

## نقش واسطه‌ای تنظیم عاطفه در رابطه بین سبک‌های دلبستگی،

### کمال‌گرایی منفی و مشکلات بین فردی

بنفشه امیدوار<sup>۱</sup>، امیر پورشهرام<sup>۲</sup>

تاریخ دریافت: ۱۳۹۷/۰۶/۱۰ تاریخ پذیرش: ۱۳۹۷/۰۸/۲۸

#### چکیده

هدف پژوهش حاضر بررسی نقش واسطه‌گری مولفه‌های سرشت، منش و باورهای فرد برای رابطه عوامل خانوادگی- اجتماعی با مصرف مواد انجام شد. روش پژوهش حاضر توصیفی- همبستگی بود. تمامی مردان مصرف‌کننده مواد ۱۸ تا ۳۵ ساله شهر قم که به کمپ‌های ترک اعتیاد و مراکز ترک اعتیاد قم در سال‌های ۱۳۹۶ و ۱۳۹۷ مراجعه می‌کردند، جامعه آماری را تشکیل دادند. نمونه ۳۲۰ نفر به روش هدفمند انتخاب شد. ابزارهای پژوهش شامل پرسشنامه رفتارهای پرخطر بزرگسالان محمدخانی، مقیاس علل گرایش به سوءمصرف مواد مخدر محمدی و همکاران، پرسشنامه سرشت و منش کلونینجر و پرسشنامه سرمایه روان‌شناختی لوتانز بود. مدل پیشنهادی با ایموس ارزیابی شد. مدل براساس شاخص‌های نیکویی برازش کفایت مناسبی داشت. خانواده از طریق نگرش مثبت به مواد، خودراهبری و خودفراروی بر مصرف مواد تاثیر غیرمستقیم داشت. دوستان از طریق نگرش مثبت به مواد، آسیب‌پرهیزی و خودراهبری بر مصرف مواد تاثیر غیرمستقیم داشت. بازار مواد از طریق نگرش مثبت به مواد بر مصرف مواد تاثیر غیرمستقیم داشت. نگرش مثبت به مواد و آسیب‌پرهیزی بر مصرف مواد تاثیر مستقیم مثبت و خودراهبری و خودفراروی بر مصرف مواد تاثیر مستقیم منفی و معناداری در سطح ( $p \leq 0/01$ ) داشت. یافته‌ها با نتایج پژوهش‌های مشابه قبلی همخوانی داشته و گامی مهم برای تبیین عوامل موثر بر مصرف مواد و به عنوان الگویی مناسب برای طراحی برنامه‌های جامع پیشگیری از انواع رفتارهای پرخطر می‌باشد.

**واژه‌های کلیدی:** مصرف مواد، عوامل خانوادگی - اجتماعی، سرشت، منش.

۱- استادیار گروه روانشناسی، واحد شیراز، دانشگاه آزاد اسلامی.

۲- دانشجوی کارشناسی ارشد، گروه روانشناسی، واحد شیراز، دانشگاه آزاد اسلامی.

\* نویسنده‌ی مسئول مقاله، [omidvarpsy@gmail.com](mailto:omidvarpsy@gmail.com)

## مقدمه

اهمیت روابط بین فردی تا حدی است که رویکردها و طبقه‌بندی‌های معتبر آسیب‌شناختی و تشخیصی سهم ویژه‌ای برای نقش و تاثیر آنها در شکل‌گیری و تداوم اختلال‌های روان‌شناختی، حتی اختلال‌های شخصیت، در نظر گرفته‌اند (American Psychiatric Association, 2013). از سوی دیگر هرچه در حیطه روابط بین فردی، مشکلات بیشتری وجود داشته باشد و مهارت‌ها برای مقابله با این مسائل کمتر باشد، شانس زندگی بهتر و رضایت بخش از دست خواهد رفت. مشکلات بین فردی<sup>۱</sup> مشکلاتی هستند که در رابطه با دیگران تجربه می‌شوند و آشفتگی روانی ایجاد می‌کنند (Likciani, 2013).

از سوی دیگر تمایل به کامل بودن و یا به عبارتی کمال‌گرایی<sup>۲</sup> به شکل افراطی نیز یکی از عواملی است که سلامت روانی افراد را به مخاطره می‌اندازد. کمال‌گرایی در اصل به‌عنوان تمایل پایدار فرد به وضع معیارهای کامل و دست نیافتنی و تلاش برای تحقق آنها که با خود ارزشیابی‌های انتقادی از عملکرد شخصی همراه است تعریف می‌شود (Silverman, 2007).

(Slade & Dewey, 1995 Terry-Short, Owens) دو نوع کمال‌گرایی مثبت و منفی را متمایز کردند. کمال‌گرایی مثبت به آن دسته از شناخت‌ها و رفتارهایی گفته می‌شود که هدفشان کسب موفقیت‌های سطح بالا به‌منظور دستیابی به پیامدهای مثبت است. کمال‌گرایی منفی به شناخت و رفتارهایی گفته می‌شود که هدفشان کسب موفقیت‌ها و پیشرفت‌های سطح بالا به‌منظور اجتناب یا فرار از پیامدهای منفی است.

شیوه‌های تنظیم عواطف از جمله متغیرهایی است که هم در حل و بروز مشکلات بین فردی نقش دارند و هم می‌توانند کمال‌گرایی منفی را در فرد پرورش دهند. شیوه‌های تنظیم عواطف در افراد مختلف متفاوت است. در این پژوهش به منظور بررسی متغیر تنظیم عواطف از مفهوم تمایز یافتگی خود<sup>۳</sup> استفاده شده است. تمایز یافتگی خود یا تفکیک خویشتن که مهم‌ترین مفهوم نظریه سیستمی بوئن است، میزان توانایی فرد در تفکیک فرایندهای عقلی از فرآیندهای احساسی را نشان می‌دهد (Stoeber & Stoeber, 2009).

طبق دیدگاه تمایز یافتگی خود، دو الگوی تنظیم عاطفه ناسازگارانه وجود دارد؛ الگوی اول تنظیم عاطفی ناسازگارانه<sup>۴</sup>، راهبرد تکانشی است که اشخاص با بروز احساسات منفی شدید نسبت به دیگران، سعی در کسب حمایت آنها و اطمینان از در دسترس بودنشان دارند. الگوی دوم راهبردی

- 
1. interpersonal problems
  2. perfectionism
  3. differentiaion of self
  4. Maladaptive affect regulation

منفعلا نه است که افراد با سرکوب احساسات منفی و کناره‌گیری افراطی، به‌منظور اجتناب از احساس سرخوردگی و ناامیدی از عدم پذیرش دیگران از خود نشان می‌دهند (Stoeber & Stoeber, 2009).

پیوند عاطفی با والدین و نوع دلبستگی با آنها عاملی موثر بر تمایز یافتگی افراد است. در پژوهش‌های زیادی، ابعاد دلبستگی به‌عنوان زمینه‌ساز بروز مشکلات بین فردی و هم‌به‌عنوان پیامد مشکلات روانی و جسمانی که زندگی فرد را تحت تاثیر قرار داده، مورد توجه قرار گرفته است (Peilage, Lutoijing, France & Willen, 2005, Dutton & White, 2012). در قلمرو تحول اجتماعی و هیجانی، نظریه دلبستگی از چارچوب مفهومی محکمی برخوردار است (Cassidy, 2005). فرض اصلی نظریه دلبستگی این است که تجربیات هیجانی‌ای که فرد با مراقبان اولیه خود در زندگی داشته است، منجر به ایجاد دلبستگی ایمن یا دلبستگی نایمن می‌گردد (shaikholeslami & Taheri, 2016). پس دلبستگی ایمن و نایمن، با توانایی فرد برای برقراری ارتباط با دیگران و مقابله با مشکلات عاطفی و استرس‌آور رابطه دارد (Berry, Barrowclough & Wearden, 2007).

دلبستگی بزرگسال دارای دو بعد اضطراب و اجتناب است. ویژگی بعد اول اجتناب<sup>۱</sup>، ناراحتی فراگیر نسبت به نزدیکی صمیمانه، ترس از وابستگی و صمیمیت میان فردی و جهت‌گیری قوی برای خود اتکایی است. بعد دوم اضطراب<sup>۲</sup>، با عزت نفس پایین، ترس از طرد و رها شدن توسط همسر و رفتار رابطه‌ای وابسته مشخص می‌شود (Berry and et al, 2007).

در حالی که بعد اجتنابی با الگوی منفی از دیگران ارتباط دارد، الگوی منفی از خود، ویژگی اصلی بعد اضطرابی است (Chinaveh & Daghlavi, 2017). در مجموع نظریه دلبستگی بالبی و نظریه نظام‌های خانواده بوئن چارچوبی را جهت درک این مطلب که چگونه تجربیات خانواده اصلی (پدری) بر زندگی بزرگسالی افراد اثر می‌گذارد، فراهم می‌آورد (Skowron & Dandy, 2004). از آنجا که هم‌کمال‌گرایی منفی و هم مشکلات بین فردی می‌توانند پیشایندهای یکسانی داشته باشند و از آنجا که هر دوی این متغیرها در سلامت و بهزیستی روانی و اجتماعی افراد موثر هستند، مورد به‌عنوان متغیر وابسته مورد بررسی قرار گرفته‌اند.

Panfile and Laible (2012) بیان داشتند که سبک‌های دلبستگی می‌تواند از طریق تنظیم عواطف همدلی کودکان را پیش‌بینی کند. در واقع کودکان با سبک دلبستگی ایمن نمره بالاتری در تنظیم عواطف می‌گرفتند و به همین نسبت نمره آنها در همدلی نیز بالاتر بود.

- 
1. Avoidence
  2. Anxiety

(Morley & Moran, 2011) نیز نشان دادند که افراد با سبک دلبستگی ناایمن از راهبردهای تنظیم هیجانی استفاده می‌کنند که بیشتر تاکید بر هیجانات منفی دارند. علاوه بر این (Thorberg and Michae, 2010) بیان داشتند که یافته‌های آنها از این موضوع که دلبستگی توانایی تنظیم عاطفی را پیش‌بینی می‌کند، حمایت می‌کند. (Skowron & Dandy, 2004) نیز نشان دادند که بین تمایز یافتگی و سبک‌های دلبستگی بزرگسالان رابطه معناداری وجود دارد. آنها نشان دادند که بین سبک‌های دلبستگی اجتنابی با خرده‌مقیاس گسلس عاطفی و دلبستگی اضطرابی با خرده‌مقیاس واکنش هیجانی رابطه معنادار و قوی وجود دارد.

سایر پژوهش‌ها نیز بیانگر ارتباط بین سبک‌های دلبستگی و تنظیم عواطف بوده‌اند (Feeney and Teimoori Asfichi, Lavasani & Mikulincer & Florian, 2001؛ Noller, 1995؛ Bakhshayesh, 2013).

(Klever, 2009) اشاره کرد که پژوهش‌ها بیانگر این هستند که سبک‌های دلبستگی ناایمن اضطرابی و اجتنابی می‌تواند منجر به بروز کمال‌گرایی منفی در کودکان شود. سبک دلبستگی ناایمن اضطرابی می‌تواند کودکان را به تلاش برای کمال به‌منظور دستیابی به محبت مراقب سوق دهد. به‌طور مشابه، افراد با سبک دلبستگی ناایمن اجتنابی نیز به‌منظور اجتناب از عدم پذیرش دیگران برای کمال‌گرایی تلاش می‌کنند.

(Fritts, 2012) نشان داد که سبک‌های دلبستگی ناایمن (اضطرابی و اجتنابی) به‌طور معناداری کمال‌گرایی را پیش‌بینی می‌کند. علاوه بر این سایر محققان نیز بر ارتباط بین سبک‌های دلبستگی اضطرابی و اجتنابی با کمال‌گرایی منفی تاکید کرده‌اند (Fritts, 2012؛ Lowell and Wei, Mallinckrodt, Russell & Rice, Lopez & Vergara, 2005؛ Limke, 2009؛ Rahnama Wei, Heppner, Russell & Young, 2006؛ Abraham, 2004؛ Pishva and Besharat, 2011؛ 2014. Nehzami & Poghosyan).

همچنین در ارتباط بین سبک‌های دلبستگی و مشکلات بین فردی، (Dutton & White, 2012) به این نتیجه رسیدند که دلبستگی ناایمن، احتمال پرخاشگری را در نوجوانان و روابط صمیمانه دوران بزرگسالی افزایش می‌دهد.

(Peilage and et al, 2005) بیان داشتند که در بزرگسالی افراد با سبک دلبستگی ایمن نسبت به ناایمن صمیمیت و سازگاری زناشویی بیشتری را گزارش کرده و روابط آنها پایدارتر بوده است. (Marchand, 2004) نیز در پژوهشی بیان داشت که سطوح بالای سبک دلبستگی اضطرابی و اجتنابی با سطوح پایین رضایت در روابط مرتبط بود. همچنین افرادی که سطوح بالای سبک

دلبستگی اجتنابی و اضطرابی داشتند، کمتر از رفتارهای مرتبط با حل تعارضات استفاده می‌کردند. این محقق نتیجه گرفت که سطوح پایین دلبستگی ایمن با کیفیت ارتباطی ضعیف مرتبط است. Egan, Piek, Dyck & Rees (2007) دریافتند که افراد با سبک دلبستگی نایمن ممکن است با فقدان مهارت‌های لازم برای روابط اجتماعی مواجه باشند که این خود می‌تواند عاملی برای بروز استرس و اضطراب باشد. همچنین افراد با سبک دلبستگی نایمن کمتر ممکن است درگیر روابط حمایتی از جانب شریک زندگی‌شان شوند. پژوهش‌های داخلی نیز بیان‌گر این بوده‌اند که افراد سبک دلبستگی ایمن نسبت به افراد دارای سبک دلبستگی اجتنابی از میزان مشکلات بین شخصی کمتری برخوردارند (Besharat, Goli Nejad & Ahmadi, 2003).

در خصوص ارتباط بین تنظیم عاطفی و مشکلات بین فردی، Likcani (2013) معتقد است که تمایز یافتگی با تعارض زناشویی به‌عنوان شاخصی از مشکلات بین فردی، رابطه معکوس و معنادار و رضایت زناشویی رابطه مستقیم و معنادار دارد.

Maser (2011) نیز نشان دادند زوج‌هایی که واکنش‌پذیری، گسلس عاطفی و هم آمیختگی پایینی دارند، می‌توانند موقعیت من برتری در روابط داشته باشند و سطح بالاتری از رضایت زناشویی را تجربه می‌کنند. در حالی که زوج‌هایی با سطح تمایز یافتگی پایین، آشفتگی زناشویی بیشتری را نشان دادند.

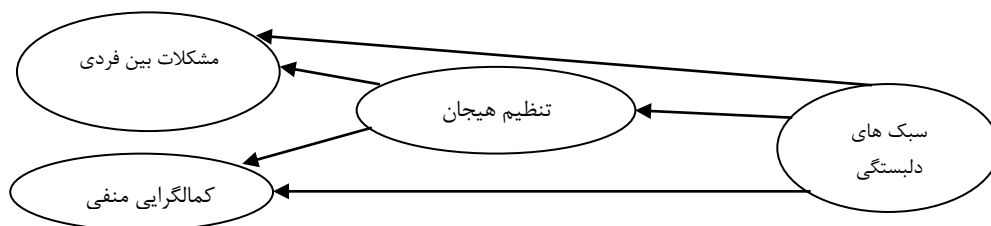
نتایج پژوهش Skowron (2004) بیانگر این بود که از میان ابعاد تمایز یافتگی، فقط بریدگی عاطفی و واکنش هیجانی پیش‌بینی کننده بروز مشکلات بین فردی هستند.

Wei, Vogel, Ku, and Zakalik (2005) نیز دریافتند که متغیر تنظیم عاطفی واکنش‌پذیری هیجانی بین سبک دلبستگی اضطرابی و خلق منفی و مشکلات بین فردی نقش واسطه‌ای ایفا می‌کرد و متغیر گسلس عاطفی بین سبک دلبستگی اجتنابی و متغیرهای درون زاد خلق منفی و مشکلات بین فردی نقش واسطه‌ای ایفا می‌کرد. این محققان نتیجه گرفتند که سبک‌های دلبستگی متفاوت از راهبردهای تنظیم عاطفی متفاوتی برای تنظیم خلق منفی و مشکلات بین فردی استفاده می‌کنند.

با توجه به مبانی نظری و یافته‌های تجربی، به نظر می‌رسد که دلبستگی نایمن به شکل‌گیری و توسعه راهبردهای تنظیم عاطفه ناسازگار کمک کند. این در حالی است که استفاده سفت و سخت و انعطاف ناپذیر از راهبردهای تنظیم عاطفه ناسازگار ممکن است به کمال‌گرایی منفی و مشکلات بین فردی منجر شود. به عبارت دیگر، این بدین معنی است که دلبستگی نایمن ممکن است از طریق راهبردهای تنظیم هیجان ناسازگار به کمال‌گرایی منفی و مشکلات بین فردی کمک کند. لیکن باید مسائل مربوط به روابط دلبستگی، تنظیم عاطفه، کمال‌گرایی منفی و مشکلات بین فردی

که باعث غیرقطعی شدن نظرات فوق شوند را مورد تاکید قرار داد. اولاً بیشتر تحقیقات موجود فقط بر رابطه مستقیم بین اضطراب دلبستگی و راهبردهای تنظیم عاطفه بیش فعالانه تمرکز کرده‌اند و تاکنون در داخل کشور مطالعه‌ای که به بررسی ارتباط بین سبک‌های دلبستگی، تنظیم عواطف، کمال‌گرایی منفی و مشکلات بین فردی در قالب یک مدل علی پرداخته باشد، مشاهده نشده است. لذا این پژوهش در این زمینه پیشگام است.

با مشخص نمودن میانجی‌های مجزا و متفاوت، درمانگران می‌توانند مداخلاتی را شکل دهند که قادرند به‌طور مستقیم‌تری نیازهای متفاوت افراد دارای ابعاد خاص دلبستگی را رفع کنند و این امکان را برای کاروران فراهم می‌آورد تا هیجان‌ات منفی که افراد دارای دلبستگی‌های نایمن آنها را احساس می‌کنند را کاهش دهند. شناخت میانجی‌های مجزا برای اشخاص دارای اضطراب دلبستگی و اجتناب از دلبستگی موجب گسترش نظریه دلبستگی شده و مداخلات بالینی را بهبود می‌بخشد. در این پژوهش سعی شده است تا میزان نقش واسطه‌ای هر یک از مولفه‌های واکنش‌پذیری عاطفی و گسلش عاطفی در رابطه بین مولفه‌های مشکلات فردی و کمال‌گرایی منفی از یک سو و انواع دلبستگی اجتنابی و اضطرابی از سوی دیگر مورد بررسی قرار گیرد. در واقع سوال اصلی پژوهش این است که آیا تنظیم عاطفی (با دو متغیر، واکنش افراطی عاطفی و گسلش عاطفی) می‌تواند نقش واسطه‌ای بین سبک‌های دلبستگی به‌عنوان متغیر برون زاد و کمال‌گرایی منفی و مشکلات بین فردی به‌عنوان متغیر درون زاد ایفا نماید یا خیر؟ مدل مفهومی پژوهش در شکل ۱ آمده است.



شکل ۱- مدل مفهومی پژوهش

### روش، جامعه و نمونه‌ی آماری پژوهش

طرح پژوهش حاضر توصیفی از نوع همبستگی است که با استفاده از تحلیل مسیر (الگوی معادلات ساختاری)<sup>۱</sup> و روابط همزمان میان متغیرها، آزمون و تبیین می‌گردد. جامعه آماری پژوهش حاضر تمام را تمامی دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی واحد شیراز و دانشکده‌های موجود که در سال

1. Structural Equation Modeling (SEM)

تحصیلی ۹۷-۱۳۹۶ مشغول به تحصیل بودند را تشکیل دادند. تعیین حجم نمونه بر اساس مسیرهای بین متغیرهای موجود (۱۱ مسیر بین متغیرها و برای هر مسیر ۲۰ نفر که در مجموع ۲۲۰ نفر) صورت گرفت. روش نمونه‌گیری هم به صورت خوشه‌ای بود که از بین ۵ دانشکده موجود در دانشگاه آزاد اسلامی واحد پردیس ۲ دانشکده انتخاب و از هر دانشکده ۵ کلاس به تصادف انتخاب و تمامی دانشجویان این پنج کلاس ابزارهای پژوهش را تکمیل کردند. از میان ۲۲۰ نفر گروه نمونه ۱۰۹ نفر مرد و ۱۱۱ نفر زن بودند. همچنین میانگین سنی شرکت‌کنندگان ۲۷ سال (با انحراف استاندارد ۷) بود.

## ابزار

### ۱- مقیاس تجدید نظر شده تجارب مربوط به روابط نزدیک<sup>۱</sup>

سبک دلبستگی آزمودنی‌ها در این پژوهش با استفاده از مقیاس تجارب مربوط به روابط نزدیک که توسط (Fraley, Waller, and Brennan, 2000) تدوین شده است، اندازه‌گیری شد. این پرسشنامه دارای ۳۶ آیتم است که بر روی مقیاس ۷ درجه‌ای لیکرت (۱= کاملاً مخالف تا ۷= کاملاً موافق) نمره‌گذاری می‌شوند و دلبستگی بزرگسالان را در دو بعد اضطراب و اجتناب مورد سنجش قرار می‌دهد. (Fairchild & Finny, 2006) شواهدی برای روایی همگرا و واگرا پرسشنامه تجدید نظر شده تجارب ارائه کردند. بنابراین گزارش آنان، مقیاس اجتناب با مقیاس اجتناب از تماس، رابطه مستقیم و با نزدیکی عاطفی، رابطه معکوس دارد. از سوی دیگر هر مقیاس با مقیاس تنهایی رابطه مستقیم و با مقیاس حمایت اجتماعی رابطه معکوس دارد. همچنین تحقیقات متعدد (Fairchild & Finny, 2006; Sibley & Overall, 2008; Fraley and et al, 2000) پایایی مقیاس تجدید نظر شده تجارب مربوط به روابط نزدیک را از طریق محاسبه ضریب آلفای کرونباخ نشان داده‌اند. در پژوهش حاضر نیز پایایی مقیاس به شیوه ضریب آلفای کرونباخ محاسبه شد که این ضریب برای کل مقیاس و زیرمقیاس‌های اضطراب و اجتناب به ترتیب ۰/۸۴، ۰/۸۶ و ۰/۸۱ بود. همچنین به منظور بررسی روایی مقیاس از شیوه محاسبه ضریب همبستگی بین خرده مقیاس‌ها با نمره کل استفاده شد که این ضرایب برای اضطراب برابر با ۰/۷۵ و برای اجتناب برابر با ۰/۷۴ بود.

### ۲- واکنش‌پذیری هیجانی و گسلش عاطفی

واکنش‌پذیری هیجانی و گسلش عاطفی با پرسشنامه تمایز یافتگی خود، ارزیابی می‌شوند (Wei and et al, 2005). Bowen (1978) مفهوم تمایز خود در این رویکرد را توانایی ایجاد تعادل در دو سطح درون روانی و فراروانی (بین فردی) تعریف می‌کند. این پرسشنامه از ۴۳ آیتم توسط

1. Experience in Close Relationship – Revised (ECR-R)

Skowron & Friedlander (1998) ساخته شده که در یک طیف لیکرتی ۶ درجه ای از (۱= ابتدا در مورد من صحیح نیست) تا (۶= کاملاً در مورد من صحیح است) تنظیم گردیده است و شامل ۴ خرده مقیاس واکنش‌پذیری هیجانی، جایگاه من، گسلس عاطفی، هم آمیختگی با دیگران است. اما در پژوهش حاضر تنها خرده مقیاس‌های واکنش‌پذیری هیجانی و گسلس عاطفی به کار گرفته شدند. چرا که این خرده مقیاس‌ها را می‌توان به‌عنوان دو شاخص راهبردهای تنظیم عاطفی ناسازگار (حساسیت شدید به محرک‌های محیطی و عدم تمایل مفرط به پاسخگویی) در نظر گرفت. ۱۱ آیتم خرده مقیاس واکنش‌پذیری هیجانی بازتاب درجه‌ای است که فرد به محرک محیطی با حساسیت بیش از حد پاسخ می‌دهد و تصمیم‌گیری‌هایش فقط بر اساس واکنش‌های عاطفی صورت می‌گیرد. خرده مقیاس ۱۲ آیتمی گسلس عاطفی نشان‌دهنده احساس ترس از صمیمیت و احساس صمیمیت بیش از حد با دیگران است.

روایی و پایایی مقیاس مذکور در پژوهش‌های مختلف (Skowron & Friedlander, 1998; Najafloou, 2006. Wei and et al, 2005) مورد ارزیابی قرار گرفته و مطلوب و رضایت‌بخش بوده است. (Wei and et al (2005 ضریب آلفای کرونباخ برای دو خرده مقیاس واکنش‌پذیری هیجانی و گسلس عاطفی را به ترتیب ۰/۸۳ و ۰/۷۹ گزارش کردند. در پژوهش حاضر نیز به‌منظور بررسی پایایی خرده مقیاس‌های واکنش‌پذیری هیجانی و گسلس عاطفی از روش ضریب آلفای کرونباخ استفاده شد که این ضریب به ترتیب برابر با ۰/۸۰ و ۰/۸۱ بود.

### ۳- پرسشنامه کمال‌گرایی منفی<sup>۱</sup>

پرسشنامه کمال‌گرایی منفی قسمتی از پرسشنامه کمال‌گرایی مثبت و منفی است که توسط Terry-Short and et al (1995) برای سنجش سطوح مختلف کمال‌گرایی طراحی گردید. پرسشنامه کمال‌گرایی منفی دارای ۲۰ گویه است و در یک طیف لیکرت ۵ درجه ای نمره‌گذاری می‌شود. (Hasse, Prapavessis & Owens (2002 پایایی کمال‌گرایی منفی را ۰/۸۱ گزارش کردند. همچنین Fedewa & Burns (2005 آلفای کرونباخ این پرسشنامه را برای کمال‌گرایی منفی ۰/۸۶ گزارش کردند. در این پژوهش نیز به‌منظور بررسی پایایی مقیاس از شیوه ضریب آلفای کرونباخ استفاده شد که این ضریب برابر با ۰/۸۸ بود.

---

1. Positive and Negative Perfectionism Scale (PANPS)



#### ۴- پرسشنامه مشکلات بین فردی<sup>۱</sup>

این پرسشنامه اولین بار توسط Horowitz Rosenberg & Bartholomew (1998) با ۱۲۷ گویه ارائه شد. مقیاس‌های این پرسشنامه شامل مشکلات افراد در زمینه جرات<sup>۲</sup>، مردم‌آمیزی<sup>۳</sup>، اطاعت‌پذیری<sup>۴</sup>، صمیمیت<sup>۵</sup>، مسئولیت‌پذیری<sup>۶</sup> و مهارگری<sup>۷</sup> می‌باشد. فرم ۳۲ سوالی مقیاس مشکلات بین فردی، یک ابزار خود گزارش دهی است که گویه‌های آن در رابطه با مشکلاتی است که افراد به‌طور معمول در روابط بین فردی تجربه می‌کنند. این فرم توسط Barkham, Hardy, Startup به‌عنوان یک نسخه کوتاه از فرم اصلی (فرم ۱۲۷ سوالی) و به‌منظور استفاده از این ابزار در خدمات بالینی طراحی شد.

این مقیاس دارای ۸ زیرمقیاس مردم‌آمیزی، جرات‌ورزی، مشارکت با دیگران، حمایت از دیگران، پرخاشگری، گشودگی، در نظر گرفتن دیگران و وابستگی به دیگران می‌باشد. این گویه‌ها بر روی یک مقیاس لیکرت ۵ درجه‌ای از صفر (به هیچ وجه) تا ۵ (به شدت) نمره‌گذاری می‌شوند. فرم تهیه شده توسط Barkham and et al (1996) دارای روایی و پایایی بالایی می‌باشد. همچنین در پژوهش Barkham and et al (1996) ضریب آلفای کرونباخ برای فرم ۳۲ سوالی در دامنه ۰/۷ تا ۰/۸ محاسبه شد.

در این پژوهش نیز به‌منظور بررسی روایی مقیاس از شیوه محاسبه ضریب همبستگی بین خرده مقیاس‌ها با نمره کل استفاده شد که ضرایب بین ۰/۶۸ تا ۰/۸۷ رضایت بخش و معنادار بود. همچنین به‌منظور بررسی پایایی مقیاس از شیوه ضریب آلفای کرونباخ استفاده شد که این ضریب برای کل مقیاس و زیرمقیاس‌ها بین ۰/۶۳ تا ۰/۸۷ بود.

این قسمت از یک مقاله پژوهشی شامل توضیح در مورد نوع تحقیق (هم از جهت هدف در نظر گرفته شده برای پژوهش و هم از نظر روش انجام پژوهش)، جامعه ۲ و نمونه و روش نمونه‌گیری، ابزار تحقیق و روشن نمودن میزان روایی و پایایی ابزار و توضیح در خصوص چگونگی مراحل انجام پژوهش است. نحوه ارجاع منابع در متن (Abdul Rahman & Shah, 2015) (Amram, 2012) (Abdollahzade, Bagherpour, Boujehrani & Lotfi, 2009).

- 
2. Inventory of Interpersonal Problems (IIP-32)
  2. Assertiveness
  3. Hard to be sociable
  4. Submissiveness
  5. Intima
  6. Responsibility
  7. Controlling

### یافته‌ها

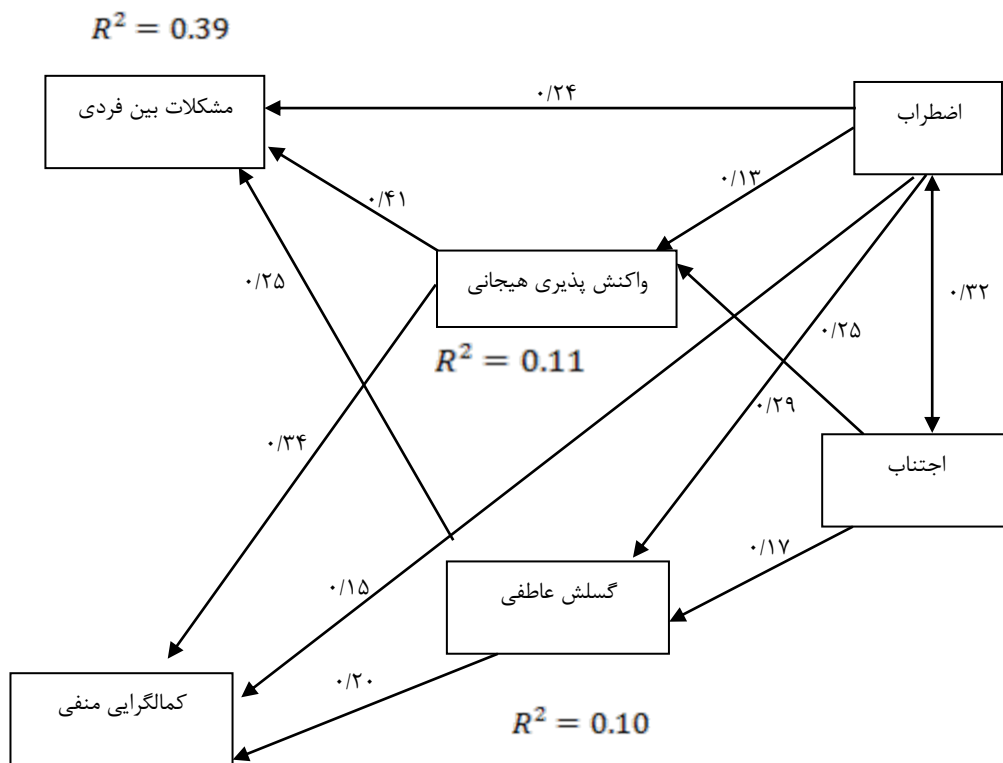
پیش از آزمون مدل پژوهش، ابتدا به منظور بررسی چگونگی رابطه متغیرهای پژوهش و اعتبار بخشیدن به تحلیل‌های بعدی، همبستگی مرتبه صفر آنها محاسبه شده که نتایج آن در جدول ۱ آورده شده است.

جدول ۱- ماتریس همبستگی متغیرهای پژوهش

متغیرها	۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸	۹	۱۰
اضطراب	—									
اجتناب	۰/۱۲	—								
واکنش هیجانی	۰/۱۷*	۰/۳۰**	—							
گسلش عاطفی	۰/۲۷**	۰/۲۰**	۰/۶۴**	—						
کمالگرایی منفی	۰/۲۶**	۰/۱۷*	۰/۴۸**	۰/۴۵**	—					
صراحت و مردم آمیزی	۰/۳۲**	۰/۱۱	۰/۳۸**	۰/۵۶**	۰/۴۷**	—				
گشودگی	۰/۲۳**	۰/۰۵	۰/۴۴**	۰/۳۹**	۰/۵۷**	۰/۶۰**	—			
در نظر گرفتن دیگران	۰/۱۷*	۰/۰۴	۰/۳۸**	۰/۲۴**	۰/۵۶**	۰/۳۵**	۰/۶۲**	—		
برخاستگری	۰/۲۵**	۰/۰۵	۰/۴۰**	۰/۳۸**	۰/۴۷**	۰/۴۶**	۰/۵۹**	۰/۴۲**	—	
حمایت‌گری	۰/۳۱**	۰/۰۶	۰/۴۶**	۰/۴۷**	۰/۵۱**	۰/۶۶**	۰/۷۰**	۰/۴۴**	۰/۵۲**	—
وابستگی	۰/۳۰**	۰/۰۵	۰/۴۲**	۰/۳۵**	۰/۵۴**	۰/۵۲**	۰/۶۲**	۰/۵۷**	۰/۵۱**	۰/۵۱**

\*  $P < 0.05$ , \*\*  $P < 0.01$

به منظور آزمون مدل مفروض پژوهش از روش معادلات ساختاری استفاده شد. پیش از آزمون مدل پژوهش، برای حصول اطمینان از اینکه داده‌های پژوهش، مفروضه‌های زیربنایی روش مدل‌یابی معادلات ساختاری را برآورده می‌نماید، مفروضه اصلی مدل‌یابی معادلات ساختاری یعنی نرمال بودن تک متغیری و چندمتغیری داده‌ها بررسی شد که نتایج بیانگر وجود شرایط مناسب داده‌های گردآوری شده بود. در شکل ۲ نتایج مربوط به آزمون مدل پژوهش ارائه شده است.



شکل ۲- مدل نهایی پژوهش

نتایج بیانگر این است که سبک دلبستگی اضطرابی هم به‌طور مستقیم و هم با واسطه واکنش پذیری هیجانی و گسلش عاطفی پیش بین مثبت و معنادار مشکلات بین فردی و کمال‌گرایی منفی است. اما سبک دلبستگی اجتنابی با واسطه واکنش‌پذیری هیجانی و گسلش عاطفی پیش بینی مثبت و معنی‌دار مشکلات بین فردی و کمال‌گرایی منفی است و به‌طور مستقیم مشکلات بین فردی و کمال‌گرایی منفی را پیش‌بینی نمی‌کند. همچنین واکنش‌پذیری هیجانی و گسلش عاطفی پیش بین مثبت و معنادار مشکلات بین فردی و کمال‌گرایی منفی بودند. جدول‌های ۲ و ۳ اثرات مستقیم و غیر مستقیم استاندارد متغیرهای مستقل و واسطه‌ای بر متغیر وابسته را نشان می‌دهند.

جدول ۲- اثرات مستقیم و غیرمستقیم استاندارد متغیرهای مستقل بر متغیر ملاک تنظیم عاطفه

متغیر وابسته	متغیر مستقل	اثر مستقیم	اثر غیرمستقیم	اثر کل	معنی داری
واکنش پذیری هیجانی	اضطراب	۰/۱۳	۰/۰۰۰	۰/۱۳	<۰/۰۵
	اجتناب	۰/۲۸	۰/۰۰۰	۰/۲۸	<۰/۰۵
گسلش عاطفی	اضطراب	۰/۲۵	۰/۰۰۰	۰/۲۵	<۰/۰۵
	اجتناب	۰/۱۷	۰/۰۰۰	۰/۱۷	<۰/۰۵

جدول ۳- اثرات مستقیم و غیرمستقیم استاندارد متغیرهای مستقل

بر متغیرهای ملاک کمال‌گرایی منفی و مشکلات بین فردی

متغیر وابسته	متغیر مستقل	اثر مستقیم	اثر غیرمستقیم	اثر کل	معنی داری
مشکلات بین فردی	اضطراب	۰/۲۴	۰/۱۱	۰/۳۵	<۰/۰۵
	اجتناب	-۰/۱۱	۰/۱۶	۰/۰۴	<۰/۰۵
	واکنش پذیری هیجانی	۰/۴۱	۰/۰۰۰	۰/۴۱	<۰/۰۵
	گسلش عاطفی	۰/۲۶	۰/۰۰۰	۰/۲۶	<۰/۰۵
کمال‌گرایی منفی	اضطراب	۰/۱۵	۰/۱۰	۰/۲۵	<۰/۰۵
	اجتناب	۰/۰۱	۰/۱۳	۰/۱۴	<۰/۰۵
	واکنش پذیری هیجانی	۰/۳۵	۰/۰۰۰	۰/۳۵	<۰/۰۵
	گسلش عاطفی	۰/۲۰	۰/۰۰۰	۰/۲۰	<۰/۰۵

نتایج حاصل از جدول فوق نیز بیانگر این هستند که اضطراب هم به‌طور مستقیم و هم با واسطه واکنش پذیری هیجانی و گسلش عاطفی پیش‌بینی‌کننده مثبت و معنادار مشکلات بین فردی و کمال‌گرایی منفی است. ولی اجتناب تنها به واسطه واکنش پذیری هیجانی و گسلش عاطفی می‌تواند مشکلات بین فردی و کمال‌گرایی منفی را پیش‌بینی کند. به‌منظور بررسی میزان برازش مدل پژوهش، شاخص‌های برازش محاسبه شد و همانگونه که در جدول ۴ ملاحظه می‌شود، نتایج بیانگر برازش قابل قبول مدل نهایی پژوهش حاضر بود.

جدول ۴- شاخص‌های برازش مدل نهایی پژوهش

شاخص‌ها	RMSEA	AGFI	GFI	IFI	CFI	X2/df	X2
مقادیر	۰/۰۷۳	۰/۸۷	۰/۹۰	۰/۹۰	۰/۹۱	۲/۶۲	۲۷۴/۴۲۹
معیار پذیرش	≤۰/۰۷	≥۰/۹۰	≥۰/۹۰	≥۰/۹۰	≥۰/۹۰	<۳	α >۰/۰۵

### بحث و نتیجه‌گیری

هدف از پژوهش حاضر بررسی رابطه سبک‌های دلبستگی با مشکلات بین فردی و کمال‌گرایی منفی با واسطه تنظیم عاطفی بود. نتایج بیانگر این بودند که سبک دلبستگی اضطرابی هم به‌طور مستقیم و هم با واسطه واکنش‌پذیری هیجانی و گسلش عاطفی پیش‌بین مثبت و معنادار مشکلات بین فردی و کمال‌گرایی منفی بود و سبک دلبستگی اجتنابی تنها از طریق دو متغیر واسطه‌ای واکنش‌پذیری هیجانی و گسلش عاطفی بر مشکلات بین فردی و کمال‌گرایی منفی تاثیرگذار بود.

نتایج حاصل از این مطالعه، یافته‌های مطالعات قبلی مبنی بر اینکه رابطه بین سبک‌های دلبستگی و مسائل روان‌شناختی و اجتماعی افراد صرفاً یک رابطه مستقیم نیست. بلکه هم اضطراب دلبستگی و هم اجتناب دلبستگی از طریق فرآیندهای روان‌شناختی واسطه‌ای خاصی بر عملکرد و احساسات افراد تاثیر می‌گذارند را تایید می‌کنند (Panfile and Laible, 2012, Fritts, 2012, Morley & Moran, 2011, Wei and et al, 2005, 2006, Mikulincer & Florian, 2001).

در بسیاری از پژوهش‌ها دلبستگی از علل مهم و اساسی در تحول شخصیت در نظر گرفته می‌شود (Besser, Flett, & Davis, 2003). نظریه‌های روان‌تحلیلی نیز رابطه والد فرزند در کودکی را عامل مهم و اساسی در شکل‌گیری شخصیت عنوان کرده‌اند (Horrocks, 2010). کودکان دلبسته‌ی ایمن، واژگان هیجانی بیشتری می‌آموزند و این مساله می‌تواند به آنها در درک حالات ذهنی و عواطف و احساسات دیگران کمک کند. توانایی کنترل بر احساس خود برای به‌دست آوردن بینش روان‌شناختی و درک خود، نقش تعدیل‌کننده‌ای دارد. میزان مهارت افراد در بیان احساسات، شایستگی اجتماعی مهمی است و این مهارت به فرد در کنار آمدن با دیگران کمک می‌کند. کاستی در این زمینه در ارتباط میان فردی، مشکلاتی را ایجاد کرده و در واقع فقدان این مهارت حتی در باهوش‌ترین افراد نیز می‌تواند باعث بروز مشکلات ارتباطی گردد.

برای تبیین این یافته‌ها می‌توان بیان داشت که سبک دلبستگی اجتنابی از طریق سرکوب هیجانی یا راهبردهای کم‌فعالانه با خلق منفی و مشکلات بین فردی ارتباط دارد (Wei and et al, 2005). همچنین پژوهش (Likcani, 2013) نیز نشان داد که ارتباط مستقیمی بین دلبستگی اضطرابی و واکنش‌های هیجانی (راهبرد بیش‌فعالانه) در دانشجویان وجود دارد.

از طرف دیگر به نظر می‌رسد افراد کمتر تمایز یافته در دام هیجان‌ات خود گرفتار هستند و عقل و هیجان‌اتشان درهم آمیخته است، زندگی‌شان تحت اختیار دیگران گرفته و به‌شدت به دیگران وابسته هستند. این افراد صمیمیت و نزدیک شدن به دیگری را عمیقاً تهدید می‌دانند و به همین دلیل از

صمیمت اجتناب می‌کنند. احترام به خود و عزت نفس در آنها پایین است و در مواقع بحرانی و برخورد با مشکلات زندگی به‌طور ناگهانی براساس احساسات‌شان تصمیم‌گیری می‌کنند. به‌طور طبیعی مهارت‌های لازم را دارا نیستند و در نتیجه می‌توان پیش‌بینی کرد که با مشکلات عدیده بین فردی روبه‌رو می‌شوند.

افرادی که از نظر عاطفی جدا می‌شوند و گسلس عاطفی دارند، به‌طور عمیقی صمیمیت را تهدیدآمیز می‌یابند؛ بنابراین اغلب تمایل دارند خودشان را از دیگران و از عواطف جدا کنند. آنها اهمیت روابط بین فردی را انکار کرده و یک نمای افراطی از استقلال را نشان می‌دهند (Popko, 2002).

همانگونه که Silverman (2007) بیان می‌دارد، کمال‌گرایی نوعی انرژی است که می‌تواند هم به‌صورت مثبت و هم به‌صورت منفی مورد استفاده قرار گیرد و این مساله به سطح آگاهی شخصی بستگی دارد. هنگامی که شخص از مواجهه با مجموعه استانداردهای بالای خود یا دیگران احساس ناتوانی می‌کند، این موضوع به رخوت و پیشرفت ناچیز منتهی می‌شود. در واقع جنبه بدکارکردی کمال‌گرایی در قالب نشانه‌هایی مانند تنظیم اهداف نامنعطف، استانداردهای بالا، ناتوانی در لمس نوعی حس رضایت و پریشانی نسبت به قابلیت شخصی قرار می‌گیرد (Silverman, 2007).

سبک دلبستگی از طریق مکانیسم تنظیم عواطف کیفیت کمال‌گرایی را تحت تاثیر قرار می‌دهد. افراد دارای سبک دلبستگی نایمن یاد گرفته‌اند که برای حفظ تماس با منبع دلبستگی که معمولاً والدین (مخصوصاً مادر) هستند، نیازهای عاطفی خود را نادیده گرفته و عواطف منفی را فرو نشانند. هدف مکانیسم تنظیم عواطف از این نادیده انگاری نیازهای عاطفی و فرونشانی عواطف منفی کامل نمایی است؛ ویژگی که بر ناتوانی فرد در پذیرش محدودیت‌های شخصی تکیه دارد. این وضعیت با ویژگی کمال‌گرایی منفی مطابق دارد. ضرورت جبران نایمنی و کمبودهای افراد دارای سبک‌های دلبستگی نایمن این افراد را برای استفاده ناکارآمد از مکانیسم‌های دفاعی مانند سرکوبی، انکار و آرمانی‌سازی آماده می‌کند؛ مکانیسم‌هایی که به صورت مستقیم یا از طریق مشکلات روان‌شناختی باعث پیدایش و تداوم کمال‌گرایی منفی می‌شود (Cassidy, 2005).

Wei and et al (2005) بیان می‌دارند که اگرچه استفاده از واکنش‌پذیری هیجانی یا گسلس عاطفی به‌عنوان یک راهبرد تنظیم عاطفه ممکن است منافع کوتاه مدتی برای فرد در بر داشته باشد. اما استفاده سفت و سخت و انعطاف ناپذیر از این راهبردها ممکن است بعدها به ایجاد خلق منفی (مثلاً افسردگی و اضطراب) و مشکلات بین فردی (مثلاً پریشانی بین فردی و تنهایی) کمک کند. به‌طور مثال افراد دارای اضطراب دلبستگی ممکن است یک راهبرد تنظیم عاطفه از لحاظ هیجانی واکنشی را ترجیح بدهند، زیرا این راهبرد ممکن است در ابتدا توجه دیگران را به خلق

منفی یا مشکلات بین فردی شان جلب کند. لیکن اگر این افراد همواره و به‌گونه‌ای سفت و سخت و تغییرناپذیر از این راهبرد برای جلب توجه دیگران استفاده کنند، دیگران ممکن است در نهایت از واکنش‌های افراطی آنها خسته شده و کم‌کم رفتار منفی‌ای نسبت به فرد داشته باشند، یا حتی شروع به اجتناب یا طرد آنها کنند.

این واکنش‌های دیگران ممکن است باعث شود که افراد دارای اضطراب دلبستگی در نهایت افزایش خلق منفی، پریشانی بین فردی یا تنهایی را تجربه کنند. برعکس افراد دارای مشکل اجتناب از دلبستگی، ممکن است ترجیح دهند که به‌عنوان یک راهبرد تنظیم عاطفه، رابطه عاطفی‌شان را قطع کنند. زیرا این راهبرد می‌تواند فاصله‌ای بین آنها و دیگران ایجاد کند و بدین وسیله باعث اجتناب از درگیری، طرد یا ناامیدی گردد. این راهبرد در ابتدا می‌تواند یک راهبرد پیشگیرانه باشد برای کنار آمدن با مشکل عدم دسترسی به دیگران یا عدم پاسخگویی‌ها. لیکن اگر این افراد غالباً و به‌طور انعطاف‌ناپذیری از این راهبرد استفاده کنند، ممکن است بالاخره همین امر باعث شود که فرد آنقدر دیگران را از خود دور کند که در نهایت خلق منفی بیشتری را تجربه و احساس کند (Wei and et al, 2005).

علاوه بر این نتایج حاصل بیانگر این بود که سبک دلبستگی اضطرابی پیش بین مثبت و معنادار کمال‌گرایی منفی است؛ اما سبک دلبستگی اجتنابی به‌طور مستقیم پیش بین معنادار کمال‌گرایی منفی نبود. این یافته که سبک‌های دلبستگی با کمال‌گرایی منفی ارتباط دارد، در پژوهش‌های گذشته نیز تایید شده است (Rice and et, Wei and et al, 2006 & 2004؛ Fritts, 2012؛ al, 2005 & 2007؛ Pishva and Besharat, 2011؛ Lowell and Limke, 2009؛ al, 2005 & 2007؛ Pishva and Besharat, 2011؛ Rice & Mirzadeh, 2001؛ Rahnama Nehzami & Poghosyan, 2014).

در تبیین این یافته می‌توان بیان کرد که افراد بهره‌مند از سطح بالای دلبستگی اضطرابی تمایل دارند که توجه خود را روی محرک فراخوان پریشانی قرار داده و تظاهر خود از پریشانی را در تلاش برای حفظ نزدیکی و جلب آسایش از شکل‌های دلبستگی، بیش از حد جلوه دهند (Koback & Screey, 1993). براساس نظریه دلبستگی (Bowlby, 1988)، کیفیت تجربه اولیه ما با مراقبان/والدین، گسترش جهت‌یابی کلی شخص به روابط نزدیک و دو طرفه را شکل می‌دهد. تجربه‌های اولیه منفی با شیوه‌های والدینی (نظیر انتقاد بیش از حد، بی‌تفاوتی یا افراط در دادن آزادی) به احتمال زیاد به افزایش جهت‌یابی دلبستگی بزرگسالی ناایمن منجر می‌شود.

Pishva and Besharat (2011) دو احتمال را برای تصریح چگونگی شکل‌گیری کمال‌گرایی پیشنهاد کردند. الگوی مثبت زمانی اتفاق می‌افتد که کودک مشاهده می‌کند والدینش رفتارهای مرتبط با کمال‌گرایی نظیر دقت و کوشش پیوسته را از خود بروز می‌دهند و از انجام دادن چنین

رفتارهایی لذت می‌برند و در نتیجه کودک نیز یاد می‌گیرد که تلاش کردن می‌تواند به رضایت منجر شود که این موضوع به احساس مثبت و استاندارد بالا برای خود شخص و کار وی می‌انجامد. از سوی دیگر مدل منفی پیامد والدینی که به‌ندرت وظایفی را به انجام می‌رسانند و سازماندهی مشخصی برای انجام امورات ندارند و از آشفتگی و پریشانی در ارتباطات خود رنج می‌برند، باعث می‌شود که کودک دقیق‌تر، وسواسی‌تر، مرتب‌تر و سازمان‌یافته‌تر باشد و این سازمان‌یافتگی بیشتر به دلیل نوع ناکامی و تنش درونی بوده که به‌طور پیوسته در رفتار فرد مشاهده می‌شود (Pishva and Besharat, 2011).

در خصوص این یافته که دلبستگی اجتنابی همانند دلبستگی اضطرابی پیش بین معنادار کمال‌گرایی منفی نیست، باید گفت که برخی پژوهش‌ها نظیر پژوهش (Wei and et al, 2004) نیز بیان داشته‌اند که سبک دلبستگی اضطرابی پیش بین قوی‌تری برای کمال‌گرایی منفی نسبت به سبک دلبستگی اجتنابی است. در واقع شاید بتوان گفت که عوامل روان‌شناختی مهم‌تری وجود دارند که می‌توانند با ایفای نقش واسطه‌گری بین سبک دلبستگی اجتنابی و کمال‌گرایی منفی بیشترین مقدار واریانس را تبیین کنند. همانگونه که در این پژوهش نیز مشاهده می‌شود، سبک دلبستگی اجتنابی به‌طور کامل با واسطه واکنش‌پذیری هیجانی و گسلس عاطفی پیش‌بینی‌کننده کمال‌گرایی منفی است.

در مورد مشکلات بین فردی نیز وضع به همین شکل است. سبک دلبستگی اضطرابی پیش بین مثبت و معنادار مشکلات بین فردی است. اما سبک دلبستگی اجتنابی به‌طور مستقیم پیش بین معنادار مشکلات بین فردی نبود. این یافته نیز با یافته‌های گذشته همسو است (Dutton and White, 2010; Peilage and et al, 2005; Feeney and Noller, 1990).

اعتماد به خود و اعتماد به دیگران دو ویژگی اساسی افراد با سبک دلبستگی ایمن به‌شمار می‌رود (Feeney and Noller, 1990). اعتماد به خود به‌عنوان یکی از مبانی درون روانی فردی که دارای دلبستگی ایمن می‌باشد، به فرد این توانایی را می‌دهد که در روابط بین شخصی با مهارت، اطمینان و آرامش بیشتر به تعامل بپردازد. اعتماد فرد ایمن به دیگران که جزء مکمل اعتماد به خود می‌باشد نیز وی را در جلب کمک از دیگران یاری می‌کند. هر دوی این ویژگی‌ها در افراد نایمن به‌صورت عکس اتفاق می‌افتد. در واقع روان‌شناختی را بر فرد نایمن تحمیل می‌کند. این پریشانی و درماندگی که به نوبه خود بر حسب تجربه‌های نامطلوب، به احساسات حقارت و اضطراب شخص دامن می‌زند، ناتوانی وی در ایجاد روابط بین شخصی سالم و در نتیجه افزایش مشکلات بین شخصی را توجیه می‌کند.



از سوی دیگر افراد دارای سبک دلبستگی ناایمن در مقایسه با افراد ایمن از قدرت اکتشاف‌گری و همجواری کمتر بهره‌مندند (Dutton and White, 2010). توان اکتشاف‌گری، انعطاف‌پذیری و جسارت لازم را در روابط بین شخصی در اختیار فرد ایمن قرار می‌دهد. نزدیکی نیز به منزله یکی از نیازهای فرد ایمن که پیوسته در جستجوی ارضا می‌باشد، به کمک نگرش‌های مثبت و دوسویه پس از روابط با دیگران و در کنار اکتشاف‌گری به مهارت‌های فرد در روابط بین شخصی می‌افزاید که این ویژگی‌ها در افراد ناایمن بسیار ضعیف است.

علاوه بر این همانگونه که نتایج این پژوهش نشان داد، سبک دلبستگی اجتنابی به‌طور مستقیم پیش بین معنادار مشکلات بین فردی نبود. در توجیه این یافته نیز می‌توان بیان داشت که اجتناب‌گری، آرمانگرایی و اعتماد به خود جبرانی که از ویژگی‌های اصلی افراد دارای سبک دلبستگی اجتنابی است به آنها این امکان را می‌دهد که با کناره‌گیری از موقعیت‌های تعارضی در روابط بین شخصی دارای مشکلات کمتری در مقایسه با اضطرابی‌ها باشند. تردید، تعارض، تخاصم، درماندگی، آشفتگی و تکانشوری که از ویژگی‌های اصلی سبک دلبستگی اضطرابی است، آنها را به شدت در معرض درگیری، تضاد، درماندگی و رفتار نابهنجار در موقعیت‌های تنش‌زا و روابط اجتماعی قرار می‌دهد. بدین ترتیب مشکلات بیشتر اضطرابی‌ها در زمینه روابط بین شخصی در مقایسه با اجتناب‌ها توجیه می‌شود.

در نهایت می‌توان بیان داشت که این پژوهش با توجه به جدید بودن، دریچه تازه‌ای به روی پژوهش‌های آتی و مداخلات پیشگیرانه و درمانی را گشوده است. همانگونه که بیان شد، نتایج این پژوهش حمایت‌های تجربی برای تاثیر سبک‌های دلبستگی اجتنابی و اضطرابی بر مشکلات بین فردی و کمال‌گرایی منفی با واسطه واکنش‌پذیری هیجانی و گسلس عاطفی فراهم آورده است. بطور کلی می‌توان گفت که دلبستگی یک پیوند و رابطه بین فردی است و هیجان‌های مختلفی در این ارتباط درگیر خواهند بود. بنابراین با توجه به مفهوم الگوهای فعال درونی (بازنمایی‌های ذهنی از خود و دیگران)، کیفیت این پیوند، حوزه‌های وسیعی از روابط بین فردی و درون فردی را در زمان حال و آینده تحت تاثیر قرار خواهد داد. بنابراین هم صدا با نتایج این پژوهش می‌توان گفت که شکل‌گیری پیوند دلبسته ایمن هم بر کاهش استفاده از راهبردهای تنظیم عاطفی ناسازگار و هم بر کاهش مشکلات بین فردی و کمال‌گرایی منفی تاثیرگذار است.

هرچند نتایج مطالعه حاضر تلویحات مهمی را در حوزه پژوهش و درمان مشکلات بین فردی و کمال‌گرایی منفی فراهم آورده است، اما با یک سری محدودیت‌ها نیز مواجه است. این پژوهش بر روی دانشجویان صورت گرفته و در خصوص تعمیم نتایج به سایر گروه‌های سنی و تحصیلی لازم است جانب احتیاط رعایت شود. علاوه بر این هرچند نتایج فعلی با استفاده از مدل‌سازی معادله

ساختاری صورت گرفته است؛ لیکن باز هم مبتنی بر داده‌های همبستگی می‌باشد. لذا ضروری است تا استنباط علی از یافته‌ها با احتیاط صورت گیرد.

علاوه بر این پیشنهاد می‌گردد با توجه به اینکه نتایج این پژوهش مبتنی بر داده‌های همبستگی است، لذا یک مطالعه طولی یا طرح تحقیقی که ویژگی اصلی آن دستکاری و تغییر متغیرهاست و می‌تواند شواهد جامع‌تری را برای روابط علی فراهم کند، انجام شود. همچنین نتایج این پژوهش اطلاعات مهمی را در خصوص عوامل تاثیرگذار بر مشکلات بین فردی و کمال گرایی منفی فراهم آورده است. لذا از این یافته‌ها در حوزه آموزش و درمان می‌توان استفاده‌های فراوانی برد. تبیین جایگاه سبک‌های دلبستگی در تهیه بسته‌های آموزشی برای والدین و اجرای جلسات آموزش خانواده و کارگاه‌های فرزندپروری بر اساس این بسته‌های آموزشی می‌تواند در کاهش مشکلات بین فردی و کمال گرایی منفی و ارتقا سلامت روانی افراد بسیار موثر باشد. همچنین در حوزه مشاوره و درمان مشکلات بین فردی و کمال گرایی منفی نیز شناسایی راهبردهای تنظیم عاطفی ناسازگار و آگاهی دادن به مراجعان در خصوص استفاده نکردن از این راهبردها و جایگزینی با راهبردهای سازگارانه بسیار مهم و حائز اهمیت است.

#### References

- American Psychiatric Association.(2013).Diagnostic and statistical manual of mental disorders (5th ed). Washington, DC: Auteurs.
- Barkham, M., Hardy, G.E., Startup, M.(1996). The IIP- 32: A short version of the Inventory of Interpersonal Problems. *Br J Clin Psychol.* 35(1): 21-35.
- Besharat, M. A., Goli Nejad, M., Ahmadi, A. A.(2003). Investigating the relationship between attachment styles and interpersonal problems, *Psychiatry and Clinical Psychology of Iran (Thought and Behavior)*, Volume 8, Issue 4 (32); 74 – 81.
- Besser, A., Flett, G.L. & Davis, R.A. (2003). Self-criticism, dependency, silencing the self, and loneliness: a test of a meditational model, *personality and individual Differences*, 35, 1735 -1752.
- Berry, K., Barrowclough, C. & Wearden, A. (2007). A review of the role of adult attachment style in psychosis: Unexplored issues and questions for further research, *Clinical Psychology Review*, 27, 458–475.
- Bowlby, J. (1988). *Attachment and Loss. Vol. I: Attachment.* London: The Hogarth Press and the Institute of Psycho-Analysis.
- Rogers, C. R. *client centered therapy*, Boston: Houghton Mifflin, 1951.
- Burns, L. R., & Fedewa, B. A. (2005). Cognitive styles: Links with perfectionistic thinking. *Personality and Individual Differences*, 38(1), 103-113.
- Cassidy, J. (2005). Child-mother attachment and the self in six-year olds. *Child Development*, 59, 121- 134.
- Cassidy, J.(1994).The insecure ambivalent pattern of attachment: Theory and research. *Child Development*, 65, 971-991.

- Chinaveh, M. & Daghlavi, R.(2017). The Resiliency as a Mediator for Attachment Styles and Perceived Stress, *Journal of Psychological Methods and Models*, 7, 26, 19-34.
- Dutton, D.G., and White, K.R. (2012). Attachment insecurity and intimate partner violence. *Aggression and violent behavior*, 17(5): 475-481.
- Egan, S., Piek, J.P., Dyck, M.J & Rees, C.S. (2007).The role of dichotomous thinking in perfectionism, *Behavior Research and therapy*, 45, 1831-1822.
- Fairchild, A. J., & Finney, S. J. (2006). Investigating validity evidence for the experiences in close relationships-revised questionnaire. *Educational and Psychological Measurement*, 66(1), 116-135.
- Feeney J.A, and Noller, P. (1995). Attachment style as a predictor of adult Romantic Relationships. *Journal of Personality and social Psychology*, 58, pages 282-292.
- Ferdinand, A. Lisa. G. (2003). The influence of differentiation of self and family of origin on individual and relationship functioning in adults. *Psychology PhD Dissertation*.
- Fraley, R. C., Waller, N. G., and Brennan, K. A. (2000). An Item Response Theory Analysis of Self-report Measures of Adult Attachment. *Journal of Personality and Social Psychology*, 78, (2), 350-365.
- Fritts, B.(2012). AN EXAMINATION OF RELATIONSHIP QUALITY FROM AN ATTACHMENT PERSPECTIVE: EMPATHY AND RELATIONSHIP PERFECTIONISM AS MEDIATING FACTORS, Presented to the Faculty of the University of Missouri-Kansas City in partial fulfillment of the requirements of the degree. Kansas City, Missouri.
- Grimm, L. G., & Yarnold, P. R. (1995). Reading and understanding multivariate statistics. American Psychological Association.
- Hamachek,D.E.(1978). Psychodynamics of normal and neurotic perfectionism, *psychology: Journal of human behaviors*, 15, 27-33.
- Hasse, A.M., Prapavessis, H. , & Owens, G. (2002). Perfectionism, social anxiety and disorder eating. *Psychology of Sport and Exercise*, 3: 209-222.
- Horrocks, R.(2010). Freud Revisited. USA: Mc Millan; 2010.
- Horowitz, L. M., Rosenberg, S. E., & Bartholomew, K. (1994). Interpersonal problems, attachment styles, and outcome in brief dynamic psychotherapy *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 61, 549– 560.
- Likcani, A. (2013). Differentiation and intimate partner violence. Dissertation for Doctor of Philosophy, College of Human Ecology, Kansas State University.
- Lowell, S., and Limke, A.(2009). Adult Romantic Attachment and Types of Perfectionism. *Journal of Scientific Psychology*, 23, 18-23.
- Klever, P.h. (2009). Goal differentiation effectiveness, emotional maturity, and nuclear family functioning. *Journal of marital and family therapy*, 35, 3, 303-316.
- Koback, R.R., & Screey, A.(1993).Attachment in late adolescence working models. Affect regulation and representations of self and other. *Child Development*, 59, 135-146.
- Maser, M. J. (2011). A Construct Validity of Differentiation of Self Measures & their Correlates. *Dissertations and Theses*. Submitted in partial fulfillment of the

- requirements for the degree Ph.D. in marriage and family counseling college of education and Human services Seton Hall University.
- Marchand, J. F. (2004). Husbands' and wives' marital quality: The role of adult attachment orientations, depressive symptoms, and conflict resolution behaviors. *Journal of Attachment & Human Development*, 1, 99-112.
- Mikulincer, M., & Florian, V. (2001). Attachment style and affect regulation: Implications for coping with stress and mental health. In G. Fletcher & M. Clark (Eds.), *Blackwell handbook of social psychology: Interpersonal Processes* (pp. 537-557). Oxford, United Kingdom: Blackwell Publishers.
- Mikulincer, M., Shaver, P. R., & Pereg, D. (2003). Attachment theory and affect regulation: The dynamics, development, and cognitive consequences of attachment-related strategies. *Motivation and Emotion*, 27, 77-102.
- Mikulincer, M., & Shaver, P.R. (2007). Boosting Attachment Security to Promote Mental Health, Prosocial Values, and Inter-Group Tolerance. *Psychological Inquiry*, 18(3): 139-156.
- Morley, T. E., & Moran, G. (2011). The origins of cognitive vulnerability in early childhood: Mechanisms linking early attachment to later depression. *Clinical Psychology Review*, 31, 1071-1082.
- Najaflooy, F.(2006). The role of self-differentiation in marital relation. *Journal of new thoughts on Education*, 2(3-4): 27-37.
- Panfile, T. M., and Laible, D. J.(2012). Attachment Security and Child's Empathy: The Mediating Role of Emotion Regulation, *Merrill –Palmer Quarterly*, Vol . 58, No. 1. 1-21.
- Peilage, S., Lutoijing, F., France, A., & Willen, M. (2005). Adult attachment, intimacy and psychological distressing in clinical and community sample. *Journal of Clinical and Psychotherapy*, 12, 455-466.
- Pishva, N., and Besharat, M. A.(2011). Relationship attachment styles with positive and negative perfectionism, *Social and Behavioral Sciences*, 30, 402-406.
- Popko, O. P.(2002). Bowen theory: A study of differentiation of self, social anxiety and psychological symptom. *Journal of Contemporary Family Therapy*, 24, 370-355.
- Rahnama Nehzami, N. & Poghosyan, R.(2014). A prediction model for positive and negative perfectionism among a sample of college students in northern Iran: role of the Big Five Personality model and attachment styles, *Daneshvar Medicine*, NO.114, 21-32.
- Rice, G., Leever, A., Noggle, A., Lappsly, k.(2007).Perfectionism and depressive symptoms in early adolescence. *Psychology in School*, vol.44 (2).
- Rice, K. G., Lopez, F. G., & Vergara, D. (2005). Parental/social influences on perfectionism and adult attachment orientations. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 24, 580-605.
- Rice, K. G., & Mirzadeh, S. A. (2000). Perfectionism, attachment, and adjustment. *Journal of Counseling Psychology*, 47, 238-250.
- Sibley, C. G., & Overall, N. C. (2008). The boundaries between attachment and personality: Localized versus generalized effects in daily social interaction. *Journal of Research in Personality*, 42, 1394-1407.

- Sibley, C. G., Fischer, R., and Liu, J. H. (2005). Reliability and Validity of the Revised Experiences in Close Relationships (ECR-R) Self-report Measure of Adult Romantic Attachment. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 31, (11), 1524-1536.
- Silverman, L.K.(2007). Perfectionism: The crucible of giftedness. *Gifted Education International*, 23(3): 233-45.
- Shaikholeslami, R. & Taheri, Zh.(2018). Causal explanation of academic buoyancy based on parental and peer attachment, and cognitive emotion regulation, *Journal of Psychological Methods and Models*, 8, 29, 1-22.
- Skowron, E.A.(2004). Differentiation of self mediates college stress and adjustment. *J Couns Dev*, 82: 69-78.
- Skowron, E. A. (2000). The role of differentiation of self in marital adjustment. *Journal of Counseling Psychology*, 47, 229-237.
- Skowron, E. A., & Dandy, A. K. (2004). Differentiation of self and attachment in adulthood: Relational correlates of effortful control. *Contemporary Family Therapy: An International Journal*, 26, 337-357.
- Skowron, E. A., & Friedlander, M. L. (1998). The Differentiation of Self Inventory: Development and initial validation. *Journal of Counseling Psychology*, 45, 235-246.
- Stoeber, J. & Stoeber, F.S. (2009). Domains of perfectionism: prevalence and relationships with perfectionism ,gender,and satisfaction with life, *Personality and individual differences*, 46, 530 – 535.
- Teimoori Asfichi, A., Lavasani, M., & Bakhshayesh, A. R.(2013). Predicting Marital Satisfaction on the Basis of Attachment Styles and Differentiation of Self, *Journal of Family Research*, Vol.8(4);441-463.
- Terry-Short, L. A., Owens, R. G., Slade, P. D., & Dewey, M. E. (1995). Positive and negative perfectionism. *Personality and individual differences*, 18(5), 663-668.
- Thorberg, F, A. and Michae, L. (2010). "Attachment in Relation to Affect Regulation and Interpersonal Functioning Among Substance Use Disorder in Patients." *Addiction Research and Theory*, 18 (4): 464-478.
- Thorberg, F, A. and Michae, L.(2006). "Attachment, Fear of Intimacy and Differentiation of Self Among Clients in Substance Disorder Treatment Facilities." *Addictive Behaviors*. 31 (4): 732-737.
- Wei, M., Mallinckrodt, B., Daniel W. Russell and W. Todd Abraham. (2004). Maladaptive perfectionism as a mediator and moderator between adult attachment and depressive mood. *Journal of Counseling Psychology*, 2, 201-212.
- Wei, Vogel, Ku, and Zakalik. (2005). Adult attachment, affect regulation, negative mood, and Interpersonal problems: The mediating roles of emotional Reactivity and Emotional Cutoff. *Journal of Counseling Psychology*, 1, 14-24.
- Wei, M., Heppner, P. P., Russell, D. W., & Young, S. K. (2006). Maladaptive perfectionism and ineffective coping as mediators between attachment and future depression: A prospective analysis. *Journal of Counseling Psychology*, 53, 67-79.

