

بررسی رابطه روان‌بنه‌های هیجانی با سبک‌های دلبستگی در نوجوانان محروم از والدین

Relationship between attachment styles and emotional schemes in adolescents deprived of parental

M. Hatami, Ph.D.

دکتر محمد حاتمی*

M. Omidbeygi

مریم امیدبیگی**

چکیده

از آنجا که نوجوانان اقشار آسیب‌پذیر که به دلیل نبود والدین ممکن است دارای سبک‌های دلبستگی ناایمن بوده و در بیان و پذیرش احساسات خود دچار مشکل باشند این مطالعه با هدف بررسی رابطه سبک‌های دلبستگی با روان‌بنه‌های هیجانی در نوجوانان اقشار آسیب‌پذیر که یکی از والدین آنها در اثر فوت، طلاق و یا اشتغال حضور ندارد بود.

در این تحقیق که یک مطالعه همبستگی بود نمونه پژوهش شامل ۱۰۰ نفر از دانش‌آموزان مناطق محروم استان البرز بود که به صورت تصادفی انتخاب شدند. شرکت‌کنندگان پرسشنامه روان‌بنه هیجانی لیهی و پرسشنامه سبک‌های دلبستگی کولینز و رید را تکمیل کردند. داده‌ها با استفاده از ضریب همبستگی پیرسون و ضریب با نرم‌افزار SPSS 22 تحلیل شد.

نتایج نشان داد در این گروه هدف خاص، همبستگی معنی‌داری با ضریب اطمینان ۹۵

*. دانشیار دانشگاه خوارزمی (نویسنده مسؤل)

** . دانشجوی کارشناسی ارشد روانشناسی بالینی

درصد بین روان‌بنه‌های هیجانی در ابعاد توافق عمومی، گناه، تأیید، سرزنش، طول مدت احساسات و مهار کردن با سبک دلبستگی ناایمن اضطرابی وجود دارد. همچنین در افراد دارای سبک دلبستگی اجتنابی روان‌بنه‌های هیجانی پذیرش احساسات، ابراز، بی‌حسی و عقلانیت با ضریب اطمینان ۹۵ درصد رابطه معنی‌داری دیده شد.

واژه-کلیدها: سبک دلبستگی ناایمن^۱، سبک دلبستگی دوسوگرا- اضطرابی^۲، سبک دلبستگی اجتنابی^۳، روان‌بنه‌های هیجانی.

Abstract

Since poor adolescents may have insecure attachment styles because of the lack of their parents and have trouble with expression or acceptance of their feelings, This study aimed to investigate the relationship between attachment styles and emotional schemas in vulnerable adolescents whom one of their parents was absent due to death, divorce or employment. This was a correlation study and samples consisted of 100 students from deprived areas of Alborz province, were randomly selected. Data collection was done by using Leahy emotional schema questionnaire and collins and read attachment styles questionnaire. Data were analyzed using Pearson correlation coefficients with SPSS 22.0 software. The results showed that in this specific target group, there was a positive correlation between emotional schemas aspects of consensus, guilty, validation, blaming others, duration of strong feelings, controllability and anxious insecure attachment style. Also, people with avoidant attachment style showed a significant relationship with some of emotional schemas aspects such as acceptance, expression, numbness and rationality with 95% confidence.

Keywords: insecure attachment, ambivalent anxious, avoidant attachment style, emotional schemas.

Contact information: omidbegi.gi_n@yahoo.com

مقدمه

سبک‌های دلبستگی از منابع درون‌فردی هستند که می‌توانند سطوح تنش و ناتوانی را در شرایط ناگوار تعدیل کنند و اثرات منفی تنش را کم‌رنگ‌تر جلوه دهند. بنا بر نتایج پژوهش‌ها، سبک‌های دلبستگی اهمیت پیش‌بینی‌کننده زیادی در بهداشت روانی دارد (بشارت و همکاران، ۲۰۱۱). بر اساس نظریات بالبی، دلبستگی به معنای پیوند عاطفی است که در کودکی، بین کودک و مراقب اصلی وی شکل می‌گیرد و بر رشد اجتماعی و احساس کودک در کل زندگی مؤثر است (بالبی، ۱۹۶۹). روابط دلبستگی، نقش بسیار مهمی در احساس امنیت افراد دارند (تاسکا، ریچی و بالفور، ۲۰۱۱). یکی از اصول پایه‌ای دلبستگی این است که روابط دلبستگی اولیه بر طول زندگی فرد مؤثر است (هازان، شاور، ۱۹۸۷). بالبی معتقد است تجارب اولیه فرد با والدین یا نوع رابطه هیجانی فرد با والدین خود در دوران کودکی می‌تواند روابط فرد در بزرگسالی تحت تأثیر قرار دهد. به نظر وی اکثر مشکلات دوران کودکی و بزرگسالی منتج از تجربیات واقعی دوران کودکی است (تاسکا، ریچی و بالفور، ۲۰۱۱).

به نظر بالبی سبک‌های دلبستگی مشاهده‌شده در دوران نوزادی، در قوانین و راهکارهای تباین با تنش در بزرگسالی منعکس می‌شود (بالبی، ۱۹۶۹) ماهیت خود در افراد دلبسته ناایمن با خود ارزشمندی اگر - پس مشخص می‌شود. یک چنین خود اگر - پس به طور دفاعی، اجتنابی است. در مقابل ماهیت خود در افراد دلبسته ایمن یک "خود" حقیقی خاص است و افرادی که سبک دلبسته ناایمن دارند کارکرد زناشویی^۵ ضعیف ارتباط و حل مسأله^۶ ضعیف دارند (درامیس، ۲۰۱۰)، همچنین انعطاف‌پذیری و اعتماد متقابل پایین دارند و در موقعیت‌های اضطراب‌آور در جستجوی حمایت، ضعیف عمل می‌کنند (لانگ، ۲۰۱۰). سبک دلبستگی ناایمن با اعتماد به خود پایین نیز ارتباط دارد و به طور کلی افراد با دلبستگی ناایمن نسبت به افراد ایمن بیشتر در معرض مشکلات روانی مانند اضطراب و افسردگی می‌باشند (نوری و جان بزرگی، ۱۳۹۰).

در بسیاری از اختلالات روانی ردپای مشکلات ارتباطی دیده می‌شود و اغلب مشکلات بین‌فردی تحت تأثیر پردازش‌های شناختی و هیجانی افراد قرار دارد. شیوه تصور افراد از خود و

دیگران روان‌بنه نامیده می‌شود. یانگ معتقد است که این روان‌بنه‌ها به دلیل ارضا نشدن نیازهای اساسی دوران کودکی به وجود می‌آیند که این نیازها عبارت‌اند از: دلبستگی ایمن به دیگران، خودگردانی، کفایت و هویت، آزادی در بیان نیازها و هیجان‌های سالم، خودانگیختگی و تفریح و محدودیت‌های واقع‌بینانه و خویشتن‌داری (یانگ، کلوکسو و ویشار، ۲۰۰۳).

لیهی مدلی برگرفته از مدل فراشناخت ولز و همکارانش به وجود آورده و روان‌بنه‌های هیجانی را به عنوان الگوها، روش‌ها و راهبردهایی که در پاسخ به یک هیجان استفاده می‌شوند، تعریف کرده است. وقتی هیجان و احساسی ظاهر می‌گردد، گام اول توجه به آن احساس است، گام دوم در مدل لیهی اجتناب شناختی^۷ و هیجانی از آن احساس است. این اجتناب ممکن است به صورت گسستگی، مصرف مواد و مصرف الکل رخ دهد. روان‌بنه‌های هیجانی ساختارهای روانی هستند که به شخصیت فرد شکل می‌دهند و بر روی تعامل با دیگران، تجربه هیجانی و تفسیر واکنش‌های ما تأثیر می‌گذارند. در طول دوره کودکی روان‌بنه‌های هیجانی مانند یادگیری‌های کودک برای تعامل و تنظیم هیجانی از طریق تعاملات با مراقبان مهم رشد می‌یابند. در مدل روان‌بنه‌های هیجانی لیهی، تلاش شده است نقش هیجان‌ها و راهبردهای پردازش هیجانی برجسته شود (لیهی، ۲۰۰۲). مدل روان‌بنه‌های هیجانی، با این اصل بنیادین پایه‌گذاری شده است که هیجانی‌هایی مثل ترس، ناراحتی، اضطراب و تنهایی، تجاربی جهان‌شمول محسوب می‌شوند، اما تفاوت‌های فردی زیادی در زمینه مفهوم‌سازی هیجان‌ها و راهبردهای کنار آمدن با آن‌ها وجود دارد. ممکن است برخی از این راهبردها و مفهوم‌سازی‌ها، آتش‌بیار معرکه شوند و فرد را دچار مشکل کنند (بک و همکاران، به نقل از حمیدپور، ۱۳۹۲). مدل "شناختی اجتماعی" (که هیجان‌ها را معلول شناخت یا تفکر می‌داند) درباره افکار ناخواسته و برانگیختگی هیجانی به ارائه مفهوم‌سازی‌های جدیدی پرداخته است (لنهان و سندفور، ۲۰۰۸؛ ولز و کارتر، ۲۰۰۱). به عنوان مثال، افراد مبتلا به اختلال وسواسی-اجباری، افکار ناخواسته را شاخصی از مسئولیت‌پذیری، آسیب‌شناسی فردی و کنترل‌ناپذیری تلقی می‌کنند. تلاش برای فرونشانی یا اجتناب از این افکار منجر به احساس شرمندگی بیشتر، از دست دادن کنترل، اضطراب و تشدید فکر اولیه می‌شود (ولز و کارتر، ۲۰۰۱).

با توجه به اهمیت سلامت روان در زندگی افراد به‌ویژه نوجوانان اقشار آسیب‌پذیر که آینده‌سازان مملکت هستند و اینکه مشکلات مالی و تک‌سرپرست بودن خانواده و شکل‌گیری سبک‌های دلبستگی ناایمن و روان‌بنه‌های هیجانی ناسازگار می‌تواند زمینه‌ساز بروز مشکلات عاطفی بشود و اثرات مخربی در روابط فعلی و آینده آنها داشته باشد این پژوهش با هدف بررسی روان‌بنه‌های هیجانی با سبک‌های دلبستگی در نوجوانان اقشار آسیب‌پذیر در اثر نبود والدین (فوت، طلاق، اشتغال) انجام شد.

فرضیه‌های پژوهش

۱- بین سبک‌های دلبستگی ناایمن و روان‌بنه‌های سازش‌نا یافته هیجانی رابطه معنی‌دار آماری وجود دارد.

۲- نوع سبک دلبستگی در شکل‌گیری نوع روان‌بنه هیجانی مؤثر است.

متغیرهای تحقیق عبارتند از سبک‌های دلبستگی و روان‌بنه‌های هیجانی.

تعریف مفهومی سبک دلبستگی: پیوند عاطفی است که در کودکی، بین کودک و مراقب اصلی وی شکل می‌گیرد و بر رشد اجتماعی و احساس کودک در کل زندگی مؤثر است. تعریف عملیاتی سبک دلبستگی: با استفاده از پرسشنامه دلبستگی کولینز و رید^۱ (۱۹۹۰) این شاخص سنجیده می‌شود. این پرسشنامه مشتمل بر ۱۸ ماده می‌باشد که از طریق علامت‌گذاری امتیازهای کسب شده توسط هر آزمودنی محاسبه می‌شود. این ۱۸ ماده شامل سه خرده‌مقیاس است که در هر خرده‌مقیاس نمرات کسب شده بین ۰ تا ۲۴ متغیر است.

تعریف مفهومی روان‌بنه‌های هیجانی: شیوه کلی تفسیر هر فرد از هیجان‌اتش و نحوه پاسخگویی به آنها.

تعریف عملیاتی روان‌بنه‌های هیجانی: با استفاده از مقیاس روان‌بنه‌های هیجانی لیهی ۱۴ بعد روان‌بنه‌های هیجانی اندازه‌گیری می‌شود. در هر مورد که میانگین امتیازات بالای ۴ باشد به منزله وجود روان‌بنه تلقی می‌شود.

روش

طرح تحقیق حاضر یک مطالعه توصیفی همبستگی است زیرا هدف، بررسی رابطه بین چند متغیر است جامعه آماری دانش‌آموزان اقشار آسیب‌پذیر مقطع دبیرستان‌های نواحی چهارگانه استان البرز، در دامنه سنی ۱۴-۱۷ سال بودند که یکی از والدین آنها به یکی از دلایل فوت، طلاق و یا اشتغال در خانواده حضور نداشتند و به روش نمونه‌گیری تصادفی انتخاب شدند. بعد از انتخاب افراد در مورد نحوه تکمیل پرسشنامه‌ها برای آنها توضیحاتی ارائه می‌شد و پرسشنامه‌ها در اختیار آنها قرار می‌گرفت. پس از بررسی صحت اطلاعات مندرج در پرسشنامه‌ها و استخراج داده‌ها به وسیله نرم‌افزار SPSS ۲۲ مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت. برای تحلیل نتایج از روش آماری همبستگی پیرسون استفاده شد.

ابزار گردآوری اطلاعات شامل: ۱- پرسشنامه دلبستگی کولینز و رید این مقیاس شامل خودارزیابی از مهارت‌های ایجاد روابط و خود توصیفی شیوه شکل‌دهی روابط دلبستگی نسبت به افراد نزدیک است و مشتمل بر ۱۸ ماده می‌باشد که از طریق علامت‌گذاری روی یک مقیاس ۵ درجه‌ای (از نوع لیکرت) که از؛ به‌هیچ‌وجه با خصوصیات من تطابق ندارد: (۱) تا کاملاً با خصوصیات من تطابق دارد: (۵)، تشکیل می‌گردد، سنجیده می‌شود.

با تحلیل عوامل، ۳ زیرمقیاس که هر مقیاس شامل ۶ ماده است مشخص می‌شود، ۳ زیرمقیاس عبارت‌اند از:

- وابستگی^۹ (D): میزانی را که آزمودنی‌ها به دیگران اعتماد می‌کنند و به آنها متکی می‌شوند به این صورت که آیا در مواقع لزوم قابل دسترسی‌اند، اندازه‌گیری می‌کند.

- نزدیک بودن^{۱۱} (C): میزان آسایش در رابطه با صمیمیت و نزدیکی هیجانی را اندازه‌گیری می‌کند.

- اضطراب (A): ترس از داشتن رابطه را می‌سنجد (کولینز و رید، ۱۹۹۰).

کولینز و رید بر پایه توصیف‌هایی که در پرسشنامه دلبستگی بزرگسال هازان و شاور در مورد سه سبک اصلی دلبستگی وجود داشت مواد پرسشنامه خود را تدارک دیده‌اند. زیرمقیاس اضطراب (A) با دلبستگی اضطرابی- دوسوگرا مطابقت دارد و زیر مقیاس نزدیک بودن (C)

بررسی رابطه روان‌بنه‌های هیجانی با سبک‌های دلبستگی در نوجوانان محروم از والدین

یک بعد دوقطبی است که اساساً توصیف‌های ایمن و اجتنابی را در مقابل هم قرار می‌دهد؛ بنابراین نزدیک بودن (C) در تطابق با دلبستگی ایمن می‌باشد و زیرمقیاس وابستگی (D) را می‌توان تقریباً عکس دلبستگی اجتنابی قرارداد. مدت اجرای پرسشنامه کولینز و رید (RAAS) بر اساس زمینه‌یابی انجام شده ۱۰ دقیقه در نظر گرفته شده است و اجرای این پرسشنامه می‌تواند به صورت فردی یا گروهی صورت گیرد. برای گزینه‌های ۱ تا ۵ به ترتیب نمرات ۰ تا ۴ در نظر گرفته می‌شود. سؤالات ۶، ۱، ۸*، ۱۳، ۱۲، ۱۷* دلبستگی ایمن را می‌سنجند. سؤالات ۵*، ۲، ۱۶*، ۱۴، ۷، ۸* دلبستگی اجتنابی را مورد ارزیابی قرار می‌دهد و سرانجام سؤالات ۳، ۴، ۹، ۱۰، ۱۱، ۱۵ دلبستگی دوسوگرا-اضطرابی را می‌سنجند. در مواردی که سؤالات باید معکوس نمره گذاری شود (که در دستورالعمل نمره گذاری با علامت * مشخص شده‌اند) باید بر روی گزینه‌های ۱ تا ۵ به ترتیب نمرات ۴، ۳، ۲، ۱ و صفر در نظر گرفته شود (کولینز و رید، ۱۹۹۰). کولینز و رید (۱۹۹۰) نشان دادند که زیرمقیاس‌های نزدیک بودن، وابستگی و اضطراب در فاصله زمانی ۲ ماه و حتی در طول ۸ ماه پایدار ماندند. در مورد قابلیت اعتماد مقیاس دلبستگی بزرگ‌سال کولینز و رید میزان آلفای کرونباخ را برای هر زیرمقیاس این پرسشنامه در ۳ نمونه از دانشجویان به صورت زیر گزارش دادند.

| تعداد نمونه | زیرمقیاس | ایمن | اجتنابی | دوسوگرا/اضطرابی |
|-------------|----------|------|---------|-----------------|
| ۱۷۳ | | ۰/۸۱ | ۰/۷۸ | ۰/۸۵ |
| ۱۳۰ | | ۰/۸۰ | ۰/۷۸ | ۰/۸۵ |
| ۱۰۰ | | ۰/۸۲ | ۰/۸۰ | ۰/۸۳ |

با توجه به این که مقادیر آلفای کرونباخ در تمامی موارد مساوی یا بیش از ۰/۸۰ است آزمون از قابلیت اعتماد بالایی برخوردار است. از سوی دیگر در پژوهش پاکدامن (۱۳۸۰) میزان قابلیت اعتماد آزمون با استفاده از آزمودن مجدد به صورت همبستگی بین این دو اجرا مشخص شده است. این پرسشنامه (RAAS) در مورد ۱۰۰ دختر و پسر کلاس دوم دبیرستان که به طور تصادفی انتخاب شده بودند اجرا گردید. نتایج حاصل از دو بار اجرای این پرسشنامه با فاصله زمانی یک ماه از یکدیگر بیانگر آن بود که این آزمون در سطح ۰/۹۵ دارای قابلیت

اعتماد است.

۲- مقیاس روان‌بنه‌های هیجانی لیهی (LESS)، این پرسشنامه دارای پنجاه سؤال است که در مقیاس ۶ درجه‌ای لیکرت (۱: کاملاً در مورد من اشتباه است تا ۶: کاملاً در مورد من درست است) محاسبه می‌شود. دامنه نمرات از ۱ تا ۳۰۰ خواهد بود و به‌طور کلی مشخص می‌کند فرد در طی چند ماه گذشته چطور با احساسات و هیجانات خود برخورد کرده است. سؤالاتی که در این پرسشنامه معکوس نمره گذاری می‌شوند عبارت‌اند از: (۱، ۲، ۳، ۵، ۷، ۹، ۱۰، ۱۲، ۱۶، ۱۹، ۲۰، ۲۵، ۲۷، ۲۸، ۲۹، ۳۳، ۳۶، ۴۴، ۴۵، ۴۹ و ۵۰). اگرچه تا به امروز مطالعه‌ای بر روی قابلیت اعتماد نسخه اصلی LESS انجام نشده است ولی تحقیقات نشان داده که در نسخه ترکی ضربی آلفای کرونباخ ۰/۸۶ و ضریب قابلیت اعتماد دونیمه مقیاس برابر ۰/۷ است. لیهی گزارشی از قابلیت اعتماد و درستی LESS ندارد؛ اما او گزارش کرده است که درستی همگرایی بین LESS، BDI و BAI وجود دارد. لیهی ۱۴ بعد که ممکن است درک شوند را پیشنهاد کرد که شامل تائید، قابلیت درک، گناه، ساده‌انگاری هیجان‌ها، ارزش‌های بالاتر، کنترل، کرحتی، عقلانیت، طول مدت احساسات شدید، توافق عمومی، پذیرش احساس، نشخوار ذهنی، ابراز و سرزنش.

داده‌ها و یافته‌ها

نمونه مورد مطالعه ۱۰۰ نفر از دانش‌آموزان اقشار آسیب‌پذیر مقطع دبیرستان‌های نواحی چهارگانه استان البرز بود که به روش نمونه‌گیری تصادفی انتخاب شدند پرسشنامه‌ها بین آنها توزیع شد، توضیحاتی در مورد نحوه تکمیل پرسشنامه ارائه شد و کسانی که اظهار رضایت کردند پرسشنامه‌ها را پر کردند. در این پژوهش به‌منظور تجزیه و تحلیل داده‌ها از دو تحلیل توصیفی و استنباطی بهره‌جسته شده است. در تحلیل توصیفی داده‌ها به بررسی شاخص‌های مرکزی و پراکندگی داده‌ها به همراه مقادیر کمینه و بیشینه داده‌ها پرداخته و در تحلیل استنباطی داده‌ها نیز با استفاده از آزمون ضریب همبستگی پیرسون به تعیین روابط میان متغیرها بر اساس فرضیات تدوین شده در مقاله حاضر پرداخته شده است. لازم به ذکر است که با توجه به پارامتریک بودن داده‌ها و همچنین فاصله‌ای بودن آن‌ها از ضریب همبستگی پیرسون به‌منظور

۳- رابطه میان دوسوگرایی اضطرابی و روان‌بنه‌های هیجانی: در جدول شماره (۳) پارامترهای آماری مربوط به رابطه میان سبک دلبستگی ناایمن دوسوگرایی اضطرابی و روان‌بنه‌های هیجانی آمده است.

جدول ۳: رابطه میان دوسوگرایی اضطرابی و روان‌بنه‌های هیجانی

| کنترل | ابراز | قابلیت درک | احساس گناه | توافق عمومی | پذیرش احساس | نشخوار ذهنی | دوسوگرایی اضطرابی |
|-----------------|-------------|------------|------------|------------------|--------------|---------------|---------------------|
| *.۰/۲۰۸ | ۰/۰۲۳ | *.۰/۲۳۷ | *.۰/۴۴۱ | *.۰/۲۸۴ | ۰/۱۴۲ | ۰/۱۹۳ | Pearson Correlation |
| ۰/۰۲۸ | ۰/۸۲۳ | ۰/۰۱۷ | ۰ | ۰.۰۰۰۴ | ۰/۱۶ | ۰/۰۵۴ | Sig. (2-tailed) |
| ۱۰۰ | ۱۰۰ | ۱۰۰ | ۱۰۰ | ۱۰۰ | ۱۰۰ | ۱۰۰ | N |
| ارزش‌های بالاتر | ساده‌انگاری | عقلانیت | کرحتی | مدت احساسات شدید | سرزنش دیگران | نیاز به تأیید | دوسوگرایی اضطرابی |
| -۰/۰۷۲ | *.۰/۵۸۰ | ۰/۰۴۷ | ۰/۰۷۴ | *.۰/۴۳۷ | *.۰/۴۷۰ | *.۰/۵۰۵ | Pearson Correlation |
| ۰/۴۶۶ | ۰ | ۰/۶۴۳ | ۰/۴۶۴ | ۰ | ۰ | ۰ | Sig. (2-tailed) |
| ۱۰۰ | ۱۰۰ | ۱۰۰ | ۱۰۰ | ۱۰۰ | ۱۰۰ | ۱۰۰ | N |

بحث و نتیجه‌گیری

واکنش‌های هیجانی و رفتاری به وسیله فرایندهای شناختی راه‌اندازی می‌شوند از این رو افکار باورها و سایر فرایندهای شناختی تعیین‌کننده خلق و هیجان هستند. (ولز، ۲۰۰۰) برخی پژوهشگران معتقدند عنصر اصلی در پردازش شناختی حالت‌های هیجانی هستند (لیهی، ۲۰۰۲). روان‌بنه‌های هیجانی دارای ابعادی از انعطاف و سازگاری هستند. این مدل از روان‌بنه‌های هیجانی ادعا می‌کند کسانی که روان‌بنه‌های ناسازگار بیشتری داشته باشند، بیشتر احتمال دارد در برابر احساسات و هیجان‌ها خاص مقاومت و انکار نشان دهند و از راهبردهای ناسازگار نظیر اجتناب بیشتر استفاده کنند. از طرفی سبک دلبستگی افراد شیوه برقراری ارتباط با دیگران در روابط بین فردی آنها را تبیین می‌کند (ریسیک و همکاران، ۲۰۱۱). نتایج این مطالعه نشان داد که افراد دارای سبک دلبستگی ایمن روان‌بنه‌های هیجانی سازش‌نا یافته کمتری نسبت به افراد

دارای سبک دلبستگی ناایمن هستند. در واقع اعتماد به خود و اعتماد به دیگران دو ویژگی اساسی افراد ایمن است (هگارتی، ۲۰۰۸) و همین آنها را قادر می‌سازد در مواجهه با تنش‌ها و تعارضات، واکنش‌های هیجانی مناسب‌تری از خود بروز دهند، هیجانات خود را اعم از منفی و مثبت بپذیرند و از تجربه برخی هیجانات خاص مثل خشم، اندوه و ... احساس گناه نکنند توانایی ابراز احساسات و هیجان‌های خود را دارند برای خود حق داشتن هیجان‌های بعضاً متناقض را قائل هستند و دیدگاه ساده‌انگارانه در مورد هیجان‌ها را ندارند دارا بودن سبک دلبستگی ایمن همزمان با عدم وجود روان‌بنه‌های هیجانی سازش‌نا یافته زمینه برقراری ارتباطات سالم را برای افراد فراهم می‌کند. کنجکاو و مجاورت از دیگر ویژگی‌های افراد دارای سبک دلبستگی ایمن است (ولز، ۲۰۰۰) که به فرد جرئت و جسارت پذیرش، ابراز و تجربه احساسات و هیجان‌های مختلفی را می‌دهد و به تبع آن احتمال شکل‌گیری روان‌بنه‌های هیجانی سازش‌نا یافته را در افراد کاهش می‌دهد و فرد برای برقراری روابط سالم و صمیمی و نزدیک با دیگران راغب خواهد بود. نتایج مطالعه حاضر نشان داد که افراد دارای سبک دلبستگی ناایمن اجتنابی در روان‌بنه‌های هیجانی پذیرش احساس، ابراز، کرحتی و عقلانیت رابطه معنی‌داری دارد که البته این یافته همسو با مبانی نظری می‌باشد، چرا که تمام این روان‌بنه‌های هیجانی به نوعی با اجتناب از تجربه هیجانات و یا انکار آنها همراه است که با ویژگی‌های افراد دارای سبک دلبستگی ناایمن اجتنابی همخوان می‌باشد (میکواینسر و شاور، ۲۰۱۰). همچنین نتایج حاکی از آن بود که افراد با سبک دلبستگی ناایمن اضطرابی/دوسوگرا در ابعاد روان‌بنه‌های هیجانی توافق عمومی، احساس گناه، نیاز به تأیید، سرزنش دیگران، طول مدت احساسات شدید، ساده‌انگاری، کنترل و قابلیت درک نیز رابطه معناداری را نشان داده است. فقدان اعتماد به خود و دیگران از مشخصه‌های اصلی افراد دارای سبک دلبستگی ناایمن می‌باشد (ریسیک و همکاران، ۲۰۱۱) فقدان اعتماد به خود، با تحلیل بنیادهای درون روانی قدرت مواجهه مطلوب با موقعیت‌های تنش‌زا و اضطراب‌آور، استیصال و درماندگی روان‌شناختی را به فرد ناایمن تحمیل می‌کند این درماندگی به نوبه خود احساس کهنتری و اضطراب فرد را تشدید می‌کند (میلر، ۲۰۰۹) و فعال شدن روان‌بنه‌های هیجانی را در بردارد. همان‌طور که نتایج نشان می‌دهد افراد با

سبک دلبستگی ناایمن با روان‌بنه هیجانی تأیید رابطه معنی‌داری دارند که این مسأله با توجه به اضطراب آنها راجع به اظهارنظر و قضاوت دیگران توجیه می‌شود. به همین ترتیب سطح بالای اضطراب و سبک تباین اجتناب منجر به شکل‌گیری و فعال شدن روان‌بنه‌های هیجانی گناه، سرزنش دیگران، طول مدت احساسات شدید، ساده‌انگاری، مهار و قابل درک می‌شود که به‌نوبه خود منجر به تجربه اضطراب بیشتر، اجتناب بیشتر می‌شود و فرد در یک دور باطل گیر می‌کند.

کسیدی و شیور در توجیه رابطه سبک دلبستگی و سلامت روان اشاره می‌کنند که پیامد فرآیند دلبستگی ایمن، ایجاد احساس ایمنی در فرد است و پیامد دلبستگی‌های ناایمن، ایجاد ترس و وحشت در فرد است. لانگ (۲۰۱۰) در توجیه این رابطه بر این عقیده‌اند که پیامد روان‌شناختی سبک‌های دلبستگی ناایمن در شرایط تنش‌زا، اضطراب و افسردگی است و پیامد روان‌شناختی سبک دلبستگی ایمن در چنین شرایطی، آرامش روانی است. رحیمیان بوگر و همکاران با مطالعه بر روی ۳۱۴ بزرگ‌سال بازمانده زلزله بم دریافتند که بین سبک دلبستگی ایمن با سلامت روان رابطه مثبت معنی‌دار و بین سبک‌های دلبستگی اجتنابی و دوسوگرا با سلامت روان، رابطه منفی معنی‌داری وجود دارد. مطالعه بشارت و همکاران مشخص کرد که افراد موردپژوهش با سبک دلبستگی ایمن نسبت به ناایمن و هم‌چنین آن‌هایی که دارای سبک دلبستگی اجتنابی بودند نسبت به سبک دوسوگرا، مشکلات بین شخصی کمتری داشتند. بیرامی در پیش‌بینی رضایت زناشویی بر اساس سبک‌های دلبستگی و مؤلفه‌های تمایز یافتگی بیان کرد که روابط اولیه افراد در محیط خانواده به شکل‌گیری سبک دلبستگی خاص و سطوح بالا یا پایین تمایز یافتگی منجر می‌گردد و این تجارب اولیه بر روابط بین‌فردی زوجین در بزرگ‌سالی تأثیر مستقیم می‌گذارد. بشارت و همکاران در بررسی رابطه سبک‌های دلبستگی و مکانیسم‌های دفاعی گزارش کردند آزمودنی‌های دارای سبک دلبستگی ایمن بیش از آزمودنی‌های دارای سبک دلبستگی ناایمن (اجتنابی و دوسوگرا) از مکانیسم‌های دفاعی رشد یافته استفاده کردند؛ آزمودنی‌های دارای سبک دلبستگی ناایمن بیش از آزمودنی‌های دارای سبک دلبستگی ایمن از مکانیسم‌های دفاعی رشد نیافته و نورتیک استفاده کردند و آزمودنی‌های دارای سبک

دلبستگی ناایمن دوسوگرا بیش از آزمودنی‌های دارای سبک دلبستگی ناایمن اجتنابی از مکانیسم‌های دفاعی رشد نیافته و نورتیک استفاده کردند. دشتیان جامی و همکاران گزارش کردند که ابعاد روان‌بنه‌های هیجانی درصدهای از واریانس افسردگی را پیش‌بینی می‌کنند. میرزایی کرگانی و همکاران گزارش کردند افراد مبتلابه اختلال اضطراب اجتماعی و اختلال وسواسی- جبری درزمینه روان‌بنه‌های هیجانی در ابعاد روان‌بنه قابلیت درک، روان‌بنه کنترل، روان‌بنه توافق با دیگران، طرح‌واره گناه و شرم و روان‌بنه اندیشناکی، با گروه کنترل بهنجار تفاوت معناداری داشتند؛ البته در روان‌بنه گناه و شرم نیز افراد مبتلابه اختلال وسواسی- جبری تفاوت معناداری با افراد مبتلابه اختلال اضطراب اجتماعی داشتند. نتایج تحقیقات فوق از تأثیر سبک‌های دلبستگی و روان‌بنه‌های هیجانی در ابعاد مختلف ویژگی‌های روانی سخن می‌گوید و نتایج تحقیق حاضر نیز در همین راستا رابطه معنی‌داری بین روان‌بنه‌های هیجانی و سبک‌های دلبستگی نشان داد. پیشنهاد می‌شود در تحقیقات آینده تأثیر جنسیت و نیز تأثیر روان‌بنه‌های شناختی هم بررسی شود.

پی‌نوشت‌ها:

- | | |
|------------------------------|---------------------------------|
| 1- Insecure attachment | 2- Ambivalent anxious |
| 3- Avoidant attachment style | 4- Emotional schemas |
| 5- Marital function | 6- Problem solving |
| 7- Cognitive avoidance | 8- Collins and Read |
| 9- Depends | 10- Close |
| 11- Secure attachmen | 12- Rumination |
| 13- Acceptance | 14- Duration of strong feelin |
| 15- Guilty | 16- Comprehensibility |
| 17- Expression | 18- Controllability |
| 19- Validation | 20- Blaming others |
| 21- Consensus with others | 22- Numbness |
| 23- Rationality | 24- Simplistic view of emotions |
| 25- Higher values | |

منابع و مآخذ فارسی:

- بشارت، محمدعلی؛ گلی‌نژاد، محمد و احمدی، علی اصغر. (۱۳۸۲). بررسی رابطه سبک‌های دلبستگی و مشکلات بین شخصی. *مجله اندیشه و رفتار*. شماره ۱: ۷۴-۸۱.
- بک، آرون؛ لیهی، رابرت؛ بک، جودیت؛ فریمن، آرتور؛ گلوهوسکی، مک؛ هالند، استفان؛ جلالی، رویا؛ ترجمه: حسن حمیدپور. (۱۳۹۲). *چالش‌های شناخت درمانی* (تهران: ارجمند).
- خوشابی، کتایون؛ ابوحمزه، الهام. (۱۳۸۶). جان‌البی. *نظریه دلبستگی* (تهران: دانش).
- گرگانی، م؛ اصغرنژاد، ع؛ فتحعلی لواسانی، ف و احدیان‌فرد، ب. (۱۳۹۳). مقایسه روان‌بنه‌های هیجانی و بررسی شدت اضطراب و نگرانی با روان‌بنه‌های هیجانی در بیماران مبتلا به اختلال وسواسی-جبری، اختلال اضطراب اجتماعی و گروه بهنجار. *پژوهش در سلامت روانشناختی*. (۱) - ۱، ۲۱-۳۰.
- نوری، نسیم و جان‌بزرگی، مسعود. (۱۳۹۰). رابطه بین سبک‌های دلبستگی و نگرش افراد به عشق با ارزش‌های ازدواج. *مجله علوم رفتاری*. دوره ۵، شماره ۳. ۲۲۵-۲۳۳.

منابع و مآخذ خارجی:

- Bowlby, J. (1969). *Attachment and loss: Vol. I. Attachment*. New York: Basic Books.
- Brown, B. S. (2001). Factors Associated with Frequency of 12-Step Attendance by Drug Abuse Clients. *Journal of Drug Alcohol Abuse*, 27 (1) , 147-160.
- Collins, N. L., & Read, S. J. (1990). Adult attachment, working models, and relationship quality in dating couples. *Journal of Personality and Social Psychology*, 58(4), 644-663.
- Demaris, A; et al. (2010). Satisfaction of Marriage and general religiousness as buffers of the effects of marital inequity. *J fam issues*, 2010, v 37 (10) , p. 1255- 78.
- Emmons, A. (2000). Is spirituality intelligence? Motivation cognition, and the psychology of ultimate concern, *International Journal For the Psychology of Religion*. v 10 (1) , p. 3-26.

- Greef, A. P. (2000). Characteristics of families that function well. *Journal of Family Issues*.
- Hawks, S. R; et al. (2003). Emotional eating and spiritual well-being: A possible connection? *American Journal of Health Education*, v 34, p. 30-33.
- Hazan G& Shaver, P. (1987). Romantic love as an attachment process. *Journal of personality and psychology*. 52, 511-525.
- Hazan, G. & Shaver, P. (1987). Romantic love as an attachment process. *Journal of personality and psychology*. 52, 511-525.
- King, D. (2008). Rethinking claims of spiritual intelligence: a definition, model and measure Applications of modeling in the Natural and social sciences program. Trent university. Canada.
- Láng, A. (2010). Attachment and emotion regulation - clinical implications of a non-clinical sample study. *Procedia Social and Behavioral Sciences*. 5: 674-678.
- Lanhan. O. Sendfor, H. (2008). treatment response for children without father or mother. *Archives of General Psychiatry*, 59, 1088-1096
- Leahy, R. L. (2002). A model of emotional schemas. *Cognitive and Behavioral Practice*, 9 (3), 177-190.
- Leahy, R. L. (2003). *Roadblocks in cognitive behavioral therapy*. New York: Guilford Press
- Ma, Q. C. , & Huebner, E. S. (2008). Attachment relationships and adolescents' life satisfaction: Some relationships matter more to girls than boys. *Psychology in the Schools*, 45 (2) , 177-190.
- Merrill, J. , Pinsky I. (2002). Law enforcement and drug prevention: A profile of the Dd. a. r. e. officer. *The police chief*, 27 (2) , 81-88.
- Mikulincer, M., Shaver, P. R. (2010). Attachment in adulthood: Structure, dynamics, and change. New York, Guilford publications
- Miller, C. A. (2009). Nursing for wellness in older adults. Philadelphia, Lippincott Williams & Wilkins
- Olson, D. H; Larenson, A. A. (1989). Predicting marital satisfaction using prepre a replication study. *Journal of Marital and Family*, v 15 (3) , p. 49- 61.
- Rasic, D; et al. (2011). Longitudinal relationships of religious worship attendance and spirituality with major depression, anxiety disorders and suicidal ideation and attempts: Finding from the Baltimore epidemiologic catchment area study. *Journal of Psychiatric Research*, v 45 (6) , p. 848-854.

- Shah, R; kulhara, p; Grover, s; kumar, s; Malbotra, R; Tyagi, sh (2011). Contribution of spirituality to quality of life in patient with residual schizophrenia. *Psychiatry Research*, v190 Issues 2-3, P. 10-16.
- Shahyad, SH. , Besharat, M. A. , Asadi, M. , ShirAlipour, A. , & Miri, M. (2011). The relation of attachment and perceived social support with life satisfaction: Structural education model. *Procedia Social and Behavioral Sciences*, 15, 952-956.
- Tasca, G. A. , Ritchie, K. , & Balfour, L. (2011). Practice review: Implications of attachment theory and research for the assessment and treatment of eating disorders. *Psychotherapy*, 48, 249-259.
- v27, p. 948-962.
- Weed, N. B. , McKenna, T. , & Ben-Porath, Y. (1992). New measures for assessing alcohol and other drug problems with the MMPI-2: The APS and AAS. *Journal of Personality Assessment*, 58, 389-404.
- Wells, A. and Carter, K. (2001). Further tests of a cognitive model of GAD disorder. *Behavior Therapy*, 32, 85-102.
- Wood, J. (2012). *Interpersonal communication: Every day encounters*. Boston, Cengage learning.
- Young, J. E., Klosko, J. S., & Wessaar, M. E. (2003). *Schema Therapy: A practitioner's guide*. New York, NY: Guilford Press.