



A Narrative Review of the Role of Attachment Styles in Academic Adjustment, Mental Health, and Interpersonal Relationships

Mina Hajimousaie^{1*}, Javad Sadeghi Ahoei²

¹ Master's in Personality Psychology, Department of Psychology, CT.C, Islamic Azad University, Tehran, Iran

² PhD of Psychology, Department of Psychology, BA.C, Islamic Azad University, Bandar Abbas, Iran

* Corresponding Author: mina.hajimousaie@iau.ir

Received: 2026-03-30

Accepted: 2026-04-12

Publication: 2026-04-21

Abstract

Objective: Attachment styles, as one of the most important psychological constructs, play a significant role in mental health, academic adjustment, and the quality of interpersonal relationships. The present study aimed to systematically review the literature on the role of attachment styles in academic adjustment, mental health, and interpersonal relationships.

Method: This study was conducted using a structured narrative review approach. Published studies between 2020 and 2025 were retrieved from national and international databases and reviewed to examine the role of attachment styles in academic adjustment, mental health, and interpersonal relationships.

Findings: The review findings indicated that secure attachment is associated with better mental health, psychological well-being, improved academic achievement and adjustment, and higher-quality interpersonal relationships. In contrast, anxious and avoidant attachment styles were associated with increased anxiety, depression, loneliness, academic difficulties, and challenges in social relationships. Furthermore, variables such as resilience, self-regulation, emotional intelligence, empathy, and social support were found to play mediating or moderating roles in many studies.

Conclusion: The findings suggest that these relationships are primarily explained through correlational associations, statistical prediction models, and conceptual mediation mechanisms, while the existing evidence is insufficient to establish direct causal conclusions. From a clinical perspective, attachment styles play a crucial role in various dimensions of psychological and social functioning. Therefore, considering attachment styles in educational, counseling, and therapeutic programs may contribute to promoting mental health, improving academic adjustment, and enhancing the quality of interpersonal relationships.

Keywords: Attachment Styles, Mental Health, Academic Adjustment, Interpersonal Relationships, Secure Attachment, Narrative Review

© 2026 A New Approach To School Education (NASE)



This work is published under CC BY-NC 4.0 license.

© 2022 The Authors.

How to Cite This Article: Hajimousaie, M. & Sadeghi Ahoei, J. (2026). A Narrative Review of the Role of Attachment Styles in Academic Adjustment, Mental Health, and Interpersonal Relationships. *NASE*, 1(1): 8-19





مرور روایتی بر نقش سبک‌های دلبستگی در سازگاری تحصیلی، سلامت روان و روابط بین‌فردی

مینا حاجی موسائی^{۱*}، جواد صادقی آهوئی^۲

^۱ کارشناسی ارشد روانشناسی شخصیت، گروه روانشناسی، واحد تهران مرکزی، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران، ایران

^۲ دکتری تخصصی روانشناسی، گروه روانشناسی، واحد بندرعباس، دانشگاه آزاد اسلامی، بندرعباس، ایران

* نویسنده مسئول: mina.hajimousaie@iau.ir

تاریخ دریافت مقاله: ۱۴۰۵/۰۱/۱۰ تاریخ پذیرش مقاله: ۱۴۰۵/۰۱/۲۳ تاریخ چاپ مقاله: ۱۴۰۵/۰۲/۰۱

چکیده

هدف: سبک‌های دلبستگی به عنوان یکی از مهم‌ترین سازه‌های روان‌شناختی، نقش مهمی در سلامت روان، سازگاری تحصیلی و کیفیت روابط بین‌فردی افراد ایفا می‌کنند. هدف پژوهش حاضر مرور نظام‌مند مطالعات انجام‌شده در زمینه نقش سبک‌های دلبستگی در سازگاری تحصیلی، سلامت روان و روابط بین‌فردی بود.

روش: این مقاله با رویکردی مرور روایتی ساختاریافته، مطالعات منتشرشده در فاصله سال‌های ۲۰۲۰ تا ۲۰۲۵ از پایگاه‌های اطلاعاتی داخلی و خارجی شامل را درباره نقش سبک‌های دلبستگی در سازگاری تحصیلی، سلامت روان و روابط بین‌فردی بررسی می‌کند.

یافته‌ها: یافته‌های مرور نشان داد که دلبستگی ایمن با سلامت روان مطلوب، بهزیستی روان‌شناختی، پیشرفت و سازگاری تحصیلی بهتر و کیفیت بالاتر روابط بین‌فردی همراه است. در مقابل، سبک‌های دلبستگی اضطرابی و اجتنابی با افزایش اضطراب، افسردگی، احساس تنهایی، مشکلات تحصیلی و دشواری در روابط اجتماعی ارتباط دارند. همچنین متغیرهایی نظیر تاب‌آوری، خودتنظیمی، هوش هیجانی، همدلی و حمایت اجتماعی در بسیاری از مطالعات نقش میانجی یا تعدیل‌کننده ایفا کرده‌اند.

نتیجه‌گیری: نتایج مرور حاکی از آن است که این متغیرها بیشتر در قالب همبستگی، پیش‌بینی آماری و میانجی‌گری‌های مفهومی قابل تبیین‌اند و شواهد موجود برای نتیجه‌گیری علی مستقیم کافی نیست. به عنوان پیشنهاد‌های بالینی سبک‌های دلبستگی نقش تعیین‌کننده‌ای در ابعاد مختلف عملکرد روان‌شناختی و اجتماعی افراد دارند. توجه به این سازه در برنامه‌های آموزشی، مشاوره‌ای و درمانی می‌تواند به ارتقای سلامت روان، بهبود سازگاری تحصیلی و افزایش کیفیت روابط بین‌فردی منجر شود.

واژگان کلیدی: سبک‌های دلبستگی، سلامت روان، سازگاری تحصیلی، روابط بین‌فردی، دلبستگی ایمن، مرور روایتی ساختاریافته

تمامی حقوق نشر برای مجله رویکردی نو بر آموزش مدارس محفوظ است.

شیوه استناد به این مقاله: حاجی موسائی، مینا و صادقی آهوئی، جواد. (۱۴۰۵). مرور روایتی بر نقش سبک‌های دلبستگی در سازگاری

تحصیلی، سلامت روان و روابط بین‌فردی. مجله رویکردی نو بر آموزش مدارس، ۱(۱): ۸-۱۹

مقدمه

نظریه دلبستگی که نخستین بار توسط John Bowlby مطرح شد، یکی از تأثیرگذارترین چارچوب‌های نظری در تبیین رشد هیجانی، شناختی و اجتماعی انسان به شمار می‌رود. بر اساس

این نظریه، کیفیت تعاملات اولیه کودک با مراقبان اصلی، الگوهای درونی پایداری را شکل می‌دهد که بر ادراک فرد از خود، دیگران و روابط بین‌فردی در طول زندگی تأثیرگذار است. این الگوها در قالب سبک‌های دلبستگی ایمن، اضطرابی و

بین دلبستگی و سازگاری تحصیلی دارند (محمودپور، اردشیری، آزادی، ۱۴۰۲؛ سلطانپور، باباپور و خانجانی، ۱۴۰۳؛ ناظم بکایی، پورشهریار، علیزاده، ۱۴۰۴)

علاوه بر این، سبک‌های دلبستگی نقش تعیین‌کننده‌ای در کیفیت روابط بین‌فردی دارند. افراد دارای دلبستگی ایمن معمولاً از روابط صمیمانه‌تر، پایدارتر و حمایت‌گراانه‌تری برخوردارند، در حالی که دلبستگی ناایمن با مشکلات ارتباطی، کاهش رضایت از روابط و دشواری در تنظیم هیجان همراه است (McLeod, Berry, Hodgson & Wearden, 2020; McLeod et al., (2020); González Ortega, Orgaz Baz, Vicario Molina & Fuertes Martín, (2020) در این راستا، پژوهش‌ها نشان داده‌اند که متغیرهایی مانند همدلی، تنظیم هیجان و هویت اخلاقی می‌توانند نقش میانجی در ارتباط بین سبک دلبستگی و کیفیت روابط بین‌فردی ایفا کنند (Gökdağ, 2021) و تابش مفرد، احمدوند، ملکی و روزبان، (۱۴۰۴). همچنین مطالعات داخلی نیز بر نقش سبک‌های دلبستگی در پیش‌بینی مشکلات بین‌فردی و کیفیت تعاملات اجتماعی تأکید کرده‌اند. (کریمی، حسنی، میرزایی و جاهد، ۱۳۹۹ و سپهرم، اسدی مجره، ۱۴۰۴).

با توجه به گسترش روزافزون پژوهش‌ها در زمینه سبک‌های دلبستگی و نقش آن در حوزه‌های مختلف روان‌شناختی و اجتماعی، نیاز به جمع‌بندی نظام‌مند یافته‌های موجود بیش از پیش احساس می‌شود. از این رو، هدف مطالعه حاضر مرور نظام‌مند پژوهش‌های انجام‌شده در زمینه نقش سبک‌های دلبستگی در سه حوزه کلیدی سلامت روان، سازگاری تحصیلی و روابط بین‌فردی است تا تصویری جامع از یافته‌های موجود و خلأهای پژوهشی این حوزه ارائه دهد.

روش پژوهش

این پژوهش از نوع مرور روایتی ساختاریافته است که با هدف گردآوری و تحلیل یافته‌های پژوهشی مرتبط با نقش سبک‌های دلبستگی در سازگاری تحصیلی، سلامت روان و روابط بین‌فردی انجام شد. برای گردآوری مطالعات، جستجوی نظام‌مند در پایگاه‌های اطلاعاتی داخلی و خارجی شامل Google Scholar، PubMed، SID، Magiran و Noormags صورت گرفت. کلیدواژه‌های مورد استفاده شامل: Attachment Style، Attachment Theory، Academic Mental Health، Adjustment Interpersonal، Academic Achievement، Adjustment Social، Psychological Well-being، Relationships، Adjustment و معادل‌های فارسی آن‌ها بود.

معیارهای ورود به مطالعه شامل ارتباط مستقیم با موضوع پژوهش، انتشار در بازه زمانی تعیین‌شده و دسترسی به متن

اجتنابی مفهوم‌سازی می‌شوند و نقش اساسی در سازگاری روان‌شناختی و اجتماعی افراد دارند.

پژوهش‌های معاصر نشان داده‌اند که سبک‌های دلبستگی نه تنها در کیفیت روابط عاطفی و اجتماعی مؤثرند، بلکه با شاخص‌های مهم سلامت روان و عملکرد تحصیلی نیز ارتباط معنادار دارند. در این زمینه، دلبستگی ایمن معمولاً با بهزیستی روان‌شناختی بالاتر، تنظیم هیجان مؤثرتر، سازگاری اجتماعی بهتر و روابط بین‌فردی سالم‌تر همراه است؛ در حالی که سبک‌های دلبستگی ناایمن (اضطرابی و اجتنابی) با مشکلاتی مانند اضطراب، افسردگی، احساس تنهایی، تعارضات بین‌فردی و افت عملکرد تحصیلی مرتبط هستند (Keskin & Olcay, 2021; Chen, Xu, Wang & Mak, 2022; Sagone, Commodari, Indiana & La Rosa, 2023) در حوزه سلامت روان، شواهد پژوهشی متعدد نشان داده‌اند که دلبستگی ناایمن با افزایش آسیب‌پذیری روان‌شناختی همراه است. به عنوان نمونه، فراتحلیل Dagan, Facompré, Nivison, Roisman & Bernard (2020) نشان داد که سبک‌های دلبستگی اضطرابی و اجتنابی با سطوح بالاتر اضطراب در دوره نوجوانی و بزرگسالی مرتبط هستند. همچنین Guo & Ash (2020) نیز در یک مرور نظام‌مند، رابطه معنادار بین دلبستگی ناایمن و افزایش نشانه‌های اضطرابی را گزارش کردند. در مقابل، دلبستگی ایمن با شاخص‌های مثبت سلامت روان از جمله بهزیستی روان‌شناختی و کیفیت بالاتر روابط اجتماعی همراه است (Berber Çelik & Odaci, 2022; Sagone et al., 2023). علاوه بر این، یافته‌ها نشان می‌دهد متغیرهایی مانند احساس تنهایی، عزت‌نفس و حمایت اجتماعی می‌توانند نقش میانجی در ارتباط بین سبک‌های دلبستگی و سلامت روان ایفا کنند (Nottage, Oei, Wolters, Klein, Van der Heijde, Vonk,... & Koelen, 2022; Barbeito, Gómez-Juncal, Vega, Antonio Becerra, Petkari, González-Pinto & Sánchez-Gutiérrez, 2024). در حوزه آموزش و یادگیری، سبک‌های دلبستگی به عنوان یکی از عوامل مؤثر بر سازگاری تحصیلی، انگیزش و عملکرد تحصیلی شناخته می‌شوند. نتایج پژوهش‌ها نشان می‌دهد که دلبستگی ایمن با عملکرد تحصیلی بهتر، خودتنظیمی بالاتر و سازگاری بیشتر با محیط آموزشی همراه است (Wang, 2021; Hossein, Iqbal, Karban & Turkmen, 2024; Yang, Li, Xie & Chen, 2024).

در مقابل، دلبستگی ناایمن با افت عملکرد تحصیلی و کاهش سازگاری آموزشی مرتبط است (Tusekile, 2020) همچنین در پژوهش‌های داخلی نیز نشان داده شده است که متغیرهایی مانند خودتنظیمی و حمایت اجتماعی نقش واسطه‌ای مهمی در رابطه

کامل مقاله بود. مطالعاتی که ارتباط مستقیمی با موضوع نداشتند، تکراری بودند یا اطلاعات کافی ارائه نمی‌دادند از فرایند بررسی کنار گذاشته شدند.

با توجه به ناهمگنی روش‌شناسی مطالعات و تفاوت در ابزارهای اندازه‌گیری، انجام فراتحلیل کمی امکان‌پذیر نبود؛ بنابراین یافته‌ها به صورت توصیفی و تحلیلی مورد بررسی قرار گرفتند. پس از جستجوی اولیه، تعداد ۶۸ مقاله شناسایی شد. پس از حذف موارد تکراری و مطالعات نامرتب، ۳۰ مقاله واجد شرایط وارد مرحله تحلیل نهایی شدند. از این تعداد، ۱۵ مطالعه داخلی و ۱۵ مطالعه خارجی بودند. داده‌های استخراج‌شده شامل

نویسندگان، سال انتشار، جامعه آماری، متغیرهای مورد بررسی و یافته‌های اصلی پژوهش بود. سپس مطالعات در سه محور سلامت روان، سازگاری تحصیلی و روابط بین‌فردی طبقه‌بندی و تحلیل شدند.

یافته‌ها

پژوهش‌هایی که ملاک ورود را داشتند به دقت مورد بررسی قرار گرفته و خلاصه مطالب مقالات (نویسنده، سال پژوهش، موضوع و نتیجه‌گیری) در جدول شماره یک ارائه شده است.

جدول ۱: خلاصه مقالات بررسی شده نقش سبک‌های دلبستگی در سازگاری تحصیلی، سلامت روان و روابط بین‌فردی

پایگاه داده	نویسندگان	متغیرهای اصلی	نمونه پژوهش	مهم‌ترین یافته‌ها
مگیران	موحدی، بیرامی، اشرف، هاشمی (۱۴۰۴)	سبک‌های دلبستگی، تاب‌آوری، سرسختی روان‌شناختی، سلامت روان	زوجین متعارض شهر بندرعباس	تاب‌آوری و سرسختی روان‌شناختی رابطه بین سبک‌های دلبستگی و سلامت روان را میانجی‌گری کردند.
مگیران	محدثه‌چراغی و دهقان (۱۴۰۴)	سبک‌های دلبستگی، هوش هیجانی، سلامت روان	بزرگسالان	سبک‌های دلبستگی و هوش هیجانی پیش‌بینی‌کننده سلامت روان بودند.
سید	Rezagholyan, Nemati & Hashemi (2025)	سبک‌های دلبستگی، خودشفقتی، تنظیم هیجان، بهزیستی ذهنی	دانشجویان	کیفیت زندگی نقش میانجی در ارتباط سبک‌های دلبستگی و بهزیستی ذهنی داشت.
سید	ناظم‌بکایی و همکاران (۱۴۰۴)	سبک‌های دلبستگی، حمایت اجتماعی، خودتنظیمی، سازگاری تحصیلی	نوجوانان	خودتنظیمی نقش میانجی در رابطه دلبستگی و سازگاری تحصیلی داشت.
مگیران	تابش مفرد و همکاران (۱۴۰۴)	دلبستگی ناایمن، کیفیت روابط بین‌فردی، همدلی	بزرگسالان جوان	همدلی نقش میانجی بین دلبستگی ناایمن و کیفیت روابط داشت.
سید	پورمحمدی، روحانی و جبری (۱۴۰۳)	سبک‌های دلبستگی، اخلاقیات، سلامت روان	دانش‌آموزان دختر هنرستان	دلبستگی ایمن با سلامت روان بالاتر همراه بود.
مگیران	کنانی و جان‌بزرگی (۱۴۰۳)	سبک‌های دلبستگی، تحول معنوی، سلامت روان	دانشجویان دختر	دلبستگی ایمن توانست سلامت روان را پیش‌بینی کند.
پامد	Barbeito et al. (2024)	سبک‌های دلبستگی، عوامل روانی-اجتماعی، خطر روان‌پریشی	مرور نظام‌مند	دلبستگی ناایمن با مشکلات روان‌شناختی و آسیب‌پذیری بیشتر همراه بود.
ساینس دایرکت	Yang et al., (2024)	دلبستگی والد-فرزند، سازگاری تحصیلی	فراتحلیل	دلبستگی ایمن والد-فرزند با سازگاری تحصیلی بهتر همراه بود.
ساینس دایرکت	Hossein et al (2024)	سبک‌های دلبستگی، عملکرد تحصیلی، بهزیستی روانی	دانشجویان	دلبستگی ایمن با عملکرد تحصیلی و سلامت روان بهتر همراه بود.
مگیران	سلطانپور، باباپور و خانجانی (۱۴۰۳)	سبک دلبستگی مادران، سازگاری اجتماعی و تحصیلی	نوجوانان	سبک دلبستگی مادران پیش‌بینی‌کننده سازگاری تحصیلی فرزندان بود.
مگیران	رستم‌پور خرفکوره و همکاران (۱۴۰۳)	دلبستگی ناایمن، آزار عاطفی، مشکلات بین‌فردی	مبتلایان به اختلال شخصیت خوشه B	تحمل ناکامی نقش میانجی در مشکلات بین‌فردی داشت.
ساینس دایرکت	Sagone et al. (2023)	سبک دلبستگی، بهزیستی روان‌شناختی	جوانان و بزرگسالان	دلبستگی ایمن با بهزیستی روان‌شناختی بالاتر ارتباط داشت.
مگیران	محمودپور و همکاران (۱۴۰۲)	سبک‌های دلبستگی، هویت، سلامت روان، پیشرفت تحصیلی	دانش‌آموزان دختر	سبک‌های دلبستگی با پیشرفت تحصیلی و سلامت روان رابطه داشتند.

پایگاه داده	نویسندگان	متغیر های اصلی	نمونه پژوهش	مهم ترین یافته ها
مگیران	برکت و مقدم نیا (۱۴۰۲)	سبک های دلبستگی، مهارت های بین فردی و اجتماعی	دانشجویان	دلبستگی ایمن با مهارت های اجتماعی بهتر همراه بود.
	زندخانه و عزیزی (۱۴۰۲)	سبک های دلبستگی، صفات خودشیفتگی، مشکلات بین فردی		مشکلات بین فردی نقش میانجی بین سبک های دلبستگی و صفات خودشیفتگی داشت؛ دلبستگی نایمن با خودشیفتگی بالاتر مرتبط بود.
گوگل اسکالر	Nottage et al. (2022)	دلبستگی نایمن، تنهایی، سلامت روان	دانشجویان دانشگاه	تنهایی نقش میانجی بین دلبستگی نایمن و سلامت روان داشت.
گوگل اسکالر	رستمی، صادقی و زنوزی (۱۴۰۱)	سبک های دلبستگی، روابط بین فردی، هویت اخلاقی	بزرگسالان	هویت اخلاقی در رابطه دلبستگی و روابط بین فردی نقش میانجی داشت.
گوگل اسکالر	Farsijani, Besharat & Moghadamzadeh (2022)	سبک های دلبستگی، تنظیم شناختی هیجان، سازگاری اجتماعی	نوجوانان	سبک های دلبستگی و راهبردهای تنظیم هیجان شناختی، سازگاری اجتماعی را پیش بینی می کردند؛ دلبستگی ایمن و راهبردهای سازگاران با سازگاری اجتماعی بالاتر مرتبط بودند.
گوگل اسکالر	Chen, et al. (2022)	سبک های دلبستگی بزرگسالی، سلامت روان، عزت نفس	بزرگسالان	عزت نفس نقش میانجی در رابطه بین سبک های دلبستگی و سلامت روان داشت؛ دلبستگی نایمن با کاهش سلامت روان و عزت نفس پایین مرتبط بود.
پامد	Berber Çelik & Odaci (2022)	سبک های دلبستگی، اهمال کاری، بهزیستی ذهنی	دانشجویان دانشگاه	دلبستگی نایمن و اهمال کاری تحصیلی با کاهش بهزیستی ذهنی مرتبط بودند؛ دلبستگی ایمن و کاهش اهمال کاری پیش بینی کننده بهزیستی بالاتر بود.
گوگل اسکالر	Arslan (2021)	تعلق به مدرسه، بهزیستی، سلامت روان	نوجوانان	حمایت اجتماعی و تعلق مدرسه با سلامت روان بهتر مرتبط بودند.
ساینس دایرکت	Syahmansouri & Yuldashf (2021)	دلبستگی والدینی، سازگاری اجتماعی، پیشرفت تحصیلی	دانش آموزان	دلبستگی ایمن موجب سازگاری اجتماعی و موفقیت تحصیلی بیشتر شد.
ساینس دایرکت	Gökdağ (2021)	دلبستگی، حمایت اجتماعی، تنظیم هیجان بین فردی	بزرگسالان	حمایت اجتماعی و تنظیم هیجان نقش واسطه ای در کاهش آشفتگی روانی داشتند.
ساینس دایرکت	Keskin & Olcay, 2021	سبک های دلبستگی، سلامت روان، نگرش والدینی	نوجوانان	سبک های دلبستگی نایمن با مشکلات سلامت روان مرتبط بود؛ نگرش والدینی نقش مهمی در شکل گیری دلبستگی و سلامت روان نوجوانان داشت.
ساینس دایرکت	Wang (2021)	انواع دلبستگی، عملکرد تحصیلی	کودکان	دلبستگی ایمن عملکرد تحصیلی را بهبود می دهد.
پامد	Dagan et al. (2020)	سبک های دلبستگی، اضطراب	فرا تحلیل	دلبستگی اضطرابی و اجتنابی با اضطراب بیشتر همراه بودند.
پامد	Guo & Ash (2020)	سبک های دلبستگی، اضطراب	مرور نظام مند	سبک های دلبستگی نایمن با سطوح بالاتر اضطراب ارتباط داشتند.
پامد	Tusekile (2020)	سبک های دلبستگی، عملکرد تحصیلی	نوجوانان	سبک دلبستگی ایمن با عملکرد تحصیلی بالاتر همراه بود.
سید	کریمی و همکاران (۱۳۹۹)	دلبستگی، خودشیفتگی، مشکلات بین فردی	بزرگسالان	دلبستگی نایمن پیش بینی کننده مشکلات بین فردی بود.
سید	یوسفی (۱۳۹۹)	هوش هیجانی، سبک دلبستگی، بهزیستی اجتماعی	بزرگسالان	دلبستگی ایمن با بهزیستی اجتماعی بالاتر همراه بود.

پایگاه داده	نویسندگان	متغیر های اصلی	نمونه پژوهش	مهم ترین یافته ها
پامد	McLeod et al. (2020)	دلبستگی، حمایت اجتماعی در روابط عاشقانه	مرور نظام مند	دلبستگی ایمن با حمایت اجتماعی بیشتر در روابط عاشقانه همراه بود.
پامد	Pearse, Bucci, Raphael & Berry (2020)	دلبستگی، عملکرد اجتماعی	مرور نظام مند	دلبستگی نایمن با عملکرد اجتماعی ضعیف تر مرتبط بود.
پامد	González Ortega et al. (2020)	سبک دلبستگی، حل تعارض، کیفیت رابطه	زوج های جوان	دلبستگی ایمن با کیفیت رابطه بالاتر و حل تعارض بهتر همراه بود.

سبک های دلبستگی و سلامت روان

بررسی مطالعات منتخب نشان داد که سبک های دلبستگی یکی از مهم ترین عوامل مرتبط با سلامت روان در دوره نوجوانی و بزرگسالی هستند. در اغلب پژوهش ها، دلبستگی ایمن با سطوح بالاتر بهزیستی روان شناختی، رضایت از زندگی، تنظیم هیجان مؤثر و سلامت روان مطلوب همراه بوده است. در مقابل، دلبستگی اضطرابی و اجتنابی با افزایش نشانه های اضطراب، افسردگی، احساس تنهایی و آشفتگی روان شناختی ارتباط داشته اند.

در مطالعات داخلی، موحدی و همکاران (۱۴۰۴) نشان دادند که تاب آوری و سرسختی روان شناختی در ارتباط میان سبک های دلبستگی و سلامت روان زوجین متعارض نقش میانجی دارند. همچنین محدثه چراغی و همکاران (۱۴۰۴) گزارش کردند که سبک های دلبستگی و هوش هیجانی سهم معناداری در پیش بینی سلامت روان افراد دارند. کتانی و جان بزرگی (۱۴۰۳) نیز نشان دادند که دلبستگی ایمن با سلامت روان بالاتر دانشجویان همراه است.

در مطالعات خارجی، Dagan et al. (2020) در فراتحلیل خود گزارش کردند که بازنمایی های دلبستگی اضطرابی و اجتنابی با سطوح بالاتر اضطراب در نوجوانی و بزرگسالی ارتباط دارند. Keskin & Olcay (2021) نیز نشان دادند که سبک های دلبستگی نایمن در نوجوانان با مشکلات سلامت روان مرتبط بوده و نگرش والدینی نقش مهمی در شکل گیری الگوهای دلبستگی و وضعیت سلامت روان آنان ایفا می کند. همچنین Chen, et al. (2022) گزارش کردند که عزت نفس نقش میانجی در رابطه بین سبک های دلبستگی بزرگسالی و سلامت روان دارد؛ به گونه ای که افراد دارای دلبستگی نایمن از عزت نفس پایین تر و سلامت روان ضعیف تری برخوردار بودند. Nottage et al. (2022) نیز نشان دادند که احساس تنهایی رابطه بین دلبستگی نایمن و مشکلات سلامت روان را میانجی گری می کند. علاوه بر این، Sagone et al. (2023) و Barbeito et al (2024) به نقش محافظتی دلبستگی ایمن در سلامت روان و سازگاری هیجانی اشاره کرده اند.

در مجموع، یافته ها بیانگر آن است که سبک های دلبستگی از طریق تأثیر بر تنظیم هیجان، حمایت اجتماعی ادراک شده، تاب آوری، عزت نفس، نگرش های والدینی و خودپنداره، نقش مهمی در سلامت روان افراد ایفا می کنند. این نتایج نشان می دهد که دلبستگی ایمن می تواند به عنوان یک عامل محافظتی در برابر مشکلات روان شناختی عمل کند، در حالی که دلبستگی نایمن زمینه ساز آسیب پذیری بیشتر در برابر اختلالات هیجانی و روانی است.

در مجموع، یافته ها بیانگر آن است که سبک های دلبستگی از طریق تأثیر بر تنظیم هیجان، حمایت اجتماعی ادراک شده، تاب آوری و خودپنداره، نقش مهمی در سلامت روان افراد ایفا می کنند.

سبک های دلبستگی و سازگاری تحصیلی

یافته های پژوهش های بررسی شده نشان دادند که سبک های دلبستگی با شاخص های مختلف سازگاری تحصیلی از جمله عملکرد تحصیلی، انگیزش، خودتنظیمی، مشارکت آموزشی و پیشرفت تحصیلی ارتباط دارند. دانش آموزان و دانشجویان دارای دلبستگی ایمن معمولاً سازگاری بهتری با محیط آموزشی داشته و از عملکرد تحصیلی مطلوب تری برخوردارند.

در پژوهش محمودپور و همکاران (۱۴۰۲)، سبک های دلبستگی با سلامت روان و پیشرفت تحصیلی دانش آموزان رابطه معناداری داشتند. ناظم بکایی و همکاران (۱۴۰۴) نشان دادند که خودتنظیمی نقش واسطه ای مهمی در ارتباط میان سبک های دلبستگی و سازگاری تحصیلی نوجوانان ایفا می کند. همچنین سلطان پور و همکاران (۱۴۰۳) گزارش کردند که سبک دلبستگی مادران می تواند سازگاری اجتماعی و تحصیلی فرزندان را پیش بینی کند. افزون بر این، Farsijani et al. (2022) دریافتند که سبک های دلبستگی و راهبردهای تنظیم شناختی هیجان، پیش بینی کننده های مهم سازگاری اجتماعی نوجوانان هستند و نوجوانان دارای دلبستگی ایمن از سطح بالاتری از سازگاری برخوردارند.

در مطالعات خارجی، (McLeod et al. (2020 گزارش کردند که دلبستگی ایمن با دریافت و ارائه حمایت اجتماعی بیشتر در روابط عاشقانه همراه است. (Pearse et al (2020 نیز رابطه میان دلبستگی و عملکرد اجتماعی را تأیید کردند. یافته‌های (Gökdağ (2021 و (González Ortega et al. (2020 نشان داد که دلبستگی ایمن با رضایت بیشتر از روابط، توانایی بهتر در حل تعارض و سطح پایین‌تر آشفتگی روان‌شناختی مرتبط است.

در مجموع، نتایج حاکی از آن است که سبک‌های دلبستگی از طریق شکل‌دهی انتظارات فرد از روابط، تنظیم هیجان، ادراک حمایت اجتماعی و کاهش مشکلات بین‌فردی، نقش اساسی در کیفیت روابط بین‌فردی ایفا می‌کنند. این یافته‌ها نشان می‌دهد که دلبستگی ایمن می‌تواند زمینه‌ساز روابط اجتماعی سالم‌تر و رضایت‌بخش‌تر باشد، در حالی که دلبستگی نایمن خطر بروز تعارضات ارتباطی و مشکلات بین‌فردی را افزایش می‌دهد.

بحث و نتیجه‌گیری

در حوزه سلامت روان، یافته‌های پژوهش حاضر نشان داد که افراد دارای دلبستگی ایمن از سطح بالاتری از بهزیستی روان‌شناختی، رضایت از زندگی و تنظیم هیجان برخوردارند، در حالی که دلبستگی نایمن با اضطراب، افسردگی، احساس تنهایی و آشفتگی روان‌شناختی رابطه دارد. این یافته با نظریه بالبی همسو است. بالبی معتقد بود تجربه روابط ایمن با مراقبان اولیه، الگوهای درونی مثبتی را در فرد شکل می‌دهد که موجب احساس ارزشمندی، اعتماد به دیگران و توانایی مقابله مؤثر با استرس می‌شود. در مقابل، شکل‌گیری الگوهای دلبستگی نایمن می‌تواند زمینه‌ساز آسیب‌پذیری روان‌شناختی در موقعیت‌های تنش‌زا باشد. این نتیجه با یافته‌های Keskin & Olcay (2021) مبنی بر نقش نگرش والدینی و سبک‌های دلبستگی در سلامت روان نوجوانان و نیز با یافته‌های (Chen, et al. (2022 که نقش میانجی عزت‌نفس را در ارتباط بین سبک‌های دلبستگی و سلامت روان نشان دادند، همسو است. همچنین نتایج (Nottage et al. (2022 و (Barbeito et al (2024 بیانگر آن است که عوامل فردی و اجتماعی مختلف می‌توانند در تبیین رابطه بین دلبستگی و سلامت روان نقش واسطه‌ای داشته باشند.

در حوزه سازگاری تحصیلی، نتایج مطالعات بررسی‌شده نشان داد که دانش‌آموزان و دانشجویان دارای دلبستگی ایمن، عملکرد تحصیلی بهتر، انگیزش بیشتر و سازگاری مطلوب‌تری با محیط آموزشی دارند. این یافته‌ها را می‌توان با نقش احساس امنیت روان‌شناختی در فرایند یادگیری تبیین کرد. افرادی که از

در مطالعات خارجی، (Yang et al., (2024 در یک فراتحلیل چندسطحی به این نتیجه رسیدند که دلبستگی والد-فرزند رابطه مثبت و معناداری با سازگاری تحصیلی دارد. (Hossein et al., (2024 نیز ارتباط مثبت میان دلبستگی ایمن، عملکرد تحصیلی و بهزیستی روانی را گزارش کردند. یافته‌های (Wang (2021، (Tusekile (2020 و (Syahmansouri & Yuldashf (2021 نیز نشان داد که سبک‌های دلبستگی نقش مهمی در موفقیت تحصیلی نوجوانان و دانشجویان دارند. همچنین (Berber Çelik & Odaci (2022 گزارش کردند که دلبستگی نایمن و اهمال‌کاری تحصیلی با کاهش بهزیستی ذهنی دانشجویان همراه است، در حالی که دلبستگی ایمن و کاهش اهمال‌کاری می‌تواند به بهبود سازگاری و تجربه تحصیلی دانشجویان کمک کند.

بر اساس این یافته‌ها، به نظر می‌رسد سبک‌های دلبستگی از طریق افزایش احساس امنیت روان‌شناختی، خودکارآمدی، بهزیستی ذهنی و توانایی تنظیم هیجان، زمینه سازگاری بهتر افراد با محیط‌های آموزشی را فراهم می‌کنند. همچنین راهبردهای تنظیم شناختی هیجان و کاهش اهمال‌کاری از جمله سازوکارهایی هستند که می‌توانند رابطه میان سبک‌های دلبستگی و سازگاری تحصیلی را تبیین کنند.

سبک‌های دلبستگی و روابط بین‌فردی

نتایج مطالعات بررسی‌شده نشان داد که سبک‌های دلبستگی ارتباط نزدیکی با کیفیت روابط بین‌فردی، مهارت‌های اجتماعی، صمیمیت، حمایت اجتماعی و حل تعارض دارند. افراد دارای دلبستگی ایمن معمولاً روابط پایدارتر، رضایت‌بخش‌تر و حمایت‌گرانه‌تری را تجربه می‌کنند، در حالی که سبک‌های دلبستگی نایمن با مشکلات ارتباطی و تعارضات بین‌فردی بیشتر همراه هستند.

در پژوهش سپهرم و همکاران (۱۴۰۴)، سبک‌های دلبستگی با مشکلات بین‌فردی و راهبردهای تنظیم شناختی هیجان رابطه معناداری داشتند. تابش‌مفرد و همکاران (۱۴۰۴) نشان دادند که همدلی نقش میانجی در رابطه بین دلبستگی نایمن و کیفیت روابط بین‌فردی ایفا می‌کند. همچنین برکت و همکاران (۱۴۰۲)، رستمی و همکاران (۱۴۰۱)، کریمی و همکاران (۱۳۹۹) و یوسفی (۱۳۹۹) همگی بر نقش تعیین‌کننده سبک‌های دلبستگی در کیفیت تعاملات اجتماعی و بین‌فردی تأکید کرده‌اند. افزون بر این، زندخانه‌شهری و همکاران (۱۴۰۲) نشان دادند که مشکلات بین‌فردی در رابطه میان سبک‌های دلبستگی و صفات شخصیت خودشیفته نقش میانجی ایفا می‌کنند؛ به‌گونه‌ای که دلبستگی نایمن با افزایش مشکلات بین‌فردی و در نتیجه سطوح بالاتر صفات خودشیفتگی همراه بود.

روان، سازگاری تحصیلی و روابط بین فردی هستند و دلبستگی ایمن با پیامدهای مثبت و دلبستگی ناایمن با پیامدهای منفی در این حوزه‌ها همراه است.

مطالعه حاضر اگرچه با مرور جامع ادبیات مرتبط انجام شد، اما با چند محدودیت همراه بود. نخست، دامنه زمانی مطالعات بررسی شده محدود به سال‌های ۲۰۲۰ تا ۲۰۲۵ بود که ممکن است برخی پژوهش‌های مهم پیشین را شامل نشده باشد. دوم، ناهمگونی در ابزارهای اندازه‌گیری سبک‌های دلبستگی و متغیرهای مرتبط، امکان مقایسه دقیق نتایج را محدود می‌کند. سوم، غالب مطالعات از طرح‌های مقطعی و همبستگی استفاده کرده‌اند، بنابراین استنباط روابط علی با احتیاط باید انجام شود. چهارم، تنوع فرهنگی و تفاوت ویژگی‌های نمونه‌های پژوهشی، تعمیم‌پذیری نتایج را کاهش می‌دهد.

با توجه به این محدودیت‌ها، پیشنهاد می‌شود پژوهش‌های آینده از طرح‌های طولی و آزمایشی برای بررسی اثرات پایدار سبک‌های دلبستگی استفاده کنند. همچنین بررسی نقش متغیرهای میانجی و تعدیل‌کننده مانند عزت‌نفس، تنظیم هیجان، خودشفقتی، تاب‌آوری، هوش هیجانی، حمایت اجتماعی، همدلی، احساس تنهایی و مشکلات بین فردی می‌تواند به تبیین دقیق‌تر روابط کمک کند. علاوه بر این، طراحی و اجرای مداخلات مبتنی بر نظریه دلبستگی در مدارس، دانشگاه‌ها و مراکز مشاوره، و همچنین توجه به آموزش مهارت‌های فرزندپروری برای ارتقای دلبستگی ایمن در کودکان و نوجوانان توصیه می‌شود.

موازن اخلاقی

در این مطالعه اصول اخلاق در پژوهش شامل اخذ رضایت آگاهانه از شرکت کنندگان و حفظ اطلاعات محرمانه آنها رعایت گردیده است.

تشکر و قدردانی

پژوهشگران مراتب قدردانی و تشکر خود را از کلیه شرکت‌کنندگان این پژوهش که با استقبال و بردباری، در روند استخراج نتایج همکاری نمودند، اعلام می‌دارند.

تعارض منافع

نویسندگان این مطالعه هیچ گونه تعارض منافی در انجام و نگارش آن ندارند.

دلبستگی ایمن برخوردارند، معمولاً اعتماد بیشتری به توانایی‌های خود داشته و در مواجهه با چالش‌های آموزشی از راهبردهای مقابله‌ای سازگارانه‌تری استفاده می‌کنند. همچنین این افراد از خودکارآمدی بالاتر و توانایی بیشتری در خودتنظیمی برخوردار هستند که می‌تواند موفقیت تحصیلی آنان را تسهیل کند. در همین راستا، Farsijani et al. (2022) نشان دادند که سبک‌های دلبستگی و راهبردهای تنظیم شناختی هیجان نقش مهمی در پیش‌بینی سازگاری اجتماعی نوجوانان دارند. همچنین Berber Çelik & Odaci (2022) گزارش کردند که دلبستگی ناایمن و اهمال‌کاری تحصیلی با کاهش بهزیستی ذهنی دانشجویان همراه است. این یافته‌ها نشان می‌دهد که تأثیر سبک‌های دلبستگی بر سازگاری تحصیلی تا حد زیادی از طریق فرایندهای تنظیم هیجان، خودتنظیمی و بهزیستی روان‌شناختی اعمال می‌شود.

در حوزه روابط بین فردی نیز نتایج نشان داد که سبک‌های دلبستگی نقش تعیین‌کننده‌ای در کیفیت روابط انسانی دارند. افراد دارای دلبستگی ایمن معمولاً روابط صمیمانه‌تر، رضایت‌بخش‌تر و باثبات‌تری را تجربه می‌کنند. در مقابل، افراد دارای دلبستگی اضطرابی اغلب با نگرانی از طرد شدن و نیاز شدید به تأیید دیگران مواجه هستند و افراد دارای دلبستگی اجتنابی نیز تمایل بیشتری به فاصله‌گیری هیجانی و اجتناب از صمیمیت نشان می‌دهند. این ویژگی‌ها می‌توانند زمینه بروز تعارضات بین فردی و کاهش کیفیت روابط را فراهم کنند. در تأیید این نتایج، زندخانه‌شهری و همکاران (۱۴۰۲) نشان دادند که مشکلات بین فردی نقش میانجی در رابطه بین سبک‌های دلبستگی و صفات خودشیفته دارند؛ به گونه‌ای که دلبستگی ناایمن با افزایش مشکلات بین فردی و پیامدهای منفی در تعاملات اجتماعی همراه است. این یافته بر نقش محوری الگوهای دلبستگی در شکل‌گیری کیفیت روابط و سازگاری اجتماعی تأکید می‌کند.

بررسی مطالعات همچنین نشان داد که متغیرهایی نظیر تاب‌آوری، خودتنظیمی، هوش هیجانی، حمایت اجتماعی، همدلی، عزت‌نفس، تنظیم هیجان، احساس تنهایی و مشکلات بین فردی در بسیاری از پژوهش‌ها به عنوان عوامل میانجی یا تعدیل‌کننده در ارتباط میان سبک‌های دلبستگی و پیامدهای روان‌شناختی مطرح شده‌اند. این یافته بیانگر آن است که تأثیر سبک‌های دلبستگی بر سلامت روان، عملکرد تحصیلی و روابط بین فردی صرفاً مستقیم نیست، بلکه از طریق مجموعه‌ای از فرایندهای شناختی، هیجانی و اجتماعی اعمال می‌شود.

در مجموع، یافته‌های این مرور نظام‌مند نشان می‌دهد که سبک‌های دلبستگی از مهم‌ترین عوامل تعیین‌کننده در سلامت

منابع فارسی

- برکت، ارسلان، مقدم‌نیا، علی. (۱۴۰۲). همبستگی طرحواره‌های ناسازگار اولیه و سبک‌های دلبستگی با مهارت‌های بین فردی و اجتماعی در دانشجویان دانشگاه‌های آزاد اسلامی شهر تهران مدیریت ارتقای سلامت، ۱۳(۱)، ۷۷-۹۰.
- پورمحمدی، سمیه، روحانی، سعید، پروانه، مریم، جبری، مستانه، و مستانه، سارا. (۱۴۰۳). رابطه بین سبک‌های دلبستگی و خلاقیت با سلامت روان دانش‌آموزان هنرستان‌های دخترانه ناحیه یک شهر کرمانشاه. کنفرانس ملی مدیریت، روان شناسی و علوم رفتاری، ۶(۶)، ۱۱۸۶-۱۲۰۳.
- تابش مفرد، فاطمه، احمدوند، مریم، ملکی، مهدی، و روزبان، مرضیه. (۱۴۰۴). رابطه دلبستگی ناایمن با کیفیت روابط بین فردی و پرخاشگری در بزرگسالان جوان: نقش میانجی همدلی. نشریه روان پرستاری، ۳(۵)، ۶۸-۷۹.
- رستم پور خرفکوره، سارا، حسین زاده، علی، و میرزائیان، بهنام. (۱۴۰۳). مسیر ارتباط دهنده دلبستگی ناایمن و آزار عاطفی دوران کودکی با مشکلات بین فردی در افراد مبتلا به اختلالات شخصیت خوسه B: نقش میانجی تحمل ناکامی. دست‌آوردهای روان‌شناختی.
- رستمی، مهدی، زینالی، سعید، صادقی، شقایق، و زنوزی، سعید. (۱۴۰۱). رابطه بین سبک‌های دلبستگی و روابط بین فردی با نقش واسطه‌ای هویت اخلاقی Health, Spirituality and Medical Ethics، ۹(۳)، ۱۴۵-۱۵۲.
- زندخانه شهری، اعظم، عزیزی، مهدی، و جابر، سعید. (۱۴۰۲). مدلیابی ارتباط بین سبک‌های دلبستگی با صفات شخصیت خودشیفته در ورزشکاران: نقش میانجی‌گر مشکلات بین فردی. روانشناسی ورزش، ۱۵(۲)، ۲۷۰-۲۸۶.
- سپهرم، سارا، اسدی مجره، سامره، و سامره، مریم. (۱۴۰۴). سبک‌های دلبستگی، مشکلات بین فردی و راهبردهای تنظیم شناختی هیجان در خودشیفتگی: یک مدل معادلات ساختاری. مطالعات روان‌شناختی، ۲۱(۳)، ۱۱۱-۱۲۶.
- سلطانپور، پریسا، باباپورخیرالدین، جلیل، و خانجانی، زینب. (۱۴۰۳). رابطه سبک دلبستگی مادران با سازگاری اجتماعی و تحصیلی فرزندان نوجوان. فصلنامه خانواده و پژوهش، ۲۱(۲)، ۷-۲۵.
- شیری، لیلا، میرزاحسینی، حسن، و رضایی، مسعود. (۱۴۰۱). بررسی نقش ذهنیت‌های والدت‌بیه‌گر و کودک آسیب‌پذیر طرحواره‌ای در طلاق عاطفی دانشجویان متأهل: نقش تعدیل‌کننده سبک‌های مقابله‌ای. رویکردی نو بر آموزش کودکان، ۴(۳)، ۳۵-۴۷. doi: 10.22034/naes.2022.338556.1188
- عسکری، الهه، و قاسمی‌فرد، مریم. (۱۴۰۳). پیش‌بینی طلاق عاطفی بر اساس الگوهای ارتباطی خانواده و تمایز یافتگی خود با نقش میانجی‌گری طرحواره ناسازگار اولیه زنان منطقه کرج. خانواده و بهداشت، ۱۴(۲)، ۲۱۱-۲۳۰.
- کاظمی، فریبا، صادقی، جعفر، و هاشمی، لیلا. (۱۴۰۱). بررسی رابطه طلاق عاطفی با سازه‌های شخصیتی و هیجانی زوجین. مجله روانشناسی بالینی، ۹(۲)، ۱۰۱-۱۱۸.
- کجباف، محمداقار، و رحیمی، میلاد. (۱۴۰۴). مقایسه افراد مبتلا به مشکلات بینایی، شنوایی، جسمی-حرکتی و افراد فاقد مشکلات جسمانی از نظر پنج عامل بزرگ شخصیت. رویکردی نو بر آموزش کودکان، ۷(۱)، ۱۴۰-۱۵۲. doi: 10.22034/naes.2025.498341.1632
- کتنانی، مرضیه، و جان‌بزرگی، مسعود. (۱۴۰۳). پیش‌بینی سلامت روانی براساس سبک‌های دلبستگی، تحول روانی معنوی و تصور از خدا در بین دانشجویان دختر. مطالعات اسلام و روان شناسی، ۳۵(۱۸)، ۱۲۸-۱۴۷.
- کریمی، فاطمه، حسنی، فاطمه، و میرزایی جاهد، عاطفه. (۱۳۹۹). پیش‌بینی مشکلات بین فردی براساس خودشیفتگی و دلبستگی. خانواده و بهداشت، ۲۴(۱۰)، ۴۹-۵۸.
- محمودپور، یاسمن، اردشیری، لیلا، آزادی، اسد، و مهدیه، مهدیه. (۱۴۰۲). بررسی رابطه سبک‌های دلبستگی و سبک‌های هویت با سلامت روان و پیشرفت تحصیلی دانش‌آموزان دختر. مطالعات روانشناسی و علوم تربیتی (موسسه آموزش عالی نگاره)، ۱۰(۵)، ۵۱۹-۵۳۲.
- محدثه‌چراغی، محدثه، و دهقان، یاسر. (۱۴۰۴). بررسی نقش سبک‌های دلبستگی و هوش هیجانی در سلامت روان. مطالعات روانشناسی و علوم تربیتی (موسسه آموزش عالی نگاره)، ۱۴(۷)، ۲۷۹-۲۹۸.
- موحدی، سارا، بیرامی، منصور، اشرف، سعید، و هاشمی، فاطمه. (۱۴۰۴). نقش واسطه‌ای تاب‌آوری و سرسختی روانشناختی در رابطه بین سبک‌های دلبستگی و سلامت روان زوجین متعارض شهر بندرعباس. نشریه علمی رویش روان شناسی، ۱۴(۵)، ۱۷۱-۱۸۰.
- ناظم بکایی، سارا، پورشهریار، حسین، و علیزاده، سهیلا. (۱۴۰۴). مدل‌یابی رابطه سبک‌های دلبستگی و حمایت اجتماعی ادراک‌شده با سازگاری تحصیلی و نقش واسطه‌ای خودتنظیمی در نوجوانان. فصلنامه روان‌شناسی کاربردی
- یوسفی، نازنین. (۱۳۹۹). بررسی مؤلفه‌های رابطه میان فردی: همبسته میان هوش هیجانی و سبک دلبستگی با بهزیستی اجتماعی. آسیب‌شناسی، مشاوره و غنی‌سازی خانواده، ۱۲(۶)، ۱۵۴-۱۷۰.

- Gökdağ, C. (2021). How does interpersonal emotion regulation explain psychological distress? The roles of attachment style and social support. *Personality and Individual Differences*, 176, 110763.
- González Ortega, E., Orgaz Baz, M. B., Vicario Molina, I., & Fuertes Martín, J. A. (2020). Adult attachment style combination, conflict resolution and relationship quality among young-adult couples. *Terapia psicológica*, 38(3), 303-316.
- Guo, L., & Ash, J. (2020). Anxiety and attachment styles: A systematic review. In 2020 4th international seminar on education, management and social sciences (ISEMSS 2020) (pp. 1005-1012). Atlantis Press.
- Hosseini, S., Iqbal, A., Karban, A., & Turkmen, D. (2024). Examining the Relationship Between Attachment Styles, Academic Performance, and Mental Well-Being in McMaster University Undergraduate Students. *McMaster Undergraduate Journal of Social Psychology*, 5(1).
- Karimi, F., Hasani, F., & Mirzaei Jahed, A. (2020). Predicting interpersonal problems based on narcissism and attachment. *Family and Health*, 24(10), 49-58. [Persian]
- Katani, M., & Janbozorgi, M. (2024). Predicting mental health based on attachment styles, spiritual-psychological development and image of God among female students. *Islamic Studies and Psychology*, 35(18), 128-147. [Persian]
- Keskin, G., & Olcay, Ç. A. M. (2021). Relationship between mental health, parental attitude and attachment style in adolescence. *Alpha Psychiatry*, 9(3), 139-147.
- Mahmoudpour, Y., Ardeshtiri, L., Azadi, A., & Mahdieh, M. (2023). Investigating the relationship between attachment styles and identity styles with mental health and academic achievement of female students. *Journal of Psychological and Educational Sciences (Negareh Institute of Higher Education)*, 100(5), 519-532. [Persian]
- McLeod, S., Berry, K., Hodgson, C., & Wearden, A. (2020). Attachment and social support in romantic dyads: A systematic review. *Journal of clinical psychology*, 76(1), 59-101.
- Arslan, G. (2021). School belongingness, well-being, and mental health among adolescents: Exploring the role of loneliness. *Australian Journal of Psychology*, 73(1), 70-80.
- Barbeito, S., Gómez-Juncal, R., Vega, P., Antonio Becerra, J., Petkari, E., González-Pinto, A., & Sánchez-Gutiérrez, T. (2024). Attachment styles and associated psychosocial factors in patients at ultra-high risk for psychosis: A systematic review. *International Journal of Social Psychiatry*, 70(5), 850-860.
- Barekat, A., Arsalan, M., & Moghaddam Nia, A. (2023). Correlation of early maladaptive schemas and attachment styles with interpersonal and social skills in students of Islamic Azad universities in Tehran. *Journal of Health Promotion Management*, 13(1), 77-90. [Persian]
- Berber Çelik, Ç., & Odaci, H. (2022). Subjective well-being in university students: What are the impacts of procrastination and attachment styles?. *British Journal of Guidance & Counselling*, 50(5), 768-781.
- Chen, W. W., Xu, G., Wang, Z., & Mak, M. C. K. (2022). Unhappy us, unhappy me, unhappy life: The role of self-esteem in the relation between adult attachment styles and mental health. *Current Psychology*, 41(2), 837-846.
- Cheraghi, M., & Dehghan, Y. (2025). Investigating the role of attachment styles and emotional intelligence in mental health. *Journal of Psychological and Educational Sciences (Negareh Institute of Higher Education)*, 147(7), 279-298. [Persian]
- Dagan, O., Facompré, C. R., Nivison, M. D., Roisman, G. I., & Bernard, K. (2020). Preoccupied and dismissing attachment representations are differentially associated with anxiety in adolescence and adulthood: A meta-analysis. *Clinical Psychological Science*, 8(4), 614-640.
- Farsijani, N., Besharat, M. A., & Moghadamzadeh, A. (2022). Predicting social adjustment based on attachment styles and cognitive emotion regulation strategies in adolescents. *Journal of Psychological Science*, 21(109), 71-88.

- tolerance. *Journal of Psychological Achievements*. [Persian]
- Sagone, E., Commodari, E., Indiana, M. L., & La Rosa, V. L. (2023). Exploring the association between attachment style, psychological well-being, and relationship status in young adults and adults—A cross-sectional study. *European journal of investigation in health, psychology and education*, 13(3), 525-539.
- Sepahram, S., Asadi Majreh, S., & Samereh, M. (2025). Attachment styles, interpersonal problems and cognitive emotion regulation strategies in narcissism: A structural equation model. *Journal of Psychological Studies*, 21(3), 111-126. [Persian]
- Soltanpour, P., Babapour Kheiruddin, J., & Khanjani, Z. (2024). The relationship between mothers' attachment style and their teenagers' social and academic adjustment. *Quarterly Journal of Family and Research*, 21(2), 7-25. [Persian]
- Soltanpour, P., Babapour Kheiruddin, J., & Khanjani, Z. (2024). The relationship between mothers' attachment style and their teenagers' social and academic adjustment. *Quarterly Journal of Family and Research (QJFR)*, 21 (2), 7-25. [Persian]
- Syahransouri, A., & Yuldashf, O. J. (2021). Predicting Students' Social Adjustment and Academic Achievement based on Parenting Attachment Styles. *Journal of Counseling Research*.
- Tabesh Mofrad, F., Ahmad Vand, M., Maleki, M., & Roozban, M. (2025). The relationship between insecure attachment with interpersonal relationships quality and aggression in young adults: The mediating role of empathy. *Journal of Psychiatric Nursing*, 13(5), 68-79. [Persian]
- Tusekile, S. (2020). The influence of attachment styles on academic performance among adolescents in public secondary schools of Luanshya district (Doctoral dissertation, The University of Zambia).
- Wang, R. (2021). The influence of attachment types on academic performance of children. In 2021 4th International Conference on Humanities Education and Social Sciences (ICHESS 2021) (pp. 512-517). Atlantis Press.
- Yang, Y., Li, S., Xie, F., & Chen, X. (2024). The association between parent-child attachment and academic adjustment: A
- Movahedi, S., Birami, M., Ashraf, S., & Hashemi, F. (2025). The mediating role of resilience and psychological hardiness in the relationship between attachment styles and mental health of conflicted couples in Bandar Abbas. *Rooyesh-e-Ravanshenasi Journal*, 14(5), 171-180. [Persian]
- Nazem Bekaei, S., Pourshahriar, H., & Alizadeh, S. (2025). Modeling the relationship between attachment styles and perceived social support with academic adjustment and the mediating role of self-regulation in adolescents. *Quarterly Journal of Applied Psychology*. [Persian]
- Nottage, M. K., Oei, N. Y., Wolters, N., Klein, A., Van der Heijde, C. M., Vonk, P., ... & Koelen, J. (2022). Loneliness mediates the association between insecure attachment and mental health among university students. *Personality and Individual Differences*, 185, 111233.
- Pearse, E., Bucci, S., Raphael, J., & Berry, K. (2020). The relationship between attachment and functioning for people with serious mental illness: a systematic review. *Nordic Journal of Psychiatry*, 74(8), 545-557.
- Pourmohammadi, S., Rohani, S., Parvaneh, M., Jasari, M., & Mastaneh, S. (2024). The relationship between attachment styles and creativity with mental health of female high school students in district one of Kermanshah. *National Conference on Management, Psychology and Behavioral Sciences*, 6(6), 1186-1203. [Persian]
- Rezagholyan, M., Nemati, F., & Hashemi, T. (2025). Development of a model of students' subjective well-being based on attachment styles, self-compassion, and emotion regulation styles with the mediating role of quality of life. *Journal of Adolescent and Youth Psychological Studies (JAYPS)*, 6(1), 21-33.
- Rostami, M., Zeinali, S., Sadeghi, S., & Zanoosi, S. (2022). Relationship between attachment styles and interpersonal relationships with the mediating role of moral identity. *Health, Spirituality and Medical Ethics*, 9(3), 145-152. [Persian]
- Rostampour Kharafkoureh, S., Hosseinzadeh, A., & Mirzaeian, B. (2024). The pathway linking insecure attachment and childhood emotional abuse to interpersonal problems in individuals with cluster B personality disorders: The mediating role of frustration

Zandkhaneh Shahri, A., Azizi, M., & Jaber, S. (2023). Modeling the relationship between attachment styles and narcissistic personality traits in athletes: The mediating role of interpersonal problems. *Sport Psychology*, 15(2), 270–286. [Persian]

multilevel meta-analysis. *Educational Psychology Review*, 36(3), 85.
Yousefi, N. (2020). Investigating the components of interpersonal relationships: The correlation between emotional intelligence and attachment style with social well-being. *Family Pathology, Counseling and Enrichment*, 12(6), 154-170. [Persian]