

رابطه سبک‌های دلبستگی و خودشکوفایی در شاغلین روان‌درمانگر شهر تهران

The correlation of attachment styles with self-actualization in Psychotherapist in Tehran

تاریخ دریافت مقاله: ۱۳۹۱/۹/۱۶، تاریخ دریافت نسخه نهایی: ۱۳۹۲/۳/۱۸، تاریخ پذیرش مقاله: ۱۳۹۲/۶/۲۱

F. Taj., (M.A). T. Pourebrahim., (Ph.D). M.S.
Sadeghi., (Ph.D). A. Khoshkonesh., (Ph.D)

فاطمه تاج^۱، تقی پوراابراهیم^۲، منصوره سادات
صادقی^۳ و ابوالقاسم خوش کنش^۴

Abstract: The self-actualization literature reveals that self-actualization is one of efficient variables of effective counseling. There are some evidence that attachment security correlates with self-actualization and some dimensions of it. The purpose of this study was to determine the correlation of attachment styles with self-actualization in psychotherapist occupied individuals. The statistical society included psychotherapist in Tehran. The sample included 145 individuals selected from psychotherapy and counseling centers in Tehran; by non-probability multistage method. The research instruments included Hazan and Shaver attachment styles questionnaire (1993)- AAQ and Leclerc & et al. Measure of actualization of potential-MAP. Data analyzed using Pierson correlation, Kruskal walis, independent sample t test and Chi square. The results showed that self-actualization and openness scores had significant negative correlation with avoidant attachment style in psychotherapists and a significant positive correlation was found in openness to self subscale scores of psychotherapists with avoidant attachment style. Founding has been discussed.

چکیده: ادبیات موجود در زمینه خودشکوفایی نشان می‌دهد که خودشکوفایی یکی از شاخص‌های موثر مشاوره موثر است. شواهدی مبنی بر ارتباط امنیت دلبستگی با خودشکوفایی و بعضی ابعاد آن وجود دارد. این پژوهش به منظور تعیین نمودن رابطه سبک‌های دلبستگی با خودشکوفایی در شاغلین روان‌درمانگر انجام شده است. جامعه آماری شامل شاغلین روان‌درمانگر شهر تهران بوده است. از این جامعه ۱۴۵ نفر به روش نمونه‌گیری غیراحتمالی چندمرحله‌ای انتخاب شدند. جهت گردآوری داده‌ها از دو پرسشنامه سبک دلبستگی بزرگسال هازان و شیور (۱۹۹۳)-AAQ و مقیاس شکوفایی استعداد- MAP استفاده شد. جهت تحلیل داده‌ها از آزمون‌های همبستگی پیرسون، کروسکال-والیس، t گروه‌های مستقل و کای دو استفاده شد. یافته‌های به دست آمده از پژوهش نشان داد که نمرات خودشکوفایی و زیرمقیاس گشودگی با سبک دلبستگی اجتنابی شاغلین روان‌درمانگر رابطه منفی معنادار و نمره گشودگی به خود با سبک دلبستگی آزمودنی‌های اجتنابی روان‌درمانگر رابطه مثبت معنادار داشت. نتایج پژوهش مورد بحث قرار گرفته‌اند.

Keywords: Self-actualization, attachment style, employee, psychotherapist

کلید واژه‌ها: خودشکوفایی، سبک دلبستگی، شاغلین، روان‌درمانگر

۱. کارشناس ارشد مشاوره خانواده، دانشگاه شهید بهشتی E-mail: fatemeh.taj@gmail.com

۲. استادیار گروه مشاوره، دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی، دانشگاه شهید بهشتی

۳. استادیار پژوهشکده خانواده، دانشگاه شهید بهشتی

۴. استادیار گروه مشاوره، دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی، دانشگاه شهید بهشتی

مقدمه

خودشکوفایی بازنمایی^۱ حالت روانی بهینه برای انسان^۲ بوده و تقریباً به‌عنوان یک کوشش درون‌زاد، برای به حداکثر رساندن استعدادهای فرد تعریف شده است و می‌تواند به‌عنوان یکی از اجزاء رشد شخصی در نظر گرفته شود (مزلو^۳، ۱۹۵۴ و ۱۹۷۱؛ چنگ و پیچ^۴، ۱۹۹۱؛ همگی به نقل از اسمیت^۵، ۲۰۰۲؛ کامپتون، ۲۰۰۱؛ السزاک و گلدمن^۶، ۱۹۷۵؛ بنجامین و لویی^۷، ۱۹۹۸؛ بیومانت^۸، ۲۰۰۹؛ مسترز^۹، ۲۰۰۹). افراد خودشکופا، خود را با طبیعت انسانی و جاذب‌الخطا بودن می‌پذیرند، آن‌ها ایمن هستند و نیازی به رفتار دفاعی ندارند و به آسانی مورد تهدید واقع نمی‌شوند. این افراد نسبت به محیط و محرک‌ها، حساس و آگاه هستند، مکان کنترل آن‌ها بیشتر درونی است تا بیرونی و بنابراین، خودمختار و مستقل بوده و سیستم ارزشی خود را ایجاد می‌نمایند. هم‌چنین آن‌ها قادرند روابط میان‌فردی مناسب ایجاد نمایند و نسبت به دیگران پذیرش، احترام و حس همدلی دارند (پاترسون^{۱۰}، ۱۹۸۵).

مفهوم سلسله مراتب نیازهای مزلو بر این فرض استوار است که نیازهای سطح پایین باید قبل از این که نیازهای سطح بالاتر برانگیزنده شوند، ارضا یا حداقل نسبتاً ارضا شده باشند. مزلو (۱۹۷۰) نیازهای زیر را به ترتیب چیرگی آن‌ها فهرست کرد: فیزیولوژیکی، ایمنی، محبت و تعلق‌پذیری، احترام و خودشکوفایی. به‌نظر مزلو محبت کافی در کودکی و ارضای نیازهای فیزیولوژیک و ایمنی در دو سال اول زندگی، شرایط لازم برای خودشکوفایی هستند (فیست و فیست^{۱۱}، ۱۳۸۴). آخرین مانعی که مزلو برای خودشکوفایی یادآور می‌شود، تاثیر منفی و نیرومندی است که توسط نیازهای ایمنی اعمال می‌شود (پارمحمدیان و کمالی، ۱۳۸۶). به عقیده وی، فرد در هر لحظه انتخابی میان حفظ «امنیت» و رشد پیش‌رو دارد (رووان^{۱۲}، ۱۹۹۹). لازمه فرایند رشد، میل دائمی به خطر کردن، اشتباه کردن و شکست عادت‌های کهن است و این

1. Representing
2. Humankind
3. Maslow
4. Page
5. Smith
6. Olczak & Goldman
7. Benjamin & Looby
8. Beumanut
9. Masters
10. Patterson
11. Fiest Jess & Fiest Gregory G.
12. Rowan

نیازمند شهامت است و به دنبال خود هر چیزی که ترس و اضطراب فرد را افزایش دهد و میل به بازگشت به سوی امنیت و ایمنی را افزایش می‌دهد؛ به همراه دارد (زیگلر^۱، ۱۳۴۴؛ به نقل از یارمحمدیان و کمالی، ۱۳۸۶).

یکی از حوزه‌های ایمنی در ادبیات روانشناسی، امنیت دلبستگی می‌باشد. دلبستگی که به عنوان یک پیوند عاطفی میان نوزاد- مادر مطرح می‌شود، نقش مهمی در شکل‌گیری هویت و شخصیت فرد دارد (بالبی^۲، ۱۹۸۲؛ به نقل از حجازی و سلامی، ۱۳۸۸). سبک‌های دلبستگی به مدل‌های درون‌نگاری^۳ معینی از دلبستگی گفته می‌شود که شکل پاسخ‌های رفتاری افراد به جدایی از نگاره‌های دلبستگی و پیوند مجدد با این نگاره‌ها را تعیین می‌کنند. این سبک‌ها عمدتاً بر اساس تجربه‌های کودک با مادر (مراقب) شکل می‌گیرند؛ در مراحل مختلف زندگی نسبتاً پایدار می‌مانند، و تعامل‌های اجتماعی را تحت‌تاثیر قرار می‌دهند (بالبی، ۱۹۸۸؛ روتبارد^۴ و شیور، ۱۹۹۴؛ گلدبرگ^۵، ۱۹۹۱؛ واترز، مریک، تریبو، کراول و آلبرشیم^۶، ۲۰۰۰؛ همگی به نقل از بشارت، ۱۳۸۸). سبک‌های دلبستگی بزرگسالی در سه طبقه توصیف می‌شوند: افراد ایمن، نایمن مضطرب/دوسوگرا و نایمن اجتنابی. افراد ایمن در برقراری روابط صمیمی راحت هستند، تمایل دارند برای دریافت حمایت به دیگران وابسته باشند، و اطمینان دارند که دیگران آن‌ها را دوست دارند. چهره‌های دلبستگی خود را به‌عنوان افرادی گرم توصیف می‌کنند. تصویری مثبت از خود دارند و از دیگران توقعات و انتظارات مثبت دارند. افراد مضطرب- دوسوگرا برای برقراری روابط نزدیک تمایل شدیدی دارند، اما در عین حال نگرانی بسیاری از طرد شدن دارند. پذیرش از طرف دیگران را شرط لازم برای داشتن احساس خوب نسبت به خود می‌دانند. این افراد تصویر منفی از خود دارند ولی نسبت به دیگران نگرش مثبت دارند. برای افراد اجتنابی مسئله ارزشمند، خوداتکایی است. این افراد زمانی که احتمال می‌رود از طرف دیگران طرد شوند، با انکار نیاز دلبستگی، در حفظ تصویر مثبت از خود سعی می‌کنند. افراد اجتنابی نسبت به دیگران انتظارات و نگرش منفی دارند (اینزورث^۷ و همکاران، ۱۹۷۸ و هازان و شیور^۸، ۱۹۸۷؛ به نقل از احدی، ۱۳۸۸).

1. Ziegler
2. Bowlby
3. Internal working model
4. Rothbard
5. Goldberg
6. Waters, Merrick, Triboux, Crowell & Albersheim
7. Ainsworth
8. Hazan & Shaver

رابطه سبک‌های دلبستگی و خودشکوفایی در شاغلین روان‌درمانگر شهر تهران

بنابر توضیحات فوق، سبک‌های دلبستگی می‌توانند در قالب هرم نیازهای مزلو و با توجه به نیازهای ایمنی و محبت و تعلق‌پذیری، نقشی تعیین‌کننده در پیمایش مسیر خودشکوفایی داشته باشند.

گرچه پژوهش‌ها مستقیماً رابطه امنیت دلبستگی و خودشکوفایی را مورد مطالعه قرار نداده‌اند، شواهدی مبنی بر ارتباط امنیت دلبستگی با خودشکوفایی (وان^۱، ۲۰۰۹، راف^۲، ۱۹۹۸) و بعضی ابعاد آن وجود دارد. لکلرک، دوبه، هبرت و گالین^۳ (۱۹۹۷)، در جهت ساخت ابزاری برای سنجش خودشکوفایی براساس نظریه مزلو، دو جنبه‌ی اصلی خودشکوفایی را شناسایی نمودند که شامل گشودگی^۴ (گشودگی به خود، گشودگی به دیگران، گشودگی به زندگی) و ارجاع به خود^۵ (سازگاری و خودمختاری) می‌باشد.

یافته‌های بعضی پژوهش‌ها نشان می‌دهند که امنیت دلبستگی با بعضی جنبه‌های خودشکوفایی مانند تسهیل کشف و پذیرش احساسات فرد (ملینکروت، پورتر و کیوبلیگان^۶، ۲۰۰۵)؛ احساس خصومت کمتر نسبت به افراد خارج از گروه و همدلی نسبت به افراد نیازمند، احساس معنی زندگی بیشتر، زندگی وجودی (هایکس و کینگ^۷، ۲۰۰۹؛ کراوس^۸، ۲۰۰۷؛ ستیجر، کاشدن، سالیوان، و لورنتز^۹، ۲۰۰۸؛ همگی به نقل از میکولینسر^{۱۰} و شیور، ۲۰۱۱)؛ احساس شخصی فرد از معنی، ارتباط و خودمختاری (رام^{۱۱} و میکولینسر، ۲۰۰۳؛ به نقل از بالدوین^{۱۲}، ۲۰۰۶)؛ انطباق‌سازنده و متمرکز بر حل مشکل، (لاسیر، سبورین و ترگون^{۱۳}، ۱۹۹۷ و میکولینسر و فلورین^{۱۴}، ۱۹۹۸؛ به نقل از میکولینسر و شیور، ۲۰۰۷)؛ تنظیم هیجانات و سازگاری موثر با فشار، (میکولینسر و شیور، ۲۰۱۱) در ارتباط است.

-
1. Vaughn
 2. Ruf
 3. Leclerc, Dubé, Hébert & Gaulin
 4. Opennes
 5. Self-reference
 6. Mallinckrodt, Kivilighan & Porter
 7. Hicks, King
 8. Kraus
 9. Steger, Kashdan, Sullivan & Lorentz
 10. Mikulicer
 11. Rom
 12. Baldwin
 13. Lussier, Sabourin & Turgeon
 14. Florian

علاوه بر ارتباط احتمالی سبک‌های دل‌بستگی و خودشکوفایی؛ ادبیاتی مبنی بر این بحث وجود دارد که «آگاهی» و به‌ویژه «خودآگاهی»، یکی از اجزاء حیاتی «انتخاب تغییر» و یا «رشد در برابر ایمنی»، می‌باشد (یارمحمدیان و کمالی، ۱۳۸۶؛ گرابر^۱، ۲۰۱۱). افراد بدون توجه و مراقبت نسبت به افکار، احساسات، انگیزه‌ها - و چگونگی تعامل و ارتباط این عوامل با یکدیگر - کم و بیش، الگوهای کارکردی^۲ آشنای خود را به پیش می‌رانند. شناخت و آموزش، اصلی‌ترین حامل تغییر می‌باشند (کرتیس و ستریکلر^۳، ۱۹۹۱؛ به نقل از گرابر، ۲۰۱۱) و یکی از گروه‌هایی که در این حوزه آموزش دیده‌اند، مشاوران و روان‌شناسان می‌باشند.

ادبیات موجود در زمینه خودشکوفایی نشان می‌دهد که خودشکوفایی یکی از شاخص‌های موثر مشاوره موثر است (اسمیت، ۲۰۰۲؛ اومیزو، ریورا، مایکل^۴، ۱۹۸۰؛ فیشر و نپ^۵، ۱۹۷۷؛ راو و وینبرن^۶، ۱۹۷۳). در ادبیات نظری، در میان عوامل فردی مرتبط با درمان موثر، بلوغ هیجانی در سطوح درون روانی و بین فردی به‌طور متناوب، به‌عنوان جزء مرکزی شایستگی حرفه‌ای، مورد آزمون قرار گرفته است (سگال^۷، ۱۹۵۴ به نقل از مائتر^۸، ۲۰۱۱). روزنافسکی^۹ (۱۹۷۹)، درمانگران غیربالغ از نظر هیجانی را در دسته افرادی قرار می‌دهد که در حال ارضای نیازهای من می‌باشند و از محدودیت‌های خود ناآگاه می‌باشند. شنیدر^{۱۰} (۱۹۹۲)، گزارش می‌دهد که بلوغ فردی روان‌درمانگر جزء حیاتی موثر بودن درمان می‌باشد. تعریف عملیاتی وی از بلوغ هیجانی، گشودگی درون فردی و بین فردی، پذیرش و همخوانی بود (مائتر، ۲۰۱۱)، که مبتنی بر تعریف خودشکوفایی از دیدگاه راجرز می‌باشد و نقاط اشتراکی با تعریف خودشکوفایی از دیدگاه مزلو دارد. مک کلاسیکی^{۱۱} و اینگرسول^{۱۲} (۲۰۰۱) در کتاب درسی خود بخشی را جهت توضیح این عقیده که روان‌درمانی شدن کارآموزان بر خودشکوفایی آنان و موثر شدن آن‌ها در رابطه با

پژوهشگاه علوم انسانی و مطالعات فرهنگی
پرتال جامع علوم انسانی

1. Gruber
2. Working Model
3. Curtis & Strickler
4. Omizo, Rivera & Michael
5. Fischer & Knapp
6. Rowe & Winborn
7. Segal
8. Mothner
9. Rozsnafszky
10. Schneider
11. Mc Clowsky
12. Ingersoll

رابطه سبک‌های دلبستگی و خودشکوفایی در شاغلین روان‌درمانگر شهر تهران

مراجعه‌اشان موثر است، اختصاص داده است (اسمیت، ۲۰۰۲). به عقیده کریمر^۱ (۲۰۰۰)، یک درمانگر می‌بایست به صورت مداوم در حال رشد شخصی و حرکت به سمت خودشکوفایی باشد. تحقیقات نشان می‌دهند که خودشکوفایی درمانگران با تسهیل‌گرانه بودن درمانگر از نگاه مراجعین رابطه دارد (زلفرایدج^۲، ۱۹۷۶) و خودشکوفایی می‌تواند به عنوان پیش‌بین توانایی ارتباط تسهیل‌گرانه دانشجویان مشاوره (امیزو، ۱۹۸۰) در نظر گرفته شود. اسمیت، (۲۰۰۲)، در پژوهشی درباره رابطه خودشکوفایی، معنویت و انعطاف‌پذیری شناختی با موثر بودن درمانگر، نشان داد که خودشکوفایی با موثر بودن درمانگر رابطه دارد. ابنی^۳ (۲۰۰۲)، در مطالعه‌ای جهت بررسی رابطه سطح خودآگاهی و موثر بودن مشاوره دانشجویان دکترای روان‌شناسی، سطح خودآگاهی را توسط نمره‌های پرسشنامه POI^4 که جهت سنجش سلامت روانی به شکل خودشکوفایی طراحی شده است، مورد مطالعه قرار داد. موثرترین مشاوران کسانی بودند که خودآگاهی بالاتری داشته و توسط این خصیصه‌ها مشخص می‌شدند: الف) جهت‌گیری درونی، که در آن فرد توسط قواعد و انگیزه‌های درونی شده هدایت می‌شود (در مقابل تاثیر گرفتن از نیروهای بیرونی) ب) ظرفیت ارتباط صمیمی بدون گرفتار آمدن در انتظارات و التزامها ج) وجودی بودن به معنی قابلیت سازگاری، انعطاف‌پذیری و تحمل^۵ و د) پذیرش خود که به معنی داشتن تصویر دقیق و درستی از خود می‌باشد. بر این اساس، عواملی از خودشکوفایی (مانند گشودگی به خود، دیگران و زندگی، و سازگاری و خودمختاری) با کیفیت مواجهه درمانی رابطه دارند.

براساس مطالب فوق؛ و با توجه به این‌که مناسب است درمانگران جهت انجام مشاوره و درمان موثر، به خودشکوفایی گرایش داشته باشند، و با توجه به نقش پایای سبک‌های دلبستگی در ابعاد روانشناختی و عملکردهای دوران بزرگسالی، این مسأله مطرح می‌باشد که با توجه به آموزش‌های رسمی این گروه، اصولاً میان سبک‌های دلبستگی و خودشکوفایی روان‌درمانگران چه ارتباطی وجود دارد؟ سؤال‌های پژوهش به این ترتیب طرح می‌شوند که سبک‌های دلبستگی شاغلین روان‌درمانگر با خودشکوفایی و جنبه‌های آن چه ارتباطی دارند؟ و آیا خودشکوفایی شاغلین روان‌درمانگر در انواع سبک‌های دلبستگی متفاوت است؟

1. Kramer
2. Selfridge
3. Abney
4. Personal Orientation Index
5. Tolarence

بدیهی است که اهمیت طراحی راهکارهای افزایش رشد شخصی، بدون انجام پژوهش‌های محلی مربوط، و مشاهده نتایج، کمتر مورد توجه بوده و پیامدهای مطلوب به‌دنبال نخواهد داشت. لذا، لازم است ابتدا قدم‌های ابتدایی جهت شناسایی وضعیت کنونی خودشکوفایی و عوامل آن در این جامعه برداشته شود.

روش پژوهش

جامعه، نمونه و روش نمونه‌گیری

جامعه آماری پژوهش حاضر شامل، کلیه روان‌شناسان و مشاوران شاغل در تهران است که حداقل دارای مدرک کارشناسی ارشد و ۲۵ سال سن بوده و حداقل یک سال به امر مشاوره و روان‌درمانی اشتغال داشته‌اند. جهت نمونه‌گیری از جامعه اول، فهرست مراکز مشاوره و روانشناختی، از سایت سازمان نظام روانشناسی ایران و سازمان بهزیستی استخراج و به تعداد ۲۶ مرکز مشاوره در نقاط مختلف شهر تهران مراجعه و در نهایت، ۱۴۵ نفر از این جامعه، به روش نمونه‌گیری غیر احتمالی چندمرحله‌ای از جامعه در دسترس انتخاب شدند.

ابزار گردآوری اطلاعات

- پرسشنامه دلبستگی بزرگسالان هازان و شیور نسخه جدید، ۱۹۹۳: یک ابزار اندازه‌گیری خودارزیابی است که توسط هازان و شیور (۱۹۸۷) ساخته شده است. این آزمون بر پایه این فرض، که مشابهت‌هایی از سبک‌های دلبستگی کودک-مراقب را می‌توان در روابط بزرگسالی نیز یافت؛ تنظیم شده است. این ابزار اندازه‌گیری شامل دو بخش است. در بخش اول، آزمودنی در مورد سه جمله توصیفی ارائه شده، وضعیت خود درباره میزان تطابقش با هر توصیف که بیانگر احساسات فرد درباره راحتی و نزدیکی و صمیمیت در روابط است و نشان‌دهنده یک سبک دلبستگی است مشخص می‌کند و در بخش دوم، سبک دلبستگی خود را براساس یکی از سه توصیف ارائه شده که در بخش اول آمده است، معین می‌کند. در بخش اول، روش نمره‌گذاری از نوع لیکرت ۷ درجه‌ای، از کاملاً مخالفم تا کاملاً موافقم انجام می‌گیرد. در بخش دوم، روش نمره-گزاری به صورت مقوله‌ای می‌باشد، به این صورت که نمره ۱، سبک دلبستگی غیرایمن-اجتنابی، نمره ۲، سبک دلبستگی غیرایمن-دوسوگرا و نمره ۳، سبک دلبستگی ایمن را نشان می‌دهد. اعتبار آزمون از طریق محاسبه پایایی آن توسط آزمون-بازآزمون معادل I پیرسون برابر با ۰/۴ به

رابطه سبک‌های دلبستگی و خودشکوفایی در شاغلین روان‌درمانگر شهر تهران

دست آمده است (بالدوین، ۱۹۹۵؛ فنی و نولر^۱، ۱۹۹۶؛ به نقل از مویدفر، آقا محمدیان، طباطبایی، ۱۳۸۶). در تحقیقی که توسط پاکدامن (۱۳۸۳)، بر روی یک نمونه ۱۰۰ نفری (۵۰ پسر و ۵۰ دختر) انجام گرفت، اعتبار آن توسط آزمون-بازآزمون روی این نمونه به ترتیب برای دلبستگی اضطرابی/دوسوگرا، اجتنابی و ایمن، برابر ۰/۷۲، ۰/۵۶ و ۰/۳۷ و میزان آلفای کرونباخ نیز، ۰/۷۹ به دست آمده است (ذراتی و همکاران، ۱۳۸۵). این آزمون توسط بشارت (۱۳۷۹) نیز بر روی یک نمونه ۲۴۰ نفری اعتباریابی شده است. برای ارزیابی پایایی پرسشنامه از روش بازآزمایی استفاده شد که ضریب همبستگی بین دو آزمون $I = 0/92$ به دست آمد (احدی، ۱۳۸۸). همچنین روایی واگرا در نمونه پاکدامن، نشان داد که سه توصیف پرسشنامه سه محتوای جداگانه را می‌سنجند، چراکه همبستگی سبک دلبستگی ایمن با اجتنابی ۰/۱- و با سبک دلبستگی مضطرب-دوسوگرا ۰/۵۴- و همبستگی سبک دلبستگی اجتنابی با مضطرب-دوسوگرا ۰/۱۴ بوده است (ذراتی و همکاران، ۱۳۸۵). آلفای کرونباخ این ابزار در پژوهش حاضر ۰/۶۸ به دست آمده است.

- مقیاس شکوفایی استعداد^۲: این ابزار خودسنجی ۲۷ ماده دارد که برای ارزیابی سطح خودشکوفایی طراحی شده است. MAP یک نمره کل خودشکوفایی، دو نمره زیرمقیاس اصلی شامل زیرمقیاس‌های اصلی «گشودگی به تجربه» و «ارجاع به خود» و همچنین، پنج نمره جهت خرده مقیاس‌های «گشودگی به خود»، «گشودگی به دیگران»، «گشودگی به زندگی» و «سازگاری» و «خودمختاری» به دست می‌دهد. روش نمره‌گذاری از نوع لیکرت ۵ درجه‌ای می‌باشد. میانگین نمرات مجموعه سوالات هر مقیاس محاسبه می‌گردد که در بازه ۱ تا ۵ قرار دارد. نمرات بالاتر نمره کل به معنی خودشکوفایی بالاتر و همچنین نمرات بالاتر هر یک از زیرمقیاس‌ها و خرده‌مقیاس‌ها به معنای سطوح بالاتر آن زیرمقیاس/خرده مقیاس در فرد می‌باشند. لکلرک و همکاران به وسیله مقایسه نمرات آزمودنی‌ها در MAP با رتبه‌بندی روان‌شناسان از سطح خودشکوفایی آن‌ها، روایی ملاک این ابزار را آزمایش کردند. این مقایسه‌ها، همبستگی‌های مثبت و نسبتاً نیرومندی را به بار آوردند، و بر این اساس روایی ملاک MAP را تایید نمودند (فیست و فیست، ۲۰۰۲). براساس گزارش لکلرک و همکاران (۱۹۹۷)، اعتبار این پرسشنامه از طریق محاسبه آلفای کرونباخ این ابزار، ۰/۹، به دست آمده است. این پرسشنامه جهت استفاده در این پژوهش، ابتدا توسط متخصصین ترجمه و سپس بازترجمه شد. همبستگی نمره کل این آزمون با نمره آزمودنی‌ها در آزمون خودشکوفایی اهواز محاسبه و معادل ۰/۶۶ و در

1. Fainy & Noller
2. MAP (Measure of Actualization of Potential)

سطح آلفا برابر ۰/۰۱ معنادار به دست آمد. براساس اجرای مقیاس شکوفایی استعداد، بر روی ۲۹۱ فرد شاغل، در رده سنی ۲۵ تا ۷۰ سال، آلفای کرونباخ ۰/۸۳ به دست آمده است.

یافته‌های پژوهش

داده‌های جمعیت‌شناختی پژوهش در جدول ۱ نشان داده شده‌اند.

جدول ۱. شاخص‌های توصیفی مربوط به جنسیت و سن در گروه مورد بررسی

جنسیت	تعداد	درصد فراوانی در گروه	میانگین سنی	انحراف معیار
زن	۱۰۵	۷۲/۴	۳۶/۸۴	۹/۲۵
مرد	۴۰	۲۷/۶		
کل	۱۴۵	-		

برای بررسی رابطه بین نمرات سبک‌های دلبستگی و خودشکوفایی روان‌درمانگران از ماتریس همبستگی استفاده شد. نتایج تحلیل داده‌ها در جدول ۲ ارائه شده است.

جدول ۲. نتایج آزمون همبستگی برای شناسایی رابطه خودشکوفایی و زیرمقیاس‌های آن با نمرات انواع سبک‌های دلبستگی در شاغلین روان‌درمانگر

مقیاس	زیرمقیاس اصلی	خرده مقیاس‌ها			مقیاس اصلی	خرده مقیاس‌ها	مقیاس
		گشودگی به خود	گشودگی به دیگران	گشودگی به زندگی			
اجتنابی	۰/۱۷۴*	۰/۲۲۵**	۰/۲۶۶**	۰/۰۵۲-	۰/۱۶۰-	۰/۰۶۲-	۰/۰۷۱-
معناداری	۰/۰۳۷	۰/۰۰۷	۰/۰۰۱	۰/۰۵۳	۰/۰۵۵	۰/۴۶۱	۰/۳۹۷
مضطرب-دوسوگرا	۰/۰۲۶	۰/۰۳۴-	۰/۰۳۴-	۰/۰۲۰-	۰/۰۲۱-	۰/۰۰۸-	۰/۰۳۸-
معناداری	۰/۷۵۹	۰/۶۸۱	۰/۶۸۶	۰/۸۰۹	۰/۸۰۶	۰/۹۲۸	۰/۶۴۶
ایمن	۰/۰۵۷	۰/۰۰۳	۰/۰۴۵	۰/۰۱۰-	۰/۰۳۳-	۰/۱۱۱	۰/۰۵۹
معناداری	۰/۴۹۵	۰/۹۷۳	۰/۵۹۵	۰/۹۰۸	۰/۶۹۵	۰/۱۸۵	۰/۴۷۷

*معناداری در سطح ۰/۰۱، **معناداری در سطح ۰/۰۵

همان‌طور که نتایج جدول ۲ نشان می‌دهد نمره سبک دلبستگی اجتنابی با خودشکوفایی رابطه منفی معناداری دارد. این بدان معناست که هرچه فرد بیشتر دلبسته اجتنابی باشد میزان خودشکوفایی و گشودگی در وی پایین‌تر است. هم‌چنین نتایج جدول ۲ نشان می‌دهد که سبک دلبستگی اجتنابی با خرده مقیاس «گشودگی به خود» رابطه مثبت معناداری دارد. یعنی هرچه

رابطه سبک‌های دلبستگی و خودشکوفایی در شاغلین روان‌درمانگر شهر تهران

گروه روان‌درمانگران بیشتر دلبسته اجتنابی باشند نسبت به خود بیشتر گشوده می‌باشند. نتایج مربوط به میانگین رتبه‌ای نمرات خودشکوفایی و زیرمقیاس‌ها در جدول ۳ مشاهده می‌شوند. جدول ۳. میانگین رتبه نمرات خودشکوفایی و زیرمقیاس‌های آن در انواع

سبک‌های دلبستگی در شاغلین روان‌درمانگر

مقیاس/خرده مقیاس	سبک دلبستگی	تعداد	میانگین رتبه
خودشکوفایی	اجتنابی	۱۷	۷۵/۹۴
	مضطرب- دوسوگرا	۱۰	۶۳/۶۵
	ایمن	۱۱۸	۷۳/۳۷
	مجموع	۱۴۵	
گشودگی	اجتنابی	۱۷	۷۲/۶۲
	مضطرب- دوسوگرا	۱۰	۵۹/۰۵
	ایمن	۱۱۸	۷۴/۳۴
	مجموع	۱۴۵	
گشودگی به خود	اجتنابی	۱۷	۷۱/۰۰
	مضطرب- دوسوگرا	۱۰	۵۵/۴۵
	ایمن	۱۱۸	۷۴/۷۸
	مجموع	۱۴۵	
گشودگی به دیگران	اجتنابی	۱۷	۷۳/۸۵
	مضطرب- دوسوگرا	۱۰	۷۶/۸۵
	ایمن	۱۱۸	۷۲/۵۵
	مجموع	۱۴۵	
گشودگی به زندگی	اجتنابی	۱۷	۷۳/۰۹
	مضطرب- دوسوگرا	۱۰	۵۹/۶۰
	ایمن	۱۱۸	۷۴/۱۲
	مجموع	۱۴۵	
ارجاع به خود	اجتنابی	۱۷	۷۶/۰۹
	مضطرب- دوسوگرا	۱۰	۶۹/۸۵
	ایمن	۱۱۸	۷۲/۸۲
	مجموع	۱۴۵	
خودمختاری	اجتنابی	۱۷	۷۰/۴۱
	مضطرب- دوسوگرا	۱۰	۶۹/۷۵
	ایمن	۱۱۸	۷۳/۶۵
	مجموع	۱۴۵	
سازگاری	اجتنابی	۱۷	۷۶/۷۶
	مضطرب- دوسوگرا	۱۰	۷۴/۹۰
	ایمن	۱۱۸	۷۲/۳۰
	مجموع	۱۴۵	

جهت بررسی تفاوت خودشکوفایی شاغلین روان‌درمانگر در انواع سبک‌های دلبستگی از آزمون کروسکال-والیس استفاده شد. در این آزمون، متغیر سبک دلبستگی به‌عنوان متغیر مستقل و متغیرهای خودشکوفایی و زیرمقیاس‌های آن به‌عنوان متغیر وابسته وارد تحلیل شدند. نتایج مربوط به آزمون کروسکال-والیس جهت مقایسه خودشکوفایی و زیرمقیاس‌ها و خرده‌مقیاس‌های آن در جدول ۴ مشاهده می‌شوند.

جدول ۴. نتایج آزمون کروسکال-والیس جهت مقایسه خودشکوفایی و زیرمقیاس‌های آن در انواع سبک‌های دلبستگی در روان‌درمانگران

	خودمختاری	سازگاری	ارجاع به خود	گشودگی به زندگی	گشودگی به دیگران	گشودگی به خود	گشودگی خودشکوفایی	
خی دو	۰/۱۶	۰/۱۹	۰/۱۵	۱/۱۳	۰/۱۱	۱/۰۲	۱/۲۱	۰/۸۸
درجه آزادی	۲	۲	۲	۲	۲	۲	۲	۲
معناداری	۰/۹۲	۰/۹۸	۰/۹۳	۰/۵۷	۰/۹۵	۰/۳۶	۰/۵۵	۰/۷۵

براساس نتایج مشاهده شده در جدول ۴، و مقدار خی دو محاسبه شده، تفاوت معنی‌داری بین نمره خودشکوفایی روان‌درمانگران در انواع سبک‌های دلبستگی وجود ندارد. هم‌چنین نمرات زیرمقیاس‌های اصلی و خرده‌مقیاس‌های خودشکوفایی در انواع سبک‌های دلبستگی تفاوت معنی‌دار ندارند. این بدان معناست که خودشکوفایی، گشودگی، ارجاع به خود و هم‌چنین گشودگی به خود، دیگران و زندگی و هم‌چنین سازگاری و خودمختاری در سبک‌های دلبستگی مختلف در روان‌درمانگران متفاوت نمی‌باشد.

نتایج تحلیل داده‌ها با آزمون t گروه‌های مستقل، تفاوت معنی‌داری بین نمره خودشکوفایی و زیرمقیاس‌های آن در روان‌درمانگران زن و مرد مشاهده نشد. یافته جانبی دیگر، براساس نتایج تحلیل داده‌ها با آزمون کای دو، مبنی بر این بود که تفاوت معناداری میان سبک‌های دلبستگی روان‌درمانگران زن و مرد مشاهده نشد.

بحث و نتیجه‌گیری

نتایج پژوهش براساس جدول ۲ نشان داد که سبک دلبستگی اجتنابی روان‌درمانگران با خودشکوفایی و زیرمقیاس اصلی گشودگی رابطه منفی معنادار و با گشودگی به خود رابطه مثبت و معنادار دارد. نمره گشودگی در این پژوهش میانگین نمره‌های گشودگی به خود،

رابطه سبک‌های دلبستگی و خودشکوفایی در شاغلین روان‌درمانگر شهر تهران

گشودگی به دیگران و گشودگی به تجربه می‌باشد. نمره گشودگی به‌طور کلی با سبک دلبستگی اجتنابی گروه روان‌درمانگران رابطه منفی معنادار دارد، هم‌چنین نمرات گشودگی به دیگران و گشودگی به زندگی با سبک دلبستگی اجتنابی رابطه منفی دارد؛ در حالی که، نتایج آزمون حاکی از وجود رابطه مثبت معنادار میان سبک دلبستگی اجتنابی روان‌درمانگران و گشودگی به خود می‌باشد، به این معنی که هرچه گروه روان‌درمانگران نادلبسته باشند نسبت به خود بیشتر گشوده می‌باشند. این نتیجه مبین رویکرد سبک دلبستگی اجتنابی یعنی احساس مثبت به خود و احساس منفی نسبت به دیگران می‌باشد.

گرچه پژوهشی در رابطه با متغیرهای اصلی این پژوهش و به‌طور خاص در گروه روان‌درمانگران یافت نشد، ولی مطالعاتی درباره متغیرهای مربوط با این پژوهش، در گروه‌های نمونه غیرمتمرکز بر شغل که همسو با نتایج به‌دست آمده هستند، یافته می‌شود.

وجود رابطه مثبت گشودگی به خود با سبک دلبستگی اجتنابی، به این معنی است که این افراد در عبارت‌هایی مانند « من می‌توانم هیجان‌اتم را در شرایط مختلف ابراز کنم»، « مهم نیست چه چیز برایم اتفاق بیفتد، من به احساساتم اعتماد می‌کنم» یا «وقتی با دیگران هستم، خود واقعیم را نشان می‌دهم»؛ درجات مثبت‌تر توصیف‌های لیکرت را ارائه نموده و نمرات بالاتر به دست آورده‌اند.

در تبیین این موضوع قابل ذکر است که براساس نظر کسایدی و شیور (۲۰۰۸) افراد نادلبسته، کمتر به هیجان‌ات خود دسترسی دارند. وجود افکاری که هیجان‌ات را از دسترس خارج می‌کنند، توسط افراد دل‌بسته اجتنابی در مطالعات مربوط به بررسی رابطه نتایج آزمون‌هایی که توسط ابزار خودگزارش‌دهی آگاهانه درباره تجربیات هیجانی با نتایج آزمون‌هایی که کمتر آگاهانه اجرا می‌شوند و بیشتر شواهد ابراز غیرارادی^۱ تجارب در آن مورد مشاهده و سنجش قرار می‌گیرند، کاملاً مشهود است. به‌طور مثال براساس یافته‌های میکولینسر، فلورین و تولماستز (۱۹۹۰؛ به نقل از کسایدی و شیور، ۲۰۰۸)، افراد نادلبسته نسبتاً نمرات پایینی در ابزار خودگزارش‌دهی «ترس از مرگ» دریافت کردند در حالی که ترس زیادی از مرگ را در داستان‌هایی که درباره کارت‌های آزمون اندریافت موضوع نوشته بودند، آشکار نمودند. هم‌چنین در مطالعه‌ای که توسط میکولینسر (۱۹۹۸)، انجام شد، مشاهده شد که افراد دل‌بسته اجتنابی نسبت به افراد دل‌بسته ایمن، در پاسخ به داستان‌های خشم‌آور میزان کمتری از خشم را در ابزار خودگزارش‌دهی گزارش نمودند در حالی که واکنش‌های تحریک روانی بالاتری (ضربان قلب)، نشان دادند.

لذا با توجه مطالب فوق، احتمالاً، افراد نادلبسته به دلیل کمی دسترسی به هیجان‌ات خود و ماهیت خودگزارش‌دهی مقیاس خودشکوفایی استعداد، گشودگی نسبت به خود را مثبت‌تر از آن-چه هست، ارزیابی کرده‌اند.

عدم وجود رابطه میان نتایج حاصل از آزمون فوق در دیگر مقیاس‌های خودشکوفایی و دیگر سبک‌های دل‌بستگی با پژوهش‌های مربوط مشابه و غیرمتمرکز بر شغل، ناهمخوان می‌باشد. مطالعات بارتولومئو و هوروویتز (۱۹۹۱)، (هایکس و کینگ، ۲۰۰۹؛ کراوس، ۲۰۰۷؛ ستیجر، کاشدن، سالیوان، و لورنتز، ۲۰۰۸ به نقل از میکولینسر و شیور، ۲۰۱۱)، میکولینسر (۱۹۹۸؛ به نقل از میکولینسر و شیور، ۲۰۰۷)، گزارش‌هایی مبنی بر ارتباط میان سبک‌های دل‌بستگی مضطرب-دوسوگرا، اجتنابی و ایمن با مقیاس‌هایی مانند معنی زندگی (گشودگی به زندگی)، سازگاری، گشودگی به دیگران و خودمختاری ارائه نموده‌اند.

هم‌چنین، نتایج مربوط به گروه دل‌بسته اجتنابی این مطالعه با مطالعه وان (۲۰۰۹)، که نشان داده است که خودشکوفایی با سبک‌های دل‌بستگی اجتنابی و مضطرب-دوسوگرا، رابطه منفی معنادار و با سبک دل‌بستگی ایمن رابطه مثبت و معنادار دارد، همخوان بوده ولی نتایج مربوط به آزمودنی‌های ایمن و نایمن مضطرب-دوسوگرای پژوهش جاری با مطالعه وان (۲۰۰۹) ناهمخوان می‌باشد.

نکته قابل توجه در این پژوهش، نقش سبک دل‌بستگی اجتنابی در خودشکوفایی روان-درمانگران می‌باشد که علی‌رغم آموزش‌های رسمی و زمینه شغلی آنان با خودشکوفایی و گشودگی رابطه منفی داشته و می‌تواند نشان‌دهنده نقش مقاوم این سبک دل‌بستگی نسبت به تغییر باشد.

عدم وجود رابطه میان دیگر متغیرهای پژوهش در میان روان‌درمانگران، ممکن است به دلیل ماهیت شغلی و آموزش‌های رسمی این گروه می‌باشد که ممکن است منجر به پرورش جنبه‌های مختلف خودشکوفایی، علی‌رغم عدم تغییر و حفظ شدن سبک دل‌بستگی نایمن گردد. هم‌چنین احتمال دیگر، می‌تواند تعداد کم نمونه در گروه سبک دل‌بستگی دوسوگرا بوده باشد. از طرفی، قابل ذکر است که آشنایی روان‌درمانگران به مباحث پرسشنامه‌ها ممکن است بر پاسخ-های ارائه شده تاثیرگذار بوده باشد، با این حال، مطالعاتی مبنی بر تاثیر مواد آموزشی مشاوران و روانشناسان بر خودشکوفایی آن‌ها وجود دارد.

در پژوهش بانک، نپ و مایکل^۱ (۱۹۷۸) جهت آزمون روایی سازه ابزار سنجش «ابعاد جهت‌گیری شخصیت»، POD که خودشکوفایی را اندازه‌گیری می‌کرد؛ با این فرض که

1. Bonk, Knapp & Michael

رابطه سبک‌های دلبستگی و خودشکوفایی در شاغلین روان‌درمانگر شهر تهران

دانشجویان مشاوره می‌بایست پس از گذراندن دوره آموزشی کارشناسی به میزان بالاتری از خودشکوفایی رسیده باشند؛ این ابزار را بر روی دو گروه از دانشجویان مشاوره قبل و بعد از برنامه آموزشی آن‌ها، اجرا نمودند. نتایج آزمون نشان داد که دانشجویان پس از گذراندن دوره آموزشی میزان بالاتری در مقیاس‌های خودشکوفایی داشته‌اند. همچنین در پژوهش دیگری که توسط نپ و فیشر (۱۹۷۷) صورت گرفت، خودشکوفایی به‌عنوان عامل لازم جهت ایجاد اتحاد درمانی مناسب در گروه آموزشی ۳۰ نفری مددکاران اجتماعی مشاور سنجیده شد. نتایج پژوهش نشان داد که میان خودشکوفایی و مقیاس‌های اصلی ابزار POI یعنی، شایستگی زمانی و خودمختاری مددکاران اجتماعی مشاور و گروه کنترل تفاوت معنادار وجود دارد. البته، لازم به ذکر است که درباره ماهیت آزمودنی‌های گروه کنترل این پژوهش اطلاعی در دست نیست.

همچنین مطالعاتی در رابطه با تاثیر آموزش‌های افزایش خودشکوفایی و همچنین بعضی آموزش‌های روانشناسی بر گروه‌های مختلف صورت گرفته است. پژوهش گال^۱ (۲۰۰۶)، در جهت سنجش تاثیر ارائه آموزش به مردان با هدف «هدایت مردان به آغاز مردانگی بالغانه، ارتباط با احساسات، هدایت به سمت زندگی یکپارچه و تعریف جدید مسئولیتشان در ماموریت و هدف شخصی آن‌ها در جهان» خودشکوفایی آن‌ها را توسط ابزار POI، قبل و بعد از برنامه آموزشی سنجید. نتایج این پژوهش تغییرات مثبت معناداری را در ۱۱ مقیاس از ۱۴ مقیاس POI نشان داد.

مطالعه کوپر و کوبایاشی^۲ (۱۹۷۶)، تاثیر آموزش حساسیت میان دو گروه ۱۸ نفره دانشجویان انگلیسی و ژاپنی را مورد بررسی قرار داد. خودشکوفایی دانشجویان قبل و بعد از دوره آموزشی که بر سطح احساس از ارتباط و تمرکز بر رفتار اینجا و اکنون در گروه تاکید داشت توسط ابزار POI مورد سنجش قرار گرفت. پس-آزمون افزایش معناداری در مقیاس‌های خودمختاری و خودحمایتگری، انعطاف‌پذیری در ارزش‌ها، حساسیت به نیازها و احساسات خود، رفتار خودبخودی، پذیرش خود علی‌رغم ضعف‌ها، پذیرش پرخاشگری و ظرفیت ارتباط صمیمی را در آزمودنی‌های انگلیسی و حساسیت نسبت به احساسات و نیازهای خود را در آزمودنی‌های ژاپنی نشان داد.

نتایج پژوهش گاروی^۳ (۲۰۱۰)، نیز نشان داده است که آموزش‌های رسمی دانشجویان روانشناسی و مشاوره در «افزایش بعضی ابعاد مربوط به خودشکوفایی در سبک‌های دلبستگی

-
1. Goll
 2. Cooper & Kobayashi
 3. Garvey

ایمن و نایمن مضطرب-دوسوگرا»، موثر است. بنابراین، در تبیین نتایج آزمون، می توان به تاثیر احتمالی ماهیت شغلی و آموزش های رسمی روان درمانگران اشاره نمود. نتایج این پژوهش درباره عدم مشاهده تاثیر آموزش در مشاوران با سبک دلبستگی اجتنابی با پژوهش جاری همخوان می باشد. البته با توجه به تعداد بسیار کم نمونه در پژوهش گاروی (۲۰۱۰) لازم است، در تعمیم نتایج آن احتیاط نمود.

براساس پژوهش های فوق، می توان نتیجه گرفت که آموزش می تواند در افزایش خودشکوفایی نقش موثر داشته باشد و احتمالاً عدم مشاهده تفاوت معنادار در خودشکوفایی شاغلین روان درمانگر می تواند به دلیل مواد درسی و دانش این گروه و زمینه شغلی آنان بوده باشد.

منابع

- احدی، بتول (۱۳۸۸). رابطه احساس تنهایی و عزت نفس با سبک های دلبستگی دانشجویان. نشریه *مطالعات روانشناختی*، دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی دانشگاه الزهراء، دوره ۵، شماره ۱.
- بشارت، محمدعلی (۱۳۸۸)؛ سبک های دلبستگی و نارسایی هیجانی، *پژوهش های روانشناختی*، دوره ۱۲، شماره ۳ و ۴.
- تاج، فاطمه (۱۳۹۰)؛ رابطه سبک های دلبستگی و خودشکوفایی در روان درمانگران و مقایسه آن با شاغلین غیرروان درمانگر شهرستان تهران. پایان نامه کارشناسی ارشد رشته مشاوره خانواده، دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی دانشگاه شهید بهشتی
- حجازی، الهه؛ نگهبان سلامی، محمود (۱۳۸۸). رابطه سبک های دلبستگی به والدین و همسالان با سبک ها هویت در نوجوانان، *مجله روانشناسی و علوم تربیتی*، سال سی و نهم، شماره ۱، ۱۰۷-۱۳۱.
- شقاقي، فرهاد (۱۳۸۳). مقایسه خودشکوفایی دانشجویان دوره های کارشناسی و کارشناسی ارشد دانشگاه پیام نور. طرح پژوهشی از دانشگاه پیام نور، دریافت شده از: <http://www.pnu.ac.ir/portal/File/ShowFile.aspx?ID=d7c80f74-222a-4258-86da-ec4938c7da56>
- شهبانیان، آمنه؛ یوسفی، فریده (۱۳۸۶). رابطه بین خود - شکوفایی، رضایت از زندگی و نیاز به شناخت در دانش آموزان با استعداد های درخشان. *پژوهش در حیطه کودکان استثنایی*، شماره ۲۵، ۳۱۷-۳۳۶.
- فیست، جس و فیست، گریگوری جی (۱۳۸۴). *نظریه های شخصیت*، ترجمه سید محمدی یحیی، تهران، نشر روان
- ذراتی، ایران؛ امین یزدی، امیر و آزادفلاح، پرویز (۱۳۸۵). رابطه هوش هیجانی و سبک های دلبستگی. *تازه های علوم شناختی*. سال هشتم، شماره یک.

رابطه سبک‌های دلبستگی و خودشکوفایی در شاغلین روان‌درمانگر شهر تهران

مظاهری، محمدعلی (۱۳۷۹). نقش دلبستگی بزرگسالان در کنش‌وری ازدواج. *مجله روانشناسی*، (۱۵)-۴، ۲۸۶-۳۱۸.

مظاهری، محمدعلی، عارف‌نظری، مسعود (۱۳۸۴). سبک‌های دلبستگی و شیوه همسرگزینی (چندهمسری - تک‌همسری). *فصلنامه خانواده‌پژوهی*، سال اول، شماره ۴، ۲۲۳-۲۳۸.

یارمحمدیان، احمد؛ کمالی، فاطمه (۱۳۸۶). بررسی رابطه هوش هیجانی با خود شکوفایی دانش آموزان پایه اول دبیرستان. *مجله علوم اجتماعی و انسانی دانشگاه شیراز*، دوره بیست و ششم، شماره سوم، (پیاپی ۵۲)، ص ۲۲۵.

Abney, P. (2002). A study of the relationship between the levels of self-awareness within students enrolled in counseling practicum and the measurements of their counseling effectiveness. *Dissertation Abstracts International*, 63, A3112

Baldwin, M. W. (2006). *Interpersonal cognition*. New York, NY, US: Guilford Press, 1 edition.

Benjamin, P.; Looby, J. (1998). Defining the nature of spirituality in the context of Maslow's and Rogers's theories. *Counseling and Values*, 42(2), 92-100.

Beaumont, Sherry L. (2009). Identity Processing and Personal Wisdom: An Information-Oriented Identity Style Predicts Self-Actualization and Self-Transcendence, *Identity*. Volume: 9, Issue: 2, Pages: 95-115.

Bonk, Edward C.; Knapp, Robert R.; Michael, William B. (1978). Personality growth among counselor trainees as measured by the personal orientation dimensions, *Educational and Psychological Measurement*. July 1978 vol. 38 no. 2 519-521.

Cassidy, Jude; Shaver, Phillip R. (2008). *Handbook of Attachment: Theory, Research, and Clinical Applications*. The Guilford Press, April 2008.

Chang, Raylene (1991). Characteristics of the self-actualized person: Visions From the East and West. *Counseling and Values*, (1991) Volume: 36, Issue: 1, Pages: 2-10.

Compton, W.C. (2001). Toward a tripartite factor structure of mental health: subjective well-being, personal growth, and religiosity. *The Journal of psychology*, Volume: 135, Issue: 5, Pages: 486-500.

Cooper, Cary L.; Kobayashi, Koichiro (1976). Changes in self-actualization as a result of sensitivity training in England and Japan. *Small Group Behavior*, Vol 7(4), 387-396.

Coy, D. R., & Kovacs-Long, J. (2005). Maslow and Miller: An exploration of gender affiliation in the journey to competence. *Journal of Counseling & Development*, 83, 138-145.

Fischer, Joel; Knapp, Robert R. (1977). The Validity of the Personal Orientation Inventory for Measuring the Effects of Training for Therapeutic Practice, *Educational and Psychological Measurement*. 37, 4, 1069-74, W 77.

Garvey, Alison (2010). An investigative study into the attachment styles of trainee therapists and the effects of counselling & psychotherapy training on the romantic relationships of student internships. Thesis submitted in partial fulfillment of the requirements of the BA counselling and psychotherapy, Dublin business school.

- Goll, John (2006). Impact of men's initiation training on self-actualization and spiritual maturity. *International Journal of Self Help and Self Care*, Issue: Volume 4, Number 4, 417 – 418.
- Gruber, Amy E. (2011). Looking at what creates positive change in the attachment style across the lifespan. Dissertation submitted to the Wright Institute Graduate of psychology in partial fulfillment of the requirements of the degree of Doctor of psychology.
- Hazan, C., & Shaver, P. (1987). Romantic Love Conceptualized as an Attachment Process. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52, 511-524.
- King, Mark (1974). Sex differences in self-actualization. *Psychological Reports*, Volume 35, Issue , pp. 602-602.
- Kramer, Charles H. (2000). *Therapeutic Mastery: Becoming a More Creative and Effective Therapist*. Zeig Tucker & Theisen Publishers.
- Lefrançois, R.; Leclerc, G.; Dubé, M.; Hébert, R.; Gaulin, P. (1997). The development and validation of a self-report measure of self-actualization. *Social Behavior and Personality: an international journal*, Volume 25, Number 4, pp. 353-365(13).
- Mallinckrodt, B., Porter, M. J., & Kivlighan, D. M., Jr. (2005). Client attachment to therapist, depth of in-session exploration, and object relations in brief psychotherapy. *Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training* , Volume 42 (1): 85
- Masters, Bradley R. (2009). A study of self-actualization of gifted children in public high school programs. Dissertation submitted to the Faculty of Holos University, Doctoral dissertation of Theology.
- Mikulincer, M., & Shaver, P. R. (2007a). *Attachment in adulthood: Structure, dynamics, and change*. New York: Guilford Press.
- Mikulincer, Mario; Shaver, Phillip R. (2011). An Attachment Perspective on Coping with Existential Concerns, retrieved from: <http://portal.idc.ac.il/en/Symposium/HSPSP/2011/Documents/cshaver-mikulincer11.pdf>.
- Mothner, Kelly M.A. (2011). Therapists in training: Level of emotional maturity among clinical psychology. Doctoral dissertation submitted in partial satisfaction of the requirements for the degree doctor of philosophy in psychology, California school of professional psychology, Alliant international university, Los Angeles.
- Okech, Allan; Chambers, Crystal Renée (2012). Gender Differences in Self-Actualization. in Crystal Renée Chambers, Rhonda Vonshay Sharpe (ed.) *Black Female Undergraduates on Campus: Successes and Challenges (Diversity in Higher Education, Volume 12)*, Emerald Group Publishing Limited, pp.59-74.
- Olczak, Paul V.; Goldman, Jeffrey A. (1975). The relationship between self-actualization and psychosocial maturity. *Journal of Clinical Psychology*, Volume 31, Issue 3, pages 415-419.
- Omizo, Michael M.; Rivera, Edelwina; Michael, William B. (1980). Self-actualization measures as predictors of ability in facilitative communication among counselor trainees. *Educational and Psychological Measurement*, vol. 40 no. 2 451-456.

- Parkes, C. M.; Stevenson- Hinde, J.; Marris, P. (2004). *Attachment Across the life Cycle*. London: Routledge.
- Paterson, C. H. (1985). *The therapeutic relationship*. Monterey, CA: Brooks/Cole 1985.
- Ruf, Deborah Lou (1998). Environmental, familial, and personal factors that affect the self-actualization of highly gifted adults: Case studies. Dissertation submitted to the Faculty of the graduate school of the University of Minnesota, Doctoral dissertation of Philosophy.
- Rowan, John (1999). Ascent and Descent in Maslow's Theory. *Journal of Humanistic Psychology* 1999 39: 125.
- Rowe, Wayne; Winborn, Bob B. (1973). Self-actualization and counselor interpersonal functioning: a Replication. *Journal of Humanistic Psychology*, April 1973 13: 79-84.
- Selfridge Fred F. (1976). Correlates of Counselor Self-Actualization and Client-Perceived Facilitativeness, *Counselor Education and Supervision*, Volume 15, Issue 3, pages 189–194
- Schneider, Kirk J. (1992). Therapists' Personal Maturity and Therapeutic Success, *The Psychotherapy Patient*, Volume 8, Issue 3-4, 71-91.
- Smith, Michael Robert (2002). The relationship between personality traits, and trainee effectiveness in counseling sessions: cognitive flexibility, self-actualization and spirituality. Dissertation submitted in doctor of philosophy in counseling and educational psychology, University of Nevada-Reno.
- Vaughn, Lisa M. (2009). Relationship of Attachment Style and Ethnic Identity to self-Actualization in College Students. *Journal of College & Character*, Volume 10, No. 6.
- Velasquez, Melissa A. (1996). Comparing gender differences of college students on Self Actualization. Retrieved from:<http://www.missouriwestern.edu/psychology/research/psy302/spring96/MelissaVelasquez.html>