

فصلنامه علمی - پژوهشی روان‌شناسی دانشگاه تبریز

سال اول، شماره ۳ و ۲، تابستان و پاییز ۱۳۸۵

بررسی رابطه سبک‌های دلبستگی و احساس غربت

دکتر محمدعلی بشارت - دکتر در روانشناسی بالینی - دانشیار دانشگاه تهران

مهران فرهادی - کارشناس ارشد در روانشناسی - دانشگاه تهران

دکتر بیژن گیلانی - دکتر در روانشناسی - استادیار دانشگاه تهران

چکیده

هدف پژوهش حاضر بررسی رابطه سبک‌های دلبستگی و احساس غربت در نمونه‌ای از دانشجویان شهرستانی دانشگاه تهران بود. یکصد و چهل و پنج دانشجوی (۸۴ دختر، ۶۱ پسر) با پر کردن مقیاس دلبستگی بزرگسال و پرسشنامه احساس غربت در این پژوهش شرکت کردند. برای تحلیل داده‌های پژوهش از شاخص‌ها و روش‌های آماری شامل فراوانی، درصد، میانگین، انحراف معیار، ضرایب هم‌سبستگی، آزمون t و تحلیل واریانس استفاده شد. نتایج پژوهش نشان داد که بین سبک‌های دلبستگی و میزان احساس غربت رابطه معنی‌دار وجود دارد. دانشجویان دارای سبک دلبستگی ایمن کمتر از دانشجویان دارای سبک‌های دلبستگی اجتنابی و دوسوگرا احساس غربت تجربه می‌کنند. نتایج پژوهش همچنین نشان داد که دانشجویان دختر بیش از دانشجویان پسر دچار احساس غربت می‌شوند. سبک دلبستگی ایمن از طریق مکانیسم‌های «تنظیم عواطف»، «ایمنی بخشی» و «جانشین‌سازی» روابط و پیوندهای عاطفی جدید به فرد کمک می‌کند تا در مواجهه با اضطراب و استرس جدایی از خانواده سازش یافته‌تر عمل کند و کمتر دچار احساس غربت شود.

واژه‌های کلیدی: نظریه دلبستگی، سبک‌های دلبستگی، احساس غربت

مقدمه

بالبی^۱ (۱۹۶۹، ۱۹۷۳)، نحوه شکل‌گیری و کنش‌وری پیوند عاطفی بین نوزاد - مادر، یعنی دلبستگی^۲ را براساس نظریهٔ دلبستگی تشریح کرد. مکانسیم‌های رفتاری ویژه در دورهٔ طولانی وابستگی کودک به مادر، مسئولیت حمایت و حفاظت از کودک و افزایش شانس بقای وی را بر عهده دارند. در چارچوب رابطهٔ هماهنگ و انسجام یافتهٔ مادر - نوزاد، نشانه‌های تسر و نگرانی نوزاد با رفتار حمایتی، حفاظتی و آرامش‌بخش مادر مواجه می‌شود. براین اساس، مادر به عنوان پایگاهی امن^۳ در اختیار کودک قرار می‌گیرد تا از طریق آن به اکتشاف محیط پردازد. طبق نظر بالبی (۱۹۶۹)، این تجربه‌های تعاملی نخستین، درونسازی^۴ می‌شوند و با تشکیل مدل‌های درونکاری^۵ هم‌چگونگی رابطهٔ فرد با دیگران (کسانی که برای وی اهمیت ویژه دارند) را تعیین می‌کنند، و هم مشخص خواهند کرد که فرد شرایط استرس‌زا را چگونه تجربه خواهد نمود، احساسات مرتبط با آن شرایط را چگونه نشان خواهد داد و روشهای مواجههٔ وی با آن شرایط چگونه خواهد بود.

اینزورث^۶، بلهار^۷، واترز^۸ و وال^۹ (۱۹۷۸) با ابداع یک موقعیت آزمایشگاهی معروف به «موقعیت ناآشنا»^{۱۰}، تفاوت‌های فردی در دلبستگی کودک به مادر را بررسی

- 1- Bowlby
- 2 - attachment
- 3 - secure base
- 4 - internalize
- 5 - internal working models
- 6 - Ainsworth
- 7 - Blehar
- 8 - Waters
- 9 - Wall
- 10 - Strange Situation

کرد و سه سبک دلبستگی ایمن^۱، دلبستگی اجتنابی^۲ و دلبستگی دوسوگرا^۳ را متمایز ساخت. کودکان دارای سبک دلبستگی ایمن با آرامش یا تا حدودی با نگرانی به غیبت مادر واکنش نشان می‌دهند، اما وقتی مادر (پس از غیبتی کوتاه) بازمی‌گردد خوشنودی و رضایت نشان می‌دهند و از آغوش مادر استقبال می‌کنند. کودکان نایمن (اجتنابی و دوسوگرا) نسبت به رفتن و غیبت مادر اعتراض می‌کنند و تا زمان بازگشت وی گریه سر می‌دهند و ناآرام هستند. کودکان دارای سبک دلبستگی اجتنابی نسبت به بازگشت مادر با سردی و بی‌اعتنایی واکنش نشان می‌دهند، برای بغل شدن و آرامش جسمانی تلاش نمی‌کنند، و ظاهراً ناوابسته به نظر می‌رسند. کودکان دارای سبک دلبستگی دوسوگرا از بازگشت مادر استقبال می‌کنند و به آغوش می‌روند، اما در اعتراض به رفتن مادر رفتار آرامش‌بخش وی را نمی‌پذیرند و با ناراحتی و عصبانیت واکنش نشان می‌دهند. هازن^۴ و شیور^۵ (۱۹۸۷) نشان دادند که این سبک‌های دلبستگی در روابط عاطفی نوجوانان و بزرگسالان نیز مشاهده می‌شود. بزرگسالان ایمن از اعتماد به نفس، مهارت‌های اجتماعی و توانایی برقراری روابط عاطفی و صمیمی نسبتاً پایدار و رضایت‌بخش برخوردارند. اجتناب‌گراها ممکن است علاقمند به برقراری روابط عاطفی و صمیمی باشند، اما در هر حال از این نوع روابط ناراضی هستند، تمایلی به برقراری روابط صمیمی درازمدت ندارند، با خود آشکارسازی^۶ مشکل دارند، و از مهارت‌های اجتماعی بی‌بهره‌اند. دوسوگراها از طرد شدن و ترک شدن نگرانند، در روابط با دیگران

- 1 - secure
- 2 - avoidant
- 3 - ambivalent
- 4 - Hazan
- 5 - Shaver
- 6 - self - disclosure

مستعد بی‌اعتمادی هستند، علی‌رغم مخاطرات روابط صمیمی مشتاق برقراری چنین روابطی هستند، و ممکن است به گونه‌ای نامناسب به خود آشکارسازی‌های صمیمانه بپردازند، با یک نگاه عاشق شوند و قهر و آشتی‌های مکرر داشته باشند.

احساس غربت^۱ به مجموعه‌ای از احساسات ناخوشایند و بعضاً غیرقابل تحمل اطلاق می‌شود که پس از ترک خانه، خانواده، دوستان و محیط مأنوس زندگی تجربه می‌شوند. احساس غربت بیانگر یک حالت انگیزشی - شناختی پیچیده است که در اصل بر احساس فقدان و دلتنگی نسبت به خانواده، دوستان و محیط زندگی متمرکز می‌شود (فیشر^۲ و هود^۳، ۱۹۸۸). یافته‌های پژوهش (تاربر^۴، ۱۹۹۵؛ تاربر، سیگمن^۵، ویس^۶ و اشمیت^۷، ۱۹۹۹؛ فیشر و هود، ۱۹۸۷؛ ون تیلبرگ^۸، وینگرهوتس^۹ و ون هک^{۱۰}، ۱۹۹۶) چهار مجموعه نشانه را برای احساس غربت شرح داده‌اند؛ نشانه‌های بدنی^{۱۱} مانند مشکلات معده‌ای - روده‌ای، سردرد، بی‌اشتهایی و اختلال خواب؛ نشانه‌های شناختی^{۱۲} شامل افکار وسواسی در مورد خانواده، ناتوانی در تمرکز بر فعالیتهای روزانه، ارزیابی منفی از محیط جدید و افکار آرمانی در مورد محیط قبلی؛ نشانه‌های عاطفی^{۱۳} مشابه نشانه‌های مربوط به اختلال‌های خلقی و اضطرابی

- 1 - homesickness
- 2 - Fisher
- 3 - Hood
- 4 - Thurber
- 5 - Sigman
- 6 - Weisz
- 7 - Schmidt
- 8 - Van Tilburg
- 9 - Vingerhoets
- 10 - Van Heck
- 11 - Physical
- 12 - cognitive
- 13 - affective

مخصوصاً احساس افسردگی. درصد قابل ملاحظه‌ای از دانشجویان، که برای ادامه تحصیل از خانواده جدا شده‌اند، احساس غربت را تجربه می‌کنند (بروین^۱، فارنام^۲ و هاوز^۳، ۱۹۸۹؛ فیشر و هود، ۱۹۸۷، ۱۹۸۸؛ ون تیلبرگ، وینگرهوتس، و ون هک، ۱۹۹۶). مطالعات انجام شده در مورد عوامل زمینه‌ساز و متغیرهای تأثیرگذار بر پیدایش احساس غربت، مشخصه‌های فردی و ویژگیهای محیطی را مورد بررسی قرار داده‌اند. شواهد نشان داده‌اند که بین نایمینی سبک دلبستگی بزرگسالان و شاخص‌های ناسازگاری و درماندگی روانشناختی همبستگی قوی وجود دارد (کوپر^۴، شیور و کولینز^۵، ۱۹۹۸؛ لاپسلی^۶ و ادگرتون^۷، ۲۰۰۲؛ لوپز^۸ و برنان^۹، ۲۰۰۰؛ لوپز، میشل^{۱۰} و جرملی^{۱۱}، ۲۰۰۲). از سوی دیگر، تمایلات اجتنابی با ناتوانی در یاری‌طلبی از دوستان و معلمان و کناره‌گیری از دیگران همراه است (لاروس^{۱۲} و باریر^{۱۳}، ۲۰۰۱). سبک‌های دلبستگی نایمن از طریق انعطاف‌ناپذیری (لوپز، ۱۹۹۶) با احساس غربت در ارتباط قرار می‌گیرد (یورلینگز - بونتکو و همکاران ۱۹۹۴، ۱۹۹۶). نشانه‌هایی مانند افسردگی، اضطراب، وسواس و اختلالات جسمانی هر یک به گونه‌ای با احساس غربت در ارتباط قرار

- 1 - Brewin
- 2 - Furnham
- 3 - Howes
- 4 - Cooper
- 5 - Collins
- 6 - Lapsly
- 7 - Edgerton
- 8 - Lopez
- 9 - Bernan
- 10 - Mitchell
- 11 - Germley
- 12 - Larose
- 13 - Barrier

قرار می‌گیرند (استروب^۱، ون ویت^۲، هیوستن^۳ و ویلیس^۴، ۲۰۰۲؛ تاربر و همکاران، ۱۹۹۹؛ تاربر، ۱۹۹۵؛ ون تیلبرگ و همکاران، ۱۹۹۹).

آرچر^۵ و همکاران (۱۹۹۸) با استفاده از ابرازهای سنجش مختلف نشان دادند که زنان بیش از مردان احساس غربت تجربه می‌کنند. این تفاوتها که در مطالعه استروب و همکاران (۲۰۰۲) نیز تکرار شده است ممکن است به دلیل تمایل بیشتر زنان به داشتن روابط اجتماعی با دیگران باشد. البته در پژوهش‌های دانس^۶ (۲۰۰۲)، بروین و همکاران (۱۹۸۹) و کازانزیس^۷ و فلت^۸ (۱۹۹۸) تفاوت جنسی در میزان احساس غربت تأیید نشد.

سبک دلبستگی، شیوه مقابله با استرس‌زاهای را نیز تحت تأثیر قرار می‌دهد. در موقعیت‌های استرس‌زا افراد دارای سبک دلبستگی ایمن غالباً از راهبردهای یاری‌طلبی استفاده می‌کنند، در حالی که دوسوگراها بیشتر از راهبردهای مقابله‌ای هیجان‌مدار استفاده می‌کنند و اجتناب‌گراها از راهبردهای اجتنابگری و ایجاد فاصله (میکولینسر، فلورین^۹ و ولر^{۱۰}، ۱۹۹۳). با فرض محیط غریب به عنوان یک عامل استرس‌زا می‌توان تصور کرد که چنین رابطه‌ای بین سبک‌های دلبستگی و احساس غربت نیز صادق باشد.

پدیده احساس غربت در بزرگسالی از جهاتی شبیه پدیده اضطراب جدایی در کودکی است و چهارمین مجموعه راهنمای تشخیصی و آماری بیماری‌های روانی

- 1 - Stroebe
- 2 - Van Vliet
- 3 - Hwestone
- 4 - Willis
- 5 - Archer
- 6 - Downs
- 7 - Kazantzis
- 8 - Flett
- 9 - Florian
- 10 - Welher

(APA، ۱۹۹۴) نیز آن را به عنوان شکلی از بیان اضطراب جدایی معرفی کرده است، البته با این تفاوت که اضطراب جدایی به جدایی از نگاره دلبستگی اختصاص دارد و احساس غربت به خانواده و محیط مرتبط می‌شود (ون تیلبرگ، ۱۹۹۷). نظریه دلبستگی، بر این اساس، رویکردی مناسب برای تبیین احساس غربت خواهد بود. اگر سبک‌های دلبستگی به عنوان تنظیم‌کننده عواطف (بالبی، ۱۹۶۹، ۱۹۷۳) نقش تعیین‌کننده در شدت و ضعف اضطراب جدایی دارند، و اگر این سبک‌ها شیوه‌های مقابله با استرس و اضطراب جدایی را تحت تأثیر قرار می‌دهند (میکولینسر، اورباخ و یاونیلی، ۱۹۹۸)، پس شاید بتوان مدل دلبستگی را برای تبیین پدیده احساس غربت به کار بست (یورلینگز - بونتکو، ۱۹۹۷). هدف اصلی پژوهش حاضر این بود که مشخص نماید هریک از سبک‌های دلبستگی ایمن، اجتنابی و دوسوگرا چگونه با احساس غربت دانشجویان شهرستانی که به تازگی محیط و خانواده را برای ادامه تحصیلات ترک کرده‌اند، در ارتباط قرار می‌گیرد. فرضیه‌های مورد بررسی در این پژوهش که از نوع همبستگی محسوب می‌شود، عبارتند از:

۱- بین سبک‌های دلبستگی (ایمن، اجتنابی، دوسوگرا) و احساس غربت رابطه وجود دارد.

۲- میزان احساس غربت دانشجویان دختر و پسر متفاوت است.

روش پژوهش

جامعه آماری این پژوهش مجموع دانشجویان جدیدالورود شهرستانی دوره کارشناسی دانشگاه تهران در سال تحصیلی ۸۳-۱۳۸۲ بود. نمونه مورد بررسی در این پژوهش از ۱۴۵ دانشجو (۸۴ دختر، ۶۱ پسر) تشکیل شد. برای انتخاب نمونه از روش نمونه‌گیری چندمرحله‌ای استفاده شد. ابتدا تعداد ۶ دانشکده از مجموع دانشکده‌های

دانشگاه تهران و سپس یک کلاس از هر دانشکده به صورت تصادفی ساده انتخاب شد. پس از هماهنگی‌های لازم با مسئولان ذیربط و آزمودنیها و تشریح اهمیت اهداف پژوهش، مقیاس دلبستگی بزرگسال^۱ و پرسشنامه احساس غربت^۲ به صورت همزمان در اختیار آزمودنیها قرار گرفت. به منظور کنترل تأثیر ترتیب آزمودنیها، در نیمی از موارد، مقیاس دلبستگی بزرگسال پیش از پرسشنامه احساس غربت ارائه شد و در نیمی از موارد ترتیب آنها برعکس شد. میانگین وقت لازم برای تکمیل پرسشنامه‌ها ۱۵ دقیقه بود. برای تحلیل آماری نتایج پژوهش از شاخص‌ها و روشهای آماری شامل فراوانی، درصد، میانگین، انحراف معیار، ضرایب همبستگی، آزمون t و تحلیل واریانس استفاده شد.

ابزار سنجش

مقیاس دلبستگی بزرگسال - سبک دلبستگی آزمودنیها در این پژوهش با استفاده از مقیاس دلبستگی بزرگسال تعیین شد. این مقیاس که با استفاده از مواد آزمون دلبستگی هازن و شیور (۱۹۸۷) توسط مؤلف نخست ساخته و در مورد دانشجویان دانشگاه تهران هنجاریابی شده است، یک پرسشنامه دو قسمتی می‌باشد. در قسمت اول سه سبک دلبستگی ایمن، اجتنابی و دوسوگرا برحسب ۲۱ سؤال در مقیاس ۵ درجه‌ای لیکرت (هیچ=۱؛ کم=۲؛ متوسط=۳؛ خیلی زیاد=۵) از هم متمایز می‌شوند. ضریب آلفای کرونباخ پرسشهای هریک از زیرمقیاسهای ایمن، اجتنابی و دوسوگرا در مورد یک نمونه دانشجویی (N=۲۴۰، بشارت، ۱۳۷۹) برای کل آزمودنیها به ترتیب ۰/۷۴، ۰/۷۲؛ برای دانشجویان دختر ۰/۷۴، ۰/۷۱، ۰/۶۹؛ و برای دانشجویان پسر ۰/۷۳،

1- Adult Attachment Inventory
2 - Homesickness Questionnaire

۰/۷۱، ۰/۷۲ بود که نشانه همسانی درونی^۱ مقیاس دل‌بستگی بزرگسال می‌باشد. در قسمت دوم، آزمودنی با انتخاب یک گزینه از سه گزینه‌ای که سه نوع دل‌بستگی را توصیف می‌کنند، سبک دل‌بستگی خود را مشخص می‌کند. ضریب همبستگی بین نمره‌های آزمودنیها در دو قسمت پرسشنامه برای آزمودنیهای دختر و پسر به ترتیب ۰/۸۵ و ۰/۸۷ بود. ضریب پایایی بازآزمایی^۲ مقیاس دل‌بستگی بزرگسال برای یک نمونه ۳۰ نفری در دو نوبت با فاصله ۲ هفته برای کل آزمودنیها $T=0/92$ ؛ آزمودنیهای پسر $T=0/93$ ؛ و آزمودنیهای دختر $T=0/90$ محاسبه شد.

اعتبار محتوایی^۳ مقیاس دل‌بستگی بزرگسال با سنجش ضرایب همبستگی بین نمره‌های چهار نفر از متخصصان روانشناسی مورد بررسی قرار گرفت. براساس نتایج به دست آمده، ضرایب همبستگی از ۰/۷۳ تا ۰/۷۶ برای سبک دل‌بستگی ایمن، از ۰/۶۰ تا ۰/۷۶ برای سبک دل‌بستگی اجتنابی و از ۰/۶۳ تا ۰/۸۷ برای سبک دل‌بستگی دوسوگرا محاسبه شد که همه در سطوح $\alpha=0/05$ و $\alpha=0/01$ معنی‌دار هستند.

اعتبار همزمان^۴ مقیاس دل‌بستگی بزرگسال با مقایسه نتایج آزمون عزت‌نفس کوپراسمیت (۱۹۶۷) بررسی شد. ضرایب همبستگی بین نمره کلی آزمودنیها در آزمون عزت‌نفس با سبک دل‌بستگی نشان‌دهنده همبستگی مثبت معنی‌دار سبک دل‌بستگی ایمن با عزت‌نفس عمومی ($p=0/002$ و $T=0/39$)، عزت‌نفس تحصیلی ($p=0/002$ و $T=0/39$)، عزت‌نفس خانوادگی ($p=0/002$ و $T=0/39$) و عزت‌نفس اجتماعی ($p=0/001$ و $T=0/41$) بود. این ضرایب برای آزمودنیهای دختر و پسر به تفکیک نیز در سطح $\alpha=0/01$ معنی‌دار بود. ضرایب همبستگی بین نمره آزمودنیها در همه زیرمقیاسهای

-
- 1 - internal consistency
 - 2 - test - retest reliability
 - 3 - content validity
 - 4 - concurrent validity

عزت‌نفس با سبک‌های دلبستگی اجتنابی و دوسوگرا برای کل آزمودنی‌ها، آزمودنی‌های دختر و آزمودنی‌های پسر منفی اما از نظر آماری معنی‌دار نبودند.

پرسشنامه احساس غربت - برای بررسی احساس غربت دانشجویان از

پرسشنامه احساس غربت (آرچر و همکاران، ۱۹۹۸) استفاده شد. این پرسشنامه دارای ۳۳ عبارت است که در مقیاس پنج درجه‌ای لیکرت تنظیم شده‌اند و احساس غربت را در دو عامل «دلبستگی به خانه» و «نارضایتی از دانشگاه» می‌سنجد.

برای ساختن این پرسشنامه، آرچر و همکاران (۱۹۹۸) ماده‌هایی را جمع‌آوری کردند که انتظار داشتند شکلی از واکنش غم و اندوه به منزله احساس غربت باشند. این ماده‌ها مشتق از واکنش‌های غم و اندوه بودند که در پارکر^۱ (۱۹۸۵، ۱۹۷۲، ۱۹۷۰)، شاختر (۱۹۸۶)، شاختر و زیسوک^۲ (۱۹۸۳) شرح داده شده‌اند. به عنوان مثال، می‌توان از واکنش‌های زیر نام برد: واکنش‌هایی که جنبه‌هایی شناختی دارند، مانند افکار مزاحم در مورد خانه؛ واکنش‌هایی که جنبه‌های انگیزشی دارند، مانند احساسات قوی برای کشیده شدن به سوی خانه؛ اضطراب و افسردگی؛ واکنش‌های رفتاری مانند جستجوی تماس. پس از جمع‌آوری ماده‌های مربوط به آزمون، ساختار عاملی آن را بررسی کردند. برای این کار از سه نمونه دانشجویی استفاده شد. در دو نمونه پژوهش ۶ تا ۷ هفته پس از آغاز ترم اول و در نمونه دیگر ۶ هفته پس از شروع ترم دوم آزمون اجرا گردید. تحلیل عاملی سؤالات، دو عامل، یعنی دلبستگی به خانه و نارضایتی از دانشگاه را متمایز کرد. سؤالاتی که دارای بار عاملی ۰/۴۰ یا بالاتر بودند برای فرم نهایی انتخاب و بقیه سؤالات حذف شدند. ۱۴ سؤال در عامل دلبستگی به خانه و ۱۳ سؤال در عامل نارضایتی از دانشگاه بار عاملی بالا داشتند و ۸ سؤال دیگر اگرچه روی هیچیک

1 - Parkes
2 - Zisook

از عوامل بار عاملی بالا نداشتند، بخوبی توانستند افراد دارای احساس غربت بالا و پایین را مشخص کنند. لازم به ذکر است ۲ سؤال، روی هر دو عامل بار عاملی بالایی داشتند و به این ترتیب ۳۳ آیتم برای پرسشنامه نهایی احساس غربت به کار گرفته شد. آلفای کرونباخ برای عامل دل‌بستگی به خانه و نارضایتی از دانشگاه در نمونه‌ای به حجم $n=226$ از دانشجویان جدیدالورود به ترتیب ۰/۸۳ و ۰/۸۵ بدست آمده (آرچر و همکاران، ۱۹۹۸) که نشانگر همسانی درونی خوب این پرسشنامه است.

جهت استفاده از این مقیاس در نمونه ایرانی اعتباریابی^۱ مقدماتی صورت گرفت و برای این کار ابتدا پرسشنامه به زبان فارسی ترجمه شد و پس از اعمال نظر متخصصان در مورد ترجمه و اعتبار صوری آزمون، جهت بررسی اعتبار همزمان به همراه پرسشنامه سلامت عمومی^۲ (GHQ) در یک نمونه ۴۰ نفری از دانشجویان جدیدالورود در هفته چهارم پس از ورود به دانشگاه اجرا شد. همبستگی بین این دو آزمون در نمونه مورد بررسی ۰/۵۰ بدست آمده است که نشان‌دهنده اعتبار همزمان خوب پرسشنامه احساس غربت است. آلفای کرونباخ بدست آمده برای پرسشنامه احساس غربت ۰/۹۰ در عامل دل‌بستگی به خانه و ۰/۸۲ برای عامل نارضایتی از دانشگاه بود که نشانگر همسانی درونی بالایی این پرسشنامه می‌باشد. ضریب همبستگی بدست آمده در دو نوبت به فاصله ۳ هفته برای کل آزمون ۰/۸۱ و برای عامل دل‌بستگی به خانه ۰/۸۳ و برای عامل نارضایتی از دانشگاه ۰/۷۸ بدست آمده است که نشان‌دهنده پایایی باآزمایی قابل قبول این آزمون است. لازم به ذکر است که بعد از اجرای مقدماتی آزمون، برخی از سؤالات نامناسب اصلاح یا حذف شدند و تعداد ۳۰ سؤال

1 - validation

2 - General Health Questionnaire (GHQ)

برای فرم نهایی پرسشنامه انتخاب شد و مطابق با اهداف پژوهش تنها از سؤالات مربوط به عامل «دلبستگی به خانه» استفاده شد.

یافته‌های پژوهش

جدول ۱ مشخصه‌های آزمودنی‌ها را برحسب جنس، سن، سبک دلبستگی و احساس غربت نشان می‌دهد.

جدول ۱- مشخصه‌های آزمودنی‌ها برحسب جنس، سن، سبک دلبستگی و احساس غربت

شاخص				متغیر و گروه
انحراف معیار	میانگین	درصد	فراوانی	
۰/۹۲	۱۸/۸۷	۴۲/۱	۶۱	تعداد و سن دانشجویان پسر
۰/۹۵	۱۸/۷۶	۵۷/۹	۸۴	تعداد و سن دانشجویان دختر
		۵۹	۳۶	سبک دلبستگی ایمن پسران
		۶۳/۱	۵۳	سبک دلبستگی ایمن دختران
		۲۴/۶	۱۵	سبک دلبستگی اجتنابی پسران
		۲۲/۶	۱۹	سبک دلبستگی اجتنابی دختران
		۱۶/۴	۱۰	سبک دلبستگی دوسوگرای پسران
		۱۴/۳	۱۲	سبک دلبستگی دوسوگرای دختران
۶/۷۳	۲۹/۵۷			احساس غربت پسران
۸/۵۵	۳۳/۲۲			احساس غربت دختران

برای بررسی رابطه سبک‌های دلبستگی و احساس غربت از ضریب همبستگی دو رشته‌ای (r_b) استفاده شد. در این تحلیل دانشجویان دارای سبک دلبستگی اجتنابی و دوسوگرا به عنوان افراد نایمن در یک طبقه و دانشجویان دارای سبک دلبستگی ایمن در طبقه دیگر قرار گرفتند. نتایج نشان داد که ضریب محاسبه شده ($P=0/000$) و ($r_b=0/36$) از نظر آماری معنی‌دار است، یعنی بین سبک‌های دلبستگی و احساس غربت همبستگی منفی وجود دارد. دانشجویان دارای سبک دلبستگی ایمن در مقایسه با دانشجویان نایمن احساس غربت کمتری تجربه می‌کنند.

به منظور بررسی تفاوت میانگین‌های نمره احساس غربت دانشجویان دختر و پسر از آزمون t برای گروه‌های مستقل استفاده شد. جدول ۲ نشان می‌دهد که تفاوت دو گروه در سطح $\alpha=0/01$ معنی‌دار است، یعنی دانشجویان دختر بیش از دانشجویان پسر احساس غربت تجربه می‌کنند.

جدول ۲- نتایج آزمون t گروه‌های مستقل برای مقایسه میانگین‌های نمره احساس غربت دانشجویان پسر و دختر

متغیر	میانگین	انحراف معیار	df	t	P
احساس غربت دانشجویان پسر	۲۹/۵۷	۶/۷۳	۶۰	۲/۸۸	۰/۰۰۵
احساس غربت دانشجویان دختر	۳۳/۲۳	۸/۵۵	۸۳		

برای بررسی تفاوت میانگین‌های نمره احساس غربت دانشجویان دارای سبک‌های مختلف دلبستگی و تعامل سبک‌های دلبستگی و جنس آزمودنیها در میزان احساس غربت از تحلیل واریانس دو راهه، جنس در دو سطح (دختر، پسر) و سبک‌های

دلبستگی در سه سطح (ایمن، اجتنابی، دوسوگرا) استفاده شد. نتایج جدول ۳ نشان می‌دهد که افراد دارای سبک‌های دلبستگی متفاوت میزان احساس غربت متفاوتی را تجربه می‌کنند.



جدول ۳- نتایج تحلیل واریانس دو راهه در مورد تأثیر جنس و سبک دلبستگی بر احساس غربت دانشجویان

منبع تغییرات	مجموع مجذورات	df	میانگین مجذورات	F	P
سبک دلبستگی	۱۲۶۱/۵۱	۲	۶۳۴/۷۵	۱۲/۲۸	۰/۰۰۰
جنس	۵۷۱/۶۸	۱	۵۷۱/۶۸	۱۱/۱۰	۰/۰۰۱
سبک دلبستگی × جنس	۳۲۲/۵۳	۲	۱۶۱/۲۷	۳/۱۳	۰/۰۴۷
خطا	۷۱۶۰/۱۱	۱۳۹	۵۱/۵۱		
مجموع تصحیح شده	۹۲۶۱/۰۳	۱۴۴			

مقایسه‌های چندگانه توکی نشان داد که میانگین نمره احساس غربت افراد دارای سبک دلبستگی ایمن از افراد دارای سبک دلبستگی اجتنابی و دوسوگرا به ترتیب به اندازه ۵/۲۷ و ۶/۹۱ کمتر و در سطح $p < ۰/۰۱$ معنی‌دار است، در حالی که تفاوت میانگین نمره احساس غربت افراد دارای سبک‌های دلبستگی اجتنابی و دوسوگرا، که برابر با ۱/۶۴ می‌باشد، معنی‌دار نیست (جدول ۴)

جدول ۴- نتایج آزمون توکی برای مقایسه میانگین‌های نمره احساس غربت دانشجویان دارای سبک‌های دلبستگی متفاوت

تفاوت میانگین نمره احساس غربت	سبک دلبستگی ایمن	سبک دلبستگی اجتنابی	سبک دلبستگی دوسوگرا
سبک دلبستگی ایمن	-		
سبک دلبستگی اجتنابی	۵/۲۷	-	
سبک دلبستگی دوسوگرا	۶/۹۱	۱/۶۴	-

بحث و نتیجه‌گیری

نتایج پژوهش نشان داد که افراد دارای سبک دلبستگی ایمن در مقایسه با آزمودنیهای دارای سبک دلبستگی نایمن احساس غربت کمتری تجربه می‌کنند، به عبارت دیگر بین سبک دلبستگی و میزان احساس غربت رابطه وجود دارد. نتیجه بدست آمده در این پژوهش، با نتایج پژوهشهای قبلی از جمله استروب و همکاران (۲۰۰۲) و توربر و همکاران (۱۹۹۹) مطابقت می‌کند. چند تبیین احتمالی برای این یافته مطرح می‌شود. براساس نظر بالبی و اینزورث، کودکان دارای سبک دلبستگی ایمن می‌توانند از نگاره دلبستگی^۱ به عنوان پایگاه امن برای جستجوگری و اکتشاف استفاده کنند، در حالیکه افراد نایمن فاقد چنین ویژگی بوده و در موقعیتهای ناآشنا، خصوصاً در موقعیتهای استرس‌زا دچار درماندگی می‌شوند.

از آنجا که در پژوهشهای مختلف آشکار شده است که پیوندهای دلبستگی در طول زندگی به ندرت دچار تغییر می‌شوند، تبیین فوق در مورد بزرگسالان نیز صدق می‌کند و بزرگسالان دارای سبک دلبستگی نایمن در مواجهه با جدایی از محیط خانه و موقعیتهای استرس‌زای جدید میزانی از درماندگی را تجربه می‌کنند که ممکن است به صورت احساس غربت ظاهر شود. این مکانیزم تأثیرگذاری سبک دلبستگی، به عنوان کنش «تنظیم عواطف» دلبستگی مورد تأیید قرار گرفته است (میکولینسر، اورباخ و یا ونیلی، ۱۹۹۸).

تبیین دیگر این است که افراد دارای سبک دلبستگی نایمن، به دلیل احساس ناامنی در روابط بین شخصی نمی‌توانند شبکه اجتماعی حمایت‌کننده‌ای در محیط جدید بیابند و ممکن است به این دلیل دچار احساس غربت شوند. در حالیکه خصیصه

1 - attachment figure
2 - affect regulation

«ایمنی‌بخش» دلبستگی ایمن امکان برقراری روابط صمیمی در موقعیتهای مختلف اجتماعی را برای فرد ایمن فراهم می‌سازد. فقدان این خصیصه و «ناایمنی» دلبستگی چنین امکانی را از فرد نایمن سلب می‌کند. براین اساس افراد دارای دلبستگی ایمن با «جانشین‌سازی»^۱ روابط و پیوندهای عاطفی جدید می‌توانند از شکل‌گیری احساس غربت پیشگیری کنند تا مانع تداوم آن شوند. برعکس، افراد دارای سبک دلبستگی نایمن، ناتوان از «جانشین‌سازی» پیوندهای عاطفی جدید دچار احساس غربت می‌شوند.

تبیین دیگر در مورد یافته فوق براساس دیدگاه اسنادی هیجان (شاختر و سینگر، ۱۹۶۲) است. طبق این دیدگاه تجارب هیجانی افراد از لحاظ فیزیولوژیکی یکسان است. اما آنها این تجربیات یکسان را به گونه‌های متفاوت تفسیر می‌کنند. فرض اصلی این دیدگاه این است که هیجانهای ویژه، الگوهای زیستی ویژه‌ای ندارند، بلکه با تحریک جسمانی نامتمایز همراهند و نحوه تفسیر فرد از حالت فیزیولوژیکی نامتمایز خود، عامل تعیین‌کننده نوع هیجان است. بنابراین ممکن است افراد دارای سبک دلبستگی ایمن و نایمن تجربیات یکسانی داشته باشند اما نحوه تفسیر آنها از این تجربیات و برجستگی که به آن می‌زنند متفاوت باشد که این امر می‌تواند بر میزان احساس غربت افراد تأثیر بگذارد.

تبیین آخر در مورد نتیجه مذکور این است که ممکن است افراد دارای سبک‌های دلبستگی ایمن و نایمن از سبک‌های مقابله‌ای متفاوتی استفاده کنند. پژوهش نشان داده است که افراد نایمن از روشهای مقابله‌ای ناکارآمدتر مانند فاصله گرفتن و روشهای متمرکز بر هیجان استفاده می‌کنند و افراد ایمن از روشهای مؤثری

مانند جستجوی حمایت استفاده می‌کنند و همانطور که در فصل دوم گفته شد حمایت اجتماعی یکی از عوامل کاهش احساس غربت است.

در این پژوهش همچنین آشکار شد که دانشجویان دختر بیش از دانشجویان پسر دچار احساس غربت می‌شوند. پژوهش‌های انجام شده در مورد تفاوت‌های جنسی به نتایج متفاوتی دست یافته‌اند. به عنوان مثال آرچر و همکاران (۱۹۹۸)، استروب و همکاران (۲۰۰۲) و بروین و همکاران (۱۹۸۹) نشان داده‌اند که زنان بیش از مردان احساس غربت می‌کنند، اما بررسی‌های دونز (۲۰۰۲) و کازانتیریس و فلت (۱۹۹۸) هیچگونه تفاوت جنسی را در میزان احساس غربت نشان نداده است. گروه اول استدلال می‌کنند که چون یکی از مؤلفه‌های احساس غربت افسردگی است و افسردگی در زنان بیشتر از مردان اتفاق می‌افتد، بنابراین زنان احساس غربت بیشتری تجربه می‌کنند و همچنین معتقدند که چون زنان در مورد مسائل عاطفی بیشتر خود آشکارسازی می‌کنند احساس غربت خود را بیشتر بیان می‌کنند. گروه دوم استدلال می‌کنند که چون زنان نسبت به مردان نیاز بیشتری به پیوندجویی اجتماعی دارند راحت‌تر می‌توانند شبکه حمایت اجتماعی جدیدی را پیدا کنند و این امر احساس غربت آنها را کاهش می‌دهد. آرچر و همکاران (۱۹۹۸) نشان داده‌اند که زنان، تنها در عامل دلبستگی به خانه احساس غربت بیشتری نشان می‌دهند. بنابراین ممکن است تفاوت‌های نتایج مذکور ناشی از ابزارهای متفاوتی باشد که پژوهشگران مورد استفاده قرار داده‌اند. همانطور که قبلاً گفته شد در این پژوهش تنها از عامل دلبستگی به خانه برای سنجش احساس غربت استفاده شده است و شاید همین امر علت تفاوت‌های جنسی در میزان احساس غربت باشد.

یافته‌های پژوهشی (بروین و همکاران ۱۹۸۹) نشان داده‌اند که زنان در برقراری روابط بین شخصی، مخصوصاً با اعضای خانواده بیش از مردان عاطفه‌مدار هستند. براین

اساس در جدایی‌ها از نظر عاطفی بیشتر تحت تأثیر قرار می‌گیرند. احساس غربت می‌تواند یکی از جلوه‌های این تأثیر محسوب شود. این یافته‌ها را می‌توان برحسب شیوه‌های ترتیبی نیز تبیین کرد، شیوه‌هایی که براساس آنها هویت جنسی زنانه با تسهیل ابزار احساسات، و هویت جنسی مردانه با بازداری احساسات مطابقت می‌کند. به این ترتیب آشکارسازی بیشتر احساس غربت در دانشجویان دختر برحسب نقش هویت جنسی آنها تبیین می‌شود و متقابلاً بازداری احساس غربت در دانشجویان پسر به نقش هویت جنسی مردانه نسبت داده می‌شود.

نتایج پژوهش همچنین نشان داد که احساس غربت افراد دارای سبک‌های دلبستگی مختلف (ایمن، اجتنابی، دوسوگرا) متفاوت است. افراد دلبسته ایمن نسبت به افراد دلبسته اجتنابی و نیز نسبت به افراد دوسوگرا احساس غربت کمتری تجربه می‌کنند. اما بین اجتناب‌گراها و دوسوگراها تفاوت معنی‌داری مشاهده نمی‌شود. تبیین‌های مربوط به همبستگی احساس غربت و سبک دلبستگی در مورد مسأله حاضر نیز صدق می‌کند، یعنی ممکن است افراد اجتنابی و دوسوگرا برخلاف افراد ایمن از راهبردهای مقابله‌ای ناکارآمد استفاده کنند و همچنین قادر به ایجاد شبکه اجتماعی حمایت‌کننده جدیدی نباشند که از احساس غربت آنها پیشگیری کرده یا آن را کاهش دهد.

نتایج پژوهش همچنین نشان داد که سبک دلبستگی و جنس افراد بر میزان احساس غربت آنها اثر متقابل اعمال می‌کنند. یعنی میزان احساس غربت افراد در عامل اول (سبک‌های دلبستگی) بستگی به سطوح عامل دیگر (جنس) دارد. در این پژوهش آشکار شد که اگرچه در میزان احساس غربت آزمودنی‌های دارای سبک دلبستگی اجتنابی و دوسوگرا تفاوت وجود ندارد، زمانی که عامل جنس وارد می‌شود تفاوت فوق آشکار می‌شود و دختران دارای سبک دلبستگی دوسوگرا احساس غربت بیشتری نسبت

به پسران دوسوگرا نشان می‌دهند. این یافته را می‌توان به این شرح تبیین نمود. براساس بررسی‌های قبلی (میکولینسر و همکاران، ۱۹۹۳) آشکار شده است که بین سبک دلبستگی افراد و نحوهٔ مقابلهٔ هیجانی با استرس‌زاهای رابطه وجود دارد. افراد ایمن در موقعیت‌های استرس‌زا از راهبردهای کارآمد مانند جستجوی حمایت استفاده می‌کنند و همانطور که قبلاً گفته شد جستجوی حمایت موجب ایجاد پیوند اجتماعی و شبکه اجتماعی حمایت‌کننده‌ای می‌شود که می‌تواند احساس غربت را کاهش دهد. اما افراد نایمن از راهبردهای ناکارآمد استفاده می‌کنند. این امر موجب می‌شود که فرد نتواند شبکه حمایت‌کننده جدیدی را بیابد و از آن طریق احساس غربت او کاهش یابد. افراد دوسوگرا بیشتر از راهبردهای متمرکز بر هیجان استفاده می‌کنند یعنی سعی دارند که نشانه‌های هیجانی مانند اضطراب و افسردگی را کاهش دهند.

از آنجا که زنان نسبت به مردان تمایل بیشتری به ایجاد پیوندهای اجتماعی دارند و عاطفه‌مدارتر از مردان هستند، در جدایی‌ها بیشتر تحت تأثیر قرار می‌گیرند و بنابراین تعامل جنس و سبک دلبستگی دوسوگرا تأثیری مضاعف بر میزان احساس غربت زنان دارد. اما در سبک دلبستگی ایمن احتمالاً تنها عامل جنس بر میزان احساس غربت مؤثر است و بنابراین تفاوت‌های دو جنس کمتر است.

اعتباریابی پرسشنامهٔ احساس غربت به صورت مقدماتی برای نخستین بار در این پژوهش انجام شده است و تا تکمیل مراحل اعتباریابی لازم است نتایج با احتیاط تفسیر شوند. در این پژوهش، فاصلهٔ جغرافیایی افراد با محل سکونت و تعداد موارد مسافرت و جدایی از خانواده کنترل نشده است و این متغیرها ممکن است بر نتایج پژوهش اثر گذاشته باشند. این پژوهش در مورد دانشجویان دانشگاه تهران انجام شده است و به همین دلیل قابلیت تعمیم نتایج محدود است.

نکات زیر برای پژوهش‌های آینده در مورد احساس غربت پیشنهاد می‌شود: بررسی رابطه سبک‌های دلبستگی و احساس غربت با در نظر گرفتن فاصله جغرافیایی آزمودنی‌ها با محل سکونت و تعداد موارد مسافرت و جدایی از خانواده؛ استفاده از گروه‌های سنی مختلف به منظور بررسی رابطه بین سن و احساس غربت؛ انجام پژوهش‌های طولی در مورد رابطه بین سبک‌های دلبستگی و احساس غربت با هدف بررسی همزمان تغییرات احتمالی در سبک‌های دلبستگی، میزان احساس غربت و نوع رابطه سبک‌های دلبستگی و احساس غربت در مراحل مختلف تحول و در سنین مختلف.

منابع

بشارت، محمدعلی (۱۳۷۹). *هنجاریابی مقیاس دلبستگی بزرگسال*. گزارش

پژوهشی. دانشگاه تهران.

Ainsworth, M. D. S., Blehar, M. C., Waters, E., & Wall, S. (1978).

Patterns of attachment: a psychological study of the strange situation. Hillsdale, NJ: Erlbaum.

American Psychiatric Association (1994). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders (4th ed.)* Washington, DC: Author.

Archer, J., Ireland, J., Amus, S. L., Broad, H., & Currid, L. (1998).

Derivation of Homsickness Scale. *British Journal of Psychology*, 89, 205-221.

Bowlby, J. (1969). *Attachment and loss: Vol. I. Attachment*. New York: Basic Books.

- Bowlby, J. (1973). *Attachment and loss: separation*. New York: Basic Books.
- Brewin, C. R., Furnham, A., & Howes, M. (1989). *Demographic and psychological determinants of homesickness and confiding among students*. *British Journal of Psychology*, 80, 467-477.
- Cooper, M. L., Shaver, P. R., & Collins, N. L. (1998). *Attachment styles, emotion regulation and adjustment in adolescence*. *Journal of Personality and Social Psychology*, 74, 1380-1397.
- Coopersmith, S. (1967). *The Antecedents of Self – Esteem*. San Francisco: Freeman.
- Downs, J. (2002). *Adapting to secondary and boarding school: self-concept, place identity and homesickness*. *Driving International Research Agendas*, James Cook University, Australia.
- Eurelings-Bontekoe, E. H. M., Tolsma, A., Verschuur, M. J., & Vingerhoets, A. J. J. M. (1996). *Construction of a Homesickness Questionnaire using a female population with two types of self reported homesickness: preliminary results*. *Personality and Individual Differences*, 20, 415-421.
- Eurelings-Bontekoe, E. H. M., Vingerhoets, A. J. J. M., & Fontijn, A. (1994). *Personality and behavioral antecedents of homesickness and the psychological effects of change and transition*. In S. Fisher & J. Reason (Eds), *Handbook of life stress, cognition and health*. New York: Wiley.
- Eurelings-Bontekoe, E. H. M. (1997). *Homesickness, personality and personality disorders: and overview and therapeutic*

considerations. In M. A. L. Van Tilburg & A. J. J. M. Vingerhoets (Eds.), *psychological aspects of geographical moves: homesickness and acculturation stress* (pp. 197-212). Tilburg: Tilburg University Press.

- Fisher, S., & Hood, B. (1987). *The stress of the transition on universities: A longitudinal study of psychological disturbance, absent-mindedness and vulnerability to homesickness*. *British Journal of Psychology*, 78, 425-441.
- Fisher, S. & Hood, B. (1988). *Vulnerability factors in the transition to university: self-reported mobility history and sex differences as factors of psychological disturbance*. *British Journal of Psychology*, 79, 309-320.
- Hazan, C., & Shaver, P. R. (1998). *Family cohesion and age as determinants of homesickness in university students*. *Social Behavior and Personality*, 26, 195-202.
- Lapsly, D. K., & Edgerton, (2002). *Separation-individuation, adult attachment style, and college adjustment*. *Journal of Counseling and Development*, 80, 484-492.
- Laros, S., & Bariier, A. (2001). *Social support processes: mediators of attachment state of mind and adjustment in late adolescence*. *Attachment and Human Development*, 3, 96-120.
- Lopez, F. G. (1996). *Attachment-related predictors of constructive thinking among college students*. *Journal of Conseling and Development*, 75, 58-63.
- Lopez, F. G., & Bernan, B. (2000). *Dynamic processes underlying adult attachment organization: toward an attachment*

theoretical perspective on the healthy and effective self.

Journal of Conseling Psychology, 47, 283-300.

Lopez, F. G., & Bernan, B. (2002). *Stability and change in adult attachment style over the first year college transition: relationships to self-confidence, coping, and distress patterns.* *Journal of Counseling Psychology, 49, 355-364.*

Lopez, F. G., Mitchell, P., & Germley, B. (2002). *Adult attachment orientations and college student distress: test of a mediational model.* *Journal of Counseling Psychology, 49, 460-467.*

Mikulincer, M., Florian, V., & Weller, A. (1993). *Attachment styles, coping strategies, and post traumatic distress: the impact of the gulf war in Israel.* *Journal of Personality and Social Psychology, 64, 817-826.*

Mikulincer, M., Orbach, I., & Iavnieli, D. (1998). *Adult attachment style and affect regulation: strategies variations is subjective self-other similarities.* *Jouranl of Personality and Social Psychology, 75, 436-448.*

Shuchter, S. R. (1986). *Dimensions of grief: adjusting to the death of a spouse.* San Francisco: Jossey-Bass.

Shuchter, S., & Singer, J. (1962). *Cognitive, social, and physiological determinants of emotion.* *Psychological Review, 69, 379-399.*

Shuchter, S. R., & Zisook, S. (1993). *The course of normal grief.* In M. S. Stroebe, W. Stroebe & R. O. Hansson (Eds.), *Handbook of bereasement: theory, research and intervention*, pp. 23-43. New York: Cambridge University Press.

- Stroebe, M., Van Vliet, T., Hewstone, M., & Willis, H. (2002). *Homesickness among students in two cultures: antecedents and consequences*. *British Journal of Psychology*, 93, 147-168.
- Thurber, C. A. (1995). *The experience and expression of homesickness in preadolescent and adolescent boys*. *Child Development*, 66, 1162-1178.
- Thurber, C. A., Sigman, M. D., Weisz, J. R., & Schmidt, C. K. (1999). *Homesickness in preadolescent and adolescent girls: risk factors, behavioral correlations, and sequelae*. *Journal of Clinical Child Psychology*, 28, 185-196.
- Van Tilburg, M. A. L. (1997). *The psychological context of homesickness*. In M. A. L. Van Tilburg & A. J. J. M. Vingerhoets (Eds.), *Psychological aspects of geographical moves: homesickness and acculturation stress* (pp. 39-54). Tilburg: Tilburg University Press.
- Van Tilburg, M. A. L., Vingerhoets, A. J. J. M., & Van Heck, G. L. (1996). *Homesickness: a review of the literature*. *Psychological Medicine*, 26, 899-912.
- Van Tilburg, M. A. L., Vingerhoets, A. J. J. M., & Van Heck, G. L. (1999). *Determinants of homesickness chronicity: coping and personality*. *Personality and Individual Differences*, 27, 531-539.