

فصلنامه پژوهش‌های نوین روانشناختی

سال یازدهم شماره ۴۴ زمستان ۱۳۹۵

رابطه بین سبک‌های دلبستگی و هوش هیجانی: نقش واسطه‌ای استحکام من^۱

محمدعلی بشارت^۲

فهیمه تولائی^۳

محمد مهدی اسدی ساغندی^۴

چکیده

هدف اصلی این پژوهش بررسی نقش واسطه‌ای استحکام من در رابطه بین سبک‌های دلبستگی ایمن، اجتنابی و دوسوگرا با هوش هیجانی بود. پانصد و یازده دانشجو (۲۶۹ دختر، ۲۴۲ پسر) به صورت داوطلب در این پژوهش شرکت کردند. از شرکت‌کنندگان در پژوهش خواسته شد مقیاس دلبستگی بزرگسال (AAI)، مقیاس هوش هیجانی (EIS) و مقیاس استحکام من (ESS) را تکمیل کنند. نتایج پژوهش نشان داد که بین سبک دلبستگی ایمن و هوش هیجانی رابطه مثبت معنادار وجود دارد. بین سبک‌های دلبستگی اجتنابی و دوسوگرا با هوش هیجانی رابطه منفی معنادار به دست آمد. نتایج تحلیل رگرسیون نشان داد که استحکام من در رابطه بین سبک‌های دلبستگی و هوش هیجانی نقش واسطه‌ای دارد. سبک‌های دلبستگی ایمن و ناایمن از طریق استحکام من در دو جهت متضاد تغییرات مربوط به هوش هیجانی را پیش‌بینی می‌کنند. بر اساس یافته‌های این پژوهش، می‌توان نتیجه گرفت که تأثیر واسطه‌ای استحکام من در رابطه بین سبک‌های دلبستگی و هوش هیجانی جزئی است.

واژگان کلیدی: استحکام من؛ دلبستگی؛ هوش هیجانی

۱- این تحقیق در قالب طرح پژوهشی شماره ۵۱۰۶۰۰۳/۱/۶۴ با استفاده از اعتبارات پژوهشی دانشگاه تهران انجام شده است.

۲- استاد روانشناسی بالینی، دانشگاه تهران (نویسنده مسئول)
Email: besharat@ut.ac.ir

۳- کارشناس ارشد روانشناسی، دانشگاه تهران

۴- کارشناس ارشد روانشناسی بالینی، دانشگاه تهران

مقدمه

هوش هیجانی^۱ یکی از تعیین‌کننده‌های اصلی توانمندی‌ها و شایستگی‌های اجتماعی و هیجانی است (سالوی و می‌یر^۲، ۱۹۹۰). هوش هیجانی به‌عنوان نوعی توانایی، عبارت است از ظرفیت ادراک^۳، ابراز^۴، شناخت^۵، کاربرد^۶ و مدیریت^۷ هیجان‌ها در خود و دیگران (می‌یر و سالوی، ۱۹۹۷). هوش هیجانی، تشخیص احساسات خود و دیگران، توانایی تنظیم این احساسات و استفاده از این احساسات جهت انجام رفتارهای سازش یافته را میسر می‌سازد (سالوی، وولری^۸ و می‌یر، ۲۰۰۱). سالوی، می‌یر و کروسکو^۹ (۲۰۰۲)، چهار مؤلفه را برای هوش هیجانی مطرح کرده‌اند: ادراک؛ آسان‌سازی (تسهیل)؛ شناخت و مدیریت (مهار). ادراک هیجانی، استعدادی است که توانایی افراد برای تعامل با محیط اجتماعی را تحت تأثیر قرار می‌دهد. شواهدی وجود دارند که نشان می‌دهند توانایی برای درک هیجان‌های دیگران به این عامل بستگی دارد که فرد مقابل از یک گروه نژادی یا فرهنگی هست یا خیر (دباسک و آستین^{۱۰}، ۲۰۱۱). آسان‌سازی (تسهیل) هیجانی^{۱۱} بر خلاف سه مؤلفه دیگر که شامل استدلال در مورد هیجان‌ها هستند؛ به معنای استفاده از هیجان برای تسهیل استدلال است (می‌یر، سالوی، کاروسو و سیتارنیوس^{۱۲}، ۲۰۰۱). شناخت هیجانی مشخص می‌کند که چگونه فرد معانی و موقعیت‌های هیجانی را شناسایی می‌کند. شناخت هیجانی شامل بازشناسی حالات هیجانی (به‌عنوان مثال، بازشناسی حالات هیجانی چهره‌ای و بدنی) و دانستن علت هیجان‌های دیگران، نشانه‌های بیرونی احساسات دیگران، هیجان‌های چنگانه، روش‌های استفاده از جلوه‌های هیجانی برای برقراری ارتباط با دیگران، و روش‌های کنارآمدن با هیجان‌ها (مثل دانستن قواعد تنظیم هیجان) است (سوت‌هام-گرو و کندال^{۱۳}، ۲۰۰۲). مدیریت هیجان نیز به توانایی

1- Emotional intelligence

3- Perception

5- Understanding

7- Management

9- Caruso

11- emotional facilitation

13- Southam-Gerow & Kendall

2- Salovey & Mayer

4- Expression

6- Using

8- Woolery

10- Debusk & Austin

12- Sitarenios

تنظیم هیجان‌ها در خود و دیگران برای افزایش بالندگی هیجانی و عقلی گفته می‌شود. البته، بر اساس نتایج پژوهشی (فرودنتالر و نیوبایر^۱، ۲۰۰۷)، ظرفیت افراد برای مدیریت هیجان‌ها نباید با مؤثر بودن رفتارها در موقعیت‌های هیجانی، یکسان در نظر گرفته شود.

در ادبیات پژوهشی دو مفهوم‌سازی مختلف از هوش هیجانی وجود دارد. هوش هیجانی خصیصه‌ای^۲ و هوش هیجانی مرتبط با توانایی^۳ (کونگ، ژاو و یو^۴، ۲۰۱۲). هوش هیجانی خصیصه‌ای، مجموعه‌ای از ادراک‌های شخصی مرتبط با هیجان‌ها است که در سطوح پایین سلسله مراتب شخصیت قرار می‌گیرد. این نوع هوش هیجانی به وسیله ابزارهای خودسنجی اندازه‌گیری می‌شود (پترایدز، پیتا و کاکیناکی^۵، ۲۰۰۷). هوش هیجانی مرتبط با توانایی، عبارت است از توانایی شناختی واقعی (نه ادراک شده) فرد برای درک، استفاده و مدیریت هیجان‌ها در خود و دیگران. این نوع هوش هیجانی به وسیله ابزارهای اندازه‌گیری حداکثر عملکرد واقعی سنجیده می‌شود (پترایدز و همکاران، ۲۰۰۷). مطالعات نشان می‌دهند که رابطه ضعیفی بین این دو متغیر وجود دارد که حاکی از آن است که هوش هیجانی خصیصه‌ای و هوش هیجانی مرتبط با توانایی دو سازه متمایز هستند (گوهم، کراسر و دالسکی^۶، ۲۰۰۵).

براساس پژوهش‌های می‌یر، سالوی و کاروسو (۲۰۰۸) هوش هیجانی با افسردگی و اضطراب پایین، خصوصیات مثبت شخصیتی نظیر همدلی، کنترل هیجانی، حل مسأله هیجان‌محور مثبت و توصیف مثبت از هیجان‌ها رابطه دارد. همچنین پژوهش‌ها نشان می‌دهند که هیجان‌های مثبت و هوش هیجانی در انجام عملکردهای سازگارانه و یادگیری تجربی نقش زیادی دارند (آبه^۷، ۲۰۱۱). کونگ و همکاران (۲۰۱۲) در پژوهش خود به نقش واسطه‌ای حرمت خود و حمایت اجتماعی در رابطه بین هوش هیجانی و رضایت از زندگی در دانشجویان چینی پرداختند. نتایج حاکی از آن بودند که حرمت خود یادگیری تجربی نقش زیادی دارند (آبه، ۲۰۱۱). کونگ و همکاران (۲۰۱۲) در پژوهش

1- Freudenthaler & Neubauer
3- Ability emotional intelligence
5- Petrides, ita & Kokkinaki
7- Abe

2- Trait emotional intelligence
4- Kong, Zhao & You
6- Gohm, Corser & Dalsky

خود به نقش واسطه‌ای حرمت خود و حمایت اجتماعی در رابطه بین هوش هیجانی و رضایت از زندگی در دانشجویان چینی پرداختند. نتایج حاکی از آن بودند که حرمت خود و حمایت اجتماعی به صورت کامل در رابطه بین هوش هیجانی و رضایت از زندگی جوانان نقش واسطه‌ای ایفا می‌کند. در یک پژوهش مروری ساختاریافته، ریسورچین، سالگویرو و رویز آراندا^۱ (۲۰۱۴) به بررسی مطالعات صورت گرفته در رابطه با هوش هیجانی پرداختند. این محققان ۳۲ پژوهش در زمینه رابطه منفی هوش هیجانی با مشکلات درونی‌سازی^۲، افسردگی و اضطراب را شناسایی کردند. در این پژوهش‌ها هوش هیجانی با سوءمصرف مواد کمتر و همچنین راهبردهای مقابله‌ای بهتر رابطه مثبت و معنادار داشت.

دسته‌ای از پژوهش‌ها به رابطه بین هوش هیجانی، بخصوص هوش هیجانی خصیصه‌ای، با متغیرهای روان‌شناختی نظیر کیفیت روابط بین شخصی (بشارت، ۱۳۸۴؛ بشارت و خدابخش، ۱۳۹۱؛ بشارت، زبردست، نادعلی و صالحی، ۱۳۸۷)، سلامت روانی و موفقیت تحصیلی (آستین، ساکلوفسک و اگن، ۲۰۰۵؛ بزازیان و بشارت، ۱۳۸۸؛ بشارت، شالچی و شمسی‌پور، ۱۳۸۵)، خودکارآمدی و قابلیت‌های فردی در ارزیابی خود (آهمتوگلو، لتتر و چامارو، یری‌میوزیک^۳، ۲۰۱۱؛ رستمی، شاه‌محمدی، قایدی، بشارت، اکبری زردخانه و نصرت‌آبادی، ۱۳۸۹)، تاب‌آوری (ساکلوفسک، آستین و مینسکی، ۲۰۰۳) و رضایت از زندگی^۴ (گانون و رانزین، ۲۰۰۵) پرداخته‌اند (دی فابیو و ساکلوفسک، ۲۰۱۴). هوش هیجانی همچنین با فرایندهای تصمیم‌گیری^۵ (دی فابیو، پالازوچی، آسولین - پرتز و گاتی، ۲۰۱۳)، خودکارآمدی^۶ (دی فابیو و پالازوچی، ۲۰۰۸) و حمایت اجتماعی (دی فابیو و کنی، ۲۰۱۱) رابطه مثبت دارد.

یکی از متغیرهای دیگری که در پژوهش‌های مختلف به بررسی رابطه آن با هوش هیجانی پرداخته شده است، سبک‌های دلبستگی است. بر اساس نظریه دلبستگی بالبی

1- Resurreccio'n, Salguero & Ruiz-Aranda

3- Ahmetoglul, Leutner & Chamorro-Premuzic

5- Decision making process

2- Internalizing problems

4- life satisfaction

6- Self- efficacy

(۱۹۶۹، ۱۹۸۰)، سیستم دلبستگی، انسان‌ها را به‌هنگام تهدید به سمت موضوع دلبستگی خود هدایت می‌کند تا از پریشانی و رنج روانی خود بکاهند. لذا می‌توان گفت نظریه دلبستگی در واقع چارچوبی برای فهم تفاوت‌های افراد در تنظیم هیجان، را فراهم می‌آورد. نظریه دلبستگی، تنظیم انگیزش را به‌وسیله یک سیستم رفتاری داخله^۱ توجیه می‌کند؛ سیستمی که باعث تسهیل سازگاری و بقای فرد می‌شود. این نظریه، رابطه مادر- کودک را بر اساس نیازهای بنیادین حفاظت و امنیت توضیح می‌دهد. به‌نظر بالبی (۱۹۸۰) انسان با یک سیستم رفتاری دلبستگی به‌وجود می‌آید که رفتار نزدیکی انسان به دیگران را با انگیزه می‌کند. هدف نهایی این سیستم کسب امنیت و آرامش ناشی از نزدیکی به نگاره دلبستگی^۲ است. امنیت یا از طریق نزدیکی به نگاره دلبستگی و یا از طریق تجسم درونی^۳ این نگاره تأمین می‌شود. بالبی (۱۹۷۳) به توصیف تفاوت‌های افراد در انواع دلبستگی آنها اشاره کرد که به سبک‌های دلبستگی معروف هستند. به‌نظر بالبی، تفاوت افراد در سبک‌های دلبستگی به‌دلیل تفاوت نگاره‌های دلبستگی در پاسخدهی^۴ و حمایت^۵ از فرد (کودک) است. تعامل با نگاره دلبستگی؛ نگاره‌ای که به‌هنگام نیاز در دسترس و پاسخگو است، باعث ایجاد احساس ایمنی در دلبستگی می‌شود. برعکس، اگر نگاره دلبستگی در دسترس و حمایت‌کننده نباشد، احساس ناایمنی در دلبستگی به‌وجود می‌آید و سبک‌های دلبستگی ناایمن اجتنابی و دوسوگرا (اضطرابی) شکل می‌گیرند (شیور و میکولینسر^۶، ۲۰۰۵).

در زمینه رابطه سبک‌های دلبستگی و هوش هیجانی مطالعات زیادی صورت گرفته است. نتایج پژوهش کافتسیوس^۷ (۲۰۰۴) نشان داد که تمام مقیاس‌های هوش هیجانی (تسهیل، درک و مدیریت) به‌جز دریافت هیجانی را می‌توان به‌وسیله سبک‌های دلبستگی ایمن پیش‌بینی کرد. مطالعات جدیدتر نیز نشان داده‌اند که تمام مؤلفه‌های هوش هیجانی را می‌توان به‌وسیله سبک‌های دلبستگی افراد پیش‌بینی نمود (به‌عنوان مثال، بشارت، ۱۳۸۴؛

1- Innate behavioral systems
3- Internal representation
5- Supportiveness
7- Kafetsios

2- Attachment figure
4- Responsiveness
6- Shaver & Mikulincer

کلویتر، استوال - مک‌کلاگ، زورباس و چارواسترا^۱، ۲۰۰۸؛ همارتا، دنیز و سالتالی^۲، ۲۰۰۹). دویت و دی هاور^۳ (۲۰۰۸) در مطالعه‌ای به بررسی رابطه سبک‌های دلبستگی بزرگسالان و توجه به حالات چهره‌ای هیجان‌های مثبت و منفی پرداختند. نتایج نشان داد که افراد دارای سبک دلبستگی دوسوگرا و اجتنابی به حالات چهره‌ای خشمگین و شاد توجه کمتری می‌کردند. مطالعه هرشنبرگ و همکاران (۲۰۱۱) روی کیفیت دلبستگی نوجوانان و والدین آنها نشان داد که دلبستگی ایمن در نوجوانان با نمودهای هیجانی - رفتاری مثبت نظیر انسجام عواطف در موقعیت‌های گوناگون، دستپاچگی کمتر و درهم‌ریختگی عواطف کمتر در روابط صمیمی با والدین، رابطه دارد. نتایج پژوهش مینس، هریس-والر و لوید (۲۰۰۸) حاکی از رابطه مثبت دلبستگی دوسوگرا و اجتنابی با نمرات کلی ناگویی هیجانی^۴ و دشواری در توصیف احساسات و تفکر با جهت‌گیری بیرونی^۵، بود. در پژوهشی دیگر، کیتینگ، تاسکا و هیل (۲۰۱۳) روابط ساختاریافته بین سبک‌های دلبستگی، ناگویی هیجانی و تصویر بدنی در زنان مبتلا به اختلالات خوردن را بررسی کردند. تحلیل‌های آماری حاکی از رابطه منفی و غیرمستقیم دلبستگی اجتنابی بر تصویر بدنی زنان با در نظر گرفتن توانایی آنها در بیان و مدیریت هیجان‌هایشان بود. لاول، رنک و ادگیت (۲۰۱۴) در پژوهش خود به نقش دلبستگی در رابطه بین بدرفتاری و عملکرد هیجانی و رفتاری بعدی کودکان پرداختند. نتایج نشان داد که تجربیات بدرفتاری در کودکان و دلبستگی آنها با پیامدهای رفتاری و هیجانی بعدی در آنها رابطه مستقیم دارد.

با توجه پژوهش‌های صورت گرفته در خصوص رابطه سبک‌های دلبستگی، هوش هیجانی و سایر متغیرهای روانشناختی مرتبط با این دو متغیر (دویت و دی هاور، ۲۰۰۸؛ کیتینگ و همکاران، ۲۰۱۳؛ لاول و همکاران، ۲۰۱۴؛ مینس و همکاران، ۲۰۰۸؛ هرشنبرگ و همکاران، ۲۰۱۱)، می‌توان گفت که رابطه بین سبک‌های دلبستگی و هوش

1- Cloitre, Stovall-McClough, Zorbvas & Charuvastra
3- Dewitte & DeHouwer

2- Hamarta, Deniz & Saltali
4- Alexithymia
5- Externally oriented thinking

هیجانی یک رابطه خطی و یک‌بعدی نیست و این رابطه می‌تواند تحت تأثیر متغیرهایی به‌عنوان واسطه یا تعدیل‌کننده قرار گیرد. با استناد به روابط کشف شده بین سبک‌های دلبستگی و هوش هیجانی با منبع کنترل (هکسل، ۲۰۰۳)، مکانیسم‌های دفاعی (بشارت و خجوی، ۲۰۱۳)، خودشیفتگی (بشارت و خدابخش، ۱۳۹۱)، ناگویی هیجانی (بشارت و شهیدی، ۲۰۱۱) و نشخوارگری (لانکیانو، کورسی، کافتسیوس، الیا و زامونر، ۲۰۱۲)، به نظر می‌رسد که استحکام من^۱ بتواند در رابطه بین سبک‌های دلبستگی و هوش هیجانی نقش واسطه‌ای ایفا کند. استحکام من ترکیبی از ظرفیت‌های روان‌شناختی درونی است که افراد هنگام تعامل با دیگران و محیط اجتماعی‌شان از آن استفاده می‌کنند (گلدشتین، ۱۹۹۵). این ظرفیت‌ها مستقل از طبیعت نیازهای فرد و شرایطی که محیط را دربر گرفته، در نظر گرفته نمی‌شوند (جورکلاند، ۲۰۰۰). استحکام من یکی از ویژگی‌های شخصیتی است و تنها یک من رشدیافته می‌تواند از استحکام و توانمندی من برخوردار باشد و من رشدنیافته استحکام لازم را ندارد (شارما، ۲۰۱۲). مرور یافته‌های پژوهشی نیز حاکی از رابطه بین مؤلفه‌های استحکام من (مهاری من^۲، تاب‌آوری من^۳، راهبردهای مقابله^۴ با استرس و مکانیسم‌های دفاعی^۵) با هوش هیجانی و سبک‌های دلبستگی است. در مطالعه‌ای کیم و آگروسا (۲۰۱۱) به بررسی نقش هوش هیجانی در استفاده از راهبردهای مقابله با استرس در محیط کاری پرداختند. نتایج این پژوهش نشان داد که هوش هیجانی پیش‌بینی‌کننده مناسبی جهت استفاده از راهبردهای سازگارانه مقابله با استرس در مواجهه با وظایف محیط کاری است. باریبال، فیزپاتریک و رابرتس (۲۰۱۱) رابطه هوش هیجانی با استرس، راهبردهای مقابله، بهزیستی^۶ و عملکرد حرفه‌ای دانشجویان پرستاری را بررسی کردند. نتایج حاکی از رابطه مثبت و معنادار هوش هیجانی با راهبردهای مقابله مساله‌محور^۷، بهزیستی و کارایی ادراک شده^۸ بالا، بود؛ در حالی که بین هوش هیجانی و استرس ادراک شده^۹ رابطه منفی وجود داشت. در پژوهشی دیگر،

1- Ego strength

3- Ego resiliency

5- Defense mechanisms

7- Problem-focused coping

9- Perceived stress

2- Ego control

4- Coping strategies

6- Well-being

8- Perceived competency

دیویس و هامفری (۲۰۱۲) تاثیر هوش هیجانی بر راهبردهای مقابله و سلامت روانی نوجوانان را مورد مطالعه قرار دادند. نتایج نشان داد که هوش هیجانی مرتبط با توانایی به واسطه راهبردهای مقابله سازگارانه بر سلامت روانی تأثیر می‌گذارد. هوش هیجانی خصیصه‌ای نیز اثربخشی راهبردهای مقابله‌ای فعال و اجتنابی را بهبود بخشید.

در زمینه سبک‌های دلبستگی و راهبردهای مقابله‌ای نیز وتر و مایرز (۲۰۰۲) به بررسی رابطه بین سبک‌های دلبستگی و سبک‌های مقابله‌ای سرکوب‌گر پرداختند. نتایج پژوهش آنها حاکی از رابطه مثبت بین سبک دلبستگی اجتنابی و سبک مقابله‌ای سرکوب‌گر بود. سبک‌های دفاعی افراد را براساس سبک‌های دلبستگی آنها نیز می‌توان پیش‌بینی کرد. در این زمینه بشارت، ایروانی و شریفی (۱۳۸۰) در پژوهش خود مشخص کردند که افراد دارای سبک دلبستگی ایمن از مکانیسم‌های دفاعی رشدیافته‌تر استفاده می‌کنند، در حالی که افراد دارای سبک‌های دلبستگی نایمن بیشتر از سبک‌های دفاعی رشدنیافته و نوروپیک استفاده می‌کردند. همچنین در رابطه سبک‌های دلبستگی و تاب‌آوری، اتوول (۲۰۰۶) نشان داد که سبک‌های دلبستگی یک عامل تعیین‌کننده برای افزایش تاب‌آوری در کودکان، در زمینه رفع نیازها و مراقبت است. همچنین هوش هیجانی به‌نظر ادوارد و وارلو (۲۰۰۵) همواره به‌عنوان یکی از متغیرهای مهمی در نظر گرفته می‌شود که به افراد در جهت افزایش تاب‌آوری در مواجهه با مصیبت‌های زندگی، کمک می‌کند.

با استناد به اهمیت استحکام من و نقش تاثیرگذار آن بر پویایی‌ها و کنش‌وری‌های روانشناختی و بین شخصی آن از یک‌سو، و کمک به کشف مکانیسم‌های تأثیرگذاری این سازه در رابطه بین سبک‌های دلبستگی و هوش هیجانی از سوی دیگر، این پژوهش با دو هدف انجام شد: یکی از هدف‌های پژوهش حاضر بررسی رابطه بین سبک‌های دلبستگی و هوش هیجانی بود. فراسوی این بررسی اکتشافی، برای شناخت احتمالی مکانیسم‌های تأثیرگذاری سبک‌های دلبستگی بر هوش هیجانی، نقش واسطه‌ای استحکام من در رابطه بین سبک‌های دلبستگی و هوش هیجانی به‌عنوان هدف دوم این پژوهش تعیین و بررسی شد. فرضیه‌های پژوهش به این شرح آزموده شدند: فرضیه اول: بین

سبک دلبستگی ایمن و هوش هیجانی رابطه مثبت وجود دارد؛ فرضیه دوم: بین سبک‌های دلبستگی اجتنابی و دوسوگرا با هوش هیجانی همبستگی منفی وجود دارد؛ فرضیه سوم: استحکام من در رابطه بین سبک‌های دلبستگی و هوش هیجانی نقش واسطه‌ای دارد.

روش

جامعه آماری پژوهش، دانشجویان شاغل به تحصیل در یکی از دانشگاه‌های دولتی شهر تهران بین سال‌های ۱۳۹۱ تا ۱۳۹۳ بود. پانصد و چهل دانشجوی داوطلب از بین جامعه آماری در این پژوهش شرکت کردند. از میان دانشجویان رشته‌های مختلف در مقطع کارشناسی دانشگاه‌های دولتی تهران، کسانی که سابقه اختلال روان‌پزشکی و یا بیماری پزشکی مستلزم مصرف دارو نداشتند، به‌صورت داوطلب و در دسترس برای شرکت در پژوهش دعوت شدند. پس از جلب مشارکت دانشجویان، مقیاس دلبستگی بزرگسال^۱ (AAI)، مقیاس هوش هیجانی^۲ (EIS) و مقیاس استحکام من^۳ (ESS) به‌وسیله آنها به صورت فردی اجرا شد. به‌منظور کنترل اثر ترتیب و خستگی، مقیاس‌ها به تناسب با ترتیب‌های متفاوت ارایه شدند. تعداد ۲۹ آزمودنی به‌دلیل پاسخ ناقص به مقیاس‌ها از تحلیل‌های آماری کنار گذاشته شدند و بدین ترتیب نمونه پژوهش به ۵۱۱ داوطلب (۲۶۹ دختر، ۲۴۲ پسر) تقلیل یافت. میانگین سن کل دانشجویان ۲۳/۶۰ سال با دامنه ۱۸ تا ۳۰ سال و انحراف استاندارد ۳/۴۲، میانگین سن دختران ۲۲/۹۰ سال با دامنه ۱۸ تا ۲۷ سال و انحراف استاندارد ۲/۸۷ و میانگین سن پسران ۲۴/۳۰ سال با دامنه ۱۹ تا ۳۰ سال و انحراف استاندارد ۳/۶۵ بود. ابزارهای مورد استفاده در این پژوهش عبارت بودند از:

مقیاس دلبستگی بزرگسال: مقیاس دلبستگی بزرگسال، که با استفاده از مواد آزمون دلبستگی هازن و شیور (۱۹۸۷) ساخته و در مورد نمونه‌های دانشجویی، دانش‌آموزی و جمعیت عمومی ایرانی هنجاریابی شده است (بشارت، ۱۳۸۴: ۲۰۱۱)، یک آزمون ۱۵ سؤال است و سه سبک دلبستگی ایمن، اجتنابی و دوسوگرا را در مقیاس ۵ درجه‌ای لیکرت

1- Adult Attachment Inventory
3- Ego Strength Scale

2- Emotional Intelligence Scale (EIS)

(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 زیرمقیاس‌های ایمن، اجتنابی و دوسوگرا در مورد یک نمونه ($n=1480$; زن، ۸۶۰، مرد) برای کل آزمودنی‌ها به ترتیب ۰/۸۵، ۰/۸۴، ۰/۸۵؛ برای زنان ۰/۸۶، ۰/۸۳، ۰/۸۴ و برای مردان ۰/۸۴، ۰/۸۵، ۰/۸۶ و محاسبه شد که نشانه همسانی‌درونی^۱ خوب مقیاس دل‌بستگی بزرگسال است. ضرایب همبستگی بین نمره‌هایی که نمونه ۳۰۰ نفری از آزمودنی‌ها در دو نوبت با فاصله چهار هفته برای سنجش پایایی بازآزمایی^۲ محاسبه شد. این ضرایب در مورد سبک‌های دل‌بستگی ایمن، اجتنابی و دوسوگرا برای کل آزمودنی‌ها به ترتیب ۰/۸۷، ۰/۸۳، ۰/۸۴؛ برای زنان ۰/۸۶، ۰/۸۲، ۰/۸۵ و برای مردان ۰/۸۸، ۰/۸۳ و ۰/۸۳ محاسبه شد که نشانه پایایی بازآزمایی رضایت بخش مقیاس است. روایی محتوایی^۳ 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. روایی همزمان^۴ مقیاس دل‌بستگی بزرگسال از طریق اجرای همزمان مقیاس‌های «مشکلات بین شخصی» و «حرمت خود کوپر اسمیت» در مورد یک نمونه ۳۰۰ نفری از آزمودنی‌ها ارزیابی شد. نتایج ضرایب همبستگی پیرسون نشان داد که بین نمره آزمودنی‌ها در سبک دل‌بستگی ایمن و زیرمقیاس‌های مشکلات بین شخص همبستگی منفی معنادار (از $r = -0/61$ تا $r = -0/83$) و با زیرمقیاس‌های حرمت خود همبستگی مثبت معنادار (از $r = 0/39$ تا $r = 0/41$) وجود دارد. بین نمره آزمودنی‌ها در سبک‌های دل‌بستگی ناایمن و زیرمقیاس‌های مشکلات بین شخص همبستگی مثبت معنادار (از $r = 0/26$ تا $r = 0/45$) و با زیرمقیاس‌های حرمت خود همبستگی منفی و اما غیرمعنادار به دست آمد. این نتایج نشان‌دهنده روایی کافی مقیاس دل‌بستگی بزرگسال است. نتایج تحلیل عوامل نیز با تعیین سه عامل سبک دل‌بستگی ایمن، سبک دل‌بستگی

1- Internal consistency
3- Content validity

2- Test-retest reliability
4- Concurrent validity

اجتنابی و سبک دلبستگی دوسوگرا، روایی سازه^۱ مقیاس دلبستگی بزرگسال را مورد تأیید قرار داد (بشارت، ۱۳۸۴: ۲۰۱۱).

مقیاس هوش هیجانی: مقیاس هوش هیجانی^۲ (EIS) یک آزمون ۳۳ سوالی است که به‌وسیله شات و همکاران (۱۹۹۸) براساس مدل هوش هیجانی سالوی و می‌یر (۱۹۹۰: می‌یر و سالوی، ۱۹۹۷) ساخته شده است. سوال‌های آزمون سه مقوله سازه هوش هیجانی شامل تنظیم هیجان‌ها^۳، بهره‌وری از هیجان‌ها^۴ و ارزیابی هیجان‌ها^۵ را در مقیاس ۵ درجه‌ای لیکرت از نمره یک (کاملاً مخالف) تا نمره پنج (کاملاً موافق) می‌سنجد. همسانی درونی^۶ سوال‌های آزمون برحسب ضریب آلفای کرونباخ از ۰/۸۴ تا ۰/۹۰ (آستین، ساکولوفسک، هوانگ و مک‌کینی، ۲۰۰۴؛ ساکولوفسک و همکاران، ۲۰۰۳؛ شات و همکاران، ۱۹۹۸) گزارش شده است. ضریب پایایی بازآزمایی مقیاس در مورد یک نمونه ۲۸ نفری از دانشجویان به فاصله دو هفته ۰/۷۸ محاسبه شد (شات و همکاران، ۱۹۹۸). روایی^۷ مقیاس هوش هیجانی نیز از طریق سنجش همبستگی آن با سازه‌های مرتبط، کافی گزارش شده است (آستین و همکاران، ۲۰۰۴؛ ساکولوفسک و همکاران، ۲۰۰۳؛ شات و همکاران، ۱۹۹۸). در فرم فارسی این مقیاس (بشارت، ۲۰۰۷) آلفای کرونباخ پرسش‌های مقیاس در مورد یک نمونه ۱۳۵ نفری از دانشجویان ۰/۸۸ محاسبه شد که نشانه همسانی درونی خوب آزمون است. ضرایب همبستگی بین نمره‌های ۴۲ نفر از نمونه مذکور در دو نوبت با فاصله دو هفته ۰/۸۳ محاسبه شد که نشانه پایایی بازآزمایی رضایت‌بخش مقیاس است.

مقیاس استحکام من: مقیاس استحکام من^۸ (ESS؛ بشارت، ۱۳۸۶)، یک ابزار ۲۵ گویه‌ای است که با اقتباس از ابزارهای سنجش مهار من، تاب‌آوری من، مکانیسم‌های دفاعی و راهبردهای مقابله‌ای برای اندازه‌گیری میزان توانمندی من در مهار و مدیریت موقعیت‌ها و شرایط دشوار زندگی ساخته و هنجاریابی شده است (بشارت، ۱۳۸۶). این

1- Construct validity
3- Regulation of emotion
5- Appraisal of emotion
7- Validity

2- Emotional Intelligence Scale (EIS)
4- Utilization of emotion
6- Internal consistency
8- Ego Strength Scale

مقیاس واکنش‌های فرد به موقعیت‌های دشوار زندگی را در اندازه‌های پنج درجه‌ای از ۱ (خیلی کم) تا ۵ (خیلی زیاد) برحسب پیچ زیرمقیاس مهار من، تاب‌آوری من، مکانیسم‌های دفاعی رشدیافته^۱، راهبردهای مقابله مسأله محور و راهبردهای مقابله هیجان محور مثبت^۲ می‌سنجد. حداقل و حداکثر نمره آزمودنی در هر یک از زیرمقیاس‌های استحکام من به ترتیب ۵ و ۲۵ است. از مجموع نمره پنج زیرمقیاس آزمون، نمره کل فرد برای استحکام من از ۲۵ تا ۱۲۵ محاسبه می‌شود. ویژگی‌های روانسنجی مقیاس استحکام من در چندین پژوهش، که در خلال سال‌های ۱۳۸۴ تا ۱۳۹۳ در نمونه‌های بیمار (n=۳۷۲) و بهنجار (n=۱۲۵۷) انجام شده‌اند، مورد بررسی و تأیید قرار گرفته‌اند (بشارت، ۱۳۸۶؛ بشارت و تولاییان، ۱۳۹۴). در این پژوهش‌ها، ضرایب آلفای کرونباخ برای پرسش‌های هر یک از زیرمقیاس‌های استحکام من برای مهار من از ۰/۷۳ تا ۰/۷۹، برای تاب‌آوری من از ۰/۸۰ تا ۰/۸۶، برای مکانیسم‌های دفاعی رشد یافته از ۰/۷۰ تا ۰/۸۳، برای راهبردهای مقابله مسأله محور از ۰/۸۱ تا ۰/۹۰، برای راهبردهای مقابله هیجان محور مثبت از ۰/۶۹ تا ۰/۸۵ و برای نمره کل مقیاس استحکام من از ۰/۸۹ تا ۰/۹۳ به‌دست آمد. این ضرایب همسانی درونی مقیاس استحکام من را تأیید می‌کنند. پایایی بازآزمایی مقیاس استحکام من برای نمونه‌های بیمار (n=۱۲۲) و بهنجار (n=۲۷۴) در دو نوبت با فاصله‌های ۲ تا ۶ هفته برای مهار من از ۰/۶۵ تا ۰/۷۳، برای تاب‌آوری من از ۰/۷۰ تا ۰/۸۴، برای مکانیسم‌های دفاعی رشد یافته از ۰/۷۳ تا ۰/۸۵، برای راهبردهای مقابله مسأله محور از ۰/۷۱ تا ۰/۷۸، برای راهبردهای مقابله هیجان محور مثبت از ۰/۶۷ تا ۰/۸۱ و برای نمره کل مقیاس استحکام من از ۰/۸۳ تا ۰/۸۸ به‌دست آمد. این ضرایب که همه در سطح $p < 0/001$ معنادار هستند، پایایی بازآزمایی مقیاس استحکام من را تأیید می‌کنند. روایی همگرا و تشخیصی (افتراقی) مقیاس استحکام من از طریق اجرای همزمان مقیاس سلامت روانی (MHI-28؛ بشارت، ۱۳۸۸)، مقیاس دشواری تنظیم هیجان^۳ (DERS؛ گرتز و رومر، ۲۰۰۴) و فهرست عواطف مثبت و منفی (PANAS؛

1- Mature

2- Positive emotional-focused coping

3- Difficulties in Emotion Regulation Scale (DERS)

واتسون، کلارک و تلگن، ۱۹۸۸) در مورد نمونه‌های مختلف از دو گروه بیمار و بهنجار محاسبه شد و مورد تأیید قرار گرفت. این ضرایب در سطح $p < 0.001$ معنادار بودند. نتایج تحلیل عاملی اکتشافی^۱ و تأییدی^۲ نیز با تعیین پنج عامل (مهاری من، تاب‌آوری من، مکانیسم‌های دفاعی رشدیافته، راهبردهای مقابله مساله محور و راهبردهای مقابله هیجان محور مثبت)، روایی سازه مقیاس استحکام من را مورد تأیید قرار داد (بشارت، ۱۳۸۶؛ بشارت و تولاییان، ۱۳۹۴).

یافته‌ها

جدول (۱) میانگین و انحراف استاندارد نمره‌های سبک‌های دلبستگی، هوش هیجانی و استحکام من را به تفکیک در مورد دانشجویان پسر و دختر نشان می‌دهد.

جدول (۱) میانگین و انحراف استاندارد نمره‌های سبک‌های دلبستگی، استحکام من و هوش هیجانی

متغیر	دانشجویان پسر		دانشجویان دختر		کل دانشجویان	
	SD	M	SD	M	SD	M
سبک دلبستگی ایمن	۳/۹۵	۱۵/۹۲	۴/۰۷	۱۵/۵۶	۴/۰۲	۱۵/۷۳
سبک دلبستگی اجتنابی	۴/۳۲	۱۳/۲۲	۴/۴۹	۱۲/۶۸	۴/۴۱	۱۲/۹۴
سبک دلبستگی دوسوگرا	۳/۶۲	۱۱/۷۵	۳/۵۲	۱۲/۲۷	۳/۵۷	۱۲/۰۲
استحکام من	۱۹/۱۰	۹۵/۳۰	۱۹/۸۴	۹۴/۲۱	۱۹/۴۸	۹۴/۷۳
هوش هیجانی	۳۰/۴۹	۱۱۹/۹۶	۳۲/۱۲	۱۲۱/۲۷	۳۱/۲۵	۱۲۰/۵۸

نتایج آزمون همبستگی پیرسون در جدول (۲) نشان داده شده است. بر اساس داده‌های این جدول، سبک دلبستگی ایمن با هوش هیجانی همبستگی مثبت معنادار دارد (تأیید فرضیه اول پژوهش)، دلبستگی‌های اجتنابی و دوسوگرا با هوش هیجانی همبستگی منفی معنادار دارند (تأیید فرضیه دوم پژوهش).

1- Exploratory factor analysis

2- Confirmatory factor analysis

جدول (۲) ضرایب همبستگی پیرسون بین نمره‌های آزمودنی‌ها در مورد سبک‌های دلبستگی، استحکام من و هوش هیجانی

متغیر	۱	۲	۳	۴
۱- سبک دلبستگی ایمن	۱			
۲- سبک دلبستگی اجتنابی	-۰/۵۳	۱		
۳- سبک دلبستگی دوسوگرا	-۰/۶۶	۰/۶۴	۱	
۴- استحکام من	۰/۳۹	-۰/۳۴	-۰/۴۶	۱
۵- هوش هیجانی	۰/۴۹	-۰/۳۱	-۰/۳۷	۰/۴۲

همه ضرایب همبستگی در سطح $\alpha = ۰/۰۱$ معنادار هستند

سپس برای سنجش میزان تأثیر واسطه‌ای استحکام من بر رابطه سبک‌های دلبستگی و هوش هیجانی، مجموعه‌ای از تحلیل‌های رگرسیونی دو گامی انجام شد. نتایج این تحلیل‌ها در جدول (۳) ارائه شده است. این نتایج نشان می‌دهد که با وارد شدن استحکام من به عنوان متغیر واسطه‌ای در معادله رگرسیون، ضریب B برای سبک دلبستگی ایمن از $۰/۳۸$ به $۰/۲۶$ تغییر یافت. آزمون سوبل نشان داد که این میزان تغییر معنادار است ($t=۶/۶۴$ ، $p<۰/۰۰۱$) و در عین حال سبک دلبستگی ایمن همچنان معنادار باقی ماند ($t=۹/۶۰$ ، $p<۰/۰۰۱$). نتایج مشابه برای سبک‌های دلبستگی اجتنابی و دوسوگرا تکرار شد (جدول ۳). این نتایج نشان می‌دهند که استحکام من توانسته است، به عنوان متغیر واسطه‌ای، رابطه سبک‌های دلبستگی با هوش هیجانی را در مورد هر سه سبک دلبستگی به صورت جزئی تحت تأثیر قرار دهد. این نتایج فرضیه سوم پژوهش را تأیید می‌کنند.

جدول (۳) خلاصه مدل رگرسیون، تحلیل واریانس و مشخصه‌های آماری اثر واسطه‌ای استحکام من بر رابطه سبک‌های دلبستگی و هوش هیجانی

متغیر/ شاخص	B	SEB	β	t	p
گام اول: دلبستگی ایمن ($R^2 = ۰/۲۴$)	۳/۸۲۲	۰/۳۰۰	۰/۴۹۱	۱۲/۷۳	۰/۰۰۱
گام دوم: دلبستگی ایمن	۳/۰۰۹	۰/۳۱۳	۰/۳۸۷	۹/۶۰	۰/۰۰۱
استحکام من ($R^2 = ۰/۳۰$ ، $\Delta R^2 = ۰/۰۶$)	-۰/۴۲۹	۰/۰۶۵	-۰/۲۶۷	۶/۶۴	۰/۰۰۱
گام اول: دلبستگی اجتنابی ($R^2 = ۰/۱۰$)	-۲/۱۹۳	۰/۲۹۸	-۰/۳۱۰	-۷/۳۵	۰/۰۰۱

ادامه جدول (۳)

<i>p</i>	<i>t</i>	β	SEB	B	متغیر/ شاخص
۰/۰۰۱	-۴/۷۳	-۰/۱۸۸	۰/۲۹۸	-۱/۳۳۳	گام دوم: دلبستگی اجتنابی
۰/۰۰۱	۸/۴۱	۰/۳۵۴	۰/۰۶۷	۰/۵۶۸	استحکام من ($R^2 = ۰/۲۱$, $\Delta R^2 = ۰/۱۱$)
۰/۰۰۱	-۸/۹۱	-۰/۳۶۸	۰/۳۶۰	-۳/۲۱۲	گام اول: دلبستگی دوسوگرا ($R^2 = ۰/۱۳$)
۰/۰۰۱	-۵/۰۲	-۰/۲۲۲	۰/۳۸۷	-۱/۹۴۴	گام دوم: دلبستگی دوسوگرا
۰/۰۰۱	۷/۱۵	۰/۳۱۷	۰/۰۷۱	۰/۵۰۸	استحکام من ($R^2 = ۰/۲۱$, $\Delta R^2 = ۰/۰۸$)

بحث

این پژوهش دو هدف اصلی داشت: (۱) تعیین رابطه سبک‌های دلبستگی با هوش هیجانی؛ (۲) تعیین نقش واسطه‌ای استحکام من در رابطه بین سبک‌های دلبستگی و هوش هیجانی. نتایج این پژوهش نشان داد که بین سبک دلبستگی ایمن با هوش هیجانی رابطه مثبت معنادار وجود دارد. نتایج پژوهش همچنین نشان داد که بین سبک‌های دلبستگی ناایمن با هوش هیجانی رابطه منفی معنادار وجود دارد. بر این اساس، فرضیه‌های اول و دوم پژوهش تأیید شدند. نتایج این پژوهش با یافته‌های پژوهش‌های قبلی (بشارت، ۱۳۸۴؛ دویت و دی‌هاور، ۲۰۰۸؛ کلویتر و همکاران، ۲۰۰۸؛ کیتینگ و همکاران، ۲۰۱۳؛ لاول و همکاران، ۲۰۱۴؛ مینس و همکاران، ۲۰۰۸؛ هرشنبرگ و همکاران، ۲۰۱۱؛ همارتا و همکاران، ۲۰۰۹). مطابقت دارند و بر حسب چندین احتمال به شرح زیر تبیین می‌شوند:

بر اساس نظریه دلبستگی (بالبی، ۱۹۸۸؛ کالکینس و فاکس، ۲۰۰۲؛ واترز و همکاران، ۲۰۰۰)، تجربه‌های مربوط به پیوند عاطفی کودک-مادر (مراقب) درونسازی می‌شوند و با تشکیل مدل‌های درونکاری^۱ به کلیه روابط بین شخصی کودک تعمیم می‌یابند و در مراحل مختلف زندگی نسبتاً پایدار خواهند ماند (برترتون، ۱۹۹۱؛ وست و شلدن-کلر، ۱۹۹۴) مدل‌های درونکاری به‌عنوان معادل‌های درونی ویژگی‌های والدین، بازخوردها و انتظارات شخص از «خود» و «دیگران» را سازمان می‌دهند. مدل‌های

1- Internal working models

درونکاری مثبت از خود و دیگران که از ویژگی‌های سبک دلبستگی ایمن محسوب می‌شوند (بارتولومئو و هرویتز، ۱۹۹۱؛ هرویتز، روزنبرگ و باتولومئو، ۱۹۹۳)، از طریق تقویت الف) ادراک هیجانی مثبت، یعنی فرایند ارزشیابی مثبت هیجان‌ها در مورد خود و دیگران و ب) مدیریت هیجانی، یعنی توانایی تنظیم هیجان‌ها در خود و نسبت به دیگران که باعث ارتقاء رشد هیجانی و بهره‌وری بهینه از هیجان‌ها می‌شود؛ سطح هوش هیجانی فرد را افزایش می‌دهند (بشارت، ۱۳۸۴؛ کافتسیوس، ۲۰۰۴؛ کیتینگ و همکاران، ۲۰۱۳؛ لاول و همکاران، ۲۰۱۴؛ مینس و همکاران، ۲۰۰۸؛ هرشنبرگ و همکاران، ۲۰۱۱؛ همارتا و همکاران، ۲۰۰۹). مدل‌های درونکاری منفی از خود و دیگران که از ویژگی‌های سبک‌های دلبستگی نایمن (اجتنابی و دوسوگرا) محسوب می‌شوند (بارتولومئو و هرویتز، ۱۹۹۱؛ هرویتز و همکاران، ۱۹۹۳)، به عکس از طریق تقویت الف) ادراک هیجانی منفی، یعنی فرایند ارزشیابی منفی هیجان‌ها در مورد خود و دیگران و ب) تضعیف مدیریت هیجانی، یعنی ناتوانی در تنظیم هیجان‌ها در مورد خود و دیگران که رشد هیجانی را مختل می‌سازد و امکان بهره‌وری بهینه از هیجان‌ها را سلب می‌نماید؛ سطح هوش هیجانی فرد را کاهش می‌دهند (بشارت، ۱۳۸۴؛ دویت و دی هاور، ۲۰۰۸؛ کافتسیوس، ۲۰۰۴؛ کیتینگ و همکاران، ۲۰۱۳؛ لاول و همکاران، ۲۰۱۴؛ هرشنبرگ و همکاران، ۲۰۱۱).

نتایج این پژوهش نشان داد که استحکام من در رابطه بین سبک‌های دلبستگی و هوش هیجانی نقش واسطه‌ای دارد. با توجه به این که این تأثیر واسطه‌ای جزئی بود، می‌توان نتیجه گرفت که بخشی از رابطه سبک‌های دلبستگی با هوش هیجانی از طریق استحکام من اعمال می‌شود. بر این اساس، فرضیه سوم پژوهش تأیید شد. نتایج این پژوهش با یافته‌های پژوهش‌های قبلی (اتوول، ۲۰۰۶؛ ادوارد و وارلو، ۲۰۰۵؛ باریبال و همکاران، ۲۰۱۱؛ دیویس و هامفری، ۲۰۱۲؛ شارما، ۲۰۱۲؛ کیم و آگروسا، ۲۰۱۱) مطابقت دارند و بر حسب چندین احتمال به شرح زیر تبیین می‌شوند:

استحکام من، چه به‌عنوان توانایی من در مواجهه و مدیریت مطالبات و تعارض‌های نهاد، فرامن و مقتضیات محیط (فروید، ۱۹۲۳) در نظر گرفته شود، چه به‌عنوان مجموعه‌ای از توانمندی‌های برخاسته از تحول روانی-اجتماعی (اریکسون، ۱۹۶۵) برای

حل تعارضات درون‌روانی و تعامل با محیط (مک کرا و کاستا، ۲۰۰۵)، فرایند شناخت، کاربرد و مدیریت هیجان‌ها در خود و دیگران (می‌یر و سالوی، ۱۹۹۷) را تحت تأثیر قرار می‌دهد. این تأثیرگذاری، در سایه تعامل سبک‌های دلبستگی - استحکام من (جان و گروس، ۲۰۰۴؛ سوتهم - گرو و کندال، ۲۰۰۲؛ گرشام و گالون، ۲۰۱۲)، از طریق چند مکانیسم قابل توجیه است. یکی از این مکانیسم‌ها تاب‌آوری، یعنی فرایند پویای انطباق مثبت با تجربه‌های تلخ و ناگوار (بونانو، ۲۰۰۴؛ لوتار و چیچتی، ۲۰۰۰؛ مستن، ۲۰۰۱) است. استحکام من با بهره‌گیری از این ویژگی، همزمان با افزایش مقاومت فرد در برابر استرس‌ها (اینگرام و پرایس، ۲۰۰۱)، توان مدیریت وی را برای حل تعارضات بالا می‌برد و احتمالاً از این طریق به افزایش راهبردهای سازش یافته تنظیم و مدیریت هیجان کمک می‌کند. مهارگری، یعنی توانایی فرد در مهار و مدیریت شرایط، یکی دیگر از مؤلفه‌های استحکام من محسوب می‌شود (کانر و دیویدسون، ۲۰۰۳). این توانمندی به فرد کمک می‌کند تا شرایط استرس‌زا را دست‌کم تا حدودی به مدد استفاده از راهبردهای سازش‌یافته تنظیم و مدیریت هیجان مدیریت کند. با توجه به تعریف هوش هیجانی به عنوان ویژگی‌ای که تشخیص افراد از احساسات خود و دیگران، توانایی تنظیم این احساسات و استفاده از این احساسات جهت انجام رفتارهای سازش یافته را میسر می‌سازد (سالوی، وولری و می‌یر، ۲۰۰۱)، می‌توان افزایش توانمندی فرد در تنظیم و مدیریت هیجان‌ها را به نحوی به افزایش هوش هیجانی نسبت داد.

مکانیسم دیگری که استحکام من ممکن است از طریق آن هوش هیجانی را تحت تأثیر قرار دهد، استفاده از راهبردهای دفاعی رشدیافته است. مکانیسم‌های دفاعی هم مسئولیت محافظت از فرد در مقابل اضطراب و آگاهی از خطرات و عوامل استرس‌زای درونی و بیرونی را بر عهده دارد (انجمن روانپزشکی آمریکا، ۲۰۱۳؛ فروید، ۱۹۲۳) و هم تجربه‌های ذهنی مربوط به افکار، عواطف و هیجان‌های دردناک را تنظیم و مدیریت می‌کنند (ففر، هارت، پسکین و سیفکر، ۱۹۹۵). توانی من در به کارگیری مکانیسم‌های دفاعی مناسب و کارآمد، مواجهه با تغییرات روان‌شناختی و محرک‌های استرس‌زای محیطی را احتمالاً از طریق راهبردهای سازش‌یافته تنظیم هیجان تسهیل می‌کند

(بشارت، ۱۳۸۴، ۱۳۸۷، ۲۰۱۰؛ بشارت و شهیدی، ۲۰۱۱؛ باند و پری، ۲۰۰۴). در کنار راهبردهای دفاعی، استفاده از راهبردهای کارآمد مقابله با استرس نیز می‌تواند مکانیسم دیگری برای تأثیرگذاری استحکام من بر هوش هیجانی در نظر گرفته شود. استحکام من مهارت‌های حل مساله را تقویت می‌کند (کمپل-سیلس، کوهان و استین، ۲۰۰۶) و راهبردهای تنظیم و مدیریت هیجان از مؤلفه‌های سبک‌های مقابله مساله محور محسوب می‌شوند (آلداو، نولن-هاکسما و شوپزر، ۲۰۱۰؛ گارنفسکی و کرایچ، ۲۰۰۶؛ گارنفسکی، بان و کرایچ، ۲۰۰۵). بر این اساس، استحکام من از طریق مکانیسم‌های دفاعی و راهبردهای مقابله با استرس، قدرت تشخیص افراد از احساسات خود و دیگران و توانایی تنظیم و مدیریت این احساسات را افزایش می‌دهد.

به‌طور خلاصه، نتایج این پژوهش نشان داد که بین سبک‌های دلبستگی و هوش هیجانی همبستگی وجود دارد و استحکام من در رابطه بین این دو متغیر نقش واسطه‌ای ایفا می‌کند. پیامدهای نتایج پژوهش حاضر را می‌توان در دو سطح نظری و عملی به این شرح مطرح کرد: در سطح نظری، یافته‌های پژوهش تأییدی است مجدد بر مفروضه‌های نظریه دلبستگی در مورد نقش تعیین‌کننده روابط اولیه دلبستگی در تشخیص و مدیریت هیجان‌ها. به‌علاوه، تأیید نقش واسطه‌ای استحکام من در رابطه بین سبک‌های دلبستگی و هوش هیجانی، می‌تواند در خدمت انسجام و یکپارچگی مفروضه‌های نظریه‌های دلبستگی و شخصیت قرار گیرد. در سطح پیامدهای عملی، یافته‌های پژوهش حاضر می‌توانند مبنای تجربی مناسب برای تدوین برنامه‌های آموزشی و بهداشتی در چهارچوب روابط مادر-کودک؛ برنامه‌های مداخله و مدیریت هیجان‌ها؛ و برنامه‌های درمانی مبتنی بر رویکردهای شخصیتی، قرار گیرد. هدف این برنامه‌ها باید تقویت ایمن‌سازی روابط دلبستگی کودک-مادر باشد. بر اساس این برنامه‌ها، مداخله متخصصان امور تربیتی در سطح پیشگیری انجام خواهد شد و با افزایش ضریب ایمنی روابط دلبستگی، هوش هیجانی تقویت می‌شود.

پژوهش حاضر محدودیت‌هایی دارد که مهم‌ترین آنها به این شرح است. طرح پژوهش همبستگی است و نمی‌توان با استناد به یافته‌های آن به تفسیرها و تبیین‌های

علت شناختی مبادرت کرد. نمونه مورد بررسی در این پژوهش یک نمونه دانشجویی بود و در تعمیم یافته‌ها به سایر جمعیت‌ها باید احتیاط شود. رابطه سبک‌های دل‌بستگی و استحکام من، و همچنین نحوه تعامل این دو متغیر در رابطه با هوش هیجانی، نیازمند بررسی‌های دقیق‌تر است که برای پژوهش‌های آینده پیشنهاد می‌شود. همچنین، پیشنهاد می‌شود به منظور شناخت بهتر این تعامل و روابط بین این متغیرها با هوش هیجانی و فرایند مدیریت و تنظیم هیجان‌ها، رابطه این سه متغیر در نمونه‌های بالینی، مخصوصاً در اختلال‌های شخصیت، مورد بررسی قرار گیرد.

تاریخ دریافت نسخه اولیه مقاله:	۱۳۹۴/۰۲/۲۸
تاریخ دریافت نسخه نهایی مقاله:	۱۳۹۴/۰۸/۱۱
تاریخ پذیرش مقاله:	۱۳۹۴/۱۱/۱۵

منابع

- بزازیان، س.، و بشارت، م.ع. (۱۳۸۸). مقایسه هوش هیجانی، سلامت روانی و جسمانی مشاغل مختلف، فصلنامه روانشناسی کاربردی، ۹، ۲۷-۷.
- بشارت، م.ع. (۱۳۸۴). هنجاریابی مقیاس دلبستگی بزرگسال، گزارش پژوهشی، دانشگاه تهران.
- بشارت، م.ع. (۱۳۸۶). بررسی ویژگی‌های روانسنجی مقیاس استحکام من، گزارش پژوهشی، دانشگاه تهران.
- بشارت، م.ع. (۱۳۸۷). نارسایی هیجانی و سبک‌های دفاعی، اصول بهداشت روانی، ۳۹، ۱۹۰-۱۸۱.
- بشارت، محمدعلی (۱۳۸۸). پایایی و روایی فرم ۲۸ سولی مقیاس سلامت روانی در جمعیت ایرانی.
- بشارت، م.ع.، و تولائی، ف. (۱۳۹۴). ساخت و اعتباریابی مقیاس استحکام من، روانشناسی معاصر، ۲۰، زیر چاپ.
- بشارت، م.ع.، و خدابخش، م. ر. (۱۳۹۱). رابطه بین هوش هیجانی و کیفیت روابط بین شخصی: بررسی نقش واسطه‌ای خودشیفتگی، پژوهش‌های مشاوره، ۴۴، ۱۴۶-۱۲۷.
- بشارت، م.ع.، زبردست، ع.، نادعلی، ح.، و صالحی، م. (۱۳۸۷). هوش هیجانی، نارسایی هیجانی و مشکلات بین شخصی، مجله روانشناسی و علوم تربیتی، ۲، ۱۲۳-۱۰۱.
- بشارت، م.ع.، شالچی، ب.، و شمسی پور، ح. (۱۳۸۵). بررسی رابطه هوش هیجانی با موفقیت تحصیلی دانش‌آموزان، اندیشه‌های نوین تربیتی، ۳، ۴۳-۷۳.
- بشارت، م.ع.، شریفی، م.، و ایروانی، م. (۱۳۸۰). بررسی رابطه سبک‌های دلبستگی و مکانیسم‌های دفاعی، مجله روان‌شناسی، ۱۹، ۲۸۹-۲۷۷.
- رستمی، ر.، شاه محمدی، خ.، قائدی، غ. ح.، بشارت، م.ع.، اکبری زردخانه، س.، و نصرت‌آبادی، م. (۱۳۸۹). رابطه خودکارآمدی با هوش هیجانی و حمایت اجتماعی ادراک شده در دانشجویان دانشگاه تهران، افق دانش، ۱۶، ۵۴-۴۶.

Abe, J.A.A. (2011). Positive emotions, emotional intelligence, and successful experiential learning, *Personality and Individual Differences*, 51, 817-822.

-
- Ahmetoglu, G., Leutner, F., & Chamorro-Premuzic, T. (2011). EQ-nomics: Understanding the relationship between individual differences in trait emotional intelligence and entrepreneurship, *Personality and Individual Differences*, 51, 1028-1033.
- Aldao, A., Nolen-Hoeksema, S., & Schweizer, S. (2010). Emotion-regulation strategies across psychopathology: A meta-analytic review, *Clinical Psychology Review*, 30, 217-237.
- American Psychiatric Association (2013). *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (DSM-V)*. Washington DC: Author.
- Atwool, N. (2006). Attachment and resilience: Implications for children in care. *Child Care in Practice*, 12, 315-330.
- Austin, E.J., Saklofske, D.H., & Egan, V. (2005). Personality, well-being and health correlates of trait emotional intelligence, *Personality and Individual Differences*, 38, 547-558.
- Austin, E.J., Saklofske, D.H., Huang, S.H.S., & McKenney, D. (2004). Measurement of trait emotional intelligence: testine and cross-validating a modified version of Schutte et al.'s (1998) measure, *Personality and Individual Differences*, 36, 555-562.
- Barriball, L., Fitzpatrick, J., & Roberts, J. (2011). Emotional intelligence: its relationship to stress, coping, well-being and professional performance in nursing students, *Nurse Education Today*, 31, 855-860.
- Bartholomew, K., & Horowitz, L. (1991). Attachment styles among young adults: a test of a four-category model, *Journal of Personality and Social Psychology*, 61, 226-244.
- Besharat, M.A. (2007). Psychometric properties of Farsi version of the Emotional Intelligence Scale-41 (FEIS-41), *Personality and Individual Differences*, 43, 991-1000.
- Besharat, M.A. (2010). Relationship of alexithymia with coping styles and interpersonal problems, *Procedia Social and Behavioral Sciences*, 5, 614-497.
- Besharat, M.A. (2011). Development and validation of Adult Attachment Inventory, *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 30, 475-479.
-

-
- Besharat, M.A., & Khajavi, Z. (2013). The relationship between attachment styles and alexithymia: Mediating role of defense mechanisms, *Asian journal of psychiatry*, 6, 571-576.
- 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, 145-149.
- Bjorklund, P. (2000). Assessing ego strength: spinning straw into gold, *Perspectives in psychiatric care*, 36, 14-23.
- Bonanno, G.A. (2004). Loss, trauma, and human resilience, *American Psychologist*, 59, 20-28.
- Bond, M., & Perry, J. C. (2004). Long-term changes in defense styles with psychodynamic psychotherapy for depressive, anxiety and personality disorders, *American Journal of Psychiatry*, 161, 1665-1671.
- Bowlby, J. (1969). *Attachment and loss: Vol. I. Attachment*, New York: Basic Books.
- Bowlby, J. (1973). *Attachment and loss: separation*, New York: Basic Books.
- Bowlby, J. (1980). *Attachment and loss: sadness and depression*, New York: Basic Books.
- Bowlby, J. (1988). *A secure base: clinical applications of attachment theory*, New York: Basic Books.
- Bretherton, I. (1991). *The roots and growing points of attachment theory*, In C.M. Parkes, J.S. Hinde, & P. Marris (Eds.), *Attachment across the life cycle* (pp. 9-32), London: Tavistock/Routledge.
- Calkins, S.D., & Fox, N.A. (2002). Self-regulation process in early personality development: A multi-level approach to the study of childhood social withdrawal and aggression, *Development and Psychopathology*, 15, 55-71.
- Campbell-Sills, L., Cohan, S.L., & Stein, M.B. (2006). Relationship of resilience to personality, coping, and psychiatric symptoms in young adults, *Behaviour Research and Therapy*, 44, 585-599.
- Cloitre, M., Stovall-McClough, C., Zorbas, P., & Charuvastra, A. (2008). Attachment organization, emotion regulation, and expectations of
-

- support in a clinical sample of women with childhood abuse histories, *Journal of Traumatic Stress*, 21, 282-289.
- Connor, K.M., & Davidson, J.R.T. (2003). Development of a new resilience scale: the Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC), *Depression and Anxiety*, 18, 76-82.
- Davis, S.K., & Humphrey, N. (2012). The influence of emotional intelligence (EI) on coping and mental health in adolescence: Divergent roles for trait and ability EI, *Journal of adolescence*, 35, 1369-1379.
- DeBusk, K., & Austin, E.J. (2011). Emotional intelligence and social perception, *Personality and Individual Differences*, 51, 764-768.
- Dewitte, M., & De Houwer, J. (2008). Adult attachment and attention to positive and negative emotional face expressions, *Journal of Research in Personality*, 42, 498-505.
- Di Fabio, A., & Kenny, M.E. (2011). Emotional intelligence and perceived social support among Italian high school students, *Journal of Career Development*, 0894845311421005.
- Di Fabio, A., & Palazzeschi, L. (2008). Emotional intelligence and self-efficacy in a sample of Italian high school teachers, *Social Behavior and Personality: An International Journal*, 36, 315-326.
- Di Fabio, A., Palazzeschi, L., Asulin-Peretz, L., & Gati, I. (2013). Career Indecision Versus Indecisiveness Associations With Personality Traits and Emotional Intelligence, *Journal of Career Assessment*, 21, 42-56.
- Di Fabio, A., & Saklofske, D.H. (2014). Promoting individual resources: The challenge of trait emotional intelligence, *Personality and Individual Differences*, 65, 19-23.
- Edward, K.-I., & Warelow, P. (2005). Resilience: When coping is emotionally intelligent, *Journal of the American Psychiatric Nurses Association*, 11, 101-102.
- Erikson, E.H. (1965). *Youth: Fidelity and diversity*. In E.H. Erikson (Ed.), *The challenge of youth* (pp. 1-28), Garden City, NY: Anchor Books.
- Freud, S. (1923). The ego and the id. In J. Strachey (Ed. and Trans.), *The complete psychological works* (Vol. 19), New York: Norton, 1976.

-
- Freudenthaler, H.H., & Neubauer, A.C. (2007). Measuring emotional management abilities: Further evidence of the importance to distinguish between typical and maximum performance, *Personality and Individual Differences, 42*, 1561-1572.
- Gannon, N., & Ranzijn, R. (2005). Does emotional intelligence predict unique variance in life satisfaction beyond IQ and personality? *Personality and Individual Differences, 38*, 1353-1364.
- 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.
- 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.
- Gohm, C.L., Corser, G.C., & Dalsky, D.J. (2005). Emotional intelligence under stress: Useful, unnecessary, or irrelevant? *Personality and Individual Differences, 39*, 1017-1028.
- Goldstein, E.G. (1995). *Ego psychology and social work practice*: Simon and Schuster.
- Gratz, K.L., & Roemer, L. (2004). Multidimensional assessment of emotion regulation and dysregulation: Development, factor structure, and initial validation of the Difficulties in Emotion Regulation Scale, *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment, 26*, 41-54.
- Gresham, D., & Gullone, E. (2010). Emotion regulation strategy use in children and adolescents: The explanatory roles of personality and attachment, *Personality and Individual Differences, 52*, 616-621.
- Hamarta, E., Deniz, M., & Saltali, N. (2009). Attachment Styles as a Predictor of Emotional Intelligence, *Educational Sciences: Theory and Practice, 9*, 213-229.
- Hazan, C., & Shaver, P.R. (1987). Romantic love conceptualized as an attachment process, *Journal of Personality and Social Psychology, 52*, 511-524.
- Hershenberg, R., Davila, J., Yoneda, A., Starr, L.R., Miller, M.R., Stroud, C.B., et al. (2011). What I like about you: The association between
-

-
- adolescent attachment security and emotional behavior in a relationship promoting context, *Journal of adolescence*, 34, 1017-1024.
- Hexel, M. (2003). Alexithymia and attachment style in relation to locus of control. *Personality and Individual Differences*, 35, 1261-1270.
- Horowitz, L.M., Rosenberg, S.E., & Bartholomew, K. (1993). Interpersonal problems, attachment styles and outcome in brief dynamic psychotherapy, *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 61, 548-560.
- Ingram, R.E., & Price, J.M. (2001). *The role of vulnerability in understanding psychopathology*. In R. E. Ingram, & J. M. Price (Eds.), *Vulnerability to psychopathology: risk across the lifespan* (pp. 3-19), New York: The Guilford Press.
- John, O.P., & Gross, J.J. (2004). Healthy and unhealthy emotion regulation: Personality processes, individual differences, and life span development, *Journal of Personality*, 72, 1301-1333.
- Kafetsios, K. (2004). Attachment and emotional intelligence abilities across the life course, *Personality and Individual Differences*, 37, 129-145.
- Keating, L., Tasca, G.A., & Hill, R. (2013). Structural relationships among attachment insecurity, alexithymia, and body esteem in women with eating disorders, *Eating Behaviors*, 14, 366-373.
- Kim, H.J., & Agrusa, J. (2011). Hospitality service employees' coping styles: The role of emotional intelligence, two basic personality traits, and socio-demographic factors, *International Journal of Hospitality Management*, 30, 588-598.
- Kong, F., Zhao, J., & You, X. (2012). Emotional intelligence and life satisfaction in Chinese university students: The mediating role of self-esteem and social support. *Personality and Individual Differences*, 53, 1039-1043.
- Lanciano, T., Curci, A., Kafetsios, K., Elia, L., & Zammuner, V. L. (2012). Attachment and dysfunctional rumination: The mediating role of Emotional Intelligence abilities, *Personality and Individual Differences*, 53, 753-758.

- Lowell, A., Renk, K., & Adgate, A.H. (2014). The role of attachment in the relationship between child maltreatment and later emotional and behavioral functioning, *Child Abuse & Neglect*, 38, 1436-1449.
- Luthar, S. S., & Cicchetti, D. (2000). The construct of resilience: implications for interventions and social policies, *Development and Psychopathology*, 12, 857-885.
- Masten, A. (2001). Ordinary magic: resilience processes in development. *American Psychologist*, 56, 227-238.
- Mayer, J.D., & Salovey, P. (1997). *What is emotional intelligence?* In P. Salovey & J.D. Mayer (Eds.), *emotional development and emotional intelligence* (pp. 3-31). New York: Basic Books.
- Mayer, J.D., Salovey, P., & Caruso, D.R. (2008). Emotional intelligence: new ability or eclectic traits? *American Psychologist*, 63, 503.
- Mayer, J.D., Salovey, P., Caruso, D.R., & Sitarenios, G. (2001). Emotional intelligence as a standard intelligence. *Emotion*, 1, 232-242.
- Meins, E., Harris-Waller, J., & Lloyd, A. (2008). Understanding alexithymia: Associations with peer attachment style and mind-mindedness, *Personality and Individual Differences*, 45, 146-152.
- Petrides, K.V., Pita, R., & Kokkinaki, F. (2007). The location of trait emotional intelligence in personality factor space. *British Journal of Psychology*, 98, 273-289.
- Pfeffer, C.R., Hurt, S.W., Peskin, J.R., & Siefker, C.A. (1995). Suicide children grow up: Ego functions associated with suicide attempts. *Journal of American Academy of Child and Adolescent Psychiatry*, 34, 1318-1325.
- Resurrección, D., Salguero, J., & Ruiz-Aranda, D. (2014). Emotional intelligence and psychological maladjustment in adolescence: A systematic review, *Journal of adolescence*, 37, 461-472.
- Saklofske, D.H., Austin, E.J., & Minski, P. (2003). Factor structure and validity of a trait emotional intelligence measure, *Personality and Individual Differences*, 34, 707-721.
- Salovey, P., & Mayer, J.D. (1990). Emotional intelligence. *Imagination, Cognition and Personality*, 9, 185-211.

-
- Salovey, P., Mayer, J.D., & Caruso, D. (2002). *The positive psychology of emotional intelligence*. In C.R. Snyder, & S.J. Lopez (Eds.), *Handbook of positive psychology* (pp. 159-171), Oxford: Oxford University Press.
- Salovey, P., Woolery, A., & Mayer, J.D. (2001). Emotional intelligence: Conceptualization and measurement. In G.J.O. Fletcher & M.S. Clark (Eds.), *Blackwell handbook of social psychology: Interpersonal Processes* (pp. 279-307), Malden, MA: Balackwell.
- Schutte, N.S., Malouff, J. M., Hall, L.E., Haggerty, D.J., Cooper, J.T., Golden, C.J., & Dornheim, L. (1998). Development and validation of a measure of emotional intelligence, *Personality and Individual Differences*, 25, 167-177.
- Sharma, R. (2012). Ego-strength in relation to adjustment of college-going students, *Indian Streams Research Journal*, 2, 1-4.
- Shaver, P.R., & Mikulincer, M. (2005). Attachment theory and research: Resurrection of the psychodynamic approach to personality, *Journal of Research in Personality*, 39, 22-45.
- Southam-Gerow, M.A., & Kendall, P.C. (2002). Emotion regulation and understanding: Implications for child psychopathology and therapy, *Clinical psychology review*, 22, 189-222.
- Vetere, A., & Myers, L.B. (2002). Repressive coping style and adult romantic attachment style: Is there a relationship? *Personality and Individual Differences*, 32, 799-807.
- Waters, E. Merrick, S., Treboux, D., Crowell, J., & Albersheim, L. (2000). Attachment security in infancy and early adulthood: a twenty-year longitudinal study, *Child Development*, 3, 684-689.
- Watson, D., Clarke, L.A., & Tellegen, A. (1988). Development and validation of brief measures of positive and negative affect: The PANAS Scales, *Journal of personality and Social Psychology*, 54, 1063-1070.
- West, M., & Sheldon-Keller, A.E. (1994). *Patterns of relating*, New York: Guilford.