

مقاله‌ی پژوهشی

بررسی ارتباط سبک دلبستگی بالغین به والدین با تنش، اضطراب و افسردگی

خلاصه

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 پیش‌بینی‌کننده‌ی زیادی در بهداشت روانی دارد. با توجه به اهمیت سلامت روان در زندگی افراد که از مواد مخدل‌کننده‌ی آن تنش، اضطراب و افسردگی است و وجود نظریه‌ی مهم دلبستگی بالبی و دسترسی محدود پژوهشگر به مقالاتی که فرضیات مشتق از این نظریه را آزمون کند، پژوهشی با هدف تعیین ارتباط سبک‌های دلبستگی بالغین به والدین با تنش، اضطراب و افسردگی انجام شد.

روش کار: این مطالعه‌ی توصیفی همبستگی در سال ۱۳۸۸ بر ۱۷۰ زن متأهل ۴۴-۱۵ ساله که به روش آسان از درمانگاه زنان بیمارستان قائم (عج) و مطب متخصص زنان شهر مشهد انتخاب شدند، انجام شد. داده‌ها با پرسش‌نامه‌ی سبک دلبستگی بالغین به والدین و مقیاس تعیین همزمان تنش، اضطراب و افسردگی جمع‌آوری و با نرم‌افزار SPSS نسخه‌ی ۱۴ در سطح معنی‌داری ۰/۰۵ با استفاده از آزمون آماری پیرسون تحلیل شد.

یافته‌ها: تنش، اضطراب و افسردگی، ارتباط منفی با سبک دلبستگی ایمن به والدین دارد که در مورد افسردگی با دلبستگی ایمن به پدر و مادر و تنش با دلبستگی ایمن به مادر معنی‌دار گردید و هر سه مولفه، ارتباطی مثبت و معنی‌دار با سبک دلبستگی سرد به پدر و مادر دارند ($P < 0/01$).

نتیجه‌گیری: بر اساس نظریه‌ی بالبی، دلبستگی برای تکوین شخصیت و روابط بهنجار ضروری بوده و پایه‌ای برای سلامت روانی است.

واژه‌های کلیدی: اضطراب، افسردگی، بالغ، تنش، دلبستگی

*آنورسادات نایبی‌نیا

کارشناسی‌ارشد مامایی، دانشگاه علوم پزشکی سبزوار

پرویز سالاری

مدرس گروه مامایی، دانشکده‌ی پرستاری و مامایی، دانشگاه علوم پزشکی مشهد

مرتضی مدرس غروی

استادیار گروه روان‌پزشکی، مرکز تحقیقات روان‌پزشکی و علوم رفتاری، دانشگاه علوم پزشکی مشهد

مؤلف مسئول:

ایران، سبزوار، دانشگاه علوم پزشکی

تلفن: ۰۹۱۵۳۷۱۹۲۸۱

anvar.nayebi@gmail.com

تاریخ وصول: ۸۹/۱۲/۵

تاریخ تایید: ۹۰/۳/۱۶

پی‌نوشت:

این مطالعه پس از تایید کمیته‌ی پژوهشی و با حمایت مالی معاونت دانشگاه علوم پزشکی مشهد انجام شده و با منافع نویسندگان ارتباطی نداشته است. از همکاری صمیمانه‌ی دکتر مارلین اسنو سپاسگزاری می‌گردد.

Original Article

Studying the relationship between adult attachment style to parents with stress, anxiety and depression

Abstract

Introduction: Attachment styles are considered as individual resources that can modify levels of stress and adjustment to adverse conditions. According to research findings, attachment styles are very important in predicting mental health. Considering the importance of mental health in people lives, which can be impaired by stress, anxiety and depression and predictive value of Bowlby's attachment styles for any malfunction in this area, in addition to lack of studies that investigated the relationship between attachment styles with negative emotions, this research try to determine this relationship.

Materials and Methods: This research is a descriptive-correlation study, in which 170 married women, between 15-44 years were selected from Ghaem Hospital and obstetricians' offices, in Mashhad city, North East of Iran. Data were gathered by using Depression, Anxiety, Stress Scale 21 (DASS21), and Female Sexual Function Index. Data were analyzed by calculating Pearson coefficient, using SPSS version 14 and in the significant level of 0.05.

Results: Stress, anxiety and depression was negatively correlated with safe attachment style to parents. Correlation of depression with safe attachment style to parents and correlation of stress with safe attachment style to mother, both were significant. Stress, anxiety and depression were positively correlated to distant attachment style to parents in a significant level ($P < 0.01$).

Conclusion: According to Bowlby theory, attachment is necessary to development of personality and having normal relationships. It seems that attachment style is the base for mental health.

Keywords: Adult, Anxiety, Attachment, Depression, Stress

**Anvar-Sadat Naebi-Nyia*

M.Sc. in midwifery, Sabzevar University of Medical Sciences

Parvin Salary

Instructor of midwifery, Mashhad University of Medical Sciences

Morteza Modarres Gharavi

Assistant professor of psychiatry, Research Center of Psychiatry and Behavioral Sciences, Mashhad University of Medical Sciences

***Corresponding Author:**

University of Medical Sciences, Sabzevar, Iran

Tel: +989153719281

abouyeh@gmail.com

Received: Feb. 24, 2011

Accepted: Jun. 06, 2011

Acknowledgement:

This study was approved and financially supported by research committee of Mashhad University of Medical Sciences. The authors had no conflict of interest with the results.

Vancouver referencing:

Naebi-Nyia AS, Salary P, Modarres Gharavi M. Studying the relationship between adult attachment style to parents with stress, anxiety and depression. Journal of Fundamentals of Mental Health 2011; 13(2): 194-202.

مقدمه

سبک‌های دلبستگی^۱ 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 پیش‌بینی‌کننده‌ی زیادی در بهداشت روانی دارد (۲،۱).

بر اساس نظریات بالبی^۲، 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 موثر است (۳). روابط دلبستگی، نقش بسیار مهمی در احساس امنیت افراد دارند (۴). یکی از اصول پایه‌ای دلبستگی این است که روابط دلبستگی اولیه بر طول زندگی فرد موثر است (۵). بالبی اظهار داشت که پیوند والد-کودک، بافت غیر قابل جایگزینی را برای رشد هیجانی فراهم می‌نماید. به نظر وی اکثر مشکلات دوران کودکی و بزرگسالی منتج از تجربیات واقعی دوران کودکی است (۴). نظریه‌ی دلبستگی توسط بالبی در سال ۱۹۶۹ با عنوان دلبستگی و جدایی‌ارایی و با انجام مطالعاتی توسط اینزورث^۳ و همکارانش قابل بهره‌برداری شد (به نقل از ۶). او در بیان نظریه خود از نظریات افرادی چون فروید^۴، اریکسون^۵ و ملانی کلاین^۶ بهره جست (به نقل از ۴). نوزادان به طور ژنتیکی در حدود شش تا دوازده ماهگی شروع به تشکیل پیوند دلبستگی می‌نمایند (۷). اینزورث با مطالعه بر روی ۲۳ کودک یک ساله، الگوهای دلبستگی را به انواع دلبستگی ایمن^۷، نایمن اجتنابی^۸ و نایمن دوسوگرا^۹ تقسیم نمود (۴). افراد با دلبستگی ایمن، سطح بالاتری از اعتماد و رضایت و سطح پایین‌تری از تعارضات دارند، در حالی که افراد با دلبستگی دوسوگرا با عدم تعادل در احساسات و تعارضات بیشتر و افراد با دلبستگی اجتنابی با رضایت و صمیمیت کمتر و تعارضات بیشتر مشخص می‌شوند (۸).

واکنش‌های هیجانی در برابر موقعیت‌های تنش‌زا در طیف گسترده‌ای از شعف و شادمانی تا هیجان‌های معمولی اضطراب، خشم، ناامیدی و افسردگی قرار می‌گیرند. اضطراب، معمول‌ترین پاسخ به محرک تنش‌زا است. منظور از اضطراب، هیجانی ناخوش‌آیند است که همه‌ی ما در جاتی از آن را در قالب کلمه‌هایی چون دلشوره، نگرانی و ترس تجربه کرده‌ایم. هر چند پاسخ معمول آدمی به ناکامی، پرخاشگری فعال است، با این حال رفتار وارونه‌ی آن یعنی کناره‌گیری و خمودگی نیز رواج دارد. وقتی شرایط تنش‌زا استمرار پیدا کرده و شخص توفیقی در حل و فصل آن‌ها نداشته باشد، ممکن است خمودگی عمیق شده و به صورت افسردگی درآید (۹).

طبق گزارش سازمان بهداشت جهانی^{۱۰} از هر ۴ نفر، یک نفر در هر مرحله از زندگی از یک یا چند اختلال روانی رنج می‌برد (۱۰). به نقل از انجمن ملی سلامت روان بر اساس گزارش مرکز کنترل بیماری‌های آمریکا (CDC)^{۱۱} ۷/۸ درصد مردان و ۱۲/۳ درصد زنان در سنین ۲۴-۱۸ سالگی از مشکلات روانی به ویژه افسردگی رنج می‌برند (۱۱). امروزه آشکار گردیده است که استرس یا تنش عامل موثر اولیه بر سلامت روانی است. نتایج پژوهش‌ها نشان داده که رابطه‌ی پایدار بین تعداد رویدادهای تنش‌زای زندگی با سلامت جسمی و روانی فرد وجود دارد (۱۲).

کسیدی و شیور^{۱۲} در توجیه رابطه‌ی سبک دلبستگی و سلامت روان اشاره می‌کنند که پیامد فرآیند دلبستگی ایمن، ایجاد احساس ایمنی در فرد است و پیامد دلبستگی‌های نایمن، ایجاد ترس و وحشت در فرد است (۱۳). رابرتز^{۱۳} و همکاران در توجیه این رابطه بر این عقیده‌اند که پیامد روان‌شناختی سبک‌های دلبستگی نایمن در شرایط تنش‌زا، اضطراب و افسردگی است و پیامد روان‌شناختی سبک دلبستگی ایمن در چنین شرایطی، آرامش روانی است (۱۴). رحیمیان بوگر و همکاران با مطالعه بر روی ۳۱۴ بزرگسال بازمانده‌ی زلزله بم دریافتند که بین سبک دلبستگی ایمن با سلامت روان رابطه‌ی

¹Attachment styles

²John Bowlby

³Mary Ainsworth

⁴Freud

⁵Erik Erikson

⁶Melanie Klein

⁷Secure Attachment

⁸Insecure Attachment Avoidant

⁹Insecure Attachment Ambivalent

¹⁰World Health Organization

¹¹Control of Diseases Center

¹²Cassidy and Shaver

¹³Roberts

که برای مشکلات روانی پرخطر می‌باشند بیشتر دیده می‌شود، اما این ارتباط برای بزرگسالان به درستی روشن نشده است (۱۷).

با توجه به اهمیت سلامت روان در زندگی افراد و این که وجود تنش، اضطراب و افسردگی از عوامل مختل‌کننده‌ی آن است و وجود نظریه‌ی مهم دلبستگی بالبی و دیدگاه‌های بالبی و اینزورث در ارتباط با مشکلات ارتباطی افراد و دسترسی محدود پژوهشگر به مقالاتی که فرضیات مشتق از این نظریه را آزمون کند، پژوهشی با هدف تعیین ارتباط سبک‌های دلبستگی بالغین به والدین با تنش، اضطراب و افسردگی انجام شد.

روش کار

این مطالعه از نوع همبستگی، دو متغیره است که برای ۱۷۰ زن متاهل در سن باروری، مراجعه‌کننده به درمانگاه زنان بیمارستان قائم (عج) و نیز مطب‌های خصوصی متخصصان زنان و زایمان در شهر مشهد انجام گردید. معیارهای ورود به مطالعه دارا بودن ملیت ایرانی، مذهب اسلام، تاهل و سواد خواندن و نوشتن (در حدی که نمونه‌ها قادر باشند سئوال‌ات مربوط به پرسش‌نامه‌ی سبک دلبستگی بالغین را درک کنند)، نداشتن سابقه‌ی بستری به دلیل مشکلات روانی، نداشتن شرایط روحی و روانی خاص (مانند مرگ یکی از عزیزان) در یک ماه گذشته و عدم سوءمصرف مواد بود.

ابزار مورد استفاده شامل پرسش‌نامه‌ی مشخصات فردی و جمعیت‌شناختی، پرسش‌نامه‌ی تعیین سبک دلبستگی بالغین، پرسش‌نامه‌ی DASS 21^{۱۰} (تعیین هم‌زمان تنش، اضطراب و افسردگی) بودند.

پرسش‌نامه‌ی مشخصات فردی و جمعیت‌شناختی: روایی آن به روش محتوا با نظر ۱۰ نفر از اعضای هیئت علمی گروه مامایی و روان‌شناسی دانشگاه علوم پزشکی مشهد تعیین شد.

پرسش‌نامه‌ی تعیین سبک دلبستگی بالغین: این مقیاس الگوی ارتباطی را که بالغین در سنین زیر ۱۴ سال با پدر و مادر تجربه کرده‌اند، می‌سنجد و شامل ۸۴ سؤال است که در دو بخش مربوط به پدر و مادر تنظیم شده است. این مقیاس پنج نوع سبک ایمن، هراسان، وابسته، والدینی و سرد را در افراد

مثبت معنی‌دار و بین سبک‌های دلبستگی اجتنابی و دوسوگرا با سلامت روان، رابطه‌ی منفی معنی‌داری وجود دارد (۱۵). مطالعه‌ی بشارت و همکاران مشخص کرد که واحدهای مورد پژوهش با سبک دلبستگی ایمن نسبت به نایمن و هم‌چنین آن‌هایی که دارای سبک دلبستگی اجتنابی بودند نسبت به سبک دوسوگرا، مشکلات بین شخصی کمتری داشتند.

یافته‌های این پژوهش بر اصالت دلبستگی ایمن به منزله‌ی یک نیاز نخستین و انتقال آن به نسل‌های بعدی اشاره دارد (۱۶). سافورد^۱ نشان داد که احتمال بیشتری دارد افراد با دلبستگی نایمن، اضطراب و افسردگی را تجربه کنند (۱۷). در ادامه‌ی نظریات بالبی و اینزورث در سال ۲۰۰۵ دسته‌بندی پنج‌گانه‌ای از سبک‌های دلبستگی شامل ایمن، والدینی^۲، وابسته^۳، هراسان^۴ و سرد^۵ با پدر و مادر، توسط اسنو^۶ و همکاران مطرح شد (۱۸).

به نظر بالبی سبک‌های دلبستگی مشاهده شده در دوران نوزادی، در قوانین و راهکارهای مقابله با تنش در بزرگسالی منعکس می‌شود (۴) و افراد با دلبستگی نایمن نسبت به افراد ایمن بیشتر در معرض مشکلات روانی مانند اضطراب و افسردگی می‌باشند. با وجود این که بالبی معتقد بود که دلبستگی به طور مستقیم با اضطراب و افسردگی مرتبط است اما کلارک^۷ و واتسون^۸ در سال ۱۹۹۱ نظریه‌ای ارایه دادند که بر اساس آن اضطراب و افسردگی به طور کلی به دلیل عوامل مشترکی از ناراحتی عمومی که عواطف منفی نامیده می‌شوند ایجاد می‌شود (به نقل از ۱۷).

جی بلسکی^۹ که یکی دیگر از نظریه‌پردازان دلبستگی است، باورهای بالبی و اینزورث را در این مورد که دلبستگی ایمن، سالم‌ترین دلبستگی‌ها است، مورد تردید قرار داد. بلسکی بر این باور است که در برخی محیط‌ها، الگوی دلبستگی اجتنابی یا اضطرابی می‌توانند انطباقی‌تر باشند (به نقل از ۱۹) و اگر چه شواهدی وجود دارد که الگوی دلبستگی نایمن در کودکانی

¹Safford

²Parentified

³Dependent

⁴Fearful

⁵Distant

⁶Snow

⁷Clark

⁸Watson

⁹Jey Belsky

¹⁰Depression Anxiety Stress Scale

حذف و مطالعه با تعداد ۱۶۱ نفر باقیمانده، انجام گردید. جهت تکمیل پرسش‌نامه‌ها به افراد، توضیحات کلی در مورد نحوه‌ی پاسخ‌دهی به سئوال‌ها داده شد. در مورد پرسش‌نامه‌ی سبک دلبستگی، به افراد تاکید می‌شد که هنگام پاسخ‌گویی به سئوال‌ها به هیچ وجه احساس فعلی خود را در نظر نگیرند و جهت اطمینان از حصول این نحوه‌ی پاسخ‌دهی، دو سئوال مهم در پرسش‌نامه مانند من به نیازهای مادرم بیشتر از نیازهای خودم اهمیت می‌دادم و مراقبت کردن از مادرم برایم لذت بخش بود را به طور شفاهی از واحد پژوهش پرسیده و از وی خواسته می‌شد درباره‌ی این سئوال‌ها، توضیح دهد. لازم به ذکر است که در صورت وجود هر گونه ابهام در مورد سئوال‌ها، توضیحات لازم ارایه می‌شد. تجزیه و تحلیل آماری با نرم‌افزار SPSS، نسخه‌ی ۱۴ و با استفاده از آزمون‌های همبستگی پیرسون در سطح معنی‌داری ۰/۰۵ انجام شد.

نتایج

میانگین سن زنان $28/64 \pm 6/44$ سال، میانگین طول مدت ازدواج $110/22 \pm 103/05$ ماه و میانگین تعداد فرزندان $1/13 \pm 0/9$ بود. تحصیلات ۷۸/۳ درصد افراد در سطح دبیرستانی و دانشگاهی و تحصیلات سایر افراد پایین‌تر از دبیرستان بود.

بالاترین نمره‌ی میانگین از خرده‌آزمون‌های DASS 21 مربوط به نمره‌ی تنش به میزان ۹/۷۶ بود (جدول ۱). بالاترین وفور مربوط به سبک دلبستگی به مادر از نوع ایمن با ۴۷/۶ درصد بود (نمودار ۱). بالاترین فراوانی سبک دلبستگی به پدر از نوع ایمن با ۲۷/۶ درصد بود (نمودار ۲).

جدول ۱- شاخص آماری کسب شده توسط واحدهای مورد

پژوهش از متغیرهای تنش، اضطراب و افسردگی

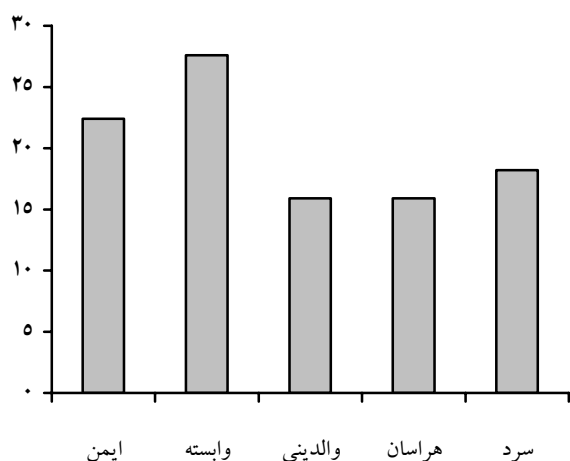
| متغیر | میانگین | انحراف معیار | کمترین نمره | بیشترین نمره |
|---------|---------|--------------|-------------|--------------|
| تنش | ۹/۷۶ | ۴/۸۲ | ۰ | ۲۱ |
| اضطراب | ۶/۸۹ | ۴/۸۱ | ۰ | ۲۰ |
| افسردگی | ۷/۴۵ | ۵/۱۰ | ۰ | ۲۱ |

همان‌طور که در جدول ۲ آمده است، نمره‌ی تنش با سبک دلبستگی ایمن ارتباط منفی و معنی‌دار و با سبک‌های هراسان و سرد ارتباط مثبت و معنی‌دار دارد.

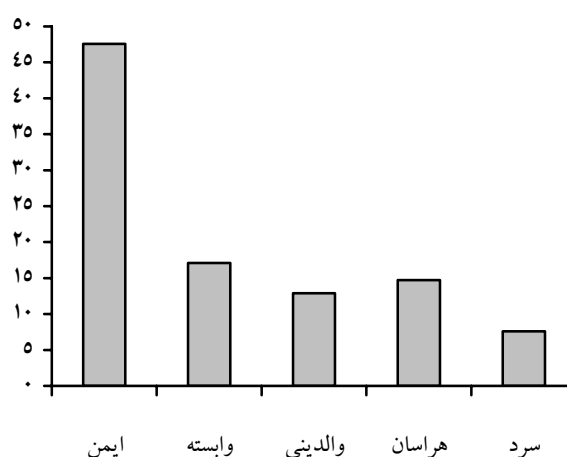
بزرگسال مشخص می‌کند که اولین بار در سال ۲۰۰۵ توسط اسنو و همکارانش طراحی و اعتبار آن تایید گردید (۱۹). مجوز استفاده از این ابزار از طراح اصلی کسب و پس از ترجمه و ویرایش توسط متخصص زبان انگلیسی و فارسی و اعمال نظرات کارشناس ابزار، روایی آن به شکل محتوا با نظر ۱۰ نفر از اعضای هیئت علمی گروه مامایی، روان‌شناسی، روان‌پزشکی و متخصصین زنان دانشگاه علوم پزشکی مشهد تکمیل و تایید گردید و پایایی به روش آلفای کرونباخ با نمره‌ی $0/70 \leq$ در هر یک از خرده‌آزمون‌ها تایید شد. پرسش‌نامه‌ی DASS 21 (تعیین هم‌زمان تنش، اضطراب و افسردگی): شامل ۲۱ سئوال می‌باشد که ۷ سئوال تنش، ۷ سئوال اضطراب و ۷ سئوال افسردگی را می‌سنجد و با مقیاس چهار نقطه‌ای از صفر تا ۳ درجه‌بندی گردیده است. روایی و پایایی آن در ایران در سال ۱۳۸۴ توسط صاحبی و همکارانش با روایی تحلیل عاملی و اعتبار ملاک با اجرای هم‌زمان آزمون‌های افسردگی بک، اضطراب زانگ و تیدگی ادراک شده مورد تایید قرار گرفته است و پایایی آن از طریق همسانی درونی به روش آلفای کرونباخ بررسی شد. ضریب قابلیت اعتماد به دست آمده در تحقیق آن‌ها بسیار رضایت‌بخش و در سطح $P < 0/001$ معنی‌دار بود (۲۰).

نمونه‌گیری به روش آسان انجام شد. در ابتدا با ارایه‌ی معرفی نامه‌ی رسمی و کسب مجوز از مسئولان مربوط برای جمع‌آوری داده‌ها به درمانگاه زنان بیمارستان قائم (عج) و مطب متخصص زنان مراجعه شد. به افراد واجد شرایط پژوهش در مورد اهداف و نحوه‌ی اجرای پژوهش، توضیحات لازم، ارایه گردید. در مورد نگهداری محرمانه‌ی پاسخ‌ها و ارایه‌ی اطلاعات به صورت کلی به آنان اطمینان داده شد. با رضایت آگاهانه‌ی کتبی مبنی بر موافقت جهت شرکت در پژوهش و مختار بودن به انصراف در هر مرحله از تحقیق، در محیط خلوت و به طور انفرادی از شرکت‌کنندگان درخواست شد که فرم‌های مربوط به مطالعه را تکمیل نمایند.

از تعداد ۳۹۷ نفر که فرم معیارهای ورود به مطالعه را تکمیل نمودند، تعداد ۲۰۶ نفر واجد شرایط مطالعه بودند که از این تعداد، ۳۶ نفر به دلیل عدم پاسخ‌دهی کامل به پرسش‌نامه‌ها،



نمودار ۲- توزیع فراوانی انواع سبک های دلبستگی به پدر در دوران کودکی



نمودار ۱- توزیع فراوانی انواع سبک های دلبستگی به مادر در دوران کودکی

با پدر، یافته‌ها نشان می‌دهند که نمره‌ی تنش، اضطراب و افسردگی ارتباط مثبت و معنی‌دار با سبک ایمن و نمره‌ی اضطراب، ارتباط منفی و معنی‌دار با سبک ایمن دارد (جدول ۳).

نمره‌ی اضطراب با سبک دلبستگی سرد، ارتباط مثبت و معنی‌دار و نمره‌ی افسردگی با سبک ایمن، ارتباط منفی و معنی‌دار و با سبک سرد ارتباط مثبت و معنی‌دار دارد. در مورد سبک دلبستگی

جدول ۲- ضریب همبستگی سبک دلبستگی به مادر با تنش، اضطراب و افسردگی

| سبک دلبستگی با مادر | ایمن | | وابسته | | والدینی | | هراسان | | سرد | |
|---------------------|-------|-------|--------|-------|---------|-------|--------|-------|-------|--------|
| | P | R | P | R | P | R | P | R | P | R |
| تنش | ۰/۱۶۴ | ۰/۳۲ | -۰/۰۴۶ | ۰/۵۴۸ | ۰/۰۰۴ | ۰/۹۶۲ | ۰/۱۵۵ | ۰/۰۴۳ | ۰/۲۵۷ | ۰/۰۰۱ |
| اضطراب | ۰/۱۳۲ | ۰/۰۸۵ | -۰/۰۳۴ | ۰/۶۶۳ | ۰/۰۶۶ | ۰/۳۹۶ | ۰/۱۲۷ | ۰/۰۹۹ | ۰/۳۰۷ | <۰/۰۰۱ |
| افسردگی | ۰/۲۲۹ | ۰/۰۰۳ | -۰/۰۹۶ | ۰/۲۱۴ | ۰/۰۲۴ | ۰/۷۵۹ | ۰/۱۳۱ | ۰/۰۹۰ | ۰/۳۲۵ | <۰/۰۰۱ |

جدول ۳- ارتباط سبک دلبستگی به پدر با تنش، اضطراب و افسردگی

| سبک دلبستگی با پدر | ایمن | | وابسته | | والدینی | | هراسان | | سرد | |
|--------------------|-------|-------|--------|-------|---------|-------|--------|-------|-------|--------|
| | P | R | P | R | P | R | P | R | P | R |
| تنش | ۰/۱۳۶ | ۰/۰۷۶ | -۰/۰۰۸ | ۰/۹۱۹ | ۰/۰۰۹ | ۰/۹۰۴ | ۰/۰۱۸ | ۰/۳۱۸ | ۰/۲۵۹ | ۰/۰۰۱ |
| اضطراب | ۰/۱۲۹ | ۰/۰۹۴ | ۰/۰۶۸ | ۰/۳۷۶ | ۰/۰۵۸ | ۰/۴۵۰ | ۰/۰۹۱ | ۰/۲۴۰ | ۰/۲۶۱ | ۰/۰۰۱ |
| افسردگی | ۰/۱۸۸ | ۰/۰۱۴ | <۰/۰۰۱ | ۰/۹۹۶ | -۰/۰۱۷ | ۰/۳۲۸ | ۰/۰۷۸ | ۰/۳۱۵ | ۰/۲۹۵ | <۰/۰۰۱ |

به پدر و مادر ارتباطی مثبت با تنش، اضطراب و افسردگی داشت که در تمام موارد، معنی‌دار گردید و بر ارتباط مثبت میان سبک دلبستگی سرد با مولفه‌های فوق دلالت دارد. در مورد سبک دلبستگی هراسان به پدر و مادر اگر چه ارتباط مثبتی با مولفه‌های تنش، اضطراب و افسردگی گزارش شد، اما معنی‌داری تنها در مورد سبک هراسان به مادر با استرس گزارش گردید.

بحث و نتیجه گیری

در مطالعه‌ی حاضر سبک دلبستگی ایمن به پدر و مادر ارتباطی منفی با تنش، اضطراب و افسردگی داشت که اگر چه این ارتباط در مورد مادر با تنش و اضطراب و در مورد پدر تنها با افسردگی معنی‌دار گردید، دال بر ارتباط منفی میان سبک دلبستگی ایمن با مولفه‌های فوق می‌باشد. سبک دلبستگی سرد

با وجود این اظهارات همان طور که گفته شد نه تنها در پژوهش حاضر بلکه در پژوهش‌های مشابه چه در ایران و چه در خارج از ایران، دل‌بستگی نایمن که در پژوهش حاضر دل‌بستگی سرد و هراسان را شامل می‌شود با تنش، اضطراب و افسردگی ارتباطی مثبت دارد و با توجه به این که در مورد دل‌بستگی سرد، ارتباط معنی‌داری هم در مورد پدر و هم در مورد مادر در هر سه مولفه، مشهود بود می‌توان چنین استنباط کرد که در پژوهش حاضر احتمالاً سبک دل‌بستگی سرد به عنوان نایمن‌ترین سبک عمل می‌کند و بیشترین پیش‌آگهی را در مورد مشکلات روان‌شناسی دارد.

اما در مورد سبک دل‌بستگی ایمن، نتایج نشان داد که اگر چه ارتباط بین این نوع سبک در مورد پدر و مادر با هر سه مولفه، منفی است، اما ارتباط معنی‌داری در تمام موارد مشاهده نمی‌شود و از آن جا که در مورد افسردگی، ارتباط معنی‌داری هم در مورد پدر و هم در مورد مادر وجود دارد، نشان‌دهنده‌ی ارتباط قوی‌تر افسردگی با سبک دل‌بستگی ایمن است و با توجه به این که از نظر روان‌شناسی افسردگی در مراحل بعدی و به دنبال تنش مستمر و اضطراب ایجاد می‌شود، می‌توان استنباط نمود که احتمالاً دل‌بستگی ایمن در زمانی بیشترین تاثیر را بر سلامت روانی افراد دارد که مشکلات به سمت وخامت سوق می‌کند. اگر چه اسنو دل‌بستگی والدینی را به عنوان دل‌بستگی ایمن قلمداد نموده اما بالبی ارتباط والدینی را یک نوع الگوی ارتباطی معکوس به شمار می‌آورد که والدین گاهی عمدی و گاه غیر عمدی در جایگاه کودک برای او ایفای نقش می‌کنند و این باعث می‌شود که کودک احساس نیاز به دل‌بستگی را در خود سرکوب کند (به نقل از ۲۲).

از اظهارات بالبی چنین استنباط می‌شود که دل‌بستگی والدینی نمی‌تواند دل‌بستگی ایمن قلمداد شود. در پژوهش حاضر، ارتباط سبک دل‌بستگی والدینی به مادر با هر سه مولفه، مثبت و در مورد پدر نیز با تنش و اضطراب، ارتباطی مثبت گزارش گردید. اگر چه این نتایج در هیچ‌یک از موارد فوق معنی‌دار نبود اما با نظریه‌ی بالبی در مورد دل‌بستگی والدینی که آن را یک نوع دل‌بستگی نایمن فرض می‌نماید همسو بود. در پژوهش حاضر ارتباط سبک دل‌بستگی وابسته با هر سه مولفه،

نتایج سافورد نشان داد که افراد با دل‌بستگی نایمن با احتمال بیشتری اضطراب و افسردگی را تجربه می‌کنند (۱۷).

رحیمیان و همکاران در ایران و میکولینسر^۱ و شیور دریافتند که بین سبک دل‌بستگی ایمن با سلامت روان، رابطه‌ی مثبت معنی‌دار و بین سبک‌های دل‌بستگی اجتنابی و دوسوگرا با سلامت روان، رابطه‌ی منفی معنی‌داری وجود دارد (۱۵). رحیمیان و همکاران دریافتند که میزان تنش شغلی در آزمودنی‌های دارای سبک دل‌بستگی ایمن کمتر از سبک‌های نایمن است (۲۱).

مطالعه‌ی بشارت و همکاران مشخص کرد واحدهای پژوهش با سبک دل‌بستگی ایمن نسبت به نایمن و هم‌چنین آن‌هایی که دارای سبک دل‌بستگی اجتنابی بودند نسبت به سبک دوسوگرا، مشکلات بین شخصی کمتری داشتند که این نتایج همگی در راستای نتایج مطالعه‌ی حاضر می‌باشد (۱۶).

رابرتز و همکاران در توجیه این رابطه بر این عقیده‌اند که پیامد روان‌شناختی سبک‌های دل‌بستگی نایمن در شرایط تنش‌زا، اضطراب و افسردگی است و پیامد روان‌شناختی سبک دل‌بستگی ایمن در چنین شرایطی، آرامش روانی است (۱۴). نبود اعتماد به خود و دیگران از ویژگی‌های اصلی افراد نایمن می‌باشد. نداشتن اعتماد به خود با تحلیل بنیادهای درون‌روانی، توان رویارویی با موقعیت‌های تنش‌زا را کاهش می‌دهد و درماندگی روان‌شناختی را بر فرد نایمن تحمیل می‌کند. این پریشانی و درماندگی بر حسب تجربه‌های نامطلوب به احساسات خودکوک‌چک‌بینی و اضطراب شخص دامن می‌زند. دل‌بستگی ایمن یک منبع درونی است که سلامت روان‌شناختی را در طول دوره‌های تنش حفظ می‌کند، در حالی که نبود منبع ایمن، مشکلات عاطفی را در پی دارد (۲۱).

برخی از محققین معتقدند به طور کلی دل‌بستگی با تجارب عواطف منفی مرتبط است و ممکن است افراد با دل‌بستگی نایمن نسبت به ایمن، سطح بالاتری از عواطف منفی داشته باشند و وجود عواطف منفی موجب ارتباط دل‌بستگی نایمن با اضطراب و افسردگی باشد و شاید ارتباطی میان دل‌بستگی نایمن با اضطراب و افسردگی وجود نداشته باشد (۱۷).

¹Mikulincer

توسط اسنو تنها چند پایان‌نامه‌ی دکترها در دسترس می‌باشد که از نظر ارتباط موضوعی با پژوهش حاضر بسیار دور است و با توجه به معنی‌دار نشدن یافته‌ها و یکسان نبودن جهت روابط، تفسیر نتایج مطالعه‌ی حاضر در مورد دو سبک دلبستگی والدینی و وابسته به درستی امکان‌پذیر نیست و خارج از محدوده‌ی این پژوهش می‌باشد که احتمالاً با انجام پژوهش‌های گسترده‌تر و با حجم نمونه‌ی بالاتر می‌تواند قابل بحث باشد.

علاوه بر آن پژوهش حاضر تنها در مورد زنان انجام گرفته که اصولاً بیشترین تاثیر را از مادر می‌گیرند و توصیه می‌شود برای تفسیر بهتر، پژوهش‌هایی با حجم نمونه‌ی بالاتر و در مورد هر دو جنس انجام گیرد. از جمله دیگر محدودیت‌های پژوهش حاضر این است که ابزار سبک دلبستگی بالغین برای اولین بار در ایران استفاده می‌شد که با توجه به طولانی شدن مراحل در مورد تایید روایی آن، به روایی صوری و محتوی بسنده شد. از آن جا که تنش، اضطراب و افسردگی ارتباطی مثبت و معنی‌دار با سبک دلبستگی سرد به پدر و مادر دارد و ارتباط هر سه مولفه با دلبستگی ایمن، منفی و در مورد افسردگی برای هر دو والد و در مورد تنش برای مادر، معنی‌دار گردید، نتایج این مطالعه تاییدی بر نظریه‌ی بالبی است که بیان می‌کند دلبستگی شالوده‌ی رشد عاطفی و اجتماعی سالم در دوران بزرگسالی را پی‌ریزی می‌کند.

لذا نتایج این پژوهش با تاکید بر اهمیت تعامل در دوران کودکی و تاثیر آن بر رشد و سلامت روانی در بزرگسالی، می‌تواند پیش‌زمینه‌ای برای انجام مشاوره‌های روان‌شناسی باشد.

منفی و در مورد پدر با مولفه‌های تنش، ارتباط منفی و با اضطراب و افسردگی، ارتباط مثبت داشت که هیچ کدام از این نتایج نیز معنی‌دار نبود. اگر چه اسنو دلبستگی وابسته را یک نوع دلبستگی ایمن می‌داند اما به عقیده‌ی برخی از پژوهشگران، مشخصه‌ی اصلی دلبستگی وابسته، اتکای ناهنجار به دیگران است. این نوع الگوی ارتباطی منجر به مشکلات شخصیتی می‌شود و پیش‌درآمدی بر شخصیت‌های ساختگی است که اضطراب جدایی را به همراه دارد.

در برخی از مطالعات دیده شد که زنان با شخصیت وابسته دارای روحیه‌ی فرمانبرداری و علایم افسردگی بوده و از احساسات هیجانی کمتری برخوردار هستند (۳).

از نتایج مطالعه‌ی حاضر چنین برمی‌آید که دلبستگی وابسته به مادر می‌تواند به عنوان یک نوع دلبستگی ایمن عمل نماید و افراد را به سمت سلامت روان سوق دهد اما در مورد پدر چنین تفسیری امکان‌پذیر نیست و با توجه به ارتباط مثبت میان دلبستگی وابسته به پدر با اضطراب و افسردگی چنین نتیجه‌گیری می‌شود که وابستگی دختران به پدر شاید در مراحل اولیه‌ی شروع مشکلات روان‌شناسی به عنوان حایل عمل نماید، اما با شدیدتر شدن و استمرار علایم حتی گاه به وخامت اوضاع می‌انجامد.

به طور کلی در نهایت می‌توان چنین نتیجه گرفت که سبک دلبستگی وابسته به خصوص با مادر یک نوع دلبستگی ایمن و پیش‌درآمد سلامت روان بوده و سبک دلبستگی والدینی همان طور که بالبی بیان کرده یک نوع ارتباط معکوس و نایمن قلمداد می‌شود. از آن جا که مطالعات مشابه در دسترس، محدود بوده و در مورد سبک‌های دلبستگی گزارش شده

References

- Berant E, Mikulincer M, Florian V. Attachment style and mental health: A one-year follow up study of mothers of infants with congenital heart disease. *Pers Soc Psychol Bull* 2001; 8: 956-68.
- Linley PA, Joseph S. Positive change following trauma and adversity: A review. *J Trauma Stress* 2004; 17: 11-21.

3. Gordon KW. The multidimensionality of peer victimization and patterns of relating in attachment. Ph.D. Dissertation. USA: University of Mississippi, 2008: 15-28.
4. John Bowlby. [Attachment theory, Elite psychology and education]. Safarzadeh Khoshabi K, Abohamzeh E. (translators). 1st ed. Tehran: Danjeh; 2006: 32-135. (Persian)
5. Davila Burge D, Hammen C. Why does attachment style change? *J Pers Soc Psychol* 1997; 73(4): 826-38.
6. Dempster D. Multidimensionality of patterns of attachment, sexual attitudes and unwanted sex. Ph.D. Dissertation. USA: University of Mississippi, 2007: 18-38.
7. Morton N, Browne K. Theory and observation of attachment and its relation to child maltreatment: A review. *Child Abuse Negl* 1998; 22(11): 1093-104.
8. Collins NL, Cooper L, Albino A, Allard L. Psychosocial vulnerability from adolescence to adulthood: A prospective study of attachment style differences in relationship functioning and partner choice. *J Pers* 2002; 70(6): 965-1007.
9. Atkinson RL, Atkinson R, Smith E, Bem D, Nolen S. [Hilgard's introduction to psychology]. 3rd ed. Brahany M, Birshak B, Bayk M, Zamany R, Shamlo S, Shahraray M. (translators). Tehran: Roshd; 2005: 485-95. (Persian)
10. Mental and neurological disorders. The world health report, 2001. [cited 2001]. Available from: URL; <http://www.who.int/entity>
11. National Mental Health Association. Campaign for America's mental health, 2005. [cited 2005]. Available from: URL; <http://www.nmha.org>
12. Azimi H, Jannati Y, Mahmoudi G. [Textbook of mental health nursing]. Tehran: Salami; 2002: 118-29. (Persian)
13. Cassidy J, Shaver PR. Handbook of attachment: Theory, research and clinical applications. New York, London: Guilford; 2008: 101-200.
14. Roberts JE, Gotlib IH, Kassel JD. Adult attachment security and symptoms of depression: The mediating roles of dysfunctional attitudes and low self-esteem. *J Pers Soc Psychol* 1996; 59: 981-6.
15. Rahimian Boogar E, Asgharnejad Farid AA, Rahiminejad A. [Relationship between attachment style and mental health in adult survivors of the Bam earthquake]. *Psychological research* 2008; 11(1-2): 27-40. (Persian)
16. Besharat MA, Golinejad M, Ahmadi AA. [Relationship between attachment styles and personal problems]. *Journal of psychiatry and clinical psychology* 2000; 8(4): 74-81. (Persian)
17. Safford SM. The relationship of attachment style and cognitive style to depression, anxiety and negative affectivity. Ph.D. Dissertation. Temple University, 2002: 12-46.
18. Snow MS, Martin E, Wolff LA, Stoltz KB, Helm H, Sullivan K. The adult scale of parental attachment psychometric properties, factor analysis, and multidimensional scaling in two studies. *Two Studies*; 2005, manuscript submitted for publication: 4-22
19. Crain W. [Theories of development: Concepts and applications]. 1st ed. Khoyinejad GH, Rajayi AR. (translator). Tehran: Roshd; 2005: 77-94. (Persian)
20. Sahebi A, Asghari J, Sallari R. [Depression anxiety stress scale (DASS-21) validated for the Iranian population]. *Journal of Iranian psychologists* 2005; 1(4): 299-312. (Persian)
21. Rahimian Boogar E, Nori A, Arizi HR, Molavi H, Froghi AR. [Relationship between adult attachment style with satisfaction and job stress]. *Journal of psychiatry and clinical psychology* 2007; 13(2): 148-57. (Persian)
22. Byng-Hall J. Relieving parentified children's burdens in families with insecure attachment patterns. *Fam Process* 2002; 41: 375-88.