

## بررسی رابطه‌ی سبک‌های دل‌بسته‌گی و هوش هیجانی

دکتر محمدعلی بشارت

besharat2000@yahoo.com

دانشیار دانشکده‌ی روان‌شناسی و علوم تربیتی، دانشگاه تهران

### چکیده

در این پژوهش رابطه‌ی سبک‌های دل‌بسته‌گی ایمن، اجتنابی، و دوسوگرا با هوش هیجانی در یک نمونه‌ی دانش‌جویی بررسی شده‌است. دویست دانش‌جوی دانشگاه تهران (۱۰۷ دختر، ۹۳ پسر) با پر کردن مقیاس دل‌بسته‌گی بزرگسال و مقیاس هوش هیجانی در این پژوهش شرکت کردند. برای تحلیل داده‌های پژوهش شناسه‌های آماری فراوانی، درصد، میانگین، انحراف معیار، و آزمون‌های  $t$ ، هم‌بسته‌گی، و رگرسیون به کار گرفته‌شد.

یافته‌ها نشان داد که سبک‌های دل‌بسته‌گی رابطه‌ی معنادار با هوش هیجانی دارد. سبک دل‌بسته‌گی ایمن هم‌بسته‌گی مثبت، و سبک‌های دل‌بسته‌گی نایمن (اجتنابی و دوسوگرا) هم‌بسته‌گی منفی با هوش هیجانی دارد. سبک دل‌بسته‌گی ایمن با «الگوهای درون‌کاری» مثبت از خود و دیگران، «دریافت هیجانی» مثبت، و تقویت «مدیریت هیجانی»، سطح هوش هیجانی را افزایش می‌دهد. سبک‌های دل‌بسته‌گی نایمن نیز با «الگوهای درون‌کاری» منفی از خود و دیگران، «دریافت هیجانی» منفی، و تضعیف «مدیریت هیجانی»، سطح هوش هیجانی را کاهش می‌دهد. سبک‌های دل‌بسته‌گی، همچنین، با راه‌بردهای گوناگون «تنظیم عواطف»، بر سطوح هوش هیجانی تأثیر می‌گذارد.

**کلیدواژه‌ها:** نگره‌ی دل‌بسته‌گی؛ سبک‌های دل‌بسته‌گی؛ هوش هیجانی؛

## مقدمه

بیش از دو دهه پژوهش در زمینه‌ی برهم‌کنش عاطفه و شناخت، بنیان‌های لازم را برای گسترش مفهوم هوش هیجانی<sup>۱</sup> فراهم ساخته‌است (فورمیس، ۲۰۰۱). مفهوم هوش هیجانی که در آغاز توسط سالووی<sup>۲</sup> و مهیر<sup>۳</sup> (۱۹۹۰) مطرح شد، تفاوت‌های فردی را در چه‌گونه‌گی استدلال درباره‌ی احساسات روشن می‌سازد. هوش هیجانی به عنوان گونه‌ئی توانایی<sup>۴</sup>، عبارت است از ظرفیت دریافت<sup>۵</sup>، ابراز<sup>۶</sup>، شناخت<sup>۷</sup>، کاربرد<sup>۸</sup>، و مدیریت<sup>۹</sup> (مهیار) هیجان‌ها در خود و دیگران (مهیر و سالووی، ۱۹۹۷). تعریف هوش هیجانی به عنوان مجموعه‌ئی از توانایی‌ها، برهم‌کنش‌های درهم‌تنیده‌ی شناخت‌ها و عواطف را که بنیان پردازش اطلاعات هیجانی است برجسته می‌سازد.

سالووی<sup>۱۰</sup>، مهیر، و کروسو<sup>۱۱</sup> (۲۰۰۲)، با ساختن مقیاس نوین هوش هیجانی (MECEIT)<sup>۱۲</sup> توانسته‌اند با موفقیت هوش هیجانی و چهار مجموعه از توانایی‌های مربوط به آن را چنین تعیین کنند: دریافت؛ آسان‌سازی (تسهیل)؛ شناخت؛ و مدیریت (مهیار). دریافت هیجانی<sup>۱۳</sup> به توانایی بنیادی برای ثبت انگیزش‌های هیجانی در خود و دیگران گفته‌می‌شود. چنین پنداشته‌می‌شود که دریافت هیجانی ریشه‌های تکاملی دارد و با فرآیندهای ارتباطی هیجانی و همدلی مرتبط است (باک<sup>۱۴</sup>، ۱۹۸۴). آسان‌سازی (تسهیل) هیجانی<sup>۱۵</sup> به فرآیندهایی گفته‌می‌شود که بر اساس آن، عاطفه، اندیشه را بر پایه‌ی ترتیب آغازش مشکلات و با به‌کاراندازی ذخایر حافظه‌ئی یگانه، دگرگون‌سازی خلق و خو، و فرآیندهای اطلاعاتی پنهان آسان می‌سازد (مهیر، ۲۰۰۱). شناخت هیجانی<sup>۱۶</sup> دربرگیرنده‌ی فرآیندها و ساختارهای حافظه‌ئی مربوط به نام‌گذاری هیجان‌ها است. شناخت هیجانی مشخص می‌کند که چه‌گونه فرد معانی و موقعیت‌های هیجانی را شناسایی می‌کند. مدیریت هیجانی<sup>۱۷</sup> نیز به توانایی تنظیم هیجان‌ها در خود و دیگران برای افزایش بالنده‌گی هیجانی و عقلی گفته‌می‌شود.

1. Emotional Intelligence
2. Forgas, J. P.
3. Salovey, P., & Mayer, J. D.
4. Ability
5. Perception
6. Expression
7. Understanding
8. Using
9. Management
10. Salovey, P., Mayer, J. D., & Caruso, D.
11. Mayer, Salovey, and Caruso Emotional Intelligence Test
12. Emotional Perception
13. Buck, R.
14. Emotional Facilitation
15. Emotional Understanding
16. Emotional Management

نگره‌ی دل‌بسته‌گی<sup>۱</sup> (بالبی، ۱۹۶۹؛ ۱۹۷۳؛ ۱۹۸۰) مدعی است که تجربه‌های مربوط به پیوند عاطفی کودک-مادر (پرستار) درون‌سازی می‌شود و با ساخت الگوهای درون‌کاری<sup>۲</sup> به همه‌ی روابط بین‌شخصی کودک گسترش می‌یابد و در مراحل مختلف زنده‌گی نسبتاً پایدار خواهدماند (بره‌رتون، ۱۹۹۱؛ مین، کابان، و کسیدی، ۱۹۸۵؛ وست و سلدون-کنر، ۱۹۹۴). در پی نگره‌ی بالبی، اینزورث، بلهار، واترز، و وال<sup>۳</sup> (۱۹۷۸) سه سبک دل‌بسته‌گی ایمن<sup>۴</sup>، اجتنابی<sup>۵</sup>، و دوسوگرا<sup>۶</sup> را در کودکی توصیف کردند. این سبک‌ها، بعدها در بزرگ‌سالان نیز تأیید شد (هازان و شی‌ور<sup>۷</sup>، ۱۹۸۷).

پاسخ‌گویی<sup>۸</sup> و دسترس‌پذیری<sup>۹</sup> مادر، پایگاهی امن<sup>۱۰</sup> برای کودک فراهم می‌سازد که بنا بر آن تجربه‌ها سازمان‌دهی می‌شود و با درمانده‌گی‌ها مقابله می‌گردد. بنابراین، کیفیت دسترس‌پذیری، نگره‌ی دل‌بسته‌گی<sup>۱۱</sup> (مادر)، یکی از منابع بنیادی، گونه‌گونی، راه‌بردهای تنظیم عواطف<sup>۱۲</sup> به شمار می‌رود. نگره‌ی دل‌بسته‌گی بیان می‌کند که دفاع‌های عاطفی مرتبط با دل‌بسته‌گی نالین، پردازش داده‌های هیجانی<sup>۱۳</sup> را بازداری می‌کند و آگاهی از احساسات و تصمیم‌ها را در خود و دربارهی دیگران مسدود می‌سازد (بالبی، ۱۹۶۹؛ ۱۹۸۸) و بدین سان بنیان‌های بین‌شخصی، هیجان‌پذیری و مهرورزی را مشخص می‌نماید.

سبک‌های دل‌بسته‌گی، قواعد عاطفی و شناختی، و راه‌بردهایی را که واکنش‌های هیجانی را در افراد و روابط بین‌شخصی هدایت می‌کند، معین می‌سازد. افراد ایمن، اجتنابی، و دوسوگرا، راه‌بردهایی کاملاً متفاوت برای تنظیم عواطف و پردازش داده‌های هیجانی به کار می‌برند (شی‌ور، کالینز، و کلاری<sup>۱۴</sup>، ۱۹۹۶). اشخاص دارای سبک دل‌بسته‌گی ایمن، آن دسته از راه‌بردهای تنظیم هیجانی را به کار می‌گیرند که تنش را کمینه کند و هیجان‌های مثبت را فعال سازد (میکولینسر و فلورین<sup>۱۵</sup>، ۲۰۰۱). اشخاص دارای سبک‌های دل‌بسته‌گی نالین، از آن دسته راه‌بردهای تنظیم هیجانی پیروی می‌کنند که بر هیجان‌های منفی تأکید می‌ورزد. اجتناب‌گرها تجربه‌های هیجانی را سرکوب و دوسوگراها موقعیت‌ها را تنش‌زاتر تجربه می‌کنند.

1. Attachment Theory
2. Bowlby, J.
3. Internal Working Models
4. Bretherton, I.
5. Main, M., Kaplan, N., & Cassidy, J.
6. West, M. L., & Sheldon-Keller, A. E.
7. Ainsworth, M. D. S., Blehar, M. C., Waters, E., & Wall, S.
8. Secure
9. Avoidant
10. Ambivalence
11. Hazan, C., & Shaver, P. R.
12. Responsiveness
13. Accessibility
14. Secure Base
15. Attachment Figure
16. Emotion Regulation Strategies
17. Information Processing
18. Shaver, P., Collins, N. L., & Clark, C. L.
19. Mikulincer, M., & Florian, V.

چنین پنداشته می‌شود که تنظیم هیجان در چارچوب دل‌بسته‌گی بزرگسال، هم‌چون فرآیندی ویژه‌گی‌گونه<sup>۱</sup> عمل می‌کند (فوندلینگ<sup>۲</sup>، ۱۹۹۸).

توان‌مندی و روایی نگره‌ی دل‌بسته‌گی در تبیین فرآیندها و سازوکارهای تعیین‌کننده‌ی پیوندهای عاطفی و روابط بین‌شخصی، این نگره را یکی از الگوهای موفق در زمینه‌ی شناخت فرآیندهای تنظیم عواطف، پردازش داده‌های هیجانی، و بنیان‌های اجتماعی و هیجانی رفتار ساخته‌است (میکولینسر و شیور<sup>۳</sup>، ۲۰۰۳). با این همه، پژوهش‌های انجام‌شده در زمینه‌ی رابطه‌ی اختصاصی دو متغیر دل‌بسته‌گی و هوش هیجانی بسیار محدود است (برای نمونه، کافتسیوس<sup>۴</sup>، ۲۰۰۴). مسئله‌ی اصلی این پژوهش، بررسی نوع رابطه‌ی این دو متغیر است. به سخن دیگر، آیا سبک‌های دل‌بسته‌گی (ایمن، اجتنابی، و دوسوگرا) با هوش هیجانی رابطه دارد؟ و اگر چنین رابطه‌ی وجود دارد، کیفیت آن چه‌گونه است؟

بر پایه‌ی یافته‌ها و شواهد موجود در زمینه‌ی متغیرهای موضوع پژوهش، فرضیه‌های زیر بررسی می‌شود:

- ۱- سبک دل‌بسته‌گی ایمن با هوش هیجانی هم‌بسته‌گی مثبت دارد.
- ۲- سبک‌های دل‌بسته‌گی نایمن (اجتنابی و دوسوگرا) با هوش هیجانی هم‌بسته‌گی منفی دارد.

## روش پژوهش

### جامعه‌ی آماری، نمونه، و روش نمونه‌گیری

جامعه‌ی آماری این پژوهش، همه‌ی دانش‌جویان مقطع کارشناسی است که در سال تحصیلی ۸۴-۱۳۸۳ در یکی از دانشکده‌های دانشگاه تهران تحصیل می‌کردند. دویست دانش‌جو (۱۰۷ دختر، ۹۳ پسر) از رشته‌های مختلف تحصیلی در حوزه‌های علوم انسانی، علوم پایه، پزشکی، فنی و مهندسی، و هنر، داوطلبانه در این پژوهش شرکت کردند. پس از تشریح اهداف پژوهش و جلب مشارکت و همکاری آزمودنی‌ها، مقیاس دل‌بسته‌گی بزرگسال<sup>۵</sup> (بشارت، ۱۳۷۹) و مقیاس هوش هیجانی<sup>۶</sup> (بشارت، ۱۳۸۴) در مورد آن‌ها اجرا شد. شناسه‌های سنی آزمودنی‌ها در جدول ۱ دیده می‌شود.

1. Trait-Like  
2. Fuendeling, J. M.  
3. Mikulincer, M., Shaver, P. R.  
4. Kafetsios, K.  
5. Adult Attachment Inventory  
6. Emotional Intelligence Scale

جدول ۱- میانگین سنی آزمودنی‌ها

| انحراف معیار | دامنه | میانگین | آزمودنی‌ها      |
|--------------|-------|---------|-----------------|
| ۲٫۴۸         | ۲۷۱۹  | ۲۲٫۱۹   | دانش‌جویان دختر |
| ۲٫۰۲         | ۲۸۱۹  | ۲۲٫۲۶   | دانش‌جویان پسر  |
| ۲٫۲۷         | ۲۸۱۹  | ۲۲٫۲۳   | کل              |

این پژوهش، توصیفی از نوع هم‌بسته‌گی است و در تحلیل داده‌های آن شاخص‌های آماری فراوانی، درصد، میانگین، و انحراف معیار، و آزمون‌های  $t$ ، ضرایب هم‌بسته‌گی، و تحلیل رگرسیون به کار گرفته‌شد.

#### ابزار سنجش

مقیاس دل‌بسته‌گی بزرگ‌سال- سبک دل‌بسته‌گی آزمودنی‌ها در این پژوهش با مقیاس دل‌بسته‌گی بزرگ‌سال تعیین شد. این مقیاس که با استفاده از مواد آزمون دل‌بسته‌گی هازن و شی‌ور (۱۹۸۷) ساخته و در مورد دانش‌جویان دانشگاه تهران هنجاریابی شده، پرسش‌نامه‌ئی دویخشی است.

در بخش نخست سه سبک دل‌بسته‌گی ایمن، اجتنابی، و دوسوگرا با ۲۱ پرسش در مقیاس پنج‌درجه‌ئی لیکرت از یک (هیچ) و تا پنج (خیلی زیاد) شناسایی می‌شود. ضریب آلفای کرون‌باخ برای پرسش‌های هر یک از زیرمقیاس‌های ایمن، اجتنابی، و دوسوگرا، در مورد یک نمونه‌ی ۲۴۰ نفره‌ی دانش‌جویی، برای کل آزمودنی‌ها به ترتیب ۰٫۷۴، ۰٫۷۲، و ۰٫۷۲، برای دانش‌جویان دختر ۰٫۷۴، ۰٫۷۱، و ۰٫۶۹، و برای دانش‌جویان پسر ۰٫۷۳، ۰٫۷۱، و ۰٫۷۲ بود که نشانه‌ی همسانی درونی<sup>۱</sup> این مقیاس است (بشارت، ۱۳۷۹).

در بخش دوم، آزمودنی با گزینش یکی از سه گزینه‌ئی که نشان‌دهنده‌ی سه نوع دل‌بسته‌گی است، سبک دل‌بسته‌گی خود را نشان می‌دهد. ضریب هم‌بسته‌گی نمره‌های آزمودنی‌ها در دو بخش پرسش‌نامه برای آزمودنی‌های دختر و پسر به ترتیب ۰٫۸۵ و ۰٫۸۷ بود. ضریب پایایی بازآزمایی<sup>۲</sup> مقیاس دل‌بسته‌گی بزرگ‌سال برای یک نمونه‌ی ۳۰ نفری، در دو نوبت و با فاصله‌ی دو هفته، برای کل آزمودنی‌ها  $r = 0.92$ ، برای آزمودنی‌های پسر  $r = 0.93$ ، و برای آزمودنی‌های دختر  $r = 0.90$  به دست آمد.

روایی محتوایی<sup>۳</sup> این مقیاس، با سنجش ضرایب هم‌بسته‌گی نمره‌های چهار نفر از کارشناسان روان‌شناسی بررسی شد. بر اساس یافته‌ها، ضرایب هم‌بسته‌گی برای سبک

1. Internal Consistency  
2. Test-Retest Reliability  
3. Content Validity

دل‌بسته‌گی ایمن از ۰/۷۳ تا ۰/۷۶، برای سبک دل‌بسته‌گی اجتنابی از ۰/۶۰ تا ۰/۷۶، و برای سبک دل‌بسته‌گی دوسوگرا از ۰/۶۳ تا ۰/۸۷، به دست آمد که همه در سطوح  $\alpha = 0.01$  و  $\alpha = 0.05$  معنادار است.

روایی هم‌زمان<sup>۱</sup> این مقیاس نیز، با مقایسه‌ی نتایج آزمون عزت نفس کوپر/اسمیت<sup>۲</sup> (۱۹۶۷) بررسی شد. ضرایب هم‌بسته‌گی نمره‌ی کلی آزمودنی‌ها در آزمون عزت نفس با سبک دل‌بسته‌گی نشان‌دهنده‌ی هم‌بسته‌گی مثبت معنادار سبک دل‌بسته‌گی ایمن با عزت نفس عمومی ( $r = 0.39$  و  $P = 0.002$ )، عزت نفس تحصیلی ( $r = 0.39$  و  $P = 0.002$ )، عزت نفس خانوادگی ( $r = 0.39$  و  $P = 0.002$ )، و عزت نفس اجتماعی ( $r = 0.39$  و  $P = 0.001$ ) بود. این ضرایب، جداگانه برای آزمودنی‌های دختر و پسر نیز در سطح  $\alpha = 0.01$  معنادار بود. ضرایب هم‌بسته‌گی نمره‌های آزمودنی‌ها، در همه‌ی زیرمقیاس‌های عزت نفس، با سبک‌های دل‌بسته‌گی اجتنابی و دوسوگرا برای همه‌ی آزمودنی‌ها، آزمودنی‌های دختر، و آزمودنی‌های پسر، منفی اما از نظر آماری معنادار نبود.

**مقیاس هوش هیجانی**- این مقیاس، آزمونی ۳۳ پرسشی است که به‌وسیله‌ی شوته و هم‌کاران<sup>۳</sup> (۱۹۹۸) بر اساس مدل هوش هیجانی سالووی و مهیر (۱۹۹۰؛ مهیر و سالووی، ۱۹۹۷) ساخته شده‌است. پرسش‌های آزمون سه مقوله‌ی توانایی‌های سازشی، شامل تنظیم هیجان‌ها<sup>۴</sup>، بهره‌وری از هیجان‌ها<sup>۵</sup>، و ارزیابی هیجان‌ها<sup>۶</sup> را در مقیاس پنج‌درجه‌ی لیکرت از یک (کاملاً مخالف) تا پنج (کاملاً موافق) می‌سنجد. هم‌سانی درونی پرسش‌های آزمون بر حسب ضریب آلفای کرون‌باخ از ۰/۸۴ تا ۰/۹۰ گزارش شده‌است (آستین، و هم‌کاران<sup>۷</sup>، ۲۰۰۴؛ ساکلوفسک، آستین، و مینسکی<sup>۸</sup>، ۲۰۰۳؛ شوته و هم‌کاران، ۱۹۹۸). ضریب پایایی بازآزمایی مقیاس، با یک نمونه‌ی ۲۸ نفری از دانش‌جویان، به فاصله‌ی دو هفته، ۰/۷۸، به دست آمد (شوته و هم‌کاران، ۱۹۹۸).

روایی این مقیاس، با سنجش هم‌بسته‌گی آن با سازه‌های مرتبط، کافی گزارش شده‌است (آستین و هم‌کاران، ۲۰۰۴؛ ساکلوفسک، آستین، و مینسکی، ۲۰۰۳؛ شوته و هم‌کاران، ۱۹۹۸). در نمونه‌ی فارسی این مقیاس (بشارت، ۱۳۸۴) آلفای کرون‌باخ پرسش‌های مقیاس با یک نمونه‌ی ۱۳۵ نفری از دانش‌جویان از ۰/۸۸ تا ۰/۹۱، به دست آمد که نشانه‌ی هم‌سانی درونی خوب آزمون است. ضرایب هم‌بسته‌گی نمره‌های ۴۲ نفر از این نمونه، در دو نوبت با فاصله‌ی دو هفته از ۰/۸۳ تا ۰/۸۸، به دست آمد که نشانه‌ی پایایی بازآزمایی خوب مقیاس است.

1. Concurrent Validity

2. Coopersmith Self-Esteem Inventory

3. Schutte, N. S., Malouff, J. M., Hall, L. E., Haggerty, D. J., Cooper, J. T., Golden, C. J., & Dornheim, L.

4. Regulation Of Emotion

5. Utilization Of Emotion

6. Appraisal Of Emotion

7. Austin, E. J., Saklofske, D. H., Huang, S. H. S., & McKenney, D.

8. Saklofske, D. H., Austin, E. J., & Minski, P. S.

یافته‌های پژوهش

جدول ۲ شناسه‌های آماری آزمودنی‌ها را در مورد نمره‌های سبک‌های دل‌بسته‌گی و هوش هیجانی نشان می‌دهد.

جدول ۲- میانگین و انحراف معیار نمره‌های سبک‌های دل‌بسته‌گی و هوش هیجانی دانش‌جویان

| متغیر                  | گروه و شناسه |              | دانش‌جویان دختر |              | دانش‌جویان پسر |              | کل |
|------------------------|--------------|--------------|-----------------|--------------|----------------|--------------|----|
|                        | میانگین      | انحراف معیار | میانگین         | انحراف معیار | میانگین        | انحراف معیار |    |
| سبک دل‌بسته‌گی ایمن    | ۲۲٫۷۳        | ۹٫۳۰         | ۲۱٫۳۳           | ۸٫۸۷         | ۲۳٫۰۸          | ۹٫۱۱         |    |
| سبک دل‌بسته‌گی اجتنابی | ۱۵٫۶۲        | ۷٫۶۶         | ۱۵٫۱۹           | ۷٫۳۶         | ۱۵٫۲۲          | ۷٫۵۱         |    |
| سبک دل‌بسته‌گی دوسوگرا | ۱۲٫۴۶        | ۵٫۵۹         | ۱۳٫۱۶           | ۶٫۹۴         | ۱۲٫۷۹          | ۶٫۲۵         |    |
| هوش هیجانی             | ۱۲۳٫۸۹       | ۲۶٫۲۶        | ۱۲۷٫۷۰          | ۲۲٫۲۳        | ۱۲۵٫۶۷         | ۲۴٫۴۸        |    |

برای تحلیل داده‌ها و آزمودن فرضیه‌های پژوهش، نخست برای مقایسه‌ی نمره‌های دانش‌جویان دختر و پسر در سبک‌های دل‌بسته‌گی و هوش هیجانی، آزمون t انجام شد. خلاصه‌ی نتایج آزمون t نشان می‌دهد که دانش‌جویان دختر و پسر در هیچ یک از زیرمقیاس‌های دل‌بسته‌گی و هوش هیجانی با هم تفاوت معنادار نداشتند (جدول ۳).

جدول ۳- نتایج آزمون t گروه‌های مستقل برای مقایسه‌ی آزمودنی‌ها در نمره‌های سبک‌های دل‌بسته‌گی و هوش هیجانی

| متغیر              | شناسه گروه |              | انحراف معیار | df  | t      | P     |
|--------------------|------------|--------------|--------------|-----|--------|-------|
|                    | میانگین    | انحراف معیار |              |     |        |       |
| دل‌بسته‌گی ایمن    | دختران     | ۲۲٫۷۳        | ۹٫۳۰         | ۱۹۸ | -۱٫۰۸  | ۰٫۲۷۸ |
|                    | پسران      | ۲۱٫۳۳        | ۸٫۸۷         |     |        |       |
| دل‌بسته‌گی اجتنابی | دختران     | ۱۵٫۶۲        | ۷٫۶۶         | ۱۹۸ | -۰٫۴۰۵ | ۰٫۶۸۶ |
|                    | پسران      | ۱۵٫۱۹        | ۷٫۳۶         |     |        |       |
| دل‌بسته‌گی دوسوگرا | دختران     | ۱۲٫۴۶        | ۵٫۵۹         | ۱۹۸ | ۰٫۷۸۲  | ۰٫۴۵۳ |
|                    | پسران      | ۱۳٫۱۶        | ۶٫۹۴         |     |        |       |
| هوش هیجانی         | دختران     | ۱۲۳٫۸۹       | ۲۶٫۲۶        | ۱۹۸ | ۱٫۰۹   | ۰٫۲۷۳ |
|                    | پسران      | ۱۲۷٫۷۰       | ۲۲٫۲۳        |     |        |       |

بر همین اساس، ضرایب هم‌بسته‌گی نمره‌های آزمودنی‌های دختر و پسر برای متغیرهای پژوهش به دست آمد. نتایج آزمون هم‌بسته‌گی پی‌یرسون نشان داد که هوش هیجانی با سبک دل‌بسته‌گی ایمن هم‌بسته‌گی مثبت معنادار، با سبک‌های دل‌بسته‌گی اجتنابی

و دوسوگرا هم‌بسته‌گی منفی معنادار دارد. این هم‌بسته‌گی‌ها فرضیه‌های پژوهش را تأیید می‌کند (جدول ۴).

جدول ۴- نتایج آزمون هم‌بسته‌گی دل‌بسته‌گی با هوش هیجانی

| متغیر              | ضریب هم‌بسته‌گی | معناداری |
|--------------------|-----------------|----------|
| دل‌بسته‌گی ایمن    | ۰/۷۵            | ۰/۰۰۱    |
| دل‌بسته‌گی اجتنابی | -۰/۴۵           | ۰/۰۰۰    |
| دل‌بسته‌گی دوسوگرا | -۰/۵۶           | ۰/۰۰۰    |

سپس، برای تعیین تأثیر هر یک از متغیرهای دل‌بسته‌گی بر واریانس هوش هیجانی، سبک‌های دل‌بسته‌گی به عنوان متغیرهای پیش‌بین و هوش هیجانی به عنوان متغیر ملاک در معادله‌ی رگرسیون تحلیل شد. نتایج تحلیل واریانس و شناسه‌های آماری رگرسیون بین میانگین نمره‌ی کمال‌گرایی مثبت با سبک‌های دل‌بسته‌گی در جدول ۵ آمده‌است. بر اساس این نتایج، میزان F به‌دست‌آمده معنادار است ( $P < ۰/۰۰۱$ ) و ۶۳ درصد واریانس مربوط به هوش هیجانی به وسیله‌ی سبک‌های دل‌بسته‌گی تبیین می‌شود ( $R^2 = ۰/۶۳$ ). ضرایب رگرسیون هر یک از سه متغیر پیش‌بین نشان می‌دهد که هر سه سبک دل‌بسته‌گی می‌تواند واریانس هوش هیجانی را به صورت معنادار تبیین کند. ضرایب تأثیر سبک دل‌بسته‌گی ایمن ( $B = ۱/۱۶$ )، اجتنابی ( $B = -۰/۶۴$ )، و دوسوگرا ( $B = -۱/۵۳$ ) با توجه به آماره‌های t نشان می‌دهد که سبک‌های دل‌بسته‌گی می‌تواند با اطمینان ۰/۹۹ تغییرات مربوط به هوش هیجانی را پیش‌بینی کند؛ یعنی افزایش سطح ایمنی دل‌بسته‌گی باعث افزایش سطح هوش هیجانی، و افزایش سطح نایمنی دل‌بسته‌گی باعث کاهش سطح هوش هیجانی می‌شود. این یافته‌ها فرضیه‌های پژوهش را تأیید می‌کند.

جدول ۵- خلاصه‌ی مدل رگرسیون، تحلیل واریانس، و شناسه‌های آماری رگرسیون هوش هیجانی بر سبک‌های دل‌بسته‌گی

| SE    | R <sup>2</sup> | R    | P     | F      | MS        | df  | SS        | شناسه<br>مدل |
|-------|----------------|------|-------|--------|-----------|-----|-----------|--------------|
| ۱۴/۹۰ | ۰/۶۳           | ۰/۷۹ | ۰/۰۰۰ | ۱۱۳/۸۴ | ۲۵'۲۷۴/۵۷ | ۳   | ۷۵'۸۲۳/۷۲ | رگرسیون      |
|       |                |      |       |        | ۳۳۲/۰۱    | ۱۹۶ | ۴۳'۵۱۴/۴۹ | باقی‌مانده   |

| P     | t     | β      | SEB   | B     | شناسه<br>متغیر     |
|-------|-------|--------|-------|-------|--------------------|
| ۰/۰۰۰ | ۴/۳۷  | ۰/۴۳۴  | ۰/۲۶۶ | ۱/۱۵  | دل‌بسته‌گی ایمن    |
| ۰/۰۲۷ | -۲/۳۲ | -۰/۱۹۹ | ۰/۲۹۱ | -۰/۶۴ | دل‌بسته‌گی اجتنابی |
| ۰/۰۰۰ | -۵/۵۴ | -۰/۳۹۱ | ۰/۲۷۶ | -۱/۵۳ | دل‌بسته‌گی دوسوگرا |



## بحث و نتیجه‌گیری

یافته‌های پژوهش نشان داد که سبک دل‌بسته‌گی ایمن با هوش هیجانی هم‌بسته‌گی مثبت دارد و سبک‌های دل‌بسته‌گی اجتنابی و دوسوگرا، به‌وارون، با هوش هیجانی هم‌بسته‌گی منفی دارد. این یافته‌ها دو فرضیه‌ی پژوهش را تأیید می‌کند و نشان می‌دهد که سبک‌های دل‌بسته‌گی توان پیش‌بینی تغییرات مربوط به هوش هیجانی را دارد. این بدان معنا است که با افزایش سطح ایمنی دل‌بسته‌گی، سطح هوش هیجانی افزایش می‌یابد، و افزایش سطح نایمنی دل‌بسته‌گی، سطح هوش هیجانی را کاهش می‌دهد. این یافته‌های پژوهش که با یافته‌های کافت‌سیوس (۲۰۰۴) هم‌سو است، بر حسب چند احتمال در رابطه با فرضیه‌های پژوهش تبیین می‌شود:

بر اساس نگره‌ی دل‌بسته‌گی (یالی، ۱۹۶۹؛ ۱۹۷۳؛ ۱۹۸۰)، تجربه‌های مربوط به پیوند عاطفی کودک-مادر (پرستار) درون‌سازی می‌شود و با تشکیل الگوهای درون‌کاری به همه‌ی روابط بین‌شخصی کودک گسترش می‌یابد و در مراحل مختلف زنده‌گی نسبتاً پایدار خواهدماند (بره‌رتون، ۱۹۹۱؛ مین، کابلان، و کسیدی، ۱۹۸۵؛ وست و شلدون-کلا، ۱۹۹۴). الگوهای درون‌کاری به عنوان هم‌ارزهای درونی، ویژه‌گی‌های والدین، بازخوردها و چشم‌داشت‌های فرد را از خود و دیگران سازمان می‌دهد. مدل‌های درون‌کاری مثبت از خود و دیگران، که از ویژه‌گی‌های سبک دل‌بسته‌گی ایمن به شمار می‌رود (بارتولومیو، ۱۹۹۰؛ بارتولومیو و هورویتز، ۱۹۹۱؛ روزن‌برگ، و بارتولومیو، ۱۹۹۳)، به دو روش سطح هوش هیجانی فرد را افزایش می‌دهد: (أ) با تقویت دریافت هیجانی مثبت، یعنی فرآیند ارزش‌یابی مثبت هیجان‌ها در مورد خود و دیگران؛ و (ب) با تقویت مدیریت هیجانی، یعنی توانایی تنظیم هیجان‌ها در خود و نسبت به دیگران که باعث ارتقای رشد هیجانی و بهره‌وری بهینه از هیجان‌ها می‌شود (فرالی و شی‌ور، ۱۹۹۷؛ فرالی، گارنر، و شی‌ور، ۲۰۰۰؛ کافت‌سیوس، ۲۰۰۴). الگوهای درون‌کاری منفی از خود و دیگران، که از ویژه‌گی‌های سبک‌های دل‌بسته‌گی نایمن (اجتنابی و دوسوگرا) به شمار می‌رود (بارتولومیو، ۱۹۹۰؛ بارتولومیو و هورویتز، ۱۹۹۱؛ هورویتز، روزن‌برگ، و بارتولومیو، ۱۹۹۳)، به دو روش سطح هوش هیجانی فرد را کاهش می‌دهد: (أ) تقویت دریافت هیجانی منفی، یعنی فرآیند 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 بهره‌وری بهینه از هیجان‌ها را ناممکن می‌کند (فرالی و شی‌ور، ۱۹۹۷؛ فرالی، گارنر، و شی‌ور، ۲۰۰۰؛ کافت‌سیوس، ۲۰۰۴).

1. Bartholomew, K.
2. Bartholomew, K., & Horowitz, L. M.
3. Horowitz, L. M., Rosenberg, S. E., & Bartholomew, K.
4. Fraley, R. C., & Shaver, P. R.
5. Fraley, R. C., Garner, J. P., & Shaver, P. R.

سبک‌های دل‌بسته‌گی، با کیفیت پاسخ‌گویی و دست‌رس‌پذیری نگاره‌ی دل‌بسته‌گی، قواعد عاطفی و شناختی واکنش‌های هیجانی را در افراد و روابط بین‌شخصی تعیین می‌کند. اشخاص دارای سبک‌های دل‌بسته‌گی ایمن، اجتنابی، و دوسوگرا، راه‌بردهایی کاملاً متفاوت برای تنظیم عواطف و پردازش داده‌های هیجانی به کار می‌گیرند (شی‌زور، کالینز، و کلارک، ۱۹۹۶). افراد دارای سبک دل‌بسته‌گی ایمن آن دسته از راه‌بردهای تنظیم هیجانی را به کار می‌گیرند که تنش را کمینه سازد و هیجان‌های مثبت را در کار آورد (میکولین‌سر و فلورین، ۲۰۰۱). بدین سان، پاسخ‌گویی و دست‌رس‌پذیری نگاره‌ی دل‌بسته‌گی، به عنوان یکی از منابع اصلی تنظیم عواطف (بالی، ۱۹۶۹: ۱۹۸۸)، باعث افزایش سطح هوش هیجانی در اشخاص ایمن می‌شود. اشخاص دارای سبک‌های دل‌بسته‌گی نایمن، به‌وارون، از آن دسته از راه‌بردهای تنظیم عواطف پیروی می‌کنند که (آ) بر هیجان‌های منفی تأکید می‌ورزد؛ (ب) پردازش داده‌های مربوط به پیام‌های هیجانی را بازداری می‌کند و آگاهی از احساسات و تصمیم‌ها را در خود و درباره‌ی دیگران مسدود می‌سازد (بالی، ۱۹۶۹: ۱۹۸۸)؛ (پ) تجربه‌های هیجانی را سرکوب می‌کند (در اجتناب‌گرها)؛ و (ت) موقعیت‌ها را تنش‌زاتر می‌گرداند (در دوسوگراها). این راه‌بردهای ناکارآمد تنظیم عواطف که گونه‌ئی دفاع عاطفی به شمار می‌آید (بالی، ۱۹۶۹: ۱۹۸۸)، سطح هوش هیجانی اشخاص نایمن را کاهش می‌دهد.

یکی از پی‌آمدهای اصلی این پژوهش، نیاز به تدوین برنامه‌های آموزشی در زمینه‌ی روابط مادر-کودک است. هدف این برنامه‌ها باید تقویت ایمن‌سازی روابط دل‌بسته‌گی کودک-مادر باشد. بر پایه‌ی این برنامه‌ها، مداخله‌ی کارشناسان تربیتی در سطح پیش‌گیری انجام خواهد شد، و با افزایش ضریب ایمنی روابط دل‌بسته‌گی، هوش هیجانی تقویت می‌شود. محدودیت جامعه‌ی آماری پژوهش و نوع پژوهش، محدودیت‌هایی را در گسترش یافته‌ها، تفسیرها، و اسنادهای علت‌شناختی متغیرهای بررسی‌شده پدید می‌آورد که باید در نظر گرفته‌شوند. نمونه‌ی بررسی‌شده در این پژوهش نمونه‌ئی دانش‌جویی بود و در گسترش یافته‌ها به جمعیت‌های دیگر باید احتیاط شود. افزون بر این، مشکلات احتمالی مربوط به اعتبار مقیاس هوش هیجانی به‌کاررفته در این پژوهش را نباید از دید دور داشت. برای بررسی دقیق‌تر رابطه‌ی سبک‌های دل‌بسته‌گی با هوش هیجانی، پیشنهاد می‌شود پژوهش‌هایی در زمینه‌ی بررسی رابطه‌ی سبک‌های دل‌بسته‌گی با مؤلفه‌های اصلی هوش هیجانی، از جمله تنظیم هیجان‌ها، بهره‌وری از هیجان‌ها، و ارزیابی هیجان‌ها انجام شود. هم‌چنین، پیشنهاد می‌شود برای شناخت بهتر تأثیرهای آسیب‌زای اختلال‌های دل‌بسته‌گی بر هوش هیجانی، رابطه‌ی این دو متغیر در نمونه‌های بالینی شامل نمونه‌های با اختلال‌های روان‌شناختی، اختلال‌های شخصیت، و مشکلات خانواده‌گی، بررسی گردد.

## منابع

- بشارت، م. ع. (۱۳۸۴). اعتباریابی مقیاس هوش هیجانی (EIS). *علوم روان‌شناختی*. زیرچاپ.
- بشارت، م. ع. (۱۳۷۹). *هنجاریابی مقیاس دل‌بسته‌گی بزرگسال* [گزارش پژوهشی]. دانشگاه تهران.
- Ainsworth, M. D. S., Blehar, M. C., Waters, E., & Wall, S. (1978). *Patterns of Attachment: A Psychological Study of the Strange Situation*. Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Austin, E. J., Saklofske, D. H., & Egan, V. (2005). Personality, well-being, and health correlates of trait emotional intelligence. *Personality and Individual Differences*, 38(3), 547-558.
- Austin, E. J., Saklofske, D. H., Huang, S. H. S., & McKenney, D. (2004). Measurement of trait emotional intelligence: Testing and cross-validating a modified version of Schutte et al.'s (1998) measure. *Personality and Individual Differences*, 36(3), 555-562.
- Bartholomew, K. (1990). Avoidance of intimacy: An attachment perspective. *Journal of Social and Personal Relationships*, 7, 147-178.
- Bartholomew, K., & Horowitz, L. M. (1991). Attachment styles among young adults: A test of a four-category model. *Journal of Personality and Social Psychology*, 61(2), 226-244.
- Bowlby, J. (1969). *Attachment and Loss, Vol. 1: Attachment*. New York: Basic Books.
- Bowlby, J. (1973). *Attachment and Loss, Vol. 2: Separation*. New York: Basic Books.
- Bowlby, J. (1980). *Attachment and Loss, Vol. 3: 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. Stevenson-Hinde, & P. Marris (Eds.), *Attachment Across the Life Cycle* (pp. 9-32). London: Routledge.
- Buck, R. (1984). *The Communication of Emotion*. New York: Guilford Press.
- Cassidy, J. (1994). Emotion regulation: Influences of attachment relationships. In N. A. Fox (Ed.), *The Development of emotion regulation: Biological and behavioral considerations. Monographs of the Society for Research in Child Development*, 59(2-3, Serial no. 240), 228-249.
- Cooper, M. L., Shaver, P. R., & Collins, N. L. (1998). Attachment styles, emotion regulation, and adjustment in adolescence. *Journal of Personality and Social Psychology*, 74(5), 1380-1397.
- Coopersmith, S. (1967). *The Antecedents of Self-Esteem*. San Francisco, CA: WH Freeman & Company.
- Crittenden, P. M. (1994). Peering into the black box: An exploratory treatise on the development of self in young children. In D. Cicchetti & S. L. Toth (Eds.), *Disorders and Dysfunctions of the Self: Rochester Symposium on Developmental Psychopathology* (Vol. 5, pp. 79-148). Rochester, NY: University of Rochester Press.
- Forgas, J. P. (2001). Introduction: affect and social cognition. In J. P. Forgas (Ed.), *Handbook of Affect and Social Cognition* (pp. 1-22). Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum Associates.
- Fraley, R. C., Garner, J. P., & Shaver, P. R. (2000). Adult attachment and the defensive regulation of attention and memory: Examining the role of preemptive and postemptive defensive processes. *Journal of Personality and Social Psychology*, 79(5), 816-826.
- Fraley, R. C., & Shaver, P. R. (1997). Adult attachment and the suppression of unwanted thoughts. *Journal of Personality and Social Psychology*, 73(5), 1080-1091.
- Fuendeling, J. M. (1998). Affect regulation as a stylistic process within adult attachment. *Journal of Social and Personal Relationships*, 15(3), 291-322.
- Goldberg, D. P. (1972). *The Detection of Psychiatric Illness by Questionnaire (Maudsley Monograph No. 21)*. Oxford: Oxford University Press.
- Hazan, C., & Shaver, P. R. (1987). Romantic love conceptualized as an attachment process. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52(3), 511-524.

- 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*(4), 548-560.
- Kafetsios, K. (2004). Attachment and emotional intelligence abilities across the life course. *Personality and Individual Differences, 37*(1), 129-145.
- Main, M., Kaplan, N., & Cassidy, J. (1985). Security in infancy, childhood, and adulthood: a move to the level of representation. In I. Bretherton & E. Waters (Eds.), *Growing Points of Attachment Theory and Research. Monographs of the Society for Research in Child Development, 50*(1-2, Serial no. 209), 66-104.
- Mayer, J. D. (2001). A field guide for emotional intelligence. In J. Ciarrochi, J. P. Forgas, & J. D. Mayer (Eds.), *Emotional Intelligence in Everyday Life: A Scientific Inquiry* (pp. 3-24). New York: Psychology Press.
- Mayer, J. D., & Salovey, P. (1993). The intelligence of emotional intelligence. *Intelligence, 17*(4), 433-442.
- Mayer, J. D., & Salovey, P. (1995). Emotional intelligence and the construction and regulation of feelings. *Applied and Preventive Psychology, 4*(3), 197-208.
- Mayer, J. D., & Salovey, P. (1997). What is emotional intelligence? In P. Salovey & D. Sluyter (Eds.), *Emotional Development and Emotional Intelligence: Implications for Educators* (pp. 3-31). New York: Basic Books.
- Mikulincer, M., & Florian, V. (2001). Attachment style and affect regulation: implications for coping with stress and mental health. In G. J. O. Fletcher & M. S. Clark (Eds.), *Blackwell Handbook of Social Psychology: Interpersonal Processes* (pp. 537-557). Oxford: Blackwell.
- Mikulincer, M., & Shaver, P. R. (2003). The attachment behavioral system in adulthood: Activation, psychodynamics, and interpersonal processes. In M. P. Zanna (Ed.), *Advances in Experimental Social Psychology* (Vol. 35, pp. 53-152). San Diego, CA: Academic Press.
- Petrides, K. V., Frederickson, N., & Furnham, A. (2004). The role of trait emotional intelligence in academic performance and deviant behavior at school. *Personality and Individual Differences, 36*(2), 277-293.
- Saarni, C., Mumme, D. L., & Campos, J. J. (1998). Emotional development: Action, communication, and understanding. In W. Damon & N. Eisenberg (Eds.), *Handbook of Child Psychology* (Vol. 3, pp. 237-309). New York: Wiley.
- Saklofske, D. H., Austin, E. J., & Minski, P. S. (2003). Factor structure and validity of a trait emotional intelligence measure. *Personality and Individual Differences, 34*(4), 707-721.
- Salovey, P., & Mayer, J. D. (1990). Emotional intelligence. *Imagination, Cognition, and Personality, 9*(3), 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.
- 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*(2), 167-177.
- Shaver, P., Collins, N. L., & Clark, C. L. (1996). Attachment styles and internal working models of self and relationship partners. In G. J. O. Fletcher, & J. Fitness (Eds.), *Knowledge Structures in Close Relationships: A Social Psychological Approach*. (pp. 25-62). Mahwah, NJ: Erlbaum.
- West, M. L., & Sheldon-Keller, A. E. (1994). *Patterns of relating: An Adult Attachment Perspective*. New York: Guilford Press.