

ارتباط بین سبک های دلبستگی ناایمن و انتظارات واقع گرایانه از ازدواج

سمیه آقامحمدی (نویسنده مسئول)، استادیار، موسسه آموزش عالی غیردولتی غیرانتفاعی فیض الاسلام
(Somayeh Aghamohamadi, Assistant professor, Feizoleslam non-governmental non-profit institute of higher education)

مصطفی خانزاده، استادیار، موسسه آموزش عالی غیردولتی غیرانتفاعی فیض الاسلام
(Somayeh Aghamohamadi, Assistant professor, Feizoleslam non-governmental non-profit institute of higher education)

آرش شهرام فر، دانشجوی کارشناسی ارشد روان شناسی، دانشگاه آزاد واحد خمینی شهر
(Arash shahramfar, Graduate Student of psychology, Islamic Azad University of Khomeyni Shahr Branch)

فهیمه بیدقی، کارشناسی ارشد روان شناسی، پردیس بین الملل کیش
(Fahimeh Beydaghi, Graduate of psychology, Kish International Campus)

چکیده

سبک های دلبستگی ایجاد شده در کودکی، در روابط نزدیک بزرگسالی، از جمله روابط با همسر تداوم دارد. پژوهش حاضر با هدف بررسی ارتباط بین سبک های دلبستگی اضطرابی و اجتنابی با انتظارات واقع گرایانه در زنان متأهل انجام شد. برای دستیابی به این هدف تعداد 277 کارمند زن متأهل با استفاده از روش نمونه گیری در دسترس از بین کارمندان دانشگاه شهید چمران اهواز انتخاب شدند و به مقیاس های تجارب در روابط نزدیک و انتظارات از ازدواج پاسخ دادند. نتایج حاصل از بررسی ضرایب همبستگی دو متغیری پیرسون نشان داد که سبک های دلبستگی اجتنابی و اضطرابی/ دوسوگرا ارتباط منفی و معناداری با انتظارات واقع گرایانه از ازدواج دارند. همچنین نتایج تحلیل رگرسیون نشان داد که از بین سبک های دلبستگی ناایمن، دلبستگی اجتنابی مهمترین نقش منفی را در پیش بینی انتظارات واقع گرایانه از ازدواج در زنان دارد. به طور کلی این نتایج نشان داد که با افزایش سبک های دلبستگی ناایمن، مخصوصاً سبک دلبستگی اجتنابی، در افراد، انتظارات آنها در روابط زناشویی غیرواقعیتر می شود.

کلیدواژه ها: دلبستگی اضطرابی، دلبستگی اجتنابی، انتظارات واقع گرایانه از ازدواج، کارمندان متأهل

۱- مقدمه

انسان‌ها شیوه‌های متفاوتی را برای تنظیم عواطف و برقراری ارتباط با دیگران انتخاب دارند. نظریه‌ی دلبستگی بالبی^۱ (۱۹۷۹) 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 اصلی) در قالب مدل‌های ذهنی، درون‌سازی می‌شوند به روابط کودک در آینده، تعمیم یافته و الگوی این روابط، یعنی سبک‌های دلبستگی در طول زندگی فرد نسبتاً پایدار می‌مانند (بشارت و شالچی، ۱۳۸۶).

بر اساس 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 غیره فعال باقی می‌ماند و انسان‌ها در هیچ سنی به‌طور کامل از احساس اعتماد نسبت به افراد مهم آزاد نیستند. عملکرد مطلوب سیستم دلبستگی که دلبستگی ایمن را به دنبال خواهد داشت. متأثر از کیفیت تعامل میان کودک و مادر (مراقب اصلی) در مواقع لزوم می‌باشد. به این ترتیب که کودک در طول سال اول زندگی انتظاراتی را از نحوه تعامل خود با تصویر دلبستگی و اتفاقاتی که در پیرامونش رخ می‌دهد، شکل داده و به تدریج این انتظارات را در قالب یک سری بازنمایی ذهنی که بالبی به آنها الگوهای فعال درونی می‌گوید، درون‌سازی می‌کند (رایس، کلارک و هولمز^۲، ۲۰۰۴).

نظریه‌های بعد از بالبی (۱۹۷۹) بازنمایی ذهنی دلبستگی را به‌صورت دو سبک دلبستگی ایمن و نایمن طبقه‌بندی می‌کنند که دلبستگی نایمن شامل دو دسته‌ی دلبستگی نایمن اضطرابی/دوسوگرا و اجتنابی است. سبک دلبستگی ایمن، بهترین حالت برای ایجاد یک رابطه باثبات و رضایت‌بخش عاطفی باشد. افرادی که از این سبک استفاده می‌کنند، به راحتی می‌توانند روابط نزدیک و صمیمانه‌ای با دیگران تجربه کنند و از این وضعیت احساس آرامش و رضایت کنند. آنها در روابط خود احساس امنیت می‌کنند و از اینکه طرد شوند، نمی‌ترسند. در مقابل گروهی از بزرگسالان که سبک دلبستگی اضطرابی/دوسوگرا دارند، تصویر ضعیفی از خود دارند و احساس ناامنی می‌کنند و در نتیجه در روابط عاطفی و عاشقانه خود احساس عدم رضایت دارند. افرادی که سبک دلبستگی اجتنابی دارند، از برقراری رابطه با دیگران خودداری و در برابر هر سطحی از صمیمیت و نزدیکی به شریک عاطفی‌شان، احساس ناراحتی و آشفتگی می‌کنند. این افراد اغلب به سختی می‌توانند به شریک عاطفی‌شان اعتماد کنند یا اینکه به وی وابسته شوند. آنها معمولاً به دیگران، به دیدی منفی نگاه می‌کنند و در نتیجه با سختی با آنها روابط عاطفی و صمیمانه برقرار می‌کنند (هازن و شیور^۳، ۱۹۹۴).

بالبی (۱۹۶۹) اظهار می‌دارد افرادی که دلبستگی امن را تجربه کرده‌اند، در روابط بعدی خود انتظارات گیرندگی بالایی نخواهند داشت و به‌عنوان یک مراقب دلسوز، این ایمنی را به شریک عشقی خود منتقل خواهند کرد.

1 . Bowlby
2 - Reis, Clark, & Holmes
3 . Hazan & Shaver



برشاید¹ (2010) نیز در پژوهش‌های خود به این نتیجه رسید که رضایت از رابطه رمانتیک به انتظارات فرد از شریک عشقی‌اش بستگی دارد. نظام انتظارات فرد از شریک عشقی، از محیط خانواده اصلی، سبک دلبستگی و سلامت روان نشأت می‌گیرد. فرد در هر رابطه جدیدی که وارد می‌شود، انتظارات اولیه خود را به همراه دارد و اگر شریک عشقی بتواند انتظارات فرد را برطرف سازد، عشق خیال‌انگیز (رمانتیک) شدت می‌گیرد. در مقابل، هر چه رفتارهای شریک عشقی از انتظارات فرد فاصله داشته باشد یا انتظارات فرد در مورد شریک عشقی ایده‌آل‌گرایانه باشد، دچار نارضایتی می‌شود (برشاید، 2010).

به طور کلی، در ادبیات پژوهش فرض اصلی بر این است که سبک دلبستگی ایمن (اجتناب و اضطراب پایین) با انتظارات واقع‌گرایانه از رابطه زناشویی، ارتباط محکم و کاملی دارد و سپس منجر به بالاترین سطح رضایت زناشویی خواهد شد (کبک و هازن،² 1991).

کالینز و رید³ (1990) در پژوهشی چهار مولفه تجارب مربوط به دلبستگی، باورها، نگرش‌ها و انتظارات از ازدواج را به عنوان میانجی‌گر رابطه بین دلبستگی و رضایت زناشویی مطرح کردند. آنها در توضیح چنین روابطی بیان کردند که علاوه بر انتظارات عمومی فرد از یک رابطه عاشقانه، خودآگاهی فرد از این انتظارات در رابطه زناشویی نیز بسیار اهمیت دارد. نتایج پژوهش کالینز و رید (1990) نشان داد، افراد با دلبستگی اضطرابی، غالباً انتظارات دست‌نیافتنی و ایده‌آلی از زندگی زناشویی دارند و پیش از ازدواج، رابطه‌ی زناشویی را بسیار ایده‌آل ارزیابی می‌کنند. از طرف دیگر، افراد دارای دلبستگی اجتنابی، انتظارات بسیار پایین و بدبینانه‌ای از ازدواج دارند و با این انتظارات بدبینانه وارد رابطه با همسر می‌شوند که دیگران غیرقابل اعتماد هستند، بنابراین هیچ‌گاه نمی‌توانند احساس امنیت دست‌نیافتنی خود را در رابطه زوجی به دست آورند (کالینز و رید، 1990).

مطالعه هاج⁴ (2008) نیز به بررسی نقش میانجی‌گر انتظارات در رابطه بین سبک دلبستگی و رضایت زناشویی پرداخته‌است. انتظارات از ازدواج به صورت منطقی و نظری به راحتی می‌تواند رابطه بین دلبستگی و رضایت زناشویی را تبیین کند، هر فردی با انتظاراتی مبنی بر رسیدن به آسایش و امنیت وارد روابط زوجی می‌شود. ولی گاهی این انتظارات خوش‌بینانه، گاهی بدبینانه، گاهی واقع‌گرایانه و گاهی ایده‌آل‌گرایانه است. افراد با سطوح بالای اضطراب و اجتناب در سبک دلبستگی، به احتمال زیاد انتظارات بسیار بالا (ایده‌آل‌گرایانه) یا بسیار پایینی از رابطه خواهند داشت که تبدیل به نوعی پیش‌گویی می‌شود و منجر به کاهش رضایت زناشویی خواهد شد (کالینز و رید، 1990).

بر اساس پیشینه، به نظر می‌رسد که سبک‌های دلبستگی پیش‌بین قوی برای انتظارات واقع‌گرایانه از ازدواج باشد. از آنجایی که این رابطه تاکنون با نمونه ایرانی مورد بررسی قرار نگرفته است، پژوهش حاضر با هدف بررسی ارتباط بین سبک‌های دلبستگی اضطرابی و اجتنابی با انتظارات واقع‌گرایانه در زنان متأهل انجام شده است.

1- Berscheid
2 - Kobak & Hazan
3 - Collins & Read
4 - Hatch

2- روش

2-1- جامعه، نمونه، روش نمونه گیری

جامعه پژوهش را کلیه کارمندان متاهل دانشگاه شهید چمران اهواز در سال 1396 تشکیل داد. تعداد 277 کارمند متاهل با میانگین (انحراف معیار) سنی 36/01 (7/52) و میانگین (انحراف معیار) طول مدت ازدواج 12/33 (8/48) سال با استفاده از روش نمونه گیری در دسترس انتخاب شدند و به مقیاس های تجارب در روابط نزدیک و انتظارات از ازدواج پاسخ دادند.

2-2- ابزارهای پژوهش

2-2-1- فرم کوتاه مقیاس تجارب در روابط نزدیک¹: این مقیاس که فرم کوتاهی از مقیاس 36 سوالی تجارب در روابط نزدیک (برنن، کلارک و شیور²، 1997؛ نقل از وی، راشل، مالینگ رودت و واگل³، 2007) است، توسط وی و همکاران (2007) تدوین شده است. این مقیاس دارای 12 گویه است که تجارب در روابط نزدیک را در دو بعد اجتنابی و اضطرابی در طیف لیکرت 5 درجه ای مورد ارزیابی قرار می دهد. وی و همکاران (2007) در پژوهش خود پایایی و ساختار عاملی این مقیاس را مورد ارزیابی و تأیید قرار داده اند. خجسته مهر، کوچکی و رجبی (1391) در یک نمونه زوج ایرانی پایایی همسانی درونی و روایی سازه این مقیاس، با محاسبه همبستگی آن با فرم بلند، را بررسی کردند. نتایج نشان داد که همبستگی بعد اجتنابی و اضطرابی با فرم بلند به ترتیب 0/74 و 0/90، و پایایی این دو زیرمقیاس به ترتیب 0/87 و 0/82 است. در پژوهش حاضر، پایایی بعد اجتنابی و اضطرابی با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ به ترتیب 0/82 و 0/59 به دست آمد.

2-2-2- مقیاس انتظار از ازدواج⁴: این مقیاس دارای 40 گویه با طیف سنجش لیکرتی 5 درجه ای است که در سال 1996 توسط جونز و نلسون⁵ ساخته شده است. جونز و نلسون⁶ (1996) آلفای کرونباخ 0/80 را برای کل مقیاس گزارش کرده اند. همچنین نتایج بررسی روایی همگرای این مقیاس با مقیاس عشق خیال- انگیز و مقیاس نگرش های مربوط به عشق نشان داد که این مقیاس ها با یکدیگر همبستگی مثبت و معناداری دارند (جونز و نلسون، 1996). این مقیاس در ایران توسط نیلفروشان، عابدی، نویدیان و احمدی (1390) بر روی 100 نفر از دانشجویان ایرانی هنجاریابی شده است و اعتبار آن در نمونه ایرانی تأیید شده است. در پژوهش حاضر، از زیرمقیاس انتظارات ایده آل گرایانه از ازدواج استفاده شد که پایایی آن با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ 0/93 به دست آمد.

1- Experiences in Close Relationship Scale- Short form /ECR-S
2- Brennan, Clark & Shaver
3- Wei, Russell, Mallinckrodt & Vogel
4- Marriage Expectation Scale /MES
5- Jones & Nelson
6 - Jones & Nelson

برای تجزیه و تحلیل داده‌ها از شاخصهای آمار توصیفی شامل میانگین، انحراف معیار، کجی و کشیدگی، روش تحلیل همبستگی دومتغیری پیرسون و تحلیل رگرسیون چندگانه استفاده شد. برای انجام تحلیلها نسخه بیست و چهارم نرم‌افزار آماری SPSS به کار گرفته شد.

3- نتایج

جدول 1 نتایج حاصل از بررسی همبستگی دومتغیری سبکهای دلبستگی اضطرابی و اجتنابی را با انتظارات واقع‌بینانه از ازدواج نشان می‌دهد. علاوه بر این، شاخصهای توصیفی مربوط به این متغیرها نیز در این جدول آمده است.

جدول 1- همبستگی بین متغیرها به همراه شاخصهای توصیفی آنها

شاخصهای توصیفی				همبستگی			متغیرها
کشیدگی	کجی	انحراف معیار	میانگین	انتظارات واقع‌بینانه	دلبستگی اجتنابی	دلبستگی اضطرابی	
-0/280	0/202	3/35	10/02			1	دلبستگی اضطرابی
1/054	1/088	4/72	12/11		1	-0/165**	دلبستگی اجتنابی
0/571	-0/591	4/61	27/22	1	0/320**	-0/278**	انتظارات واقع‌بینانه

نتایج جدول 1 نشان می‌دهد که کجی و کشیدگی متغیرهای پژوهش از 3 کوچکتر و از 3- بزرگتر است؛ بنابراین، توزیع این متغیرها نرمال هستند و می‌توان از روش همبستگی پیرسون و رگرسیون چندگانه استفاده نمود.

همچنین، نتایج جدول 1 نشان می‌دهد که همبستگی سبکهای دلبستگی اضطرابی و اجتنابی را با انتظارات واقع‌بینانه منفی و در سطح آلفای 0/01 معنادار است. این نتایج نشان می‌دهد که با افزایش نمرات سبکهای دلبستگی اضطرابی و اجتنابی در افراد، انتظارات واقع‌بینانه آنها از روابط زناشویی کاهش می‌یابد. در مرحله بعد، برای تعیین اندازه اثر سبکهای دلبستگی اضطرابی و اجتنابی در پیش‌بینی انتظارات واقع‌بینانه از ازدواج، از تحلیل رگرسیون چندگانه استفاده شد. نتایج این تحلیل در جدول 2 ارائه شده است.

جدول 2- نتایج تحلیل رگرسیون برای پیش‌بینی انتظارات واقع‌بینانه از ازدواج

معناداری	مقدار بحرانی t	ضرایب استاندارد (β)	خطای استاندارد	ضرایب غیراستاندارد (B)	متغیرهای پیش‌بین	خلاصه مدل	
						F	R
0/163	-1/398	-0/085	0/084	-0/117	دلبستگی اضطرابی	F=12/50	R=0/29
0/000	-4/101	-0/250	0/060	-0/244	دلبستگی اجتنابی	sig=0/001	R ² =0/08



نتایج جدول 2 نشان می‌دهد که مدل پیش‌بینی انتظارات واقع‌بینانه از ازدواج توسط سبکهای دلبستگی اضطرابی و اجتنابی معنادار است و این سبکها قادر به تبیین بیش از 8 درصد از تغییرات انتظارات واقع‌بینانه هستند.

همچنین، نتایج جدول 2 نشان می‌دهد که از بین این سبکهای دلبستگی، تنها سبک دلبستگی اجتنابی تأثیر معناداری در پیش‌بینی انتظارات واقع‌بینانه از ازدواج دارد. این تأثیر منفی است و نشان می‌دهد که با افزایش نمرات سبک دلبستگی اجتنابی، انتظارات واقع‌بینانه در روابط زناشویی کاهش خواهد یافت.

4- بحث و نتیجه‌گیری

نتایج پژوهش حاضر نشان داد ضریب مسیر سبک دلبستگی اجتنابی به انتظارات ایده‌آل‌گرایانه از ازدواج منفی و معنادار است. گرچه پژوهش تجربی که ارتباط بین این دو متغیر را مورد بررسی قرار داده‌باشد، یافت نشد، اما این نتایج مبتنی بر نظریه برشاید (2010) و کالینز و رید (1990) است.

همان‌طور که قبلاً نیز بیان شد، هر انسانی بر اساس تاریخچه زندگی خود با مراقب اصلی (سبک دلبستگی)، انتظارات خود را از روابط آتی شکل می‌دهد (هاچ، 2008). این انتظارات نشان‌دهنده بازنمایی‌های ذهنی و نوع رابطه نوزاد با مراقبین اصلی است (هازن و شیور، 1994) که در طول رشد از سطح خارجی و رفتارهای قابل مشاهده مانند چسبندگی به مراقب، به باورها و انتظارات درونی از شریک عشقی تبدیل می‌شود (هازن و شیور، 1994). مراقبینی که نزدیکی جسمی و عاطفی مناسبی با نوزاد ندارند، ایمنی لازم را در مواقع بحران به نوزاد انتقال نمی‌دهند و برای ارتباط با نوزادشان اشتیاق کافی ندارند (مادران غافل یا مادران بیش‌تحریک‌کننده). سبک دلبستگی اجتنابی را در کودک شکل می‌دهند. این افراد به دلیل این‌که در روابط اولیه با مراقبین اصلی آسیب دیده‌اند و اعتمادشان سلب شده‌است، باورهای بدبینانه‌ای نسبت به روابط صمیمانه در بزرگسالی، مخصوصاً روابط عاشقانه در ذهن خود شکل می‌دهند و بنابراین، انتظارات بسیار بدبینانه‌ای از شکل‌دهی یک رابطه عاشقانه دارند. به‌علاوه، توانایی خودشان در برقراری رابطه صمیمی را نیز بسیار کم ارزیابی می‌کنند. بنابراین انتظارات بدبینانه‌ای نسبت به روابط عاشقانه بسیار نزدیک از جمله ازدواج دارند. آنها باور دارند که شرکای عشقی نمی‌توانند صمیمی و قابل اعتماد باشند (کالینز و رید، 1990). با توجه به مطالب مذکور، نتایج پژوهش حاضر در مورد تأثیر منفی سبک دلبستگی اجتنابی بر انتظارات ایده‌آل‌گرایانه از ازدواج قابل تبیین است.

همچنین، نتایج پژوهش حاضر نشان داد ضریب مسیر سبک دلبستگی اضطرابی به انتظارات ایده‌آل‌گرایانه از ازدواج مثبت و معنادار است. این نتایج مبتنی بر نظریه برشاید (2010) است و با نتایج پژوهش کالینز و رید (1990) و هاچ (2008) همسو است.

نظریه‌پردازان حوزه دلبستگی بر این باورند که افراد با سبک دلبستگی اضطرابی رفتار متعارض با شیء محبوب خود نشان می‌دهند. به‌این صورت که از یک طرف خواهان گرایش شدید به او و چسبندگی به او هستند و انتظار دارند او نیز به همان شدت به آنها گرایش داشته باشد و از سوی دیگر خواستار گریز از او به خاطر برآورده نشدن انتظاراتشان هستند (هازن و شیور، 1994). بنابراین افراد بر اساس میزان ایمنی و اعتمادی که در روابط اولیه خود با مراقبین اصلی کسب کرده‌اند، نظامی از انتظارات نسبت به رابطه عاشقانه و ازدواج در



بزرگسالی را شکل می دهند. گاهی این انتظارات خوش بینانه، گاهی بدبینانه، گاهی واقع گرایانه و گاهی ایده آل-گرایانه است (هاج، ۲۰۰۸). افراد با سبک دلبستگی اضطرابی، غالباً انتظارات دست نیافتنی، نامنعطف و ایده آل گرایانه ای از شریک عشقی خود دارند زیرا برای کاهش ناایمنی درونی خود نیاز به حمایت افراطی و کمال-گرایانه شریک عشقی دارند (کالینز و رید، ۱۹۹۰). بنابراین، همسو با یافته های پژوهش حاضر، با افزایش نمرات افراد در سبک دلبستگی اضطرابی، انتظارات ایده آل گرایانه آنها از شریک عشقی افزایش می یابد. به طور کلی این نتایج نشان داد که سبک های دلبستگی ناایمن کودکی (اضطرابی/دوسوگرا و اجتنابی) انتظارات غیرواقع بینانه ای در روابط زناشویی خواهند داشت.

مراجع

- بشارت، محمدعلی و شالچی، بهزاد. (۱۳۸۶). سبک های دلبستگی و مقابله با تنیدگی. روان شناسی تحولی، ۳(۱۱)، ۲۲۵-۲۳۵.
- خجسته مهر، رضا؛ کوچکی، رحیم و رجبی، غلامرضا. (۱۳۹۱). نقش واسطه ای اسنادهای ارتباطی و راهبردهای حل تعارض غیرسازنده در رابطه بین سبک های دلبستگی و کیفیت زناشویی. روان شناسی معاصر، ۲(۷)، ۱۴-۳.
- نیلفروشان، پریسا؛ عابدی، احمد؛ نویدیان، علی و احمدی، احمد. (۱۳۹۰). بررسی ساختار عاملی، اعتبار و روایی مقیاس انتظار از ازدواج. علوم رفتاری، ۵(۱)، ۱۹-۱۱.

- Berscheid, E. (2010). Love in the fourth dimension. *Annual Review of Psychology*, 61, 1-25.
- Bowlby, J. (1979). *The Making and Breaking of Affectional Bonds*. London: Tavistock.
- Collins, N. L., & Read, S. J. (1990). Adult attachment, working models, and relationship quality in dating couples. *Journal of Personality and Social Psychology*, 58(4), 644.
- Hatch, D. L. (2008). Factors that influence the association between adult attachment and marital satisfaction. <http://digitalcommons.usu.edu/etd/161/>.
- Hazan, C., & Shaver, P. R. (1994). Attachment as an organizational framework for research on close relationships. *Psychological Inquiry*, 5(1), 1-22.
- Jones, G. D., & Nelson, E. S. (1997). Expectations of marriage among college students from intact and non-intact homes. *Journal of Divorce & Remarriage*, 26(1-2), 171-189.
- Kobak, R. R., & Hazan, C. (1991). Attachment in marriage: effects of security and accuracy of working models. *Journal of Personality and Social Psychology*, 60(6), 861-873.
- Reis, H. T., Clark, M. S., & Holmes, J. G. (2004). Perceived partner responsiveness as an organizing construct in the study of intimacy and closeness. *Closeness and Intimacy*, 54, 201-225.
- Wei, M., Russell, D. W., Mallinckrodt, B., & Vogel, D. L. (2007). The Experiences in Close Relationship Scale (ECR)-short form: Reliability, validity, and factor structure. *Journal of Personality Assessment*, 88(2), 187-204.