

The role of parent and peer attachment in academic optimism with the mediation of difficulty in emotion regulation

Fateme Jandaghi Ardakani ¹ | Kazem Barzegar Bafrooei ² | Hossain Hassani ³

1. Master of Educational Psychology, Department of Educational Sciences, Faculty of Psychology and Educational Sciences, Yazd University, Yazd, Iran. E-mail: fatemeh.jandaghi.ardakani@gmail.com
2. Corresponding Author, Associate Professor, Department of Educational Sciences, Faculty of Psychology and Educational Sciences, Yazd University, Yazd, Iran. E-mail: k.barzegar@yazd.ac.ir
3. Assistant Professor, Department of Educational Sciences, Faculty of Psychology and Educational Sciences, Yazd University, Yazd, Iran. E-mail: hassani.hossain@yazd.ac.ir

Article Info	ABSTRACT
Article type: Research Article Article history: Received: 29 October 2024 Received in revised form: 6 May 2025 Accepted: 1 June 2025 Published online: 18 June 2025 Keywords: Emotional Regulation, Academic Optimism, Attachment to Parents, Attachment to Peers.	The aim of the present study was the role of attachment to parents and peers in academic optimism with the mediation of difficulty in emotion regulation. The method of correlational research is structural equations. The research population included all secondary school students of the second period in the academic year of 2023-2024 in the schools of Ardakan city with 3510 people. 351 students were selected as a sample using multi-stage cluster random sampling method. The research tools were Parent and Peer Attachment Questionnaire (IPPA), Difficulty in Emotion Regulation Questionnaire (DERS), Academic Optimism (SAOS). SPSS26 and AMOS20 software were used for data analysis, and Pearson's correlation coefficient and bootstrap method were used for data analysis. The results of structural equation modeling showed difficulty in regulating emotions in relation to attachment to parents and academic optimism with a value of $B=0.12$; ($P=0.002$) plays a mediating role. Also, the results of the path analysis showed that the direct paths of attachment to parents, academic optimism, difficulty in emotional regulation, and the direct paths of attachment to peers and academic optimism have become significant. The research results did not show a significant relationship between attachment to peers and difficulty in emotion regulation. Therefore, those who have a secure attachment to their parents have a greater ability to control their emotions, and as a result, they are more optimistic about academic issues, and the possibility of academic success is higher for them.

Cite this article: Jandaghi Ardakani, F., Barzegar Bafrooei, K., & Hassani, H. (2025). The role of parent and peer attachment in academic optimism with the mediation of difficulty in emotion regulation. *Journal of Educational Psychology Studies*, 22 (58), 74-106. DOI: 10.22111/JEPS.2025.44905.5848



© The Author(s).

Publisher: University of Sistan and Baluchestan

DOI: 10.22111/JEPS.2025.44905.5848



نقش دلبستگی به والد و همسال در خوش بینی تحصیلی با واسطه‌گری دشواری در تنظیم هیجان

فاطمه جندقی اردکانی^۱ | کاظم برزگر بفرویی^۲ | حسین حسینی^۳

۱. کارشناس ارشد روانشناسی تربیتی، گروه علوم تربیتی، دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی، دانشگاه یزد، یزد، ایران. رایانامه:

fatemeh.jandaghi.ardakani@gmail.com

۲. نویسنده مسئول، دانشیار گروه علوم تربیتی، دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی، دانشگاه یزد، یزد، ایران. رایانامه: k.barzegar@yazd.ac.ir

۳. استادیار دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی، دانشگاه یزد، یزد، ایران. رایانامه: hassani.hossain@yazd.ac.ir

اطلاعات مقاله	چکیده
نوع مقاله: مقاله پژوهشی	هدف پژوهش حاضر، نقش دلبستگی به والد و همسال در خوش بینی تحصیلی با واسطه‌گری دشواری در تنظیم هیجان بود. روش پژوهش همبستگی از نوع معادلات ساختاری بود. جامعه پژوهش شامل کلیه دانش آموزان متوسطه دوره دوم در سال تحصیلی ۱۴۰۳-۱۴۰۲ مدارس شهر اردکان با ۳۵۱۰ نفر بود. به روش نمونه گیری تصادفی از نوع خوشه‌ای چند مرحله‌ای، ۳۵۱ دانش آموز به عنوان نمونه انتخاب شدند. ابزار پژوهش پرسش نامه دلبستگی به والد و همسال (IPPA) از ارمسدن و گرینبرگ ^۱ (۱۹۸۷)، پرسش نامه دشواری در تنظیم هیجان (DERS) از گراتز و روئمر ^۲ (۲۰۰۴)، خوش بینی تحصیلی (SAOS) از اسپچن - موران ^۳ و همکاران (۲۰۱۳) بود. به منظور تحلیل داده‌ها از نرم افزارهای SPSS26 و AMOS20 استفاده شد و برای تحلیل داده ها از ضریب همبستگی پیرسون و روش بوت استراپ استفاده شد. نتیجه‌های حاصل از مدل‌یابی معادلات ساختاری نشان دادند دشواری در تنظیم هیجان در رابطه با دلبستگی به والد و خوش بینی تحصیلی با مقدار $B = 0.12$ ، $P = 0.002$ نقش واسطه‌ای، ایفا می‌کند. همچنین نتایج تحلیل مسیر نشان داد مسیرهای مستقیم دلبستگی به والدین، خوشبینی تحصیلی، دشواری در تنظیم هیجان و نیز مسیرهای مستقیم دلبستگی به همسالان و خوشبینی تحصیلی معنادار شده است. نتایج پژوهش ارتباط معناداری بین دلبستگی به همسالان و دشواری در تنظیم هیجان نشان نداد. براین اساس کسانی که دارای دلبستگی ایمن به والدین هستند، توانایی بیشتری در کنترل هیجان خود دارند و در پی آن نسبت به مسائل تحصیلی خوشبین تر هستند و امکان موفقیت تحصیلی در آنان بالاتر است.
واژگان کلیدی:	
تنظیم هیجانی،	
خوش بینی تحصیلی،	
دلبستگی به والد،	
دلبستگی به همسالان	

استناد: جندقی اردکانی، فاطمه؛ برزگر بفرویی، کاظم؛ و حسینی، حسین (۱۴۰۴). نقش دلبستگی به والد و همسال در خوش بینی تحصیلی با واسطه‌گری

دشواری در تنظیم هیجان. مطالعات روانشناسی تربیتی، ۲۲ (۵۸)، ۷۴-۱۰۶.

DOI: 10.22111/JEPS.2025.44905.5848



© نویسندگان.

ناشر: دانشگاه سیستان و بلوچستان

1 Armsden & Greenberg

2. Gratz & Roemer

3. Tschannen-Moran

مقدمه

موفقیت تحصیلی یکی از دغدغه‌های مهم نظام‌های آموزشی ایران و جهان است. عوامل مختلفی در این زمینه نقش دارند و عمده‌ی این عوامل ریشه در مجموعه مهارت‌هایی دارد که دانش‌آموزان کسب کرده‌اند (شیخ‌الاسلامی و همکاران، ۱۴۰۴). تحصیل در دوره متوسطه برای نوجوانان بسیار مهم است. در این دوره، دانش‌آموزان به دنبال یادگیری مفاهیم و مهارت‌های جدید هستند که به آن‌ها در زندگی بعدی کمک می‌کند (کیوردا^۱، ۲۰۲۴). همچنین، در این دوره، دانش‌آموزان با مسئولیت‌های بیشتری مواجه می‌شوند و باید خودشان را برای زندگی بعدی آماده کنند (ملاحی و تبعدی، ۱۳۹۸). به‌طورکلی، آموزش در دوره متوسطه به دانش‌آموزان کمک می‌کند تا مهارت‌های لازم برای زندگی بعدی خود را کسب کنند و به عنوان شهروندان فعال و مسئولیت‌پذیر در جامعه شرکت کنند (آنتونس^۲ و همکاران، ۲۰۲۱). برخی از ثمره‌های آموزش در دوره متوسطه عبارتند از آموزش مهارت‌های زندگی، کسب دانش و مهارت‌های لازم برای ورود به دانشگاه و یا شغل‌های مرتبط با رشته تحصیلی خود، بهبود وضعیت روانی و اجتماعی دانش‌آموزان و فراگیری مهارت‌های کارآفرینی و پیشرفت تحصیلی و توانایی شرکت در جامعه به عنوان شهروندان فعال و مسئولیت‌پذیر. به‌طورکلی، آموزش در دوره متوسطه به دانش‌آموزان کمک می‌کند تا مهارت‌های لازم برای زندگی بعدی خود را کسب کنند و به عنوان شهروندان فعال و مسئولیت‌پذیر در جامعه شرکت کنند (نظیری و قاسم پورمقدم، ۱۳۹۶).

یکی از جنبه‌های مهم موفقیت در مدرسه خوش‌بینی تحصیلی^۳ است که به حس جمعی کارآمدی، اعتماد و تأکید تحصیلی در بین دانش‌آموزان اشاره دارد (حیدریانی، ۱۴۰۳). مشخص شده است که این مهم، ارتباط مثبتی با پیشرفت تحصیلی و توسعه جوامع یادگیری حرفه‌ای در مدارس دارد و

^۱ Kyeorda

^۲. Antunes

^۳ Academic optimism

همچنین بیان شده است در مدارس با خوشبینی تحصیلی بالا دانش‌آموزان و معلمان به هم اعتماد دارند. (مهریان و همکاران، ۱۳۹۸). خوش‌بینی در لغت به معنای امیدوار بودن و اطمینان داشتن به آینده با نتیجه‌ی موفقیت‌آمیز هر چیز تعریف شده است (شیخ الاسلامی و سیداسماعیلی قمی، ۱۴۰۰). خوش‌بینی تحصیلی یک عامل حیاتی در تبیین پیشرفت دانش‌آموزان است و باید توسط مدارس مورد توجه قرار گیرد (شهبازی و همکاران، ۱۴۰۲). افرادی که خوش‌بین باشند دلیل تجربیات منفی خود را به عوامل بیرونی و گذرا نسبت می‌دهند و به خود در پشت سر گذاشتن این تجربه‌ها به توانایی خود اعتماد دارند (لی^۱ و همکاران، ۲۰۲۲). خوش‌بینی و نگرش مثبت می‌تواند سبب دلگرمی و بهبود شک و تردید و نگرانی افراد در موقعیت‌های مشکل شوند. وقتی فردی خوش‌بین باشد، او بهترین نتیجه ممکن را از موقعیتی که در آن قرار دارد تصور می‌کند. این بینش و نگرش مثبت می‌تواند امیدواری و انرژی اضافی را به افراد منتقل کند، زمینه‌ای را فراهم کند تا آن‌ها تلاش بیشتری برای رسیدن به هدفشان بکنند و در نهایت بهبود یابند (بایلیس و چیپر فیلد^۲، ۲۰۱۲). خوش‌بینی تحصیلی می‌تواند مشخص‌کننده انواع رفتار دانش‌آموز باشد. خوش‌بینی تحصیلی می‌تواند یکی از بعدهای جمعی پنهان مدرسه باشد که برای سنجش میزان فرهنگ مدرسه به کار برده شود (یوسن^۳ و همکاران، ۲۰۲۲). یکی دیگر از موارد مؤثر در پیشرفت و موفقیت تحصیلی سبک‌های دلبستگی^۴ است. دلبستگی عبارت است از ایجاد یک پیوند عاطفی قوی و عمیق با افرادی نزدیک در زندگی به‌طوری‌که تعامل با ایشان منجر به احساس شادی و شادکامی می‌شود و حضور آن‌ها به هنگام تنش منجر به آرامش شود. بالبی^۵ فرایند تشکیل دلبستگی را توضیح داد و تشریح کرد که چگونه احساسات

¹. Li

². Bailis and Chipperfield

³. Usán

⁴ Attachment

⁵. Bowlby

و رفتارهای فرد به پیوندهای عاطفی فرد و مراقب اصلی او بستگی دارد (بالبی، ۱۹۸۰). نظریه پردازان، دلبستگی را دارای سه سبک مهم دلبستگی ایمن، دوسوگرا - اضطرابی و اجتنابی می‌دانند (گلشنی و همکاران، ۲۰۲۱). هنگام ورود به دوران نوجوانی، دنیای اجتماعی برای کودکان دگرگون می‌شود و رفتارها و روابطشان با دیگران تغییر می‌کند. نوجوانان بیشتر به فکر خودشان هستند و به دوستان و همسالان‌شان اهمیت می‌دهند. به همین دلیل، دلبستگی نوجوانان به روی همسالان‌شان، بیشتر و متمرکزتر می‌شود (شکرالله‌زاده و همکاران، ۱۴۰۰). دلبستگی به همسالان به پیوندهایی عاطفی اطلاق می‌شود که بین افراد با سن و موقعیت مشابه ایجاد می‌شود و نقش مهمی در رشد اجتماعی دانش آموز دارد و می‌تواند تجربه تحصیلی آنها را به طرق مختلف تحت تاثیر قرار دهد (تنگ^۱ و همکاران، ۲۰۲۰). در دلبستگی ایمن، کارکردهای درونی بازتابی از روابط گرم و خوب با مراقبان، حس اعتماد به خود و دیگران، توانایی برقراری روابط نزدیک با افراد دیگر، عضو گروه‌های اجتماعی شدن و در ادامه کمتر احساس تنهایی کردن، هستند (الحسینی^۲ و همکاران، ۲۰۲۳). طبق پیشینه، دلبستگی اولیه نوزاد به مراقب در سلامت هیجانی و عاطفی آینده او اهمیت بسیاری دارد (قاسمی نسب و همکاران، ۲۰۲۳). به عبارت دیگر، دلبستگی اولیه به مراقب، پایه و اساس شکل‌گیری تنظیم هیجان و رفتار است (صفایی و همکاران، ۱۳۹۸). بر اساس مطالعات مشخص شده است دلبستگی ایمن با ابعاد بی‌نظمی هیجان رابطه منفی و دلبستگی نایمن با بی‌نظمی هیجان همبستگی مثبتی را نشان می‌دهند (پارادا فرناندز^۳ و همکاران، ۲۰۲۱). هیجان‌ات شامل مجموعه پیچیده‌ای از پاسخ فیزیولوژیک، تجربی و رفتاری است که در زندگی ما نقش اساسی و اصلی دارند (هجرت، ۱۴۰۳). تنظیم هیجان^۴ یک مهارت مهم در زندگی روزمره و روابط انسانی است. تنظیم هیجان‌ها مستلزم

1. Teng

2. Elhousseini

3. Parada Fernandz

4. Emotion regulation

مدیریت هیجان‌های مثبت و منفی در خود و دیگران بر مبنای شرایط موجود است (نایب درختان و همکاران، ۱۴۰۳). توانایی تنظیم هیجان به فرد کمک می‌کند تا احساسات خود را بهتر کنترل کند. برخی از اهمیت‌های تنظیم هیجان عبارت‌اند از: بهبود روابط انسانی، بهبود سلامت روانی، بهبود سلامت جسمی و بهبود عملکرد تحصیلی و شغلی (قمری و همکاران، ۱۳۹۹). دشواری در تنظیم هیجان می‌تواند برای فرد مشکل‌ساز باشد و باعث بروز مشکلات روانی و رفتاری شود (پاولوس^۱ و همکاران، ۲۰۲۱). برخی از مطالعات نشان داده‌اند که آموزش تنظیم هیجان می‌تواند به بهبود توانایی فرد در کنترل و مدیریت احساسات خود کمک کند (لانگ^۲ و همکاران، ۲۰۲۴). در یکی از مطالعات، نقش دشواری در تنظیم هیجان و افکار خود آیند منفی در تاکتیک‌های حل تعارض نوجوان و والدین بررسی شده است. نتایج این مطالعه نشان داد که دشواری در تنظیم هیجان و افکار خود آیند منفی می‌تواند در بروز تعارض میان والدین و نوجوانان نقش ایفا کند (منسوئو^۳ و همکاران، ۲۰۲۲) در کل، آموزش تنظیم هیجان می‌تواند به بهبود توانایی فرد در کنترل و مدیریت احساسات خود کمک کند و در پیشگیری از بروز مشکلات روانی و رفتاری مؤثر باشد (کای^۴ و همکاران، ۲۰۲۳).

در همین رابطه مطالعات متعددی نقش سبک‌های دلبستگی را در تنظیم هیجانات و پیامدهای روانی و تحصیلی بررسی کرده‌اند. طاهری و همکاران (۱۳۹۳) نشان دادند که رابطه ناگویی هیجانی با سبک‌های دلبستگی ایمن و اجتنابی منفی است، در حالی که این رابطه با سبک‌های دلبستگی اضطرابی و دوسوگرایی مثبت است، که بیانگر چالش بیشتر افراد با سبک‌های دلبستگی ناایمن در بیان هیجانات خود می‌باشد. همچنین، صفایی و همکاران (۱۳۹۸) با استفاده از روش اصلاح سوگیری توجه توانستند دشواری‌های تنظیم هیجان در افراد دارای سبک دلبستگی دوری‌گزین را بهبود بخشند،

¹. Paulus

². Long

³. Mansueto

⁴. Cai

که نشان‌دهنده قابلیت مداخلات هدفمند در تنظیم هیجان بر اساس سبک دلبستگی است. افزون بر این، افشاری (۱۳۹۸) گزارش داد که افراد با سبک دلبستگی ایمن‌تر، در استفاده از استراتژی‌های کنترل هیجانی و درک شفافیت احساسات خود، کمتر با مشکل مواجه می‌شوند، که اهمیت دلبستگی ایمن را در توانمندسازی تنظیم هیجانی تأیید می‌کند.

از سوی دیگر، خوش‌بینی تحصیلی به عنوان یک متغیر مهم در موفقیت و انگیزه تحصیلی مورد توجه پژوهشگران قرار گرفته است و مطالعات متعددی رابطه دشواری در تنظیم هیجان و خوشبینی تحصیلی را بررسی کرده‌اند. شیخ‌الاسلامی و همکاران (۱۴۰۰) نشان دادند که ادراک مثبت محیط کلاس با خوش‌بینی تحصیلی و هیجانات مثبت تحصیلی رابطه مثبت و معناداری دارد، که بیانگر نقش محیط آموزشی در تقویت خوش‌بینی دانش‌آموزان است. همچنین، مرآتی و همکاران (۱۴۰۱) ارتباط مثبت و معناداری بین خوش‌بینی و طرح‌واره‌های هیجانی مرتبط با مؤسسات آموزشی گزارش کردند. یافته‌های جنونگ و سئول^۱ (۲۰۱۹) نیز نشان داد که دلبستگی سالم به والدین، امید به حمایت والدین را افزایش داده و خوش‌بینی و تعهد یادگیری را در جوانان بهبود می‌بخشد، که نقش کلیدی دلبستگی در ارتقای نگرش‌های مثبت تحصیلی را برجسته می‌سازد. علاوه بر این، اوبلدوبل^۲ و همکاران (۲۰۲۳) در پژوهش مروری خود بیان کردند که دلبستگی ایمن با بهبودی بهتر در واکنش‌پذیری هیجانی همراه است، در حالی که سبک‌های دلبستگی اجتنابی و دوسوگرا با مشکلات بیشتری در تنظیم هیجان مرتبط هستند. در نهایت، سعید^۳ و همکاران (۲۰۲۳) نشان دادند که رضایت ذهنی نوجوانان از زندگی و دستاوردهای آنان تا حد زیادی به قدرت دلبستگی به والدین و همسالان وابسته است، که اهمیت حمایت‌های عاطفی در سلامت روان و موفقیت تحصیلی را تأکید می‌کند.

1. Goo-Churl Jeong & Mi-Kyung Seol

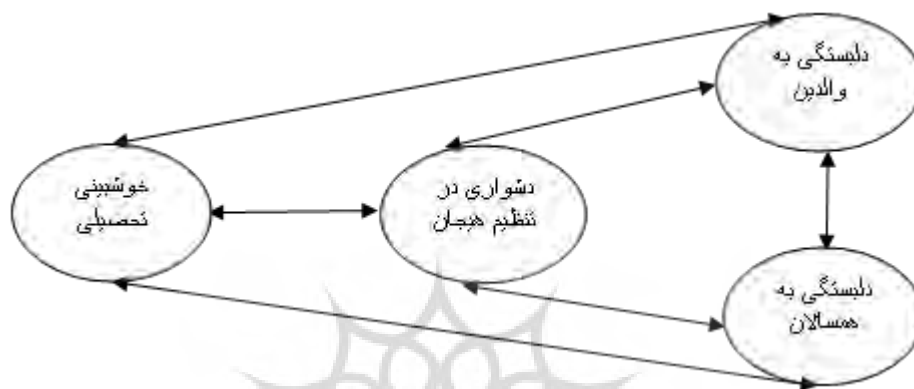
2. Obeldobel

3. Saeed

این یافته‌ها در کنار نتایج پژوهش‌های پیشین، اهمیت بررسی نقش دلبستگی به والد و همسال در خوش‌بینی تحصیلی و نقش واسطه‌ای دشواری در تنظیم هیجان را به عنوان سازوکاری مهم در فرآیندهای روانشناختی موفقیت تحصیلی نشان می‌دهد.

این درک پیشرفته، به نوبه خود، شکلی از ارزیابی نیازها را تشکیل می‌دهد که فرصتی برای برنامه‌ریزی استراتژیک جامعه، به‌ویژه باهدف پیشگیری از این اختلالات و عوارض، فراهم می‌کند. از لحاظ روش‌شناختی، در پژوهش حاضر از روش پژوهشی مدل‌یابی معادلات ساختاری استفاده شد، ازاین‌جهت، بسیاری از خطاهای اندازه‌گیری احتمالی در خصوص متغیرهای پژوهش و همچنین، متغیرهای خطا که مربوط به سهم منحصربه‌فرد هر متغیر و شاخص‌های آن است را، می‌توان کنترل و از محاسبات خارج کرد و بدین ترتیب یافته‌های دقیق‌تر و باقابلیت تعمیم بیشتری، ارائه نمود. از لحاظ اهمیت کاربردی می‌توان به تأثیرات مهم در زندگی دانش‌آموزان اشاره کرد. دانش‌آموزان در دوران دبیرستان با مسائل و چالش‌های مختلفی مواجه هستند که می‌تواند بر روی خودشان و همچنین روابطشان با دیگران و همچنین موفقیت تحصیلی آنها تأثیر بگذارد. بررسی نقش واسطه‌ای دشواری در تنظیم هیجان در رابطه میان دلبستگی به والدین و همسالان و خوش‌بینی تحصیلی می‌تواند به درک بهتر از این مسائل کمک کند. همچنین می‌توان به تأثیرات آن در آموزش و پرورش اشاره کرد و بررسی نقش واسطه‌ای دشواری در تنظیم هیجان در رابطه میان دلبستگی به والدین و همسالان و خوش‌بینی تحصیلی می‌تواند به خوش‌بینی دیدگاه بین دانش‌آموزان کمک کند و در نتیجه بهبود عملکرد تحصیلی دانش‌آموزان را به دنبال داشته باشد. باتوجه‌به آنچه پیش‌ازاین آمده است که اهمیت میانجی‌گری دشواری در تنظیم هیجان را بیان نموده است و همچنین نبود و کمبود پژوهشی که بتواند دلبستگی به والد و همسال و خوش‌بینی تحصیلی را میانجی‌گری کند، هدف پژوهش حاضر پاسخگویی به این سؤال است که آیا دلبستگی به والد و همسال نقشی در خوش‌بینی تحصیلی با

واسطه گری دشواری در تنظیم هیجان دارد یا خیر؟ در شکل ۱ مدل پیشنهادی پژوهش ارائه شده است.



نمودار ۱. مدل مفهومی پژوهش

روش پژوهش

پژوهش حاضر، توصیفی - همبستگی بود. جامعه مورد مطالعه پژوهش، تمامی دانش آموزان شهرستان اردکان در مقطع دوم متوسطه در سال تحصیلی ۱۴۰۳-۱۴۰۲ به تعداد ۳۵۱۰ نفر بودند. به منظور برآورد حجم نمونه آماری پژوهش، با استفاده از جدول مورگان، حداقل حجم نمونه، ۳۵۱ نفر (شامل، ۱۵۳ پسر و ۱۹۸ دختر)، تعیین شد که نمونه‌ها با استفاده از روش نمونه‌گیری تصادفی، از نوع خوشه‌ای چندمرحله‌ای، انتخاب شدند. از بین مدارس شهرستان اردکان ۵ مدرسه دخترانه و ۴ پسرانه و از هر مدرسه دو کلاس و از هر کلاس ۱۵-۲۰ دانش آموز مورد مطالعه قرار گرفتند. ملاک ورود به پژوهش، شامل تمایل و رضایت به مشارکت در پژوهش بود. داده‌های مورد نیاز جهت تحلیل در این پژوهش، به وسیله سه پرسش‌نامه مربوط به متغیرهای اساسی پژوهش، گردآوری شدند. جهت تجزیه و تحلیل داده‌های جمع‌آوری شده از آمار توصیفی (جداول، محاسبه، میانگین، فراوانی، انحراف

معیار، حداقل و حداکثر نمرات) و از یافته‌های استنباطی مربوط به مدل پیشنهادی پژوهش (تکنیک مدل‌یابی معادلات ساختاری و شاخص‌های نیکویی برازش) استفاده شد. از نرم‌افزارهای آماری SPSS26 و AMOS20 جهت تجزیه و تحلیل کمی داده‌ها استفاده شد.

پرسش‌نامه دلبستگی به والدین و همسالان^۱ (IPPA): پرسش‌نامه دلبستگی والدین و همسالان (IPPA) طراحی شده توسط ارمسدن و گرینبرگ^۲ (۱۹۸۷) برای ارزیابی شناختی/عاطفی نوجوانان به والدین و دوستان صمیمی خود است. این پرسش‌نامه شامل سه بخش است؛ ۲۸ سؤال برای والدین و ۲۵ سؤال برای نوجوانان. این پرسش‌نامه در مورد ارتباط نوجوانان با مادر، پدر و دوستان نزدیک سؤال می‌کند. این ابزار برای ارزیابی دلبستگی به مادر، پدر و دوستان نزدیک طراحی شده است. این ابزار افراد مهم را به عنوان منبع امنیت روان‌شناسی مورد توجه قرار می‌دهد. هر ابزار سه خرده مقیاس شامل اعتماد^۳، ارتباط^۴ و بیگانگی^۵ دارد. استفاده از نمره کل بر نمره خرده مقیاس‌ها ارجح است و توصیه می‌شود. هر گویه از این مقیاس از یک مقیاس لیکرت ۵ درجه‌ای استفاده می‌کند که از «هرگز» تا «اغلب» به عنوان گزینه‌های پاسخ‌دهی استفاده می‌شود. در فرم والدین این پرسش‌نامه گویه‌های (۳، ۵، ۷، ۱۰ و ۱۵) به شکل معکوس نمره‌گذاری می‌شود در فرم همسالان فقط گویه شماره ۵ معکوس نمره‌گذاری می‌شود. در تحقیق گالون و رابینسون (۲۰۰۵)، پایایی زیرمقیاس‌های اعتماد به والدین، ارتباط با والدین و بیگانگی از والدین به ترتیب به میزان ۰/۸۳، ۰/۷۹ و ۰/۷۶ محاسبه شده است. همچنین در نسخه همسالان، شاخص‌های پایایی برای اعتماد به همسالان، ارتباط با همسالان و بیگانگی از همسالان به ترتیب برابر با ۰/۷۸، ۰/۶۲ و ۰/۶۶ گزارش

1. Inventory of Parent and Peer Attachment (IPPA)

2 Armsden & Greenberg

3. Trust

4. Communication

5. Alienation

شده است. در یک پژوهش انجام شده توسط ناصری و همکاران (۱۳۹۱) در ایران، مشخصات روان‌سنجی این پرسش‌نامه مورد بررسی قرار گرفت. آن‌ها ضریب آلفای کرونباخ برای زیرمقیاس‌های اعتماد به والدین، ارتباط با والدین و بیگانگی از والدین به ترتیب به میزان ۰/۷۴، ۰/۷۳ و ۰/۶۹ گزارش کردند. همچنین در نسخه همسالان، ضریب آلفا برای اعتماد به همسالان، ارتباط با همسالان و بیگانگی از همسالان به ترتیب برابر با ۰/۷۸، ۰/۶۲ و ۰/۴۲ بوده است. پایایی به‌دست‌آمده این پرسش‌نامه در تحقیق حاضر برابر با دل‌بستگی به والدین ۰/۹۵ و دل‌بستگی به همسالان ۰/۹۳ است.

پرسش‌نامه دشواری در تنظیم هیجان - فرم کوتاه^۱ (DERS-16): فرم کوتاه پرسش‌نامه دشواری در تنظیم هیجان توسط جوربرگ^۲ و همکاران (۲۰۱۶) بر اساس پرسش‌نامه گراتز و رومر^۳ (۲۰۰۴) طراحی شده است. این پرسش‌نامه ۱۶ تا گویه دارد و دارای ۵ خرده‌مقیاس است که عامل اول: کمبود یا فقدان وضوح هیجانی. عامل دوم: دشواری در درگیری در رفتارهای معطوف به هدف است عامل سوم: دشواری در کنترل رفتار تکانشی است. عامل چهارم: دسترسی محدود به راهبردهای تنظیم هیجانی مؤثر است و خرده‌مقیاس آخر عامل پنجم: پاسخ هیجانی پذیرفته نشده است. نمره‌گذاری این پرسش‌نامه استفاده از طیف لیکرت ۵ درجه‌ای است به این شکل که به پاسخ تقریباً هرگز نمره ۱، به‌ندرت نمره ۲، گاهی اوقات نمره ۳، اغلب نمره ۴ و تقریباً همیشه نمره ۵ تعلق می‌گیرد. کمترین نمره ۱۶ و بیشترین نمره ۸۰ است. در این مقیاس نمره بالاتر در هر خرده‌مقیاس و کل مقیاس نشانه دشواری بیشتر در تنظیم هیجان است. در پژوهش بیگیت و همکاران در سال ۲۰۱۹، پایایی مقیاس مورد بررسی با استفاده از روش ضریب آلفای کرونباخ برای عامل فقدان وضوح ۰/۸۴ برای عامل رفتارهای معطوف به هدف ۰/۸۴ برای عامل تکانشگری ۰/۸۷، دسترسی محدود

1. Difficulties in Emotion Regulation Scale- Short Form

2. Bjureberg

3. Gratz & Roemer

به راهبردها ۰/۸۷، برای پاسخ هیجانی پذیرفته نشده ۰/۷۸ و کل مقیاس ۰/۹۲ گزارش شد. از آنجا که ییگیت و همکاران در سال ۲۰۱۹ نیز به روایی مناسب این مقیاس پی بردند، می توان نتیجه گرفت که این مقیاس از روایی قابل قبولی برخوردار است. در پژوهشی فلاحی و همکاران در سال ۱۴۰۰ نشان داده اند که ضریب همسانی درونی مقیاس مورد بررسی از پایایی مناسبی برخوردار است. ضریب آلفای کرونباخ برای عامل فقدان وضوح ۰/۷۷، برای عامل رفتارهای معطوف ۰/۶۸ برای کنترل تکانشی ۰/۷۰، دسترسی محدود به راهبردها ۰/۷۴، پاسخ هیجانی پذیرفته نشده ۰/۷۱ و کل مقیاس ۰/۹۱ به دست آمده است. پایایی به دست آمده این پرسش نامه در تحقیق حاضر برابر با ۰/۹۱ است.

پرسش نامه خوش بینی تحصیلی^۱ (SAOS): این پرسش نامه توسط اسپچن - موران^۲ و همکاران (۲۰۱۳) طراحی شده است و شامل سه مؤلفه و ۲۸ سؤال است. این پرسش نامه بر اساس مقیاس ۵ درجه ای لیکرت از خیلی کم (۱) تا خیلی زیاد (۵) تنظیم شده است. شیوه نمره گذاری سؤال های ۱۷، ۲۳، و ۲۸ به صورت معکوس است. این پرسش نامه شامل سه خرده مقیاس تأکید تحصیلی، اعتماد دانش آموزان و در نهایت یگانگی به مدرسه است. برای نمره گذاری باید ابتدا نمره سه سؤال ۱۷، ۲۳ و ۲۸ معکوس شود. روایی و پایایی پرسش نامه نیز در پژوهش اسپچن - موران و همکاران (۲۰۱۳)، برای هر یک از خرده مقیاس ها ۰/۹۳، ۰/۹۶ و ۰/۹۷ به دست آمد که نشان از مطلوب بودن پایایی پرسش نامه دارد. پایایی پرسش نامه در پژوهش مرادی و همکاران (۱۳۹۳) برای هر یک از خرده مقیاس ها به ترتیب برابر ۰/۹۱، ۰/۸۶، ۰/۸۹ و برای کل ابزار ۰/۹۲ به دست آمد. پایایی به دست آمده این پرسش نامه در تحقیق حاضر برابر با ۰/۸۹ است.

یافته ها

1. School Academic Optimism Scale (SAOS)

2. Tschannen-Moran

در پژوهش حاضر پس از بررسی اولیه داده‌ها و حذف داده‌های نامعتبر (۵ پرسش‌نامه) تجزیه و تحلیل اطلاعات بر روی ۳۵۱ پرسش‌نامه آغاز شد. میانگین سنی دانش‌آموزان ۱۶/۹۹ و انحراف معیار آن برابر با ۰/۷۹ بود. در مجموع دانش‌آموزان شرکت‌کننده در پژوهش در دامنه سنی بین ۱۵ تا ۱۸ سال بوده‌اند.

جدول ۱. میانگین و انحراف معیار متغیرهای پژوهش

متغیر	ابعاد	تعداد گویه‌ها	میانگین	انحراف معیار	حداقل نمره	حداکثر نمره	میانگین/تعداد گویه‌ها
خوش‌بینی تحصیلی	اعتماد به معلم	۱۰	۳۲/۷۴	۶/۴	۱۱	۴۷	۳/۲۷۴
	تأکید تحصیلی	۸	۲۸/۹۵	۴/۵۷	۱۵	۳۹	۳/۶۱۸
	یگانگی تحصیلی	۱۰	۳۰/۴۴	۶/۲۲	۱۵	۴۶	۳/۰۴۴
	نمره کل خوش‌بینی تحصیلی	۲۸	۹۲/۱۴	۱۴/۹۹	۴۲	۱۳۱	۳/۲۹
دشواری در تنظیم هیجان	عدم وضوح هیجان	۲	۴/۸۴	۲/۲۲	۲	۱۰	۲/۴۲
	دشواری در رفتارهای هدف	۳	۹/۵	۳/۳۴	۳	۱۵	۳/۱۷
	دشواری در کنترل رفتارهای تکانشی	۳	۸/۰۴	۳/۰۳	۳	۱۵	۲/۶۸
	راهبردهای محدود تنظیم هیجان	۵	۱۱/۹۲	۴/۴۷	۵	۲۵	۲/۳۸
	پاسخ هیجانی نامناسب	۳	۶/۴۷	۲/۹۴	۳	۱۵	۲/۱۶
	نمره کل دشواری در تنظیم هیجان	۱۶	۴۰/۸	۱۳/۲۵	۱۶	۷۴	۲/۵۵
دلبستگی به والدین	ارتباط	۱۰	۳۵/۲۵	۸/۶۷	۱۷	۵۰	۳/۵۲
	اعتماد	۱۰	۳۷/۲۳	۷/۱۱	۱۷	۴۹	۳/۷۲
	بیگانگی	۸	۲۹/۱۴	۶/۴۶	۱۳	۴۰	۳/۶۴

نمره کل دلبستگی به والدین	۲۸	۱۰۱/۶۳	۲۱/۳۹	۵۰	۱۳۸	۳/۶۳
ارتباط	۸	۲۸/۱۶	۶/۰۹	۱۱	۳۹	۳/۵۲
اعتماد	۱۰	۳۹/۲۳	۸/۰۷	۱۶	۵۰	۳/۹۲
یگانگی	۷	۲۶/۱	۴/۵۳	۱۱	۳۳	۳/۷۳
نمره کل دلبستگی به همسالان	۲۵	۹۳/۵۱	۱۶/۸۴	۴۰	۱۲۲	۳/۷۴

در جدول ۱ اطلاعات توصیفی مربوط به متغیر خوش بینی تحصیلی آورده شده است. نتایج نشان داد مؤلفه اعتماد به معلم دارای میانگین ۳۲/۷۴، مؤلفه تأکید تحصیلی دارای میانگین ۲۸/۹۵ و مؤلفه یگانگی تحصیلی دارای میانگین ۳۰/۴۴ بوده است. همچنین نمره کل خوش بینی تحصیلی دارای میانگین ۹۲/۱۴ و انحراف معیار ۱۴/۹۹ بوده است. با توجه به عدم برابری گویه‌های مربوط به هر مؤلفه و به منظور رسیدن به چشم اندازی بهتر در مورد مؤلفه‌های پرسش نامه، میانگین هر مؤلفه بر تعداد گویه‌های آن تقسیم شد. نتایج نشان داد مؤلفه تأکید تحصیلی بیشترین میانگین و مؤلفه یگانگی تحصیلی کمترین میانگین را داشته‌اند.

درباره متغیر دشواری در تنظیم هیجان نتایج نشان داد مؤلفه عدم وضوح هیجان دارای میانگین ۴/۸۴، مؤلفه دشواری در رفتارهای هدف دارای میانگین ۹/۵، مؤلفه دشواری در کنترل رفتارهای تکانشی دارای میانگین ۸/۰۴، مؤلفه راهبردهای محدود تنظیم هیجان دارای میانگین ۱۱/۹۲، مؤلفه پاسخ هیجانی نامناسب دارای میانگین ۶/۴۷ و نمره کل دشواری در تنظیم هیجان دارای میانگین ۴۰/۸ بوده است. با توجه به عدم برابری گویه‌های مربوط به هر مؤلفه و به منظور رسیدن به چشم اندازی بهتر در مورد مؤلفه‌های پرسش نامه، میانگین هر مؤلفه بر تعداد گویه‌های آن تقسیم شد. نتایج نشان داد مؤلفه دشواری در رفتارهای هدف بیشترین میانگین و مؤلفه پاسخ هیجانی نامناسب کمترین میانگین را داشته‌اند.

درباره متغیر دلبستگی به والدین نتایج نشان داد مؤلفه ارتباط دارای میانگین $35/25$ ، مؤلفه اعتماد دارای میانگین $37/23$ ، مؤلفه اتحاد دارای میانگین $29/14$ و نمره کل دلبستگی به والدین دارای میانگین $101/63$ بوده است. با توجه به عدم برابر گویه‌های مربوط به هر مؤلفه و به منظور رسیدن به چشم‌اندازی بهتر در مورد مؤلفه‌های پرسش‌نامه، میانگین هر مؤلفه بر تعداد گویه‌های آن تقسیم شد. نتایج نشان داد مؤلفه اعتماد بیشترین میانگین و مؤلفه ارتباط کمترین میانگین را داشته‌اند.

درباره متغیر دلبستگی به همسالان نتایج نشان داد مؤلفه ارتباط دارای میانگین $28/16$ ، مؤلفه اعتماد دارای میانگین $39/23$ ، مؤلفه اتحاد دارای میانگین $26/1$ و نمره کل دلبستگی به همسالان دارای میانگین $93/51$ بوده است. با توجه به عدم برابری گویه‌های مربوط به هر مؤلفه و به منظور رسیدن به چشم‌اندازی بهتر در مورد مؤلفه‌های پرسش‌نامه، میانگین هر مؤلفه بر تعداد گویه‌های آن تقسیم شد. نتایج نشان داد مؤلفه اعتماد بیشترین میانگین و مؤلفه ارتباط کمترین میانگین را داشته‌اند.

جدول ۲. ماتریس همبستگی بین متغیرهای پژوهش

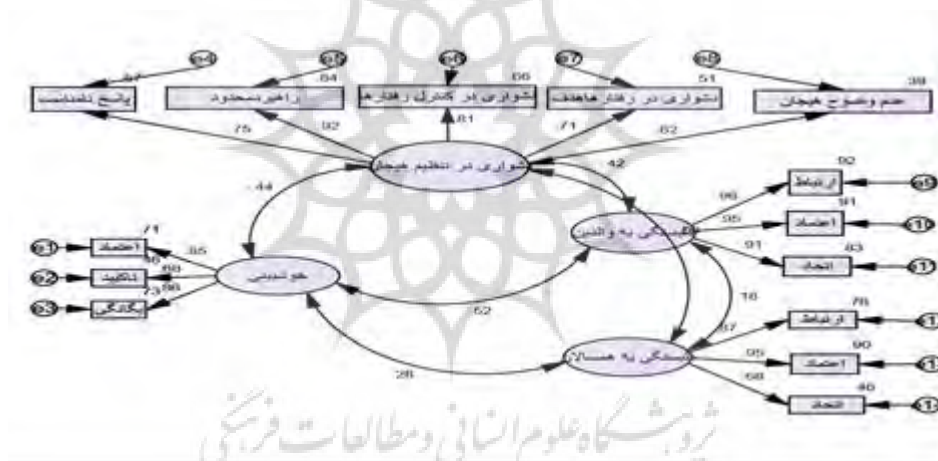
متغیرها	۱	۲	۳	۴
۱ دلبستگی به والدین	۱			
۲ دلبستگی به همسالان	$0/19^{**}$	۱		
۳ دشواری در تنظیم هیجان	$-0/4^{**}$	$-0/15^{**}$	۱	
۴ خوش‌بینی تحصیلی	$0/47^{**}$	$0/28^{**}$	$-0/40^{**}$	۱

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

جدول ۲ نشان داد دلبستگی به والدین با دلبستگی به همسالان ($r = 0/19$)، خوش‌بینی تحصیلی ($r = 0/47$) رابطه مثبت و با دشواری در تنظیم هیجان ($r = -0/4$) رابطه منفی و معناداری در سطح $0/01$ دارد. همچنین دلبستگی به همسالان با دشواری در تنظیم هیجان ($r = -0/15$)، رابطه منفی و معناداری در سطح $0/01$ ، با خوش‌بینی تحصیلی ($r = 0/28$) رابطه مثبت و معناداری در سطح $0/01$ رابطه مثبت و معناداری در سطح $0/05$ دارد. نتایج نشان داد که بین دشواری در تنظیم هیجان با

خوش بینی تحصیلی ($r = -0/4$)، رابطه منفی و معناداری در سطح $0/01$ وجود دارد. بنابراین با توجه به اطلاعات به دست آمده مشخص شد که داده‌های پژوهش قابلیت اجرا در نرم افزار AMOS را دارند.

مدل پیشنهادی این پژوهش در دو بخش بررسی شده است: الف) مدل اندازه‌گیری: از آنجایی که در پژوهش حاضر چندین متغیر مورد استفاده قرار گرفته است، قبل از بررسی مدل ساختاری، مدل اندازه‌گیری مورد بررسی قرار گرفته است؛ تا معلوم شود که مدل اندازه‌گیری طراحی شده دارای معیارهای علمی قابل قبول است یا خیر. ب) مدل ساختاری: پس از اطمینان نسبی از قابل قبول بودن مدل اندازه‌گیری، می‌توان به بررسی مدل ساختاری پژوهش پرداخت.



شکل ۲. مدل اندازه‌گیری متغیرهای پژوهش

همان‌طور که در مدل ۲ مشاهده می‌شود بارهای عاملی تمامی مؤلفه‌ها در همه متغیرها بالای $0/3$ است و از لحاظ آماری معنادار هستند و نشان می‌دهد تمامی مؤلفه‌ها بار مثبت و معنادار در سطح $P < 0/05$ داشته‌اند. در بین مؤلفه‌های متغیر دلبستگی به والدین، بیشترین بار عاملی مربوط به مؤلفه ارتباط ($0/96$) و کمترین بار عاملی مربوط به مؤلفه بیگانگی ($0/91$) بوده است. در بین مؤلفه‌های متغیر دلبستگی به همسالان، بیشترین بار عاملی مربوط به مؤلفه اعتماد ($0/95$) و کمترین بار عاملی

مربوط به مؤلفه بیگانگی (۰/۶۸) بوده است. در بین مؤلفه‌های دشواری در تنظیم هیجان، بیشترین بار عاملی مربوط به مؤلفه راهبردهای محدود تنظیم هیجان (۰/۹۲) و کمترین بار عاملی مربوط به مؤلفه عدم وضوح هیجان (۰/۶۲) بوده است. در بین مؤلفه‌های متغیر خوش‌بینی تحصیلی، بیشترین بار عاملی مربوط به مؤلفه اعتماد به معلم (۰/۸۶) و کمترین بار عاملی مربوط به مؤلفه تأکید تحصیلی (۰/۶۸) بوده است.

جدول ۳: ضرایب استاندارد و غیراستاندارد مدل اندازه‌گیری پژوهش

مسیر	ضرایب غیراستاندارد (B)	ضرایب استاندارد (β)	خطای معیار (S.E)	نسبت بحرانی (C.R)	سطح معناداری (P)
دلبستگی به والدین ↔ دلبستگی به همسالان	۷/۹۰	۰/۱۸	۲/۵۴	۳/۱	۰/۰۰۲
دلبستگی به همسالان ↔ دشواری در تنظیم هیجان	-۱/۰۰	-۰/۰۹	۰/۲۶	-۲/۰۵	۰/۱۴
خوش‌بینی تحصیلی ↔ دلبستگی به همسالان	۸/۰۲	۰/۲۸	۱/۸۱	۴/۴۱	۰/۰۰۱
خوش‌بینی تحصیلی ↔ دلبستگی به والدین	۲۳/۴۷	۰/۵۲	۳/۰۳	۷/۷۲	۰/۰۰۱
خوش‌بینی تحصیلی ↔ دشواری در تنظیم هیجان	-۵/۳۰	-۰/۴۴	۰/۸۳۵	-۶/۳۵	۰/۰۰۱
دلبستگی به والدین ↔ دشواری در تنظیم هیجان	-۷/۷۹	-۰/۴۲	۱/۱۹۰	-۶/۵۴	۰/۰۰۱

همان‌طور که در جدول ۳ مشاهده می‌شود، بین دلبستگی به والدین و دلبستگی به همسالان ($\beta = 0.18$ و $P < 0.002$)، بین دلبستگی به همسالان و دشواری در تنظیم هیجان ($\beta = -0.09$ و $P < 0.14$)، بین خوش‌بینی تحصیلی و دلبستگی به همسالان ($\beta = 0.28$ و $P < 0.001$)، بین خوش‌بینی تحصیلی و دلبستگی به والدین ($\beta = 0.52$ و $P < 0.001$)، بین خوش‌بینی تحصیلی و دشواری در تنظیم هیجان ($\beta = -0.44$ و $P < 0.001$)، بین دلبستگی به والدین و دشواری در تنظیم هیجان ($\beta = -0.42$ و $P < 0.001$)

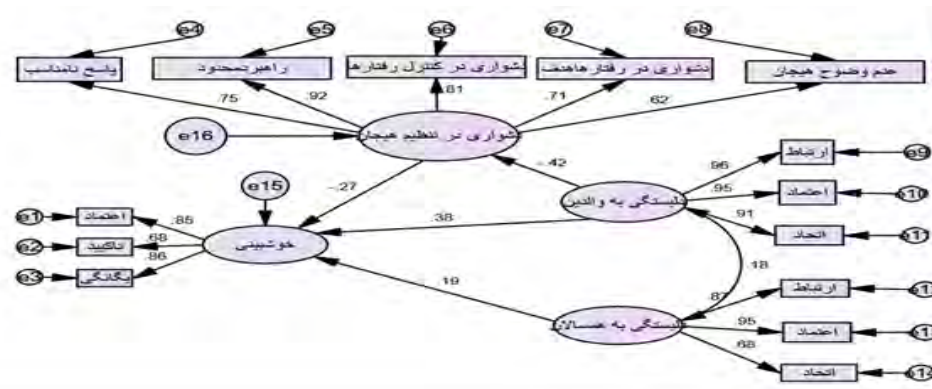
$\beta = 0.01$ و $P < 0.01$) رابطه معنادار وجود دارد. بین دلبستگی به همسالان و دشواری در تنظیم هیجان ($\beta = -0.09$ و $P < 0.01$) بانوجه به سطح معناداری رابطه وجود ندارد.

در ادامه به بررسی شاخص های برازش مدل اندازه گیری پژوهش حاضر پرداخته شده است؛ زیرا با استفاده از این شاخص ها می توان به این پرسش پاسخ داد که صرف نظر از مقادیر گزارش شده برای پارامترها، آیا مدل پیشنهادی به طور کلی توسط داده های تجربی گردآوری شده حمایت می شود یا خیر؟

جدول ۴: شاخص های برازش مدل اندازه گیری پژوهش

شاخص های برازش	CIMIN	df	CIMIN/D F	P	CFI	GFI	PCFI	RMSEA
الگوی پیشنهادی	۲۹۸.۲	۷۱	۴/۲۰	۰/۰۰۰	۰/۸۸	۰/۸۶	۰/۶۷	۰/۰۷
مقدار قابل قبول	-	-	<۵		>۰/۹	>۰/۹	>۰/۵	<۰/۰۸
نتیجه	مطلوب	مطلوب	مطلوب	قابل اغماض	مطلوب	مطلوب	مطلوب	مطلوب

پس از اطمینان از قابل قبول بودن مدل اندازه گیری، مدل ساختاری پژوهش در نرم افزار AMOS ترسیم شد. از آن جایی که در مدل اولیه پژوهش مسیر دلبستگی به همسالان به دشواری در تنظیم هیجان از نظر آماری معنادار نبود؛ در مدل نهایی پژوهش این مسیر غیر معنادار حذف شد. در شکل ۳ مدل نهایی پژوهش آورده شده است.



شکل ۳. مدل ساختاری نهایی

جدول ۵. ضرایب استاندارد و غیراستاندارد مسیرهای مستقیم در مدل ساختاری نهایی پژوهش

مسیر	ضرایب غیراستاندارد (B)	ضرایب استاندارد (β)	خطای معیار (S.E)	نسبت بحرانی (C.R)	سطح معناداری (P)
دلبستگی به والدین ↔ دلبستگی به همسالان	۶/۵۱	۰/۱۸	۲/۵۴	۳/۱۰	۰/۰۰۲
خوشبینی تحصیلی ↔ دلبستگی به همسالان	۷/۰۰	۰/۱۹	۰/۰۵	۳/۵۶	۰/۰۰۱
خوشبینی تحصیلی ↔ دلبستگی به والدین	۲۸/۸۵	۰/۳۸	۰/۰۳	۶/۵۴	۰/۰۰۱
خوشبینی تحصیلی ↔ دشواری در تنظیم هیجان	-۵/۰۷	-۰/۲۷	۰/۱۴	-۴/۵۶	۰/۰۰۱
دلبستگی به والدین ↔ دشواری در تنظیم هیجان	-۷/۵۶	-۰/۴۲	۰/۱۵	-۷/۵۳	۰/۰۰۱

همان‌طور که در جدول ۵ مشاهده می‌شود مسیرهای باقی مانده در مدل ساختاری پژوهش حاضر معنادار هستند؛ به طوری که مسیر دلبستگی به والدین به دشواری در تنظیم هیجان دارای بتای ۰/۴۲-، مسیر دلبستگی به همسالان به خوشبینی تحصیلی دارای بتای ۰/۱۹، مسیر دشواری در تنظیم

هیجان به خوش بینی تحصیلی دارای بتای $0/27$ و مسیر دلبستگی به والدین به خوش بینی تحصیلی دارای بتای $0/38$ می باشند که همگی در سطح کمتر از $0/05$ معنادار می باشند. نتایج همچنین نشان داد متغیر دلبستگی به والدین توانسته 18 درصد از تغییرات متغیر دلبستگی به همسالان را تبیین کنند. در ادامه برای تعیین معناداری مسیر غیرمستقیم، خروجی دستور بوت استراپ در نرم افزار AMOS گزارش شده است.

جدول ۶. نتایج آزمون بوت استراپ برای ضرایب مسیر غیرمستقیم مدل ساختاری

متغیر پیش بین	متغیر واسطه	متغیر ملاک	اثر غیرمستقیم	حد پایین	حد بالا	سطح معناداری
دلبستگی به والدین	دشواری در تنظیم هیجان	خوش بینی تحصیلی	$0/12$	$0/06$	$0/19$	$0/002$

همان طور که نتایج آزمون بوت استراپ در جدول ۶ نشان می دهد، هم در رابطه بین دلبستگی به والدین و خوش بینی تحصیلی و هم در رابطه بین دلبستگی به والدین و دشواری در تنظیم هیجان نقش واسطه ای معناداری داشته است. در ادامه شاخص های برازش مدل ساختاری بررسی شده است.

جدول ۷. شاخص های برازش مدل ساختاری پژوهش

شاخص های برازش	CIMIN	df	CIMIN/DF	P	CFI	GFI	PCFI	RMSEA
الگوی اصلاح شده	$297/36$	۷۲	$4/13$	$0/000$	$0/9$	$0/87$	$0/71$	$0/07$
مقدار قابل قبول	-	-	<5		$>0/9$	$>0/9$	$>0/5$	$<0/08$
نتیجه	مطلوب	مطلوب	مطلوب	قابل اغماض	مطلوب	مطلوب	مطلوب	مطلوب
					ب	ب		

همان‌طور که در جدول ۷ مشاهده می‌شود مدل ساختاری پژوهش از برازش قابل قبولی برخوردار است.

بحث و نتیجه‌گیری

هدف پژوهش حاضر بررسی نقش واسطه‌ای دشواری در تنظیم هیجان در ارتباط بین دلبستگی به والد و همسال و خوش‌بینی تحصیلی بود. یافته‌های حاصل از بررسی این فرضیه با استفاده از آزمون مدل‌های معادلات ساختاری نشان داد که دشواری در تنظیم هیجان نقش واسطه‌ای بین دلبستگی به والد و خوش‌بینی تحصیلی دارد. مدل ساختاری نهایی این پژوهش، با پژوهشی که نقش واسطه‌ای دشواری در تنظیم هیجان میان دیگر متغیرها نشان دهد، یافت نشد. به عبارتی، تنظیم هیجان می‌تواند تأثیر مهمی را بر روی دیدگاه دانش‌آموزان در مدرسه و در پی آن از خوش‌بینی تحصیلی داشته باشد و به‌خوبی می‌تواند این رابطه را میانجی‌گری کند چرا که مطالعات نشان می‌دهد دانش‌آموزانی که دارای توانایی تنظیم هیجان هستند نسبت به مسائل تحصیلی خوش‌بین‌تر هستند (جئونگ^۱ و همکاران، ۲۰۱۹). از همین رو می‌توان بیان کرد دلبستگی در ایجاد فردی با توانایی تنظیم هیجان به‌شدت تأثیرگذار است که این موضوع می‌تواند از عوامل مختلفی از جمله اعتماد، اطمینان و بیگانگی به والدین حاصل شود. پژوهش حاضر نشان داد دلبستگی مناسب به والد باعث می‌شود دشواری در تنظیم هیجان در دانش‌آموزان کاهش یابد، با بهبود تنظیم هیجان دانش‌آموز نسبت به تحصیل خوش‌بین‌تر می‌شود یعنی دلبستگی ایمن به والد از طریق تقویت مهارت‌های تنظیم هیجان، خوش‌بینی تحصیلی را افزایش می‌دهد و نقش بنیادی در سلامت روان و موفقیت تحصیلی دانش‌آموزان ایفا می‌کند. این یافته‌ها اهمیت توجه خانواده‌ها و نظام آموزشی را به پرورش دلبستگی ایمن و آموزش مهارت‌های تنظیم هیجان بیش از پیش نمایان می‌سازد. پس می‌توان بیان کرد دشواری

^۱. Jeong

در تنظیم هیجان یک نوع مهارت است و منجر به و خوش‌بینی تحصیلی می‌شود و به‌خوبی می‌تواند رابطه میان دلبستگی به والد و خوش‌بینی تحصیلی را میانجی‌گری کند.

از یافته‌های دیگر پژوهش حاضر این بود که دلبستگی به والد و همسال در دشواری تنظیم هیجان نقش دارد. نتایج تحقیق نشان داد دشواری در تنظیم هیجان تنها با دلبستگی به والد رابطه مثبت و معناداری وجود دارد ($P < 0/01$). این موضوع بیان می‌کند، هر چه دلبستگی به والد درست‌تر شکل گرفته باشد، نوجوان این توانایی را دارد که هیجان‌های خود را بهتر و درست‌تر کنترل و تنظیم کند. پژوهش‌های انجام‌گرفته در حیطه این موضوع که توسط صفایی و همکاران (۱۳۹۸)، افشاری (۱۳۹۸) و طاهری و همکاران (۱۳۹۳) انجام شده است این فرضیه را تأیید می‌کند و با این نتیجه همسو است. افشاری (۱۳۹۸) در پژوهش خود نشان داد سبک دلبستگی ایمن مادران می‌تواند به طور منفی و معناداری مشکلات مربوط به‌وضوح هیجانی را پیش‌بینی کند. در این راستا بالبی بیان کرده است که دلبستگی به والدین، راهبردهای سازگار تنظیم‌شناختی هیجان را به شکل مثبت و راهبردهای ناسازگار را به شکل منفی در نظر می‌گیرند. به‌طورکلی، کیفیت دلبستگی به منابع متعدد دلبستگی، از جمله پدر و مادر می‌تواند، پردازش هیجانی افراد را تحت‌تأثیر قرار داده و رفتارهای آن‌ها را در جهت استفاده مناسب از راهبردهای سازگار تقویت نماید (بالبی، ۲۰۰۸). علاوه بر این، یافته‌های پژوهش تأکید می‌کند که دلبستگی ایمن به والد، زمینه‌ساز رشد مهارت‌های تنظیم هیجان در کودکان و نوجوانان است. کودکانی که دلبستگی ایمن دارند، بهتر می‌آموزند هیجانات خود را شناسایی، ارزیابی و مدیریت کنند و این مهارت‌ها به آن‌ها کمک می‌کند تا در مواجهه با مشکلات تحصیلی، دیدگاه مثبت خود را حفظ کرده و با پشتکار بیشتری به تلاش ادامه دهند. در اینجا دلبستگی به همسالان نتوانسته است رابطه معناداری با تنظیم هیجان داشته باشد که در تبیین این قسمت می‌توان گفت از آنجایی که اولین نوعی دلبستگی که در نوجوان شکل می‌گیرد دلبستگی به والد است پس بدون شک نقش بارزتری در تنظیم هیجان فرزندان را دارد. اگر چه در این تحقیق دلبستگی رابطه

ضعیفی با تنظیم هیجان دانش‌آموزان داشت؛ اما این رابطه در مدل معادلات ساختاری معنادار نشد این نشان از اهمیت اندک چنین دلبستگی در تنظیم هیجانات است.

از یافته‌های دیگر پژوهش حاضر این بود که دلبستگی به والد و همسال در خوش‌بینی تحصیلی نقش دارد. نتایج تحقیق نشان داد دلبستگی به والد و همسال با خوش‌بینی تحصیلی رابطه مثبت و معناداری وجود دارد ($P < 0/01$). این موضوع بیان می‌کند هر چه دلبستگی به والدین و همسالان درست‌تر شکل گرفته باشد، نوجوان نسبت به مسائل تحصیل خوش‌بین‌تر خواهد بود؛ و احتمال موفقیت وی در مسیر تحصیل بالاتر خواهد بود. پژوهش‌های انجام گرفته در حیطه این موضوع که توسط، جئونگ و سئول (۲۰۱۹) و سعید (۲۰۲۳) انجام شده است این فرضیه را تأیید می‌کند و با این نتیجه همسو است. در تبیین این فرضیه می‌توان گفت دلبستگی شدید به والدین با سطوح بالاتر خوش‌بینی تحصیلی در دانش‌آموزان مرتبط است. هنگامی که نوجوانان احساس دلبستگی ایمن به والدین خود می‌کنند، احتمال بیشتری دارد که به توانایی‌های خود اطمینان داشته باشند و به ظرفیت خود برای موفقیت تحصیلی ایمان داشته باشند. حمایت، تشویق و مشارکت والدین با القای این باور در نوجوان که توانایی غلبه بر چالش‌ها و دستیابی به اهداف خود را دارد، نقش کلیدی در پرورش این حس خوش‌بینی تحصیلی دارد. به طور مشابه، روابط با همسالان نیز نقش مهمی در شکل‌گیری خوش‌بینی تحصیلی دانش‌آموزان ایفا می‌کند. دلبستگی‌های مثبت با همسالان می‌تواند با ارائه حمایت، تأیید و تشویق به باور دانش‌آموز به پتانسیل تحصیلی خود کمک کند. وقتی دانش‌آموزان احساس می‌کنند مورد قبول و ارزش‌گذاری همسالان خود قرار می‌گیرند، احتمال بیشتری دارد که دیدگاه مثبتی در سفر آموزشی خود ایجاد کنند (تن^۱ و همکاران، ۲۰۲۳).

^۱. Tan

از یافته‌های دیگر پژوهش حاضر این بود که دشواری در تنظیم هیجان در خوش‌بینی تحصیلی نقش دارد. نتایج مدل‌سازی معادلات ساختاری نشان داد بین دشواری در تنظیم هیجان و خوش‌بینی تحصیلی رابطه، منفی و معناداری وجود دارد ($P < 0/01$). به عبارت دیگر هر چه دانش‌آموزان مشکلات بیشتری در تنظیم کردن هیجانات خود داشته باشند، خوش‌بینی تحصیلی در آنان بیشتر کاهش می‌یابد. یافته‌های پژوهش حاضر به نوعی با پژوهش‌های شیخ‌الاسلامی و همکاران (۱۴۰۰) و مرآتی (۱۴۰۱) و رئیسی سرمیچی و نایستی زایی (۱۴۰۱) همسو است. شیخ‌الاسلامی و همکاران (۱۴۰۰) در پژوهش خود به این نتیجه رسیدند بین ادراک از محیط کلاس، خوش‌بینی تحصیلی و هیجان‌های تحصیلی مثبت با پیوند در مدرسه در دانش‌آموزان دختر رابطه مثبت و معنادار وجود دارد. در تبیین و تحلیل این نتایج می‌توان گفت دانش‌آموزانی که می‌توانند مهارت‌های تنظیم هیجانی بیشتری را توسعه دهند، حالت عاطفی متعادل‌تری را تجربه می‌کنند و این ویژگی سبب حفظ سلامت روان در آن‌ها می‌شود. (دهکا^۱ و همکاران، ۲۰۲۱). و دانش‌آموزانی که دارای سلامت روان بهتری هستند شخصیت خوش‌بینانه‌ای دارند (چن^۲ و همکاران، ۲۰۱۹). مهارت‌های تنظیم هیجان نقش مهمی در حفظ حالت عاطفی متعادل و سلامت روان دانش‌آموزان ایفا می‌کند و در نتیجه فرد را به سمت نگرشی خوش‌بینانه‌تر نسبت به مسائل تحصیلی سوق می‌دهد. دانش‌آموزانی که قادر به توسعه مهارت‌های تنظیم هیجان هستند، می‌توانند بهتر با چالش‌ها و فشارهای محیط آموزشی مقابله کنند و این توانایی باعث می‌شود تا دیدگاه مثبت و امیدواری خود را نسبت به مدرسه، معلمان و آینده تحصیلی حفظ کنند. به عبارت دیگر، تنظیم هیجان به عنوان یک مهارت روانشناختی کلیدی، میانجی مهمی در رابطه بین دلبستگی و خوش‌بینی تحصیلی محسوب می‌شود. از همین رو می‌توان بیان کرد در صورتی که دانش‌آموزان توانایی کنار آمدن با چالش‌ها را در موقعیت‌های مختلف داشته باشند،

^۱. Dahka

^۲. Chen

نسبت به مسائل تحصیلی خوش‌بین‌تر خواهند بود به عبارت دیگر هر چه دانش‌آموزان هنگام رویارویی با مسائل و مشکلات هیجانی بهتر بتوانند هیجانات خود را تنظیم کنند به دنبال آن می‌توانند نسبت به مدرسه و معلمان خویش امیدوار و خوش‌بین‌تر باشند.

نتایج به دست آمده نشان داد دل‌بستگی ایمن به والد، زمینه‌ساز رشد مهارت‌های تنظیم هیجان در کودکان و نوجوانان است. کودکانی که دل‌بستگی ایمن دارند، بهتر می‌آموزند هیجانات خود را شناسایی، ارزیابی و مدیریت کنند و این مهارت‌ها به آن‌ها کمک می‌کند تا در مواجهه با مشکلات تحصیلی، دیدگاه مثبت خود را حفظ کرده و با پشتکار بیشتری به تلاش ادامه دهند. بنابراین، دل‌بستگی ایمن به والد از طریق تقویت مهارت‌های تنظیم هیجان، خوش‌بینی تحصیلی را افزایش می‌دهد و نقش بنیادی در سلامت روان و موفقیت تحصیلی دانش‌آموزان ایفا می‌کند. این یافته‌ها اهمیت توجه خانواده‌ها و نظام آموزشی را به پرورش دل‌بستگی ایمن و آموزش مهارت‌های تنظیم هیجان بیش از پیش نمایان می‌سازد.

با وجود یافته‌های ارزشمند، این پژوهش محدودیت‌هایی نیز دارد که باید در تحقیقات آتی مدنظر قرار گیرند. استفاده از پرسش‌نامه‌های خودگزارشی ممکن است تحت تأثیر پاسخ‌های ذهنی شرکت‌کنندگان قرار گرفته و دقت نتایج را کاهش دهد. همچنین، عدم بهره‌گیری از روش‌های کیفی مانند مصاحبه‌های عمیق، موجب شده تا درک جامع‌تری از تجربه‌های هیجانی و دل‌بستگی دانش‌آموزان به دست نیاید. علاوه بر این، عوامل فرهنگی و اجتماعی که می‌توانند بر تنظیم هیجان و خوش‌بینی تحصیلی تأثیرگذار باشند، در این مطالعه بررسی نشده‌اند که این مسئله محدودیت‌هایی در تعمیم نتایج ایجاد می‌کند. با توجه به این محدودیت‌ها، پیشنهاد می‌شود که در تحقیقات آینده از روش‌های ترکیبی کمی و کیفی استفاده شود تا تحلیل‌های دقیق‌تر و جامع‌تری به دست آید. همچنین، بررسی نقش عوامل فرهنگی، اجتماعی و خانوادگی در تنظیم هیجان و خوش‌بینی تحصیلی در سطوح مختلف آموزشی می‌تواند به تعمیق فهم این موضوع کمک کند. در حوزه عملی نیز توصیه

می شود مسئولان آموزش و پرورش با برگزاری کارگاه ها و کلاس های آموزشی تنظیم هیجان و تهیه محتوای آموزشی متنوع از جمله ویدئوها، مقالات و پوسترهای آموزشی، مهارت های لازم را در دانش آموزان تقویت کنند تا بتوانند با مشکلات هیجانی بهتر مقابله کرده و نگرش خوش بینانه تری نسبت به تحصیل داشته باشند. این اقدامات می تواند به ارتقای سلامت روان و موفقیت تحصیلی دانش آموزان کمک شایانی نماید.

سپاس گذاری

این مقاله برگرفته از پایان نامه دوره کارشناسی ارشد رشته روان شناسی تربیتی نویسنده اول، مصوب دانشگاه یزد در سال ۱۴۰۳ است. نویسندگان برخورد لازم می دانند از کلیه عزیزانی که نهایت همکاری را در اجرای این پژوهش داشته اند، کمال تشکر و قدردانی را به عمل آورند.

حامی مالی: وجود ندارد.

تعارض در منافع: نویسندگان اعلام می دارند که هیچ گونه تعارض در منافع وجود ندارد.

ملاحظات اخلاقی: به دانش آموزان در مورد اهداف پژوهش توضیح لازم ارائه شد و با کسب اجازه و اخذ رضایت نامه کتبی از اداره آموزش و پرورش شهر اردکان و دانشگاه یزد، پرسش نامه ها توزیع و جمع آوری شد. به معلمان در رابطه با محرمانه ماندن اطلاعات به دست آمده اطمینان داده شد. هیچ گونه هزینه اضافی به شرکت کنندگان در پژوهش تحمیل نشد. شرکت کنندگان در تکمیل پرسش نامه ها و انصراف از آن در صورت عدم تمایل به مشارکت، آزاد بودند.

کد اخلاق: علاوه بر اخذ رضایت نامه و مجوز اجرای پژوهش از آموزش و پرورش شهر اردکان، پروپوزال این تحقیق نیز توسط کمیته اخلاق دانشگاه یزد تأیید شد (کد اخلاق:

(IR.YAZD.REC.1403.063).

منابع

- افشاری، آرزو (۱۳۹۹). پیش‌بینی مشکلات تنظیم هیجانی مادران حاشیه‌نشین شهر تهران بر اساس سبک‌های دلبستگی آنان. *پژوهش‌های روان‌شناسی اجتماعی*، ۱۰(۳۸)، ۱۱۷-۱۳۴.
- حیدریانی، لیلا؛ قدم‌پور، عزت‌اله و عباسی، محمد (۱۴۰۳). طراحی مدل ساختاری رفتارهای تسهیل‌کننده سبک زندگی تحصیلی سلامت‌محور بر اساس جو مدرسه با نقش میانجی خوش‌بینی تحصیلی در دانش‌آموزان. *دوماهنامه علمی-پژوهشی راهبردهای آموزش در علوم پزشکی* ۱۷(۶)، ۱-۱۰.
- راه‌پیما، سمیرا و شیخ‌الاسلامی، راضیه (۱۳۹۵). نقش واسطه‌ای هویت معنوی در رابطه بین دلبستگی به والدین و همسالان با تاب‌آوری. *روان‌شناسی معاصر، دوفصلنامه انجمن روان‌شناسی ایران*، ۱(۱۱)، ۴۷-۶۲.
- رئیزی سرمیچی، رجب و ناستی‌زایی، ناصر (۱۴۰۱). اثر خشونت معلم بر تحصیل‌گریزی، خوش‌بینی تحصیلی و سرزندگی تحصیلی دانش‌آموزان. *پژوهش در نظام‌های آموزشی* ۱۶(۵۷)، ۲۱-۳۶.
- شکرالله‌زاده، معصومه؛ سید موسوی، پرینا سادات؛ زاده محمدی، علی، نصیری هانیس، غفار و مهدی عراقی، مریم (۱۴۰۰). رابطه دلبستگی به والدین و همسالان با بلوغ اجتماعی نوجوانان و بررسی نقش میانجی دلبستگی به همسالان. *اندیشه‌های نوین تربیتی*، ۱۷(۲)، ۹۱-۱۱۱.
- شهبازی، زهرا؛ عصاره، علیرضا و امام‌جمعه، محمدرضا (۱۴۰۲). پیش‌بینی خوش‌بینی تحصیلی و اشتیاق به مدرسه در دانش‌آموزان دختر بر اساس ابعاد برنامه درسی پنهان. *پژوهش در روان‌درمانی کودک و نوجوان*، ۲(۱)، ۳۴-۴۴.

شیخ الاسلامی، علی و سیداسماعیلی قمی، نسترن. (۱۴۰۰). اثربخشی آموزش مهارت‌های خوش‌بینی بر دلدردگی تحصیلی دانش‌آموزان با عملکرد تحصیلی ضعیف. *مطالعات روانشناسی تربیتی*، ۱۸(۴۳)، ۱-۱۶.

شیخ الاسلامی، علی؛ سیداسماعیلی قمی، نسترن و خاکدال، سعید. (۱۴۰۰). بررسی ویژگی‌های روانسنجی پرسشنامه‌ی انگیزه‌ی نوشتن در دانش‌آموزان. *مطالعات روانشناسی تربیتی*، ۲۲(۵۷)، ۲۳۴-۲۵۴.

شیخ الاسلامی، علی و ترابی پشت‌مخی، سیده نغمه. (۱۴۰۰). نقش ادراک از محیط کلاس، خوش‌بینی تحصیلی و هیجان‌های تحصیلی در پیش‌بینی پیوند با مدرسه دانش‌آموزان دختر. *پژوهش در نظام‌های آموزشی*، ۱۵(۵۲)، ۴۶-۵۷.

صفایی، صدیقه؛ یارمحمدی واصل، مسیب؛ محقق، حسین و طالع پسند، سیاوش. (۱۳۹۸). تأثیر اصلاح سوگیری توجه بر مؤلفه‌های تنظیم هیجانی افراد با دلبستگی دوری‌گزین. *مطالعات روان‌شناسی بالینی*، ۹(۳۶)، ۴۷-۶۴.

فلاحی، وحید؛ نریمانی، محمد و عطا دخت، اکبر. (۱۴۰۰). خصوصیات روان‌سنجی فرم کوتاه مقیاس دشواری در تنظیم هیجان (DERS-16): در گروهی از نوجوانان ایرانی. *ماهنامه علمی پژوهشی دانشگاه علوم پزشکی شهید صدوقی یزد*، ۲۹(۵)، ۳۷۲۱-۳۷۳۵.

قاسم‌پور، عبدالله؛ ایل‌بیگی، رضا؛ حسن‌زاده، شهناز و ناصری، ابوزر. (۱۳۹۰). مقایسه تنظیم هیجانی در دانشجویان سیگاری و غیرسیگاری. *سلامت و روان‌شناسی*، ۱(۳)، ۱۰۳-۱۱۶.

قمری، سیما؛ کدیور، پروین و قنبری پناه، افسانه. (۱۳۹۹). پیش‌بینی گرایش‌های اجتماعی مطلوب و خودکنترلی بر اساس حمایت اجتماعی و ویژگی‌های خلقی: نقش واسطه‌ای خودکارآمدی در تنظیم هیجان و شایستگی هیجانی - اجتماعی. *دوفصلنامه راهبردهای شناختی در یادگیری*، ۹(۱۶)، ۳۵-۵۶.

مرآتی، علیرضا؛ قدم‌پور، عزت اله و ویس کرمی، حسنعلی (۱۴۰۱). پیش‌بینی پیوند با مدرسه بر اساس خوش‌بینی تحصیلی و طرح‌واره‌های هیجانی. *دوماهنامه علمی - پژوهشی راهبردهای آموزش در علوم پزشکی*، ۱۵(۱)، ۱۹-۲۷.

معماری، هنگامه. (۱۳۹۴). پیش‌بینی سبک مدیریت معلمان زن بر اساس ذهن آگاهی و خوش‌بینی تحصیلی آنان، پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه تربیت دبیر شهید رجایی.

ملاحی، فاطمه و تعبدی، میمنت. (۱۳۹۸). بررسی خودپنداره تحصیلی در رابطه با امید به تحصیل دانش‌آموزان دختر مقطع متوسطه اول. *مجله دانشکده پزشکی دانشگاه علوم پزشکی مشهد*، ۶۲(۵۱۷-۵۰۷).

مهریان، عصمت جناآبادی؛ حسین و پورقاز، عبدالوهاب. (۱۳۹۸). رابطه معنای تحصیلی با استرس ادراک شده و خوش‌بینی تحصیلی در دانش‌آموزان شهر نیشابور. *مطالعات روانشناسی تربیتی*، ۳۳(۱۶)، ۱۵۶-۱۳۷.

ناصری محمدآبادی، علی؛ عسکری، آزاده؛ بهرامی، فاطمه؛ صادق، رباب؛ عابدی، جواد (۱۳۹۱). هنجاریابی پرسش‌نامه خزانه دلبستگی والدین و همسالان تجدید نظر شده در کودکان ۹ تا ۱۱ ساله شهر اصفهان. *پژوهش‌های روانشناسی بالینی و مشاوره، تازه‌های علوم شناختی*، ۲(۲).

نایب درختان، لیلی؛ موسی‌زاده، توکل؛ تکلوی، سمیه و شیخ الاسلامی، علی. (۱۴۰۳). اثربخشی آموزش تنظیم هیجان بر کاهش نارسایی هیجانی و علائم اختلال نارسایی توجه در دانش‌آموزان با مشکلات هیجانی. *مجله رویش روانشناسی*، ۱۳(۹)، ۱۲۰-۱۱۱.

نظیری، الهام، و قاسم‌پور مقدم، حسین. (۱۳۹۶). اثربخشی آموزش چندرسانه‌ای حل مسئله بر کاهش اضطراب اجتماعی دانش‌آموزان، یک کارآزمایی بالینی. *فناوری برنامه درسی*، ۲(۳)، ۲۹-۳۹.

هجرت، سروه؛ غریبی، حسن و رحمانی، سیف‌الله. (۱۴۰۳). تدوین مدل فرسودگی شغلی در کلاس بر مبنای نقش هیجانی معلم (مثبت و منفی) با میانجیگری دشواری تنظیم شناختی هیجان. *مطالعات روانشناسی تربیتی*. ۲۱(۵۶): ۲۶۹-۲۳۸.

References

- Ainsworth, M. D. S. (1978). The bowlby-ainsworth attachment theory. *Behavioral and brain sciences*, 1(3), 436-438.
- Antunes, P., Novais, C., Novais, Â., Grosso, F., Ribeiro, T.G., Mourão, J., Perovic, S.U., Rebelo, A., Ksiezarek, M., Freitas, AR., Peixe, L. (2021) an experimental microbiology project fostering student's antimicrobial resistance awareness and personal and social development. *FEMS Microbiol Lett*. 368(4). <https://doi.org/10.1093/femsle/fnab016>
- Armsden, G.C., & Greenberg, M.T. (1987). The inventory of parent and peer attachment: Individual differences and their relationship to psychological well-being in adolescence. *Journal of Youth and Adolescence*, 16, 427-454.
- Bailis, D.S., Chipperfield, J.G. (2012). Hope and optimism. In: Ramachandran VS. *Encyclopedia of Human Behaviour*. ed. UK: Elsevier, (18)69, 172-188.
- Bjureberg, J., Ljotsson, B., Tull, M., Hedman, E., Sahlin, H., Lundh, LG., et al. (2016). Development and Validation of a Brief Version of the Difficulties in Emotion Regulation Scale: The DERS-16. *J Psychopathol Behav Asses*. 38(2), 284-296.
- Bowlby, J. (1973). *Separation, anxiety and anger: Attachment and Loss*, Vol, II Separation Anxiety and Anger New York: Basic Books. The Tavistock Institute of Human Relations
- Bowlby, J. (1982). *Attachment and loss*. New York: Basic books; 23-5.
- Bowlby, J. (1969). *Attachment and loss: Attachment* (vol. 1). New York: Basic Books.
- Bowlby, J. (1979). *The making and breaking of affectional bonds*. London: Tavistock /Routledge.
- Cai, RY., Love, A., Robinson, A., Gibbs, V. (2023) The Inter-Relationship of Emotion Regulation, Self-Compassion, and Mental Health in Autistic Adults. *Autism Adulthood*, 5(3), 335-342. <https://doi.org/10.1089/aut.2022.0068>

- Chen, Y., Su, J., Ren, Z., Huo, Y. (2019) Optimism and Mental Health of Minority Students: Moderating Effects of Cultural Adaptability. *Front Psychol*, 10, 2545. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.02545>
- Dahka, S.M., Ganjari, M.G., Sarparast, M., Eslam-Kenarsari, H., Hassanpour, A., FallahMortezaNejad, S., & Delpasand, K. (2021). Relationship Between Avoiding the Experience, Cognitive Fusion and the Difficulty of Regulating Excitement With Fear of Giving Birth to Pregnant Women of Primigravid. *Journal of Guilan University of Medical Sciences*.
- Elhousseini S, Rawn K, El-Sheikh M, Keller PS. (2023) Attachment and prosocial behavior in middle childhood: The role of emotion regulation. *J Exp Child Psychol*, 225, 105534. <https://doi.org/10.1016/j.jecp.2022.105534>
- Ghasemi Nasab, Z., Motaghi, Z., Nazari, A.M., Keramat, A., Hadizadeh-Talasaz, F. (2023). The effect of cognitive-behavioral counseling on maternal-fetal attachment among pregnant women with unwanted pregnancy in Iran: A randomized clinical Trial. *J Prev Med Hyg*, 64(3), E316-E322. <https://doi.org/10.15167/24214248/jpmh2023.64.3.2930>
- Golshani, S., Najafpour, A., Hashemian, S.S., Goudarzi, N., Firoozabadi, A., Ghezelbash, M.S., Hookari, S., Firoozabadi, K., Dürsteler, K.M., Brühl, A.B., Alikhani, M., Sadeghi-Bahmani, D., Brand, S. (2021). Individuals with Major Depressive Disorder Report High Scores of Insecure-Avoidant and Insecure-Anxious Attachment Styles, Dissociative Identity Symptoms, and Adult Traumatic Events. *Healthcare (Basel)*, 9(9), 1169. <https://doi.org/10.3390/healthcare9091169>
- 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(1), 41–54. <https://doi.org/10.1007/s10862-008-9102-4>.
- Jeong, G.-C., & Seol, M. K. (2019). Influence of Parental Attachment on Learning Flow: Mediating Effects of Parental Academic Expectation and Optimism in Adolescents. *Journal of the Korea Convergence Society*, 10(7), 213-224.

- Kemp K, Lewis B, Naik AR, Uhley VE. Utilizing a medical school outreach program to help high school students explore the impact of food security and ultraprocessed foods on health risks. *Adv Physiol Educ.* 2024 Jun 1;48(2):421-426. doi: 10.1152/advan.00115.2023. Epub 2024 Mar 28. PMID: 38545644.
- Li, J., Yang, D., Hu, Z. (2022). Wuhan College Students' Self-Directed Learning and Academic Performance: Chain-Mediating Roles of Optimism and Mental Health. *Front Psychol*, 12, 757496. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.757496>
- Long, F., Zhou, W., Zhang, T., Zhang, Z., Zhou, R. (2024). Effects of working memory training on different goals of cognitive reappraisal. *Emotion*, 24(1), 150-163. <https://doi.org/10.1037/emo0001253>
- Mansueto, G., Marino, C., Palmieri, S., Offredi, A., Sarracino, D., Sassaroli, S.,... & Caselli, G. (2022). Difficulties in emotion regulation: The role of repetitive negative thinking and metacognitive beliefs. *Journal of Affective Disorders*, 308, 473-483. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2022.04.086>
- Mónaco, E., Schoeps, K., Montoya-Castilla, I. (2019). Attachment Styles and Well-Being in Adolescents: How Does Emotional Development Affect This Relationship?, *Int J Environ Res Public Health*. 17, 16(14), 2554. <https://doi.org/10.3390/ijerph16142554>
- Mónaco, E., de la Barrera, U., & Castilla, I. M. (2021). Parents and peer attachment and their relationship with emotional problems in adolescence: is stress mediating?, *Revista de Psicología Clínica Con Niños y Adolescentes*, 8(3), 67-73.
- Obeldobel, C. A., Brumariu, L. E., & Kerns, K. A. (2023). Parent–Child Attachment and Dynamic Emotion Regulation: A Systematic Review. *Emotion Review*, 15(1), 28-44.
- Parada-Fernández, P., Herrero-Fernández, D., Oliva-Macías, M., & Rohwer, H. (2021). Analysis of the mediating effect of mentalization on the relationship between attachment styles and emotion dysregulation. *Scandinavian Journal of Psychology*, 62(3), 312-320. <https://doi.org/10.1111/sjop.12717>
- Paulus, D.J., Heggeness, L.F., Raines, A.M., Zvolensky, M.J. (2021). Difficulties regulating positive and negative emotions in relation to coping motives for

- alcohol use and alcohol problems among hazardous drinkers. *Addict Behav*, 115, 106781. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2020.106781>
- Alyana, S., Saeed, R., Farwa, U.E. (2023). Linking Attachment Styles to Life Satisfaction: The Mediating Role of Optimism among Adolescents Students in Pakistan. *Jilin Daxue Xuebao (Gongxueban)/Journal of Jilin University (Engineering and Technology Edition)*, 42(4), 384-396. <http://dx.doi.org/10.17605/OSF.IO/JG4ZW>
- Seligman ME. (1998). Positive social science. *APA Monitor*, 29(1), 2-5.
- Tan, D., Xie, R., Song, S., Ding, W., Wu, W., Li, W. (2023). How does parent-child attachment influence left-behind children's loneliness and depression: The mediating roles of peer attachment and teacher-student relationship. *Child Care Health Dev*, 49(6), 1076-1086. <https://doi.org/10.1111/cch.13118>
- Tan, J., Mao, J., Jiang, Y., Gao, M. (2021). The Influence of Academic Emotions on Learning Effects: A Systematic Review. *Int J Environ Res Public Health*. 18(18), 9678. <https://doi.org/10.3390/ijerph18189678>
- Teng, Z., Griffiths, M.D., Nie, Q., Xiang, G., Guo, C. (2020). Parent-adolescent attachment and peer attachment associated with Internet Gaming Disorder: A longitudinal study of first-year undergraduate students. *J Behav Addict*, 9(1), 116-128. <https://doi.org/10.1556/2006.2020.00011>
- Tschannen-Moran, M., Bankole, R. A., Mitchell, R. M., & Moore Jr, D.M. (2013). Student academic optimism: A confirmatory factor analysis, *Journal of Educational Administration*, 51(2), 150-175.
- Usán, P., Salavera, C., Quílez-Robres, A. (2022). Self-Efficacy, Optimism, and Academic Performance as Psychoeducational Variables: Mediation Approach in Students. *Children (Basel)*. 9(3), 420. <https://doi.org/10.3390/children9030420>