

## پیش‌بینی سبک‌های مقابله‌ای و ابراز وجود بر اساس سبک‌های دلبستگی در دانشجویان دختر و پسر دانشگاه‌های کاشان

زکریا نجاریان<sup>۱</sup>؛ فریبرز صدیقی ارمی<sup>۲</sup>؛ محمدرضا تفتانی<sup>۳</sup>

### چکیده

در پژوهش حاضر، نقش سبک‌های دلبستگی در پیش‌بینی سبک‌های مقابله‌ای و ابراز وجود بررسی شد. روش پژوهش، توصیفی از نوع همبستگی و جامعه آماری، دانشجویان دانشگاه‌های کاشان در سال تحصیلی ۹۰-۹۱ بودند که از این تعداد، ۴۰۰ نفر با شیوه نمونه‌گیری طبقه‌ای انتخاب شدند. برای گردآوری داده‌ها از سه پرسشنامه سبک‌های دلبستگی هازن و شاور (AAI)، مقیاس سبک‌های مقابله‌ای اندلر و پارکر (CISS) و ابراز وجود گمبریل-ریچی (AI)؛ و برای تجزیه و تحلیل داده‌ها از آزمون ضریب همبستگی پیرسون و رگرسیون خطی ساده استفاده شد. نتایج حاصل از رگرسیون نشان داد که سبک‌های دلبستگی؛ سبک مقابله‌ای مسئله‌مدار، سبک مقابله‌ای اجتناب‌مدار، و ابراز وجود را به صورت مثبت پیش‌بینی می‌کنند. همچنین، سبک دلبستگی نایمن-اجتنابی، سبک مقابله‌ای هیجان‌مدار را به صورت مثبت؛ و سبک مقابله‌ای مسئله‌مدار و ابراز وجود را به صورت منفی پیش‌بینی می‌کند. نتایج حاصل از تحلیل رگرسیون در دختران و پسران نیز بیانگر آن است که تفاوت بین دانشجویان دختر و پسر در پیش‌بینی سبک‌های مقابله‌ای و ابراز وجود توسط سبک‌های دلبستگی معنادار می‌باشد. نتایج این پژوهش همسو با یافته‌های پژوهش‌های پیشین، نشان دهنده آن است که سبک‌های دلبستگی، سبک‌های مقابله‌ای و ابراز وجود را به صورت معنادار پیش‌بینی می‌کنند.

### کلیدواژه‌ها:

سبک دلبستگی نایمن، سبک دلبستگی ایمن، سبک مقابله‌ای مسئله‌مدار، سبک مقابله‌ای هیجان‌مدار، ابراز وجود، دانشجویان.

۱. نویسنده مسئول: کارشناس ارشد روانشناسی تربیتی دانشگاه کاشان Najaryan8261@yahoo.com

۲. دانشیار گروه روانشناسی دانشگاه کاشان

۳. استادیار گروه روانشناسی دانشگاه کاشان

## مقدمه

هر فردی شیوه‌های متفاوتی را برای تنظیم عواطف و برقراری ارتباط با دیگران انتخاب می‌کند. نظریه دلبستگی<sup>۱</sup> این تفاوت‌های فردی را در کودکان و بزرگسالان تبیین می‌کند و بر این موضوع تأکید دارد که پیوندهای عاطفی که در بدو تولد بین کودک و مادر (مراقب) در قالب مدل‌های ذهنی<sup>۲</sup> درون‌سازی می‌شوند به روابط کودک در آینده، تعمیم یافته و الگوی این روابط، یعنی سبک‌های دلبستگی<sup>۳</sup> در طول زندگی فرد نسبتاً پایدار می‌مانند (برترتون<sup>۴</sup>، ۱۹۹۱؛ مین<sup>۵</sup>، کاپلن و کسیدی<sup>۶</sup>، ۱۹۸۵؛ وست و شلدن-کلر<sup>۷</sup>، ۱۹۹۴، به نقل از بشارت و شالچی، ۱۳۸۶). از سوی دیگر، مفهوم دلبستگی و شکل‌گیری آن در دوران کودکی می‌تواند به روابط میان-فردی در دوران بزرگسالی کمک‌کرده و تأثیرگذار باشد، چراکه سبک‌های دلبستگی تعیین‌کننده قواعد عاطفی و شناختی و راهبردهایی هستند که واکنش‌های هیجانی را در افراد و روابط بین-شخصی هدایت می‌کنند. بنابراین، می‌توان گفت که نظریه دلبستگی یکی از تحولات بسیار مهم در حوزه روان‌شناسی معاصر است که اهمیت نقش تجارب هیجانی اولیه کودک با مراقب خود را در رشد هیجانی برجسته می‌سازد.

براساس نظریه دلبستگی، فعالیت سیستم دلبستگی، محدود به دوران کودکی نبوده و در تمام طول زندگی و پیوندهای عاطفی دیگری چون دوستی‌ها، ازدواج، روابط خویشاوندی، و مانند آن فعال باقی می‌ماند و انسان‌ها در هیچ سنی به‌طور کامل از احساس اعتماد نسبت به افراد مهم زندگی آزاد نیستند (مظاهری، ۱۳۷۹). عملکرد مطلوب سیستم دلبستگی، که دلبستگی ایمن را به دنبال خواهد داشت، متأثر از کیفیت تعامل میان کودک و تصاویر دلبستگی است که حاصل درون‌سازی انتظارات کودک از حساسیت، در دسترس بودن، و پاسخگو بودن تصویر دلبستگی در مواقع لزوم می‌باشد. به این ترتیب که کودک در طول سال نخست زندگی انتظاراتی را از نحوه تعامل خود با تصویر دلبستگی و اتفاقاتی که پیرامونش رخ می‌دهد، شکل

- 
1. Attachment Theory
  2. Mental Models
  3. Attachment Style
  4. Bretherton
  5. Main
  6. Kaplan&Cassidy
  7. West,Sheldon-keller

داده و به تدریج این انتظارات را در قالب یک سری بازنمایی ذهنی-که بالبی به آنها الگوهای کارکردی درونی<sup>۱</sup> می‌گوید- درون‌سازی می‌کند(آینسورث<sup>۲</sup>، ۱۹۸۹؛ پیتر و موناکو و بارت<sup>۳</sup>، ۲۰۰۰a). این بازنمایی‌های ذهنی، به دو شکل در حافظه ذخیره می‌شوند: بازنمایی‌های ذهنی از پاسخ‌های تصاویر دلبستگی یا الگوهای فعال دیگران، و بازنمایی‌های ذهنی از کارآمدی و ارزشمندی خود یا الگوهای فعال خود(میکولینسر و شاور<sup>۴</sup>، ۲۰۰۵).

مفهوم الگوهای کارکردی درونی، پایه و اساس فهم چگونگی تأثیر فرآیندهای دلبستگی در روابط بزرگسالی بوده(پیتر و موناکو و بارت، ۲۰۰۰a) و علت اصلی تداوم و پیوستگی بین تجارب دلبستگی اولیه با شناخت‌ها، احساسات، و رفتارها در روابط بعدی است(میکولینسر و شاور، ۲۰۰۵). الگوهای کارکردی درونی، افراد را در فهم و پیش‌بینی محیط خود، به کارگیری رفتارهای انطباقی مانند حفظ همجواری، و تثبیت احساس روان‌شناختی ایمن‌یاری می‌دهد(پیتر و موناکو، بارت، ۲۰۰۰a). تفاوت‌های فردی در الگوهای کارکردی درونی، موجب شکل‌گیری سبک‌های دلبستگی متفاوتی می‌گردد. بررسی‌های اولیه در زمینه سبک‌های دلبستگی از سوی اینسورث و همکاران(۱۹۷۸) انجام گرفت و سه الگوی دلبستگی ایمن<sup>۵</sup>، دلبستگی ناایمن-اجتنابی<sup>۶</sup>، و دلبستگی ناایمن-دوسوگرا<sup>۷</sup> شناسایی شد(کرونبرگ<sup>۸</sup> و همکاران، ۱۹۹۷). براساس یافته‌های این نظریه، تفاوت‌های فردی در الگوهای فعال و به تبع آن در جهت‌گیری دلبستگی بزرگسالان، با الگوهای متمایزی از سبک‌های کنارآمدن مرتبط است و نظریه دلبستگی به یکی از قدرتمندترین نظریه‌ها برای بررسی و تبیین مفاهیم مربوط به مقابله درآمده است.

سبک‌های مقابله‌ای<sup>۹</sup>، تلاش‌های رفتاری و شناختی، برای اداره خواست‌های بیرونی یا

- 
1. internal working model
  2. Ainsworth
  3. pitermonaco & Barrett
  4. Mikulincer & shaver
  5. Secure attachment
  6. Avoidant attachment
  7. Anxious. Ambivalent attachment
  8. Kronenberg
  9. Coping Style

درونی هستند که از سوی فرد تهدیدکننده یا آسیب‌زننده تلقی می‌شوند (لازاروس<sup>۱</sup>، ۱۹۷۳؛ شرایدن و رادماچر<sup>۲</sup>، ۱۹۹۲). به‌نظر اتکینسون<sup>۳</sup> و همکاران (۱۹۸۷)، رفتار مقابله‌ای، روش مشخصی است که در آن فرد با محیط اجتماعی و فیزیکی خود مواجه شده و به‌ویژه منابع خود را در جهت مهار تنیدگی به‌حرکت در می‌آورد. ربر<sup>۴</sup> (۱۹۸۵)، در تعریف خود از مقابله بر هشیار و منطقی بودن آن تأکید کرده و راهبردهای مقابله‌ای را راه‌های هشیار و منطقی برای مواجه شدن با اضطراب‌های زندگی می‌داند. بیشتر پژوهشگران مقابله را تلاش فرد برای کاهش استرس/اضطراب می‌دانند. برخی، این تلاش‌ها را هشیار و منطقی؛ برخی در جهت تسلط؛ و برخی دیگر در جهت اداره و مهار اضطراب دانسته و آنها را به‌صورت سبک‌های مسئله‌مدار<sup>۵</sup>، هیجان‌مدار<sup>۶</sup>، و اجتناب‌مدار مطرح می‌کنند. مقابله مسئله‌مدار مجموعه شیوه‌هایی است که طی آن فرد به‌منظور کاهش یا حذف پیامدهای ناخوشایند اضطراب، سعی می‌کند بر عامل اضطراب تسلط یابد (شرایدن و رادماچر، ۱۹۹۲). در مقابل، افرادی که از سبک مقابله‌ای هیجان‌مدار استفاده می‌کنند، در برابر مسائل به‌صورت هیجانی برخورد کرده و عصبانی شدن یا فریاد زدن را برای مقابله با فشار روانی انتخاب می‌کنند. در سبک مقابله‌ای اجتناب‌مدار نیز افراد سعی می‌کنند از واقعیت فشارزا دور شده و با فاصله گرفتن از مشکل، اقدام به فرار و اجتناب می‌کنند (بشارت و شالچی، ۱۳۸۶).

یافته‌های پژوهشگران نشان می‌دهد که نظام دلبستگی بزرگسالان تحت شرایط تنیدگی‌زا، فعال و موجب می‌شود که افراد دارای الگوهای دلبستگی متفاوت بر اساس شیوه‌هایی که در گذشته آموخته‌اند یا تقویت شده‌اند به نظم‌دهی هیجانی و مقابله با عوامل اضطراب‌زا پردازند. برای نمونه، یافته‌ها نشان می‌دهند که در مواجهه با یک حادثه اضطراب‌زا، افراد با سبک دلبستگی ایمن، از راهبردهای مقابله‌ای سازش‌یافته‌تری همچون سبک مقابله‌ای مسئله‌مدار، و افراد با سبک دلبستگی ناایمن از راهبردهای مقابله‌ای سازش‌نیافته‌ای همچون سبک هیجان-

- 
1. Lazarus
  2. Sheridan & Radmacher
  3. Atkinson
  4. Reber
  5. Problem-Focused
  6. Emotion. Focused

مدار و اجتناب‌مدار استفاده می‌کنند (سیمپسون و رولس<sup>۱</sup>، ۱۹۹۴؛ شاور و همکاران، ۱۹۹۶؛ فاندلینگ<sup>۲</sup>، ۱۹۸۸، میکولینسر و فلوراین<sup>۳</sup>، ۲۰۰۱). همچنین، پژوهش‌های انجام شده در زمینه تحقیقات دلبستگی و ارزیابی شناختی سبک‌های مقابله‌ای بیانگر آن است که افراد دارای سبک‌های دلبستگی ایمن، به دلیل بیان راحت هیجانات خود، با اضطراب و منابع آن به‌گونه‌ای ساختاری به مقابله می‌پردازند (میکولینسر و فلوراین، ۱۹۹۸). در مقابل، افرادی که دارای سبک‌های دلبستگی اضطرابی هستند، هنگام برخورد با مسائل اضطراب‌زا، به‌گونه‌ای اغراق‌آمیز و تهدیدکننده و غیرقابل کنترل با آنها روبه‌رو شده و پاسخ‌های هیجانی قوی در آنها بسیار دیده می‌شود (لوپز<sup>۴</sup> و همکاران، ۲۰۰۱). طبق تحقیقات انجام شده در این زمینه می‌توان گفت که راهبردهای مقابله‌ای تحت تأثیر سبک‌های دلبستگی قرار دارند (بشارت و شالچی، ۱۳۸۶).

همچنین، پژوهش‌های انجام شده در مورد ارتباط سبک‌های دلبستگی با سبک‌های مقابله‌ای، با توجه به جنسیت نشان می‌دهد که زنان دلبسته ایمن، سبک مقابله‌ای فعال‌تری را نشان می‌دهند و از حمایت اجتماعی بیشتری استفاده می‌کنند. در حالی که، زنانی که دلبستگی ایمن نداشتند بیشتر از سبک مقابله‌ای اجتنابی و هیجان‌مدار استفاده می‌کنند. نتایج این مطالعات نشان می‌دهد که دلبستگی ایمن، با مقابله فعال، و دلبستگی نایمن با سبک‌های مقابله‌ای بیمارگون همراه است (اونز<sup>۵</sup> و همکاران، ۲۰۱۱). اما این ارتباط در پسران معنادار نبود. قاسم بروجردی و همکاران (۱۳۹۰)، در پژوهشی با عنوان «بررسی رابطه تعاملی سبک‌های دلبستگی، سبک‌های مقابله‌ای و سلامت روانی در نوجوانان» بین سبک‌های دلبستگی و استفاده از راهبردهای مقابله‌ای مسئله‌مدار و هیجان‌مدار رابطه معناداری به دست نیاوردند.

گرینبرگر و مک لافلین<sup>۶</sup> (۱۹۹۸)، با هدف بررسی ارتباط سبک‌های دلبستگی افراد در روابط اولیه با والدین و ارتباط آن با دلبستگی ایمن در بزرگسالی و سبک‌های مقابله‌ای و سبک‌های توضیحی در بین دانشجویان نشان دادند که سبک‌های دلبستگی ایمن دارای ارتباط

- 
1. simpson and Rholes
  2. Fuendling
  3. Florian
  4. Lopez
  5. Ouwens
  6. Greenberger & Mclaughlin

مثبت با جست‌وجوی حمایت‌گر و فعال دانشجویان و استفاده آنها از سبک‌های مقابله‌ای مسئله‌مدار بود. همچنین، دلبستگی ایمن بزرگسالان با راهبردهای مقابله‌ای و با سبک دلبستگی ایمن اولیه نسبت به پدر و مادر در زنان جوان پیوستگی و ارتباط قوی‌تری داشت و این واقعیت برای مردان معکوس بود. به نظر می‌رسد دلبستگی اولیه ایمن به پدر برای مردان جوان پیامدهای مهمی دارد. نتایج پژوهش هاشمی و جوکار (۱۳۹۲) نیز بیانگر آن بود که دلبستگی به والدین با راهبردهای مقابله‌ای فعال و کناره‌گیری و جست‌وجوی حمایت اجتماعی و تنظیم شناختی مثبت رابطه مثبت، و با تنظیم شناختی منفی و راهبردهای مقابله‌ای اجتنابی رابطه منفی دارد. دلبستگی به همسالان نیز فقط با راهبردهای مقابله‌ای فعال و اجتنابی رابطه مثبت داشت. از سوی دیگر، محققان بر این باورند که سبک‌های دلبستگی پیش‌بینی کننده شکل‌های خاصی از مسائل و مشکلات میان‌فردی از جمله عدم توانایی ابراز وجود می‌باشند (آلتین و ترزی<sup>۱</sup>، ۲۰۱۰). ولپی<sup>۲</sup> (۱۹۹۰)، ابراز وجود را بیان مناسب هر نوع هیجان بدون اضطراب و تشویش می‌داند. این مفهوم به تلاش برای احقاق حقوق انسانی فرد مربوط می‌شود و از زورگویی و چاپلوسی متمایز است (آلبرتی و امونز<sup>۳</sup>، ۱۹۸۶، لازاروس<sup>۴</sup>، ۱۹۷۳؛ ژاکوبوفسکی<sup>۵</sup>، ۱۹۷۳). لانگ<sup>۶</sup> و ژاکوبوفسکی (۱۹۷۶) نیز ابراز وجود را شامل گرفتن حق خود و ابراز افکار، احساسات، و اعتقادات خویش به نحوی مناسب، مستقیم، و صادقانه می‌دانند؛ البته به شرطی که به حقوق دیگران احترام گذاشته شود. افرادی که دارای قدرت ابراز وجود هستند، می‌توانند با دیگران ارتباط نزدیک برقرار کرده و خودشان را از سوء استفاده دیگران دور نگهدارند و دامنه وسیعی از نیازها و افکار مثبت و منفی را ابراز نمایند. چنین افرادی، می‌توانند با دیدی بهتر به خود نگرسته، به خود اعتمادی برسند و به‌طور مناسب عواطف و تفکرات فردی خود را نشان دهند و در نتیجه روابط میان‌فردی مؤثرتری را با دیگران برقرار نمایند (رحیمیان، بوگر، و همکاران، ۱۳۸۶). در مقابل، افرادی که خودابرازی پایینی دارند در باورها و احساسات و

1. Altin & Terzi
2. Wolpe
3. Alberti & Emmons
4. Lazarus
5. Jakubowski
6. Longe

عقایدشان، حقی برای خود قائل نبوده و در پاسخ به اعتراض علیه رفتارهای نادرست دیگران، نتوانند و خواسته‌هایشان را نسبت به دیگران کم‌اهمیت می‌دانند (عمیدنیا و همکاران، ۱۳۸۹). نتایج به‌دست آمده از مطالعات محققان بیانگر آن است که در افراد دارای سبک‌های دلبسته اجتنابی، معمولاً میزانی از خصومت و پرخاشگری؛ و در افراد با سبک‌های دلبسته اضطرابی فقدان توانایی ابراز وجود دیده می‌شود (هوگان و هوگان، ۲۰۰۲). شاور و برنان (۱۹۹۲)، نوفتلی<sup>۱</sup> و شاور (۲۰۰۶) و اسلان<sup>۲</sup> (۲۰۱۳) نیز در بررسی‌های خود نشان دادند که افراد دارای سبک دلبستگی اضطرابی گرایش کمتری به ابراز وجود دارند. همچنین، افراد با سبک دلبستگی ایمن توانایی پردازش سازمان‌یافته اطلاعات هیجانی را داشته و قادر به کنترل و تنظیم بهینه رفتارهای خود، از جمله ابراز وجود در روابط بین‌فردی می‌باشند و در ارتباطات خود از شیوه‌های کارآمد و مؤثر ارتباطی استفاده می‌کنند (بیرامی، ۱۳۹۱). بنابراین، تحقیقات انجام شده توسط پژوهشگران مختلف مؤید این نکته است که توانایی ابراز وجود در افراد دارای سبک‌های دلبستگی ناایمن (اضطرابی و اجتنابی)، بسیار کمتر از افراد دارای سبک‌های دلبستگی ایمن است.

در مورد ارتباط سبک‌های دلبستگی با ابراز وجود تاکنون پژوهش‌های زیادی انجام نشده است. اما نتایج پژوهش‌هایی چون امانی<sup>۳</sup> و همکاران (۲۰۱۳)، با عنوان «ارتباط سبک‌های دلبستگی با سبک‌های شخصیتی و ابراز وجود در دختران» حاکی از آن است که افراد با سبک‌های دلبستگی ناایمن - اضطرابی و اجتنابی، ابراز وجود کمتری از خود نشان می‌دهند. آنها معتقدند، به دلیل آنکه افراد با دلبستگی اضطرابی و اجتنابی در مورد حمایت دیگران نسبت به خودشان نامطمئن هستند، دچار احساسات منفی همچون بدگمانی، حسادت، و بی‌اعتمادی می‌شوند، که منجر به ارتباط ناسالم با دیگران، عدم رضایت از زندگی و ناسازگاری در آنها می‌شود (بارتولومئو و هورویتز<sup>۴</sup>، ۱۹۹۰). نتایج پژوهش کوباک<sup>۵</sup> و همکاران (۱۹۹۳)، با عنوان «شیوه برخورد نوجوانان پسر با مادرانشان» نشان داد که نوجوانان ایمن، خشم و اجتناب

1. Nofhle
2. Aslan
3. Amani
4. Bartholomew & Horowitz
5. Kobak

نامناسب کمتری را بروز داده و در مقایسه با نوجوانان اجتنابی بی تفاوت، از جرئت‌ورزی بیشتری برخوردار بودند.

از آنجاکه روابط اولیه کودک با والدین و به دنبال آن دلبستگی بزرگسالان می‌تواند به‌عنوان عاملی تأثیرگذار در مقابله با آسیب‌پذیری و سازش‌یافتگی در رویدادهای پراضطراب زندگی و روابط میان‌فردی آنها محسوب شود، ضرورت بررسی، پژوهش، و مطالعه در این زمینه بسیار مهم است. از سوی دیگر، جوانی و مسائل مربوط به آن همچون ورود به دوران دانشجویی و مسائل و مشکلات آن همچون مسائل اقتصادی، زندگی در خوابگاه‌ها، اضطراب‌های تحصیلی و شغلی، برقراری روابط سالم اجتماعی با همسالان، و مانند آن اهمیت و ضرورت پژوهش در این حیطه را دوچندان می‌کند. لذا هدف از پژوهش، بررسی سبک‌های دلبستگی و عوامل تأثیرپذیر از آن در جهت برداشتن گام‌های مؤثر در راستای موفقیت جوانان به‌خصوص قشر دانشجوی کشور است.

### فرضیه‌های پژوهش

۱. سبک‌های دلبستگی پیش‌بینی‌کننده سبک‌های مقابله‌ای و ابراز وجود در دانشجویان هستند.
۲. بین دختران و پسران از نظر پیش‌بینی سبک‌های مقابله‌ای و ابراز وجود توسط سبک‌های دلبستگی تفاوت معناداری وجود دارد.

### روش پژوهش

پژوهش حاضر، از نوع مطالعات همبستگی است. جامعه آماری این پژوهش شامل کلیه دانشجویان دانشگاه‌های کاشان (دو دانشگاه دولتی و آزاد) در سال تحصیلی ۱۳۹۰-۱۳۹۱ بود. حجم نمونه، با توجه به توزیع دانشجویان دختر و پسر در جامعه آماری، با استفاده از روش نمونه‌گیری طبقه‌ای و براساس فرمول کوکران ۴۰۰ نفر (۱۸۷ دانشجوی دختر و ۲۱۳ دانشجوی پسر) تعیین شد. میانگین سنی کل آزمودنی‌ها ۲۲/۲۵ سال با دامنه ۱۸ تا ۴۳ و انحراف استاندارد ۲/۸۶، میانگین سن دانشجویان دختر ۲۳/۱۱ سال با دامنه ۱۸ تا ۴۳ و انحراف استاندارد ۳/۵۱، و میانگین سن دانشجویان پسر ۲۱/۵ با دامنه ۱۸ تا ۳۰ سال و انحراف



استاندارد ۱/۸۴ بود. به‌منظور تجزیه و تحلیل داده‌ها از روش‌های آماری شامل میانگین، انحراف معیار، آزمون ضریب همبستگی پیرسون، و تحلیل رگرسیون استفاده شد. در این پژوهش، از سه مقیاس استاندارد شده برای جمع‌آوری اطلاعات استفاده شده است:

**پرسشنامه سبک‌های دلبستگی بزرگسال (ای.ای.آی):** این پرسشنامه شامل ۱۵ پرسش است که توسط هازن و شاور در سال ۱۹۸۷ ارائه شد. این آزمون در یک مقیاس لیکرتی (۵ نقطه‌ای) درجه‌بندی می‌شود که به «هرگز» نمره ۱ و به «تقریباً همیشه» نمره ۵ تعلق می‌گیرد. این پرسشنامه دارای سه خرده مقیاس است که ۵ ماده نخست مربوط به سبک دلبستگی نایمن-اجتنابی، ۵ ماده دوم مربوط به سبک دلبستگی ایمن، و ۵ ماده سوم مربوط به سبک دلبستگی نایمن دوسوگرا می‌باشد. تحلیل عاملی پرسشنامه هازن و شاور (۱۹۸۷) توسط کولینز و رید<sup>۱</sup> (۱۹۹۰) به استخراج سه عامل عمده منجر شد که توسط پژوهشگران به‌عنوان ظرفیت پیوستن به روابط نزدیک و صمیمی تفسیر می‌شود. هازن و شاور پایایی بازآزمایی کل پرسشنامه را ۰/۸۱ و پایایی با آلفای کرونباخ را ۰/۷۸ به‌دست آوردند. کولینز و رید هم پایایی با آلفای کرونباخ ۰/۷۹ را در مورد این ابزار گزارش کرده‌اند. در پژوهش حاضر، پایایی با آلفای کرونباخ ۰/۷۶ به‌دست آمد. همچنین، روایی همزمان این پرسشنامه توسط رحیمیان برای این پرسشنامه به‌ترتیب برای سبک دلبستگی ایمن ۰/۷۷، برای سبک نایمن اجتنابی ۰/۸۱، و برای نایمن دوسوگرا ۰/۸۳ به‌دست آمده است. روایی همزمان این پرسشنامه نیز با مصاحبه ساختاریافته ماین برای دلبستگی بزرگسالان به‌ترتیب ایمن ۰/۷۹، نایمن اجتنابی ۰/۸۴، و نایمن اضطرابی ۰/۸۷ برآورد شده است.

**مقیاس سبک‌های مقابله‌ای (سی.آی.اس.اس):** این آزمون که توسط اندلر و پارکر<sup>۲</sup> (۱۹۹۰) ساخته شده است، ۴۸ عبارت دارد. آزمون سه زمینه اصلی رفتارهای مقابله‌ای را در بر می‌گیرد. مقابله مسئله‌مدار، مقابله هیجان‌مدار، و مقابله اجتناب‌مدار. ضریب پایایی توسط اندلر و پارکر برای سبک مسئله‌مدار ۰/۹۰، برای سبک هیجان‌مدار ۰/۸۵، و برای سبک اجتناب‌مدار ۰/۸۲ برآورد شد. در پژوهش پیری (۱۳۸۴)، در بررسی همسانی درونی، پایایی به‌روش آلفای کرونباخ برای سبک مسئله‌مدار ۰/۸۱، برای سبک هیجان‌مدار ۰/۸۵، و برای سبک اجتنابی

- 
1. Collins & read
  2. Endler & parker

۰/۸۰ به‌دست آمده است. همچنین، ضرایب روایی همزمان برای این پرسشنامه برای سبک‌های مقابله‌ای مسئله‌مدار، هیجان‌مدار، و اجتنابی در دختران به‌ترتیب ۰/۹۰، ۰/۸۵، و ۰/۸۲؛ و در پسران ۰/۹۲، ۰/۸۲، و ۰/۸۵ گزارش شده است (اندلر و پارکر، ۱۹۹۰؛ به نقل از پیری و شهرآرای، ۱۳۸۴).

**پرسشنامه ابراز وجود (ا.آی):** این پرسشنامه ۴۰ پرسشی توسط گمبریل و ریچی (۱۹۷۵) ساخته شده است. پایایی آزمون به‌روش بازآزمایی ۰/۸۱ به‌دست آمده است (گمبریل و ریچی، ۱۹۷۵). پیری (۱۳۸۴)، پایایی این پرسشنامه را ۰/۸۵ به‌دست آورده است و با تحلیل عاملی برای تعیین روایی پرسشنامه دو عامل به‌دست آورد، که اعتبار عامل نخست ۰/۸۲ و عامل دوم ۰/۷۵ برآورد شد. بر پایه دیدگاه‌های موجود برای این دو عامل نام‌هایی مناسب انتخاب شد. عامل نخست، بر پایه دیدگاه لانگ و ژاکوبوفسکی (۱۹۷۶) با ابراز وجود بنیادی همخوان است؛ و براساس دیدگاه کلی و همکاران (۱۹۷۸)، عامل دوم، ابراز وجود مقابله‌ای نامیده شد (گمبریل و ریچی، ۱۹۷۵؛ به نقل از پیری و شهرآرای، ۱۳۸۴).

### یافته‌های پژوهش

جدول ۱ بیانگر شاخص‌های توصیفی (میانگین و انحراف معیار) سبک‌های دلبستگی، سبک‌های مقابله‌ای با اضطراب، و ابراز وجود می‌باشد.

جدول ۱. شاخص‌های توصیفی (میانگین و انحراف استاندارد) متغیرهای پژوهش

جنسیت							متغیرها
نمره کل		پسر		دختر			
انحراف استاندارد	میانگین	انحراف استاندارد	میانگین	انحراف استاندارد	میانگین		
۳/۱۸	۱۱/۰۷	۳/۳۴	۱۱/۲۸	۲/۹۷	۱۰/۸۲	ایمن	
۳/۵	۸/۶۱	۳/۶۱	۸/۸۷	۳/۳۴	۸/۳۱	ناایمن- اجتنابی	
۴	۸/۳۰	۴/۰۷	۸/۷۰	۳/۸۷	۷/۸۳	ناایمن- دوسوگرا	
۹/۰۷	۵۵/۶۹	۹/۱۱	۵۶/۲۷	۹	۵۵/۰۲	مسئله‌مدار	
۹/۷	۴۷/۵۳	۹/۳۷	۴۶/۸۵	۹/۹۸	۴۸/۳۰	هیجان‌مدار	
۸/۷۴	۴۴/۲۲	۹/۱۱	۴۴/۶۲	۸/۳۰	۴۳/۷۶	اجتناب‌مدار	
۲۱/۰۶	۱۱۷/۳۷	۲۲/۴۲	۱۱۹	۱۹/۳۰	۱۱۵/۵۲	نمره کل	

همانطور که جدول ۱ نشان می‌دهد، در بین سبک‌های دلبستگی، سبک ایمن (۱۱/۲۸)، در پسران، بیشترین میانگین را به خود اختصاص داده است. همچنین، در سبک‌های مقابله‌ای، بالاترین میانگین مربوط به سبک مقابله مسئله‌مدار (۵۶/۲۷)، در پسران بوده است. در مورد متغیر ابراز وجود نیز میانگین نمرات پسران (۱۱۹) از میانگین نمرات دختران (۱۱۵/۵۲) بیشتر بوده است.

به منظور بررسی چگونگی ارتباط بین متغیرهای پژوهش، قبل از محاسبه ضرایب همبستگی و تحلیل رگرسیون، مفروضه نرمال بودن از طریق آزمون کولموگراو-اسمیرنوف<sup>۱</sup> تک متغیری بازبینی شد. نتایج نشان داد که برخی متغیرها، انحراف معناداری از نرمال دارند. با محاسبه نمرات استاندارد Z برای این متغیرها، موارد بالاتر از ۲/۵۷ حذف شدند (در مجموع ۸ آزمودنی). با محاسبه مجدد آزمون کولموگراو-اسمیرنوف تک متغیری مشخص شد که حذف موارد انتهایی توانسته است مفروضه نرمال بودن را برقرار نماید. همچنین، با ترسیم و مشاهده

نمودار پراکنش دوبه‌دوی متغیرها از احراز مفروضه خطی بودن روابط اطمینان حاصل شد. همچنین، قبل از اجرای هر رگرسیون نهایی، با اجرای دستور رگرسیون، با شناسایی باقی‌مانده‌های دور افتاده<sup>۱</sup>، داده‌هایی که دارای باقی‌مانده‌های بزرگ‌تر از ۲/۵ انحراف معیار بود شناسایی و حذف شد. در این مرحله نیز ۵ مورد از تحلیل نهایی حذف و رگرسیون روی نمونه باقی‌مانده انجام شد. جدول ۲ نشان‌دهنده ضرایب همبستگی بین سبک‌های دلبستگی، سبک‌های مقابله‌ای، و ابراز وجود می‌باشد.

جدول ۲. ماتریس همبستگی سبک‌های دلبستگی، روش‌های مقابله‌ای و ابراز وجود

متغیرها	۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷
۱ نایمن-اجتنابی							
۲ ایمن	-۰/۳۱۶**						
۳ نایمن-دوسوگرا	۰/۱۳۷**	۰/۰۷۰					
۴ مقابله مسئله‌مدار	-۰/۱۶۳**	۰/۱۹۲**	-۰/۱۱۵*				
۵ مقابله هیجان‌مدار	۰/۱۳۳**	-۰/۱۰۱*	۰/۲۷۳**	-۰/۱۴۲**			
۶ مقابله اجتناب‌مدار	-۰/۱۰۱*	۰/۱۶۳**	۰/۰۳۵	۰/۱۵۲**	۰/۰۷۵		
۷ ابراز وجود	-۰/۱۸۹**	۰/۱۷۳**	-۰/۱۲۰*	**۰/۳۵۳	-۰/۱۲۳*	۰/۱۹۳**	۱

\* به مفهوم معنادار بودن ضریب همبستگی با ضریب اطمینان  $\alpha=۰/۰۵$  (با اطمینان ۹۵٪)  
\*\* به مفهوم معنادار بودن ضریب همبستگی با ضریب اطمینان  $\alpha=۰/۰۱$  (با اطمینان ۹۹٪)

نتایج جدول ۲ نشان می‌دهد که سبک دلبستگی نایمن-اجتنابی با سبک‌های مقابله‌ای مسئله‌مدار ( $p<۰/۰۱$ ) و مقابله اجتناب‌مدار رابطه منفی معنادار ( $p<۰/۰۵$ ) دارد. سبک دلبستگی ایمن با سبک مقابله‌ای مسئله‌مدار و اجتناب‌مدار دارای رابطه مثبت ( $p<۰/۰۱$ ) معنادار است. ارتباط سبک دلبستگی نایمن-دوسوگرا نیز با مقابله مسئله‌مدار منفی و معنادار ( $p<۰/۰۵$ ) و با مقابله هیجان‌مدار مثبت ( $p<۰/۰۱$ ) و معنادار است. همچنین، بین سبک‌های دلبستگی و ابراز وجود ارتباط معنادار وجود دارد. نتایج نشان می‌دهد که بین سبک دلبستگی ایمن با ابراز وجود رابطه مثبت ( $p<۰/۰۱$ ) و معنادار و بین سبک‌های نایمن-اجتنابی ( $p<۰/۰۱$ ) و دوسوگرا رابطه منفی ( $p<۰/۰۵$ ) و معنادار وجود دارد. نتایج جدول ۲ نشان می‌دهد که بین هر

## 1. Outlier

سه سبک مقابله‌ای با ابراز وجود رابطه معنادار وجود دارد. به این ترتیب که سبک مقابله‌ای مسئله‌مدار با ابراز وجود دارای رابطه مثبت ( $p < 0/01$ ) معنادار می‌باشد. همچنین، سبک مقابله‌ای هیجان‌مدار با ابراز وجود دارای رابطه منفی ( $p < 0/05$ ) و با سبک مقابله‌ای اجتنابی رابطه مثبت ( $p < 0/01$ ) معنادار هستند.

در ادامه و با توجه به رابطه خرده مقیاس‌های سبک‌های مقابله‌ای و متغیر ابراز وجود با سبک‌های دل‌بستگی در جدول ۲، با اجرای هفت رگرسیون ساده، به پیش‌بینی هریک از زیرمقیاس‌های سبک‌های مقابله‌ای و ابراز وجود (در سطح  $0/01$ ) توسط سبک‌های دل‌بستگی پرداخته شده است (جدول ۳).

جدول ۳. نتایج رگرسیون سبک‌های مقابله‌ای و ابراز وجود بر سبک‌های دل‌بستگی در دانشجویان

Sig	$\beta$	B	SE	F	R <sup>2</sup>	متغیر ملاک	متغیر پیش‌بین
0/001	-0/16	-0/44	8/99	11/02	0/02	مسئله‌مدار	ناایمن-اجتنابی
0/004	0/14	0/43	10/10	8/52	0/02	هیجان‌مدار	ناایمن-اجتنابی
0/000	-0/19	-1/21	20/61	15/88	0/03	ابراز وجود	ناایمن-اجتنابی
0/000	0/17	0/49	8/97	12/71	0/03	مسئله‌مدار	ایمن
0/001	0/17	0/45	8/46	12/11	0/03	اجتناب‌مدار	ایمن
0/001	0/17	1/10	20/71	11/88	0/02	ابراز وجود	ایمن
0/000	0/27	0/69	9/80	33/61	0/07	هیجان‌مدار	ناایمن-دوسوگرا

سبک، دل‌بستگی ناایمن-اجتنابی، به ترتیب  $0/02$  از سبک مقابله‌ای مسئله‌مدار و  $0/02$  از سبک مقابله‌ای هیجان‌مدار و  $0/03$  از متغیر ابراز وجود را پیش‌بینی شده است. همچنین، سبک دل‌بستگی ایمن  $0/03$  از مقابله مسئله‌مدار و اجتناب‌مدار و  $0/02$  از متغیر ابراز وجود را پیش‌بینی کرده است.  $0/07$  از سبک مقابله‌ای هیجان‌مدار نیز توسط سبک دل‌بستگی ناایمن-دوسوگرا پیش‌بینی شده است. بنابراین، از بین سبک‌های دل‌بستگی، سبک ناایمن-اجتنابی بیشترین سهم را در پیش‌بینی سبک مقابله‌ای مسئله‌مدار و هیجان‌مدار به خود اختصاص داده است. سبک دل‌بستگی ایمن نیز بیشترین سهم را در پیش‌بینی ابراز وجود دارد.

بین دختران و پسران از نظر پیش‌بینی سبک‌های مقابله‌ای و ابراز وجود توسط سبک‌های

دل بستگی تفاوت معنادار وجود دارد.

برای بررسی پیش‌بینی سبک‌های مقابله‌ای و ابراز وجود توسط سبک‌های دل بستگی در دانشجویان به تفکیک جنسیت، ابتدا ضرایب همبستگی در دانشجویان دختر محاسبه و در جدول ۴ ارائه شده است. همچنین، نتایج جدول ۵ نشان دهنده ضرایب همبستگی بین متغیرهای پژوهش در پسران می‌باشد. نتایج جدول ۴ و ۵ به منظور انجام تحلیل رگرسیونی مورد استفاده قرار گرفته است. به این ترتیب که هر کدام از خرده مقیاس‌های متغیرهای پیش-بین پژوهش، که با متغیرهای ملاک دارای رابطه معنادار در سطح ۰/۰۱ بوده‌اند، وارد معادله رگرسیون شده‌اند. نتایج این تحلیل در جدول ۶ ارائه شده است.

جدول ۴. ماتریس همبستگی سبک‌های دل بستگی، روش‌های مقابله‌ای و ابراز وجود در دانشجویان دختر

متغیرها	۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷
۱ نایمن-اجتنابی	۱						
۲ ایمن	-۰/۳۲**	۱					
۳ نایمن-دوسوگرا	۰/۱۱	۰/۰۱	۱				
۴ مقابله مسئله‌مدار	۰/۰۵	۰/۲۶**	۰/۰۷	۱			
۵ مقابله هیجان‌مدار	۰/۰۳	-۰/۰۱	۰/۲۵**	-۰/۲۴**	۱		
۶ مقابله اجتناب‌مدار	-۰/۱۵	۰/۱۶*	۰/۰۳	۰/۱۸	۰/۲۰**	۱	
۷ ابراز وجود	-۰/۲۰**	۰/۱۵*	۰/۰۸	۰/۲۶**	-۰/۱۳	-۰/۳۱**	۱

\* به مفهوم معنادار بودن ضریب همبستگی با ضریب اطمینان  $\alpha=7/5$  (با اطمینان ۹۵٪)  
\*\* به مفهوم معنادار بودن ضریب همبستگی با ضریب اطمینان  $\alpha=1$  (با اطمینان ۹۹٪)

همان‌طور که جدول ۴ نشان می‌دهد، رابطه سبک دل بستگی نایمن-اجتنابی با ابراز وجود منفی و معنادار ( $p<0/01$ ) بوده است. همچنین، سبک دل بستگی ایمن با مقابله‌ای مسئله‌مدار رابطه مثبت و معنادار ( $p<0/01$ ) دارد. سبک نایمن-دوسوگرا نیز با سبک مقابله هیجان‌مدار رابطه مثبت معنادار ( $p<0/01$ ) دارد.

جدول ۵. ماتریس همبستگی سبک‌های دل‌بستگی، روش‌های مقابله‌ای و ابراز وجود در دانشجویان

		پس‌ر						
		۷	۶	۵	۴	۳	۲	۱
متغیرها								
۱	ناایمن-اجتنابی							۱
۲	ایمن						۱	-۰/۲۹**
۳	ناایمن-دوسوگرا					۱	۰/۰۹	۰/۱۳*
۴	مقابله مسئله مدار				۱	-۰/۱۶	۰/۰۹	-۰/۲۷**
۵	مقابله هیجان مدار			۱	-۰/۰۱۲	۰/۳۱**	-۰/۱۱	۰/۲۶**
۶	مقابله اجتناب-مدار		۱	۰/۰۰۶	۰/۱۳*	۰/۰۱۲	۰/۱۷**	-۰/۰۷
۷	ابراز وجود	۱	۰/۱۴*	-۰/۱۱	۰/۳۴**	-۰/۱۳	۰/۱۷**	-۰/۲۰**

\* به مفهوم معنادار بودن ضریب همبستگی با ضریب اطمینان  $\alpha=۰.۰۵$  (با اطمینان ۹۵٪)  
 \*\* به مفهوم معنادار بودن ضریب همبستگی با ضریب اطمینان  $\alpha=۰.۰۱$  (با اطمینان ۹۹٪)

نتایج جدول ۵ بیانگر آن است که سبک ناایمن-اجتنابی با سبک مقابله‌ای مسئله‌مدار رابطه منفی و معنادار ( $p<۰/۰۱$ ) و با سبک مقابله‌ای هیجان‌مدار رابطه مثبت و معنادار ( $p<۰/۰۱$ ) دارد. همچنین، سبک ناایمن-اجتنابی با ابراز وجود رابطه منفی معنادار ( $p<۰/۰۱$ ) دارد. سبک دل‌بستگی ایمن نیز با سبک مقابله‌ای هیجان‌مدار و ابراز وجود رابطه مثبت معنادار ( $p<۰/۰۱$ ) دارد. و بین سبک ناایمن-دوسوگرا با سبک مقابله‌ای هیجان‌مدار رابطه مثبت معنادار ( $p<۰/۰۱$ ) وجود دارد.

جدول ۶. نتایج رگرسیون سبک‌های مقابله‌ای و ابراز وجود بر سبک‌های دلبستگی در دانشجویان دختر و پسر

متغیر پیش بین	متغیر ملاک	R2	F	SE	B	$\beta$	Sig
ناایمن-اجتنابی	ابراز وجود	۰/۰۴	۸/۲۸	۱۹/۴۶	-۱/۳۳	-۰/۲۰	۰/۰۰۴
ایمن	مسئله‌مدار	۰/۰۶	۱۳/۵۹	۹/۰۹	۰/۷۷	۰/۲۶	۰/۰۰۰
ناایمن-دوسوگرا	هیجان‌مدار	۰/۰۶	۱۲/۹۴	۱۰/۷	۰/۷۱	۰/۲۵	۰/۰۰۰
مسئله‌مدار		۰/۰۷	۱۶/۸۱	۸/۴۹	-۰/۶۶	-۰/۲۷	۰/۰۰۰
ناایمن-اجتنابی	هیجان‌مدار	۰/۰۶	۹/۰۶	۱۵/۵۷	۰/۶۸	۰/۲۶	۰/۰۰۰
ابراز وجود		۰/۰۴	۹/۳۰	۲۱/۴۹	-۱/۲۴	-۰/۲۰	۰/۰۰۳
ایمن	اجتناب‌مدار	۰/۰۳	۶/۹۸	۸/۷۰	۰/۴۷	۰/۱۷	۰/۰۰۹
ایمن	ابراز وجود	۰/۰۳	۶/۸۵	۲۱/۶۱	۱/۱۶	۰/۱۷	۰/۰۰۹
ناایمن-دوسوگرا	هیجان‌مدار	۰/۱۰	۲۳/۸۴	۸/۹۰	۰/۷۱	۰/۳۱	۰/۰۰۰

نتایج تحلیل رگرسیون در دختران نشان می‌دهد که سبک دلبستگی ناایمن-اجتنابی از بین متغیرهای ملاک تنها ۰/۰۴ از متغیر ابراز وجود را پیش‌بینی کرده است. سبک دلبستگی ایمن ۰/۰۶ از سبک مقابله‌ای مسئله‌مدار و سبک ناایمن-دوسوگرا ۰/۰۶ از سبک هیجان‌مدار را پیش‌بینی می‌کند. در دانشجویان پسر، ۰/۰۷ از سبک مقابله‌ای مسئله‌مدار و ۰/۰۶ از سبک مقابله‌ای هیجان‌مدار و ۰/۰۴ از متغیر ابراز وجود توسط سبک دلبستگی ناایمن-اجتنابی پیش‌بینی می‌شود. سبک دلبستگی ایمن، ۰/۰۳ از سبک مقابله‌ای اجتناب‌مدار و ۰/۰۳ از متغیر ابراز وجود را پیش‌بینی می‌کند. همچنین، دلبستگی ناایمن-دوسوگرا ۰/۱ از سبک مقابله‌ای هیجان‌مدار را پیش‌بینی کرده است.

در مقایسه تحلیل رگرسیون متغیرها بین دانشجویان دختر و پسر می‌توان گفت که این دو گروه در متغیر ابراز وجود، که توسط سبک دلبستگی ناایمن-اجتنابی به صورت منفی معنادار پیش‌بینی می‌شود و همچنین، در سبک مقابله‌ای هیجان‌مدار که توسط دلبستگی ناایمن-دوسوگرا پیش‌بینی شده است، اشتراک دارند. دلبستگی ناایمن-اجتنابی در پسران، علاوه بر ابراز وجود، سبک مقابله‌ای هیجان‌مدار و مسئله‌مدار را نیز پیش‌بینی می‌کند. همچنین، دلبستگی



ایمن در دختران به پیش‌بینی سبک مقابله‌ای مسئله‌مدار و در پسران به پیش‌بینی سبک اجتناب-مدار و ابراز وجود پرداخته است. بنابراین، از بین سبک‌های دل‌بستگی در دختران، سبک نایمن-اجتنابی بیشترین سهم را در پیش‌بینی ابراز وجود داشته است و در پسران سبک نایمن-دوسوگرا بیشترین سهم را در پیش‌بینی مقابله هیجان‌مدار دارد.

### بحث و نتیجه‌گیری

پژوهش حاضر با هدف بررسی نقش پیش‌بینی سبک‌های مقابله‌ای و ابراز وجود توسط سبک‌های دل‌بستگی در دانشجویان دختر و پسر انجام شده است. یافته‌های پژوهش نشان می‌دهد که سبک دل‌بستگی نایمن-اجتنابی، سبک مقابله‌ای مسئله‌مدار را به صورت منفی و سبک مقابله هیجان‌مدار را به صورت مثبت و معنادار پیش‌بینی می‌کند. این یافته‌ها، که با نتایج پژوهش‌های قبلی سیمپسون و همکاران (۱۹۹۲)، شاور و همکاران (۱۹۹۶)، فاندلینگ (۱۹۹۸)، فینی و کیریک پاتریک (۱۹۹۶)، کوباک و سیری (۱۹۹۸)، میکولینسر و فلوراین (۲۰۰۱) همخوان هستند، بر اساس این احتمال تبیین می‌شوند که منفی‌نگری الگوهای کارکردی درونی افراد با سبک دل‌بستگی اجتنابی نسبت به دیگران، باعث می‌شود که این افراد نتوانند از طریق مکانیزم‌هایی مانند «فعال‌سازی هیجان‌های مثبت» یا «دسترسی به منابع اجتماعی مقابله» از راهبردهای مقابله‌ای هیجان‌مدار مثبت و مسئله‌مدار استفاده کنند. این منفی‌نگری همچنین، باعث محرومیت این افراد از روابط و حمایت‌های عاطفی-اجتماعی هنگام روبه‌رو شدن با برخی حوادث فشارزا و استفاده از راهبردهای سازش‌نیافته‌ای همچون مقابله هیجان‌مدار منفی مانند پاسخ‌های پرخاشگرانه و تخلیه هیجان‌های منفی می‌شود (بشارت، ۱۳۸۶).

همچنین، نتایج پژوهش نشان داد که سبک مقابله‌ای مسئله‌مدار و اجتناب‌مدار توسط سبک دل‌بستگی ایمن به صورت مثبت و معنادار پیش‌بینی می‌شوند. این یافته‌ها را - که همسو با نتایج پژوهش‌هایی همچون پژوهش‌های میکولینسر و فلوراین (۱۹۹۸)، فاندلینگ (۱۹۹۸)، فینی و کیریک پاتریک (۱۹۹۶)، و بشارت و شالچی (۱۳۸۶) می‌باشند - می‌توان برحسب چند احتمال تبیین کرد:

۱. نظام دل‌بستگی به‌منزله یک نظام انگیزشی در مواجهه با تنیدگی‌ها فعال و در

فرآیند مقابله با آنها مشارکت می‌کند. وقتی دلبستگی ایمن باشد، الگوهای کارکردی درونی مثبت نسبت به خود و دیگران - که براساس ویژگی‌های «پاسخگویی» و «دسترس‌پذیری» نگاره دلبستگی شکل گرفته‌اند و سازماندهی نظم‌جویی هیجانی را بر عهده دارند - به صورت مؤثر و سازنده در فرآیند مقابله مداخله می‌کنند (میکولینسر و فلوراین، ۲۰۰۱). بدین ترتیب، سبک دلبستگی ایمن با تکیه بر ویژگی پاسخگویی، راهبردهای مقابله‌ای مسئله‌مدار را سازماندهی و از طریق ویژگی دسترس‌پذیری، به تنظیم آنها می‌پردازد.

۲. سبک دلبستگی، توجه به حوادث تنیدگی‌زا را مدیریت می‌کند. سبک دلبستگی ایمن، به‌منزله پایگاه امن درونی با مدیریت و مهار توجه به حوادث تنیدگی‌زا، فرد ایمن را از غرق شدن در توجه افراطی به تنیدگی‌ها و پیامدهای درمانده‌ساز آنها بازداشته و با استفاده از این مکانیزم امکانات لازم را برای به‌کارگیری راهبردهای مقابله‌ای مسئله‌مدار افزایش می‌دهد (میکولینسر و ناچشون، ۱۹۹۱).

همچنین، در این پژوهش سبک دلبستگی ایمن، سبک مقابله‌ای اجتناب‌مدار را به‌گونه‌ای مثبت و معنادار پیش‌بینی کرد. در تبیین این نتیجه بدیع و اکتشافی می‌توان گفت نقشه رفتاری افراد ایمن از نظر کولینز و رید (۱۹۹۴) بر ملاحظات شناختی و هیجانی مبتنی است. از آنجاکه افراد با سبک ایمن به‌دنبال آن هستند که بتوانند آشکارا هیجان‌ات مثبت و منفی خود را ابراز نمایند، این افراد با نظم‌دهی به هیجان‌ات و استفاده از حمایت‌های عاطفی و اجتماعی به مقابله هیجان - مدار می‌پردازند. اما این احتمال وجود دارد که شرایط پیش‌بینی نشده و پراضطرابی همچون شرایط تحصیلی، بیماری، و مانند آن نظام تحولی فرد را تحت تأثیر قرار داده و او را مجبور به استفاده از راهبردهای مقابله‌ای هیجان‌مدار منفی یا اجتناب‌مدار کنند. چراکه راهبردهای مقابله - اجتناب‌مدار، نتایج، و پیامدهای ناخواسته را پیش‌بینی می‌کنند (قاسم بروجرودی و همکاران، ۱۳۹۰).

یافته دیگر این تحلیل بیانگر آن است که سبک دلبستگی نایمن دوسوگرا، سبک مقابله‌ای هیجان‌مدار را به صورت مثبت پیش‌بینی می‌کند و با سبک مقابله‌ای مسئله‌مدار رابطه منفی دارد. این ارتباط در پژوهش بشارت و شالچی (۱۳۸۶) نیز به دست آمده است. در تبیین این رابطه

می‌توان گفت افراد دوسوگرا به دلیل داشتن نگرش منفی نسبت به خود و نگرش مثبت نسبت به دیگران برای برقراری روابطی نزدیک با دیگران ارزش قائل بوده و به پذیرش دیگران برای حس بهزیستی شخصی وابسته‌اند (بارتولوميو و هوویتز، ۱۹۹۱؛ هازن و شاور، ۱۹۸۷). به همین دلیل، می‌توان احتمال داد که دوسوگراها با تکیه بر برقراری روابط صمیمی با دیگران بتوانند از راهبردهای مقابله‌ای هیجان‌مدار مثبت مانند یاری‌طلبی به منظور کاهش تنیدگی‌های زندگی استفاده کنند (میکولینسر و همکاران، ۲۰۰۷). از سوی دیگر، الگوی کارکردی درونی منفی افراد دوسوگرا نسبت به خود، جسارت و انعطاف‌پذیری و به دنبال آن فرصت تجربه‌آموزی و یادگیری راهبردهای مؤثر برای حل مشکلات را از آنها سلب می‌نماید (پیوسته‌گر و همکاران، ۱۳۹۱).

همچنین، نتایج پژوهش بیانگر پیش‌بینی مثبت و معنادار ابراز وجود توسط سبک دلبستگی ایمن است. سبک نایمن اجتنابی، ابراز وجود را به صورت منفی و معنادار پیش‌بینی می‌کند. یافته‌های این پژوهش با یافته‌های تحقیقاتی همچون هوگان و هوگان (۲۰۰۲)، نوفتلی و شاور (۲۰۰۶)، امانی و همکاران (۲۰۱۳)، و غباری بناب و همکاران (۲۰۱۱) همخوان است. یافته‌های این پژوهش با پژوهش سالی (۲۰۱۱) مبنی بر عدم ارتباط بین سبک‌های دلبستگی با ابراز وجود همسو نبود. در تبیین این پدیده می‌توان گفت، سبک‌های دلبستگی افراد تعیین‌کننده ویژگی‌های عاطفی و شناختی و راهبردهایی است که واکنش هیجانی را در روابط بین‌شخصی افراد هدایت می‌کند. تحول و سازمان‌دهی این الگوهای کارکردی درونی به تفاوت‌های فردی در تعاملات اجتماعی درست منجر می‌شود. تجربه یک رابطه ایمن با مادر در کودکی، فرد را قادر می‌سازد تا در روابط خود علاوه بر اعتماد به دیگران، خود نیز منبع اعتماد دیگران باشد و در سختی‌ها و مشکلات انعطاف‌پذیر و مقاوم بوده و راه‌حل‌های مناسبی ارائه دهد. باز بودن ایمن‌ها و تمایل آنها به اصلاح طرحواره‌های خود در صورت اطلاعات جدید نیز باعث می‌شود که با تغییرات سازگار شوند و طرح‌های واقع‌بینانه‌تری را ایجاد کنند (میکولینسر و همکاران، ۱۹۹۹). این افراد در روابط خود دیدگاه‌های مثبتی را اتخاذ می‌کنند و در زندگی سازگاری و رضایت بیشتری دارند. در مقابل، افراد با سبک دلبستگی نایمن دارای الگوهای کارکردی درونی منفی و نسبتاً انعطاف‌ناپذیر هستند که موجب در ماندگی فرد در کنش‌وری‌های مختلف رفتاری می‌شود و در نتیجه فرد راهبردهای غیرواقع‌بینانه‌ای را برای پردازش افکار و

احساسات و ارزیابی‌های خود به کار می‌برد که می‌تواند مانع انعطاف فرد هنگام بروز مشکلات شود (پیوسته‌گر و همکاران، ۱۳۹۱).

هدف مهم دیگر در این پژوهش، بررسی تفاوت در پیش‌بینی سبک‌های مقابله‌ای و ابزار وجود به وسیله سبک‌های دلبستگی در دانشجویان دختر و پسر بود. قبل از پرداختن به بحث و بررسی نتایج در این بخش، باید به این نکته توجه شود که درباره این فرضیه در دو جنس دختر و پسر به صورت بررسی مقایسه‌ای و همزمان تحقیقات زیادی انجام نشده است. لذا تحقیقاتی که بتوان برای مقایسه نتایج از آنها استفاده کرد بسیار محدود بود. بررسی نتایج به دست آمده از این تحلیل نشان دهنده آن است که سبک ناایمن-اجتنابی در پسران سبک مقابله‌ای مسئله‌مدار را به صورت منفی و معنادار و سبک مقابله‌ای هیجان‌مدار را به صورت مثبت و معنادار پیش‌بینی می‌کند. اما در دختران هیچ‌یک از سبک‌های مقابله‌ای توسط سبک ناایمن-اجتنابی پیش‌بینی نشد. بنابراین، در پیش‌بینی سبک‌های مقابله‌ای توسط سبک دلبستگی ناایمن-اجتنابی در دختران و پسران تفاوت وجود دارد. این یافته در پسران با نتایج قاسم بروجردی (۱۳۹۰) و در دختران با پژوهش گرینبرگر و مک لافلین (۱۹۹۸) همسو نبود. این تفاوت نتایج را می‌توان ناشی از تفاوت در تعداد نمونه‌ها، شرایط پژوهش (انجام پژوهش در بیماران سرطانی در پژوهش قاسم بروجردی)، و استفاده از ابزار و روش‌های آماری گوناگون دانست.

در مورد سبک دلبستگی ایمن، نتایج بیانگر آن است که سبک ایمن در پسران، سبک مقابله‌ای اجتناب‌مدار و در دختران سبک مقابله‌ای مسئله‌مدار را به صورت مثبت و معنادار پیش‌بینی می‌کند. این یافته‌ها در مورد پسران با یافته‌های قاسم بروجردی و همکاران (۱۳۹۰) همسو نبود. اما در مورد دختران با یافته‌های گرینبرگر و مک لافلین (۱۹۹۸) و اونز (۲۰۱۱) همسوست. تفاوت رابطه در این مورد را می‌توان با احتمالات زیر تبیین کرد: ۱) دختران از نظر استقلال هیجانی در مقایسه با پسران مراحل رشد را سریع‌تر طی می‌کنند. آنها همچنین، در برقراری روابط صمیمانه و همدلانه با دوستان و همسالان نسبت به پسران پیشرفت سریع‌تری از خودشان نشان می‌دهند (استنبرگ و سیلوربرگ<sup>۱</sup>، ۱۹۸۶). شاید این دو نکته در مورد دختران

تمایز و متضاد به‌نظر برسد، اما این موضوع به آنها در جهت رسیدن به الگوهای کارکردی درونی معنادار در مورد خودشان و دیگران کمک می‌کند. البته رسیدن به این الگوها نقش بسیار مهمی را در سبک‌های مقابله‌ای مسئله‌مدار و توصیف آنها از وقایع زندگی بازی می‌کند (گرینبرگر و مک لافلین، ۱۹۹۸). ۲) بر خلاف باور عمومی، ایجاد دل بستگی ایمن در کودکان علاوه بر مادر ممکن است در برخوردهای یک کودک با پدری ایمن و گرم نیز رخ دهد. گاهی برخی نوجوانان و جوانان پسر در ارتباط با پدرانی با سبک‌های دل بستگی نایمن و به تأثیر از آنها، به گونه‌ای هیجانی و اجتنابی با مشکلات و مسائل برخورد می‌کنند (گرینبرگر و مک لافلین، ۱۹۹۸).

یافته دیگر این پژوهش حاکی از آن است که سبک‌های مقابله‌ای هیجان‌مدار در پسران و دختران توسط سبک مقابله‌ای نایمن-دوسوگرا پیش‌بینی می‌شود. این نتایج در دختران با یافته‌های پژوهش اونز (۲۰۱۱) و در پسران با یافته‌های گرینبرگر و مک لافلین (۱۹۹۸) همخوان بود. می‌توان گفت دختران و پسران نایمن-دوسوگرا در استفاده از سبک مقابله‌ای هیجان‌مدار مشترک هستند و جنسیت در آن تأثیری ندارد. همچنین، در دختران، ابراز وجود توسط سبک دل بستگی نایمن-اجتنابی به صورت منفی و معنادار پیش‌بینی شد. در پسران نیز ابراز وجود توسط سبک دل بستگی ایمن به صورت مثبت و معنادار و به وسیله سبک نایمن-اجتنابی به صورت منفی و معنادار پیش‌بینی گردید. در دختران، یافته‌های پژوهش با یافته‌های امانی (۲۰۱۳) و در پسران با یافته‌های کوباک و همکاران (۱۹۹۳) همسوست. نکته قابل توجه این است که پیش‌بینی ابراز وجود توسط سبک دل بستگی نایمن-اجتنابی در دختران و پسران یکسان بوده و جنسیت در آن دخالتی نداشته است. اما نتایج پژوهش کوباک و همکاران نشان می‌دهد که پسران با دل بستگی ایمن در روابط بین فردی خود اجتناب نامناسب کمتری بروز داده و در مقایسه با پسران اجتنابی از جرئت‌ورزی بیشتری برخوردار بودند. در تبیین رابطه احتمالی سبک دل بستگی ایمن با ابراز وجود در پسران می‌توان گفت از آنجاکه دل بستگی ایمن بستر مناسبی برای برقراری روابط اجتماعی ماهرانه‌تر فراهم می‌آورد، افراد ایمن شیوه‌های اثبات‌تری را برای کنار آمدن با واقعیت‌های زندگی در خود ایجاد می‌کنند. از سوی دیگر، به دلیل اینکه ابراز وجود یک مهارت است و برای یادگیری آن افراد باید بتوانند دیگران را در روابط اجتماعی حمایت کنند، لذا افراد نایمن-اجتنابی معمولاً در مهارت ابراز وجود دچار مشکل

خواهند شد (میکولینسر و فلوراین، ۲۰۰۰).

در این پژوهش هرچند در دختران، ابراز وجود توسط سبک دلبستگی ایمن پیش‌بینی نشد، اما در پیش‌بینی توسط سبک ناایمن-اجتنابی هم این ارتباط منفی به دست آمده است. بنابراین، به صورت صددرصد و با قطعیت نمی‌توان گفت که دختران دارای سبک ایمن در روابطشان دارای قدرت ابراز وجود نیستند. باین حال، تحقیقاتی که در مورد تفاوت‌های جنسیتی در ابراز وجود انجام گرفته، سهم توانایی ابراز وجود در پسران را، به دلیل ایفای نقش بیشتر و نگرش-های قالبی جنسیتی در جامعه بیشتر می‌دانند. به طور کلی، با بررسی فرضیه دوم پژوهش می‌توان گفت که پسران سهم بیشتری را در پیش‌بینی سبک‌های مقابله‌ای و ابراز وجود توسط سبک‌های دلبستگی به خود اختصاص می‌دهند. در نهایت، با توجه به نتایج تحقیقات روان‌شناسان تحولی- که احساس گرمی، اعتماد، و امنیتی که حاصل دلبستگی ایمن با چهره اولیه دلبستگی است را زمینه کنش روان‌شناختی سازگاران همچون شیوه‌های مقابله با اضطراب و روش‌های سازماندهی ارتباطات میان‌فردی می‌دانند- لزوم توجه به این نظریه و پرداختن به آثار آن در دوران بزرگسالی می‌تواند به پدران و مادران، مشاوران، و درمانگران در جهت ایجاد رفتارهای سازگاران و ارتباطات اجتماعی سالم کمک نماید. همچنین، ارائه مشاوره‌های تشخیصی به دانشجویان در بدو ورود به دانشگاه‌ها در خصوص غربالگری و تشخیص سبک‌های دلبستگی می‌تواند به عنوان عاملی مؤثر در جهت مقابله با مسائل و مشکلات تحصیلی و موفقیت در سازگاری و روابط بین‌فردی، به ویژه برای دانشجویانی که در خوابگاه‌ها با همسالان خود زندگی می‌کنند، مورد توجه قرار گیرد.

## منابع

- بشارت، محمدعلی و شالچی، محمدعلی (۱۳۸۶). «سبک‌های دلبستگی و مقابله با تنیدگی». فصلنامه روان‌شناسان ایرانی، ۳(۱۱) ۲۲۵-۲۳۵.
- بشارت، محمدعلی (۱۳۸۶). «شخصیت و سبک‌های مقابله با اضطراب». فصلنامه علمی پژوهشی روان‌شناسی دانشگاه تبریز، ۲(۷)، ۲۵-۴۹.
- بیرامی، منصور و همکاران (۱۳۹۱). «مقایسه شادکامی و اشتیاق برای برقراری ارتباط در سبک‌های دلبستگی دانشجویان». مجله علوم رفتاری، ۶(۲)، ۱۰۵-۱۰۹.
- پیری، لیلا و شهرآرای، مهرناز (۱۳۸۴). «بررسی رابطه میان سبک‌های هویت، ابراز وجود و سبک‌های مقابله». فصلنامه مطالعات روان‌شناختی، ۱(۲)، ۳۹-۵۴.
- پیوسته‌گر، مهرانگیز و بشارت، محمدعلی و پژوهی‌نیا، شیما و سیفی، محمدیاسین (۱۳۹۱). «تبیین آسیب‌پذیری‌های روانی براساس سبک‌های دلبستگی در دانشجویان دانشگاه‌های مختلط دولتی تهران». دانش و پژوهش در روانشناسی کاربردی، ۱۳(۴۷)، ۲۹-۳۸.
- رحیمیان بوگر، اسحق و شاره، حسین و حبیبی عسگرآباد، مجتبی و بشارت، محمدعلی (۱۳۸۶). «بررسی تأثیر شیوه‌های جرئت‌ورزی بر سازگاری اجتماعی». فصلنامه نوآوری‌های آموزشی، ۶(۲۳)، ۲۹-۵۴.
- عمیدنیا، الهام و نیسی، عبدالکاسم و سودانی، منصور (۱۳۸۹). «ابراز وجود و میزان سازگاری فردی - اجتماعی در دانشجویان دختر». فصلنامه اندیشه و رفتار، ۳(۱۷)، ۳۷-۴۶.
- قاسم بروجردی، فاطمه و سهرابی، فرامرز و برجعلی، احمد (۱۳۹۰). «بررسی رابطه تعاملی سبک‌های دلبستگی، سبک‌های مقابله‌ای و رفتاردرمانی در نوجوانان». یافته‌های نو در روان‌شناسی، ۷(۲۱)، ۸۵-۱۰۰.
- مظاهری، محمدعلی (۱۳۷۹). «نقش دلبستگی بزرگسالان در کنش‌وری ازدواج». مجله روان‌شناسی، ۴، ۲۸۶-۳۱۸.
- هاشمی، زهرا و جوکار، بهرام (۱۳۹۲). «مدل‌یابی علی تاب‌آوری هیجانی: نقش دلبستگی به والدین و همسالان، راهبردهای مقابله‌ای و تنظیم شناختی هیجانات». مطالعات روان‌شناختی، ۹(۱)، ۳۷-۹.

- Ainsworth, M. D. S. (1989). *Attachments beyond infancy*. American Psychologist, 44,709-716.
- Alberti,R. and Emmons, M. (1986). *Your perfect Right: a Guide for assertive living*(4<sup>th</sup> edition). Impact, sanluis Obispo,California.
- Amani hafshejani, Z. Fatehizade, & Yousefi,Z. (2013). The multiple relations between attachment styles and big five personality traits with assertiveness in a sample of Iranian girl. *Journal of Education Research and Behavioral Sciences*. Vol. 2(10), pp. 161-166, October.
- Aslan, Sevda. (2013). Separation-Individuation and Assertiveness in Late Adolescents. *Romanian Journal of Applied Psychology*. Vol. 15, No. 1, 27-32.
- Atkinson et. al.(1987). *Dictionary of psychology*. Goy saab. India
- 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, 226-244.
- Bowlby,j.(1980). *Attachment and loss: Sadness anddepression*. New York: Basic Books.
- Endler, N. D. , & Parker, J. D. A. (1990). Multi dimensional assessment of coping: A critical evaluation. *journal of personality and social psychology*, 54, 466-475.
- Feeney,B. C. , & Kirkpatrick, L. A. (1996). Effectsof adult attachment and presence of romanticpartners on physiological responses. *Journal ofpersonality and social psychology*,56,267-283.
- Fuendling,J. M.(1998). Affect regulation as astylistic process within adult attachment. *Journalofsocial and personal Relationships*,15,291-322.
- Ghobari Bonab. , B. , Haddadikoohsar, A. A. (2011). Relationship Among Quality Of Attachment, Hostility And Interpersonal Sensitivity In College Students. *Social Behav. Sci.* , 30: 192-196.
- Greenberger,E & Mclaughlin,C.(1998). Attachment, Coping and Explanatory Style in Late Adolescence. *Journal of youth and Adolescence*. Vol. 27,121-138.
- Güven , Mehmet. (2010); An analysis of the vocational education undergraduate students' levels of assertiveness and problem-solving skills; *Procedia Social and Behavioral Sciences*;vol. 2. pp:064-2070.
- Hazan,c. ,&Shaver,p. R. (1987). Romantic Love Conceptualized as an attachment process. *Journal of personality and social psychology*, 52,511-524.
- Hogan, R. , & Hogan, J. (2002). The Hogan Personality Inventory. In B. De Raad& M. Perugini(Eds. ), Big Five assessment. Ashland, OH: Hogrefe& Huber. pp. 329-346
- Jakubowski,p. (1973). Facilitating the Growth of women through Assertive training. *Counseling psychologist*. Vol. 4,75-86.
- Kronenberg, P. M. ;Van Dam,M. ;Van Ijzendoorn,M. H.; & Mooijart, A. (1997). Dynamics of behavior in Strange Situation: a structural equation approach. *British Journal of psychology*, 88, 311-332.
- Kobak,R. R. , & Sceery, A. (1988). Attachment inlate adolescence: Working models, after regulationand representations of self and others. *Child Development*,59,135-146.
- Lazarus, A. A. (1973). On assertive behavior: A brief note. Behavior Therapy, 4,



- 697-699.
- Lopez, F. G., Mauricio, A. M., Gormley, B., Simko, T., & Berger, E. (2001). Adult attachment orientations and college student distress: The mediating role of problem coping style. *Journal of counseling & Development*, 79, 459-464.
- Longe, A. J., & Jakubowski, P. (1976). *The Assertive Option: Your Right and Responsibilities*. Champaign, Illinois: Research Press.
- Mikulincer, M., & Florian, V. (1998). The relationship between adult attachment style and emotional and cognitive reactions to stressful events. In J. A. Simpson & W. S. Rholes (Eds.), *Attachment theory and close relationships*. New York: Guilford Press. pp. 46-76.
- Mikulincer, M., Florian, V., & Tolmacz, R. (1990). Attachment styles and fear of personal death: A case study of affect regulation. *Journal of personality and social psychology*, 58, 273-280.
- Mikulincer, M., & Florian, V. (2001). Attachment style and affect regulation: implications for coping with stress and mental health. In G. J. O. Fletcher, M. S. Clark (Eds.), *Blackwell handbook of social psychology: Interpersonal processes*. Oxford: Blackwell. pp. 537-557.
- Mikulincer, M., & Nachshon, O. (1991). Attachment styles and patterns of self-disclosure. *Journal of personality and social psychology*, 61, 321-331.
- Mikulincer, M., & Shaver, P. (2005). Attachment theory and research: Resurrection of the psychodynamic approach to personality. *Journal of research in personality*, 39, 33-45.
- Nofle, E., & Shaver, P. (2006). Attachment dimensions and the big five personality traits: Associations and comparative ability to predict relationship quality. *Journal of Research in Personality*, 40, 179-208.
- Ouwens, M. A. A., Van Erp, E., Bekker, M. H. J. (2011). Attachment styles, coping and emotional eating. *Journal of Appetite*, 57, 535-552.
- Pitromonaco, P. R., & Barrett, L. F. (2000a). The internal working models concepts. *Review Of General Psychology*, 175, 155, 4.
- Reber, A. (1985). *Dictionary of psychology*. Roshd.
- Sally I, Maximo, Hylene S, Tayaban, Grace B, Cacdac, Myki Jen A, Cacanindin, Robert John S, Pugat, Melvin F, River, Melowin C, Lingbawan. (2011). "Parents' Communication Styles and Their Influence on the Adolescents' Attachment, Intimacy and Achievement Motivation". *International Journal of Behavioral Science*, Vol. 6, No. 1, 60-74.
- Shaver, P. R., & Brennan, K. A. (1992). Attachment style and the big five personality traits: Their connection with romantic relationship outcomes. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 18, 536-545.
- Shaver, P. R., Collins, N., & Clark, C. L. (1996). Attachment styles and internal working models of self and relationship patterns. In G. J. O. Fletcher, J. Fitness (Eds.), *Knowledge structures in close relationships: A social psychological approach*. Mahwah, NJ: Erlbaum. pp. 25-61.
- Sheridan, C. L., & Radmacher, S. A. (1992). *Health Psychology: Challenging the Biomedical Model*. New York: John Wiley & Sons, Inc.
- Simpson, J. A., & Rholes, W. S. (1994). Stress and secure base relationships in adulthood. In K. Bartholomew & D. Perlman (Eds.), *Attachment processes in*

- adulthood: Advances in personal relationships London: lessica kingsley, vol. 5,pp. 27-52.
- Simpson, J. A. , Rholes, W. S. , & Nelligan, J. S. (1992). Support-seeking and support-giving withincouples in an anxiety provoking situation: the role of attachment styles. *Journal of Personality and Social psychology*, 62,434-446.
- Steinberg, L. D. , and Silverberg, S. (1986). The vicissitudes of autonomy in early adolescence. *Child Develop.* 57: 841-851.
- Wolpe,J. (1990). The practice of behavior therapy 4rd Edition. Penuniversity usa.