

## The role of Resilience and Emotional Inhibition in the Psychological Wellbeing of Orphaned Girls

### ARTICLE INFO

#### Article Type

Research Article

#### Authors

Zahra Hamidi Hashjin<sup>1</sup>

Javid Peymani<sup>2\*</sup>

Adis Kraskian Mujembari<sup>3</sup>

Marjan Hossienzadeh Taghvai<sup>3</sup>

Nilofar Tahmouresi<sup>3</sup>

#### How to cite this article

Zahra Hamidi Hashjin, Javid Peymani, Adis Kraskian Mujembari, Marjan Hossienzadeh Taghvai, Nilofar Tahmouresi, The role of Resilience and Emotional Inhibition in the Psychological Wellbeing of Orphaned Girls, Islamic Life Style. 2023; 7 (2) :335-341.

1. Department of Psychology, Karaj Branch, Islamic Azad University, Karaj, Iran.

2. Department of Psychology, Karaj Branch, Islamic Azad University, Karaj, Iran (Corresponding Author).

3. Department of Psychology, Karaj Branch, Islamic Azad University, Karaj, Iran.

#### \* Correspondence:

Address:

Phone:

Email: peymani@gmail.com

#### Article History

Received: 2023/04/12

Accepted: 2023/06/03

### ABSTRACT

**Purpose:** Being unsupervised has always had negative psychological and educational effects on adolescents, so the present study was conducted with the aim of determining the role of resilience and emotional inhibition in the psychological well-being of unsupervised teenage girls in Tehran.

**Materials and Methods:** The research method was descriptive-correlation. The statistical population of this research was all the adolescent girls of the city of Tehran covered by the welfare organization in 2021-2022, and 300 people were selected by available sampling method. The data collection tools included Connor and Davidson's (2003) resilience questionnaires, Roger and Nashover's (1987) emotional inhibition and Riff's (1989) psychological well-being questionnaires. Data analysis was done using Pearson correlation test and multiple regressions with SPSS version 24 software.

**Findings:** The results showed that the relationship between resilience and psychological improvement ( $r=0.48$ ) is positive and significant, but the relationship between emotional inhibition and psychological improvement ( $r=0.69$ ) was negative and significant ( $P<0.05$ ). And the predictor variables explain a total of 67% of the variance of psychological improvement.

**Conclusion:** The results of the research show the importance of the role of resilience and emotional inhibition in improving the psychological well-being of adolescent girls.

**Keywords:** Resilience, Emotional Inhibition, Psychological Wellbeing, Homeless Girl Teenagers

## نقش تاب آوری و بازداری هیجانی در بهبشی روانی نوجوانان دختر بی سرپرست

تاریخ دریافت: ۱۴۰۲/۰۱/۲۳  
تاریخ پذیرش: ۱۴۰۲/۰۳/۱۳  
\*نویسنده مسئول: peymani@gmail.com

### مقدمه

خانواده و جامعه نقش اساسی در زندگی و رشد افراد دارند و پایه و اساس رشد فرد را بنا می‌کنند؛ اما با این حال، به دلایلی مانند ترک پدر و مادر، از دست دادن والدین، ازهم‌پاشیدگی خانواده و غیره، کودکان بی سرپرست (Orphan) می‌شوند و در مراکز نگهداری شبانه‌روزی زندگی می‌کنند (۱). در مورد کودکان بی سرپرست، مرگ زود هنگام والدین اغلب دانش‌آموزان را در معرض استرس، مشکلات عاطفی و ضربه روانی قرار می‌دهد که در نهایت سلامت و بهبشی روانشناختی (Psychological Wellbeing) آنان را تهدید می‌کند (۲). بهبشی روانی به کیفیت تجربه‌شده زندگی اشاره می‌کند و منعکس‌کننده عملکرد و تجربه روان‌شناختی مطلوب است (۳). بهبشی روانی، به نوعی همان سلامت روان است. فردی که سالم است قادر به مقابله و تنظیم فشارهای مکرر زندگی روزمره در یک‌راه قابل قبول است (۴). بهبشی واکنش‌های عاطفی و شناختی برای درک توانمندی‌ها و ویژگی‌های شخصی، تعامل کارآمد و مؤثر با جهان، در رابطه مناسب با اجتماع و رشد و پیشرفت مثبت در طول زمان است و دربرگیرنده رضایت از زندگی، انرژی و خلق مثبت است (۵). افراد دارای بهبشی روانی بالا به‌طور عمده‌ای هیجانات مثبت را تجربه می‌کنند و از اتفاقات پیرامون خودارزیابی مثبتی دارند، درحالی‌که افراد با بهبشی سطح پایین‌تر، موقعیت‌های زندگی خود را نامطلوب ارزیابی کرده و تمرکزشان بیشتر بر هیجانات منفی است (۶).

یکی از ویژگی‌های فردی که در ارتقاء سلامت و بهبشی روانشناختی افراد جامعه و خصوصاً نوجوانان بی سرپرست کاربرد دارد، تاب‌آوری (Resilience) هست (۷). تاب‌آوری به‌عنوان اطمینان فرد نسبت به توانایی‌های خود به‌منظور رویارویی با استرس و داشتن توانایی مقابله‌ای و ثبات عاطفی تعریف شده است (۸). به‌عبارتی دیگر تاب‌آوری ظرفیت‌ها و ویژگی‌های مثبتی است که موجب مقابله مثبت و مفید فرد با چالش‌های محیطی می‌شود و او را از اختلالات روانی مرتبط با استرس مصون می‌دارد (۹).

تاب‌آوری با کمک به افراد در رویارویی و سازگاری با موقعیت‌های سخت و تنش‌زای زندگی می‌تواند منجر به افزایش سازگاری شود (۱۰). افراد دارای تاب‌آوری از ویژگی‌هایی همچون انعطاف‌پذیری، هوش هیجانی، بینش هیجانی، سرسختی، امید، دیدگاه مثبت و اعتماد به نفس برخوردارند، این ویژگی‌ها به رشد مهارت‌های مقابله منجر شده و از افراد در برابر مشکلات حفاظت و حمایت می‌کند (۱۱). در مطالعات رابطه‌ی تاب‌آوری با بهبشی روان‌شناختی دانش‌آموزان (۱۲)، بهبشی روانی در دانشجویان علوم پزشکی (۱۳)، با مشکلات روان‌شناختی نوجوانان (۱۴) تأیید شده است.

بررسی‌ها نشان داده‌اند که زمانی که نوجوانان تحت تنش‌های ناشی از موقعیت‌های مختلف قرار می‌گیرند وجود بازداری هیجانی (Emotional Inhibition) مناسب در آنان می‌تواند در زندگی کمک‌کننده باشد (۱۵). انسان‌ها سرشار از احساسات هستند

زهرا حمیدی هاشجین<sup>۱</sup>  
گروه روانشناسی، واحد کرج، دانشگاه آزاد اسلامی، کرج، ایران.

جاوید پیمانی<sup>۲\*</sup>  
گروه روانشناسی، واحد کرج، دانشگاه آزاد اسلامی، کرج، ایران

آدیس کراسکیان مومجماری<sup>۳</sup>  
گروه روانشناسی، واحد کرج، دانشگاه آزاد اسلامی، کرج، ایران.

مرجان حسین زاده تقوائی<sup>۴</sup>  
گروه روانشناسی، واحد کرج، دانشگاه آزاد اسلامی، کرج، ایران.

نیلوفر طهمورسی<sup>۵</sup>  
گروه روانشناسی، واحد کرج، دانشگاه آزاد اسلامی، کرج، ایران.

### چکیده

**هدف:** بی سرپرستی همواره اثرات روانی و تربیتی منفی بر نوجوانان داشته است، لذا مطالعه حاضر با هدف تعیین نقش تاب‌آوری و بازداری هیجانی در بهبشی روانی نوجوانان دختر بی سرپرست شهر تهران انجام شد.

**مواد و روش‌ها:** روش پژوهش توصیفی- همبستگی بود. جامعه آماری این پژوهش تمامی نوجوانان دختر بی سرپرست شهر تهران تحت پوشش سازمان بهزیستی در سال ۱۴۰۱-۱۴۰۰ بودند که به روش نمونه‌گیری در دسترس ۳۰۰ نفر انتخاب شدند. ابزار گردآوری اطلاعات شامل پرسش‌نامه‌های تاب‌آوری کونور و دیویدسون (۲۰۰۳)، بازداری هیجانی راجر و نشور (۱۹۸۷) و بهبشی روانشناختی ریف (۱۹۸۹) بود. تحلیل داده‌ها با استفاده از آزمون همبستگی پیرسون و رگرسیون چندگانه با نرم‌افزار SPSS نسخه ۲۴ صورت گرفت.

**یافته‌ها:** نتایج نشان داد رابطه بین تاب‌آوری با بهبشی روانشناختی (۰/۴۸=I مثبت و معنادار هست، اما رابطه بین بازداری هیجانی با بهبشی روانشناختی (۰/۶۹=I- منفی و معنادار بود (۰/۰۵>P) و متغیرهای پیش‌بین در مجموع ۶۷ درصد از واریانس بهبشی روان‌شناختی را تبیین می‌کنند.

**نتیجه‌گیری:** نتایج پژوهش اهمیت نقش تاب‌آوری و بازداری هیجانی را در ارتقای بهبشی روانی نوجوانان دختر بی سرپرست نشان می‌دهد.

**واژگان کلیدی:** تاب‌آوری، بازداری هیجانی، بهبشی روانی، نوجوانان دختر بی سرپرست.

و این احساسات منافع زیادی برای آن‌ها دارد؛ توانایی کنترل و بیان به‌موقع احساسات و هیجانات به حفظ سلامت روانی افراد کمک می‌کند اما برخی از افراد این توانایی را ندارند و اغلب در تله یا طحاره بازداری هیجانی گرفتار می‌شوند (۱۶). بازداری هیجانی را تمایل به بازداری و سرکوب هیجان تجربه‌شده تعریف می‌کنند (۱۷). بازداری هیجانی نیز بر اساس دیدگاه رویکرد پردازش اطلاعات جزء مؤلفه‌های اصلی پردازش هیجانی است که بر فرایندهای روانی فرد تأثیر می‌گذارد (۱۸). افراد دارای بازداری هیجانی، محدودیت هیجانی زیادی نشان می‌دهند و از صحبت کردن درباره هیجان‌هایشان و بیان آن‌ها به‌شدت گریانند، از لحاظ عاطفی بی‌تفاوت‌اند و به‌جای خودانگیختگی بیشتر خویشتن‌دارند، آن‌ها معمولاً دلسوزی و محبت را بیان نمی‌کنند، و از بیان هیجانات و احساسات خود خودداری می‌کنند، آن‌ها همچنین پرخاشگری و خشم خود را به‌شدت کنترل می‌کنند و به‌جای این که در روابط خود بر موضوعاتی همچون صمیمیت اهمیت دهند، می‌ترسند اگر به هیجان‌اتشان اجازه بروز دهند، ممکن است کنترلشان را به‌طور کامل از دست بدهند (۱۹). پژوهش‌ها از نقش بازداری رفتاری-هیجانی در پیش‌بینی بهزیستی روان‌شناختی (۲۰)، رابطه بازداری هیجانی با خودکارآمدی (۲۱) حکایت دارند.

کودکان و نوجوانان بی‌سرپرست از الگوهای ویژه تربیتی محروم‌اند و در فرایند زندگی خود در محیط پرورشگاهی با افراد، باورها و فرهنگ‌های مختلف و گاهی متضاد مواجه می‌شوند که ممکن است از آنان تأثیر بپذیرند. این افراد در مقایسه با کودکان و نوجوانان عادی از سلامت روان و شاد زیستی کمتری برخوردارند، از این‌رو بررسی عوامل مؤثر در بهبازی روان‌شناختی آنان ضروری است. لذا مطالعه حاضر باهدف تعیین نقش تاب‌آوری و بازداری هیجانی در بهبازی روانی نوجوانان دختر بی‌سرپرست انجام شد و به دنبال پاسخ به این سؤال است که آیا تاب‌آوری و بازداری هیجانی در بهبازی روانی نوجوانان دختر بی‌سرپرست نقش دارند؟

### مواد و روش‌ها

روش پژوهش توصیفی-همبستگی بود. جامعه آماری این پژوهش تمامی نوجوانان دختر بی‌سرپرست شهر تهران تحت پوشش سازمان بهزیستی در سال ۱۴۰۱-۱۴۰۰ بودند. حجم نمونه آماری پیشنهادی بر اساس جدول کجرسی و مورگان و همچنین روش محاسبه نمونه کوکران از جامعه محدود با خطای پنج درصد، ۳۰۰ نفر برآورد شد. که به روش نمونه‌گیری در دسترس انتخاب شدند. ملاک‌های ورود به پژوهش شامل: رضایت و تمایل جهت شرکت در پژوهش، تکمیل کامل ابزارهای خود گزارشی، داشتن حداقل سواد خواندن و نوشتن، دامنه سنی ۱۲ تا ۱۸ سال، اقامت بیش از سه سال در مراکز تحت پوشش بهزیستی به علت فوت والدین و ملاک‌های خروج از پژوهش نیز شامل: تکمیل ناقص ابزارهای خود گزارشی، داشتن مشکلات رفتاری و روان‌پزشکی بنا به گزارش مشاوران مرکز بهزیستی بود. ابزار گردآوری اطلاعات شامل پرسش‌نامه‌های زیر بودند:

مقیاس تاب‌آوری: این پرسش‌نامه ۲۵ سؤالی توسط کونور و دیویدسون (۲۰۰۳) ساخته‌شده است؛ و پنج مؤلفه (تصور از

شایستگی فردی، ۲۵-۲۴-۲۳-۱۷-۱۶-۱۲-۱۱-۱۰)، (اعتماد به‌غریز فردی ۲۰-۱۹-۱۸-۱۵-۱۴-۷-۶)، (تحمل عاطفه منفی، ۸-۵-۴-۲-۱)، (گواه، ۲۲-۲۱-۱۳) و (تأثیرات معنوی، ۹-۳) را در یک مقیاس لیکرت بین ۰ (کاملاً نادرست) تا ۴ (همیشه درست) نمره‌گذاری می‌سند و یک نمره کلی از تاب‌آوری می‌دهد، دامنه نمرات بین ۰ تا ۱۰۰ هست و نمرات بالاتر نشان‌دهنده تاب‌آوری بیشتر هست و برعکس. کونور و دیویدسون، روایی همگرایی این پرسش‌نامه با استفاده از پرسش‌نامه‌ی سرسختی کوباسا ۰/۸۳ گزارش نمودند و پایایی باز آزمون این پرسش‌نامه را ۰/۸۷ گزارش کردند (۲۲). در ایران در مطالعه کیهانی و همکاران (۱۳۹۳)، نتایج ضرایب همبستگی روایی هم‌زمان حاکی از همبستگی منفی و معنادار تاب‌آوری و پرخاشگری و همبستگی مثبت و معنادار با خودکارآمدی و رضایت از زندگی بود، همچنین جهت محاسبه پایایی مقدار آلفای کرونباخ و دو نیمه‌سازی اسپیرمن-براون به ترتیب برابر با ۰/۶۶۹ و ۰/۶۶۵ به دست آمد (۲۳). در مطالعه حاضر پایایی به روش آلفای کرونباخ ۰/۷۴ به دست آمد.

پرسش‌نامه بازداری هیجانی: این پرسش‌نامه ۵۶ سؤالی توسط راجر و نشور (۱۹۸۷) ساخته‌شده که چهار مؤلفه بازداری هیجانی (سؤالات ۱ تا ۱۴)، مهار پرخاشگری (سؤالات ۱۵ تا ۲۸)، نشخوار فکری (سؤالات ۲۹ تا ۴۲) و مهار خوش‌خیم (سؤالات ۴۳ تا ۵۶) دارد. در این پژوهش از ۱۴ سؤال حیطه بازداری هیجانی استفاده شد. شیوه نمره‌گذاری پرسش‌نامه به‌صورت صحیح و غلط است که نمره یک به گزینه صحیح و نمره صفر به گزینه غلط تعلق می‌گیرد. دامنه نمرات پرسش‌نامه بین صفر تا ۵۶ است. لذا در مطالعه حاضر دامنه نمرات بازداری هیجانی بین ۰-۱۴ هست و نمره بالاتر بیانگر بازداری هیجانی بالاتر است. در پژوهش راجر و نشور، روایی به روش تحلیل عاملی تأیید و پایایی روش به همسانی درونی برای خرده مقیاس‌های بازداری هیجانی ۰/۷۷ به دست آمد (۲۴). در پژوهش نامدار و همکاران (۱۳۹۸)، روایی محتوایی تأیید و پایایی به روش آلفای کرونباخ برای بازداری هیجانی ۰/۶۱ محاسبه شد (۲۵). در پژوهش حاضر آلفای کرونباخ بررسی و ضریب ۰/۸۲ به دست آمد. مقیاس بهبازی روان‌شناختی: این مقیاس ۱۸ سؤالی ریف (۱۹۸۹) ساخته‌شده و مشتمل بر شش عامل استقلال، تسلط بر محیط، رشد شخصی، ارتباط مثبت با دیگران، هدفمندی در زندگی، پذیرش خود را در بر روی طیف لیکرت شش‌درجه‌ای از کاملاً مخالفم (نمره ۱) تا کاملاً موافقم (نمره ۶) می‌سند. سؤالات ۱، ۴، ۵، ۸، ۱۵، ۱۶، ۱۷، ۱۸، به‌صورت معکوس نمره‌گذاری می‌شوند، دامنه نمرات بین ۱۸-۱۰۸ هست که نمرات بالاتر نشان‌دهنده بهبازی روان‌شناختی بالاتر و بالعکس هست و در مجموع یک نمره کلی از بهبازی روان‌شناختی می‌دهد. روایی سازه آن در مطالعه ریف تأیید و پایایی آزمون در دامنه ضرایب ۰/۷۲ تا ۰/۸۹ برای مؤلفه‌های بهزیستی به دست آمد (۲۶). در ایران خانجانی و همکاران پایایی آن را با استفاده از آلفای کرونباخ برای مؤلفه‌های پذیرش خود، تسلط محیطی، رابطه مثبت با دیگران، داشتن هدف در زندگی، رشد شخصی و استقلال به ترتیب برابر ۰/۵۱، ۰/۷۶، ۰/۷۵، ۰/۵۳، ۰/۷۳، ۰/۷۲ به دست آوردند. همچنین آلفای کرونباخ کل ۰/۷۱ به دست آمد؛ و روایی با استفاده از روش تحلیل عاملی تأییدی نشان داد که تمامی

و جمع آوری اطلاعات لازم تجزیه و تحلیل آن‌ها با استفاده از آزمون همبستگی پیرسون و رگرسیون چندگانه و با نرم افزار SPSS نسخه ۲۴ صورت گرفت.

#### یافته ها

بر اساس نتایج از بین افراد نمونه ۱۴۴ نفر (۴۸ درصد) در دوره اول متوسطه و ۱۵۶ نفر (۵۲ درصد) در دوره دوم متوسطه مشغول به تحصیل بودند. در جدول ۱. یافته های توصیفی متغیرهای پژوهش گزارش شده است.

جدول ۱. یافته های توصیفی متغیرهای پژوهش

متغیرهای پژوهش	تعداد	کمینه	بیشینه	میانگین	انحراف استاندارد
پذیرش خود	۳۰۰	۳	۱۵	۸/۹۵	۴/۸۰۶
رابطه مثبت با دیگران	۳۰۰	۳	۱۸	۹/۸۳	۴/۹۷۷
خودمختاری	۳۰۰	۴	۱۵	۹/۰۶	۴/۳۸۶
تسلط بر محیط	۳۰۰	۴	۱۵	۸/۹۶	۴/۲۴۲
زندگی هدفمند	۳۰۰	۴	۱۶	۹/۲۵	۴/۶۴۱
رشد فردی	۳۰۰	۳	۱۸	۹/۵۴	۵/۱۱۵
نمره کل بهبشی روانی	۳۰۰	۲۴	۹۰	۵۵/۵۹	۲۷/۱۸۹
بازداری هیجانی	۳۰۰	۷	۵۰	۲۵/۱۳	۱۷/۴۲۲
تصور از شایستگی	۳۰۰	۲	۳۲	۹/۶۹	۴/۹۴۰
تحمل عاطفه منفی	۳۰۰	۲	۲۸	۱۰/۲۶	۳/۸۴۹
پذیرش مثبت تغییر	۳۰۰	۲	۲۰	۹/۵۲	۴/۷۸۷
کنترل	۳۰۰	۲	۱۵	۷/۳۷	۳/۶۹۱
تاثیرات معنوی	۳۰۰	-	۱۰	۶/۳۵	۳/۴۹۶
نمره کل تاب آوری	۳۰۰	۱۱	۱۰۵	۴۳/۲۰	۱۸/۸۵۲

جدول ۲. همبستگی بین متغیرهای پژوهش

شاخص	تاب آوری	بازداری هیجانی	بهبشی روانی
تاب آوری	۱		
بازداری هیجانی	۰/۵۶ *	۱	
بهبشی روانی	۰/۴۸ *	-۰/۶۹ *	۱

\* $p < 0.05$

دامنه +۲ تا -۲ برای هیچ‌یک از متغیرها رد نشد، همچنین مقدار عامل تورم واریانس برای پیش‌بینی بهبشی روانشناختی بر اساس تاب آوری و بازداری هیجانی ۱/۴۵ و مقدار دوربین واتسون برای پیش‌بینی بهبشی روانشناختی بر اساس تاب آوری و بازداری هیجانی ۱/۸۵ بود، از آنجایی که اگر مقدار عامل تورم واریانس کوچک‌تر از ۱۰ باشد، فرض هم خطی چندگانه رد و اگر مقدار دوربین-واتسون باشد، در دامنه ۱/۵ تا ۱/۵ باشد، فرض همبستگی باقی‌مانده رد می‌شود لذا استفاده از رگرسیون جهت تحلیل مجاز است.

طبق جدول ۲. رابطه بین تاب آوری با بهبشی روانشناختی ( $r=0/48$ ) مثبت و معنادار هست، اما رابطه بین بازداری هیجانی با بهبشی روانشناختی ( $r=-0/69$ ) منفی و معنادار هست ( $P < 0/05$ )، بنابراین با افزایش تاب آوری، میزان بهبشی روانشناختی افزایش می‌یابد، همچنین با کاهش بازداری هیجانی، میزان بهبشی روانشناختی افزایش می‌یابد.

پیش از تحلیل داده‌ها با روش رگرسیون پیش‌فرض‌های آن بررسی شد فرض نرمال بودن به دلیل قرار داشتن مقدار کجی و کشیدگی در

جدول ۳. مدل رگرسیون بهبشی روانشناختی بر اساس تاب آوری و بازداری هیجانی

متغیرهای پیش‌بین	B	SE.B	Beta	R	R <sup>2</sup>	F	t	sig	Tolerance	VIF
تاب آوری	۰/۵۴۱	۰/۰۹۶	۰/۳۰۴	۰/۶۷۲	۰/۴۵۱	۸۴/۰۹۳	۴/۰۲۱	۰/۰۰۱	۰/۵۹۵	۱/۴۳۸
بازداری هیجانی	-۰/۴۳۲	۰/۰۶۷	-۰/۲۳۶				-۵/۰۳۲	۰/۰۰۱	۰/۶۳۲	۱/۶۵۱

همانطور که جدول ۳ نشان می‌دهد متغیرهای پیشین در مجموع ۶۷ درصد از واریانس بهبشی روان شناختی را تبیین می‌کنند. تاب آوری ( $\beta = -0.304$   $p < 0.001$ ) به صورت مثبت و بازداری هیجانی ( $\beta = -0.236$   $p < 0.001$ ) به صورت منفی بهبشی روانشناختی نوجوانان دختر بی سرپرست را پیش‌بینی می‌کنند. بدین صورت که با کاهش بازداری هیجانی و افزایش تاب آوری در نوجوانان دختر بی سرپرست، بهبشی روانشناختی افزایش می‌یابد.

### نتیجه گیری

بی‌سرپرستی همواره اثرات روانی و تربیتی منفی بر نوجوانان داشته است، لذا مطالعه حاضر باهدف تعیین نقش تاب‌آوری و بازداری هیجانی در بهبشی روانی نوجوانان دختر بی‌سرپرست شهر تهران انجام شد. نتایج نشان داد که رابطه بین تاب‌آوری با بهبشی روانشناختی مثبت و معنی‌دار هست و تاب‌آوری توانایی پیش‌بینی بهبشی روانشناختی نوجوانان دختر بی‌سرپرست را دارد، یعنی با افزایش تاب‌آوری، میزان بهبشی روانشناختی افزایش می‌یابد. در زمینه نتیجه به‌دست‌آمده، مطالعه‌ای به‌صورت مستقیم انجام نشده است، اما با نتایج مطالعات مشابه در این زمینه همسو است. مطالعه بیگدلی و همکاران (۱۳۹۲) نشان داد که سبک‌های دل‌بستگی، تاب‌آوری و تنظیم هیجانی، پیش‌بینی‌کننده مناسبی برای بهبشی روانی دانشجویان هست (۱۳). نتایج پژوهش غابتی و رضاخانی (۱۴۰۱) نشان داد ضریب مسیر بین تاب‌آوری و بهبشی روان‌شناختی سالمندان مثبت و معنادار بود (۲۸)، اما با نتایج مطالعه نفر و کریمی (۱۳۹۸) که دریافتند بین تاب‌آوری با بهبشی روان‌شناختی رابطه منفی وجود دارد، همسو نیست (۱۲). در تبیین این یافته می‌تواند گفت که تاب‌آوری، مقاومت منفعل در برابر موقعیت‌های تهدیدکننده و ناگوار نیست بلکه مشارکت فعال و سازنده با محیط تلقی می‌شود که می‌تواند بهبشی روان‌شناختی افراد را افزایش دهد (۲۹). در ایجاد و بهبود میزان تاب‌آوری عوامل متعددی مانند ویژگی‌های درونی، روانی اجتماعی حمایت افراد و دوستان نقش دارند با توجه به اینکه دختران نوجوان بی‌سرپرست با طی کردن گذارهای متفاوت زندگی، راه‌های مختلفی را برای مواجهه با استرس‌های موجود تجربه کرده‌اند، حضور آنان در گروه‌های اجتماعی مانند کانون ممکن است فرصتی برای باهم بودن و به اشتراک گذاشتن تجربیاتشان باشد که می‌تواند از حمایت اجتماعی یکدیگر بهره‌مند شوند (۳۰) و به دلیل داشتن ارتباط مثبت با دیگران حرکت به‌سوی رشد شخصی و بهبشی روان‌شناختی آنان بهبود یابد.

دیگر یافته پژوهش نشان داد که رابطه بین بازداری هیجانی با بهبشی روانشناختی منفی و معنی‌دار هست و بازداری هیجانی توانایی پیش‌بینی بهبشی روانشناختی نوجوانان دختر بی‌سرپرست را دارد، یعنی با کاهش بازداری هیجانی، میزان بهبشی روانشناختی افزایش می‌یابد. نتیجه به‌دست‌آمده با نتایج مطالعات پیشین در این زمینه همسو است. مطالعه صباغ و همکاران (۱۴۰۲) نشان داد بین سیستم بازداری رفتاری-هیجان با بهبشی روان‌شناختی همبستگی معناداری وجود دارد (۲۰). نتایج پژوهشی دیگر نشان داد بین میزان هیجان مثبت احساس شده و میزان هیجان مثبت ابراز شده، با

شاخص‌های سلامت روانی رابطه معنادار وجود دارد (۳۱). اما با نتایج لطفی و همکاران (۱۳۹۸) که دریافتند بین بازداری هیجانی و خودکارآمدی در مردان، زنان و به‌صورت کلی رابطه معناداری وجود ندارد، همسو نیست (۲۱). در تبیین یافته فوق می‌توان گفت با در نظر گرفتن اینکه محیط کانونی بهزیستی موجب ایجاد سرگرمی و جستجوی لذت آنی و رها شدن از یکنواختی و داشتن تجارب جدید در نوجوانان دختر بی‌سرپرست می‌شود، این تجارب جدید منجر به ایجاد الزام‌های هیجانی و عاطفی نسبت به شخصی است، بنابراین می‌توان گفت جستجوی لذت و داشتن تجارب جدید با مهار هیجانی مرتبط است که به‌نوبه خود حساسیت فرد را نسبت به پاداش و لذت تحت تأثیر قرار می‌دهد به عبارتی رها کردن دوپامین از هسته اکومینس رابطه نزدیکی با هیجان بالا و لذت دارد، بنابراین می‌توان گفت افرادی که بازداری هیجانی در آن‌ها ضعیف است دارای بهبشی روانشناختی پایین هستند (۳۲).

مهم‌ترین محدودیت پژوهش حاضر استفاده از نمونه‌گیری در دسترس، همچنین گروه نمونه را دختران ۱۸-۱۲ سال پوشش سازمان بهزیستی تهران در دوران کرونا تشکیل می‌داد که این امر می‌تواند قدرت تعمیم‌پذیری یافته‌ها را کاهش دهد. لذا پیشنهاد می‌شود پژوهش‌های مشابه با استفاده از نمونه‌گیری تصادفی و در مناطق مختلف کشور با فرهنگ‌های متفاوت انجام گیرد. با توجه به یافته‌های پژوهش به مسئولان بهزیستی و مراکز نگهداری کودکان و نوجوان بی‌سرپرست پیشنهاد می‌شود کارگاه‌های آموزشی برای ایجاد بینش و شناخت منبع کنترل هیجانی و ارتقاء تاب‌آوری در جهت بهبود بهبشی روانشناختی آنان برنامه‌هایی را ترتیب دهند.

### References

1. Maqbool A, Ganai M. Well-Being of orphans: areview of their academic anxiety level. The J applied Research in Educat. 2019; 20(1):267-70.
2. Rajabi M, Bagiyan MJ, Bakhti M, Kariminejad K. Comparison of mental health indicators in orphaned children held centers with children deposited to relatives in Lorestan province. Iranian Journal of Pediatric Nursing. 2017; 4(1):36-42. (Persian)
3. Ghasemi Z, Sajadian I, Nadi M, Zofaghari SA. Effectiveness of Iranian Islamic Positive Treatment on Psychological Wellbeing and Psychological Distress on Secondary High School Female Students. Psychological Achievements. 2021; 28(1):49-68. (Persian)
4. Sepahvand R, Arefnezhad M, Fathi Chgni F, Sepahvand M. The Relationship

13. Bigdeli I, Najafy M, Rostami M. The Relation of Attachment Styles, Emotion Regulation, and Resilience to Well-being among Students of Medical Sciences. *Iranian Journal of Medical Education*. 2013; 13(9):721-9. (Persian)
14. Javidi HA, Asadi E, Ghasemi N. The Relationship between adolescent- parent conflict, resiliency with adolescent psychological problems Second and third level education in four areas of the city Shiraz. *Journal of Psychological Studies*. 2015; 11(1):75-96. (Persian)
15. Liu L, Wang N, Tian L. The parent-adolescent relationship and risk-taking behaviors among Chinese adolescents: The moderating role of self-control. *Frontiers in psychology*. 2019; 10:542.
16. Gordon-King K, Schweitzer RD, Dimaggio G. Metacognitive interpersonal therapy for personality disorders featuring emotional inhibition: A multiple baseline case series. *The Journal of nervous and mental disease*. 2018; 206(4):263-9.
17. Esmailnezhad Y, Esmaily yengejeh S, Basharpour S. The effectiveness of acceptance and commitment therapy on self-control and emotional inhibition male students with high-risk behaviors. *Rooyesh-e-Ravanshenasi Journal (RRJ)*. 2022; 11(7):155-66. (Persian)
18. Shahi H, Sadeghi Z, Moradi Abasabad F. The relationship between attachment styles and self-control with high-risk behaviors among female students' high schools of Tehran city. *The Journal of New Advances In Behavioral Sciences*. 2020; 5(45):12-24. (Persian)
19. Alonso-Ferres M, Righetti F, Valor-Segura I, Exposito F. How power affects emotional communication during relationship conflicts: The role of perceived partner responsiveness. *Social Psychological and Personality Science*. 2021; 12(7):1203-15.
20. Sabbagh k, Mazloomzadeh M, Zamani Tavousi, Alieh, Mashhadi A. Predicting Between proactive personality and psychological well-being with the Mediating Role of job crafting. *Psychological Achievements*. 2021; 28(1):215-40. (Persian)
5. Rahmati A. Prediction of Psychological Wellbeing and happiness in the Light of Islamic Lifestyle through the Management of Personality Traits. *Journal of Lifestyle*. 2018; 4(1):43-67. (Persian)
6. Pancheva MG, Ryff CD, Lucchini M. An integrated look at well-being: Topological clustering of combinations and correlates of hedonia and eudaimonia. *Journal of Happiness Studies*. 2021; 22:2275-97.
7. Thompson K, Bulls H, Sibille K, Bartley E, Bradley L, Goodin B, et al. (294) The association of psychological resilience and conditioned pain modulation is moderated by optimism in adults with symptomatic knee osteoarthritis. *The Journal of Pain*. 2017; 18(4):S49.
8. Masten AS, Lucke CM, Nelson KM, Stallworthy IC. Resilience in development and psychopathology: Multisystem perspectives. *Annual Review of Clinical Psychology*. 2021; 17:521-49.
9. Chen C. The role of resilience and coping styles in subjective well-being among Chinese university students. *The Asia-Pacific Education Researcher*. 2016; 25:377-87.
10. Moradi K, Zienaly Z. Effectiveness of acceptance and commitment therapy (ACT) on resiliency orphan's welfare elementary school. *Iranian Journal of Forensic Medicine*. 2021; 26(4):7-14. (Persian)
11. Cooper AL, Brown JA, Rees CS, Leslie GD. Nurse resilience: A concept analysis. *International journal of mental health nursing*. 2020; 29(4):553-75.
12. Nafar Z, Karimi E. The relationship between resilience and coping strategies with psychological well-being in students. *Rooyesh-e-Ravanshenasi Journal (RRJ)*. 2019; 8(7):239-46. (Persian)

- form (18-item) among male and female students. *Journal of clinical psychology Andishe VA Raftar*. 2014; 8(32):27-36. (Persian)
28. Ghayati M, Rezakhani S. The mediating role of resilience in the relationship between religious attitude and locus of control with psychological well-being in elderly women. *Rooyesh-e-Ravanshenasi Journal (RRJ)*. 2022; 11(9):91-102. (Persian)
29. Meerow S, Newell JP. Urban resilience for whom, what, when, where, and why? *Urban geography*. 2019; 40(3):309-29.
30. Parsons M, Thoms MC. From academic to applied: Operationalising resilience in river systems. *Geomorphology*. 2018; 305:242-51.
31. Ahmadi E. The relationship between emotional congruence and positive emotional expression with mental health: examining the social function of emotion. *Psychological research*. 2012; 4(14):41-55. (Persian)
32. Arabi divrazmi S, Shaker A, Esmali korane A, Khademi A. The structural relationships of The Dark Triad of personality, emotional inhibition with extramarital relationships with the mediation of attitude towards marital commitment among women and men with extramarital relationships. *Rooyesh-e-Ravanshenasi Journal (RRJ)*. 2023; 12(1):121-32. (Persian)
- Psychological Well-Being Through the Path of Fear of Covid-19, Behavioral Inhibition System, And Negative Emotion Regulation Strategies. *Journal of Sabzevar University of Medical Sciences*. 2023; 30(1):64-77. (Persian)
21. Lotfi M, Azami Y, Danaei S, Amini M. The relationship between emotional inhibition and fear of social evaluation with self-efficacy in women and men. *Journal of Sabzevar University of Medical Sciences*. 2019; 26(3):355-63. (Persian)
22. Campbell-Sills L, Stein MB. Psychometric analysis and refinement of the connor–davidson resilience scale (CD-RISC): Validation of a 10-item measure of resilience. *Journal of Traumatic Stress: Official Publication of the International Society for Traumatic Stress Studies*. 2007; 20(6):1019-28.
23. Keyhani M, Taghvaei D, Rajabi A, Amirpour B. Internal Consistency and Confirmatory Factor Analysis of the Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC) among Nursing Female. *Iranian Journal of Medical Education*. 2015; 14(10):857-65. (Persian)
24. Roger D, Nesselroever W. The construction and preliminary validation of a scale for measuring emotional control. *Personality and Individual Differences*. 1987; 8(4):527-34.
25. Namdar A, Sarabian S, zabihi hesari Nk. Relationship between emotional control and marital satisfaction in 20 to 45 years old boy. *Medical journal of Mashhad University of medical sciences*. 2020; 62(5.1):614-23. (Persian)
26. Ryff CD. Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of personality and social psychology*. 1989; 57(6):1069.
27. Khanjani M, Shahidi S, Fathabadi J, Mazaheri MA, Shokri O. F. Actor structure and psychometric properties of the Ryff's scale of Psychological well-being, short