط با دیگران به وجود می‌آید. مدل دوم، مدل سایر افراد است و شامل ارزشمندی سایر افراد برای فرد، در مواقع نیاز به حمایت، می‌شود (بارتلینو، ۲۰۰۶). علاوه بر این مدل‌های درون کاری بر فرآیندهای شناختی مانند توجه و سازمان‌دهی خاطرات تأثیر می‌گذارند (بالبی، ۱۹۶۹) و منجر به تفاوت در پردازش اطلاعات (زیمرن، ۲۰۱۵) می‌شوند. سبک‌های دلبستگی را می‌توان به طور کلی به دو صورت طبقه‌بندی کرد: سبک دلبستگی ایمن و سبک‌های دلبستگی نایمن (آینسورث و بلهور، ۱۹۸۷). داشتن تجربیات ایمن و خوشایند با مراقب منجر به شکل‌گیری دلبستگی ایمن و این باور که "من یک فرد به اندازه کافی خوب هستم و مردم قابل اعتماد هستند" می‌شود (بالبی، ۱۹۶۹، ۱۹۷۳). از سوی دیگر عدم پاسخ‌دهی کافی و مناسب به نیازهای دلبستگی عواقب منفی عده‌ای در پی دارد (یپ، ۲۰۱۸). حمایت ناکافی، غیرقابل پیش‌بینی و دسترس‌پذیری ناهماهنگ مراقب، با ناهماهنگی در تشخیص حالات ذهنی مراقب همراه است (میکولینسر و شاور، ۲۰۰۸؛ به نقل از هانفلت، ۲۰۱۳) و منجر به شکل‌گیری سبک دلبستگی دوسوگرا

^۱. self

می‌شود (یپ، ۲۰۱۸) دلبستگی دوسوگرا منجر به ایجاد نگرانی در رابطه با دسترس‌پذیری مراقب خواهد شد (سیم، ۲۰۱۹). دلبستگی اجتنابی نیز توسط روابط مراقبتی غفلت آمیز شکل گرفته و منجر به برداشت منفی از افراد دیگر می‌شود (یپ، ۲۰۱۸). این سبک از دلبستگی منجر به اجتناب از مراقب، عدم تمایل به دریافت حمایت و پشتیبانی و تلاش فعال برای مقابله با پریشانی، به‌تنهایی، می‌شود (میکولیسر، ۲۰۰۳). دلبستگی ایمن پیش‌بینی کننده رفتارهای خودمختار، خلاقیت، اکتشاف گری (یپ، ۲۰۱۸)، کنجکاوی (میکوایسر، ۲۰۰۷)، کاهش خصومت بین فردی (میکولیسر، ۲۰۱۲) و فعالیت‌های ثمربخش (وو، ۲۰۱۷) است. کودکانی که دارای دلبستگی ایمن هستند، توانایی بیشتری در کنترل تکانه‌های خود دارند و نزد همسالان قابل‌اعتمادتر هستند (شمینگز، ۲۰۱۱). علاوه بر این دلبستگی ایمن با افزایش احساسات و رفتارهای اجتماعی نسبت به افراد نیازمند (پن، ۲۰۱۷) و تصمیم‌گیری‌های اخلاقی (چئونگ، ۲۰۱۴) همراه است. هر دو نوع دلبستگی ناایمن با پیامدهای منفی مانند درونی و بیرونی کردن مشکلات رفتاری همراه است (گرو، رویسمن، ونزندرون، باکرمس- کرانبرگ و فیرون، ۲۰۱۲). کودکان با سبک دلبستگی دوسوگرا نسبت به دسترس‌پذیری مراقبان خود تردید دارند (فارلی، ۲۰۱۸)، در صورت جدایی از مراقبان احساس ناخشنودی کرده (فینی، ۲۰۱۵) و آشفتگی بیشتری نشان می‌دهند (گودمن، بارتلت و استرو، ۲۰۱۳). سبک دلبستگی اجتنابی نیز منجر به کناره‌گیری از تعاملات اجتماعی می‌شود (کمپل، ۲۰۱۷). نظریه دلبستگی برای تبیین رفتار مؤثر مذاکره (لی، ۲۰۱۱) و حل مسئله خلاقانه (نانو، ۲۰۱۵) نیز مورد استفاده قرار می‌گیرد، که می‌توان به این وسیله تأثیر روابط اولیه بر ایجاد سازگاری در ارتباطات بین فردی را درک نمود. برآیند شواهد پژوهشی نیز مؤید تأثیر سبک‌های دلبستگی بر سازگاری اجتماعی است. اما آیا رابطه بین سبک‌های دلبستگی و سازگاری اجتماعی رابطه‌ای ساده و خطی است یا این احتمال وجود دارد که سایر متغیرهای روانشناختی در این رابطه نقش واسطه‌ای را ایفا کنند؟

یکی از متغیرهای روانشناختی که می‌تواند در این رابطه نقش واسطه‌ای را ایفا کند، راهبردهای نظم‌دهی شناختی هیجان است. به دلیل آنکه سبک‌های دلبستگی در پیوندی عاطفی شکل می‌گیرد ارتباط مستقیمی با تجربه، ادراک و ابراز حالات هیجانی دارند. بنابراین هرگونه بررسی تأثیر سبک‌های دلبستگی بر سازگاری، فارغ از لحاظ کردن نقش هیجان‌ها با

کاستی همراه است. هیجان دارای ابعاد زیستی، رفتاری و شناختی بوده و منجر به بهبود روابط (لیوبومیرسکی و کینگ، ۲۰۰۵) و ارتقاء کیفیت و ثبات روابط بین فردی می‌شود. کارکرد مثبت و مؤثر هیجان‌ها در تعاملات اجتماعی امری ضروری است. به‌عنوان مثال، هیجان‌ها می‌توانند تعبیر مبهم را مغرضانه جلوه داده و منجر به قضاوت و سوگیری و در نتیجه تصمیمات نادرست شوند (لرنر و تیدنس، ۲۰۰۶)، یا به هنگام تجربه خشم و ابراز پرخاشگری افراد ممکن است اعمالی انجام دهند که به روابط آسیب‌زده و منجر به پشیمانی شود (لوپز و همکاران، ۲۰۱۱). بهره‌گیری از راهبردهای نظم‌دهی شناختی هیجان باعث می‌شود که فرد در روابط با دیگران همدلی بیشتری داشته باشد و با تمرکز بر علائم کلامی و غیرکلامی، بتواند به‌صورت مؤثرتری با آن‌ها تعامل کند (ایکزوا، کربرا و وکسلر، ۲۰۱۳). تامپسون (۱۹۹۴) برای نخستین بار تعریفی نظم‌دهی هیجان را ارائه داد. از نظر او نظم‌دهی هیجان دربرگیرنده فرآیندهای درونی و بیرونی‌ای می‌شود که مسئولیت نظارت، ارزیابی و بهبود پاسخ‌های هیجانی را به عهده داشته و منجر به دستیابی فرد به اهدافش می‌شود. علاوه بر این، مطابق با مدل فرآیندی گراس (۱۹۹۸) نظم‌دهی هیجان شامل فرآیندهایی می‌شود که منجر به تأثیرگذاری بر زمان، نوع و نحوه تجربه هیجان می‌شود. فرآیندهای نظم‌دهی هیجان می‌توانند بر شدت، مدت، ثبات و فراوانی تجربه هیجان‌ها تأثیر بگذارند (گراس، ۲۰۱۴). نظم‌دهی هیجانی به‌وسیله فرآیندهای شناختی منجر به کنار آمدن با شرایط تنش‌زا و تسلط بر هیجان‌ها می‌شود (گارنفسکی و همکاران، ۲۰۰۱). نظم‌دهی شناختی هیجان نیز بیانگر روش‌های آگاهانه و شناختی برای مقابله با موقعیت‌هایی است که برای فرد برانگیزاننده باشد (گارنفسکی و کرایچ، ۲۰۰۷، ۲۰۱۸). همچنین نظم‌دهی شناختی هیجان مبین این نکته است که رفتار و افکار دو مفهوم متفاوت‌اند، بنابراین راهبردهای شناختی از راهبردهای رفتاری معجزا در نظر گرفته می‌شوند (گارنفسکی و کرایچ، ۲۰۰۷). راهبردهای نظم‌دهی شناختی هیجان در تغییر پاسخ‌های شناختی و هیجانی مؤثر هستند (بروجینک، ۲۰۱۶). به دلیل اهمیت نظم‌دهی شناختی هیجان در جوانب مختلف زندگی روزمره، وجود مشکلات در تعدیل و مدیریت هیجان‌ها با پیامدهای سوء بسیاری همراه است (آلدانو، جزایری، گلدین و گراس، ۲۰۱۴). علاوه بر این ناتوانی در نظم‌دهی هیجان تأثیری منفی بر کارکرد اجتماعی و سلامت جسمی و روانی (گراس، ۲۰۱۵) دارد. بر اساس مدل ارائه‌شده

امکان برقراری مجاورت و نزدیکی به نگاره دلبستگی. مرحله سوم نیز منجر به سوق یافتن افراد به سمت راهبردهای بیش فعال‌سازی یا غیرفعال‌سازی می‌شود (شاور و میکولیسر، ۲۰۰۲). براین اساس استفاده از راهبردهای نظم‌دهی هیجان بر مبنای دلبستگی افراد متفاوت است. افراد دارای دلبستگی دوسوگرا و اجتنابی دارای کفایت اجتماعی پایین‌تری هستند و از راهبردهای سازش‌نا یافته نظم‌دهی هیجان استفاده می‌کنند که منجر به بروز افسردگی، اضطراب و تنهایی می‌شود (وی، راسل و زاکاریک، ۲۰۱۵).

شواهد پژوهشی نیز نشان داده‌اند که هیجان و راهبردهای نظم‌دهی هیجان می‌توانند رابطه بین سبک‌های دلبستگی و سازگاری را تحت تأثیر قرار دهند (بشارت و شهیدی، ۲۰۱۴). با استناد به شواهد در زمینه متغیرهای مورد مطالعه، پژوهش حاضر باهدف‌های چندگانه به این شرح انجام شد: تعیین رابطه بین سبک‌های دلبستگی با سازگاری اجتماعی، تعیین رابطه بین راهبردهای سازش‌یافته و سازش‌نا یافته نظم‌دهی شناختی هیجان با سازگاری اجتماعی، تعیین نقش واسطه‌ای راهبردهای سازش‌یافته و سازش‌نا یافته نظم‌دهی شناختی در رابطه بین سبک‌های دلبستگی با سازگاری اجتماعی.

روش

الف) طرح پژوهش و شرکت‌کنندگان: پژوهش حاضر از نوع توصیفی همبستگی است. جامعه آماری این پژوهش شامل دانش‌آموزان دختر مشغول به تحصیل در مقطع دبیرستان در مدارس دولتی شهر تهران بود. در این پژوهش، ۳۳۷ دانش‌آموز دختر نوجوان در بازه سنی ۱۶-۱۹ سال از رشته‌های مختلف تحصیلی در حوزه‌های علوم انسانی، علوم تجربی و ریاضی به روش نمونه‌گیری در دسترس انتخاب شدند. در پژوهش حاضر برای تعیین حجم نمونه از نرم‌افزار G power استفاده شد که با فرض آلفای ۰.۰۵ و توان ۰.۹۵ اندازه اثر کوچک $F2=0.04$ (ماستومتو، یو و ناکاگاوا، ۲۰۰۸) حجم نمونه ۳۲۷ نفر برآورد شد که با توجه به در نظر گرفتن ریزش احتمالی آزمودنی‌ها حجم نهایی نمونه ۳۳۷ نفر اندازه‌گیری شد. شرایط شرکت در پژوهش عبارت بود از: الف) رضایت داوطلب برای شرکت در پژوهش؛ ب) اشتغال به تحصیل در مقطع دبیرستان در یکی از دبیرستان‌های دولتی شهر تهران و ج) داشتن جنسیت مؤنث. شرایط خروج از پژوهش نیز عبارت بودند از: الف) تحصیل در مدارس غیردولتی در شهر تهران، ب)

توسط گارنفسکی، کرایچ و اسپینهاون (۲۰۰۱) راهبردهای نظم‌دهی شناختی هیجان شامل نه راهبرد است که بر نحوه تفکر فرد بعد از تجربه یک رویداد تنش‌زا تأثیر می‌گذارد. این راهبردها به دودسته راهبردهای سازش‌یافته و سازش‌نا یافته تقسیم می‌شوند. راهبردهای سازش‌یافته شناختی هیجان، منجر به محافظت فرد در برابر ایجاد و رشد اختلالات روانی می‌شود (کارل، ۲۰۱۳) و نقش مهمی در حفظ و بهبود بهزیستی روانشناختی ایفا می‌کند (کویدبک، ۲۰۱۵). استفاده از راهبردهای سازش‌یافته نظم‌دهی شناختی هیجان، تجربه هیجان را به گونه‌ای تسهیل می‌کند که منجر به پذیرش و مطلوبیت اجتماعی شود. به این ترتیب افراد می‌توانند اعمال تکانشی را کنترل کرده و رفتارهای خود را برای رسیدن به اهداف فردی و اقتضائات موقعیتی تعدیل نمایند (بشیرپور، ۲۰۱۹). علاوه بر این، استفاده از راهبردهای سازش‌یافته نظم‌دهی شناختی هیجان با بهبود کیفیت تعاملات اجتماعی (ژانگ، ۲۰۱۹) رابطه دارد. در نقطه مقابل استفاده از راهبردهای سازش‌نا یافته نظم‌دهی شناختی هیجان با مشکلات بین فردی (گروفالو و یلوتی زواتینی و کاسان، ۲۰۱۷) و پرخاشگری (گارسیا، ۲۰۱۷) مرتبط است. وجود مشکلات در نظم‌دهی شناختی هیجان و عدم استفاده از راهبردهای سازش‌یافته نظم‌دهی شناختی هیجان منجر به بروز مشکلات رفتاری (استاتون و اسنل، ۲۰۱۱؛ نریمانی، عباسی، ابوالقاسمی و احدی، ۲۰۱۳) و در نتیجه بروز ناسازگاری در تعاملات اجتماعی می‌شود. راهبردهای نظم‌دهی هیجان نیز در اوایل کودکی موجود هستند و عوامل زیستی (بشارت، اسدی و تولائی، ۱۳۹۳) و بین فردی مانند دلبستگی در شکل‌گیری نظم‌دهی هیجان نقش دارند. با توجه به اینکه دلبستگی در یک ارتباط عاطفی شکل می‌گیرد، بدیهی است که این پیوند، ارتباطی غیرقابل اغماض با تجربه، ادراک و ابراز هیجان‌ها دارد.

بر مبنای مدل شاور و میکولیسر (۲۰۰۲) که متشکل از پژوهش‌های بالبی (۱۹۶۹، ۱۹۷۳)، آینسورث (۱۹۹۱)، کسیدی و کوباک (۱۹۸۸)، کوباک و همکاران (۱۹۹۳) و مین (۱۹۹۵) است، بر اهمیت دلبستگی در رشد فرآیند نظم‌دهی هیجان تأکید شده است. این مدل متشکل از سه مرحله بدین شرح است: ۱. آگاهی و ارزیابی شرایط تهدیدآمیز و تنش‌زا که منجر به فعال‌سازی سیستم دلبستگی و جستجوی مجاورت می‌شود. ۲. آگاهی و ارزیابی در دسترس بودن نگاره دلبستگی، در این مرحله چنانچه نگاره دلبستگی در دسترس نباشد مرحله بعد شکل می‌گیرد. ۳. بررسی و ارزیابی

۸۷ درصد محاسبه شد (بیک محمدی، ترخان و اکبری، ۲۰۱۲). در این پژوهش از خرده مقیاس اجتماعی استفاده شده است. مقیاس دلبستگی بزرگسال AAI: مقیاس دلبستگی بزرگسال، که با استفاده از مواد آزمون دلبستگی هازن و شیور (۱۹۸۷) ساخته و در مورد نمونه‌های دانشجویی و جمعیت عمومی ایرانی هنجاریابی شده است (بشارت، ۱۳۸۴)، یک آزمون ۱۵ سؤالی است و سه سبک دلبستگی ایمن، اجتنابی و دوسوگرا را در مقیاس ۵ درجه‌ای لیکرت (خیلی کم = ۱، کم = ۲، متوسط = ۳، زیاد = ۴، خیلی زیاد = ۵) می‌سنجد. حداقل و حداکثر نمره آزمودنی در زیرمقیاس‌های آزمون به ترتیب ۵ و ۲۵ خواهد بود. ضرایب آلفای کرونباخ پرسش‌های زیر مقیاس‌های ایمن، اجتنابی و دوسوگرا در مورد یک نمونه (۱۴۸۰؛ $n=860$ زن، ۶۲۰ مرد) برای کل آزمودنی‌ها به ترتیب ۰/۸۹، ۰/۸۸ و ۰/۸۸؛ برای زنان ۰/۹۱، ۰/۹۰ و ۰/۸۷؛ و برای مردان ۰/۸۹، ۰/۹۰ و ۰/۸۷ محاسبه شد که نشانه همسانی درونی خوب مقیاس دلبستگی بزرگسال است. روایی محتوایی مقیاس دلبستگی بزرگسال با سنجش ضرایب همبستگی بین نمره‌های پانزده نفر از متخصصان روانشناسی مورد بررسی قرار گرفت. ضرایب توافق کندال برای سبک‌های دلبستگی ایمن، اجتنابی و دوسوگرا به ترتیب ۰/۸۰، ۰/۶۱ و ۰/۵۷ محاسبه شد. بین نمره آزمودنی‌ها در سبک‌های نتایج تحلیل عوامل نیز با تعیین سه عامل سبک دلبستگی ایمن، سبک دلبستگی اجتنابی و سبک دلبستگی دوسوگرا، روایی سازه مقیاس دلبستگی بزرگسال را مورد تأیید قرار داد (بشارت، ۱۳۸۴، ۱۳۹۲، ۱۳۹۰).

پرسشنامه نظم‌دهی شناختی هیجان CERQ: پرسشنامه نظم‌دهی شناختی هیجان یک ابزار ۱۸ گویه ای است و راهبردهای نظم‌دهنده را در پاسخ به حوادث تهدیدکننده و استرس‌زای زندگی در اندازه‌های پنج‌درجه‌ای از ۱ (هرگز) تا ۵ (همیشه) برحسب نه زیرمقیاس به این شرح می‌سنجد: خودسرزنشگری؛ دیگرسرزنشگری؛ تمرکز بر فکر/تشواری؛ فاجعه‌نمایی؛ کم‌اهمیت‌شماری؛ تمرکز مجدد مثبت؛ ارزیابی مجدد مثبت؛ پذیرش؛ تمرکز مجدد بر برنامه‌ریزی (گارفنسکی و کرایچ، ۲۰۰۶). پرسشنامه نظم‌دهی شناختی هیجان به منظور سنجش راهبردهای نظم‌دهی شناختی هیجان بزرگسالان و نوجوانان مورد استفاده قرار می‌گیرد (گارفنسکی، کرایچ و اسپهوان، ۲۰۰۲). این پرسشنامه در جمعیت بالینی و بهنجار از ۱۲ سال به بالا قابل اجراست (گارفنسکی، کرایچ و اسپهوان،

داشتن جنسیت مذکر. ضمن اجرای تحقیق، در صورت رخداد پیشامدی که ناقض شرایط شرکت در پژوهش بود، همکاری خاتمه یافته تلقی می‌شد. همچنین داوطلب شرکت در پژوهش مختار بود که در هر مرحله از اجرای تحقیق به هر دلیلی به همکاری خود پایان دهد. پس از ارائه توضیحات لازم در مورد اهداف پژوهش و جلب مشارکت و همکاری دانش آموزان پرسش‌نامه‌های سازگاری بل (BAI)، مقیاس دلبستگی بزرگسال (AAI) و پرسش‌نامه نظم‌دهی شناختی هیجان (CERQ) برای آن‌ها اجرا شد. به منظور ترغیب دانش آموزان و افزایش ضریب دقت و صحت پاسخگویی به سؤال‌های آزمون پژوهش، به آن‌ها گفته شد که در صورت تمایل می‌توانند با نوشتن شماره تلفن و یا ایمیل خود از نتیجه آزمون مطلع شوند. ایجاد این امکان با استقبال خوب شرکت‌کنندگان در پژوهش مواجه شد برای کنترل اثر ترتیب و خستگی، مقیاس‌ها به تناسب با ترتیب‌های متفاوت ارائه شدند. در نمونه پژوهش حاضر، از نظر سنی ۱۹ نفر (۵/۸ درصد) دارای ۱۵ سال، ۱۱۰ نفر (۳۳/۳ درصد) دارای ۱۶ سال، ۱۳۲ نفر (۴۰ درصد) دارای ۱۷ سال، ۶۴ نفر (۱۹/۴ درصد) دارای ۱۸ و ۵ نفر (۱/۵ درصد) دارای ۱۹ سال بودند. میانگین و انحراف استاندارد سنی شرکت‌کنندگان به ترتیب برابر با ۱۶/۷۷ و ۰/۸۸ بود.

ب) ابزار

مقیاس سازگاری بل BAI: مقیاس سازگاری بل دارای ۱۶۰ سؤال سه گزینه‌ای (بله، خیر و نمی‌دانم) است که در آن فقط به پاسخ‌های بله (امتیاز یک) و خیر (امتیاز صفر) داده می‌شود. مقیاس سازگاری دو نوع است که یکی به دانش آموزان و دانشجویان و دیگری به بزرگسالان مربوط بوده و حیطه‌های مختلف سازگاری را در زمینه اجتماعی، عاطفی، تحصیلی، جسمانی و خانواده می‌سنجد. هریک از این خرده مقیاس‌ها از ۳۲ سؤال تشکیل شده است که نمرات آن به صورت معکوس نمره‌گذاری می‌شود. دلاور، این مقیاس را در ایران هنجاریابی کرده است (امانی، اعتمادی، فتحی زاده و بهرامی، ۲۰۱۲). پایایی آن در یک مطالعه داخلی در حیطه‌های سازگاری هیجانی ۰/۹۱، اجتماعی ۰/۸۸، تحصیلی ۰/۸۵، جسمانی ۰/۸۸، خانوادگی ۰/۹۱ و کلی ۰/۹۴ گزارش شده است (مخبری، درتاج و دهکردی، ۲۰۱۰). در پژوهشی دیگر، پایایی آن برحسب آلفای کرونباخ

۲۰۰۱؛ گارنفسکی و کرایچ، ۲۰۰۶). مطالعات متعددی از این پرسشنامه به منظور سنجش راهبردهای نظم‌دهی شناختی هیجان در نوجوانان استفاده نموده‌اند (کوکونی و همکاران، ۲۰۱۹؛ میهاکالا و تارناوسکا، ۲۰۱۳؛ وندنهول، استیکلبروک، بادن و ونبار، ۲۰۲۰). حداقل و حداکثر نمره در هر زیرمقیاس به ترتیب ۲ و ۱۰ خواهد بود و نمره بالاتر نشان‌دهنده استفاده بیشتر فرد از آن راهبرد شناختی است. ویژگی‌های روان‌سنجی پرسشنامه نظم‌دهی شناختی هیجان در پژوهش‌های خارجی مورد تأیید قرار گرفته است (گارنفسکی، بان و کرایچ، ۲۰۰۵؛ گارنفسکی و کرایچ، ۲۰۰۶؛ گارنفسکی و همکاران، ۲۰۰۱). نسخه فارسی پرسشنامه نظم‌دهی شناختی هیجان در ایران توسط بشارت (۱۳۹۸، ۱۳۹۰) و حسنی (۱۳۸۹) اعتباریابی شد. در بررسی مقدماتی ویژگی‌های روان‌سنجی این پرسشنامه در نمونه‌ای از جمعیت عمومی $n=368$ (زن، ۱۹۷، مرد، ۱۷۱)، ضرایب آلفای کرونباخ برای زیرمقیاس تا از ۰/۶۷ تا ۰/۸۹ محاسبه شد (بشارت، ۱۳۸۸، ۱۳۹۵، ۱۳۹۸). این ضرایب همسانی درونی پرسشنامه نظم‌دهی شناختی هیجان را تأیید می‌کنند. برای تعیین روایی همگرا و واگرا همبستگی مؤلفه‌های این پرسشنامه با پرسشنامه افسردگی بک محاسبه شد که نتایج نشان داد بین مؤلفه‌های خودسرزنش‌گری نشخوار، فاجعه‌سازی و سرزنش دیگری با افسردگی همبستگی مثبت و معنی‌دار وجود دارد که مقادیر آن به ترتیب برابر با ۰/۲۲، ۰/۲۹، ۰/۴۵ و ۰/۳۸ است. از طرف دیگر مشخص شد بین مؤلفه‌های پذیرش، تمرکز مجدد مثبت، تمرکز مجدد بر برنامه‌ریزی، ارزیابی مجدد مثبت و دیدگاه‌گیری با افسردگی همبستگی معکوس و معنی‌دار وجود دارد که مقدار آن به ترتیب برابر با ۰/۲۱، ۰/۲۳، ۰/۱۹، ۰/۲۶ و ۰/۱۷ است (حسنی، ۱۳۹۰).

یافته‌ها

در پژوهش حاضر که با هدف تعیین نقش واسطه‌ای راهبردهای نظم‌دهی شناختی هیجان سازش‌یافته و سازش‌نیافته در رابطه بین سبک‌های دلبستگی با سازگاری اجتماعی انجام شد، تعداد ۳۳۷ نفر مورد بررسی قرار گرفتند که از نظر سنی ۱۹ نفر (۵/۶ درصد) دارای ۱۵ سال، ۱۱۰ نفر (۳۲/۶ درصد) دارای ۱۶ سال، ۱۳۷ نفر (۴۰/۷ درصد) دارای ۱۷ سال، ۶۶ نفر (۱۹/۶ درصد) دارای ۱۸ و ۵ نفر (۱/۵ درصد) دارای ۱۹ سال بودند. میانگین و انحراف استاندارد سنی آزمودنی‌ها به ترتیب برابر با ۱۶/۷۸ و ۰/۸۷ بود. در

ادامه به ارائه شاخص‌های توصیفی میانگین، انحراف استاندارد و ماتریس همبستگی متغیرهای پژوهش پرداخته شده است. پیش از تحلیل داده‌ها، مفروضه‌های نرمال بودن و عدم هم خطی بررسی شد که نتایج آن در ادامه بیان می‌شود. شاخص‌های کجی و کشیدگی برای بررسی مفروضه نرمال بودن توزیع شش متغیر سازگاری اجتماعی ($Sk=0/172$, $Ku=1/412$)، راهبردهای سازش یافته نظم‌دهی شناختی هیجان ($Sk=-0/135$, $Ku=-0/637$)، راهبردهای سازش نایافته نظم‌دهی شناختی هیجان ($Sk=0/720$, $Ku=-0/887$)، سبک دلبستگی ایمن ($Sk=0/48$, $Ku=0/292$)، سبک دلبستگی اجتنابی ($Sk=0/410$, $Ku=0/48$)، سبک دلبستگی دوسوگرا ($Sk=15/222$, $Ku=1/943$)، مورد بررسی قرار گرفت. چو و بنتلر (۱۹۹۵) نقطه برش ± 3 را برای مقدار چولگی مناسب می‌دانند. برای شاخص کشیدگی نیز به‌طور کلی مقادیر بیش از ± 10 در مدل‌یابی معادلات ساختاری مسئله آفرین است (کلاین، ۲۰۱۵). مقادیر به‌دست‌آمده برای چولگی و کشیدگی متغیرها حاکی از تحقق پیش‌فرض نرمال بودن برای تمام متغیرها به‌جز سبک دلبستگی دوسوگرا دارد، لذا به‌منظور اصلاح نمرات کشیدگی متغیر سبک دلبستگی اضطرابی از تبدیل لگاریتمی استفاده شد که پس از تبدیل، میزان کجی و کشیدگی این متغیر به ترتیب برابر با $-0/308$ و $2/054$ به دست آمد که حاکی از برقراری مفروضه نرمال بودن بود. برای بررسی مفروضه عدم هم خطی از آماره‌های عامل تورم واریانس و شاخص تحمل استفاده شد که با توجه به اینکه هیچ‌یک از مقادیر مربوط به شاخص تحمل کمتر از ۰/۰۱ و هیچ‌یک از مقادیر مربوط به عامل تورم واریانس (VIF) بیشتر از ۱۰ نیست، براین اساس می‌توان نسبت به مفروضه عدم هم خطی نیز اطمینان حاصل کرد. در ادامه برای بررسی اثرهای مستقیم و واسطه‌ای از روش تحلیل مسیر استفاده شد که نتایج آن در قالب شکل ۲ و جداول اثرات مستقیم و غیرمستقیم ارائه می‌شود. در شکل ۲ مسیرهای معنی‌دار به‌صورت ممتد و مسیرهای غیر معنی‌دار به‌صورت خطوط غیرممتد نشان داده شده‌اند. با توجه به نتایج ارائه شده در شکل ۲ می‌توان مشاهده نمود که تمام مسیرها به‌جز مسیر دلبستگی اجتنابی به سازگاری اجتماعی معنی‌دار است. در ادامه نتایج جدول ۲ و ۳ اثرات مستقیم و واسطه‌ای متغیرهای پژوهش را نشان می‌دهد و بر اساس آن می‌توان به تأیید یا رد اثرات مستقیم و غیرمستقیم متغیرهای پژوهش در سازگاری اجتماعی پرداخت. با توجه به جدول ۲ در مواردی

مستقیم متغیر سبک دلبستگی اجتنابی به متغیر راهبردهای سازش یافته نظم‌دهی شناختی هیجان معنی‌دار است ($\beta = -0/138$, $T = -2/689$). مسیر مستقیم متغیر سبک دلبستگی دوسوگرا به متغیر راهبردهای سازش یافته نظم‌دهی شناختی هیجان معنی‌دار است ($\beta = -0/160$, $T = -3/154$). با توجه به جدول ۲ می‌توان مشاهده کرد مسیر مستقیم متغیر سبک دلبستگی ایمن به متغیر راهبردهای سازش‌نیافته نظم‌دهی شناختی هیجان معنی‌دار است ($\beta = -0/293$, $T = -5/856$). مسیر مستقیم متغیر سبک دلبستگی اجتنابی به متغیر راهبردهای سازش‌نیافته نظم‌دهی شناختی هیجان معنی‌دار نیست ($\beta = 0/043$, $T = 0/854$). مسیر مستقیم متغیر سبک دلبستگی دوسوگرا به متغیر راهبردهای سازش‌نیافته نظم‌دهی شناختی هیجان معنی‌دار است ($\beta = 0/274$, $T = 5/465$). در ادامه جدول ۳ اثر واسطه‌ای متغیرهای راهبردهای سازش‌یافته و سازش‌نیافته نظم‌دهی شناختی هیجان را در بین متغیر سبک‌های دلبستگی با متغیر سازگاری اجتماعی، از طریق روش بوت استرپ با ۲۰۰۰ بار فرایند نمونه‌گیری را گزارش می‌کند.

که آماره T خارج از بازه ($+1/96$ و $-1/96$) قرار دارد یا سطح معنی‌داری کمتر از $0/05$ است دو متغیر با یکدیگر ارتباط معنادار دارند. همان‌طور که می‌توان مشاهده کرد مسیر مستقیم متغیر سبک دلبستگی ایمن به متغیر سازگاری اجتماعی معنی‌دار است ($\beta = 0/239$, $T = 5/337$). مسیر مستقیم متغیر سبک دلبستگی اجتنابی به متغیر سازگاری اجتماعی معنی‌دار است ($\beta = -0/132$, $T = -3/143$). مسیر مستقیم متغیر سبک دلبستگی دوسوگرا به متغیر سازگاری اجتماعی معنی‌دار است ($\beta = -0/171$, $T = -3/948$). با توجه به جدول ۲ می‌توان مشاهده کرد مسیر مستقیم متغیر راهبردهای سازش یافته نظم‌دهی شناختی هیجان به متغیر سازگاری اجتماعی معنی‌دار است ($\beta = 0/377$, $T = 8/591$). مسیر مستقیم متغیر راهبردهای سازش‌نیافته نظم‌دهی شناختی هیجان به متغیر سازگاری اجتماعی معنی‌دار است ($\beta = -0/140$, $T = -3/155$). با توجه به جدول ۲ می‌توان مشاهده کرد مسیر مستقیم متغیر سبک دلبستگی ایمن به متغیر راهبردهای سازش یافته نظم‌دهی شناختی هیجان معنی‌دار است ($\beta = 0/294$, $T = 5/780$). مسیر

جدول ۱. شاخص‌های توصیفی و ماتریس همبستگی متغیرهای پژوهش

متغیر	M	SD	۱	۲	۳	۴	۵	۶
۱. سازگاری اجتماعی	۱۷/۱۹	۴/۶۴	۱					
۲. راهبردهای سازش یافته	۳/۶۰	۰/۸۸	۰/۵۷**	۱				
۳. راهبردهای سازش نیافته	۲/۹۶	۰/۸۹	-۰/۴۶**	-۰/۴۸**	۱			
۴. سبک دلبستگی ایمن	۱۴/۷۵	۳/۹۲	۰/۴۳**	۰/۳۳**	-۰/۳۲**	۱		
۵. سبک دلبستگی اجتنابی	۱۳/۳۱	۴/۰۵	-۰/۲۹**	-۰/۲۱**	۰/۱۴**	-۰/۱۷**	۱	
۶. سبک دلبستگی دوسوگرا	۱۵/۶۱	۴/۱۳	-۰/۳۲**	-۰/۲۰**	۰/۳۰**	-۰/۰۷**	۰/۱۷**	۱

* $P < 0/05$, ** $P < 0/01$

جدول ۲. بررسی روابط مستقیم متغیرها در مدل تحقیق

متغیر مستقل	متغیر وابسته	ضرایب استاندارد نشده	ضرایب استاندارد	T	P
سبک دلبستگی ایمن	سازگاری اجتماعی	۰/۲۷۸	۰/۲۳۹	۵/۳۳۷	۰/۰۰۱
سبک دلبستگی اجتنابی	سازگاری اجتماعی	-۰/۱۴۸	-۰/۱۳۲	-۳/۱۴۳	۰/۰۰۲
سبک دلبستگی دوسوگرا	سازگاری اجتماعی	-۳/۰۲۲	-۰/۱۷۱	-۳/۹۴۸	۰/۰۰۱
راهبردهای سازش یافته نظم‌دهی شناختی هیجان	سازگاری اجتماعی	۱/۹۶۲	۰/۳۷۷	۸/۵۹۱	۰/۰۰۱
راهبردهای سازش نیافته نظم‌دهی شناختی هیجان	سازگاری اجتماعی	-۰/۷۱۸	-۰/۱۴۰	-۳/۱۵۵	۰/۰۰۲
سبک دلبستگی ایمن	راهبردهای سازش یافته نظم‌دهی شناختی	۰/۰۶۶	۰/۲۹۴	۵/۷۸۰	۰/۰۰۱
سبک دلبستگی اجتنابی	راهبردهای سازش یافته نظم‌دهی شناختی	-۰/۰۳۰	-۰/۱۳۸	-۲/۶۸۹	۰/۰۰۷
سبک دلبستگی دوسوگرا	راهبردهای سازش یافته نظم‌دهی شناختی	-۰/۵۴۵	-۰/۱۶۰	-۳/۱۵۴	۰/۰۰۲
سبک دلبستگی ایمن	راهبردهای سازش نیافته نظم‌دهی شناختی	-۰/۰۶۷	-۰/۲۹۳	-۵/۸۵۶	۰/۰۰۱
سبک دلبستگی اجتنابی	راهبردهای سازش نیافته نظم‌دهی شناختی	۰/۰۱۰	۰/۰۴۳	۰/۸۵۴	۰/۳۹۳
سبک دلبستگی اضطرابی	راهبردهای سازش نیافته نظم‌دهی شناختی	۰/۹۴۸	۰/۲۷۴	۵/۴۶۵	۰/۰۰۱

جدول ۳. بررسی روابط غیرمستقیم متغیرها در مدل تحقیق

متغیر مستقل	متغیر میانجی	متغیر وابسته	b	حد پایین	حد بالا	P
سبک دلبستگی ایمن	راهبردهای سازش‌یافته نظم‌دهی شناختی	سازگاری اجتماعی	۰/۱۲۹	۰/۰۶۸	۰/۱۹۴	۰/۰۰۶
سبک دلبستگی اجتنابی	راهبردهای سازش‌یافته نظم‌دهی شناختی	سازگاری اجتماعی	-۰/۰۵۹	-۰/۱۲۴	-۰/۰۱۸	۰/۰۰۶
سبک دلبستگی دوسوگرا	راهبردهای سازش‌یافته نظم‌دهی شناختی	سازگاری اجتماعی	-۱/۰۷۰	-۱/۷۰۳	-۰/۱۵۹	۰/۰۲۶
سبک دلبستگی ایمن	راهبردهای سازش‌نیافته نظم‌دهی شناختی	سازگاری اجتماعی	۰/۰۴۸	۰/۰۲۲	۰/۱۰۵	۰/۰۰۳
سبک دلبستگی اجتنابی	راهبردهای سازش‌نیافته نظم‌دهی شناختی	سازگاری اجتماعی	-۰/۰۰۷	-۰/۰۳۷	۰/۰۰۴	۰/۲۷۰
سبک دلبستگی دوسوگرا	راهبردهای سازش‌نیافته نظم‌دهی شناختی	سازگاری اجتماعی	-۰/۶۸۱	-۱/۵۱۰	-۰/۳۰۳	۰/۰۰۶

با توجه به جدول ۳ می‌توان مشاهده کرد که اثر غیرمستقیم سبک دلبستگی ایمن بر متغیر سازگاری اجتماعی از طریق راهبردهای سازش‌یافته نظم‌دهی شناختی هیجان‌دار است ($b = 0.129, p < 0.05$). اثر غیرمستقیم سبک دلبستگی اجتنابی بر متغیر سازگاری اجتماعی از طریق راهبردهای سازش‌یافته نظم‌دهی شناختی هیجان‌دار است ($b = -0.059, p < 0.05$). اثر غیرمستقیم سبک دلبستگی دوسوگرا بر متغیر سازگاری اجتماعی از طریق راهبردهای سازش‌یافته نظم‌دهی شناختی هیجان‌دار است ($b = -1.070, p < 0.05$). با توجه به جدول ۳ می‌توان مشاهده کرد که اثر غیرمستقیم سبک دلبستگی ایمن بر متغیر سازگاری اجتماعی از طریق راهبردهای سازش‌نیافته نظم‌دهی شناختی هیجان‌دار است ($b = 0.048, p < 0.05$). اثر غیرمستقیم سبک دلبستگی اجتنابی بر متغیر سازگاری اجتماعی از طریق راهبردهای سازش‌نیافته نظم‌دهی شناختی هیجان‌دار نیست ($b = -0.007, p > 0.05$). اثر غیرمستقیم سبک دلبستگی دوسوگرا بر متغیر سازگاری اجتماعی از طریق راهبردهای سازش‌نیافته نظم‌دهی شناختی هیجان‌دار است ($b = -0.681, p < 0.05$).

بحث و نتیجه‌گیری

نتایج پژوهش نشان داد که بین سبک‌های دلبستگی ایمن و ناایمن اجتنابی و دوسوگرا با سازگاری اجتماعی به ترتیب رابطه مثبت و منفی معنادار برقرار است. این نتایج با یافته‌های پژوهش‌های بارون و همکاران (۲۰۱۷)، اشری و همکاران (۲۰۱۵)، نیون (۲۰۱۷)، تماکی و تاکاهاشی (۲۰۱۳)، همسو بوده و با چند احتمال بدین شرح تبیین می‌شود: بر اساس نظر بالبی، سبک‌ها و ابعاد دلبستگی در توضیح تفاوت‌های فردی در رفتارهای حمایت طلبانه مؤثر است (مک لئود، ۲۰۲۰). دلبستگی ایمن منجر به شکل‌گیری این باور می‌شود که سایر افراد در زمان نیاز پاسخگو خواهند بود و در

صورت لزوم از فرد پشتیبانی می‌کنند علاوه بر این مدل‌های درون‌کاری بر انتظارات پاسخگویی و درک افراد از صمیمیت و شفقت تأثیر می‌گذارد (بالبی، ۱۹۹؛ میکولیسر و شاور، ۲۰۰۷). همچنین افراد با دلبستگی ایمن از انتقادات به‌عنوان فرصتی برای پیشرفت عملکرد خود استفاده می‌کنند. بنابراین همواره رقابتی سالم با دیگران دارند، در فعالیت‌های اجتماعی شرکت می‌کنند، به تأمین رفاه برای دیگران علاقه دارند و با خود پذیرشی بالا، تفکر مثبت و واقع‌بینانه، خودنظمی و توانایی همدردی با دیگران سازگاری اجتماعی بیشتری را بروز می‌دهند. دلبستگی ایمن نیز بستری برای پرورش مهارت‌های اجتماعی نظیر همکاری، همدلی، نظم‌دهی هیجان، همیاری، مشارکت و اعتماد به نفس است. در زمینه تبیین رابطه منفی بین سبک‌های دلبستگی ناایمن (دوسوگرا و اجتنابی) با سازگاری اجتماعی می‌توان گفت که افراد با دلبستگی دوسوگرا نیز دارای تصویر منفی از خود و تصویر مثبت از دیگران هستند (تانگ، ۲۰۱۷). این ویژگی ناارزنده‌سازی خود و داشتن ترس مفرط از طرد شدن باعث می‌شود تا این افراد برای کسب تأیید دیگران تلاش کنند. در حقیقت دلبستگی دوسوگرا منجر به شکل‌گیری خودپنداره منفی شده به‌طوری‌که این طرز تفکر در روابط با سایر افراد تأیید می‌شود (یپ، ۲۰۱۸). خودپنداره منفی نیز منجر به ایجاد حساسیت نسبت به انتقاد شده و توانایی ابراز توجه به دیگران را از فرد سلب می‌کند (موالیفا، ۲۰۱۹). براین اساس می‌توان استنباط نمود که خود پنداره منفی در سبک دلبستگی دوسوگرا منجر به تخریب روابط اجتماعی نیز می‌شود. مجموع ویژگی‌های ذکر شده به همراه خصوصیات اصلی افراد دوسوگرا، یعنی تردید، خصومت، آشفتگی و تکانشوری (میکولیسر، ۱۹۹۸) منجر به شکل‌گیری رفتارهای ناسازگارانه در روابط اجتماعی می‌شود. ویژگی اصلی دلبستگی اجتنابی، بی‌اعتمادی فرد به مقاصد دیگران است، به‌طوری‌که فرد از حسن نیت دیگران سوء برداشت کرده و واکنشی

ناموفق بوده و سازگاری کمتری را در ارتباط با محیط و دیگران نشان می‌دهند. استفاده از این راهبردها منجر به بروز رفتارهای نامطلوب، تکانش‌گری و تخریب پیوندهای اجتماعی می‌شود. در نتیجه امکان تجربه انزوا و طرد از سوی جامعه افزایش می‌یابد. بروز مکرر این روند منجر به قرارگیری افراد در دوری باطل می‌شود که امکان استفاده از حمایت‌های اجتماعی را تحت شعاع قرار می‌دهد و در نتیجه منجر به کاهش سازگاری اجتماعی می‌شود.

نتایج پژوهش همچنین نشان داد که راهبردهای سازش یافته در رابطه بین سبک‌های دلبستگی ایمن، دوسوگرا و اجتنابی و راهبردهای سازش نیافته در رابطه بین سبک‌های دلبستگی ایمن و دوسوگرا با سازگاری اجتماعی نقش واسطه‌ای را ایفا می‌کنند. نظریه دلبستگی یکی از چارچوب‌های نظری در رابطه با تبیین هیجان‌ها است (یب، ۲۰۱۸) چراکه دلبستگی در تنظیم حالات هیجانی نیز نقش دارد و استفاده از راهبردهای نظم‌دهی هیجان تحت تأثیر مدل‌های درون کاری افراد قرار می‌گیرد (کارمایر، ۲۰۲۰). به عبارت دیگر افراد با سبک‌های دلبستگی متفاوت، از راهبردهای متفاوتی برای تنظیم هیجان‌ها و پردازش اطلاعات هیجانی استفاده می‌کنند. افراد با دلبستگی ایمن دارای مراقبینی بوده‌اند که با توجه به نیازهای هیجانی کودک، پاسخگوی او بوده و به عبارت دیگر ارتباط بین کودک و مراقب دارای تطابق هیجانی بوده است. این افراد هیجان‌های خود را به صورت گشوده تجربه می‌کنند، در ابراز و انتقال هیجان‌های خود آزادانه عمل می‌کنند (میکولیسر و شاور، ۲۰۱۸) و هیجان‌های خود را بدون تحریف می‌پذیرند. تنظیم هیجان نیز به عنوان عاملی تأثیرگذار جهت عملکرد سازگارانه دارای سه مهارت اصلی شامل: وضوح هیجان، پذیرش هیجان و توانایی استفاده از راهبردهای سازش یافته تنظیم هیجان است (رابرتون، ۲۰۱۲). به این ترتیب افراد با دلبستگی ایمن می‌توانند با بهره‌مندی از راهبردهای سازش یافته تنظیم هیجان سازگاری اجتماعی بیشتری را نشان دهند. افراد با دلبستگی دوسوگرا دارای مراقبینی بی‌ثبات بوده‌اند که با توجه به حالات هیجانی خود به کودک توجه کرده‌اند. بی‌ثباتی نگرانه دلبستگی باعث می‌شود که این افراد ندانند از چه راهبرد مشخصی برای برقراری ارتباط با مراقب خود استفاده کنند، چنین مراقبانی حضور هیجانی مستمری ندارند و به صورت پیش‌بینی‌ناپذیری به ارضای نیازهای کودک می‌پردازند و این حالت پیش‌بینی‌ناپذیری می‌تواند منجر به شکل‌گیری و استفاده از

تدافعی برای کسب استقلال عاطفی و رفتاری نشان می‌دهد (شاور، ۲۰۱۹؛ میکولیسر، ۲۰۱۵). این افراد به دلیل الگوهای درون کاری منفی تمایلی به دریافت کمک و توجه دیگران ندارند. همچنین در موقعیت‌های اجتماعی با همدلی کمتری پاسخ داده و تمایل کمتری به تأمین رفاه برای دیگران دارند (بیلی، ۲۰۱۲؛ بورک، ۲۰۱۴؛ کوگات، ۲۰۱۳). همچنین تصویر منفی از دیگران در این افراد منجر به انزوای اجتماعی (کلان، ۲۰۲۱) شده و سازگاری اجتماعی را نیز کاهش می‌دهد.

نتایج پژوهش همچنین نشان داد که راهبردهای سازش یافته و راهبردهای سازش نیافته نظم‌دهی شناختی هیجان به ترتیب دارای رابطه‌ای مثبت و منفی معنادار با سازگاری اجتماعی هستند. این نتایج با پژوهش‌های بالزاروتی و همکاران (۲۰۱۶) و جزایری و همکاران (۲۰۱۵) همسو بوده و با چند احتمال بدین شرح تبیین می‌شود: یکی از توانمندی‌های مهم برای دستیابی به سازگاری، کنترل هیجانی در روابط بین فردی است. با استفاده صحیح از هیجان‌ها، آگاهی از هیجان‌ها، پذیرش آن‌ها و نیز ابراز هیجان‌ها، خصوصاً هیجان‌های مثبت، افراد قادر خواهند بود که احساس‌های منفی خویش را کاهش دهند، که به تبع آن میزان سازگاری آن‌ها در روابط بین فردی افزایش می‌یابد. استفاده از راهبردهای سازش یافته نظم‌دهی شناختی، به وسیله تعدیل تجربه هیجانی و واکنش‌های فیزیولوژیک، منجر به افزایش درک، همدلی و توانایی پیش‌بینی درخواست‌های سایرین شده و به این ترتیب ارتباط و تعامل با اطرافیان، پاسخ‌های سازگارانه، شامل حل مسئله یا فهم بین شخصی به جای برون‌ریزی ناگهانی هیجان‌ها، افزایش می‌یابد، در نتیجه توانایی ایجاد و تداوم روابط اجتماعی مفید و مثبت افزایش می‌یابد. همچنین استفاده از راهبردهای سازش یافته تنظیم هیجان منجر به دریافت بازخورد مثبت از سایرین می‌شود و این فرایند پس‌خوراندی مثبت، کیفیت زندگی فرد را بالا می‌برد. هنگامی که افراد در نظم‌دهی حالات هیجانی خود مشکل داشته باشند، عمدتاً این تجارب هیجانی برای آن‌ها غیرقابل تحمل می‌شود. در این حالت آن‌ها با احتمال بیشتری برای پایان دادن و یا اجتناب از این حالات هیجانی از رفتارهای تکانشی و پرخاشگرانه استفاده می‌کنند. عدم نظم‌دهی موجب بروز برخی رفتارهای نامطلوب و مخرب می‌شود. افرادی که از راهبردهای سازش نیافته نظم‌دهی شناختی استفاده می‌کنند نمی‌توانند هیجان‌های خود را تشخیص دهند و مفاهیم ضمنی آن‌ها را درک کنند. این افراد در کنار آمدن با تجربه‌های ناخوشایند

عوامل مؤثر متعدد کمک می‌کند. همچنین پرسش‌های جدیدی را مطرح می‌کند، مبنی بر اینکه چه متغیرهای دیگری می‌توانند در رابطه بین سبک‌های دلبستگی و سازگاری اجتماعی نقش واسطه‌ای یا تعدیل‌کننده را ایفا نمایند؟ در سطح عملی نیز باید توجه نمود که برای ارتقاء سازگاری اجتماعی باید به بهبود سبک‌های دلبستگی و آموزش راهبردهای سازش‌یافته تنظیم شناختی هیجانی به‌طور هم‌زمان پرداخت. سازگاری اجتماعی از جمله مؤلفه‌های اساسی سلامت روان محسوب می‌شود. با توجه به نرخ شیوع و بروز مشکلات سازگاری و هزینه‌های وافر دولت در این زمینه، در صورت عملی شدن برنامه‌هایی مبنی بر بهبود سبک‌های دلبستگی و مهارت‌های تنظیم هیجان، می‌توان به کاهش هزینه‌های روانی و اقتصادی ناشی از وجود ناسازگاری اجتماعی کمک کرده و از آثار و تبعات آن تا حد زیادی پیشگیری نمود. از جمله محدودیت‌های پژوهش حاضر می‌توان به این نکته اشاره نمود که این مطالعه از نوع مقطعی بوده و از این رو، توانایی استنباط رابطه علی میان متغیرها کاهش می‌یابد. علاوه بر این، مطالعه حاضر تنها بر مقیاس خود گزارش‌دهی متکی بوده که توصیه می‌شود مطالعات بعدی شامل سنجش از سایر منابع، مانند والدین و دوستان نزدیک باشد. همچنین نمونه پژوهش حاضر تنها شامل دانش‌آموزان در مقطع دبیرستان بود که این موضوع نیز از محدودیت‌های این پژوهش بوده و قابلیت تعمیم نتایج را کاهش می‌دهد. پیشنهاد می‌شود در مطالعات بعدی با در نظر گرفتن مقایسه سنی به بررسی عوامل مؤثر بر سازگاری اجتماعی پرداخته شود.

ملاحظات اخلاقی

پیروی از اصول اخلاق پژوهش: این مقاله برگرفته از پایان‌نامه کارشناسی ارشد نویسنده دوم در رشته روانشناسی بالینی دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی دانشگاه تهران است. کمیته ملی اخلاق نیز پس از انجام بررسی‌های لازم کد اخلاق کد به شناسه IR.UT.PSYEDU.REC.1398.021 را برای پژوهش حاضر صادر کردند.

حامی مالی: این پژوهش در قالب پایان‌نامه کارشناسی ارشد و بدون حمایت مالی می‌باشد.

نقش هر یک از نویسندگان: این مقاله از پایان‌نامه کارشناسی ارشد نویسنده دوم و به راهنمایی نویسنده اول و مشاوره نویسنده سوم استخراج شده است.

تضاد منافع: نویسندگان هیچ تضاد منافی در رابطه با این پژوهش اعلام نمی‌نمایند.

تشکر و قدردانی: بدین وسیله از اساتید بزرگوار راهنما و مشاور این پژوهش و دانش‌آموزانی که در انجام این پژوهش همکاری نمودند تشکر و قدردانی می‌شود.

راهبردهای سازش‌یافته تنظیم هیجان شده و بروز ناسازگاری در روابط اجتماعی را افزایش می‌دهد. این افراد همواره تلاش می‌کنند تا فاصله خود را با مراقب کاهش دهند و این واکنش منجر به بیش‌فعال سازی سیستم دلبستگی می‌شود. استفاده از راهبردهای بیش‌فعال ساز منجر به اغراق در بروز هیجان‌های منفی می‌شود (کار، ۲۰۱۸). عبارت دیگر، سبک دلبستگی دوسوگرا منجر به افزایش هیجان‌های منفی (میکولیسر، گیلان و شاور، ۲۰۰۲)، سطوح پایین تنظیم هیجان و حساسیت بیش‌ازحد به نشانه‌های اجتماعی، هیجانی (فارلی، ۲۰۰۶) و استفاده از راهبردهای سازش‌یافته تنظیم هیجان می‌شود. مطابق با مدل میکولیسر، دلو و شاور (۲۰۰۴) افراد با دلبستگی اجتنابی از راهبردهای سازش‌یافته تنظیم هیجان استفاده می‌کنند. هنگامی که مراقب توانایی تحمل هیجان‌های منفی کودک را نداشته باشد و ابراز هیجان، منجر به تجربه طرد و تنبیه شود، در این حالت کودک می‌آموزد که هیجان‌های منفی‌اش را به وسیله راهبردهای سازش‌یافته تنظیم هیجان پنهان کند. این الگو در روابط آتی فرد نیز تکرار می‌شود. همچنین می‌توان گفت، سیستم دلبستگی در افراد اجتنابی غیرفعال است. چراکه این افراد دارای مراقبینی سرد و طردکننده بوده‌اند که در زمان پریشانی و تهدید از آن‌ها غفلت ورزیدند. بنابراین این افراد در زمان تجربه پریشانی و رویدادهای برانگیزاننده هیجانی از راهبردهای غیرفعال ساز استفاده کرده (میکولیسر و همکاران، ۲۰۰۱). راهبردهای مبتنی بر غیرفعال سازی سیستم دلبستگی در دلبستگی اجتنابی نیاز به ظرفیت شناختی داشته (میکولیسر، دلو و شاور، ۲۰۰۴) و استفاده از آن‌ها منجر به تقلیل منبع شناختی برای مدیریت هیجان‌ها می‌شود. به عنوان مثال سرکوب افکار منفی، نیز منجر به کاهش منابع شناختی (گراس و جان، ۲۰۰۳) و در نتیجه کاهش ظرفیت استفاده از راهبردهای سازش‌یافته تنظیم هیجان می‌شود.

پایامدهای نتایج پژوهش حاضر را می‌توان در دو سطح نظری و عملی به این شرح مطرح نمود: در سطح نظری، نتایج این پژوهش می‌تواند به شناخت بهتر عوامل مؤثر بر سازگاری اجتماعی کمک نماید. نتیجه این پژوهش تأییدی بر این فرض است که عوامل روانشناختی به شکل ساده و خطی منجر به ایجاد سازگاری اجتماعی نمی‌شوند و در این زمینه باید به نقش تعاملی متغیرها توجه داشت. یافته‌های این پژوهش به گسترش مفاهیم و فرضیه‌های موجود در زمینه سبک‌های دلبستگی و سازگاری اجتماعی با در نظر گرفتن

منابع

بشارت، محمدعلی (۱۳۸۴). هنجاریابی مقیاس دلبستگی بزرگسال. گزارش پژوهشی، دانشگاه تهران.

بشارت، محمد علی (۱۳۹۲). مقیاس دلبستگی بزرگسال: پرسشنامه، شیوه اجرا و کلید نمره‌گذاری. *روانشناسی تحولی (روانشناسان ایرانی)*، ۳۵، ۳۲۰-۳۱۷.

https://journals.iau.ir/article_512918.html

References

- Agbaria, Q. (2020). Predictors of personal and social adjustment among Israeli-Palestinian teenagers. *Child Indicators Research*, 13(3), 917-933. <https://doi.org/10.1007/s12187-019-09661-3>.
- Ainsworth, M. D. S. (1991). Attachment and other affectional bonds across the life cycle. In C. M. Parkes, J. Stevenson-Hinde, & P. Marris (Eds), *Attachment across the life cycle*. New York: Routledge. <https://psycnet.apa.org/record/1991-98002-002>.
- Aldao, A., Jazaieri, H., Goldin, P. R., & Gross, J. J. (2014). Adaptive and maladaptive emotion regulation strategies: Interactive effects during CBT for social anxiety disorder. *Journal of anxiety disorders*, 28(4), 382-389. <https://doi.org/10.1016%2Fj.janxdis.2014.03.005>.
- Allen, J. P., & Miga, E. M. (2010). Attachment in adolescence: A move to the level of emotion regulation. *Journal of Social and Personal Relationships*, 27, 181-190. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1177/0265407509360898>.
- Amani, R., Etemadi, O., Fatehizadeh, M., & Bahrami, F. (2012). The Relationship between Attachment Styles and Social Adjustment. *Clinical Psychology and Personality*, 2(6), 15-26. https://www.researchgate.net/publication/340899594_The_relationship_between_attachment_style_and_social_adjustment.
- Bailey, S. J., McWilliams, L. A., & Dick, B. D. (2012). Expanding the social communication model of pain: Are adult attachment characteristics associated with observers' pain-related evaluations. *Rehabilitation Psychology*, 57(1), 27. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/a0026237>.
- Baker, C. N., & Hoerger, M. (2012). Parental child-rearing strategies influence self-regulation, socio-emotional adjustment, and psychopathology in early

adulthood: Evidence from a retrospective cohort study. *Personality and Individual Differences*, 52, 800-805.

<https://psycnet.apa.org/doi/10.1016/j.paid.2011.12.034>.

Balzarotti, S., Biassoni, F., Villani, D., Prunas, A., & Velotti, P. (2016). Individual differences in cognitive emotion regulation: Implications for subjective and psychological well-being. *Journal of Happiness Studies*, 17(1), 125-143. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1007/s10902-014-9587-3>.

Bartholomew, K., & Horowitz, L. M. (2009). Attachment styles among young adults: A test of a four-category model. *Journal of Personality and Social Psychology*, 61, 226-244. <https://doi.org/10.1037//0022-3514.61.2.226>.

Bartz, J. A., & Lydon, J. E. (2004). Close relationships and the working self-concept: Implicit and explicit effects of priming attachment on agency and communion. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 30(11), 1389-1401. <https://doi.org/10.1177/0146167204264245>.

Bernardon, S., Babb, K. A., Hakim-Larson, J., & Gragg, M. (2011). Loneliness, attachment, and the perception and use of social support in university students. *Canadian Journal of Behavioral Science/Revue Canadian des sciences du comportement*, 43(1), 40. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/a0021199>.

Besharat, M. A. (2011). Development and validation of Adult Attachment Inventory. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 30, 475-479. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2011.10.093>.

Besharat, M. A. & Bazazian, S. (2014). Evaluation of psychometric properties of Cognitive Emotion Regulation Questionnaire in a sample of Iranian society. *Journal of the School of Nursing and Midwifery*, 84, 61-70. <https://journals.sbm.ac.ir/en-jnm/article/view/7360>.

Besharat, M. A. (2013). Adult Attachment Scale: Questionnaire, implementation method and scoring key. *Developmental Psychology (Iranian Psychologists)*, 9(35), 317-320. https://jip.stb.iau.ir/article_512918.html?lang=en.

Besharat, M. A. Cognitive Emotion Regulation Questionnaire: Instruction and Scoring. (2016). *Developmental Psychology (Iranian Psychologists)*, 50, 221-223. https://jip.stb.iau.ir/article_529166.html?lang=en

- Besharat, M., A. Zahedi Tajrishi, K., Noorbala, A.A. (2014). Alexithymia and emotion regulation strategies in patients with somatization, anxiety disorders, and normal individuals: comparative study. *Contemporary Psychology*, 8(2), 3-16. <https://bjcp.ir/article-1-384-en.html>.
- Besharat, M. A., & Shahidi, S. (2011). What is the relationship between alexithymia and ego defense styles? A correlational study with Iranian students. *Asian Journal of Psychiatry*, 4(2), 145-149. [doi:10.1016/j.ajp.2011.05.011](https://doi.org/10.1016/j.ajp.2011.05.011).
- Ben-Naim, S., Hirschberger, G., Ein-Dor, T., & Mikulincer, M. (2013). An experimental study of emotion regulation during relationship conflict interactions: the moderating role of attachment orientations. *Emotion*, 13(3), 506. <http://dx.doi.org/10.1037/a0031473>.
- Bertsch, K., Koenigsberg, H., Niedtfeld, I. N. G. A., & Schmah, C. (2018). Emotion regulation. *Neurobiology of personality disorders*, 133-156. <https://doi.org/10.1159/000488357>.
- Bikmohamadi, M., Tarkhan, M., & Akbari, B. (2012). The effect of group cognitive-behavioral training and coping with stress on social adjustment and self-concept of high school female students. *Knowledge & Research in Applied Psychology*, 4(50), 41-50. https://jsr-p.isfahan.iau.ir/article_533844.html?lang=en.
- Boers, E., Afzali, M. H., Newton, N., & Conrod, P. (2019). Association of screen time and depression in adolescence. *JAMA pediatrics*, 173(9), 853-859. <https://doi.org/10.1001/jamapediatrics.2019.1759>.
- Bowlby J. (1988). *A Secure Base: Clinical Applications of Attachment Theory*. London: Routledge. <https://www.traumatys.com/wp-content/uploads/2017/09/Dynamic-Bowlby-A-Secure-Base-Clinical-Applications-1988-1.pdf>.
- Bowlby, J. (1969). *Attachment and Loss*, New York: Basic Books. <https://www.scirp.org/reference/ReferencesPapers?ReferenceID=1162623>.
- Bowlby, J. (1973). *Attachment and loss*, New York: Basic Books. <https://www.scirp.org/reference/ReferencesPapers?ReferenceID=205070>.
- Boccatto, G., & Capozza, D. O. R. A. (2011). Attachment styles and social groups: Review of a decade. *Testing, Psychometrics, Methodology in Applied Psychology*, 18(1), 19-30. <https://doi.org/10.4473/TPM.18.1.2>.
- Burke, S. E., Wang, K., & Dovidio, J. F. (2014). Witnessing disclosure of depression: Gender and attachment avoidance moderate interpersonal evaluations. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 33(6), 536-559. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1521/jscp.2014.33.6.536>.
- Bukowski, W. M., Laursen, B., & Hoza, B. (2018). *The Handbook of Peer Interactions, Relationships, and Groups*. New York: Guilford Press. <https://www.guilford.com/books/Handbook-of-Peer-Interactions-Relationships-and-Groups/Bukowski-Laursen-Rubin/9781462541218>.
- Carl, J. R., Soskin, D. P., Kerns, C., & Barlow, D. H. (2013). Positive emotion regulation in emotional disorders: A theoretical review. *Clinical psychology review*, 33(3), 343-360. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/23399829/>.
- Carr, S. C., Hardy, A., & Fornells - Ambrojo, M. (2018). Relationship between attachment style and symptom severity across the psychosis spectrum: A meta - analysis. *Clinical Psychology Review*, 59, 145-158. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/29229220/>.
- Cassidy, J., & Kobak, R. R. (1988). Avoidance and its relation to other defensive processes. *Clinical implications of attachment*, 1, 300-323. <https://psycnet.apa.org/record/1987-98825-009>.
- Chou, C.-P., & Bentler, P. M. (1995). *Estimates and tests in structural equation modeling*. In R. H. Hoyle (Ed.), *Structural equation modeling: Concepts, issues, and applications*. Thousand Oaks: Sage. <https://psycnet.apa.org/record/1995-97753-003>.
- Christanto, F. A., Susilo, T. D., & Windrawanto, Y. (2018). Effect of self-confidence on high school student's social adjustment. *Journal Pendidikan Dan Pengajaran*, 51(3), 110-114. <https://doi.org/10.23887/jpp.v51i3.15922>.
- Chugh, D., Kern, M., Zhu, Z., & Lee, S. (2014). Withstanding moral disengagement: Attachment security as an ethical intervention. *Journal of Experimental Social Psychology*, 51, 88-93. <https://doi.org/10.1016/j.jesp.2013.11.005>.
- Escobar, D. F. S. S., Jesus, T. F. D., & Noll, M. (2020). Family and School Context: Effects on the Mental Health of Brazilian Students. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(17), 6042. <https://doi.org/10.3390/ijerph17176042>.

- Eisenberg, N., Sadovsky, A., & Spinrad, T. L. (2005). Associations of emotion-related regulation with language skills, emotion knowledge, and academic outcomes. *New directions for child and adolescent development*, 2005(109), 109-118. <https://doi.org/10.1002%2Fcd.143>.
- Feeney, B. (2007). The dependency paradox in close relationships: Accepting dependence promotes independence. *Journal of Personality and Social Psychology*, 92, 268-285. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.92.2.268>.
- Ford, B. Q., & Gross, J. J. (2018). Emotion regulation: Why beliefs matter. *Canadian Psychology Canadienne*, 59(1), 1. <https://doi.org/10.1177/0963721418806697>.
- Fraley RC, Shaver PR. (2018). *Attachment theory and its place in contemporary personality theory and research*. New York: Guilford Press. <https://psycnet.apa.org/record/2021-06060-031>.
- Fraley, R. C., & Shaver, P. R. (2000). Adult romantic attachment: Theoretical developments, emerging controversies, and unanswered questions. *Review of general psychology*, 4(2), 132-154. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/1089-2680.4.2.13>.
- Fraley, R., Niedenthal, P., Marks, M., Brumbaugh, C., & Vicary, A. (2006). Adult attachment and the perception of emotional expressions: Probing the hyper activating strategies underlying anxious attachment. *Journal of Personality*, 74, 1163-1190. <https://doi.org/10.1111/j.1467-6494.2006.00406.x>.
- García Sancho, E., Salguero, J. M., & Fernández Berrocal, P. (2017). Ability emotional intelligence and its relation to aggression across time and age groups. *Scandinavian Journal of Psychology*, 58(1), 43-51. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/27678490/>.
- Garnefski, N., & Kraaij, V. (2007). The cognitive emotion regulation questionnaire. *European Journal of Psychological Assessment*, 23(3), 141-149. <https://psycnet.apa.org/record/2007-12103-002>.
- Garnefski, N., & Kraaij, V. (2018). Specificity of relations between adolescents' cognitive emotion regulation strategies and symptoms of depression and anxiety. *Cognition and Emotion*, 32(7), 1401-1408. <https://doi.org/10.1080/02699931.2016.1232698>.
- Garnefski, N., Baan, N., & Kraaij, V. (2005). Psychological distress and cognitive emotion regulation strategies among farmers who fell victim to the foot-and-mouth crisis. *Personality and Individual Differences*, 38, 1317-1327. <https://psycnet.apa.org/record/2005-02775-008>.
- Garnefski, N., Kraaij, V., & Spinhoven (2001). Negative life events, cognitive emotion regulation, and emotional problems. *Personality and Individual Differences*, 30, 1311-1327. [https://doi.org/10.1016/S0191-8869\(00\)00113-6](https://doi.org/10.1016/S0191-8869(00)00113-6).
- Garofalo, C., Velotti, P., Zavattini, G. C., & Kosson, D. S. (2017). Emotion dysregulation and interpersonal problems: the role of defensiveness. *Personality and Individual Differences*, 119, 96-105. <http://dx.doi.org/10.1016/j.paid.2017.07.007>.
- Goodman, G., Bartlett, R. C., & Stroh, M. (2013). Mothers' borderline features and children's disorganized attachment representations as predictors of children's externalizing behavior. *Psychoanalytic Psychology*, 30(1), 16. <http://dx.doi.org/10.1037/a0031068>.
- Gresham, F. M. (2016). Social skills assessment and intervention for children and youth. *Cambridge Journal of Education*, 46(3), 319-332. <http://dx.doi.org/10.1080/0305764X.2016.1195788>.
- Gross, J. J. (1998). The emerging field of emotion regulation: An integrative review. *Review of General Psychology*, 2(3), 271-299. <https://doi.org/10.1037/1089-2680.2.3.271>.
- Gross, J. J. (2015). Emotion regulation: Current status and future prospects. *Psychological Inquiry*, 26(1), 1-26. <https://doi.org/10.1080/1047840X.2014.940781>.
- Gross, J. J., & Jazaieri, H. (2014). Emotion, emotion regulation, and psychopathology: An affective science perspective. *Clinical Psychological Science*, 2(4), 387-401. <https://doi.org/10.1177/2167702614536164>.
- Gross, J. J., & John, O. P. (2003). Individual differences in two emotion regulation processes: implications for affect, relationships, and well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 85(2), 348. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.85.2.348>.
- Hazan, C., & Shaver, P. (1987). Romantic love conceptualized as an attachment process. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52, 511-524. <http://dx.doi.org/10.4324/9781351153683-17>.
- Hunefeldt, Th. Laghi, F. Ortu, F. & Belardinelli, M. O. (2013). "The relation between theory of mind and attachment-related anxiety and avoidance in Italian adolescents". *Adolescence*, 36, 613-621. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2013.03.012>.
- Ikezawa, S., Corbera, S. & Wexler, B. (2013). Emotion self-regulation and empathy depend upon longer

- stimulus exposure. *Social Cognitive and Affective Neuroscience Advance Access published September*, 29, 1-8. <https://doi.org/10.1093%2Fscan%2Fnst148>.
- Ivcevic, Z., & Brackett, M. (2014). Predicting school success: Comparing conscientiousness, grit, and emotion regulation ability. *Journal of research in personality*, 52, 29-36. <http://dx.doi.org/10.1016/j.jrp.2014.06.005>.
- Jazaieri, H., Morrison, A., Goldin, P. & Gross, J. (2015). The role of emotion and emotion regulation in social anxiety disorder. *Current Psychiatry Reports*, 17(1): 531. <https://doi.org/10.1007/s11920-014-0531-3>.
- Kammermeier, M., Duran Perez, L., König, L., & Paulus, M. (2020). Attachment security and attention to facial emotional expressions in preschoolers: An eye-tracking study. *British Journal of Developmental Psychology*, 38(2), 167-185. <http://dx.doi.org/10.1111/bjdp.12313>.
- Kielan-Cebo, J., Kręzolek, M., Pionke, R., & Gawęda, Ł. (2021). The role of insecure attachment and cognitive biases in the social functioning of schizophrenia spectrum patients. *Journal of Clinical Psychology*, 77(3), 846-854. <https://doi.org/10.1002/jclp.23072>.
- Kline, R. B. (2015). *Principles and practice of structural equation modeling*. New York: Guilford publications. <https://www.guilford.com/books/Principles-and-Practice-of-Structural-Equation-Modeling/Rex-Kline/9781462551910>.
- Kobak, R. R., Cole, H. E., Ferenz-Gillies, R., Fleming, W. S., & Gamble, W. (1993). Attachment and emotion regulation during mother-teen problem solving: A control theory analysis. *Child Development*, 64, 231-245. <https://www.jstor.org/stable/1131448>.
- Kogut, T., & Kogut, E. (2013). Exploring the relationship between adult attachment style and the identifiable victim effect in helping behavior. *Journal of Experimental Social Psychology*, 49(4), 651-660. <https://psycnet.apa.org/record/2013-09518-001>.
- Kraaij, V., & Garnefski, N. (2019). The behavioral emotion regulation questionnaire: development, psychometric properties, and relationships with emotional problems and the cognitive emotion regulation questionnaire. *Personality and Individual Differences*, 137, 56-61. <http://dx.doi.org/10.1016/j.paid.2018.07.036>.
- Lerner, J. S., & Tiedens, L. Z. (2006). Portrait of the angry decision-maker: How appraisal tendencies shape anger's influence on cognition. *Journal of Behavioral Decision Making*, 19, 115-137. <http://dx.doi.org/10.1002/bdm.515>.
- Lopes, P. N., Nezlek, J. B., Extremera, N., Hertel, J., Fernández-Berrocal, P., Schütz, A., & Salovey, P. (2011). Emotion regulation and the quality of social interaction: Does the ability to evaluate emotional situations and identify effective responses matter. *Journal of Personality*, 79(2), 429-467. <https://doi.org/10.1111/j.1467-6494.2010.00689.x>.
- Lyubomirsky, S., King, L., & Diener, E. (2005). The benefits of frequent positive affect: Does happiness lead to success. *Psychological Bulletin*, 131, 803-855. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.131.6.803>.
- Magai, C., Hunziker, J., Messias, W., & Culver, L. C. (2000). Adult attachment styles and emotional biases. *International Journal of Behavioral Development*, 24, 301-309. <http://dx.doi.org/10.1080/01650250050118286>.
- Mallinckrodt, B., McNett, A. M. S., Celebi, E., Birks, K. M., Tsai, C. L., & Williams, B. E. (2013). Cognitive primes for attachment security can increase cultural empathy, but also interact negatively with attachment anxiety. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 32(10), 1013-1039. <http://dx.doi.org/10.1521/jscp.2013.32.10.1013>.
- McLeod, S., Berry, K., Hodgson, C., & Wearden, A. (2020). Attachment and social support in romantic dyads: A systematic review. *Journal of clinical psychology*, 76(1), 59-101. <https://doi.org/10.1002/jclp.22868>.
- McRae, K., & Gross, J. J. (2020). Emotion regulation. *Emotion*, 20(1), 1. <https://doi.org/10.1037/emo0000703>.
- Mikulincer, M., & Florian, V. (1998). *The relationship between adult attachment styles and emotional and cognitive reactions to stressful events*. In Jeffry A. Simpson & Steven, Rholes (Eds.), *toward the end Attachment theory and close relationships*, New York: The Guilford Press. <https://awspntest.apa.org/record/1997-36873-005>.
- Mikulincer, M., & Shaver, P. (2015). The psychological effects of the contextual activation of security-enhancing mental representations in adulthood. *Current Opinion in Psychology*, 1, 18-21. <https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2015.01.008>.
- Mikulincer, M., & Shaver, P. R. (2012). Adult attachment orientations and relationship processes. *Journal of Family Theory & Review*, 4, 259-274. <http://dx.doi.org/10.1111/j.1756-2589.2012.00142.x>.

- Mikulincer, M., & Shaver, P. R. (2016). *Attachment in adulthood: Structure, dynamics, and change*. New York: Guilford.
<https://www.guilford.com/books/Attachment-in-Adulthood/Mikulincer-Shaver/9781462533817>.
- Mikulincer, M., & Shaver, P. R. (2018). Attachment orientations and emotion regulation. *Current Opinion in Psychology*, 25, 6–10.
<https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2018.02.006>.
- Mikulincer, M., Florian, V., & Weller, A. (1993). Attachment styles, coping strategies, and posttraumatic psychological distress: The impact of the gulf war in Israel. *Journal of Personality and Social Psychology*, 64, 817–826.
<http://dx.doi.org/10.1037//0022-3514.64.5.817>.
- Mikulincer, M., Gillath, O., & Shaver, P. R. (2002). Activation of the attachment system in adulthood: threat-related primes increase the accessibility of mental representations of attachment figures. *Journal of Personality and Social Psychology*, 83(4), 881. <http://dx.doi.org/10.1037/0022-3514.83.4.881>.
- Mikulincer, M., Gillath, O., Sapir-Lavid, Y., Yaakobi, E., Arias, K., Tal-Aloni, L., & Bor, G. (2003). Attachment theory and concern for others' welfare: Evidence that activation of the sense of secure base promotes endorsement of self-transcendence values. *Basic and Applied Social Psychology*, 25(4), 299–312.
http://dx.doi.org/10.1207/S15324834BASP2504_4.
- Mikulincer, M., Hirschberger, G., Nachmias, O., & Gillath, O. (2001). The affective component of the secure base schema: affective priming with representations of attachment security. *Journal of Personality and Social psychology*, 81(2), 305.
<https://psycnet.apa.org/doiLanding?doi=10.1037/0022-3514.81.2.305>.
- Mokhberi A, Dortaj F, Dehkordi A. (2010). Investigation of psychometric properties and standardization of the social problem-solving ability questionnaire. *Journal of Educational Measurement*, 1(4), 47–56.
https://jem.atu.ac.ir/article_2665_en.html.
- Monteleone, A. M., Patriciello, G., Ruzzi, V., Fico, G., Pellegrino, F., Castellini, G. & Maj, M. (2018). Insecure attachment and hypothalamus-pituitary-adrenal axis functioning in people with eating disorders. *Psychosomatic medicine*, 80(8), 710–716.
<https://doi.org/10.1097/psy.0000000000000629>.
- Muraven, M., Tice, D. M., & Baumeister, R. F. (1998). Self-control as a limited resource: Regulatory depletion patterns. *Journal of Personality and Social psychology*, 74(3), 774.
<https://doi.org/10.1037//0022-3514.74.3.774>.
- Narimani, M., Abbasi, M., Abolghasemi, A., & Ahadi, B. (2013). A study comparing the effectiveness of acceptance/commitment by emotional regulation training on adjustment in students with dyscalculia. *Journal of Learning Disabilities*, 2(4), 154–176.
https://jld.uma.ac.ir/article_139_en.html.
- Niven, K. (2017). The four key characteristics of interpersonal emotion regulation. *Current Opinion in Psychology*, 17, 89–93.
<https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2017.06.015>.
- Pan, Y., Zhang, D., Liu, Y., Ran, G., & Teng, Z. (2017). The effects of attachment style and security priming on the perception of others' pain. *Journal of Social and Personal Relationships*, 34(2), 184–208.
<https://doi.org/10.1177/0265407515627509>.
- Pascuzzo, K., Moss, E., & Cyr, C. (2015). Attachment and emotion regulation strategies in predicting adult psychopathology. *Sage Open*, 5(3).
<https://doi.org/10.1177/2158244015604695>.
- Pietromonaco, P. R., & Barrett, L. F. (2000). The internal working models concept: What do we really know about the self in relation to others. *Review of General Psychology*, 4(2), 155–175.
<https://doi.org/10.1037/1089-2680.4.2.155>.
- Poovizhi, P., & Senthil, K. R. (2017). A Study on Emotional Maturity and Social Adjustment in Visually Challenged Students in Chennai District. *Indian Journal of Research*, 6(1), 218–219.
<https://doi.org/10.36106/PARIPEX>.
- Quoidbach, J., Mikolajczak, M., & Gross, J. J. (2015). Positive interventions: An emotion regulation perspective. *Psychological Bulletin*, 141(3), 655.
<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/25621978/>.
- Ramzi, S., Pakdaman, S., & Fathabadi, J. (2011). The developmental study of adjustment in gifted and non-gifted adolescents and youths regarding personality characteristics. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 30, 43–47.
<https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2011.10.009>.
- Read, D. L., Clark, G. I., Rock, A. J., & Coventry, W. L. (2018). Adult attachment and social anxiety: The mediating role of emotion regulation strategies. *PloS one*, 13(12), e0207514.
<https://doi.org/10.1371/journal.pone.0207514>.
- Riggs, S. A. (2019). Childhood emotional abuse and the attachment system across the life cycle: What theory and research tell us. *Journal of Aggression Maltreatment & Trauma*, 19(1).
<http://dx.doi.org/10.1080/10926770903475968>.

- Robinson, K. E., Fountain-Zaragoza, S., Dennis, M., Taylor, H. G., Bigler, E. D., Rubin, K. & Yeates, K. O. (2014). Executive functions and theory of mind as predictors of social adjustment in childhood traumatic brain injury. *Journal of Neurotrauma*, 31(22), 1835-1842. <https://doi.org/10.1089/neu.2014.3422>.
- Roberton, T., Daffern, M., & Bucks, R. S. (2012). Emotion regulation and aggression. *Aggression and Violent Behavior*, 17(1), 72-82. <https://doi.org/10.1016/j.avb.2011.09.006>.
- Safara, M., & Rafiee, S. (2020). The Effectiveness of Empathy Training on Social Adjustment and School Belonging in Elementary Sixth-Grade Students. *Iranian Evolutionary and Educational Psychology Journal*, 2(1), 71-80. <https://ieepj.hormozgan.ac.ir/article-1-165-en.html>.
- Shaver, P. R., & Mikulincer, M. (2002). Attachment-related psychodynamics. *Attachment & Human Development*, 4(2), 133-161. https://www.academia.edu/13329860/Attachment_related_psychodynamics.
- 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. <https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2018.02.009>.
- Shemmings, D., & Shemmings, Y. (2011). *Understanding disorganized attachment: Theory and practice for working with children and adults*. London: Jessica Kingsley Publishers. <https://www.scirp.org/reference/ReferencesPapers?ReferenceID=2179872>.
- Sheriston, L., Holliman, A. J., & Payne, A. (2019). Student Adaptability and Achievement on a Psychology Conversion Course. *Psychology Teaching Review*, 25(1), 22-29. <https://eric.ed.gov/?id=EJ1216446>.
- Shipman, K. L., & Zeman, J. (2001). Socialization of children's emotion regulation in mother-child dyads: A developmental psychopathology perspective. *Development and Psychopathology*, 13(2), 317-336. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/11393649/>.
- Sim, S., Shin, J. E., & Sohn, Y. W. (2019). Effects of Non-verbal Priming on Attachment-Style Activation. *Frontiers in Psychology*, 10, 684. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6459896/>.
- Sloan, E., Hall, K., Moulding, R., Bryce, S., Mildred, H., & Staiger, P. K. (2017). Emotion regulation as a transdiagnostic treatment construct across anxiety, depression, substance, eating and borderline personality disorders: A systematic review. *Clinical Psychology Review*, 57, 141-163. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/28941927/>.
- Sonnby-Borgstroem, M., & Joensson, P. (2003). Models-of-self and models-of- others as related to facial muscle reactions at different levels of cognitive control. *Scandinavian Journal of Psychology*, 44, 141-151. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/12778982/>.
- Spangler, G., & Zimmermann, P. (1999). Attachment representation and emotion regulation in adolescents: A psychobiological perspective on internal working models. *Attachment and Human Development*, 1, 270-290. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/11708227/>.
- Spangler, G., & Zimmermann, P. (2014). Emotional and adrenocortical regulation in early adolescence: Prediction by attachment security and disorganization in infancy. *International Journal of Behavioral Development*, 38(2), 142-154. <https://doi.org/10.1177/0165025414520808>.
- Stanton-Chapman, T. L., & Snell, M. E. (2011). Promoting turn-taking skills in preschool children with disabilities: The effects of a peer-based social communication intervention. *Early Childhood Research Quarterly*, 26(3), 303-319. <https://researchconnections.org/childcare/resources/21200>.
- Tamaki, K., & Takahashi, J. (2013). The relationship between adult attachment style and social skills in terms of the four-category model of attachment style. *International Journal of Humanities and Social Science*, 3(19), 84-90. https://www.researchgate.net/publication/266496551_The_Relationship_between_Adult_Attachment_Style_and_Social_Skills_in_Terms_of_the_Four-Category_Model_of_Attachment_Style.
- Tang, Q., Chen, X., Hu, J., & Liu, Y. (2017). Priming the secure attachment schema affects the emotional face processing bias in attachment anxiety: An fMRI research. *Frontiers in Psychology*, 8, 624. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2017.00624>.
- Thompson, R. A. (1994). Emotion regulation: A theme in search of definition. *Monographs of the Society for Research in Child Development*, 59(2-3), 25-52. <https://psycnet.apa.org/doi/10.2307/1166137>.
- Trinidad DR, Johnson C. (2000). The association between emotional intelligence and early adolescent tobacco and alcohol use. *Personality and Individual*

- Differences. 32, 95-105.
[https://doi.org/10.1016/S0191-8869\(01\)00008-3](https://doi.org/10.1016/S0191-8869(01)00008-3).
- Valois, R. F., Zullig, K. J., & Revels, A. A. (2017). Aggressive and violent behavior and emotional self-efficacy: Is there a relationship for adolescents? *Journal of School Health*, 87(4), 269-277.
<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/28260243/>.
- VanIjzendoorn, M. H., & Bakermans- Kranenburg, M. J. (2008). Attachment representations in mothers, fathers, adolescents, and clinical groups: A Meta-analytic search for normative data. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 64, 8-21.
<https://psycnet.apa.org/record/2008-04549-003>.
- Vanwoerden, Salome, Kalpakci Allison H. & Sharp, Carla. (2015). Experiential avoidance mediates the link between maternal attachment style and theory of mind. *Comprehensive Psychiatry*, 57, 117-124.
<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/25492226/>.
- Vrtička, P., Bondolfi, G., Sander, D., & Vuilleumier, P. (2012). The neural substrates of social emotion perception and regulation are modulated by adult attachment style. *Social Neuroscience*, 7(5), 473-493.
<https://doi.org/10.1080/17470919.2011.647410>.
- Wei, M., Russell, D. W., & Zakalik, R. A. (2005). Adult attachment, social self-efficacy, self-disclosure, loneliness, and subsequent depression for freshman college students: A longitudinal study. *Journal of Counseling Psychology*, 52(4), 602.
<https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/0022-0167.52.4.602>.
- Wu, C., & Parker, S. (2017). The role of leader support in facilitating proactive work behavior: A perspective from attachment theory. *Journal of Management*, 43, 1025-1049.
<https://psycnet.apa.org/doi/10.1177/0149206314544745>.
- Wu, J., Chen, J., & Dou, W. (2017). The Internet of Things and interaction style: the effect of smart interaction on brand attachment. *Journal of Marketing Management*, 33(1-2), 61-75.
<http://dx.doi.org/10.1080/0267257X.2016.1233132>
- Yip, J., Ehrhardt, K., Black, H., & Walker, D. O. (2018). Attachment theory at work: A review and directions for future research. *Journal of Organizational Behavior*, 39(2), 185-198.
<https://psycnet.apa.org/doi/10.1002/job.2204>.
- Young, K. S., Sandman, C. F., & Craske, M. G. (2019). Positive and negative emotion regulation in adolescence: links to anxiety and depression. *Brain Sciences*, 9(4), 76.
<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/30934877/>.
- Zeki MA. (2011). Young Adjustment with the University and its Relationship with Social Support. *Two-Journal Specific Research Young, Culture and Society, Family*, 130 (4), 107-08.
https://www.researchgate.net/publication/335609833_Social_Support_And_Adjustment_To_University_Life_In_Ecuadorian_Students
- Zhang, Y. (2019). *Research Progress of Children's Emotional Regulation*. Indonesia: Atlantis Press.
<https://www.atlantispress.com/proceedings/sschd-19/125925620>.
- Zimmermann, P., & Iwanski, A. (2014). Emotion regulation from early adolescence to emerging adulthood and middle adulthood: Age differences, gender differences, and emotion-specific developmental Variations. *International Journal of Behavioral development*, 38(2), 182-194.
<https://psycnet.apa.org/doi/10.1177/0165025413515405>.
- Zimmermann, P., & Iwanski, A. (2015). Attachment in middle childhood: Associations with information processing. *New Directions for Child and Adolescent Development*, 148, 47-61.
<https://doi.org/10.1002/cad.20099>.