

Research Paper

Predicting social adjustment based on attachment styles and cognitive emotion regulation strategies in adolescents

Niloufar Farsijani¹, MohammadAli Besharat², Ali Moghadamzadeh³

1. M.A in Clinical Psychology, Faculty of Psychology and Educational Sciences, University of Tehran, Tehran, Iran.

2. Professor, Department of Psychology, University of Tehran, Tehran, Iran.

3. Assistant Professor, Department of Curriculum Development & Instruction Methods, University of Tehran, Tehran, Iran.

Citation: Farsijani N, Besharat M.A, Moghadamzadeh A. Predicting social adjustment based on attachment styles and cognitive emotion regulation strategies in adolescents. J of Psychological Science. 2022; 21(109): 71-87.

URL: <https://psychologicalscience.ir/article-1-1325-fa.html>



ORCID



10.52547/JPS.21.109.71

ARTICLE INFO

ABSTRACT

Keywords:

Social adjustment,
Attachment,
cognitive emotion
regulation

Background: Previous research has extensively identified factors related to social adjustment, but despite the significant importance of the role of early relationships, attachment styles, and their effects on future relationships, few studies have examined the relationship between attachment styles and social adjustment. Given the importance of adolescence and its major changes in social relationships, there is insufficient understanding of the role of cognitive emotion regulation in explaining social adjustment. It can also be said that the lack of adaptive cognitive emotion regulation strategies is one of the main causes of maladjustment in adolescence.

Aims: This study aimed to predict social adjustment based on attachment styles and cognitive emotion regulation strategies.

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 (Hazem and Schiver, 1987), and the Cognitive Emotion Regulation Scale (Garnefski & Kraaij, 2006). Pearson correlation coefficient and simultaneous regression analysis were used to analyze the research data and all steps were performed using SPSS software version 21.

Results: The results showed that by increasing the individual score in adaptive strategies for cognitive regulation of emotions, ($p < 0/05$, $r = 0/60$) and secure attachment style ($p < 0/05$, $r = 0/49$) Social adjustment increases. On the other hand, the results showed that by reducing the individual's score in maladaptive strategies for cognitive regulation of emotions, ($p < 0/05$, $r = -0/54$), Ambiguous attachment style ($p < 0/05$, $r = -0/31$) and Avoidant attachment style ($p < 0/05$, $r = -0/30$) Social adjustment increases. Findings showed that the combination of research variables is significantly related to social adjustment and explained 54% of its variances.

Conclusion: Sensitivity and responsiveness in care and emotions play an essential role in social adjustment. The use of interventions based on the restorations of the attachment styles and teaching adaptive strategies for cognitive regulation of emotions is effective in promoting social adjustment.

Received: 08 Jul 2021

Accepted: 11 Aug 2021

Available: 21 Mar 2022

* **Corresponding Author:** MohammadAli Besharat, Professor, Department of Psychology, University of Tehran, Tehran, Iran.

E-mail: besharat@ut.ac.ir

Tel: (+98) 2161117488

2476-5740/ © 2021 The Authors. This is an open access article under the CC BY-NC-ND license

(<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/>).



Extended Abstract

Introduction

The role of adjustment in interpersonal interactions has been studied in several kinds of research (Yang & Lee, 2020). Even though social adjustment problems have a significant impact on adolescent's mental health, there are several gaps in the understanding of the factors that influence adolescent adjustment. Throughout life, achieving and maintaining social adjustment is a challenging task. However, achieving this goal throughout adolescence is more important. It is possible that failing to pay attention to some maladaptive behaviors in social relationships throughout adolescence would result in mental health problems in adulthood (Dass, 2016). Given the high prevalence of adolescent adjustment problems and government expenditure on this issue, it's essential to investigate the factors that influence social adjustment. The previous study has thoroughly explored the internal variables involved with social adjustment (Agbaria, 2020). Despite the importance of attachment styles and their influence on future relationships as an interpersonal component, a few researchers have studied the relationships between attachment styles and social adjustment. Attachment theory is one of the theoretical frameworks for understanding performance and interpersonal relationships (Farley 2018; shi, 2020). According to researches, when caregivers are sensitive to a child's needs and provide him or her with appropriate attention and care, On the one hand, the child develops a secure attachment. On the other side, the child may develop positive relationships through developing social skills, competence, and empathy, and social relationships become more adaptable as a result. A child's ambivalent and avoidant insecure attachment styles are formed as a result of inadequate care. Insecure attachments are related to a variety of unpleasant outcomes, including internalizing and externalizing behavioral problems (Groh, 2012). Several studies have found a relationship between attachment styles and several dimensions of adjustment (Decastro, 2019). However, a few studies have focused only on the relationship between attachment styles and social adjustment. One of the

aims of the current study, as mentioned above, was to predict social adjustment based on attachment styles. Given the importance of emotion regulation, many studies have examined emotion regulation strategies (Hoorelbeke, Koster, Demeyer, Loeys, & Vanderhasselt, 2015). But, due to emotional changes in adolescence and their impact on social relationships, the role of cognitive emotion regulation in social relationships is not well understood, and just a few researchers have explored this relationship. Emotion regulation affects how emotions are experienced and expressed (Sobol, Woźny, M., & Czubak-Paluch, 2021), and this leads to improved behavior in terms of social goals (Hoorelbeke et al., 2015). During adolescence, emotion regulation strategies improve considerably (Sobol et al., 2021) but, maladjustment in adolescence is usually caused by a lack of adaptive cognitive emotion regulation strategies. As a result, the significance of paying attention to cognitive-emotional regulation strategies throughout this period of evolution can be justified. Based on the above, another aim of the present study was to predict social adjustment based on emotion regulation strategies. In this regard, it is also worth mentioning that the research of variables associated with adolescent's female adjustment is more significant. Girls play a critical role in social health, and one of the most important ways for health organizations to achieve their goals is to invest in them and improve their health (Rafferty, 2014). As a result, it's reasonable to pay more attention to this sensitive group's adjustment and social performance.

Method

The present study is a descriptive correlational study. The statistical population of this study included female students studying in high school in public schools in Tehran. In this study, 337 adolescent female students were selected by the convenience sampling method. The sample size was estimated to be 337 people. After providing the necessary explanations about the research objectives and attracting students' participation and cooperation, the Bell Adjustment Questionnaire (BAI), the Adult Attachment Scale (AAI), and the Cognitive Emotion Regulation Questionnaire (CERQ) were administered to them.

Results

Before analyzing the data, the assumptions of normality, linearity of the relationship, uniformity of scatter around the regression line, independence of

errors, and collinearity were examined, and the results indicated the establishment of the above assumptions. Table 1 shows the correlation matrix of the research variables.

Table 1. Correlation matrix of research variables

Variables	1	2	3	4	5	6
1. Social Adjustment	1					
2. Adaptive Cognitive Emotion Regulation	0.60**	1				
3. Maladaptive Cognitive 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 1 shows that there is a positive relationship between adaptive cognitive-emotional regulation strategies and social adjustment, and this shows that with increasing a person's score in adaptive cognitive emotion regulation strategies, his score in social adjustment increases ($r=0.60, p<0.01$). Table 1 shows that there is a negative relationship between maladaptive cognitive-emotional regulation strategies and social adjustment, and this shows that with increasing a person's score in maladapted cognitive emotion regulation strategies, his score in social adjustment decreases ($r=-0.54, p<0.01$). Table 1 shows that there is a positive relationship between secure attachment style and social adjustment, and this shows that with increasing a person's score insecure attachment style, his score in social adjustment increases ($r=0.49, p<0.01$).

Table 1 shows that there is a negative relationship between avoidant attachment style and social adjustment, and this shows that with increasing a person's score in avoidant attachment style, his score in social adjustment decreases ($r=-0.30, p<0.01$). Table 1 shows that there is a negative relationship between ambivalent attachment style and social adjustment, and this shows that with increasing a person's score in ambivalent attachment style, his score in social adjustment decreases ($r=-0.31, p<0.01$). Considering the significance of the correlation coefficient of cognitive emotion regulation strategies (adaptive and Maladaptive) and attachment styles (secure, avoidant, and ambivalent) with social adjustment, to determine their predictive role in social adjustment, multiple regression analysis was used.

Table 2. multiple regression analysis to determine predictive role of cognitive emotion regulation strategies and attachment styles in social adjustment

Variables	R	R ²	F	B	B	T	P
Adaptive Cognitive Emotion Regulation	0.733	0.538	74.756***	1.711	0.356	7.913	0.001
Maladaptive Cognitive Emotion Regulation	-	-	-	-1.001	-0.215	-4.672	0.001
Secure Attachment Style	-	-	-	0.281	0.265	6.427	0.001
Avoidant Attachment Style	-	-	-	-0.137	-0.131	-3.315	0.001
Ambivalent Attachment Style	-	-	-	-2.203	-0.132	-3.257	0.001

The results of Table 2 indicate that the combination of research variables is significantly related to social adjustment and explains 54% of its variance ($R^2= 0.54, p <0.05$). According to Table 2, it can be seen that the variable of adaptive cognitive emotion regulation strategies ($\beta= 0.356, p= 0.001$) provides a significant prediction of the social adjustment variable. According to Table 2, it can be seen that the variable of maladaptive cognitive emotion regulation strategies ($\beta= -0.215, p= 0.001$) provides a significant

prediction of the social adjustment variable. According to Table 2, it can be seen that the variable of secure attachment style ($\beta= 0.265, p= 0.001$) provides a significant prediction of the social adjustment variable. According to Table 2, it can be seen that avoidant attachment style ($\beta= -0.131, p= 0.001$) provides a significant prediction of the social adjustment variable. According to Table 2, it can be seen that ambivalent attachment style

($\beta = -0.132$, $p = 0.001$) provides a significant prediction of the social adjustment variable.

Conclusion

Although attachment and its relationship with adjustment have been studied extensively, However research on the relationship between attachment and social adjustment is limited. The current study's findings revealed that secure attachment style positively predicts social adjustment while avoidant and ambivalent insecure attachment styles negatively predict it. This finding is similar to previous research findings (Wider, Mustapha, Halik, & Bahari, 2017). Several explanations exist for this finding. According to attachment theory, the child's early relationships with his or her primary caregiver have an impact on subsequent relationships. These experiences affect people's expectations in subsequent interactions and lead to the formation of internal working models. Secure attachment leads to the development of positive internal working models. Furthermore, children who have a secure attachment style have trust in their caregiver's ability to meet their needs. On the other side, the major feature of avoidant attachment is the tendency to avoid attachment. These individuals avoid intimacy and detach themselves from others to maintain emotional independence and seek independence. Furthermore, these individuals show less empathy in relationships. These beliefs and behaviors in avoidant attachment individuals affect social adjustment. Individuals with ambivalent attachment styles learn that people are unexpectedly accessible and responsive because they did not get adequate care in their relationship with the primary caregiver. These individuals demand an excessive amount of attention in interpersonal relationships. As a result of this behavior, people withdraw from their relationships, reinforcing the belief that humans are untrustworthy. Due to self-centeredness and excessive self-focus, these individuals fail to develop skills to engage in social relationships and respond less sensitively and without empathy to the needs of others (Mikulincer & Shaver, 2016). As a result, their social adjustment decreases. Another finding of this study is that adaptive cognitive emotion regulation strategies positively predict social adjustment and maladaptive cognitive

emotion regulation strategies negatively predict it. These findings are similar to previous research findings (Balzarotti, Biassoni, Villani, Prunas, & Velotti, 2016). Emotion regulation is an important component of adaptive performance which consists of three fundamental skills: emotion clarity, emotion acceptance, and the ability to use adaptive emotion regulation strategies (Robertson, 2012). These three skills help to regulate impulsive behaviors and improve social adjustment. As a result, individuals can express their emotions based on the situation, decreasing the risk of aggressiveness in social relationships (Purwadi, Alhadi, Supriyanto, Saputra, Mulyana, & Wahyudi, 2020). Furthermore, the concept of self-control as the ability to control emotions and behaviors in interpersonal relationships (Layton, & Muraven, 2014) overlaps with the definition of emotion regulation, which is focused on regulating experience and expressing emotions for long-term goals (Gratz, & Roemer, 2004). On the other side, maladaptive emotion regulation strategies deplete cognitive resources (Gross, & John, 2003). As a result, the individual's ability to use logical alternatives declines, since they are unable to evaluate all aspects of the issue.

The study's findings can improve the understanding of the factors that influence social adjustment. It's also important to note that, to promote social adjustment, it's necessary to develop a secure attachment style while also training adaptive cognitive-emotional regulation strategies.

Ethical Considerations

Compliance with ethical guidelines: The authors extracted this article from the master dissertation of the first 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 with no financial support.

Authors' contribution: The first author was the senior author, the second was the supervisor and the third was the advisor.

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 و راهبردهای نظم‌دهی شناختی هیجان

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

۱. کارشناس ارشد روانشناسی بالینی، دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی، دانشگاه تهران، تهران، ایران.

۲. استاد، گروه روانشناسی، دانشگاه تهران، تهران، ایران.

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

مشخصات مقاله

کلیدواژه‌ها:

سازگاری اجتماعی،
دلبستگی،
نظم‌دهی شناختی هیجان

چکیده

زمینه: پژوهش‌های پیشین به طور گسترده، عوامل مرتبط با سازگاری اجتماعی را شناسایی کرده‌اند، اما علی‌رغم اهمیت قابل توجه نقش روابط اولیه، سبک‌های دلبستگی و تأثیرات آن در روابط آتی، مطالعات اندکی به بررسی ارتباط بین سبک‌های دلبستگی و سازگاری اجتماعی پرداخته‌اند. با توجه به اهمیت تحولی دوران نوجوانی و تغییرات غیرقابل اغماض آن در روابط اجتماعی، درک کافی از نقش نظم‌دهی شناختی هیجان در تبیین سازگاری اجتماعی وجود ندارد. همچنین می‌توان گفت فقدان راهبردهای سازش یافته نظم‌دهی شناختی هیجان از عوامل اساسی ناسازگاری در دوران نوجوانی است.

هدف: پژوهش حاضر باهدف پیش‌بینی سازگاری اجتماعی بر اساس سبک‌های دلبستگی و نظم‌دهی شناختی هیجان انجام شد.

روش: این پژوهش از نوع توصیفی همبستگی است. در این پژوهش ۳۳۷ دانش‌آموز دختر در مقطع دبیرستان به روش نمونه‌گیری دردسترس انتخاب شدند. از شرکت‌کنندگان درخواست شد تا مقیاس سازگاری بل (بل، ۱۹۳۴)، مقیاس دلبستگی بزرگسالان (هازن و شیور، ۱۹۸۷) و مقیاس نظم‌دهی شناختی هیجان (گارفنلسکی و کرایچ، ۲۰۰۶) را تکمیل کنند. برای تحلیل داده‌های پژوهش از ضریب همبستگی پیرسون و تحلیل رگرسیون همزمان استفاده شد و کلیه مراحل با استفاده از نرم‌افزار SPSS نسخه ۲۱ انجام گرفت.

یافته‌ها: نتایج پژوهش نشان داد که با افزایش نمره فرد در راهبردهای سازش یافته نظم‌دهی شناختی هیجان ($r = 0.06, p < 0.05$) و سبک دلبستگی ایمن ($r = 0.49, p < 0.05$) سازگاری اجتماعی افزایش می‌یابد. از سوی دیگر نتایج پژوهش نشان داد که با کاهش نمره فرد در راهبردهای سازش نایافته نظم‌دهی شناختی هیجان ($r = -0.54, p < 0.05$)، سبک دلبستگی دوسوگرا ($r = -0.31, p < 0.05$) و سبک دلبستگی اجتنابی ($r = -0.30, p < 0.05$) سازگاری اجتماعی افزایش می‌یابد. نتایج پژوهش همچنین نشان داد که ترکیب متغیرهای پژوهش به‌طور معنی‌داری با سازگاری اجتماعی رابطه دارند و ۵۴ درصد از واریانس آن را تبیین می‌کنند ($R^2 = 0.54, p < 0.05$).

نتیجه‌گیری: وجود حساسیت و پاسخگویی در مراقبت و هیجان‌ها نقشی اساسی در سازگاری اجتماعی دارند. استفاده از مداخلات مبتنی بر ترمیم سبک‌های دلبستگی و آموزش راهبردهای سازش یافته نظم‌دهی شناختی هیجان در ارتقاء سازگاری اجتماعی مؤثر است.

دریافت شده: ۱۴۰۰/۰۴/۱۷

پذیرفته شده: ۱۴۰۰/۰۵/۲۰

منتشر شده: ۱۴۰۱/۰۱/۰۱

* نویسنده مسئول: محمدعلی بشارت، استاد، گروه روانشناسی، دانشگاه تهران، تهران، ایران.

رایانامه: besharat@ut.ac.ir

تلفن: ۰۲۱۶۱۱۱۷۴۸۸

مقدمه

نوجوانی دوره‌ای بین کودکی و بزرگسالی است (جارگزار، برناراس، بولی، گارایگروبیبل، ۲۰۱۵) و شامل سنین ۱۰ تا ۱۹ سالگی می‌شود (چارلز، ۲۰۲۰). روانشناسان این دوره را به‌عنوان مرحله‌ای حساس در زمینه رشد شناختی و بلوغ اجتماعی در نظر می‌گیرند. همچنین این دوره مرحله‌ای حساس در فرآیند تحول انسان است (پاتک، تیواری و پاتل، ۲۰۱۵) که به‌عنوان دوره فشار و استرس (واگلا، ۲۰۱۵) شناخته می‌شود. تغییرات هیجانی (ماستروودوس، ۲۰۱۹) در این دوره امکان آسیب‌پذیری نوجوانان را افزایش می‌دهند (جارگزار و همکاران، ۲۰۱۸)، چرا که این تغییرات موقعیت‌هایی را پیش‌روی نوجوانان قرار می‌دهد که می‌تواند منجر به افزایش ادراک استرس، تجارب منفی و بی‌ثباتی هیجانی شود (مک‌لاگین، هتزوهرلر، داگلاس و نولن، ۲۰۱۱). این امر نیز می‌تواند سازگاری نوجوانان در تعاملات بین‌فردی را تحت‌شعاع قرار دهد. علاوه‌براین قوانین اجتماعی و هنجارهای رفتاری تحمیل‌شده از سوی جامعه، نوجوانان را در مقابل چالشی دشوار برای سازگار شدن با این قواعد قرار می‌دهد (جویک، ۲۰۱۱). نکته شایان توجه در این زمینه این است که بررسی عوامل مرتبط با سازگاری دختران نوجوان از جایگاه ویژه‌ای برخوردار است. دختران نقش مهمی در سلامت جامعه امروز و آینده کشور دارند و سرمایه‌گذاری بر روی این گروه و ارتقاء سطح سلامت آن‌ها نیز یکی از مهم‌ترین راهکارها جهت تحقق اهداف سازمان‌های بهداشتی محسوب می‌شود (رافرتی، ۲۰۱۴). بنابراین توجه مضاعف به سازگاری و عملکرد اجتماعی این گروه آسیب‌پذیر قابل توجه است.

سازگاری^۱، به‌عنوان مسئله اصلی این دوره زیربنای عملکرد خوب، تسهیل‌کننده نقش‌های اجتماعی و رضایت بیشتر از زندگی است. همچنین سازگاری به‌عنوان توانایی فرد برای برآورده نمودن استانداردهای اجتماعی (تانیکاول و پیریا، ۲۰۱۶) تعریف شده است. باتوجه به برجستگی ناسازگاری در سنین نوجوانی (کوور و سونی، ۲۰۱۸) و به دلیل آن‌که مشکلات سازگاری در نوجوانان می‌تواند علت بسیاری از اختلالات در بزرگسالی باشد مطالعات بسیاری به بررسی عوامل مرتبط با مشکلات سازگاری پرداخته‌اند (جرارد و بوث، ۲۰۱۵). یکی از ابعاد مهم سازگاری،

سازگاری اجتماعی^۲ است. سازگاری اجتماعی بیانگر توانایی افراد برای تشکیل و حفظ روابط بین‌فردی مثبت و سازنده است (داجنس و راتل، ۲۰۲۰؛ سویانتو، ۲۰۱۸). در حقیقت سازگاری اجتماعی فرآیندی است که امکان درک و پیش‌بینی رفتار دیگران و همدلی را به فرد می‌دهد (دوالی و رهاماوتی، ۲۰۱۶). با توجه به وجود فراوان رفتارهای ناسازگارانه در نوجوانان، می‌توان اذعان نمود که مسئله رشد سازگاری اجتماعی تا حدودی نادیده گرفته شده است. از آنجا که نوجوانان قشر قابل توجهی از جمعیت کشور را تشکیل می‌دهند، لذا شناسایی عوامل پیش‌بینی‌کننده سازگاری آن‌ها در ارتباطات اجتماعی از جمله الزامات در جهت ارتقاء سلامت روان افراد جامعه است. مطابق با پژوهش‌های پیشین عوامل مختلفی مانند حمایت اجتماعی (زکی، ۲۰۱۱)، همدلی (صف‌آرا، ۲۰۲۰)، هوش هیجانی (سالی، ۲۰۱۸) بر سازگاری اجتماعی مؤثر است.

یکی از عوامل بین‌فردی که در بروز سازگاری اجتماعی نقش دارد نحوه پاسخ‌دهی والد به نیازهای کودک در دوران کودکی است. این ارتباط اولیه مبنا و اساس شکل‌گیری دلبستگی است. دلبستگی پیوندی عاطفی است که در آن فرد به دنبال مجاورت با شیء دلبستگی^۳ بوده (اکه، ۲۰۱۲) و از آن به‌عنوان پناهگاهی امن برای اکتشاف دنیای پیرامون و ملجایی برای تسکین پریشانی‌های خود استفاده می‌کند. سبک‌های دلبستگی بیانگر الگویی نسبتاً پایدار از افکار، احساسات و رفتارها هستند که در روابط افراد بروز پیدا می‌کنند (فارلی، ۲۰۱۸). روابط کودک با مراقبان (مادر یا جانشین مادر) در سال‌های اولیه زندگی به تشکیل الگوهای روانی خاصی منجر می‌شود که مبنای روابط بین‌فردی در بزرگسالی هستند (یپ، ۲۰۱۸). الگوی کارکرد درونی بیانگر بازنمایی ذهنی در رابطه با ارزش خود، قابلیت دسترس‌پذیری، پاسخگویی و قابل‌اعتماد بودن مراقب است (فارلی، ۲۰۱۸). نظریه دلبستگی یکی از چارچوب‌های نظری برجسته برای درک عملکرد و تعاملات بین‌فردی (شی، ۲۰۲۰؛ فارلی، ۲۰۱۸)، حل تعارضات و حفظ سازگاری (شاهین - کیرالپ و سرین، ۲۰۱۵) است. مطابق با نظریه بالبی (۱۹۸۲) احساس امنیت در دلبستگی بر رفتارهای اجتماعی (شی، ۲۰۲۰) و جامعه‌پسند (میکولیسر و شاور، ۲۰۱۷) تأثیر دارد. کیفیت و نوع دلبستگی در کودکی، نوع دلبستگی در روابط آتی (شاهین - کیرالپ و سرین، ۲۰۱۵؛

3. attachment object

1. adjustment

2. social adjustment

گدس، ۲۰۱۸) فرد را تحت تأثیر قرار می‌دهد. آینسورث، بلهر، واترز و وال (۱۹۸۷) سه سبک اصلی دلبستگی ایمن، دوسوگرا و اجتنابی را معرفی کرده‌اند (کسیدی، ۲۰۱۶). مطالعات مختلف ارتباط میان سبک‌های دلبستگی و ابعاد مختلف سازگاری را نشان داده‌اند (دی کاسترو و پریرا، ۲۰۱۹). پژوهش‌ها نشان می‌دهند که وقتی مراقبین نسبت به نیازهای کودک حساس بوده و توجه و مراقبت کافی را از او به عمل می‌آورند از یکسو دلبستگی ایمن در کودک شکل گرفته و از سوی دیگر کودک با پرورش مهارت‌ها (کارن، متر، جان‌ها، براون و کابان، ۲۰۱۹) قادر به ایجاد پیوندهای قابل اعتماد در روابط بوده و به این ترتیب سازگاری در تعاملات اجتماعی افزایش می‌یابد (کواپلن و همکاران، ۲۰۱۸). مراقبت‌های ناکافی منجر به شکل‌گیری سبک‌های دلبستگی نایمن دوسوگرا و اجتنابی در کودک می‌شود (کسیدی، ۲۰۱۶). 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 (کمپل، ۲۰۱۷) می‌شود. سبک‌های دلبستگی معمولاً با گذشت زمان پایدار می‌مانند زیرا انتظارات بین فردی از طریق پیشگویی‌های خودکام بخش مجدداً تأیید می‌شوند (کنارث، ۲۰۱۴). علی‌رغم اهمیت بالای نقش روابط اولیه، سبک‌های دلبستگی و تأثیرات آن در روابط و سازگاری اجتماعی، مطالعات اندکی اختصاصاً به بررسی ارتباط بین سبک‌های دلبستگی و سازگاری اجتماعی پرداخته‌اند (نیون، ۲۰۱۷). بر این اساس یکی از اهداف پژوهش حاضر بررسی رابطه سبک‌های دلبستگی با سازگاری اجتماعی بود. پیش‌بینی می‌شود که بین سبک دلبستگی ایمن و سازگاری اجتماعی رابطه‌ای مثبت وجود داشته باشد.

عامل دیگری که فرض می‌شود در پیش‌بینی سازگاری اجتماعی نقش مؤثری را ایفا می‌کند، نظم‌دهی شناختی هیجان است. هیجان‌ها برای سلامت روان و بهبود عملکرد اجتماعی ضروری هستند (گراس، ۲۰۱۴). نظم‌دهی هیجان بر نحوه تجربه هیجان‌های ناخوشایند نیز تأثیر دارد (گارفنسکی و کرایچ، ۲۰۱۸). نظم‌دهی هیجان ساختاری چندبعدی است که بر تعدیل تجربه هیجان (سولان، ۲۰۱۷) و حل نمودن مسائل و مشکلات بین شخصی (کان، بلیز، کپیتانی، اربن و دیمیتروویچ، ۲۰۱۰؛ به نقل از بشارت، زاهدی

تجربشی و نوربالا، ۱۳۹۲) تأثیر می‌گذارد. نظم‌دهی شناختی هیجان شکل خاصی از خودنظم‌دهی است که به وسیله آن می‌توان بر شیوه بروز هیجان‌ها تأثیر گذاشت (سزیگل، بوزنی و بازیسکا، ۲۰۱۲). سازگاری روانشناختی نیز تا حد زیادی به نظم‌دهی هیجان بستگی دارد (صائمی، بشارت و اصغرزادفردی، ۱۳۹۸). عدم‌پردازش شناختی صحیح اطلاعات هیجانی، منجر به برانگیختگی هیجانی و رفتارهای ناسازگارانه می‌شود. افرادی که قادر به نظم‌دهی هیجان هستند می‌توانند بر چگونگی تجربه هیجان‌ها، مدت و نحوه ابراز آن‌ها تأثیر گذاشته (سوبول، وزنی و زویاک، ۲۰۲۱) و رفتارشان را مطابق با بافت و اهداف اجتماعی (هوبرلک، کاستر، دمیر، لویزوندرهاسلت، ۲۰۱۵) نظم‌دهی نمایند. این افراد در سازگاری با چالش‌های زندگی سازگاری بیشتری نشان داده و سلامت جسمی (گراس، ۲۰۱۴) و کفایت اجتماعی (میو، هیو و ونگ، ۲۰۱۷) بیشتری نشان می‌دهند و در مهار هیجان‌های ناخوشایند و استفاده مثبت از هیجان‌ها مهارت بیشتری دارند (اربتزودیس، رم، ندلکوویچ و موادینگ، ۲۰۱۷). نظم‌دهی هیجان نقش مهمی در روابط اجتماعی ایفا می‌کند (چرونسکی، ۲۰۱۹)، چرا که منجر به نظم‌دهی روابط افراد شده و به عنوان مبنایی برای اجتماعی شدن در نظر گرفته می‌شود. افراد در روند اجتماعی شدن از استراتژی‌های مختلف نظم‌دهی شناختی هیجان برای حل مشکلات و سازگاری بهتر با محیط استفاده می‌کنند (ژانگ، ۲۰۱۹). نظم‌دهی هیجان شامل راهبردهای نظم‌دهی شناختی هیجان است. این راهبردها در دوران نوجوانی به‌طور گسترده‌ای تحول می‌یابند (سوبول و همکاران، ۲۰۲۱). طبقه‌بندی‌های متعددی از راهبردهای نظم‌دهی شناختی هیجان ارائه شده است. یکی از مدل‌های نظم‌دهی شناختی هیجان به‌وسیله گارفنسکی و همکاران (۲۰۰۱) معرفی شده است که راهبردهای نظم‌دهی شناختی هیجان را به دو دسته سازش یافته (اتخاذ رویکرد، توجه مجدد مثبت، ارزیابی مجدد مثبت و برنامه‌ریزی) و سازش نایافته (خودسرزنشی، دیگر سرزنشی، نشخوار فکری و فاجعه انگاری) تقسیم می‌کند. استفاده از راهبردهای سازش یافته 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 اقتضانات موقعیتی تعدیل نمایند (بشیرپور، ۲۰۱۹). علاوه بر این استفاده از راهبردهای سازش یافته نظم‌دهی شناختی هیجان با بهبود کیفیت تعاملات

اجتماعی (ژانگ، ۲۰۱۹)، بهزیستی هیجانی (نیک‌خواه و یوسفی، ۱۴۰۰) و سازگاری زناشویی (کریمی و اسماعیلی، ۱۳۹۹) رابطه دارد. در نقطه مقابل استفاده از راهبردهای سازش نیافته نظم‌دهی شناختی هیجان با اختلالات روانشناختی (مشهدی، حسنی و میردوقی، ۲۰۱۱) و مشکلات بین فردی (گروفالو ویلوتی زاواتینی و کاسان، ۲۰۱۷) مرتبط است. مطالعات اندکی، اختصاصاً، به بررسی ارتباط بین راهبردهای نظم‌دهی شناختی هیجان و سازگاری اجتماعی پرداخته‌اند (نادر - گروسبویس و مازون، ۲۰۱۴؛ بالزاروتی و همکاران ۲۰۱۶؛ جزایری و همکاران، ۲۰۱۵). علی‌رغم اهمیت بسزایی که مشکلات سازگاری اجتماعی بر سلامت روان نوجوانان دارند، خلأهایی در حوزه شناسایی عوامل مرتبط در جهت پیشگیری و بهبود این مشکلات وجود دارد. شناسایی عوامل تأثیرگذار بر مشکلات سازگاری اجتماعی می‌تواند در انجام برنامه‌ریزی‌های لازم برای پیشگیری و بهبود این گونه مشکلات مؤثر بوده و رضایت از روابط اجتماعی و سلامت روان افراد جامعه را افزایش دهد. با عنایت به موارد ذکر شده مطالعه حاضر در پی آن است تا روشن کند که آیا می‌توان سازگاری اجتماعی را براساس سبک‌های دلبستگی و نظم‌دهی شناختی هیجان پیش‌بینی کرد یا خیر؟

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 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 $F^2 = ۰/۰۴$ (ماستومتو، یو و ناکاگاوا، ۲۰۰۸) و وجود پنج متغیر پیش‌بین (سبک‌های دلبستگی ایمن، اجتنابی و دوسوگرا، راهبردهای نظم‌دهی شناختی هیجان سازش یافته و سازش نیافته) 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) داشتن جنسیت مذکر. پس از ارائه توضیحات لازم در مورد اهداف پژوهش و جلب مشارکت و همکاری دانش‌آموزان پرسشنامه‌های سازگاری بل (BAI)، مقیاس دلبستگی بزرگسال (AAI) و پرسشنامه نظم‌دهی شناختی هیجان (CERQ) برای آن‌ها اجرا شد. 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^۱ 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 دانش‌آموزان و دانشجویان و دیگری به بزرگسالان مربوط بوده و حیطه‌های مختلف سازگاری را در زمینه‌های اجتماعی، عاطفی، تحصیلی، جسمانی و خانواده می‌سنجد. هر یک 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 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^۲، که با استفاده از مواد آزمون دلبستگی هازن و شیور (۱۹۸۷) ساخته شده است. این آزمون، 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

¹. Bell Adjustment Inventory

². Adult Attachment Inventory

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.

یافته‌ها

جدول ۱ شاخص‌های توصیفی میانگین، انحراف استاندارد، کجی و کشیدگی متغیرهای پژوهش را نشان می‌دهد. پیش از تحلیل داده‌ها مفروضه‌های نرمال بودن، خطی بودن رابطه، یکسانی پراکندگی حول خط رگرسیون، استقلال خطاها و عدم هم‌خطی بررسی شد که نتایج آن در ادامه بیان می‌شود. شاخص‌های کجی و کشیدگی برای بررسی مفروضه نرمال بودن توزیع مورد بررسی قرار گرفت. مقادیر به‌دست‌آمده برای چولگی و کشیدگی متغیرها حاکی از تحقق پیش‌فرض نرمال بودن برای تمام متغیرها به جز سبک دلبستگی دوسوگرا است، لذا به منظور اصلاح نمرات کشیدگی متغیر سبک دلبستگی دوسوگرا از تبدیل لگاریتمی استفاده شد که پس از تبدیل، میزان کجی و کشیدگی این متغیر به ترتیب برابر با ۰/۱۴۷- و ۱/۵۳۱ به دست آمد که حاکی از برقراری مفروضه نرمال بودن بود. برای تعیین مفروضه خطی بودن و یکسانی پراکندگی حول خط رگرسیون از نمودار پراکنش استفاده شد که این نمودارها حاکی از برقراری این مفروضه‌ها بود. برای تعیین استقلال خطاها از شاخص دوربین - واتسون استفاده شد که چون مقدار آن بین ۱/۵ تا ۲/۵ بود نسبت به برقراری این مفروضه نیز اطمینان حاصل شد. برای بررسی مفروضه عدم هم‌خطی 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، بر این اساس می‌توان نسبت به مفروضه عدم هم‌خطی نیز اطمینان حاصل کرد. با توجه به جدول ۲ می‌توان مشاهده کرد که بین راهبردهای سازش‌یافته نظم‌دهی

زیرمقیاس‌های آزمون به ترتیب ۵ و ۲۵ خواهد بود. ضرایب آلفای کرونباخ پرسش‌های زیرمقیاس‌های ایمن، اجتنابی و دوسوگرا در مورد یک نمونه (n= ۱۴۸۰; n= ۸۶۰ زن، ۶۲۰ مرد) برای کل آزمودنی‌ها به ترتیب ۰/۸۹، ۰/۸۹، ۰/۸۸؛ برای زنان ۰/۹۱، ۰/۹۰، ۰/۸۷ و برای مردان ۰/۸۹، ۰/۹۰، ۰/۸۷ محاسبه شد که نشانه همسانی درونی^۱ خوب مقیاس دلبستگی بزرگسال است. روایی محتوایی^۲ 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^۳ مقیاس دلبستگی بزرگسال را مورد تأیید قرار داد (بشارت، ۱۳۹۲، ۲۰۱۱).

پرسشنامه نظم‌دهی شناختی هیجان CERQ: پرسشنامه نظم‌دهی شناختی هیجان^۴ یک ابزار ۱۸ گویه‌ای است و راهبردهای نظم‌دهی شناختی هیجان‌ها 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^۵؛ دیگرسرزنشگری^۶؛ تمرکز بر فکر / نشخوارگری^۷؛ فاجعه‌نمایی^۸؛ کم‌اهمیت شماری^۹؛ تمرکز مجدد مثبت^{۱۰}؛ ارزیابی مجدد مثبت^{۱۱}؛ پذیرش^{۱۲}؛ تمرکز مجدد بر برنامه‌ریزی^{۱۳} (گارفنسکی و کرایچ، ۲۰۰۶). 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 (گارفنسکی و کرایچ، ۲۰۰۶؛ گارفنسکی و همکاران، ۲۰۰۱). در بررسی مقدماتی ویژگی‌های روان‌سنجی این پرسشنامه در نمونه‌ای از جمعیت عمومی (n= ۳۶۸، n= ۱۹۷ زن، ۱۷۱ مرد)، ضرایب آلفای کرونباخ برای زیرمقیاس‌ها از ۰/۶۷ تا ۰/۸۹ محاسبه شد (بشارت، ۱۳۹۵). این ضرایب همسانی درونی^{۱۴}

8. catastrophizing

9. putting into perspective

10. positive refocusing

11. positive reappraisal

12. acceptance

13. refocus on Planning

14. internal consistency

1. internal consistency

2. content validity

3. construct validity

4. Cognitive Emotion Regulation Questionnaire

5. self-blame

6. other blame

7. focus on thought/rumination

همبستگی راهبردهای نظم‌دهی شناختی هیجان (سازش یافته و سازش نایافته) و سبک‌های دلبستگی (ایمن، اجتنابی و دوسوگرا) با سازگاری اجتماعی، برای تعیین نقش پیش‌بین آن‌ها در سازگاری اجتماعی از رگرسیون چندگانه به روش هم‌زمان استفاده شد که نتایج آن در جدول ۳ ارائه شده است. نتایج جدول ۳ حاکی از آن است که ترکیب متغیرهای پژوهش به‌طور معنی‌داری با سازگاری اجتماعی رابطه دارند و ۵۴ درصد از واریانس آن را تبیین می‌کنند ($R^2 = 0/54, p < 0/05$). با توجه به جدول ۳ مشاهده می‌شود متغیر راهبردهای سازش یافته نظم‌دهی شناختی هیجان ($\beta = 0/356, p = 0/001$) پیش‌بینی معنی‌داری از متغیر سازگاری اجتماعی ارائه می‌دهد. همان‌طور که در جدول ۳ مشاهده می‌شود متغیر راهبردهای سازش نایافته نظم‌دهی شناختی هیجان ($\beta = -0/215, p = 0/001$) پیش‌بینی معنی‌داری از متغیر سازگاری اجتماعی ارائه می‌دهد. همان‌طور که در جدول ۳ مشاهده می‌شود متغیر سبک دلبستگی ایمن ($\beta = 0/265, p = 0/001$) پیش‌بینی معنی‌داری از متغیر سازگاری اجتماعی ارائه می‌دهد. همان‌طور که در جدول ۳ مشاهده می‌شود متغیر سبک دلبستگی اجتنابی ($\beta = -0/131, p = 0/001$) پیش‌بینی معنی‌داری از متغیر سازگاری اجتماعی ارائه می‌دهد. در نهایت با توجه به جدول ۳ مشاهده می‌شود متغیر سبک دلبستگی دوسوگرا ($p = 0/001$) پیش‌بینی معنی‌داری از متغیر سازگاری اجتماعی ارائه می‌دهد. ($\beta = -0/132$)

شناختی هیجان و سازگاری اجتماعی رابطه مستقیم وجود دارد و این نشان می‌دهد با افزایش نمره فرد در راهبردهای سازش یافته نظم‌دهی شناختی هیجان، میزان نمره او در سازگاری اجتماعی افزایش می‌یابد ($r = 0/60, p < 0/05$). با توجه به جدول ۲ می‌توان مشاهده کرد که بین راهبردهای سازش نایافته نظم‌دهی شناختی هیجان و سازگاری اجتماعی رابطه معکوس وجود دارد و این نشان می‌دهد با افزایش نمره فرد در راهبردهای سازش نایافته نظم‌دهی شناختی هیجان، میزان نمره او در سازگاری اجتماعی کاهش می‌یابد ($r = -0/54, p < 0/05$). با توجه به جدول ۲ می‌توان مشاهده کرد که بین سبک دلبستگی ایمن و سازگاری اجتماعی رابطه مستقیم وجود دارد و این نشان می‌دهد با افزایش نمره فرد در دلبستگی ایمن، میزان نمره او در سازگاری اجتماعی افزایش می‌یابد ($r = 0/49, p < 0/05$). با توجه به جدول ۲ می‌توان مشاهده کرد که بین سبک دلبستگی اجتنابی و سازگاری اجتماعی رابطه معکوس وجود دارد و این نشان می‌دهد با افزایش نمره فرد در سبک دلبستگی اجتنابی، میزان نمره او در سازگاری اجتماعی کاهش می‌یابد ($r = -0/30, p < 0/05$). با توجه به جدول ۲ می‌توان مشاهده کرد که بین سبک دلبستگی دوسوگرا و سازگاری اجتماعی رابطه معکوس وجود دارد و این نشان می‌دهد با افزایش نمره فرد در سبک دلبستگی دوسوگرا، میزان نمره او در سازگاری اجتماعی کاهش می‌یابد ($r = -0/31, p < 0/05$). با توجه به معنی‌دار بودن ضریب

جدول ۱. شاخص‌های توصیفی میانگین، انحراف استاندارد، کجی و کشیدگی متغیرهای پژوهش

متغیر	میانگین	انحراف استاندارد	کجی	کشیدگی
سازگاری اجتماعی	۱۳/۰۳	۴/۲۰	۰/۰۳	۱/۱۵
راهبردهای سازش یافته نظم‌دهی شناختی هیجان	۳/۵۷	۰/۸۷	۰/۶۱	۰/۱۵
راهبردهای سازش نایافته نظم‌دهی شناختی هیجان	۲/۹۶	۰/۹۰	۰/۷۱	۰/۷۹
سبک دلبستگی ایمن	۱۴/۷۳	۳/۹۷	۰/۰۶	۰/۴۳
سبک دلبستگی اجتنابی	۱۳/۳۹	۴/۰۲	۰/۴۶	۰/۲۹
سبک دلبستگی دوسوگرا	۱۵/۷۱	۴/۱۱	۲/۰۱	۱۵/۶۵

جدول ۲. ماتریس همبستگی متغیرهای پژوهش

متغیر	۱	۲	۳	۴	۵	۶
۱. سازگاری اجتماعی	۱					
۲. راهبردهای سازش یافته نظم‌دهی شناختی هیجان	**۰/۶۰	۱				
۳. راهبردهای سازش نایافته نظم‌دهی شناختی هیجان	** $-0/54$	** $-0/49$	۱			
۴. سبک دلبستگی ایمن	**۰/۴۹	**۰/۳۳	** $-0/32$	۱		
۵. سبک دلبستگی اجتنابی	** $-0/30$	** $-0/20$	**۰/۱۴	** $-0/17$	۱	
۶. سبک دلبستگی دوسوگرا	** $-0/31$	** $-0/18$	**۰/۳۱	** $-0/078$	** $-0/18$	۱

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

جدول ۳. نتایج رگرسیون چندگانه به روش هم‌زمان برای تعیین نقش پیش‌بین راهبردهای نظم‌دهی هیجان (سازش یافته و سازش نایافته) و سبک‌های دلبستگی (ایمن،

اجتنابی و دوسوگرا) در سازگاری اجتماعی

متغیر	R	R ²	F	B	B	T	P
راهبردهای سازش یافته نظم‌دهی شناختی هیجان	۰/۷۳۳	۰/۵۲۸	***۷۴/۷۵۶	۱/۷۱۱	۰/۳۵۶	۷/۹۱۳	۰/۰۰۱
راهبردهای سازش نایافته نظم‌دهی شناختی هیجان	-	-	-	-۱/۰۰۱	-۰/۲۱۵	-۴/۶۷۲	۰/۰۰۱
سبک دلبستگی ایمن	-	-	-	۰/۲۸۱	۰/۲۶۵	۶/۴۲۷	۰/۰۰۱
سبک دلبستگی اجتنابی	-	-	-	-۰/۱۳۷	-۰/۱۳۱	-۳/۳۱۵	۰/۰۰۱
سبک دلبستگی دوسوگرا	-	-	-	-۲/۲۰۳	-۰/۱۳۲	-۳/۲۵۷	۰/۰۰۱

*P<۰/۰۵, **P<۰/۰۱, ***P<۰/۰۰۱

بحث و نتیجه‌گیری

یافته‌های پژوهش حاضر حاکی از آن بود که سبک دلبستگی ایمن به صورت مثبت و سبک‌های دلبستگی نایمن اجتنابی و دوسوگرا به صورت منفی سازگاری اجتماعی را پیش‌بینی می‌کنند. این یافته‌ها با نتایج پژوهش‌های بارون و همکاران (۲۰۱۷) و نیون (۲۰۱۷) همسو است، این یافته با چند احتمال بدین شرح تبیین می‌شود: براساس نظریه دلبستگی تجارب اولیه کودک در ارتباط با مراقب اولیه در روابط آتی فرد تأثیر دارد. این تجارب، منجر به شکل‌گیری مدل‌های درون‌کاری شده و انتظارات افراد در سایر روابط را شکل می‌دهند. دلبستگی ایمن منجر به تشکیل مدل‌های درون‌کاری‌ای می‌شود که اعتماد به سایر افراد و انتظار تعاملات مثبت از ویژگی‌های اصلی آن است. کودکان با سبک دلبستگی ایمن به توانایی مراقبت‌شان برای پاسخگویی به نیازهای آنان اطمینان دارند. هنگامی که در روابط احساس امنیت وجود داشته باشد، افراد بهتر می‌توانند برای دریافت کمک و حمایت به دیگران روی آورند. از سوی دیگر افراد با دلبستگی ایمن تمایل بیشتری دارند تا به سایر افراد کمک کنند. این رابطه متقابل منجر به شکل‌گیری صمیمیت در تعاملات شده و سازگاری در تعاملات اجتماعی را افزایش می‌دهد. چنانچه مادر در زمان‌های مورد نیاز در دسترس باشد و نسبت به نیازهای کودک حساسیت نشان دهد، کودک احساس امنیت کرده و براساس تعامل سازنده با مادر، مهارت‌هایی مانند همکاری، همدلی، نظم‌دهی هیجان، همیاری، مشارکت و اعتمادبه‌نفس لازم را در خود پرورش می‌دهد و از راهبردهای مقابله‌ای سازش یافته‌تری استفاده می‌کند. از آنجاکه سازگاری اجتماعی مستلزم داشتن مهارت‌های اجتماعی است، لذا کودکان دارای دلبستگی ایمن با به‌کارگیری مهارت‌های اجتماعی، پذیرش اجتماعی بیشتری کسب نموده و سازگاری

اجتماعی بالاتری را بروز می‌دهند. در زمینه تبیین رابطه منفی بین سازگاری اجتماعی و سبک‌های دلبستگی نایمن (اجتنابی و دوسوگرا) می‌توان گفت که ویژگی اصلی دلبستگی اجتنابی، تمایل به رها شدن از دلبستگی است. افراد با دلبستگی اجتنابی باور دارند که نمی‌توان به دیگران اعتماد کرد، بنابراین در تعاملات خود از دیگران اجتناب می‌کنند. این موضوع منجر به دل‌سرد شدن بیشتر از تعاملات اجتماعی می‌شود و این باور از طریق مجموعه‌ای از تعاملات در طول عمر تأیید می‌شود. این افراد به دلیل داشتن روان‌سازه‌های ناسازگار و بازخوردهای منفی نسبت به مادر، خود را شایسته دریافت توجه از سوی دیگران نمی‌دانند، از صمیمیت می‌هراسند و در مقابل برای حفظ استقلال عاطفی و رفتاری با ایجاد فاصله نسبت به دیگران و سعی در مستقل بودن در روابط اجتماعی سازگاری کمتری نشان می‌دهند. انجام رفتارهایی اجتماع‌پسند مانند همدلی و احترام متقابل و داشتن رضایت و خشنودی از ارتباطات اجتماعی از مؤلفه‌های اصلی سازگاری اجتماعی است (دوالی و رهاموتی، ۲۰۱۶). افراد دارای دلبستگی نایمن اجتنابی به علت داشتن هراس از نزدیکی توانایی کمتری در همدلی و اهمیت دادن به نیازهای دیگران دارند و در نتیجه در روابط اجتماعی سازگاری کمتری بروز می‌دهند. همچنین این افراد در زمان بروز تعارض و تنش در روابط بین فردی موضعی خاموش و منفعل را اتخاذ می‌کنند و همین مسئله منجر به طرد بیشتر این افراد از روابط اجتماعی و در نتیجه کاهش سازگاری اجتماعی می‌شود. با توجه به اینکه افراد با سبک دلبستگی دوسوگرا در روابط با مراقب اولیه از مراقبت کافی برخوردار نبودند می‌آموزند که افراد به‌طور غیرقابل پیش‌بینی در دسترس و پاسخگو هستند. استیصال برای کسب توجه از ویژگی‌های بارز افراد با سبک دلبستگی دوسوگرا است. این افراد در روابط خود با دیگران به اطرافیان چسبیده، بیش‌ازحد جلب توجه کرده (فینی، ۲۰۱۶) و علاقه‌ای بیش‌ازحد به نزدیکی نشان می‌دهند. این گرایش‌ها

منجر به کناره‌گیری افراد از رابطه با آن‌ها شده و به‌این ترتیب، این باور که نزدیکان برای تأمین نیاز غیرقابل اعتماد هستند تقویت می‌شود. چرا که سازگاری اجتماعی مستلزم توانایی کنترل و مدیریت صحیح هیجان‌ها است. افراد با دلبستگی دوسوگرا دارای حساسیتی بیش‌ازحد نسبت به عواطف منفی، طرد و رها شدن از جانب دیگران هستند. آن‌ها خود را لایق توجه و محبت نمی‌دانند و دارای احساس رضایت کمی در روابط اجتماعی هستند. همچنین این افراد، به دلیل خودمحوری و تمرکز بیش‌ازحد بر خود، از مهارت‌های اجتماعی کافی برای برقراری تعاملات اجتماعی برخوردار نیستند و با حساسیتی کمتر و بدون همدلی و کمک مؤثر نسبت به نیازهای دیگران پاسخ می‌دهند (میکولیسر شاور، ۲۰۱۷) و این مسئله نیز منجر به کاهش سازگاری اجتماعی در آن‌ها می‌شود.

بر اساس دیگر یافته‌های پژوهش راهبردهای نظم‌دهی شناختی هیجان سازش‌یافته به‌صورت مثبت و راهبردهای نظم‌دهی شناختی هیجان سازش‌نیافته به‌صورت منفی سازگاری اجتماعی را پیش‌بینی می‌کنند. این یافته‌ها با پژوهش‌های نادر - گروسویس و مازون (۲۰۱۴)، بالزاروتی و همکاران (۲۰۱۶)، جزایری و همکاران (۲۰۱۵) همسو است. در تبیین این یافته‌ها می‌توان چنین بیان نمود که نظم‌دهی هیجان به‌عنوان یک فاکتور مهم جهت عملکرد سازگاران دارای سه مهارت اساسی است که عبارت‌اند از: وضوح هیجان، پذیرش هیجان و توانایی استفاده از استراتژی‌های سازگاران نظم‌دهی هیجان است (رابرتون، ۲۰۱۲). این سه مهارت می‌تواند توانایی فرد را در استفاده از راهبردهای سازش‌یافته نظم‌دهی شناختی هیجان افزایش داده و منجر به مهار رفتارهای تکانشی و تطبیق رفتار، متناسب با هدف‌های شخصی شوند. به‌این ترتیب افراد می‌توانند در موقعیت‌های مختلف به‌صورت انعطاف‌پذیر عمل نموده و سازگاری اجتماعی خود را افزایش دهند. استفاده از راهبردهای سازش‌یافته نظم‌دهی شناختی هیجان به افراد کمک می‌کند تا برای شناخت هیجان‌های خود از ادراک و توان بیشتری برخوردار شوند. به‌این ترتیب افراد می‌توانند احساسات خود را متناسب با موقعیت ابراز نموده و احتمال بروز پرخاشگری در روابط اجتماعی را کاهش دهند (پادری، ۲۰۲۰). همچنین استفاده از این راهبردها منجر به افزایش همدلی و بررسی ابعاد مختلف یک مسئله می‌شود، چرا که راهبردهای سازش‌یافته نظم‌دهی هیجان به فرد کمک می‌کنند تا تفسیر مثبتی از واقعه پیش‌رو داشته باشد. این موضوع باعث می‌شود تا در

زمان‌هایی که افراد دارای هیجان منفی هستند اعمال تکانشی و یا ناسازگاران‌های را انجام ندهد. علاوه بر این استفاده از این راهبردها می‌تواند سطوح کلی استرس و هیجان‌های منفی را کاهش و هیجان‌های مثبت مانند شادکامی را افزایش دهند. به‌این ترتیب سازگاری اجتماعی افراد در تعاملات اجتماعی ارتقاء می‌یابد. 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. همچنین عدم مدیریت صحیح هیجان‌ها باعث می‌شود تا افراد نسبت به واکنش‌های دیگران حساس شوند و همین مسئله منجر به افزایش حساسیت میان فردی شده و زمینه بروز اختلاف در ارتباطات بین فردی را افزایش داده و سازگاری اجتماعی را پایین می‌آورد. استفاده از راهبردهای سازش‌نیافته نظم‌دهی شناختی هیجان نیز توانایی شناختی لازم برای فکر کردن به عواقب و پیامدهای اعمال تکانشی را از فرد سلب می‌کند. از سوی دیگر استفاده از راهبردهای سازش‌یافته نظم‌دهی شناختی هیجان باعث می‌شود تا افراد توانایی حفظ رابطه خود با اطرافیان را نداشته باشند، چرا که انجام رفتارهای تکانشی و عدم مدیریت هیجان‌ها باعث می‌شود تا افراد تجربه هیجان‌های ناخوشایند را خارج از کنترل خود احساس کنند و به همین دلیل از تعاملات سازنده اجتناب نمایند و از راهبردهای مسئله‌محور استفاده نکنند. استفاده از این راهبردها باعث می‌شود تا افراد نتوانند هیجان‌های خود را به‌خوبی ابراز کنند و در نتیجه نمی‌توانند از حمایت اجتماعی برای تسکین حالات هیجانی منفی خود بهره‌مند شوند. به‌طور کلی نتایج پژوهش حاضر حاکی از آن است که سبک دلبستگی ایمن از یکسو به دلیل تأثیر مدل‌های درون‌کاری و از سوی دیگر راهبردهای سازش‌یافته نظم‌دهی شناختی هیجان، به دلیل ایجاد توانایی مدیریت هیجان‌ها و ابراز متناسب آن‌ها منجر به ارتقاء سازگاری اجتماعی می‌شوند. پیامدهای 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. در سطح عملی نیز باید توجه نمود که برای ارتقاء سازگاری اجتماعی باید به ترمیم و بهبود سبک‌های دلبستگی و آموزش راهبردهای سازش‌یافته نظم‌دهی شناختی هیجانی به‌طور هم‌زمان پرداخت. ازجمله محدودیت‌های پژوهش حاضر

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: نویسنده اول محقق اصلی این پژوهش است. نویسنده دوم استاد راهنما و نویسنده سوم استاد مشاور پایان‌نامه می‌باشند.

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 دانش آموزانی که در انجام این پژوهش همکاری نمودند تشکر و قدردانی می‌شود.

می‌توان به این نکته اشاره کرد که این مطالعه از نوع مقطعی بوده و از این رو، توانایی استنباط رابطه علی میان متغیرها کاهش می‌یابد. همچنین نمونه پژوهش حاضر تنها شامل دانش‌آموزان دختر 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 از نمونه‌های غیر دانش‌آموز استفاده شده و با در نظر گرفتن مقایسه جنسیتی به بررسی عوامل مؤثر بر سازگاری اجتماعی پرداخته شود.

ملاحظات اخلاقی

پیروی از اصول اخلاق پژوهش: این مقاله برگرفته از پایان‌نامه کارشناسی ارشد نویسنده اول در رشته روانشناسی بالینی دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی دانشگاه تهران

References

- Agbaria, Q. (2020). Predictors of personal and social adjustment among Israeli-Palestinian teenagers. *Child Indicators Research*, 1-17. DOI: 10.1007/s12187-019-09661-3. [Link]
- Ainsworth, M.D.S., Blehar, M.C., Waters, E., & Wall, S. (1978). Patterns of attachment: A psychological study of the strange situation. Tisdale, N. J: Elbaum. [Link]
- 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. Doi: 10.4324/9780203758045. (Persian). [Link]
- Arabatzoudis, T., Rehm, I. C., Nedeljkovic, M., & Moulding, R. (2017). Emotion regulation in individuals with and without trichotillomania. *Journal of Obsessive-Compulsive and Related Disorders*, 12(3): 87-94. Doi: 10.1016/j.jocrd.2017.01.003. [Link]
- 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. Doi: 10.1007/s10902-014-9587-3. [Link]
- Bashirpour, S., Abbasi, A., Abolghasemi, A. (2016). The effect of cognitive-behavioral coping and emotion regulation training on hope, happiness, and self-esteem in disadvantaged children and adolescents. *Journal of Clinical and Counseling Psychology Research*, 5 (1), 70-85. (Persian). [Link]
- Barone, L., Lionetti, F., & Green, J. (2017). A matter of attachment? How adoptive parents foster post-institutionalized children's social and emotional adjustment. *Attachment & human development*, 19(4), 323-339. Doi: 10.1080/14616734.2017.1306714. [Link]
- Besharat, M. A. (2011). Development and validation of Adult Attachment Inventory. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 30, 475-479. (Persian). [Link]
- 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. (Persian). [Link]
- Besharat, M, A. (2013). Adult Attachment Scale: Questionnaire, implementation method, and scoring key. *Developmental Psychology (Iranian Psychologists)*, 9(35), 317- 320. (Persian). [Link]
- Besharat, M, A. Cognitive Emotion Regulation Questionnaire: Instruction and Scoring. (2016). *Developmental Psychology (Iranian Psychologists)*, 50, 221- 223. (Persian). [Link]
- Besharat, M, A. Zahedi Tahrishi, K., Noorbala, A.A. (2014). Alexithymia and emotion regulation strategies in patients with somatization, anxiety disorders, and normal individuals: a comparative study. *Contemporary Psychology*, 8(2), 3-16. (Persian). [Link]
- Biederman, J., Spencer, T., Lomedico, A., Day, H., Petty, C. R., & Faraone, S. V. (2012). Longitudinal course of deficient emotional self-regulation CBCL profile in youth with ADHD: prospective controlled study. *Neuropsychology*, 8, 267-276 doi: 10.2147/2FNDT.S29670. [Link]
- 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. (Persian). [Link]
- Bowlby, J. (1969). Attachment and loss. London: Hogarth Press. [Link]
- Campbell, K., & Ramos, S. (2017). Enhancing student altruism using Secure Attachment Messages in lecture. *Journal of the Scholarship of Teaching and Learning*, 17(4), 95. Doi: 10.14434/josotl.v17i4.21978. [Link]
- Cassidy, J. & Shaver, P. R. (2016). Handbook of attachment: Theory, research, and clinical applications. New York: Guilford Press. [Link]
- Chervonsky, E., & Hunt, C. (2019). Emotion regulation, mental health, and social wellbeing in a young adolescent sample: A concurrent and longitudinal investigation. *Emotion*, 19(2), 270. Doi: 10.1037/emo0000432. [Link]
- Cisler, J. M., Olatunji, B. O., Feldner, M. T., & Forsyth, J. P. (2010). Emotion regulation and the anxiety disorders: An integrative review. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 32(1), 68-82. Doi: 10.1007/s10862-009-9161-1. [Link]
- Curran, T., Meter, D., Janovec, A., Brown, E., & Caban, S. (2019). Maternal adult attachment styles and mother-child transmissions of social skills and self-esteem. *Journal of Family Studies*, 1-15. Doi: 10.1080/13229400.2019.1637365. [Link]
- Das, J. K., Salam, R. A., Lassi, Z. S., Khan, M. N., Mahmood, W., Patel, V., & Bhutta, Z. A. (2016). Interventions for adolescent mental health: an

- overview of systematic reviews. *Journal of Adolescent Health*, 59(4), S49-S60. Doi: 10.1016%2Fj.jadohealth.2016.06.020. [Link]
- Daulay, D. A., & Rahmawati, A. (2016). Social Adjustment in Adolescents with Hearing Impairment. Indonesia: Atlantis Press. Doi: 10.2991/icosop-16.2017.43. [Link]
- Decastro, R. M., & Pereira, D. I. F. (2019). Education and Attachment: Guidelines to Prevent School Failure. *Multimodal Technologies and Interaction*, 3(1), 10. Doi: 10.3390/mti3010010. [Link]
- Duchesne, S., & Ratelle, C. F. (2020). Achievement goals, motivations, and social and emotional adjustment in high school: A longitudinal mediation test. *Educational Psychology*, 40(8), 1033-1051. Doi: 10.1080/01443410.2020.1778641. [Link]
- Ekeh, P. U. (2012). Children's attachment styles, academic achievement and social competence at early childhood. *African Research Review*, 6(4), 335-348. [Link]
- Fraley RC, Shaver PR. (2018). Attachment theory and its place in contemporary personality theory and research. New York: Guilford Press. [Link]
- Feeney, J. A., Judith A. (2016). Adult romantic attachment: Developments in the study. New York: Guilford Press. [Link]
- 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, 96-10. Doi: 10.1016/j.paid.2017.07.007. [Link]
- Garnefski, N., Kraaij, V., & Spinhoven (2001). Negative life events, cognitive emotion regulation and emotional problems. *Personality and Individual Differences*, 30, 1311-1327. Doi: 10.1016/S0191-8869(00)00113-6. [Link]
- Garnefski, N., & Kraaij, V. (2006). Cognitive emotion regulation questionnaire- development of a short 18-item version (CERQ-short). *Personality and Individual Differences*, 41, 1045-1053. Doi: 10.1016/j.paid.2006.04.010. [Link]
- 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. [Link]
- 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. Doi: 10.1016/j.paid.2004.08.014. [Link]
- Geddes, H. (2018) Attachment and learning – the links between early experiences and responses in the classroom. *International Journal of Nurture in Education*, 4(1) 15–21. [Link]
- Gerard, J. M., & Booth, M. Z. (2015). Family and school influences on adolescents' adjustment: The moderating role of youth hopefulness and aspirations for the future. *Journal of Adolescence*, 44, 1–16. [Link]
- 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. [Link]
- Gross (Ed.). (2014). Handbook of emotion regulation. New York, NY: Guilford Press. [Link]
- 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. Doi: 10.1037/0022-3514.85.2.348. [Link]
- Gross, J. J. (2001). Emotion regulation in adulthood: Timing is everything. *Current Directions in Psychological Science*, 10(6), 214-219. [Link]
- Groh, A. M., Roisman, G. I., van IJzendoorn, M. H., Bakermans-Kranenburg, M. J., & Fearon, R. P. (2012). The significance of insecure and disorganized attachment for children's internalizing symptoms: A meta-analytic study. *Child Development*, 83(2), 591-610. Doi: 10.1111/j.1467-8624.2011.01711.x. [Link]
- Hoorelbeke, K., Koster, E. H., Demeyer, I., Loeys, T., & Vanderhasselt, M. A. (2016). Effects of cognitive control training on the dynamics of (mal) adaptive emotion regulation in daily life. *Emotion*, 16(7), 945. Doi: 10.1037/emo0000169. [Link]
- Jaureguizar, J., Bernaras, E., Bully, P., & Garaigordobil, M. (2018). Perceived parenting and adolescents' adjustment. *Psicologia: Reflexão e Crítica*, 31(1), 1-11. Doi: 10.1186/s41155-018-0088-x. [Link]
- 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. Doi: 10.1007/s11920-014-0531-3. [Link]
- Karimi S, Esmaeili M. (2020). The relationship between emotion regulation and resilience strategies with marital adjustment in female teachers, *Psychological Science*, 19 (87), 291-298. (Persian). [Link]
- Konrath, S. H., Chopik, W. J., Hsing, C. K., & O'Brien, E. (2014). Changes in adult attachment styles in

- American college students over time: A meta-analysis. *Personality and Social Psychology Review*, 18(4), 326-348. Doi: 10.1177/1088868314530516. [Link]
- Kour, T., Soni, A. (2018). TO study the adjustment problems of adolescent in relation to emotional intelligence. *International Journal of Marketing & Financial Managemet*, 6(9). 1_1- 12. [Link]
- Layton, R. L., & Muraven, M. (2014). Self-control linked with restricted emotional extremes. *Personality and Individual Differences*, 58, 48-53. [Link]
- Mashhadi, A., Hasani, J., & Mirdoraghi, F. (2012). Factor structure, reliability and validity of Persian version of the cognitive emotion regulation questionnaire-children form (CERQ-KP). *Journal of Fundamentals of Mental Health*, 14(55), 59-246. (Persion). [Link]
- Mattanah, J. F., Lopez, F. G., & Govern, J. M. (2011). The contributions of parental attachment bonds to college student development and adjustment: a meta-analytic review. *Journal of Counseling Psychology*, 58(4), 565. Doi:10.1037/a0024635. [Link]
- Mastrotheodoros, S., Canário, C., Gugliandolo, M. C., Merkas, M., & Keijsers, L. (2019). Family functioning and adolescent internalizing and externalizing problems: Disentangling between- and within-family associations. *Journal of youth and adolescence*, 1-14. doi:10.1007/s10964-019-01094-z. [Link]
- Matsumoto, D., Yoo, S. H., & Nakagawa, S. (2008). Culture, emotion regulation, and adjustment. *Journal of personality and social psychology*, 94(6), 925. Doi: 10.1037/0022-3514.94.6.925. [Link]
- McLaughlin, K. A., Hatzenbuehler, M. L., Mennin, D. S., & Nolen-Hoeksema, S. (2011). Emotion dysregulation and adolescent psychopathology: A prospective study. *Behavior Research and Therapy*, 49, 544-554. Doi: 10.1016/j.brat.2011.06.003. [Link]
- Mikulincer, M., Shaver, P. R. (2016). *Attachment in adulthood: Structure, dynamics, and change*. Guilford Press: New York. [Link]
- Mikulincer, M., & Shaver, P. R. (2017). Adult attachment and compassion: Normative and individual difference components. *The Oxford handbook of compassion science*, 79-90. Doi: 10.1093/oxfordhe/9780190464684.013.7. [Link]
- 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. (Persian). [Link]
- Mu, G. M., Hu, Y., & Wang, Y. (2017). Building resilience of students with disabilities in China: The role of inclusive education teachers. *Teaching and Teacher Education*, 67(3): 125-134. Doi: 10.1016/j.tate.2017.06.004. [Link]
- Nader-Grosbois, N., & Mazzone, S. (2014). Emotion regulation, personality and social adjustment in children with autism spectrum disorders. *Psychology*, 5(15), 1750. Doi: 10.4236/psych.2014.515182. [Link]
- Nikkhah M, Yousefi F (2021). Relationship between psychological basic needs satisfaction at school and students' emotional well-being: the mediating role of cognitive emotion regulation. *Psychological Science*, 20 (99), 413-426. (Persian). [Link]
- Niven, K. (2017). The four key characteristics of interpersonal emotion regulation. *Current opinion in psychology*, 17, 89-93. Doi: 10.1016/j.copsyc.2017.06.015. [Link]
- Patak, N., Tiwari, J., Patel, N. (2018). Study on Association between Adjustment and Academic Achievement of Adolescent Studying in Different Types of Educational Boards. *International Journal of Science and Research*, 6(10), 71-82. [Link]
- Purwadi, P., Alhadi, S., Supriyanto, A., Saputra, W. N. E., Muyana, S., & Wahyudi, A. (2020). Aggression among adolescents: The role of emotion regulation. *HUMANITAS: Indonesian Psychological Journal*, 17(2), 132. [Link]
- Quinlan, E., Deane, F. P., Crowe, T., & Caputi, P. (2018). Do attachment anxiety and hostility mediate the relationship between experiential avoidance and interpersonal problems in mental health carers?. *Journal of contextual behavioral science*, 7, 63-71. [Link]
- Rafferty, J. R. (2014). Where are the boys... using peer leadership to address barriers to male adolescent utilization of an urban school-based health center. *Journal of Adolescent Health*, 54(2), S73-S74. doi: 10.1016/j.jadohealth.2013.10.160. [Link]
- Roberton, T., Daffern, M., & Bucks, R. S. (2012). Emotion regulation and aggression. *Aggression and Violent Behavior*, 17(1), 72-82. Doi: 10.1016/j.avb.2011.09.006. [Link]
- Saemi H, Basharat M A, AsgharnejadFarid A A. (2019). Predicting marital adjustment based on marital intimacy and deficit emotional regulation. *Psychological Science*, 18 (78), 635-646. [Link]

- 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. [Link]
- Sasi, K. J. (2018). Emotional intelligence and social adjustment among adolescent students. *American Journal of Social Science Research*, 4(1), 16-21.. [Link]
- Sahin Kiralp, F. S., & Serin, N. B. (2017). A Study of Students' Loneliness Levels and Their Attachment Styles. *Journal of Education and Training Studies*, 5(7), 37-45. DOI: 10.11114/jets.v5i7.2395. [Link]
- 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. Doi: 10.1016/j.copsyc.2018.02.009. [Link]
- Shi, X., Wang, B., He, T., Wu, L., & Zhang, J. (2020). Secure attachments predict prosocial behaviors: A moderated mediation study. *Psych Journal*, 9(5), 597-608. Doi: 10.1002/pchj.348. [Link]
- 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. Doi: 10.1016/j.cpr.2017.09.002. [Link]
- Szczygie, D., Buczny, J., Bazinska, R. (2012). Emotion regulation and emotional information processing: The moderating effect of emotional awareness. *Personality and Individual Differences*, 52(3):433-437. Doi: 10.1016/j.paid.2011.11.005. [Link]
- Sobol, M., Woźny, M., & Czubak-Paluch, K. (2021). Emotion regulation and social support as related to depressive symptoms: A study of healthy and hospitalized adolescents. *Personality and Individual Differences*, 174(2) . Doi:10.1016/j.paid.2021.110665 [Link]
- Suyatno, K. N. H. (2018). Emotional Intelligence Affect Social Adjustment Ability among Primary School Students. *International Journal of Evaluation and research in Education*, 4(7), 270-278. [Link]
- Thanikaivel, M., Priya, K. (2016). Adjustment problems among school going adolescent students. *EPR International Journal of Multidisciplinary research*, 2(8), 1-3. [Link]
- Vaghela, K. (2015). Adjustment among adolescent girl students of secondary school with respect to their type of family. *International Journal of Applied Research*, 1(8), 781-784. [Link]
- Wider, W., Mustapha, M., Halik, M., & Bahari, F. (2017). Attachment as a Predictor of University Adjustment among Freshmen Evidence from a Malaysian Public University. *Malaysian Journal of Learning and Instruction*, 14(1), 111-144. Doi: 10.32890/mjli2017.1415. [Link]
- 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. Doi: 10.1002/job.2204. [Link]
- Yang, C. C., & Lee, Y. (2020). Interactants and activities on Facebook, Instagram, and Twitter: Associations between social media use and social adjustment to college. *Applied Developmental Science*, 24(1), 62-78. [Link]
- 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. (Persian). [Link]
- Zhang, Y. (2019). *Research Progress of Children's Emotional Regulation Ability*. Indonesia: Atlantis Press. Doi: 10.2991/sschd-19.2019.7. [Link]