



رابطه ی سبک های دلبستگی و هوش هیجانی با احساس غربت در دانشجویان خوابگاهی سال اول دانشگاه شهید

چمران اهواز

ناصر بهروزی^۱

مجتبی نادری^۲

صادق حمیداوی^۳

چکیده

هدف: جدایی از خانواده می تواند پیامدهای روانشناختی و رفتاری متعددی از جمله احساس غمگینی و دلتنگی برای خانواده داشته باشد. شناسایی عوامل موثر مرتبط با احساس غربت به منظور تدوین برنامه های آموزشی و کمک به دانشجویان جهت سازگاری با شرایط جدید واجد اهمیت میباشد. هدف اصلی پژوهش تعیین رابطه ی سبک های دلبستگی (ایمن، اجتنابی و دوسوگرا) و هوش هیجانی با احساس غربت در دانشجویان خوابگاهی سال اول دانشگاه شهید چمران اهواز بود.

روش: روش پژوهش توصیفی-همبستگی است و جامعه آماری، دانشجویان خوابگاهی سال اول و نمونه ۱۶۰ نفر از آن ها بوده که به روش نمونه گیری تصادفی خوشه ای انتخاب شدند. ابزارهای پژوهش پرسشنامه های سبک های دلبستگی سیمپسون، احساس غربت ون ولیت و هوش هیجانی شات میباشد.

یافته ها: نتایج نشان داد بین سبک دلبستگی اجتنابی با احساس غربت رابطه مثبت معنادار و بین سبک دلبستگی ایمن و هوش هیجانی با احساس غربت رابطه منفی معنادار وجود دارد و بین سبک دلبستگی دو سو گرا و احساس غربت رابطه معنی دار ی وجود ندارد. نتیجه اینکه سبک های دلبستگی ایمن و اجتنابی و هوش هیجانی پیش بینی کننده ی احساس غربت در دانشجویان میباشد و هوش هیجانی در پیش بینی کنندگی احساس غربت دانشجویان بیشترین سهم را دارد.

نتیجه گیری: برای آماده کردن دانشجویان برای زندگی خوابگاهی باید بر روی سبک های دلبستگی و هوش هیجانی کار کرد.

کلید واژه ها: سبک های دلبستگی (اجتنابی، ایمن و دوسوگرا)، هوش هیجانی، احساس غربت

۱. دانشیار و عضو هیات علمی دانشگاه شهید چمران اهواز

۲. کارشناسی روانشناسی

۳. کارشناسی روانشناسی



مقدمه

جدا شدن از خانه برای دانشجویان جدیدالورود و وارد شدن به محیط جدید موجب تغییراتی در حالت‌های روانشناختی دانشجویان می‌شود که می‌توان از این نشانه‌ها به دل‌تنگی برای خانه و غمگینی ناشی از جدایی از خانواده را نام برد. احساس غربت^۱ حالتی هیجانی و شناختی است که فرد احساس غمگینی و میل برگشت به خانه را تجربه می‌کند (فیشر و هود^۲، ۱۹۸۸). به نظر می‌رسد سبک‌های دلبستگی^۳ افراد در هنگام جدایی از خانه بر نحوه واکنش آنها نسبت به این جدایی موثر باشد. سبک‌های دلبستگی عبارتند از: سبک دلبستگی ایمن^۴ که انعطاف‌پذیری و ارتباط برقرار کردن با دیگران از ویژگی‌های این سبک می‌باشد. سبک دلبستگی ناایمن دوسوگرا^۵ که هم به دوری حساس می‌باشند و هم در دیدار نیز حالت اجتنابی از خود نشان می‌دهند. سبک دلبستگی ناایمن - اجتنابی^۶ که دارای ویژگی‌های خصومت، پرخاشگری، رفتارهای ضداجتماعی، احساسات منفی و برخورد ناعادلانه با همسالان می‌باشند (پریور و گلاس، ۲۰۰۶). بار-ان و پارکر^۷ (۲۰۰۰) هوش هیجانی را متشکل از چند عامل می‌دانند که شامل توانایی‌های هیجانی، شخصی و اجتماعی می‌باشد که بر توانایی کلی، فشارها و مطالبات گوناگون اثر می‌گذارد همچنین به نظر می‌رسد احساس غربت با سبک‌های دلبستگی و هوش هیجانی^۸ ارتباط داشته باشد. سبک‌های دلبستگی، میزان احساس غربت، افسردگی افسردگی و ثبات هیجانی با یکدیگر رابطه دارند به طوری که افراد دلبسته ناایمن احساس غربت بیشتر، ثبات هیجانی کمتر و احساس تنهایی و افسردگی بیشتری دارند. همچنین آسیب‌پذیری در برابر احساس غربت تحت تاثیر سبک دلبستگی می‌باشد و احساس غربت در میان افراد دلبسته ناایمن رواج بیشتری دارد (استروب^۹، ون ولیت^{۱۰}، هواستون^{۱۱} و ویلیسین^{۱۲}، ۲۰۰۲). به نقل از عندلیب، ۱۳۹۰). احساس غربت که حالتی روانشناختی است و در اثر جدایی از خانه بوجود می‌آید دارای پیامدهایی می‌باشد که می‌توان به هیجانهای منفی، احساس غمگینی، دلبستگی و اضطراب اشاره کرد. بایر و ولج^{۱۳} (۲۰۰۴) بیان کرده‌اند که احساس غربت به صورت اضطراب، ترس از مدرسه^{۱۴} و سندرم نقل مکان^{۱۵} بروز می‌کند که برای فرد مشکلات زیادی را همراه دارد. از جمله مشکلاتی که برای فرد ممکن است بوجود آید عدم سازگاری و کاهش عملکرد اجتماعی و تحصیلی فرد می‌باشد. عندلیب (۱۳۹۰) در نمونه‌ای به حجم ۳۰ نفر از دانشجویان غیربومی دانشگاه شهید چمران اهواز رابطه‌ی بین هوش هیجانی، اضطراب اجتماعی، سبک‌های دلبستگی و باورهای غیرمنطقی و ابراز وجود با احساس غربت را مورد بررسی قرار داده است که رابطه هوش هیجانی و سبک دلبستگی ایمن با احساس غربت معنی دار و بصورت منفی بوده است و رابطه سبک دلبستگی اجتنابی و دوسوگرا بصورت مثبت معنی‌دار بوده است. شال و همکاران (۲۰۱۱) در نمونه‌ای به حجم ۱۵۰ نفر به بررسی رابطه‌ی بین سبک‌های دلبستگی و خودکارآمدی با احساس غربت پرداختند و نشان دادند که بین سبک‌های دلبستگی با احساس غربت رابطه‌ی معنی‌دار وجود دارد.

¹ - omesickness

² - Fisher & Hood

³ - attachment styles

⁴ - Securely attachment style

⁵ - Insecure- ambivalent attachment style

⁶ - Insecure- avoidant attachment style

⁷ - Bar-on & Parker

⁸ - Emotional intelligence

⁹ - Strobe

¹⁰ - Van vliet

¹¹ - Hewstone

¹² - Willis

¹³ - Baier & Welth

¹⁴ - School phobia

¹⁵ - Translocation syndrom



ورگارا، اسمیت و کیلنا (۲۰۱۰) در نمونه‌ای به حجم ۲۱۶ دانشجوی، رابطه‌ی هوش هیجانی، کاهش استرس و افزایش راهبرد کنارآمدن با محیط جدید و غربت را بررسی کرده‌اند و نتایج حاصل حاکی از رابطه‌ی معنی‌دار بین متغیرها بوده‌اند. دونالد و همکاران (۲۰۱۲) در مطالعه‌ای در نمونه‌ای به حجم ۲۳۸ نفر از دانشجویان به بررسی روابط شخصیتی، هوش هیجانی و مقابله با استرس دانش‌آموزان و موفقیت تحصیلی پرداختند. نتایج نشان داد که هوش هیجانی در عملکرد تحصیلی فرد به صورت معنی‌دار تاثیر مثبت دارد. مسئله اصلی پژوهش حاضر تعیین رابطه احساس غربت با سبک‌های دلبستگی و هوش هیجانی در دانشجویان غیربومی سال اول دانشگاه شهید چمران اهواز می‌باشد.

روش

روش پژوهش حاضر توصیفی از نوع همبستگی است.

جامعه آماری، نمونه و روش نمونه‌گیری

مجموع دانشجویان خوابگاهی سال اول مقطع کارشناسی دانشگاه شهید چمران اهواز که در سال ۹۲-۹۱ مشغول به تحصیل بودند، جامعه آماری پژوهش حاضر را تشکیل داده‌اند. نمونه پژوهش از میان دانشجویان خوابگاهی دختر و پسر دانشگاه شهید چمران اهواز انتخاب شدند. تعداد نمونه‌ی پژوهش حاضر ۸۰ پسر و ۸۰ دختر و در مجموع نمونه‌ی پژوهش ۱۶۰ نفر می‌باشد. روش انتخاب نمونه بصورت خوشه‌ای می‌باشد.

ابزارهای اندازه‌گیری پژوهش

پرسشنامه خودگزارشی هوش هیجانی شات^۱ (SEIS)

پرسشنامه خودگزارشی هوش هیجانی شات (۱۹۹۸) یک پرسشنامه‌ی خودگزارشی مداد-کاغذی است که ۳۳ ماده دارد. آزمودنی باید به هر یک از ماده‌های پرسشنامه که در یک مقیاس ۵ درجه‌ای لیکرت تنظیم شده است پاسخ گوید. این پرسشنامه براساس مدل نظری هوش هیجانی مایر و سالوی (۱۹۹۰) تدوین شده است و شامل سه مولفه‌ی هوش هیجانی ۱- ارزیابی و ابراز هیجان ۲- تنظیم هیجان و ۳- بهره‌برداری از هیجان می‌باشد. هر یک از ماده‌های این پرسشنامه نشان‌دهنده‌ی گرایش به سوی مفهوم هوش هیجانی در چارچوب مدل نظری هوش هیجانی مایر و سالوی (۱۹۹۰) می‌باشد. در پژوهش حاضر پایایی محاسبه شده برای کل مقیاس هوش هیجانی به روش آلفای کرونباخ ۰/۶۲ می‌باشد. همچنین روایی در پژوهش حاضر از طریق روایی ملاکی همبستگی بین سوالی که بنظر معرف مقیاس میرسد با پرسشنامه هوش هیجانی شات محاسبه شده ۰/۴۵ که در سطح $P < 0.05$ معنی‌دار می‌باشد.

پرسشنامه احساس غربت ون ولیت^۲ (۲۰۰۱)

این پرسشنامه توسط اژه‌ای و همکاران (۱۳۸۷) اعتبار یابی شده است. پرسشنامه احساس غربت ۴۵ ماده‌ای ون ولیت این ابزار براساس الگوی فرایند دوگانه‌ی استروب و شات تدوین شده است و به نحوی همه‌جانبه و دقیق پدیده احساس غربت و مولفه‌های آن در قالب نظری تبیین می‌کند این الگو احساس غربت را از دیدگاه نظریه‌های استرس‌شناختی و دلبستگی به نحو موازی توصیف

^۱- Schatte emotional intelligence scale

^۲- Van vliet homesickness scale



می‌کند. در پژوهش حاضر پایایی به روش آلفای کرونباخ برابر با ۰/۸۱ به دست آمده است. همچنین روایی در پژوهش حاضر از طریق روایی ملاکی همبستگی بین سوالی که به نظر معرف مقیاس می‌رسید با پرسشنامه احساس غربت محاسبه شده ۰/۳۲ که در سطح $P < 0/001$ معنی داری به دست آمد.

پرسشنامه سبک‌های دلبستگی

پرسشنامه سبک‌های دلبستگی توسط سیمپسون (۱۹۹۰) ساخته شده است. این پرسشنامه شامل ۱۳ جمله است که ۵ جمله آن سبک دلبستگی ایمن و ۴ جمله سبک دلبستگی اجتنابی و ۴ جمله دیگر سبک مضطرب دوسوگرا را می‌سنجد. در پژوهش حاضر پایایی محاسبه شده به روش آلفای کرونباخ برای کل مقیاس برابر با ۰/۶۰ می‌باشد. همچنین در پژوهش حاضر برای بررسی روایی این پرسشنامه هر خرده مقیاس آن با یک سوال که بنظر می‌رسد معرف خرده مقیاس مورد نظر است، همبسته شدند و نتایج نشان داد که دلبستگی ایمن ۰/۵۳ در سطح معنی داری $P < 0/01$ ، سبک دلبستگی اجتنابی ۰/۵۷ در سطح معنی داری $P < 0/01$ ، سبک دلبستگی دوسوگرا ۰/۳۹ در سطح معنی داری $P < 0/05$ دارای روایی می‌باشد.

یافته‌ها

جدول ۱ ضرایب همبستگی ساده متغیرهای پیش بین با احساس غربت

P	R	متغیرهای پیش بین	
۰/۰۴۳	-۰/۱۶۵	ایمن	سبک‌های دلبستگی
۰/۰۴۱	۰/۱۶۶	اجتنابی	
۰/۰۳۸	۰/۰۷	دوسوگرا	
۰/۰۰۴	-۰/۱۶	تنظیم هیجان	هوش هیجانی
۰/۰۳۵	-۰/۱۷	ارزیابی و ابراز هیجان	
۰/۰۲۳	-۰/۱۸	بهره برداری از هیجان	
۰/۰۰۱	-۰/۰۳	کل	



جدول ۲ نتایج تحلیل رگرسیون متغیرهای پیش بین با احساس غربت به روش گام به گام

متغیر ملاک	ص آماری برهه‌های پیش بین	(MR) همبستگی چندگانه	(RS) ضریب تعیین	F P	یب رگرسیون (B)				
					β	B	t	p	
احساس غربت	بهره برداری از هیجان	۰.۱۸	۰.۰۳۴	۵.۲۷ P<۰.۰۵	$\beta=-۰.۱۸$ B=-۰.۳۸ t=-۲.۲۹ p<۰.۰۲۳				
	ارزیابی هیجان	۰.۲۵	۰.۰۶۶	۵.۲۶ P<۰.۰۱	$\beta=-۰.۱۷$ B=-۰.۳۴ t=-۲.۲۶ P<۰.۰۲۵	$\beta=-۰.۱۹$ B=-۰.۳۹ t=-۲.۴۲ P<۰.۰۱۷			
	سبک دلبستگی اجتنابی	۰.۳۱	۰.۰۹۶	۵.۲۶ P<۰.۰۱	$\beta=۰.۱۷$ B=۰.۸۷ t=۲.۲۳ P=۰.۰۲۷	$\beta=-۰.۱۹$ B=-۰.۲۵ t=-۲.۴۵ P=۰.۰۱۵	$\beta=-۰.۱۸$ B=-۰.۳۸ t=-۲.۳۸ P=۰.۰۱۸		
	تنظیم هیجان	۰.۳۵	۰.۱۲۴	۵.۲ P<۰.۰۱	$\beta=-۰.۱۶$ B=-۰.۳۰ t=-۲.۱۵ P=۰.۰۳۳	$\beta=۰.۱۷$ B=۰.۸۵ t=۲.۲۱ P=۰.۰۲۸	$\beta=-۰.۲$ B=-۰.۳۶ t=-۲.۵۸ P=۰.۰۱۱	$\beta=-۰.۱۸$ B=-۰.۳۷ t=-۲.۳۵ P=۰.۰۲۰	
	سبک دلبستگی ایمن	۰.۳۸	۰.۱۵۰	۵.۱۳ P<۰.۰۱	$\beta=-۰.۱۶$ B=-۰.۷۴ t=-۲.۰۹ P=۰.۰۳۸	$\beta=-۰.۱۷$ B=-۰.۳۲ t=-۲.۳۲ P=۰.۰۲۱	$\beta=۰.۱۸$ B=۰.۹۳ t=۲.۴۳ P=۰.۰۱۶	$\beta=-۰.۱۷$ B=-۰.۳۳ t=-۲.۲ P=۰.۰۲۹	$\beta=-۰.۱۷$ B=-۰.۳۶ t=-۲.۳ P=۰.۰۲۳

بحث و نتیجه گیری

تبیین رابطه بین سبک‌های دلبستگی و احساس غربت

همان‌طور که در جدول ۱ نشان داده شده همبستگی بین سبک دلبستگی ایمن و احساس غربت منفی و معنادار است به این ترتیب فرضیه پژوهش مبنی بر رابطه بین سبک دلبستگی ایمن و احساس غربت تایید شد. یافته بدست آمده از این فرضیه با نتایج پژوهش‌های قنبری و همکاران (۱۳۸۵)، عندلیب (۱۳۹۰)، شال و همکاران (۲۰۱۱) همخوانی دارد. همچنین همان‌طور که در جدول ۱ مشاهده می‌شود همبستگی بین سبک دلبستگی اجتنابی و احساس غربت مثبت و معنادار می‌باشد. به این ترتیب فرضیه پژوهش مبنی بر رابطه بین سبک دلبستگی اجتنابی و احساس غربت تایید شد. این یافته پژوهش با نتایج پژوهش‌های قنبری و



همکاران (۱۳۸۵)، بشارت و همکاران (۱۳۸۵) عندلیب (۱۳۹۰). شال و همکاران (۲۰۱۱) همخوانی دارد. همچنین همان طور که در جدول ۱ مشاهده می شود همبستگی بین سبک دلبستگی دوسوگرا و احساس غربت معنادار نیست. به این ترتیب فرضیه پژوهش با نتایج پژوهش های قنبری و همکاران (۱۳۸۵)، هامارزا و همکاران (۲۰۰۹) و شال و همکاران (۲۰۱۱) همخوانی ندارد. افراد دارای سبک دلبستگی ایمن با جانشین سازی روابط و پیوندهای عاطفی جدید می توانند از شکل گیری احساس غربت پیش گیری کنند یا مانع تداوم آن شوند. این در حالی است که افراد دارای سبک دلبستگی نایمن ناتوان از جانشین سازی پیوندهای عاطفی جدید دچار احساس غربت می شوند. از طرف دیگر تجارب هیجانی افراد از لحاظ فیزیولوژیکی یکسان است، اما آنها تجربیات یکسان را متفاوت تفسیر می کنند. بنابراین ممکن است افراد دارای سبک دلبستگی ایمن و نایمن تجربیات یکسانی داشته باشند اما نحوه تفسیر آنها از این تجربیات و برجستگی که به آن می زنند متفاوت باشد که این امر می تواند بر میزان احساس غربت افراد تاثیر بگذارد (بشارت و همکاران، ۱۳۸۵). همچنین افراد دارای سبک دلبستگی نایمن به دلیل احساس نایمی در روابط بین فردی نمی توانند شبکه اجتماعی حمایت کننده ای در محیط جدید بیابند و به این دلیل ممکن است دچار احساس غربت شوند در حالی که خصیصه اطمینان بخش دلبستگی ایمن امکان برقراری روابط صمیمی در موقعیت های مختلف اجتماعی را برای فرد ایمن فراهم می سازد. از طرف دیگر ممکن است افراد دلبسته ایمن و نایمن از سبک های مقابله ای متفاوتی استفاده کنند. این در حالی است که افراد ایمن روش های موثری مانند جستجوی حمایت و راهبردهای مسئله مدار را به کار می گیرند (قنبری و همکاران، ۱۳۸۵).

تبیین رابطه بین هوش هیجانی و احساس غربت

همانطور که در جدول ۱ مشاهده می شود بین نمره کل هوش هیجانی و احساس غربت همبستگی منفی و معنی دار وجود دارد. یافته های به دست آمده از آزمون این فرضیه ها با نتایج پژوهش های قنبری و همکاران (۱۳۸۵)، عندلیب (۱۳۹۰)، دونالد و همکاران (۲۰۱۲) همخوانی دارد. افرادی که هوش هیجانی بیشتری دارند در دریافت و فهم علائم هیجانی کلامی و غیر کلامی تواناترند و بنابراین واکنش های مناسب تری نشان می دهند (مایر و همکاران، ۲۰۰۲) که این خود موجب تسهیل روابط دیگران می شود و شبکه اجتماعی وسیع تر و حمایت اجتماعی بیشتری برای آنها فراهم می آورد. افرادی که حمایت اجتماعی بالایی را درک می کنند با فشارهای روانی از جمله احساس غربت به نحو موثری مقابله کرده و فشار روانی و احساس غربت کمتری را تجربه می کنند (استروب و همکاران، ۲۰۰۲ به نقل از عندلیب، ۱۳۹۰). همچنین افرادی که هوش هیجانی بالاتری دارند بیشتر از دیگران احساس تمایلات خود را بروز می دهند و خود افشاگری بیشتری دارند و همین امر موجب کاهش فشار روانی فرد می شود (بل و برومیک، ۱۹۹۸). از طرف دیگر یکی از ویژگی های افراد دارای هوش هیجانی بالا این است که بر احساسات خود کنترل بیشتری دارند و در مواجهه با رویدادهای فشارزا از جمله احساس غربت بیشتر از راهبردهای مسئله مدار استفاده می کنند. همچنین این افراد شناخت بیشتری از حالات خلقی روانی خود دارند و در شرایط فشارزا می دانند که چگونه می توانند به خود آرامش دهند و کمتر تحت تاثیر شرایط ناگوار و غیر قابل کنترل محیط جدید قرار گیرند (استروب و همکاران، ۲۰۰۲، به نقل از عندلیب ۱۳۹۰). افراد دارای هوش هیجانی بالا همچنین می توانند با سرعت بالاتری با اطرافیان خود ارتباط برقرار کرده و آنها را درک کنند. همین امر موجب می شود که در جامعه جدید به شکل مناسب تری پذیرفته شوند. در عین حال این افراد می توانند به سرعت بالاتری مهارت های ارتباطی خاص هر فرهنگ را بیاموزند و خود را با آن هماهنگ کنند (هندریکسون و همکاران، ۲۰۱۰).

تبیین رابطه چندگانه بین متغیرهای سبک های دلبستگی، هوش هیجانی با احساس غربت در بین دانشجویان خوابگاهی

همانطور که در جدول ۲ مشاهده می شود همبستگی چندگانه بین بعضی متغیرهای پیش بین با متغیر ملاک (احساس غربت) معنی دار بوده. به این ترتیب فرضیه پژوهش مبنی بر وجود رابطه چندگانه بین متغیرهای سبک های دلبستگی و هوش هیجانی با



احساس غربت در بین دانشجویان خوابگاهی تایید شد و تنها سبک دلبستگی دوسوگرا با سایر متغیرها دارای رابطه چندگانه نمی- باشد. همچنین همان‌گونه که در جدول ۲ مشاهده شد با استفاده از روش گام به گام مشخص شد که از نظر میزان پیش بینی کنندگی به ترتیب اهمیت بهره برداری از هیجان، ارزیابی هیجان، سبک دلبستگی اجتنابی، تنظیم هیجان و سبک دلبستگی ایمن، احساس غربت را پیش بینی می‌کنند. یعنی از اهمیت بیشتری در پیش بینی متغیر ملاک برخوردارند و با توجه به ترتیب مطرح شده میزان اهمیت هر کدام از متغیرهای پیش بینی شده مشخص شده است.^۱

منابع

عندلیب، مازیار (۱۳۹۰). بررسی رابطه اضطراب اجتماعی، سبک های دلبستگی، باورهای غیرمنطقی، هوش هیجانی و ابراز وجود با احساس غربت در دانشجویان غیربومی دانشگاه شهید چمران اهواز، پایان نامه کارشناسی ارشد.

Fishers, S. & Hood, B. (1998). Vulnerability factors in the transition to university: self – reported mobility history and sex Differences as factors in psychological disturbance. *British journal of psychology*, 79,309 -320.

Osborne. (2012). Relationships of personality. Affect, emotional intelligence and coping with student stress and academic success: Different patterns of association for stress and success. *Learning and individual Differences* 22(2012).25- 257.

Prior, V., & Glaser, D. (2006). *Understanding attachment and attachment disorders*. Theory, evidence, and practice. London: Jessica Kinsley pusher.

Shal, R. S. Sharbaf, H. A, Abdel headed. M. S., Moseley, S. M. K, salami. (2011).survey relationship between attachment style and general self-efficacy with homesickness among college students. *Behavioral sciences*.538-541

Vergara, M. B., Keelea, B. (2010). Emotional intelligence, coping responses , and length of stay as correlates of acculturative stress among international university students in Thailand, *procedural social and behavioral sciences*,5, 1498-1504