

مجموعه مقالات

هفتمین سمینار سراسری بهداشت روانی دانشجویان

دانشگاه صنعتی اصفهان - ۲۱ و ۲۲ اردیبهشت ماه ۱۳۹۳

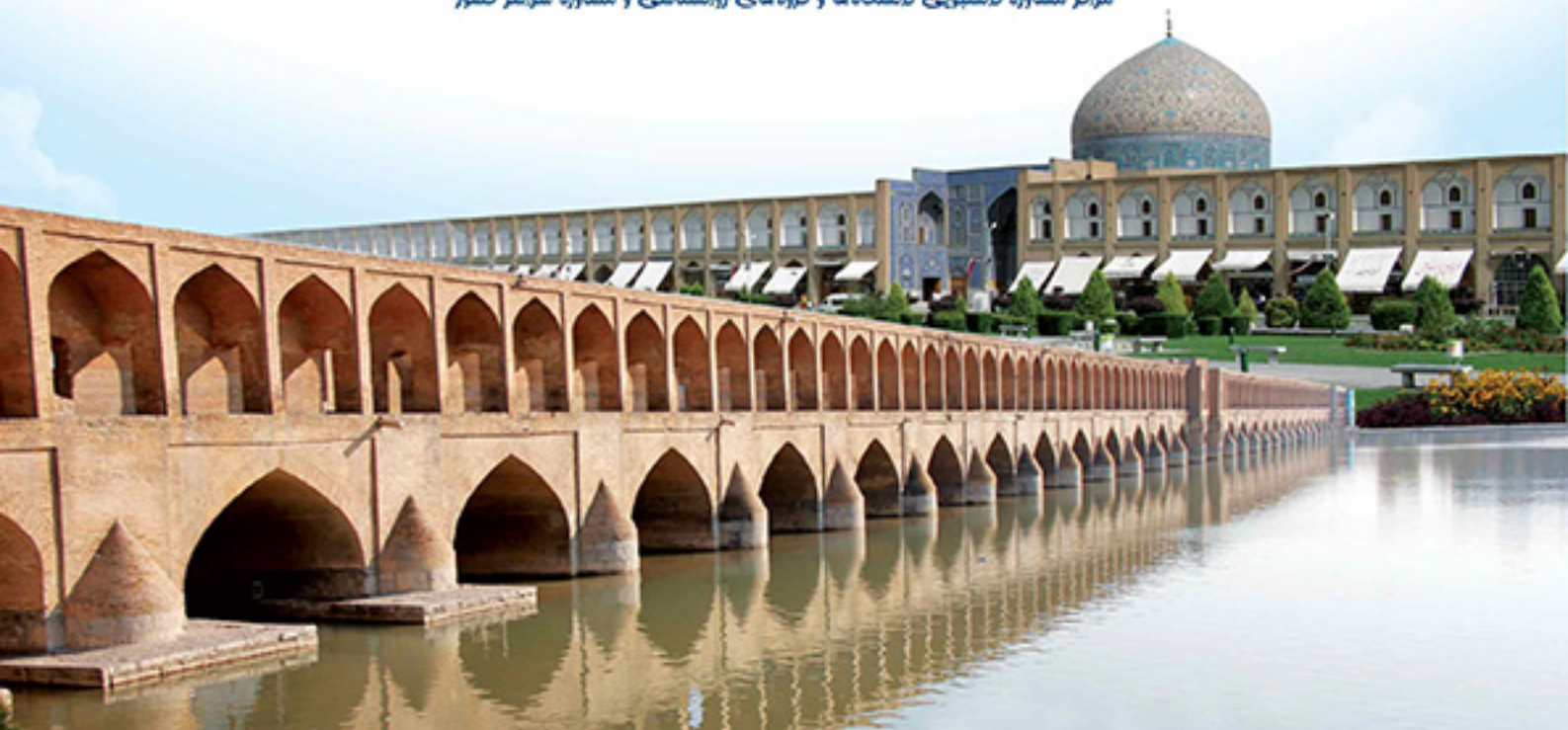


مجری:

دفتر مشاوره و سلامت وزارت علوم، تحقیقات و فناوری
و مرکز مشاوره دانشگاه صنعتی اصفهان

با همکاری:

مراکز مشاوره دانشجویی دانشگاه‌ها و گروه‌های روانشناسی و مشاوره سراسر کشور



سبک‌های دلبستگی در افراد دچار شکست در روابط عاطفی

سمیه منتشلو^۱، رسول روشن^۲

^۱ کارشناس ارشد روان شناسی بالینی، دانشگاه شاهد

^۲ گروه روان شناسی بالینی، دانشگاه شاهد

چکیده

هدف پژوهش حاضر بررسی نقش سبک‌های دلبستگی بر کامیابی در روابط عاشقانه می باشد. طرح پژوهش از نوع علی مقایسه ای می باشد. به این منظور تعداد ۲۰۰ نفر (۱۰۰ نفر دچار شکست در روابط عاطفی و ۱۰۰ نفر موفق در روابط عاطفی) از دانشجویان دانشگاه‌های سطح تهران به صورت شبکه ای انتخاب شدند و به وسیله ی پرسشنامه ی سبک دلبستگی کولینز ورید مورد ارزیابی قرار گرفتند. داده های به دست آمده با استفاده از تحلیل واریانس مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفتند. نتایج نشان داد که افراد ناکام در عشق از سبک دلبستگی ناایمن برخوردارند. هم چنین نتایج پژوهش حاضر نشان داد که سبک دلبستگی ایمن بخش مهمی از کامیابی در روابط عاشقانه را پیش بینی می کند. باتوجه به یافته های پژوهش حاضر به نظر می رسد که می توان گفت سبک‌های دلبستگی در کامیابی و موفقیت در روابط عاشقانه موثر بوده و در مشاوره های ازدواج و درمان می تواند مورد توجه قرار گیرد. کلیدواژه: سبک‌های دلبستگی؛ ناکام در عشق؛ غیر ناکام در عشق

عشق به عنوان یک مفهوم انتزاعی نوعاً بیانگر دامنه ای از هیجانات انسانی، از احساس ساده لذت گرفته تا کشش غیرقابل توصیف و طاقت فرسا به شخص دیگر است. با این وجود چندان مایه ی شگفتی نیست که شاعران و ترانه سرایان از عشق سخن برانند (برشاید، ۱۹۸۸). هرچند که زمینه ی مرتبط با آن علوم روانشناختی است (گریفتیس، ۲۰۰۷) روان شناسان به موضوع عشق از منظرهای متفاوتی نگریسته اند که شامل زیست شیمی (برای نمونه، امانوئل کانت، ۲۰۰۶، روانشناسی تحولی) برای نمونه، باک (۲۰۰۷، روان تحلیل گری) گردون (۱۹۹۶) والهیات (برای نمونه، تلتنویت، ۲۰۰۶) می شود. مورتی و راتزین (۱۹۹۶) عقیده دارند که شاید برخی از سردرگمی ها در این زمینه به جهت نگرش های دوسوگرایی است که علم نسبت به پژوهش عشق داشته است. ماهیت عشق از بعد روانشناختی به عنوان یک مسئله قابل بحث مانده است و تا چندی پیش، عشق به عنوان یک زمینه ی مهم پژوهشی مورد توجه قرار نمی گرفت (به نقل از رضازاده، ۱۳۸۷)

در زمینه ی این گونه ابهامات بود که پژوهش های متعددی پیرامون شناسایی و توصیف ماهیت روانشناختی عشق صورت گرفت. کوشش های رابین (۱۹۷۹) در جهت اندازه گیری دوست داشتن و عشق، الگوهای عشقی هفت گانه هندریک و هندریک (۱۹۹۸) شش سبک عشق ورزی لی (۱۹۷۷) و عشق مثلی استرنبرگ (۱۹۹۴)، (۱۹۸۶) نمونه ای از این نظریه پردازی ها و پژوهش ها هستند.

عشق با رضایت از رابطه و افزایش طول رابطه مرتبط است، چنان که افرادی که در سه بعد عشق نمرات بالاتری کسب کردند به مراتب رضایت بیشتری از رابطه ی خود داشتند. انگل و همکاران (۲۰۰۲)

از سوی دیگر نباید از نقطه نظرهای منفی و پیامدهای ناسازگاری که یک عشق نارس و مرضی می تواند داشته باشد غافل بود، گرچه دیدگاه های منفی به عشق مثل خیال یا فرافکنی دانستن آن در بین روان تحلیل گرانی مانند استندال (۱۹۲۷) جریان دارد اما تعدادی از روان شناسانی نیز که با دید روانی اجتماعی و بالینی به عشق می نگرند اعتقاد دارند که عشق همیشه نیز سالم و لذت بخش نیست (مرستین، ۱۹۸۸)

یکی از عوامل مهم تاثیر گذار بر روابط عاطفی که در سالهای اخیر به آن توجه شده است تجارب اولیه ی فرد با والدین و یا نوع رابطه ی عاطفی فرد با والدین خود در دوران کودکی است. بالبی معتقد است به احتمال زیاد سبک دلبستگی کودک بر اساس الگوهای عملی درونی از خود و چهره ی دلبستگی تا بزرگسالی ادامه می یابد و در روابط بزرگسالی فرد منعکس میشود.

روان شناسان در رسالت خود کوتاهی نموده اند زیرا اندک چیزی را که در مورد عشق می دانیم، فراتر از مشاهده ساده ای نیست و اندک چیزی که در مورد آن نگاشته ایم توسط شاعران و رمان نویسان، بهتر نگارش شده است (بوسکالیو، ۱۹۷۰، ترجمه جهانسوز، ۱۳۸۱، به نقل از رضا زاده (۱۳۸۷).

باتوجه به مباحث ذکر شده بر آن شدیم که به بررسی از جمله از مهم ترین مسائل تاثیر گذار بر روابط عاطفی و عاشقانه بپردازیم که عبارت است از نوع رابطه ی مادر-کودک در سالهای اولیه ی زندگی و میزان قابلیت دسترسی به مادر، میزان حمایت مادر هنگام احساس خطر، درجه ی حساسیت مادرانه و تکیه گاه ایمن بودن مادر برای کودک تا بتواند به کاوش در محیط بپردازد که سبک دلبستگی فرد را معین می کند. فنی و نولر، ۱۹۹۶، هازن و شیور (۱۹۸۷)

روش

شرکت کنندگان

در این پژوهش 200 نفر (100 نفر ناکام در عشق و 100 نفر غیر ناکام (از دانشجویان دختر و پسر دانشگاه های سطح تهران با استفاده از روش شبکه ای انتخاب شدند.

ابزار

پرسشنامه سبک دلبستگی کولینز ورید: این مقیاس شامل خودارزیابی از مهارتهای ایجاد روابط و خود توصیفی شیوه ی شکل دهی روابط دلبستگی نسبت به چهره ی دلبستگی نزدیک است. مشتمل بر ۱۸ ماده می باشد که از طریق علامت گذاری روی یک مقیاس ۵ درجه ای لیکرتی که از به هیچ وجه با خصوصیات من تطابق ندارد تا کاملاً با خصوصیات من تطابق دارد تشکیل می گردد. دارای ۳ زیر مقیاس که هر مقیاس شامل ۶ ماده است می باشد. که عبارتند از: وابستگی، نزدیک بودن و اضطراب. نمره گذاری آن به شرح زیر می باشد: برای گزینه های ۱ تا ۵ به ترتیب نمرات ۰ تا ۴ در نظر گرفته شده است که در عبارات ۵، ۶، ۸، ۱۶، ۱۷، ۱۸ نمره گذاری معکوس می باشد. سوالات ۱۶، ۸، ۱۲، ۱۳، ۱۷ دلبستگی ایمن را می سنجند و سوالات ۲، ۵، ۷، ۱۴، ۱۶، ۱۸ دلبستگی اجتنابی و سوالات ۳، ۴، ۹، ۱۰، ۱۱، ۱۵ سبک دوسوگرا را می سنجند. برای سنجش دقیق ناکامی از پرسشنامه ی ضمیمه ای استفاده شده بود که در آن به بررسی جزئیات دقیق روابط عاطفی و نتایج آن پرداخته شده بود.

نتایج

66.5 درصد نمونه آماری را دانشجویان پسر و 33.5 درصد را دانشجویان دختر تشکیل می دهند. از نظر وضعیت تأهل 94 درصد مجرد و 6 درصد متأهل هستند 51 درصد دارای ناکامی در روابط بین فردی و 49 عدم ناکامی در روابط بین فردی را تجربه کرده اند. نتایج نشان داد که مقدار F مربوط به آماره لامبدای ویلکز برابر با 0.93 می باشد که در سطح آلفای 0.05 معنادار می باشد. بنابراین می توان از تفاوت حداقل یکی از متغیر های وابسته در بین گروه ناکام و غیر ناکام در روابط بین فردی سخن گفت. نتایج آزمون تحلیل واریانس تک متغیری نشان داد که در بعد سبک دلبستگی دوسوگرایی ($P < 0.05$) بین دو گروه ناکام و غیر ناکام در روابط بین فردی تفاوت معنی دار وجود دارد. مقایسه میانگین ها نشان می دهد که در متغیر سبک دلبستگی دوسوگرایی گروه غیر ناکام در روابط بین فردی نمرات کمتری نسبت به گروه غیر ناکام در روابط بین فردی بدست آورده اند.

بحث

فرضیه اصلی به این صورت بیان شده که « بین سبک های دلبستگی افراد ناکام و غیر ناکام در روابط بین فردی تفاوت وجود دارد. » نتایج نشان داد که در بعد سبک دلبستگی دوسوگرایی ($P < 0.05$) بین دو گروه ناکام و غیر ناکام در روابط بین فردی تفاوت معنی دار وجود دارد. مقایسه میانگین ها نشان می دهد که در متغیر سبک دلبستگی دوسوگرایی گروه غیر ناکام در روابط بین فردی نمرات کمتری نسبت به گروه غیر ناکام در روابط بین فردی بدست آورده اند.

از جمله محدودیت های پژوهش حاضر عبارتند از:

- تأثیر برخی متغیر ها همچون ویژگی های اجتماعی و اقتصادی بر روی افراد نمونه در نظر نگرفته شده است .
- تأثیر سایر متغیر های ناشی از عوامل محیطی بر روی ناکامی در روابط بین فردی بررسی نشده است.
- تعداد نمونه در هر گروه یکسان بوده است .
- با توجه به زیاد بودن تعداد پرسشنامه ها، خستگی باعث می گردید تا برخی پاسخ ها دارای سوگیری باشند .

پیشنهادات

با توجه به یافته های پژوهش پیشنهادات پژوهشی زیر ارائه می گردد :
استفاده از نمونه های وسیع تر که از نظر متغیر های مختلفی همچون ویژگی های اجتماعی - اقتصادی همسان شده باشند .
بررسی تأثیر متغیر های درونی (مانند ویژگی های شخصیتی، منبع کنترل (و متغیر های موقعیتی و بافتی) همچون جدایی فیزیکی، خانواده و فرهنگ (بر تجربه ناکامی در روابط بین فردی

همچنین پیشنهادات کاربردی زیر ارائه می شود:

تحمل فشار روانی که ناشی از استفاده از راهبرد های مقابله ای موثر و مسئله مدار با استرس می باشد به عنوان یکی از عوامل جلوگیری از ناکامی در روابط بین فردی می باشد. بنابراین تقویت مهار فشار روانی و مقابله موثر با جدایی و فقدان از تجربه ناکامی در روابط بین فردی می کاهد.

عزت نفس یکی از عوامل کاهنده تجربه ناکامی در روابط بین فردی می باشد که پیشنهاد می گردد در مراکز مشاوره از تقویت عزت نفس برای جلوگیری از ناکامی در روابط بین فردی استفاده گردد.

منابع

- رها فر-آرش؛ بررسی رابطه بین قدرت من و عشق مثلثی در گروهی از دانشجویان سال تحصیلی 88-89
رضا زاده، معصومه؛ تبیین ابعاد عشق ورزی بر اساس سبک های دلبستگی در زنان و مردان متأهل شهر تهران؛ پایان نامه کارشناسی ارشد؛ تهران
دانشگاه علامه طباطبائی، 1387
- مرواری-اعظم، بررسی رابطه بین سبک های دلبستگی و سازگاری اجتماعی، دانشگاه شاهد 88
آزادی، م. محمد، طهرانی (1389) هوش هیجانی و سبک های دلبستگی. روانشناسان ایرانی، سال هفتم. شماره 25، پاییز. 1389
بشارت، م (1384). رابطه ی بین سبک های دلبستگی و هوش هیجانی. اندیشه های نوین تربیتی دانشگاه الزهراء. دوره 1، شماره 2 و 3، تابستان
و پاییز 1388
- hendrick and susan.s dionkk,&dion kl (1996) cultural perspectives on romantic love, personal relationships, Journal
of marital and family therapy/jan 2004 by
- Sternberg, RJ (1986). Atriangular theory of love. Psychological.**
- noller,p.(1996) what is this thing called love? Definif the love that supports marriage and family .personal
relationships.
- Campbell, D., & Moore. K. A. (2003). Emotional intelligence, attachment styles and couple relationship
satisfaction. Proceedings of the 3rd Australasian Psychology of Relationships Conference, 15-16 November.
- Ditommaso, E., Brannen-McNulty, C., Ross, L., & Burgess, M. (2003). Attachment styles and loneliness in young
adults. Personality and Individual Differences, 35, 303-312