

## رابطه احساس تنهایی و عزت نفس با سبکهای دلبستگی دانشجویان

دکترتول احمدی\*

استادیار گروه روان‌شناسی دانشکده ادبیات و علوم انسانی دانشگاه محقق اردبیلی

### چکیده

هدف از پژوهش حاضر بررسی رابطه احساس تنهایی و عزت نفس دانشجویان دانشگاه محقق اردبیلی با سبکهای دلبستگی آنها بود، به این دلیل روش تحقیق در پژوهش حاضر همبستگی است. ۲۲۳ دانشجوی (۱۲۳ دختر و ۱۰۰ پسر) که با روش نمونه گیری تصادفی چند مرحله‌ای انتخاب شدند، با تکمیل پرسشنامه دلبستگی بزرگسال هازان و شیور، مقیاس تنهایی UCLA و مقیاس عزت نفس رزنبرگ در این پژوهش شرکت کردند. برای تحلیل آماری داده‌ها از ضریب همبستگی و تحلیل رگرسیون استفاده شد. نتایج پژوهش نشان داد که بین سبک‌های دلبستگی ایمن و اجتنابی با عزت نفس رابطه مثبت، ولی بین سبک دلبستگی مضطرب- دو سوگرا و عزت نفس رابطه منفی وجود دارد. بین سبک‌های دلبستگی ایمن و اجتنابی با احساس تنهایی رابطه منفی، ولی بین سبک دلبستگی مضطرب- دو سوگرا و احساس تنهایی رابطه مثبت وجود دارد. بین عزت نفس و احساس تنهایی همبستگی منفی به دست آمد. سبک‌های دلبستگی ایمن و نایمن می‌توانند واریانس متغیرهای احساس تنهایی و عزت نفس را معنی دار تبیین کنند. بدین ترتیب که سبک دلبستگی ایمن و سبک دلبستگی اجتنابی با افزایش عزت نفس و کاهش احساس تنهایی مطابقت می‌کنند و سبک دلبستگی مضطرب- دو سوگرا با کاهش عزت نفس و افزایش احساس تنهایی همراه است.

### کلید واژه‌ها:

سبک‌های دلبستگی، عزت نفس، احساس تنهایی

## مقدمه

بسیاری از روان‌شناسان تحولی<sup>۱</sup> عقیده دارند احساس گرمی، اعتماد و امنیتی که حاصل دلبستگی ایمن با چهره اولیه دلبستگی<sup>۲</sup> است، زمینه کنش روان‌شناختی سازگارانه را در مراحل بعدی رشد فراهم می‌کند. بالبی<sup>۳</sup> (۱۹۸۰-۱۹۷۳) در نظریه دلبستگی بر این نکته تأکید داشت که ارتباطات اولیه دوران کودکی، سبک دلبستگی فرد را شکل می‌دهد و بر دیدگاه فرد درباره خود، دیگران و روش سازمان‌دهی ارتباطات میان فردی تأثیر می‌گذارد. بر طبق این نظریه، تأثیر کیفیت دلبستگی در تمامی فراخنای عمر تداوم دارد و تبیین‌کننده تفاوت‌های فردی در زمینه روش‌های مقابله‌ای با آزردهی‌های درونی<sup>۴</sup> و تنظیم روابط میان فردی است.

هازان و شیور<sup>۵</sup> (۱۹۸۷) براساس نظریه دلبستگی بالبی، دلبستگی بزرگسالی<sup>۶</sup> را پایه ریزی کردند. این پژوهشگران به دو شکل دلبستگی بزرگسالی را تعریف کرده‌اند:

الف- بازنمایی‌های درونی<sup>۷</sup> یا الگوهای<sup>۷</sup> که رفتار میان فردی و پردازش اطلاعات را هدایت می‌کند.

ب- راهبردها و شیوه‌های اختصاصی که افراد برای حفظ امنیت خود استفاده می‌کنند. به طور کلی براساس نتایج به دست آمده از پژوهش‌های انجام شده، در زمینه سبک‌های دلبستگی نوزادی (اینزورث<sup>۸</sup> و همکاران، ۱۹۷۸)، هازان و شیور (۱۹۸۷) سبک‌های دلبستگی بزرگسالی را در سه طبقه ارائه دادند:

۱. ایمن<sup>۹</sup>: 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 به عنوان افرادی گرم توصیف می‌کنند. تصویری مثبت از خود دارند و از

- 
1. Developmental Psychologists
  2. Primary attachment
  3. Bowlby
  4. Inner distress
  5. Hazan & shaver
  6. Adult attachment
  7. Internal representations
  8. Ainsworth
  9. Secure

دیگران توقعات و انتظارات مثبت دارند.

۲. مضطرب- دوسو گرا: <sup>۱</sup> این افراد 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 نگرش مثبت به دیگران دارند.

۳. اجتنابی: <sup>۲</sup> برای این دسته از افراد مسئله ارزشمند، خود اتکایی است. زمانی که احتمال می‌رود از طرف دیگران طرد شوند با انکار نیاز دلبستگی در حفظ تصویر مثبت از خود سعی می‌کنند. افراد اجتنابی از دیگران انتظارات و نگرش منفی دارند.

بارتولومئو و هوروویتز<sup>۳</sup> (۱۹۹۱) سه سبک دلبستگی را با ترکیب الگوهای عملی درونی<sup>۴</sup> خود و دیگران به چهار طبقه گسترش دادند. در این طبقه بندی سبک دلبستگی بزرگسالی از طریق تصویر انتزاعی<sup>۵</sup> خود به خود مثبت<sup>۶</sup> و خود منفی<sup>۷</sup> و تصویر انتزاعی دیگران به دیگران مثبت<sup>۸</sup> و دیگران منفی<sup>۹</sup>، مفهوم سازی شده است. الگوی ترسو<sup>۱۰</sup> با الگوی منفی از خود و دیگران و با ویژگیهای اضطراب و اجتناب بالا توصیف می‌شود. الگوی انکار کننده<sup>۱۱</sup> با الگوی خود مثبت و دیگران منفی و با ویژگیهای اضطراب پایین - اجتناب بالا توصیف می‌شود. الگوی مجذوب<sup>۱۲</sup> با الگوی خود منفی و دیگران مثبت و با ویژگیهای اضطراب بالا - اجتناب پایین توصیف می‌شود. و الگوی ایمن با الگوی خود و دیگران مثبت و با ویژگیهای اضطراب و اجتناب پایین توصیف می‌شود.

تحقیقات وسیعی نشان داده‌اند که بین عزت نفس، عواطف، سازگاری و سلامتی رابطه

- 
1. Anxious-ambivalent
  2. Avoidant
  3. Bartholomew & Horowitz
  4. Internal working model
  5. Abstract image
  6. Positive self
  7. Negative self
  8. Positive others
  9. Negative others
  10. Fearful
  11. Dismissing
  12. Preoccupied

وجود دارد. این تحقیقات حاکی از آن است که افراد با عزت نفس پایین نسبت به افراد با عزت نفس بالا، هیجانات منفی بیشتری تجربه می‌کنند (گوسویک و جونز،<sup>۱</sup> ۱۹۸۱؛ تیلور و براون،<sup>۲</sup> ۱۹۸۸). گرین برگ<sup>۳</sup> و همکاران (۱۹۹۲) دریافتند که عزت نفس از انسان در برابر اضطراب حمایت می‌کند، شیوه‌های مقابله‌ای را بهبود داده و سلامتی جسمانی را افزایش می‌دهد.

از آن جایی که عزت نفس عبارت است از نگرش نسبت به خود که در آن مؤلفه‌های عاطفی و شناختی وجود دارد، به نظر می‌رسد بین عزت نفس و الگوهای عملی درونی خود و دیگران رابطه وجود داشته باشد، گرچه عزت نفس و الگوهای عملی درونی از یکدیگر متفاوت هستند. عزت نفس عبارت است از نگرش نسبت به خود (رزنیگ<sup>۴</sup>، ۱۹۶۵، کوپر اسمیت<sup>۵</sup>، ۱۹۶۷). عزت نفس ارزیابی خود در پرتو عقاید دیگران است و بر اساس فرایندهای عاطفی (خصوصاً احساس‌های منفی و مثبت درباره خود) بنا شده است (براون<sup>۶</sup>، ۱۹۹۳). الگوهای عملی درونی عبارت است از بازنمایی‌های شناختی از خود و دیگران که از کیفیت تجربه‌ها با چهره دلبستگی ناشی است و با تنظیم و تحقق نیازهای دلبستگی رابطه دارد (شیور و همکاران، ۱۹۹۶). الگوهای عملی درونی، بازنمایی‌های سازمان‌دهی‌شده رفتارها و تجربه‌های گذشته هستند، که چهارچوبی برای درک تجربه‌های جدید فراهم می‌کنند و تعاملات اجتماعی را هدایت می‌کنند.

برخلاف عزت نفس، در الگوهای عملی درونی بر بازنمایی تمایلات رفتاری و انگیزشی وجود تأکید بیشتری دارد و عناصر ناهشیاری را در برمی‌گیرند که به سختی به کلام در می‌آیند. شیور و همکاران (۱۹۹۶) بیان کرده‌اند، که مؤلفه‌های شناختی در الگوهای عملی درونی با آرزوها، اهداف، نگرانی‌ها، دفاع‌های روان‌شناختی و تمایلات رفتاری در هم تنیده شده‌اند. نکته جالب توجه آن است که شاخصهای عزت نفس و شاخصهای الگوهای عملی دلبستگی

- 
1. Goswick & Jones
  2. Taylor & Brown
  3. Greenberg
  4. Rosenberg
  5. Coopersmith
  6. Brown

یکسان نیستند. عزت نفس یکی از متغیرهای مهم بعد الگوی خود<sup>۱</sup> است (گریفین<sup>۲</sup> و بارتولومئو، ۱۹۹۴).

گرچه به نظر می‌رسد بین سبک‌های دلبستگی و عزت نفس ارتباط وجود داشته باشد، با این حال تحقیقات بسیار اندکی در این زمینه انجام شده است. از آن جایی که سبک دلبستگی ایمن با حس درونی شده خود-ارزشمندی، راحتی و صمیمیت در ارتباطات نزدیک توصیف می‌شود؛ انتظار هست افراد با سبک دلبستگی ایمن، در مقایسه با افرادی که سبک دلبستگی ناایمن (اجتنابی و مضطرب-دوسوگرا) دارند، عزت نفس بالاتری نشان دهند. در میان گروه‌های دلبسته ناایمن (اجتنابی و مضطرب-دوسوگرا) افراد با سبک دلبستگی اجتنابی به دلیل انتظارات و توقعات منفی که از دیگران دارند، از برقراری روابط نزدیک اجتناب می‌کنند، ولی تصور بر آن است که این افراد حس بالای خود ارزشمندی را از یک طرف با انکار دفاعی اهمیت داشتن روابط نزدیک و از طرف دیگر با تأکید بر اهمیت استقلال، حفظ می‌کنند. بنابراین، انتظار می‌رود که افراد با سبک دلبستگی اجتنابی در مقایسه با افراد با سبک دلبستگی مضطرب-دوسوگرا عزت نفس بیشتری نشان دهند.

گرچه در نظریه بالبی دلبستگی و احساس تنهایی<sup>۳</sup> مرتبط به یکدیگر در نظر گرفته نشده‌اند، برخی از پژوهشگران معتقد هستند نظریه دلبستگی می‌تواند برای بررسی شکل‌گیری احساس تنهایی در دوران کودکی چهارچوبی فراهم کند (برلین<sup>۴</sup> و همکاران، ۱۹۹۵). بالبی (۱۹۷۷، ۱۹۸۸) عقیده داشت چنانچه مراقبت از کودک با حساسیت<sup>۵</sup> همراه نباشد، دلبستگی ناایمن در کودک شکل می‌گیرد و الگوهای عملی درونی او از دیگران به عنوان افرادی دست‌نیافتنی و اعتمادناپذیر خواهد بود. چنین کودکی خود را شایسته دریافت مراقبت توأم با حساسیت در نظر نمی‌گیرد. این ادراکات ناسالم مانع از شکل‌گیری روابط میان فردی حمایت‌کننده شده، کودک را در معرض خطر برخی مشکلات عاطفی-اجتماعی قرار می‌دهد، که در کودکان تنها تجربه می‌شود. پژوهش برلین و همکاران (۱۹۹۵) نشان داد احساس تنهایی در

- 
1. Self- model dimension
  2. Griffin
  3. Loneliness
  4. Berlin
  5. Sensitive care

کودکان ناایمن اجتنابی پایین و در کودکان ایمن متوسط است، اما نتایج تحقیقات دیگر حاکی از آن است که خود- آشکارسازی<sup>۱</sup> در بزرگسالان ایمن بیشتر از بزرگسالان اجتنابی است (میکولینسر و ناچشون، ۱۹۹۱)<sup>۲</sup> و از آن جایی که فقدان خود آشکارسازی با احساس تنهایی همبستگی دارد (استوکس، ۱۹۸۷)<sup>۳</sup>، پس انتظار می‌رود احساس تنهایی در افراد ایمن کمتر از افراد ناایمن گزارش شود. نتایج پژوهش میکولینسر و ناچشون (۱۹۹۱) نشان داد افراد دلبسته ایمن به دلیل روابط رضایت بخشی که با دیگران دارند، احساس تنهایی در آنها پایین است. این افراد با خود آشکارسازی به دیگران پاسخ می‌دهند و به طور متقابل خودآشکارسازی بیشتری از دیگران دریافت می‌کنند.

در میان افراد دلبسته ناایمن، افراد اجتنابی حس خود ارزشمندی بالایی دارند و برقراری روابط نزدیک با دیگران را کم اهمیت می‌شمارند، اما الگوی عملی درونی افراد مضطرب- دو سوگرا از خود آنها منفی است، به همین دلیل حس عمیقی از بی ارزش بودن<sup>۴</sup> را تجربه می‌کنند. خودآشکار سازی نامناسب، ابراز نامناسب هیجانها، گریه‌های مکرر در حضور مراقب و وابستگی به دیگران در افراد مضطرب- دو سوگرا گزارش شده است و زمانی که نیازهای آنها در روابط نزدیک برآورده نمی‌شود، آزدگی بیش از حد تجربه می‌کنند و آسیب پذیری بالایی نشان می‌دهند (بارتولومئو و هوروتیز، ۱۹۹۱). هچت و باوم<sup>۵</sup> (۱۹۸۴) دریافتند، مدت زمانی که فرد در تنهایی به سر می‌برد، تعیین کننده اساسی میزان احساس تنهایی در او نیست، بلکه تهدید جدایی و کیفیت دلبستگی که در افراد ناایمن تجربه می‌شود، در احساس تنهایی نقشی مهم دارد. به عبارت دیگر در احساس تنهایی، احساس ذهنی<sup>۶</sup> شخص از کیفیت دلبستگی عاطفی صمیمی<sup>۷</sup> با چهره دلبستگی تأثیر بسیار بیشتری از حضور نداشتن دیگران<sup>۸</sup> دارد. بنابراین، افراد مضطرب- دو سوگرا برخلاف افراد اجتنابی برای تأمین حس خود

- 
1. Self-disclosure
  2. Milkulincer & Nachshon
  3. Stokes
  4. Unworthiness
  5. Hecht & Baum
  6. Subjective feeling
  7. Intimate emotional attachment
  8. Absence of the presence of others

رابطه احساس تنهایی و عزت نفس با سبکهای دلبستگی دانشجویان..... ۱۰۱

ارزشمندی به دیگران بسیار وابسته اند و به این دلیل انتظار می‌رود در مقایسه با افراد اجتنابی، احساس تنهایی بیشتری را تجربه کنند.

بنابراین، هدف از پژوهش حاضر بررسی رابطه احساس تنهایی و عزت نفس با سبکهای دلبستگی است. براساس یافته‌ها و شواهد موجود در زمینه متغیرهای پژوهش فرضیه‌های زیر بررسی می‌شوند:

۱. بین سبک‌های دلبستگی و عزت نفس رابطه وجود دارد.

۱-۱- بین سبک دلبستگی ایمن و عزت نفس رابطه مثبت وجود دارد.

۲-۱- بین سبک دلبستگی اجتنابی و عزت نفس رابطه مثبت وجود دارد.

۳-۱- بین سبک دلبستگی مضطرب دوسوگرا و عزت نفس رابطه منفی وجود دارد.

۲. بین سبک‌های دلبستگی و احساس تنهایی رابطه وجود دارد:

۱-۲- بین سبک دلبستگی ایمن و احساس تنهایی رابطه منفی وجود دارد.

۲-۲- بین سبک دلبستگی اجتنابی و احساس تنهایی رابطه منفی وجود دارد.

۳-۲- بین سبک دلبستگی مضطرب دوسوگرا و احساس تنهایی رابطه مثبت وجود دارد.

۳- سبکهای دلبستگی ایمن و نایمن، هر یک از متغیرهای احساس تنهایی و عزت نفس را به طور معنی دار پیش بینی می‌کنند.

## روش

جامعه آماری، نمونه و روش اجرای پژوهش: جامعه آماری این پژوهش دانشجویان مقطع کارشناسی دانشگاه محقق اردبیلی در سال تحصیلی ۸۷-۱۳۸۶ بودند. نمونه مورد بررسی ۲۲۳ دانشجوی (۱۲۳ دختر، ۱۰۰ پسر) بودند، که به صورت تصادفی چند مرحله‌ای انتخاب شدند. بدین ترتیب که ابتدا به شیوه نمونه گیری تصادفی دو دانشکده (دانشکده علوم پایه و دانشکده ادبیات و علوم انسانی) از بین دانشکده‌های دانشگاه محقق اردبیلی انتخاب شدند، سپس از هر گروه آموزشی در هر دانشکده، یک کلاس به شیوه تصادفی انتخاب شد. حجم نمونه اولیه بالغ بر ۲۷۴ دانشجو بود که پس از حذف پرسشنامه‌های ناقص، داده‌های متعلق به ۱۲۳ دانشجو تحلیل شد. پس از تشریح اهداف پژوهش و جلب مشارکت و همکاری آزمودنی‌ها، پرسشنامه دلبستگی بزرگسال هازان و شیور، مقیاس تنهایی UCLA و مقیاس عزت

نفس رزبرگ درباره دانشجویان اجرا شد. میانگین سنی کل دانشجویان ۲۲/۳۷ سال با انحراف استاندارد ۲/۶۳ بود. پژوهش حاضر، پژوهشی توصیفی از نوع همبستگی است و برای تحلیل داده‌های آن از شاخص‌ها و روش‌های آماری از جمله فراوانی، درصد، میانگین، انحراف استاندارد، ضریب همبستگی و تحلیل رگرسیون استفاده شده است.

### ابزار جمع‌آوری اطلاعات

الف- پرسشنامه دلبستگی بزرگسال:<sup>۱</sup> نسخه جدید پرسشنامه دلبستگی هازان و شیور در سال ۱۹۹۳ تدوین شده است. این پرسشنامه دلبستگی‌های ایمن و نا ایمن را می‌سنجد. این پرسشنامه شامل دو بخش است که در بخش اول (AAQ<sub>1</sub>)، آزمودنی به سه پاراگراف که به شکل جمله‌های توصیفی طرح شده در یک مقیاس هفت درجه‌ای پاسخ می‌دهد. در بخش دوم (AAQ<sub>2</sub>) مجدداً همان توصیف‌ها طرح شده، ولی این بار آزمودنی تنها با علامت زدن یکی از آنها، تشابه خود را با یکی از آن توصیف‌ها بیان می‌کند. بخش دوم پرسشنامه براساس مقیاس مقوله‌ای است و از نتایج حاصل از آن برای گروه بندی سبک‌های دلبستگی پاسخ دهندگان استفاده می‌شود. ضریب پایایی همسانی درونی از طریق آلفای کرونباخ و ضریب پایایی بازآزمایی این پرسشنامه به ترتیب ۰/۷۹ و ۰/۷۲ گزارش شده است. ضریب اعتبار پرسشنامه دلبستگی بزرگسال رضایت بخش و معنی دار است. (کراول<sup>۲</sup> و همکاران، ۱۹۹۹).

بشارت (۱۳۷۹) پرسشنامه دلبستگی بزرگسال را بر نمونه‌ای با حجم ۲۴۰ نفر اعتباریابی کرد. در این پژوهش برای تعیین روایی از روایی همزمان استفاده شد. ضرایب همبستگی بین نمره کل آزمودنی‌ها در آزمون عزت نفس کوپر اسمیت (۱۹۶۷) با سبک دلبستگی نشان دهنده همبستگی مثبت معنادار سبک دلبستگی ایمن با عزت نفس عمومی ( $r = 0/39, P = 0/002$ ) و عزت نفس اجتماعی ( $r = 0/41, P = 0/001$ ) بود. ضرایب همبستگی بین نمره آزمودنی‌ها در همه زیر مقیاس‌های عزت نفس با سبک‌های دلبستگی اجتنابی و دوسوگرا منفی، اما از نظر آماری معنادار نبودند (بشارت، ۱۳۷۹). در پژوهش بشارت (۱۳۷۹) برای ارزیابی پایایی پرسشنامه دلبستگی بزرگسال از روش باز آزمایی استفاده شد که ضریب همبستگی بین دو اجرای آزمون

---

1. Adult Attachment Questionnaire (AAQ)

2. Crowell



رابطه احساس تنهایی و عزت نفس با سبک‌های دلبستگی دانشجویان..... ۱۰۳

$r = 0/92$  به دست آمد.

ب- مقیاس تنهایی UCLA: جهت سنجش تنهایی از مقیاس تنهایی UCLA<sup>۱</sup> (راسل، ۱۹۹۶) استفاده شد که شناخته شده ترین مقیاس تنهایی است و نسبت به سایر مقیاس‌ها سلامت روان سنجی بیشتری دارد (هارت شورن،<sup>۲</sup> ۱۹۹۳). این مقیاس دارای بیست سؤال که براساس مقیاس لیکرت چهار درجه‌ای تنظیم شده است. این مقیاس در چهار گروه دانشجویان، پرستاران، معلمان و افراد مسن اجرا شده است و دامنه آلفا از ۰/۸۹ تا ۰/۹۴ به دست آمده است (راسل، ۱۹۹۶). در تحقیق حاضر، پایایی این مقیاس با استفاده از فرمول آلفای کرونباخ محاسبه شد و  $a = 0/79$  به دست آمد.

ج- مقیاس عزت نفس رزنبرگ: برای ارزیابی عزت نفس از مقیاس عزت نفس رزنبرگ (۱۹۶۵) استفاده شد که از آن نسبت به همه مقیاس‌های عزت نفس بیشتر استفاده شده است (کلاین،<sup>۳</sup> ۲۰۰۰). این مقیاس ۱۰ سؤال دارد، که خواننده باید به هر یک از سؤال‌ها براساس مقیاس لیکرت چهار درجه‌ای پاسخ بدهد. وایلی<sup>۴</sup> (۱۹۸۹) در مرور خود بر تحقیقات انجام شده با این مقیاس دریافت که در هفت تحقیق مختلف، مقدار آلفا از ۰/۷۲ تا ۰/۸۷ به دست آمده است سیلبر و تیپت<sup>۵</sup> (۱۹۶۵) ضریب بازآزمایی بعد از دو هفته را ۰/۸۵ به دست آوردند. در تحقیق حاضر، پایایی این مقیاس با استفاده از فرمول آلفای کرونباخ محاسبه شد و  $a = 0/85$  به دست آمد.

## یافته‌ها

جدول ۱ شاخص‌های مرکزی آزمودنی‌ها را درباره نمره‌های سبک‌های دلبستگی، عزت نفس و احساس تنهایی نشان می‌دهد.

- 
1. University of California Los Angeles Loneliness Scale
  2. Hartshorne
  3. Kline
  4. Wylie
  5. Silber & Tippett

جدول ۱: شاخصهای توصیفی سبک دلبستگی، عزت نفس و احساس تنهایی در دانشجویان

متغیرها	میانگین	انحراف استاندارد
سبک دلبستگی ایمن	۳/۸۷	۱/۸۱
سبک دلبستگی مضطرب- دو سوگرا	۳/۹۲	۱/۸۰
سبک دلبستگی اجتنابی	۳/۹۸	۱/۹۴
عزت نفس	۲۱/۵۷	۴/۹۴
احساس تنهایی	۴۱/۹۳	۹/۵۴

جدول ۱ بیان کننده آن است، که دانشجویان در سبک دلبستگی اجتنابی بالاترین نمره و در سبک دلبستگی ایمن پایین ترین نمره را نشان می‌دهند. با استفاده از روش آماری ضریب همبستگی پیرسون همبستگی بین متغیرهای مورد مطالعه در دانشجویان محاسبه شد که نتایج آن در جدول ۲ آمده است.

جدول ۲: ماتریس همبستگی متغیرهای پژوهش

متغیرها	۱	۲	۳	۴	۵
۱. سبک دلبستگی ایمن	-				
۲. سبک دلبستگی - مضطرب- دو سوگرا	*-۰/۲۶	-			
۳. سبک دلبستگی اجتنابی	*-۰/۱۴	*-۰/۲۶	-		
۴. احساس تنهایی	*-۰/۷۵	*۰/۵۸	*-۰/۶۲	-	
۵. عزت نفس	*۰/۵۴	*-۰/۴۱	*۰/۵۹	*-۰/۴۹	-

\*P < ۰/۰۰۱

همان طور که نتایج آزمون پیرسون (جدول ۲) نشان می‌دهد بین سبک‌های دلبستگی ایمن و اجتنابی با عزت نفس رابطه مثبت وجود دارد، ولی بین سبک دلبستگی مضطرب- دو سوگرا و عزت نفس رابطه منفی وجود دارد. این یافته‌ها فرضیه‌های فرعی مربوط به فرضیه اول را تأیید می‌کنند (فرضیه‌های ۱-۱ تا ۱-۳).

این نتایج همچنین نشان می‌دهند بین سبک‌های دلبستگی ایمن و اجتنابی با احساس تنهایی رابطه منفی وجود دارد، ولی بین سبک دلبستگی مضطرب- دو سوگرا و احساس تنهایی

رابطه احساس تنهایی و عزت نفس با سبکهای دلبستگی دانشجویان..... ۱۰۵

رابطه مثبت وجود دارد. بنابراین، فرضیه‌های فرعی فرضیه دوم (فرضیه‌های ۱-۲ تا ۳-۲) پژوهش حاضر را تأیید می‌کنند. بین عزت نفس و احساس تنهایی همبستگی منفی معنادار به دست آمد. مطابق این یافته فرضیه سوم تأیید می‌شود.

سپس، برای تعیین تأثیر هر یک از متغیرهای دلبستگی ایمن، اجتنابی و دوسوگرا بر واریانس احساس تنهایی و عزت نفس، سبکهای دلبستگی به عنوان متغیرهای پیش بین و احساس تنهایی و عزت نفس به عنوان متغیرهای ملاک در معادله رگرسیون تحلیل شدند. نتایج تحلیل واریانس و مشخصه‌های آماری رگرسیون بین میانگین احساس تنهایی با سبکهای دلبستگی در جدول ۳ و عزت نفس با سبکهای دلبستگی در جدول ۴ ارائه شده است.

جدول ۳: خلاصه مدل رگرسیون، تحلیل واریانس و مشخصه‌های آماری رگرسیون احساس تنهایی بر سبکهای دلبستگی

مدل	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	F	سطح معنی داری	R	R <sup>2</sup>	خطای استاندارد
رگرسیون	۱۰۵۶/۱۰	۳	۳۵۲۲/۳۶	۱۹۲/۱۵	۰/۰۰۰	۰/۵۲	۰/۲۷	۴/۲۸
باقیمانده	۳۹۹۶/۱۱	۲۱۸	۱۸/۳۳					

متغیر	B	SEB	$\beta$	t	سطح معناداری
دلبستگی ایمن	-۱/۷۸	۰/۱۸۶	-۱/۰۸	۹/۵۷۷	۰/۰۰۰
دلبستگی اجتنابی	-۰/۵۷۴	۰/۱۶۵	-۰/۳۴۴	۳/۴۷۴	۰/۰۰۱
دلبستگی دوسوگرا	۰/۲۹۰	۰/۱۴۵	۰/۲۴۹	۲/۳۵۵	۰/۰۰۰

براساس نتایج جدول ۳، F مشاهده شده معنا دار است ( $P < ۰/۰۰۰$ ) و ۷۲٪ واریانس مربوط به احساس تنهایی به وسیله سبکهای دلبستگی تبیین می‌شود. ضرایب رگرسیون نشان می‌دهند که سبکهای دلبستگی ایمن ( $B = -۱/۷۸$ ،  $t = ۹/۵۷۷$ )، اجتنابی ( $B = -۰/۵۷۴$ ،  $t = ۳/۴۷۴$ ) و دوسوگرا ( $B = ۰/۲۹۰$ ،  $t = ۲/۳۵۵$ ) می‌توانند واریانس تنهایی را به صورت معنادار تبیین کنند.

یعنی کسانی که سبکهای دلبستگی آنها ایمن یا اجتنابی است، احساس تنهایی کمتر و افرادی با سبک دلبستگی دوسوگرا، احساس تنهایی بیشتری نشان می‌دهند.

جدول ۴: خلاصه مدل رگرسیون، تحلیل واریانس و مشخصه‌های آماری رگرسیون عزت نفس بر سبکهای دلبستگی

مدل	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	F	سطح معنی داری	R	R <sup>2</sup>	خطای استاندارد
رگرسیون	۳۲۴۶/۴۵	۳	۱۰۸۲/۱۵	۶۷/۶۳	۰/۰۰۰	۰/۶۹	۰/۴۸	۳/۹۹
باقیمانده	۳۴۸۷/۸۹	۲۱۸	۱۶/۰۰					

  

متغیر	B	SEB	$\beta$	t	سطح معناداری
دلبستگی ایمن	۰/۵۶۸	۰/۱۷۴	۰/۵۰۶	۳/۲۵۹	۰/۰۰۱
دلبستگی اجتنابی	۰/۷۵۷	۰/۱۳۵	۰/۵۶۵	۵/۵۹۴	۰/۰۰۱
دلبستگی دوسوگرا	-۱/۲۴۲	۰/۱۳۹	-۱/۰۸۳	۸/۹۷۶	۰/۰۰۰

براساس نتایج جدول ۴ F مشاهده شده معنا دار است ( $P < ۰/۰۰۰$ ) و ۴۸٪ واریانس مربوط به عزت نفس به وسیله سبکهای دلبستگی تبیین می‌شود. ضرایب رگرسیون نشان می‌دهند که سبک دلبستگی ایمن

( $t = ۳/۲۵۹$ ,  $B = ۰/۵۶۸$ )، اجتنابی ( $t = ۵/۵۹۴$ ,  $B = ۰/۷۵۷$ ) و دوسوگرا ( $t = -۱/۲۴۲$ ,  $B = -۱/۲۴۲$ )

می‌توانند واریانس عزت نفس را به صورت معنا دار تبیین کنند. یعنی کسانی که سبک دلبستگی آنها ایمن یا اجتنابی است عزت نفس بیشتر و کسانی که سبک دلبستگی آنها دوسوگرا است، عزت نفس کمتر نشان می‌دهند.

### بحث و نتیجه‌گیری

نتایج پژوهش حاضر حاکی از آن است که بین سبک دلبستگی ایمن و عزت نفس رابطه مثبت وجود دارد. همچنین بین سبک دلبستگی نایمن اجتنابی و عزت نفس رابطه مثبت به

دست آمد، اما بین سبک دلبستگی نایمن مضطرب- دوسوگرا و عزت نفس رابطه منفی است. فینی و نولر<sup>۱</sup> (۱۹۹۱) بر این باور هستند که بزرگسالان دلبسته اجتنابی همان ویژگیهای افراد دلبسته انکار کننده (الگوی خود مثبت و دیگران منفی و با ویژگیهای اضطراب پایین- اجتناب بالا) را دارند و ویژگیهای بزرگسالان دلبسته مضطرب- دوسوگرا مشابه افراد دلبسته مجذوب (الگوی خود منفی و دیگران مثبت و با ویژگیهای اضطراب بالا - اجتناب پایین) است. بنابراین، یافته‌های به دست آمده از پژوهش حاضر را می‌توان بر اساس دیدگاه بارتولومئو و هوروویتز (۱۹۹۱) چنین تبیین کرد:

افراد دلبسته ایمن و دلبسته نایمن اجتنابی (انکارکننده) مدلهای عملی درونی مثبتی از خود دارند در حالیکه مدلهای عملی درونی افراد دلبسته نایمن مضطرب- دوسوگرا (مجذوب) از خود منفی است. بنابراین، داشتن الگو و تصویر انتزاعی مثبت از خود، این امکان را به افراد ایمن و اجتنابی می‌دهد که در مقایسه با افراد مضطرب- دوسوگرا عزت نفس بالاتری داشته باشند.

با این حال، گرچه افراد دلبسته ایمن و افراد اجتنابی در مقایسه با افراد مضطرب- دوسوگرا عزت نفس بالاتری دارند، ولی عزت نفس افراد دلبسته ایمن با عزت نفس افراد اجتنابی متفاوت است. برنان و موریس<sup>۲</sup> (۱۹۹۷) دریافتند، عزت نفس افراد با سبک دلبستگی ایمن بیشتر با خود- دوستداری<sup>۳</sup> همبسته است. بدین معنی که ارزیابی از خود افراد دلبسته ایمن بر توجه مثبت درونی شده از طرف دیگران مبتنی است، در حالی که عزت نفس افراد با سبک دلبستگی اجتنابی با خود - لیاقتی<sup>۴</sup> مرتبط است که بر دارا بودن اسنادات گوناگون یا توانایی‌های متعدد مبتنی است. میکولینسر (۱۹۹۵) بیان داشت گرچه افراد ایمن و اجتنابی نسبت به افراد مضطرب- دوسوگرا دیدگاه مثبت تری از خود دارند، ولی ساختار خود<sup>۵</sup> افراد ایمن نسبت به افراد اجتنابی و مضطرب- دوسوگرا، منسجم<sup>۶</sup>، پیچیده<sup>۷</sup> و متعادل<sup>۸</sup> است.

از دیگر یافته‌های پژوهش آن بود که بین سبک دلبستگی ایمن و احساس تنهایی رابطه

1. Feeney & Noller

3. Self-Liking

5. Self-structure

7. Complex

2. Brennan & Morris

4. Self-competence

6. Coherent

8. Balanced

منفی وجود دارد. همچنین بین سبک دلبستگی اجتنابی و احساس تنهایی رابطه منفی است، اما بین سبک دلبستگی مضطرب- دوسوگرا و احساس تنهایی رابطه مثبت به دست آمد. این یافته در راستای تأیید تحقیقات پیشین است (هیجت و باوم، ۱۹۸۴، میکولینسر و ناچسون، ۱۹۹۱). در تبیین احساس تنهایی بیشتر در افراد مضطرب-دوسوگرا در مقایسه با افراد اجتنابی همخوان با دیدگاه بارتولومئو و هوروویتز (۱۹۹۱) می‌توان چنین مطرح کرد که:

مدلهای عملی درونی افراد مضطرب- دوسوگرا (مجدوب) از خود منفی و از دیگران مثبت است و برای حفظ حس خود- ارزشمندی بسیار به تأیید دیگران وابسته هستند، که همین امر می‌تواند با احساس تنهایی بیشتر در آنها همراه باشد، اما مدل‌های عملی درونی افراد دلبسته نایمن اجتنابی (انکارکننده) از خود مثبت و از دیگران منفی است و به استقلال و جدا شدن از دیگران بیشتر از برقراری روابط صمیمی و نزدیک ارزش می‌دهند. رابرتس<sup>۱</sup> و همکاران (۱۹۹۶) دریافتند سطوح کاهش یافته عزت نفس به عنوان علت اصلی احساس تنهایی عمل می‌کند. مدل واسطه‌ای<sup>۲</sup> رابرتس و همکاران (۱۹۹۶) بیان کننده آن است، که نگرشهای مختل<sup>۳</sup> همبسته با سبک دلبستگی نایمن زمینه را برای کاهش عزت نفس (در افراد مضطرب- دوسوگرا به دلیل الگوی منفی از خود) و بروز علائم افسردگی فراهم می‌کند و چنین شرایطی احساس تنهایی را افزایش می‌دهند. راسل<sup>۴</sup> و همکاران (۱۹۸۰) دریافتند احساس تنهایی با عزت نفس پایین و مکان کنترل<sup>۵</sup> بیرونی مرتبط است.

پژوهش کنی<sup>۶</sup> و همکاران (۱۹۹۳) با استفاده از مدل معادلات ساختاری<sup>۷</sup> نشان داد ادراک خود<sup>۸</sup> در رابطه بین سبک دلبستگی و افسردگی نقش واسطه‌ای دارد. رایس<sup>۹</sup> و همکاران (۱۹۹۷) دریافتند بین سبک دلبستگی و سازگاری اجتماعی، متغیر شایستگی اجتماعی نقش واسطه دارد. به این دلیل شاید بتوان رابطه بین سبک دلبستگی و احساس تنهایی را از طریق

- 
1. Roberts
  2. Mediational model
  3. Disfunctional attitudes
  4. Russell
  5. Locus of control
  6. Kenny
  7. Structural equations models
  8. Self-perception
  9. Rice

متغیر شایستگی<sup>۱</sup> اجتماعی متأثر از ادارک، تبیین کرد.

اجرای پژوهش‌های مشابه با استفاده از نمونه‌های مختلف شامل نمونه‌های بهنجار و نمونه‌های بیمار می‌تواند تکرار پذیری یافته‌های پژوهش حاضر را بررسی کند. محدودیت جامعه آماری پژوهش و نوع پژوهش، محدودیت‌هایی را مطرح می‌کند، که در زمینه تعمیم یافته‌ها و تفسیر علی روابط بین متغیرهای مورد بررسی باید در نظر گرفته شود.

## منابع

بشارت، محمد علی، (۱۳۷۹). *هنجاریابی مقیاس دلبستگی بزرگسال*، (گزارش پژوهشی)، دانشگاه تهران.

- Ainsworth, M.D & etal, (1978). *Patterns of attachment: A psychological study of the strange situation*, Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Bartholomew, K & Horowitz, L.M, (1991). Attachment styles among young adults: A test of a four category model, *Journal of Personality and Social Psychology*, 61,226-224.
- Berin, L. J, Cassidy J & Belsky, J, (1995). Loneliness in young children and infant-mother attachment: A longitudinal study, *Merill-Palmer Quarterly*, 41,91-103.
- Bowlby, J, (1973). *Attachment and loss: Vol. 2 Separation*, New York, Basic Books.
- Bowlby, J, (1977). The making and breaking of affectional books, *British Journal of psychiatry*, 130,201-210.
- Bowlby, J, (1980). *Attachment and loss: Vol. 3 Loss, sadness, and depression*, New York, Basic Books.
- Bowlby, J, (1988). *A secure base: Clinical applications of attachment theory*, London, Routledge.
- Brennan, K. A & Morris, K. A,(1997). Attachment styles, self-esteem and patterns of seeking feed back from romantic partners, *Personality and Social Psychology Bulletin*, 23, 23-31.
- Broohart, S. M & Freeman, D. J, (1992). Characteristics of entering teacher candidates, *Review of Educational Research*, 62,37-60.
- Brown, J. D, (1993). Self-esteem and self-evaluations: feeling is believing. In J. Suls (Ed.), *Psychological Perspectives on the Self* (Vol. 4, pp.27-58), Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Coopersmith, S, (1967). *The antecedents of self-esteem*, San Francisco, Freeman.
- Crowell, J. A, Fraley, R. C & shaver, P. R, (1999). measurement of individual differences in adolescent and adult attachment In, J. Cassidy & P.R. shaver (Eds.) *Handbook of attachment: theory, research and clinical applications*, (P.P. 434-465) New York, Guilford.
- Feeney, J & Noller, P, (1991). Attachment styles and verbal descriptions of romantic partners, *Journal of Social and Personal Relationships*, 8, 187-215.
- Goswick, R. A & Jones, W. H, (1981). Loneliness, self-concept, and adjustment, *Journal of Psychology*, 107, 237-226.
- Greenberg, J & etal, (1992). Why do people need self-esteem? Converging evidence that self-esteem serves an anxiety-buffering function, *Journal of Personality and Social Psychology*, 63, 913-922.



- Griffin, D & Bartholomew, K, (1994). Models of the self and other: Fundamental dimensions underlying measures of adult attachment, *Journal of Personality and Social Psychology*, 67, 430-445.
- Hartshorne, T.S, (1993). Psychometric properties and confirmatory factor analysis of the UCLA Loneliness Scale, *Journal of Personality Assessment*, 61 (1), 182-195.
- Hazan, C & Shaver, P, (1987). Conceptualizing romantic love as an attachment process, *Journal of Personality and Social Psychology*, 52,511-524.
- Hecht, D. T & Baum, S. K, (1984). Loneliness and attachment Patterns in young adults, *Journal of Clinical Psychology*, 40, 193-197.
- Kenny, M. E & etal, (1993). Contributions of parental attachments to view of self and depressive symptoms among early adolescents, *Journal of Early Adolescence*, 13, 408-430.
- Kline, P, (2000). *Handbook of psychological testing*, London, Routledge.
- Mikulincer, M, (1995). Attachment style and the mental representation of the self, *Journal of Personality and Social Psychology*, 69,1203-1215.
- Mikulincer, M & Nachshon, O, (1991). Attachment style and patterns of self-disclosure, *Journal of Personality and Social Psychology*, 61, 321-331.
- Rice, K, G, Cunningham, T. J & Young, M. B, (1997). Attachment to parents, social competence, and well being: A comparison of black and white late adolescents, *Journal of Counseling Psychology*, 44, 89-101.
- Roberts, J. E, Gotlib, I, H & Kassel, J. D, (1996). Adult attachment security and symptoms of depression: The mediating roles of dysfunctional attitudes and low self-esteem, *Journal of Personality and Social Psychology*, 70, 310-320.
- Rosenberg, M, (1965). *Society and adolescent self-image*, New jersey, Princeton University press.
- Russell, D. W, (1996). UCLA Loneliness Scale (Verson3): Reliability, Validity and factor structure, *Journal of Personality Assessment*, 66(1),20-40.
- Russell, D, Peplau, L & Cutrona, C, (1980). The revised UCLA Loneliness Scale: Concurrent and discriminant validity evidence, *Journal of Personality and Social Psychology*, 39,427- 480.
- Shaver, P. R, Collins, N & Clark, C. L, (1996). Attachments styles and internal working models of self and relationship partners. In G. J. O. Fletcher & J. Fitness (Ed.), *Knowledge structures in close relationships: A social psychological approach* (pp. 25-61), Mahwah, New Jersey, Lawrence Erlbaum Associates.
- Silber, E & Tippett, J. S, (1965). Self-esteem Clinical assessment and measurement validation, *Psychological Reports*, 16, 1017-1071.
- Stokes, J. P, (1987). The relation of loneliness and self-disclosure. In V. J. Derlega & J. H. Berg (Eds.), *self-disclosure* (pp. 175-202) New York, Plenum Press.

Taylor, S. E & Brown, J. D, (1988). Illusion and well-being: A social psychological perspective on mental health, *Psychological Bulletin*, 103, 193-210.

Wylie, R. C, (1989). *Measures of self-concept*, University of Nebraska press.