

# مقایسه هوش هیجانی و سبک‌های دلبستگی دانش‌آموزان تیزهوش و عادی دوره متوسطه زاهدان

حسین جناآبادی<sup>۱</sup>، مهدیه سرحدی<sup>۲</sup>

تاریخ دریافت: ۹۳/۰۴/۱۳

تاریخ پذیرش: ۹۳/۰۹/۰۸

## چکیده

پژوهش حاضر باهدف مقایسه هوش هیجانی و سبک‌های دلبستگی دانش‌آموزان تیزهوش و عادی دوره متوسطه شهرستان زاهدان در سال تحصیلی ۹۱-۹۰ انجام شد. روش پژوهش از نوع مقطعی مقایسه‌ای بود که به شیوه نمونه‌گیری تصادفی تعداد ۲۴۰ دانش‌آموز تیزهوش و عادی دوره متوسطه شهر زاهدان از طریق پرسشنامه‌های هوش هیجانی و سبک دلبستگی مورد مطالعه قرار گرفتند. داده‌ها از طریق آزمون‌های تی برای گروه‌های مستقل با کمک نرم افزار SPSS مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفتند. یافته‌ها نشان داد: دانش‌آموزان تیزهوش در مقایسه با دانش‌آموزان عادی تیزهوش هوش هیجانی بالاتری دارند، از نظر سبک‌های دلبستگی، دانش‌آموزان تیزهوش سبک دلبستگی ایمن و دانش‌آموزان عادی سبک‌های دلبستگی اجتنابی و دوسوگرا را داشتند. با توجه به یافته‌ها آموزش هوش هیجانی و سبک دلبستگی ایمن به دانش‌آموزان به‌ویژه دانش‌آموزان عادی توصیه می‌گردد.

واژگان کلیدی: هوش هیجانی، سبک‌های دلبستگی، دانش‌آموزان تیزهوش و عادی.

---

۱. دانشیار، دکترای روانشناسی عمومی، دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناسی دانشگاه سیستان و بلوچستان، نویسنده

مسئول [hjenaabadi@ped.usb.ac.ir](mailto:hjenaabadi@ped.usb.ac.ir)

۲. دستیار علمی، گروه روانشناسی، دانشگاه پیام نور سراوان [mah754@gmail.com](mailto:mah754@gmail.com)

## مقدمه

یکی از پدیده‌هایی که درد اخیر مورد توجه زیادی قرار گرفته، پدیده هوش هیجانی<sup>۱</sup> است که دلیل این امر توانایی بالاترین در حل بهتر مسائل و کاستن از میزان تعارضات بین آنچه انسان احساس می‌کند با آنچه فکر می‌کند است (اکبرزاده و نقی زاده، ۱۳۹۳). مایروسالووی هوش هیجانی را توانایی برای درک دقیق، ارزیابی و بیان احساسات، توانایی برای دسترس‌یابی ایجاد احساساتی که تأمل و تفکر را تسهیل می‌کنند؛ توانایی برای درک احساس و دانش مربوط به احساسات و عواطف؛ و توانایی برای ارتقاء رشد عاطفی و فکر، تعریف کرده‌اند (شیف و سوسانتو<sup>۲</sup>، ۲۰۱۰). کاربرد مناسب هیجان‌ها در روابط انسانی، درک احوال خود و دیگران، خویشنداری، همدلی با دیگران و استفاده مثبت از هیجان‌ها در تفکر و شناخت، موضوع هوش هیجانی است (مندل و پروانی<sup>۳</sup>، ۲۰۰۳). در رابطه هوش هیجانی مدل‌های گوناگونی وجود دارد که یکی از کاربردی‌ترین آن‌ها مدل گلن است. طبق دیدگاه گلن، مؤلفه‌های هوش هیجانی عبارتند از: الف) خودآگاهی<sup>۴</sup>: شامل داشتن سه مهارت خودآگاهی احساسی، قدرت تشخیص درست و خوداتکایی است؛ ب) خودمدیریتی<sup>۵</sup>: شامل شش مهارت خودکنترلی احساسی، شفافیت، سازگاری، توفیق‌گرایی، ابتکار عمل و خوشبینی است؛ ج) آگاهی اجتماعی<sup>۶</sup>: شامل سه مؤلفه همدلی، آگاهی سازمانی و خدمت (شناخت و برآورده کردن نیازهای پیروان، مشتریان و رؤسا) است؛ د) مدیریت روابط<sup>۷</sup>: هفت ویژگی مهم این بعد عبارتند از: رهبری الهامبخش، نفوذ، تواناسازی دیگران، تسریع‌کننده تغییرات، ایجاد پیوند (جمع‌آوری و برقراری یک شبکه روابط)، کار تیمی و تشریک مساعی (دلپسند و دیگران، ۱۳۹۰). مطالعات نشان می‌دهد هوش هیجانی نه تنها به افراد کمک می‌کند تا تعارضات سازمانی را بهتر مدیریت کنند؛ افراد را در برابر استرس محافظت می‌نماید و به سازگاری تطابق بهتر آنان کمک می‌کند (کشتکاران و همکاران، ۱۳۹۰). افراد دارای هوش

- 
1. Emotional Quotient
  2. Shif & Susanto
  3. Mandell & Pherwani
  4. Self-Awareness
  5. Self-Regulation
  6. Social-Awarenes
  7. Relationship Management

هیجانی بالا مهارت بیشتری در درک احساسات دیگران و پاسخگویی به آنها همراه با همدلی و شفقت دارند. این افراد قادر هستند که به راحتی با دیگران دوست شوند. آنها شرکای بهتر، همکاران بهتر، رهبران بهتری هستند. تحقیقات نشان داده است که هوش هیجانی می‌تواند تعاملات بین فردی مثبتی تولید کند (هرکنهوف، ۲۰۰۴).

نظریه دلبستگی در دهه ۱۹۷۰ توسط روانپزشک و درمانگری به نام بالبی مطرح شد (یوسمارهینیوجان، ۲۰۱۳). بر اساس این نظریه، تحول اجتماعی، عاطفی و شناختی فرد بر اساس مجموعه ایاز ارتباطات با افراد خاص رخ می‌دهد. سبک دلبستگی به کیفیت پیوندی عاطفی اطلاق می‌شود که کودک در زمان نراحتی با مراقبانش ایجاد می‌کند. بالبی اعتقاد داشت که کیفیت تعاملات مکرر فرد با مراقبان اولیه، به شکل گیری مدل‌های درون کاری می‌انجامد. فرض نظریه دلبستگی در مورد مدل‌های درونکاری که در دوران کودکی شکل می‌گیرند، این است که بسیار پایدار و باثبات بوده و به روابط دوران نوجوانی و جوانی کشیده می‌شوند به گونه‌ای که تجارب، ادراک‌ها و رفتارهای فرد را جهت داده و هدایت می‌کنند (مارچاند، ۲۰۰۴). سه سبک اصلی دلبستگی بزرگسالی را ایمن<sup>۱</sup>، مضطرب / دوسوگرا<sup>۲</sup> و اجتنابی<sup>۳</sup> معرفی می‌کنند (خجسته مهر و دیگران، ۱۳۹۳). در سبک دلبستگی ایمن فرد نیاز کمی به تأیید دیگران دارد و نسبتاً به راحتی می‌تواند با دیگران روابط صمیمانه‌ای را شکل دهد. افراد دارای سبک دلبستگی اجتنابی در تصدیق موقعیت و جستجوی کمک و حمایت با مشکل مواجه می‌شوند. در نهایت افرادی که سبک دلبستگی دوسوگرا دارند حساسیت بیش از حد نسبت به عواطف منفی و نگاره‌های دلبستگی دارند که در نتیجه آن خود پیروی آنها دچار اختلال می‌شود (عباسپور و همکاران، ۱۳۹۳).

فردی با الگوی دلبستگی ایمن، مراقب خود را قابل دسترس می‌داند و خودش را به صورت مثبت تجربه می‌کند، در الگوی دلبستگی اجتنابی، مراقب به طور پیوسته فرد را از خود میراند و خود نیز ناایمن است، اما به طور اجباری به خودش اعتماد می‌کند و در نهایت در الگوی دلبستگی اضطرابی، فرد، مراقب خود را به عنوان یک پاسخگوی بی‌ثبات و خود را به عنوان

1. secure
2. anxious/ambivalent
3. avoidant

فردی وابسته و بی ارزش تجربه می کند (اشتاین، ۲۰۰۶). افراد بادلبستگی ایمن، سطح بالاتری از اعتماد و رضایت و سطح پایین تری از تعارضات دارند، در حالی که افراد بادلبستگی دوسوگرا بعد متعادل در احساسات و تعارضات بیشتر و افراد بادلبستگی اجتنابی با رضایت و صمیمیت کمتر و تعارضات بیشتر مشخص می شوند (کالینز و دیگران، ۲۰۰۲). پیامد فرآیند دل بستگی ایمن، ایجاد احساس ایمنی در فرد است و پیامد دل بستگی های نایمن، ایجاد ترس و وحشت در فرد است (کسیدیوشیور، ۲۰۰۸). هم چنین پژوهش ها نشان می دهد که ویژگی های بهنجار و نابهنجار روابط بینش خصیصه گونه ای عمیق از سبک دل بستگی اشخاص تأثیر می پذیرند به طوری که سبک دل بستگی ایمن با ویژگی های ارتباطی مثبت شامل صمیمیت و خرسندی، دل بستگی اجتنابی با سطوح پایین تری از صمیمیت و تعهد و دل بستگی دوسوگرا با شور و هیجان و دل مشغولی در مورد روابط، توأم با خرسندی کم، مرتبط است. افراد اجتنابی بیش از دوسوگراها به پایان بخشیدن روابط تمایل نشان می دهند. در پی انحلال روابط پیشین، بازسازی روابط جدید نیز بر حسب الگوی دل بستگی فرد متفاوت است. افراد با سبک دل بستگی اجتنابی با از میان رفتن یک رابطه کمتر از دوسوگراها مضطرب و پریشان می شوند. گروه اخیر به سرعت به برقراری روابط جدید اقدام می کنند (بشارت و همکاران، ۱۳۸۲).

هوش هیجانی یک سازه چند عاملی است که از توانایی به هم پیوسته عاطفی، شخصی و اجتماعی تشکیل شده که ما را در رویارویی با مقتضیات زندگی روزمره یاری می دهد. هوش هیجانی توانایی های یک شخص در مواجهه با چالش های محیطی است و موفقیت فرد را در زندگی پیش بینی می کند. افراد یک مهارت هیجانی دارند، یعنی کسانی که احساسات خود را به خوبی می شناسند و هدایت می کنند و احساسات دیگران را نیز درک و به طرز اثربخشی با آنان برخورد می کنند، در هر حیطه ای از زندگی ممتازند (لیوارجانی و همکاران، ۱۳۸۸). از طرف دیگر سبک های دل بستگی از منابع درون فردی هستند که می توانند سطوح تنش و ناتوانی را در شرایط ناگوار تعدیل کنند و اثرات منفی تنش را کم رنگتر جلوه دهند. بنابر نتایج پژوهش ها، سبک های دل بستگی اهمیت پیش بینی کننده زیادی در بهداشت روانی دارد (لیالی

و جوزف<sup>۱</sup>، ۲۰۰۴). هوش هیجانی و سبک دلبستگی دانش‌آموزان عامل مهمی در برقراری روابط و حل مسائل و مشکلات اجتماعی چه در مدرسه و چه در سطح جامعه خواهند بود و از این رو مطالعه آن‌ها در دانش‌آموزان تیزهوش و عادی ضروری می‌نماید؛ بنابراین این مطالعه باهدف مقایسه هوش هیجانی و سبک دلبستگی دانش‌آموزان تیزهوش و عادی دوره متوسطه شهر زاهدان انجام گرفت.

### روش پژوهش

پژوهش حاضر از نوع مقطعی مقایسه‌ای است. جامعه آماری آن کلیه دانش‌آموزان تیزهوش و عادی دوره متوسطه شهرستان زاهدان در سال تحصیلی ۹۰-۹۱ بود که به شیوه نمونه‌گیری تصادفی تعداد ۲۴۰ دانش‌آموز دوره متوسطه (۱۲۰ دانش‌آموز تیزهوش و ۱۲۰ دانش‌آموز عادی) و از طریق فرمول نمونه‌گیری کوکران مورد مطالعه قرار گرفتند. ابزار جمع‌آوری اطلاعات دو پرسشنامه استاندارد زیر بود:

الف) پرسشنامه هوش هیجانی پیترایدزو فارنهایم (۲۰۰۲): که شامل چهار مقیاس درک عواطف خود و دیگران، کنترل عواطف، مهارت‌های اجتماعی و خوشبینی می‌باشد که شامل سی سؤال در طیف پنج‌گزینه‌ای لیکرت از کاملاً مخالفم تا کاملاً موافق می‌باشد و نمره‌گذاری آن از ۱=کاملاً مخالفم تا ۵=کاملاً موافقم می‌باشد. پیترایدز و فارنهایم (۲۰۰۰) با استفاده از روش همسانی درونی سؤال‌های پرسشنامه، پایایی آن را ۰/۸۶ گزارش نمودند. همچنین همسانی درونی در تحقیقی که توسط نیکبخت (۱۳۸۴) انجام شد برابر با ۰/۸۶ و پایایی آن با روش آلفای کرونباخ ۰/۷۹ به دست آمد. در پژوهش حاضر نیز همسانی درونی این پرسشنامه برابر ۰/۷۹ و پایایی آن با روش آلفای کرونباخ ۰/۷۲ به دست آمد.

ب) نسخه تجدیدنظر شده مقیاس دلبستگی بزرگسال (RAAS): این مقیاس که در سال ۱۹۹۰ توسط کولینز و رید مورد بازنگری قرار گرفت، مهارت‌های ایجاد روابط و شیوه شکل‌دهی روابط دلبستگی را، نسبت به چهره‌های دلبستگی، به صورت خود گزارشی می‌سنجد. این مقیاس دارای هجده گویه است که هر ۶ گویه سبک‌های دلبستگی ایمن،

اضطرابی و اجتنابی را از طریق علامت‌گذاری روی یک مقیاس پنج‌درجه‌ای لیکرت، از به‌هیچ‌وجه با خصوصیات من تطابق ندارد (نمره ۰) تا کاملاً با خصوصیات دارد (نمره ۴)، ارزیابی می‌کند. کولینزورید (۱۹۹۰) بر پایه توصیف‌هایی که در پرسشنامه دل‌بستگی بزرگسالان هازنوشیور در مورد سه سبک دل‌بستگی اصلی وجود داشت، مواد مقیاس خود را تدوین کرده‌اند. این مقیاس از سه زیر مقیاس وابستگی، نزدیک بودن و اضطراب تشکیل گردیده که هر یک از آن‌ها دربردارنده شش ماده است. به‌طور کلی، زیرمقیاس اضطراب با دل‌بستگی اضطرابی -دوسوگرا، زیرمقیاس نزدیک بودن با دل‌بستگی ایمن و زیرمقیاس وابستگی با دل‌بستگی اجتنابی تطابق دارد. کولینزورید، اعتبار زیر مقیاس‌های این مقیاس را هم از طریق آلفای کرونباخ و هم از روش بازآزمایی پس از دوماه بازآزمون ۰/۶۹ تا ۰/۷۵ گزارش کرده‌اند. همچنین در پژوهش حاضر ضریب آلفای کرونباخ به ترتیب برای سبک‌های دل‌بستگی ایمن، اجتنابی و دو سو گرا ۰/۷۳/۶۹، ۰/۷۱ و ۰/۷۱ به دست آمد. برای تجزیه و تحلیل داده‌ها از آزمون تی با کمک نرم افزار SPSS استفاده گردید.

### یافته‌ها پژوهش

برای بررسی فرضیه اول پژوهش: بین هوش هیجانی دانش‌آموزان تیزهوش و عادی تفاوت وجود دارد از آزمون تی برای گروه‌های مستقل استفاده شد که یافته‌های آن در جدول ۱ ارائه شده است.

جدول ۱. مقایسه هوش هیجانی دانش‌آموزان تیزهوش و عادی

دانش‌آموز	n	m	تفاوت میانگین	sd	df	t	p
تیزهوش	۱۲۰	۱۴۵/۳۳	۱۰/۰۳	۱۱/۸۳	۲۳۸	۳/۱۴	۰/۰۰۰
عادی	۱۲۰	۱۳۵/۰۳		۱۱/۴۷			

بر اساس یافته‌های جدول فوق، میانگین نمره هوش هیجانی دانش‌آموزان تیزهوش و عادی به ترتیب ۱۴۵/۳۳ و ۱۳۵/۰۳ و اختلاف میانگین دو گروه یعنی ۱۰/۰۳ می‌باشد. مقدار t به دست آمده (۳/۱۴) با درجه آزادی ۲۳۸ در سطح ۰/۰۰۰ معنادار می‌باشد ( $p < ۰/۰۱$ ). بنابراین، با توجه به اینکه میانگین نمره هوش هیجانی

دانش‌آموزان تیزهوش از دانش‌آموزان عادی بیشتر است پس می‌تواند پذیرفت که هوش هیجانی دانش‌آموزان تیزهوش در مقایسه با دانش‌آموزان عادی بیشتر است. برای بررسی فرضیه دوم پژوهش: بین سبک‌های دلبستگی دانش‌آموزان تیزهوش و عادی تفاوت وجود دارد از آزمون تی برای گروه‌های مستقل استفاده شد که یافته‌های آن در جدول ۲ ارائه شده است.

جدول ۲. مقایسه سبک‌های دلبستگی دانش‌آموزان تیزهوش و عادی

سبک دلبستگی	دانش‌آموز	n	m	تفاوت میانگین	sd	df	t	p
ایمن	تیزهوش	۱۲۰	۱۹/۶۸	۰/۳۵	۲/۵	۲۳۸	۳/۴۵	۰/۰۰۱
	عادی	۱۲۰	۱۹/۳۳		۲/۴۶			
اجتنابی	تیزهوش	۱۲۰	۱۸/۰۲	-۱/۳۱	۲/۵۱	۲۳۸	۳/۲۳	۰/۰۰۱
	عادی	۱۲۰	۱۹/۳۳		۲/۲۷			
دوسوگرا	تیزهوش	۱۲۰	۱۵/۹۹	-۰/۲۷	۳/۳۹	۲۳۸	۲/۴۵	۰/۰۰۱
	عادی	۱۲۰	۱۶/۲۶		۳/۱۴			

بر اساس یافته‌های جدول فوق، اختلاف میانگین نمرات سبک‌های دلبستگی دانش‌آموزان تیزهوش و عادی در سبک ایمن، اجتنابی و دوسوگرا به ترتیب ۰/۳۵، -۱/۳۱ و -۰/۲۷ می‌باشد که مقدار  $t$  به‌دست آمده در هر یک از سبک‌های ایمن، اجتنابی و دوسوگرا به ترتیب ۳/۴۵، ۳/۲۳ و ۲/۴۵ با درجه آزادی ۲۳۸ در سطح ۰/۰۰۱ معنادار می‌باشد ( $p < ۰/۰۱$ ). بنابراین، با توجه به اختلاف میانگین‌های به‌دست آمده می‌توان گفت که سبک دلبستگی ایمن در دانش‌آموزان تیزهوش و سبک‌های دلبستگی اجتنابی و دوسوگرا در دانش‌آموزان عادی بیشتر است.

### بحث و نتیجه‌گیری

یافته اول این مطالعه نشان داد که دانش‌آموزان تیزهوش در مقایسه با دانش‌آموزان عادی از هوش هیجانی بالاتری برخوردارند که این یافته با یافته‌های لیوارجانی و همکاران (۱۳۸۸) و آبرومز (۱۹۸۹) همخوانی دارد. افراد دارای هوش هیجانی بالا مهارت بیشتری در درک

احساسات دیگران و پاسخگویی به آنها همراه با همدلی و شفقت دارند. این افراد قادر هستند که به راحتی با دیگران دوست شوند. آنها شرکای بهتر، همکاران بهتر، رهبران بهتری هستند. تحقیقات نشان داده است که هوش هیجانی می تواند تعاملات بین فردی مثبتی تولید کند (هر کنهاف<sup>۱</sup>، ۲۰۰۴). هوش هیجانی، توان استفاده از احساس و هیجان خود و دیگران در رفتار فردی و گروهی در جهت کسب حداکثر نتایج با حداکثر رضایت است (مختاری پور و سیادت، ۱۳۸۴) از این رو فردی که هوش هیجانی زیادی دارد نمی تواند در برابر احساسات و عواطف دیگران و همچنین مسائلی که در محیط کار اتفاق می افتد منفعل باشد، از این رو راهبرد عدم مقابله، کنترل و تحمیل را برای حل تعارض انتخاب نمی کند بلکه به دنبال راه حل منسجم برای مدیریت تعارض است. این گونه افراد دوست ندارند که دیگران را تحت فشار قرار دهند و یا دیدگاه های خود را به آنها تحمیل کنند و سعی می کنند شیوه راه حل گرایی و مشارکتی را برای حل تعارضات بکار ببرند. روابط اجتماعی مطلوب، احساس همدلی با دیگران و توانایی پذیرش پیشنهادها و انتقادات که از ویژگی های افراد باهوش هیجانی بالاست مانع از آن می شود که آنها برای حل تعارضات موجود در سازمان از راهبردهای کنترل و عدم مقابله استفاده کنند. زمانی یک راه حل مطلوب به دست می آید که افراد با یکدیگر در تماس مستقیم باشند، مهارت های اساسی هوش هیجانی گوش دادن و تأیید کردن را آموخته باشند (فهیم دوفین و همکاران، ۱۳۸۶). توانایی شخص در تشخیص هیجانها و عواطف دیگران علاوه بر این که افراد را در برقراری رابطه و تعامل مؤثر با دیگران یاری می کند، نتیجه دیگری نیز در بردارد که عبارت است از دستیابی آسان تر و بهتر به منابع حمایت اجتماعی که می تواند نقش بسیار مهمی در حفاظت افراد در برابر مشکلات و از جمله استرس داشته باشد. در این فرایند، عوامل مرآمده و کمک گرفتن از دیگران و بردباری و انطباق با شرایط استرس زا بیشترین نقش را در کنترل استرس دارد. افراد دارای هوش عاطفی بالاتر احساسات و تمایلات خود را بیشتر ابراز می کنند و در نتیجه شبکه اجتماعی وسیع تر و حمایت اجتماعی بیشتری برای خود فراهم می آورند. برخورداری از حمایت های اجتماعی



نیز به نوبه خود باعث ارتقاء سلامت روانی و محافظت در برابر استرس‌ها می‌شود (سعیدا اردکانی و همکاران، ۱۳۹۱).

یافته دوم این مطالعه نشان داد که دانش‌آموزان تیزهوش دارای سبک دلبستگی ایمن و دانش‌آموزان عادی دارای سبک‌های دلبستگی اجتنابی و دوسوگرا هستند. در پیشینه پژوهش، پژوهشگران با مطالعه‌ای که به مقایسه سبک‌های دلبستگی دانش‌آموز تیزهوش و عادی پردازد برخورد نکردند اما در رابطه با سبک‌های دلبستگی نتایج نشان می‌دهد که افراد بادلستگی نایمن با احتمال بیشتری اضطراب و افسردگی را تجربه می‌کنند (سافورد، ۲۰۰۲)، بین سبک دلبستگی ایمن با سلامت روان، رابطه مثبت معنادار و بین سبک‌های دلبستگی اجتنابی و دوسوگرا با سلامت روان، رابطه منفی معناداری وجود دارد، میزان تنش شغلی در آزمودنی‌های دارای سبک دلبستگی ایمن کمتر از سبک‌های نایمن است (رحیمی نژاد و همکاران، ۱۳۸۷)، واحدهای پژوهش با سبک دلبستگی ایمن نسبت به نایمن و همچنین آن‌هایی که دارای سبک دلبستگی اجتنابی بودند نسبت به سبک دوسوگرا، مشکلات بیش‌تری خاصی داشتند (بشارت و همکاران، ۱۳۸۲)، پیامد روان‌شناختی سبک‌های دلبستگی نایمن در شرایط تنش‌زا، اضطراب و افسردگی است و پیامد روان‌شناختی سبک دلبستگی ایمن در چنین شرایطی، آرامش روانی است (نایی نیا و همکاران، ۱۳۹۰). نبود اعتماد به خود دودیگران از ویژگی‌های اصلی افراد نایمن می‌باشد. نداشتن اعتماد به خود با تحلیل بنیادهای درون روانی، توان رویارویی با موقعیت‌های تنش‌زا را کاهش می‌دهد و درماندگی روان‌شناختی را بر فرد نایمن تحمیل می‌کند. این پریشانی و درماندگی بر حسب تجربه‌های نامطلوب به احساسات خود کوچک بینی و اضطراب شخص دامن می‌زند. دلبستگی ایمن یک منبع درونی است که سلامت روان‌شناختی را در طول دوره‌های تنش حفظ می‌کند، درحالی‌که نبود منبع ایمن، مشکلات عاطفی را در پی دارد (رابرتز و همکاران، ۱۹۹۶).

بر اساس یافته‌های این مطالعه دانش‌آموزان تیزهوش از هوش هیجانی بالاتر و سبک دلبستگی ایمن برخوردار بودند اما دانش‌آموزان عادی از هوش هیجانی پایین‌تر و سبک‌های دلبستگی دوسوگرا و اجتنابی برخوردار بودند. درباره رابطه سبک دلبستگی و هوش هیجانی، تحقیقات زیادی شده است که نشان داده‌اند بین دو متغیر رابطه وجود دارد. برای مثال، بار-

آن و پارگر (۲۰۰۰) دریافتند کودکانی که رابطه دلبستگی ایمن داشته‌اند، از نظر هیجانی خود را بیان می‌کند، درک بهتری از هیجان‌ها دارند و در مقایسه با کودکان نایمن، در تنظیم هیجان دارای توانایی بیشتری هستند، پژوهشگران بیان کردند که میزان نسبتاً بالای هوش هیجانی، یکی از خصایص افرادی است که رابطه دلبستگی ایمن داشته‌اند و به تعبیر دیگر، برقراری رابطه دلبستگی ایمن، شرط لازم هوش هیجانی است. کسیدی و شیور (۲۰۰۸) با مطالعه رابطه هوش هیجانی و مغز هیجانی دریافتند که مکانیزم‌های عصبی-شناختی هوش هیجانی، متاثر از ارتباطات اولیه دلبستگی است. همچنین کافتسیوس<sup>۱</sup> (۲۰۰۴) در پژوهش خود نشان داد که دلبستگی ایمن به‌طور مثبت و دلبستگی نایمن به‌طور منفی با نمرات مؤلفه‌های هوش هیجانی و نمره کل هوش هیجانی ارتباط دارد. همچنین کریکورین<sup>۲</sup> (۲۰۰۲) نیز رابطه بین سبک‌های دلبستگی و هوش هیجانی را نشان دادند که همگی این مطالعات در راستای تائید یافته این مطالعه است. حال با توجه به یافته‌های این مطالعه، آموزش هوش هیجانی به دانش‌آموزان در مدارس و آموزش خانواده‌ها در زمینه سبک‌های دلبستگی و تعامل و رفتار بهتر با فرزندان پیشنهاد می‌شود.

## منابع

- اکبرزاده، حسین، نقی زاده، حسن. (۱۳۹۳). بررسی رابطه هوش عاطفی و فرسودگی مدیران و پرستاران بیمارستان‌های آموزشی وابسته به دانشگاه علوم پزشکی شهید صدوقی، طب کار، ۱۶(۱): ۳۷-۴۷.
- بشارت، محمدعلی، گلی نژاد، محمد، احمدی، علی اصغر. (۱۳۸۲). بررسی رابطه سبک‌های دلبستگی و مشکلات بین شخصی، اندیشه و رفتار، ۸(۴): ۷۴-۸۱.
- حجسته مهر، رضا، امان الهی، عباس، زهره‌ای، اسماعیل، رجبی، غلامرضا. (۱۳۹۳). سبک‌های دلبستگی، اسناد علی و اسناد مسئولیت به‌عنوان پیش‌بین‌های خشونت علیه زنان، روانشناسی خانواده، ۱(۱): ۴۱-۵۲.

1. Kafetsios  
2. Krikorian

دلپسند، منصور، نصیری پور، اشکان، رئیسی، پوران، شهابی، مسعود. (۱۳۹۰). رابطه هوش عاطفی با فرسودگی شغلی پرستاران بخش‌های مراقبت ویژه، مجله پرستاری مراقبت ویژه، ۴(۹)، ۷۹-۸۶

رحیمی نژاد، عباس، رحیمیان بوگر، اسحاق، اصغر نژاد فرید، علی اصغر. (۱۳۸۷). رابطه سبک دلبستگی با سلامت روان در بزرگسالان زلزله‌زده شهرستان بم، پژوهش‌های روان‌شناختی، ۱۱(۱ و ۲): ۱۲-۴۶.

عباسپور، پرستو، احمدی، سارا، احمدی، سید مجتبی، سیدی اصل، سید تیمور. (۱۳۹۳). نقش سبک‌های دلبستگی و کمال‌گرایی در پیش‌بینی سلامت روان دانشجویان، تحقیقات بالینی در پیراپزشکی، ۳(۳): ۱۶۰-۱۶۸.

فهم دوین، حسن، امیرتاش، علی محمد، کریمی، یوسف، هادوی، سیده فریده. (۱۳۸۶). رابطه هوش عاطفی با راهبردهای مدیریت تعارض بین مدیران آموزشی و اجرایی دانشکده‌های تربیت‌بدنی دانشگاه‌های کشور و ارائه الگو، نشریه حرکت، ۳۲(۳۲)، ۲۰۱-۲۱۶.

کشتکاران، علی، حاتم، ناهید، رضایی، ریتا، لطفی، منصوره. (۱۳۹۰). رابطه هوش عاطفی با راهبردهای مدیریت تعارض در مدیران آموزشی و پژوهشی دانشگاه علوم پزشکی شیراز، فصلنامه حکیم، ۱۴(۴): ۲۱۱-۲۱۸.

لیوارجانی، شعله، گل محمد نژاد، غلامرضا، قاسم شهنقی، معصومه. (۱۳۸۸). بررسی رابطه هوش هیجانی و مهارت‌های اجتماعی دانش‌آموزان دختر دوره دبیرستانی تیزهوش و عادی شهرستان خوی، آموزش و ارزشیابی، ۲(۵): ۱۸۵-۲۱۰.

مختاری پور، مرضیه، سیادت، سید علی. (۱۳۸۴). مدیریت و رهبری باهوش هیجانی، تدبیر، ۱۶(۱۶۵): ۱۸-۲۰.

نایی نیا، انور سادات، سالاری، پروین، مدرسغروی، مرتضی. (۱۳۹۳). بررسی ارتباط سبک دلبستگی بالغین به والدین با تنش، اضطراب و افسردگی، اصول بهداشت روانی، ۱۳(۲): ۱۹۴-۲۰۲.

- Bar-On R, Parker JDA. (2000). *Handbook of emotional intelligence: Theory, development, assessment and application at home, school and in the workplace*, San Francisco: Jossey-Bass.
- Cassidy J, Shaver PR. (2008). *Handbook of attachment: Theory, research and clinical applications*, New York, London: Guilford.
- Collins NL, Cooper L, Albino A, & Allard L. (2002). Psychosocial vulnerability from adolescence to adulthood: A prospective study of attachment style differences in relationship functioning and partner choice, *J Pers*, 70(6): 965-1007.
- Herkenhoff L. (2004). Culturally tuned emotional intelligence: an effective change management tool? *Strategic Change*, 13(2):73-81.
- Kafetsios, K. (2004). Attachment and emotional intelligence abilities across the life course, *Personality and individual Differences*, 37(1):129-45.
- Krikorian M. (2002). *Emotional intelligence in relation to attachment type*, Ph.D. Thesis, University of Detroit.
- Linley PA, Joseph S.)2004). Positive change following trauma and adversity: A review, *J Trauma Stress*, 17(1):11-21.
- Mandell B, Pherwani S. (2003). Relationship between emotional intelligence and transformational leadership style: A gender comparison, *J Bus Psychol*, 13(3):387-405.
- Marchand, JF. (2004). Husbands' and wives' marital quality: The role of adult attachment orientations, depressive symptoms, and conflict resolution behaviors, *Journal of Attachment & Human Development*, 6(1): 99-112.
- Roberts JE, Gotlib IH, Kassel JD. (1996). Adult attachment security and symptoms of depression: The mediating roles of dysfunctional attitudes and low self-esteem, *J Pers Soc Psychol*, 59(1996): 981-86.
- Safford SM. (2002). *The relationship of attachment style and cognitive style to depression, anxiety and negative affectivity*, Ph.D. Thesis, Temple University.
- Shif HA, Susanto E. (2010). Conflict Management Stiles, Emotional Intelligence, and job performance in Public Organizations, *International journal of Conflict Management*, 21(2):147-68.
- Stein M. (2006). The relationship between post-natal depression and mother child interaction, *British Journal of Psychiatry*, 158(2006): 46-52.
- Yusmarhaini Y, Carpenter J.)2013). A survey of family therapists' adult attachment styles in the United Kingdom, *Journal of Contemporary Family Therapy*, 35(3): 452-64.