

## Prediction of love trauma and depression based on attachment styles of university students with emotional breakdown

**Naser Yoosefi. Ph.D.**

Academic member, University of Kordestan, Kordestan, Iran

**Ahmad Amani. Ph.D.**

Academic member, University of Kordestan, Kordestan, Iran

**Rasoul Asgari. M.A.**

Consulting, University of Kordestan, Kordestan, Iran

**Majid Soleymani. M.A.**

Psychology, University of Allame Tabatabaei, Tehran, Iran

## پیش‌بینی ضربه عشق و افسردگی بر اساس سبک‌های دلبستگی در دانشجویان دارای شکست عاطفی

ناصر یوسفی\*

دانشیار گروه مشاوره، دانشگاه کردستان، کردستان، ایران

احمد امانی

دانشیار گروه مشاوره، دانشگاه کردستان، کردستان، ایران

رسول اسگری

کارشناس ارشد مشاوره، دانشگاه کردستان، کردستان، ایران

مجید سلیمانی

کارشناس ارشد روانشناسی، دانشگاه علامه طباطبائی، تهران، ایران

### Abstract

The aim of this study was to predict love trauma and depression based on attachment styles of university students with emotional breakdown. The conducted study is descriptive and correlation, and the population consisted of all Qom University students with emotional breakdown who studied in the academic years of 2015-16. 200 students were selected by purposive sampling method. For data collection, Attachment Style(Collins and Reid, 1990), Beck Depression(Beck, 1961) and Love Trauma(Ross, 1999) Inventories were used. To test the hypotheses, software spss was used that the results showed from attachment styles only avoidant style is able to predict love trauma( $p<0/001$ ) and depression( $p<0/006$ ) significantly.

**Keywords:** love trauma syndrome, depression, attachment styles, emotional breakdown.

### چکیده

هدف از این پژوهش، پیش‌بینی ضربه عشق و افسردگی بر اساس سبک‌های دلبستگی در دانشجویان دارای شکست عاطفی بود. پژوهش صورت گرفته توصیفی و از نوع همبستگی است و جامعه آن کلیه دانشجویان دارای شکست عاطفی دانشگاه قم بود که در سال تحصیلی ۹۵-۱۳۹۴ مشغول به تحصیل بودند. تعداد ۲۰۰ نفر به روش نمونه‌گیری هدفمند انتخاب شدند. به منظور گردآوری داده‌ها از پرسشنامه‌های سبک دلبستگی (کولینز و رید، ۱۹۹۰)، افسردگی (بک، ۱۹۶۱) و ضربه عشق (راس، ۱۹۹۹)، استفاده گردید. برای پاسخ به فرضیات از نرم‌افزار spss استفاده شد که یافته‌ها نشان داد از بین انواع سبک‌های دلبستگی تنها سبک اجتنابی قادر به پیش‌بینی معنادار ضربه عشق ( $p<0/001$ ) و افسردگی ( $p<0/006$ ) است.

**واژه‌های کلیدی:** سندرم ضربه عشق، افسردگی، سبک‌های دلبستگی، شکست عاطفی.

\*. نویسنده مسؤول: aseryoosefi@yahoo.com

وصول: ۹۵/۰۸/۲۱ پذیرش: ۹۶/۰۷/۱۲

## مقدمه

هنگامی که مادر برمی‌گردد، تمایل دارند در آغوش گرفته شوند و هنگامی که در آغوش گرفته می‌شوند با انجام برخی حرکات، دوست دارند از آغوش مادر رهایی یابند (ماریس، میسترز، وان ملیک و همکاران، ۲۰۰۱؛ ماریس و میسترز، ۲۰۰۲). این افراد از نظر خلقی در برابر شرایط تنیدگی زا آسیب‌پذیرند و مهارت‌های حل مسئله در آن‌ها ضعیف است (کاسپریو برلین<sup>۹</sup>، ۱۹۹۴؛ به نقل از رسولی، ۱۳۷۸).

در کودکی الگوهای دلبستگی زمانی دچار تحول می‌شوند که تغییری در کیفیت تعاملات مادر-کودک ایجاد گردد (بالبی<sup>۱</sup>، ۱۹۶۹؛ به نقل از دوست محمدی، ۱۳۸۹). علاوه بر این ممکن است تغییر در الگوهای دلبستگی حاصل روابط هیجانی باشد. چنین اتفاقات و هیجانانی موجب می‌شود فرد به تعبیر و تفسیر رویدادهای گذشته و حال بپردازد و در آن‌ها تغییراتی ایجاد کند. یکی از این روابط هیجانی می‌تواند روابط عشقی بین افراد باشد که هم ثبات و هم پایان رابطه دارای هیجانانگیزی است. به این ترتیب بالبی و اینزورث معتقدند در بزرگسالی شرکای جنسی و عشقی نقش موضوع دلبستگی را دارند که می‌تواند به احساس امنیت فرد کمک نماید (به نقل از پاتو، ۱۳۸۵). سیمپسون<sup>۱۱</sup> (۱۹۹۰) در یک مطالعه طولی به این نتیجه رسید که سبک دلبستگی ایمن با وابستگی بیشتر، تعهد، اعتماد و رضایت از رابطه، همبستگی دارد. اما سبک‌های دلبستگی اضطرابی و اجتنابی با احساسات متعارض (منفی و مثبت) در رابطه عاشقانه همبستگی داشت. واقعیت این است که هر رابطه عاشقانه‌ای موفق نیست و ممکن است در هر رابطه‌ای شکست رخ دهد. تردست (۱۳۹۳) در پژوهشی که انجام داد مشخص نمود سبک‌های دلبستگی اضطرابی و اجتنابی، پیش‌بین معناداری برای ضربه عشق در دانشجویان است. همچنین امیری پیجا کلایی، خانجانی، پورشریفی، عظیمی، فهیمی، اکبری و دیگران (۱۳۹۱) در پژوهشی با عنوان "بررسی مقدماتی علل تداوم بالینی شکست عاطفی دانشجویان با تأکید بر سبک‌های دلبستگی و طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه" نشان دادند افراد دارای شکست عشقی، سبک دلبستگی ناایمنی دارند. شکست

دلبستگی، رابطه‌ای نسبتاً پایدار و عاطفی بین مادر و کودک است که طی آن موضوع دلبستگی، موضوعی بی‌همتا و غیرقابل جایگزین برای فرد است. در این رابطه کودک تمایل زیادی برای سپری کردن اوقات خود، با موضوع دلبستگی نشان می‌دهد. کودک تلاش دارد از این رابطه صمیمیت لازم را دریافت نماید و برای رسیدن به هدف به دنبال تداوم رابطه است (هایند و اسونسن هاینده<sup>۱</sup>، ۱۹۷۶). با توجه به نوع رابطه کودک با مراقبت‌کننده، سه نوع سبک دلبستگی تشکیل می‌شود. سبک دلبستگی ایمن<sup>۲</sup>: این کودکان مراقبت‌کننده خود را تکیه‌گاه امنی می‌دانند. وقتی که مراقبت‌کننده از کودک جدا می‌شود امکان دارد کودک گریه کند؛ اما این گریه کردن به معنای این است که مراقبت‌کننده حضور ندارد و او مراقبت‌کننده را نسبت به افراد غریبه ترجیح می‌دهد. زمانی که مراقبت‌کننده نزد کودک برمی‌گردد کودک فوراً ساکت شده و خواستار برقراری ارتباط و نزدیک شدن به مراقبت‌کننده می‌شود (برک<sup>۳</sup>، ۲۰۰۷؛ ترجمه سیدمحمدی، ۱۳۸۹). افراد با سبک دلبستگی ایمن تصویر مثبت، حمایت‌کننده و پاسخ‌دهنده از مادر خود دارند. آن‌ها اعتماد به نفس و عزت نفس بالایی دارند و نسبت به نقاط ضعف و قوت خود آگاه‌اند (کسیدی<sup>۴</sup>، ۱۹۸۸). سبک دلبستگی اجتنابی<sup>۵</sup>: این کودکان نسبت به مراقبت‌کننده خود بی‌اعتنا هستند و زمانی که مراقبت‌کننده از آن‌ها جدا می‌شود، واکنش خاصی نشان نمی‌دهند. آن‌ها میان افراد غریبه و مراقبت‌کننده تفاوت قائل نمی‌شوند و زمانی که مراقبت‌کننده پس از جدایی به‌سوی آن‌ها برمی‌گردد، با آن‌ها رابطه نمی‌گیرند و طوری واکنش نشان می‌دهند که ظاهراً بودنبود مراقبت‌کننده برایشان اهمیتی ندارد (برک، ۲۰۰۷؛ به نقل از سیدمحمدی، ۱۳۸۹). برخلاف آنچه در ظاهر به نظر می‌رسد، این کودکان در عواطف خود بی‌تفاوت نیستند، بلکه آن‌ها دارای خشم نهفته‌ای هستند (اسپنگلر و گرسمن<sup>۶</sup>، ۱۹۹۳؛ به نقل از رسولی، ۱۳۷۸). سبک اضطرابی-دوسوگرا<sup>۷</sup>: این کودکان در هنگام جدایی مادر بسیار مضطرب می‌شوند و

1. Stevenson-Hinde

3. Berk

5. Avoidant attachment style

7. anxious / ambivalent attachment style

9. Casperi &amp; Berlin

11. Simpson

2. Secure attachment style

4. Cassidy

6. Spangler &amp; Gressman

8. Muris &amp; Meesters

10. Bowlby

است که می‌تواند ناشی از دلتنگی شدید، بی‌علاقگی زیاد، تجربه داغ و از دست دادن عزیز باشد (هالجن و ویتورن<sup>۷</sup>، ترجمه سید محمدی، ۱۳۸۶). ناتوانی مراقبت‌کننده در برقراری رابطه گرم و حساس و پاسخگو با نوزاد در سال‌های اولیه زندگی می‌تواند موجب مشکلاتی در کودک شود که در بزرگسالی وی را تحت تأثیر قرار دهد (فوجل<sup>۸</sup>، ۱۹۹۱). برای مثال نتایج پژوهشی که اخیراً صورت گرفته است، نشان داد بین سبک دلبستگی مضطرب/دوسوگرا و سبک دلبستگی اجتنابی با افسردگی رابطه مثبت و معناداری وجود دارد، اما بین سبک دلبستگی ایمن و افسردگی هیچ‌گونه ارتباطی مشاهده نشد. یافته دیگر این پژوهش نشان داد سبک دلبستگی مضطرب-دوسوگرا، افسردگی را پیش‌بینی می‌کند (امانی، مجذوبی و آزادی فرد، ۲۰۱۷). یادگاری، مقامی شریف و برجعلی (۱۳۹۴) در پژوهش خود نشان دادند سبک‌های دلبستگی ناایمن (دوسوگرا و اجتنابی) با افسردگی رابطه مثبت و معناداری دارند. سوزوکی و تومادا<sup>۹</sup> (۲۰۱۵) در پژوهش خود به این یافته رسیدند که سبک دلبستگی دوسوگرا، افسردگی را هم به صورت مستقیم و هم به صورت غیرمستقیم پیش‌بینی می‌کند. همچنین آن‌ها متوجه شدند سبک دلبستگی اجتنابی به‌طور مستقیم، نشانه‌های افسردگی را پیش‌بینی می‌کند. همچنین نظری چگنی، بهروزی، شیخ شسانی هاشمی و دیگران (۱۳۹۱) در پژوهش خود نشان دادند سبک دلبستگی ایمن با افسردگی رابطه منفی و با خوش‌بینی و حمایت اجتماعی رابطه مثبت دارد. دیگر یافته آن‌ها نشان داد سبک دلبستگی اجتنابی با افسردگی رابطه مثبت و با رضایت از زندگی رابطه منفی دارد. اروزکن<sup>۱۰</sup> (۲۰۱۱) نیز در پژوهش خود به این نتیجه رسید که بین سبک دلبستگی ایمن و افسردگی رابطه منفی وجود دارد و بین سبک‌های دلبستگی ناایمن با ویژگی‌های آسیب‌زا رابطه مثبت و معناداری برقرار است. لی و هانکین<sup>۱۱</sup> (۲۰۰۹) نیز نشان دادند سبک دلبستگی اضطرابی و اجتنابی، تغییرات در سطح اضطراب و افسردگی را پیش‌بینی می‌کنند. لوپز<sup>۱۲</sup> و همکاران (۲۰۰۲) در پژوهشی که انجام دادند،

عشقی، مجموعه علائمی هستند که پس از پایان یافتن یک رابطه عاطفی در افراد به وجود می‌آیند و عملکرد فرد در حوزه‌های مختلف همچون تحصیلی، اجتماعی و شغلی را مورد تأثیر منفی خود قرار می‌دهند. این آثار باعث رفتارهای غیر سازگارانه فرد می‌شود و مدت‌زمان طولانی باقی می‌ماند (راس<sup>۱</sup>، ۲۰۰۷). این آثار به قدری قدرتمند هستند که موجب تأثیرات منفی و شدیدی از جمله افسردگی (اسبارا<sup>۲</sup>، ۲۰۰۶) و احساس ناامنی شدید (دیویس، شاور و ورنون<sup>۳</sup>، ۲۰۰۳) می‌شوند.

دلبستگی بزرگسال، به ترجیح پایدار و تلاش جدی فرد، به منظور حفظ رابطه با یک یا تعداد معینی از افراد گفته می‌شود که آرامش و امنیت جسمی و روانی را برای فرد به دنبال دارد (برمن و اسپرلینگ<sup>۴</sup>، ۱۹۹۴ به نقل از بشارت، ۱۳۹۰). با توجه به این نکته می‌توان گفت هر یک از سبک‌های دلبستگی می‌توانند روابط عشقی ویژه‌ای را پیش‌بینی نمایند. به‌عنوان مثال طی پژوهشی مشخص شد بین سبک دلبستگی اجتنابی و عشق رابطه منفی و معناداری وجود دارد (مک‌دونالد، پاچ و فیکوردو<sup>۵</sup>، ۲۰۱۶). در این زمینه هازن و شیور<sup>۶</sup> بیان کردند که افراد دارای سبک دلبستگی ایمن به دیگران اعتماد دارند، به آسانی رابطه برقرار می‌کنند، بی‌دلیل نگران طرد شدن نیستند و از ارتباط خود با دیگران لذت می‌برند و دارای ثبات هستند. افراد دارای سبک دلبستگی اجتنابی هنگام برقراری ارتباط با دیگران مضطرب می‌شوند، تمایلی به اتکا به دیگران نشان نمی‌دهند، از انتظار صمیمیت زیاد با همسر، آشنایان، دوستان خود می‌هراسند و کناره‌گیر و غیرمسئول هستند. افراد دارای سبک دلبستگی دوسوگرا (مضطرب-ناایمن) تمایل دارند به شریک زندگی خود کاملاً تکیه کنند، درحالی‌که مضطرب و نامطمئن هستند (هازن و شیور، ۱۹۸۷).

سبک‌های دلبستگی همچنین می‌توانند افسردگی را در افراد پیش‌بینی نمایند (امانی، مجذوبی و آزادی فرد، ۲۰۱۷). افسردگی نشانه‌هایی از خلق پایین است که شدت آن در یک پیوستار از ناامیدی‌های معمول تا هیجان‌های اندوه‌آفرین

1. Rosse  
3. Davis, Shaver & Vernon  
5. MacDonald, Patch & Figueredo  
7. Haljin & Witburn  
9. Suzuki & Tomoda  
11. Lee & Hankin

2. Sbarra  
4. Berman & Sperling  
6. Hazan & shaver  
8. Fogel  
10. Erozkhan  
12. Lopez

به آنچه گفته شد این پژوهش به دنبال پاسخ به این پرسش است که آیا سبک‌های دلبستگی با ضربه عشق و افسردگی رابطه دارند یا خیر؟ و همچنین آیا سبک‌های دلبستگی، ضربه عشق و افسردگی را در دانشجویان پیش‌بینی می‌کند یا خیر؟

### فرضیه‌های پژوهش

۱. سبک‌های دلبستگی ایمن، اضطرابی و اجتنابی قادر به پیش‌بینی ضربه عشق می‌باشند.
۲. سبک‌های دلبستگی ایمن، اضطرابی و اجتنابی قادر به پیش‌بینی افسردگی می‌باشند.

### روش

**روش پژوهش، جامعه آماری و نمونه:** پژوهش صورت گرفته از جمله پژوهش‌های توصیفی و از نوع همبستگی است. جامعه آماری این پژوهش را کلیه دانشجویان دانشگاه قم که شکست عشقی را تجربه کرده بودند، تشکیل می‌دادند. این دانشجویان در سال تحصیلی ۹۵-۱۳۹۴ به تحصیل اشتغال داشتند و جمعاً تعداد آن‌ها برابر با ۴۰۲ نفر بود. با توجه به جدول کرجسی<sup>۳</sup> مورگان<sup>۴</sup> (به نقل از نادری و سیف نراقی، ۱۳۹۰) و متناسب با حجم جامعه، تعداد ۲۰۰ نفر برای حجم نمونه در نظر گرفته شد که به صورت نمونه‌گیری هدفمند (غیر تصادفی) انتخاب گردید. به این صورت که برای دست یافتن به اطلاعات مورد نظر به دانشگاه قم مراجعه شد. به صورت تصادفی به کلاس‌های درسی مراجعه شد (کارشناسی - کارشناسی ارشد و دکتری در تمامی رشته‌ها) و ابتدا از دانشجویان سؤال می‌شد که آیا شکست عاطفی را تجربه کرده‌اند یا خیر؟ در صورتی که جواب مثبت بود، پرسشنامه‌ها به افرادی که در مسیر پژوهش قرار داشتند، توزیع گردید. نحوه پاسخ‌دهی به دانشجویان توضیح داده شد و در پایان پرسشنامه‌ها جمع‌آوری گردید. برای سازمان دادن، خلاصه نمودن و تجزیه و تحلیل داده‌ها از آمار توصیفی، استنباطی و روش آماری رگرسیون به روش گام‌به‌گام، با نرم‌افزار spss استفاده شده است.

### ابزار سنجش

**الف) پرسشنامه سبک دلبستگی (RASS):** این مقیاس توسط کولینز<sup>۵</sup> و رید<sup>۶</sup> در سال ۱۹۹۰ ابداع شده است که شامل خودارزیابی از مهارت‌های ایجاد روابط و

گزارش کردند بین سبک‌های نایمن دلبستگی با افسردگی و اضطراب رابطه وجود دارد. همچنین بیفولکو، موران، بال و همکاران<sup>۱</sup> (۲۰۰۲) گزارش کردند که ارتباط متقابلی بین سبک‌های نایمن و عوامل آسیب‌پذیری وجود دارد. برخورد با مانع در جریان زندگی می‌تواند احساس رهاشدگی را در فرد به وجود آورد. همچنین اتمام روابط عاطفی و شکست در آن‌ها خود نیز می‌تواند احساس رهاشدگی و خلأ در افراد به وجود آورد که نتیجه آن افسردگی در افراد است. افسردگی مبتنی بر رهاشدگی، ریشه در تاریخچه روابط فرد دارد. به این صورت که رابطه مراقبت‌کننده و فرد در دوران کودکی کیفیت لازم را نداشته است (دادستان، ۱۳۷۸).

محیط خانواده، ابتدایی‌ترین و مهم‌ترین عامل در شکل‌گیری شخصیت فرد است و روابط موجود در آن چگونگی رشد جسمانی، اخلاقی، اجتماعی و عاطفی فرد را پیش‌بینی می‌کند (شکیبایی، اسماعیلی و کرمی، ۱۳۸۷؛ به نقل از کرامتی، شعاع کاظمی و حسینیان، ۱۳۹۱). یکی از دوران بسیار حساسی که افراد در آن درگیر روابط عاطفی می‌شوند، دوران دانشجویی است. در دوران دانشجویی اغلب افراد در دوره همسرگزینی به سر می‌برند و برای این رسیدن به این هدف روی به روابط می‌آورند. اگر سبک دلبستگی این افراد ایمن نباشد می‌تواند رابطه و نتیجه رابطه را به یک چالش برای طرفین درگیر در رابطه تبدیل نماید. از سوی دیگر افسردگی نیز یکی از عوامل مهمی است که در دوران دانشجویی، بسیاری از افراد را تحت تأثیر خود قرار می‌دهد. با توجه به اینکه دانشجویان نیروی انسانی بالقوه کشور برای اداره آینده جامعه هستند، نتیجه شکست در روابط و افسردگی می‌تواند مانع جدی پیشرفت این قشر فرهیخته شود. علاوه بر آنچه گفته شد کتاب‌های اخیر بیشتر روی طلاق و انحلال روابط زناشویی تمرکز دارند و اشاره کمی به روابط غیرزناشویی و موضوع شکست عشقی شده است (لی، داو، آگنیو، کورن و ماتسو<sup>۲</sup>، ۲۰۱۰). این خلأ در کشور ما محرزتر است، به گونه‌ای که در کشور ما شمار تحقیقات انجام شده در این زمینه بسیار محدود است. بنابراین یکی از ضرورت‌های انجام این تحقیق اهمیت توجه به شکست عاطفی و کمبود تحقیقات مرتبط در این زمینه است. با توجه

1. Bifulco, Moran, Ball & Lillie  
3. Krejcie  
5. Revised Adult Attachment Scale  
7. Read

2. Le, Dove, Agnew, Korn & Mutso  
4. Morgan  
6. Collins

همسانی درونی آن ضریب آلفای ۰/۷۸ و ضریب پایایی بازآزمایی ۰/۸۶ با سطح معناداری ۰/۰۰۱ را به دست آورده است. یک نمونه از سؤالات این پرسشنامه عبارت است از: سرگیجی و منگی ...

**ج) پرسشنامه ضربه عشق:** این مقیاس توسط رأس (۱۹۹۹)؛ به نقل از اکبری، خانجانی، پورشریفی، محمد علیلو و عظیمی، (۱۳۹۱) تهیه و از ۱۰ ماده ۴ گزینه‌ای تشکیل شده و میزان آشفتگی جسمی، هیجانی، شناختی و رفتاری فراهم می‌کند. در نمره‌گذاری گزینه‌های هر سؤال، به ترتیب نمره ۳ تا ۰ می‌گیرند. بعد از امتیازدهی، جمع نمره‌ها به‌عنوان وضعیتی از ضربه عشق در نظر گرفته می‌شود. در پژوهش اکبری و همکاران (۱۳۹۱) ضریب آلفای پرسشنامه ۰/۸۱ و ضریب اعتبار آن با روش بازآزمایی به فاصله یک هفته ۰/۸۳ به دست آمد. در پژوهش تردست (۱۳۹۳) برای بررسی روایی، همبستگی ضربه عشق با پرسشنامه افسردگی بک ۱۹۶۱ برابر با ۰/۶۴ و با بخش صفت پرسشنامه اضطراب حالت - صفت اسپیل برگر (۱۹۷۰) برابر با ۰/۶۱ و همچنین آلفای کرونباخ آن برابر با ۰/۷۸ به دست آمد. یک نمونه از سؤالات این پرسشنامه عبارت است از: اغلب تا چه اندازه خواب مرتبط با این ضربه عشق را می‌بینید؟

#### یافته‌ها

همان‌طور که در جدول ۱ مشاهده می‌شود از بین متغیرهای پیش‌بین سبک‌های دلبستگی ایمن، اجتنابی و اضطرابی تنها سبک اجتنابی نقش معنی‌داری در پیش‌بینی افسردگی دارد ( $MR=0/19$ ،  $R^2=0/03$  و  $F=7/57$  و در سطح  $p<0/006$  معنی‌دار است). با توجه به ضریب تعیین ( $R^2$ ) مشخص می‌شود که این متغیر ۳ درصد واریانس افسردگی را تبیین می‌کند. بنابراین فرضیه اول پژوهش تأیید می‌شود.

همان‌طور که در جدول ۲ مشاهده می‌شود از بین متغیرهای پیش‌بین سبک‌های دلبستگی ایمن، اجتنابی و اضطرابی تنها سبک اجتنابی نقش معنی‌داری در پیش‌بینی ضربه عشق دارد ( $MR=0/33$ ،  $R^2=0/11$  و  $F=24/97$  و در سطح  $p<0/001$  معنی‌دار است). با توجه به ضریب تعیین ( $R^2$ ) مشخص می‌شود که این متغیر ۱۱ درصد واریانس ضربه عشق را تبیین می‌کند. بنابراین فرضیه دوم پژوهش تأیید می‌شود.

خودتوصیفی‌های فرد است و مشتمل بر ۱۸ ماده و سه زیر مقیاس وابستگی، نزدیک بودن و اضطراب است که از طریق علامت‌گذاری روی یک مقیاس ۵ درجه‌ای (از نوع لیکرت) که از؛ به‌هیچ‌وجه با خصوصیات من تطابق ندارد (۱)، تا کاملاً با خصوصیات من تطابق دارد (۵)، تشکیل می‌گردد، سنجیده می‌شود. کولینز و رید (۱۹۹۰) پایایی این پرسشنامه را به روش آلفای کرونباخ در یک نمونه ۱۷۳ نفری از دانشجویان و به تفکیک سبک‌ها این‌گونه گزارش کردند؛ سبک دلبستگی ایمن دارای پایایی ۰/۸۱، سبک دلبستگی اجتنابی دارای پایایی ۰/۷۸ و سبک دلبستگی اضطرابی دارای پایایی ۰/۸۵ است. از سوی دیگر در پژوهش پاکدامن (۱۳۸۰) میزان اعتبار آزمون با استفاده از آزمون مجدد به صورت همبستگی بین این دو اجرا مشخص شده است. این پرسشنامه (RASS) در مورد ۱۰۰ دختر و پسر کلاس دوم دبیرستان که به طور تصادفی انتخاب شده بودند اجرا گردید. نتایج حاصل از دو بار اجرای این پرسشنامه با فاصله زمانی یک ماه از یکدیگر بیانگر آن بود که این آزمون در سطح ۰/۹۵ دارای اعتبار است (پاکدامن، ۱۳۸۰). یک نمونه از سؤالات این پرسشنامه عبارت است از: در روابطم اغلب نگرانم که طرف مقابل واقعاً دوستم نداشته باشد).

**ب) پرسشنامه افسردگی:** این آزمون یک مقیاس خودگزارشی ۲۱ ماده‌ای از نشانه‌های افسردگی است که توسط بک در سال ۱۹۶۱ طراحی شده است. نمره‌گذاری این ابزار بین ۰ تا ۳ است. به این معنی که نمره صفر در هر ماده نشان‌دهنده عدم وجود آن و نمره ۳ به معنای وجود آن در شدیدترین صورت ممکن است. در نتیجه حداقل نمره ممکن صفر و حداکثر نمره ممکن در این پرسشنامه ۶۳ خواهد بود. اگر نمره به دست آمده از پرسشنامه بین ۰ تا ۷ باشد، فرد هیچ‌گونه اضطرابی ندارد؛ اگر بین ۸ تا ۱۵ باشد، فرد اضطراب خفیفی دارد؛ اگر بین ۱۶ تا ۲۵ باشد، فرد دارای اضطراب متوسطی است و اگر نمره فرد در این مقیاس بین ۲۶ تا ۶۳ باشد، فرد دارای اضطراب شدیدی است (به نقل از بک<sup>۱</sup> و استیر<sup>۲</sup>، ۱۹۹۰). رفیعی و سیفی (۱۳۹۲) پایایی این مقیاس را با استفاده از آلفای کرونباخ ۰/۹۲ و کاپیانی و موسوی (۱۳۸۷)، به نقل از خدابخش پیر کلانی و رحیم جمارونی، (۱۳۹۲) نیز روایی آن را ۰/۷۲ گزارش کردند. این آزمون را ساردویی (۱۳۷۳) به فارسی ترجمه کرده و برای

جدول ۱. رگرسیون چندگانه سبک‌های دلبستگی ایمن، اجتنابی و اضطرابی با افسردگی در دانشجویان با روش گام‌به‌گام

متغیر پیش‌بین	MR	R <sup>2</sup>	F P	ضریب رگرسیون
سبک اجتنابی	۰/۱۹	۰/۰۳	۷/۵۷ ۰/۰۰۶	$\beta = -۰/۱۹$ $t = -۲/۷۵$ $p = ۰/۰۰۶$

جدول ۲. ضریب همبستگی چندگانه سبک‌های دلبستگی ایمن، اجتنابی و اضطرابی با ضربه عشق در دانشجویان با روش گام‌به‌گام

متغیر پیش‌بین	MR	R <sup>2</sup>	F P	ضریب رگرسیون
سبک اجتنابی	۰/۳۳	۰/۱۱	۲۴/۹۷ ۰/۰۰۱	$\beta = ۰/۳۳$ $t = ۴/۹۹$ $p = ۰/۰۰۱$

### بحث و نتیجه‌گیری

هدف از این پژوهش پیش‌بینی ضربه عشق و افسردگی بر اساس سبک‌های دلبستگی در دانشجویان دارای شکست عاطفی بود. نتایج پژوهش نشان داد سبک دلبستگی اجتنابی قادر به پیش‌بینی ضربه عشق است. در این زمینه پژوهش‌هایی انجام شده است که به چند مورد اشاره می‌شود. مک‌دونالد و همکاران (۲۰۱۶) در مطالعه خود نشان دادند میان سبک دلبستگی اجتنابی و عشق همبستگی منفی و معناداری وجود دارد. در پژوهش تردست (۱۳۹۳) مشخص شد سبک‌های دلبستگی ناایمن، ضربه عشق را پیش‌بینی می‌کنند. امیری پیجا کلایی و همکاران (۱۳۹۱) نیز در پژوهش خود دریافتند افراد دارای شکست عاطفی، سبک‌های دلبستگی ناایمنی دارند. همچنین مطالعه سیمپسون (۱۹۹۰) در این حوزه نشان داد، سبک‌های دلبستگی ناایمن با احساسات متعارض مثبت و منفی (ناپایداری) در روابط عاشقانه رابطه دارد. در برخی از این پژوهش‌ها هم سبک دوسوگرا و هم سبک اجتنابی، پیش‌بینی کننده ضربه عشق بود و در برخی نیز تنها سبک اجتنابی، ضربه عشق را پیش‌بینی می‌کرد. در پژوهش حاضر فقط سبک اجتنابی، پیش‌بینی کننده ضربه عشق بود. در حالت کلی، پژوهش حاضر با تمامی این مطالعات همسوست.

اریکسون معتقد است در مرحله اول زندگی، کودک نیاز دارد که با دیگری رابطه برقرار کند تا از این راه نیازهای خود را تأمین کند. کودک معمولاً این نخستین رابطه را با مادر برقرار می‌کند. او باید بتواند در کنار مادر احساس ایمنی کرده و اطمینان داشته باشد مادر دائماً برای ارضای نیازهای وی در کنارش قرار دارد. مراقبت‌های منظم توأم با محبت برای بسترسازی احساس اعتماد در کودک ضروری است. بنابراین وقتی کودکان احساس کنند که یک والد با ثبات و قابل اتکا است، یک حس اعتماد اساسی به آن والد پیدا می‌کنند و آنان به این درک می‌رسند که هرگاه احساس سرما، خیس بودن و گرسنگی نمایند می‌توانند برای رفع رنج روی دیگران حساب کنند. در عوض چنانچه مراقبت‌ها پایدار نباشند، ممکن است در کودک موجب احساس عدم اعتماد نسبت به اطرافیان شود، یعنی این احساس که والد غیرقابل پیش‌بینی و غیرقابل اطمینان است (کرین، ۱۹۴۳؛ ترجمه فدایی، ۱۳۸۲). در تبیین این یافته می‌توان گفت افراد دارای سبک دلبستگی اجتنابی در دوره شکل‌گیری سبک دلبستگی مورد بی‌توجهی مراقبت‌کننده قرار گرفته‌اند. آن‌ها در دوران نوباوگی، اضطراب‌های متفاوتی را تجربه کرده و تلاش می‌کردند از مراقبت‌کننده خود به‌عنوان تکیه‌گاه امن استفاده کنند. زمانی که این فرایند شکل نگرفت، آن‌ها به مراقبت‌کننده خود بدبین شده و خشم نهفته‌ای را در خود احساس کردند. این افراد

افراد افسرده در تعاملات روزمره خود مشکل دارند و کمتر درگیر روابط اجتماعی می‌شوند. آن‌ها علاقه‌ای به روابط ندارند و از موقعیت‌های مختلف اجتماعی کناره‌گیری می‌کنند. این ویژگی‌های افراد افسرده، در افراد دارای سبک شخصیتی اجتنابی نیز دیده می‌شود. افرادی که دارای سبک دلبستگی اجتنابی هستند، در دوران کودکی روابط خود را با مادر ایمن نیافته‌اند. آن‌ها با رفتارهای متناقض سعی در جلب توجه مادر داشته‌اند اما زمانی که نحوه مراقبت مادر با آن‌ها تغییر نکرد، دچار درماندگی آموخته شده، شدند. بدین منظور که آن‌ها تدریجاً دریافتند، تلاش برای نگهداری مادر در کنار خود، بی‌فایده است. این الگو در بزرگسالی نیز نمایان می‌شود، به این صورت که کودک در سنین بالاتر عزت نفس خود را از دست می‌دهد و احساس می‌کند توانایی‌ها و مهارت‌های لازم برای حل مسائل، برقراری روابط و غیره را ندارد. این افراد در کودکی خود با نزدیک‌ترین فرد به خود (مراقبت‌کننده)، تعامل مثبتی نداشته‌اند و از همان کودکی دنیا را مکان امنی ندانسته‌اند. بنابراین با عدم شکل‌گیری تعاملات مثبت و نگرش نامطلوب نسبت به دنیای پیرامون، درک منفی‌ای به زیستن و بودن دارند که این عوامل ذکر شده هر کدام به نوعی می‌تواند افسردگی را در افراد پیش‌بینی کند. اهمیت توجه به این نکته زمانی مشخص می‌شود که برخی مراقبت‌کنندگان به نیازها و درخواست‌های نوزاد به‌صورت مناسب توجه نمی‌کنند و معتقدند که توجه کردن، باعث خواسته‌های بیشتر و افراطی آن‌ها می‌شود.

پیشنهاد می‌شود در خصوص سبک‌های دلبستگی آموزش‌های لازم به والدین داده شود و آن‌ها را درباره دوره‌های حساس کودکانشان زندگی آگاه ساخت تا متوجه شوند در صورت عدم تعامل مطلوب با کودک و وجود نداشتن سبک دلبستگی ایمن ممکن است چه خطراتی در آینده کودکان آن‌ها را تهدید کند. همچنین در دوران بزرگسالی، باید به افراد دارای سبک دلبستگی اجتنابی آگاهی‌های لازم در خصوص تعاملات، کارکردها و ویژگی‌های شخصیتی‌شان داده شود، تا در این موارد با احتیاط عمل نموده و کمتر دچار مشکل شوند. از سوی دیگر

تجربه نامطلوب گذشته خود را به روابط عاشقانه حال تعمیم داده‌اند. آن‌ها در یک خطای شناختی انتظار دارند در روابط حال خود نیز مورد طرد و بی‌توجهی قرار گیرند. این نگرش آن‌ها، باعث بروز رفتارهایی می‌شود که فرد مقابل آن‌ها را نامطلوب برداشت کرده و به آن‌ها واکنش مشابه می‌دهد. این عکس‌العمل فرد مقابل در نظر فرد دارای سبک دلبستگی اجتنابی، تأییدکننده خطای شناختی وی است و او چنین برداشت می‌کند که همیشه در روابط شکست خورده و طرد می‌شود.

یافته دیگر نیز مشخص کرد، سبک دلبستگی اجتنابی قادر به پیش‌بینی افسردگی است. مطالعات انجام گرفته در این زمینه نیز تأییدکننده این یافته هستند. سوزوکی و تومادا (۲۰۱۵) در پژوهشی نشان دادند سبک دلبستگی اجتنابی به صورت مستقیم افسردگی را پیش‌بینی می‌کند. یادگاری و همکاران (۱۳۹۴) نیز در مطالعه خود نشان دادند سبک‌های دلبستگی ناایمن با افسردگی رابطه مثبت و معناداری دارند. نظری چگنی و همکاران (۱۳۹۱) در پژوهشی به این یافته رسیدند که سبک دلبستگی اجتنابی، همبستگی مثبتی با افسردگی داشته و با رضایت از زندگی رابطه منفی دارد. لی و هانکین (۲۰۰۹) دریافتند سبک‌های دلبستگی ناایمن، اضطراب و افسردگی را پیش‌بینی می‌کنند. برخی از این پژوهش‌ها هر دو سبک ناایمن دلبستگی را در پیش‌بینی افسردگی مؤثر می‌دانند، درحالی‌که برخی دیگر، سبک دلبستگی اجتنابی را در پیش‌بینی افسردگی مؤثر می‌دانند. در این پژوهش، تنها سبک دلبستگی اجتنابی، افسردگی را پیش‌بینی می‌کرد.

می‌توان سبک‌های دلبستگی را به ویژگی‌های شخصیتی تشبیه کرد. از این جهت که افراد دارای یک سبک خاص، ویژگی‌های پایدار و باثباتی دارند. افراد دارای سبک دلبستگی ناایمن، یک ویژگی پایدار برای آسیب‌پذیری دارند و این ویژگی آسیب‌پذیری در افسردگی نیز نمایان است (هاگا<sup>۱</sup>، یارموس<sup>۲</sup>، هوبارد<sup>۳</sup>، برادی<sup>۴</sup>، سولومون<sup>۵</sup>، کیرک<sup>۶</sup> و چمبرلین<sup>۷</sup> ۲۰۰۲). در این زمینه فروید معتقد است محرومیت از عشق و محبت در دوره‌های مشخص و حساس زندگی، موجب بروز افسردگی می‌شود (راسل، بی‌تا؛ ترجمه خواجه‌پور، ۱۳۸۰).

1. Haaga  
3. Hubbard  
5. Solomon  
7. Chamberlain

2. Yarmus  
4. Brody  
6. Kirk

پیشنهاد می‌شود درباره نقش ویژگی‌های شخصیتی، ابعاد فرهنگی و مؤلفه‌های مذهبی در پیش‌بینی ضربه عشق پژوهش‌هایی انجام گیرد.

از محدودیت‌های این پژوهش، روش این پژوهش غیرتصادفی و از نوع هدفمند بود که می‌تواند روایی بیرونی را تحت تأثیر قرار دهد. همچنین جامعه آماری این پژوهش را دانشجویان تشکیل دادند، بنابراین در تعمیم نتایج به سایر جامعه‌ها باید جانب احتیاط را رعایت کرد.

### منابع

اکبری، ابراهیم؛ خانجانی، زینب؛ پورشریفی، حمید؛ محمد علیلو، مجید و عظیمی، زینب. (۱۳۹۱). مقایسه اثربخشی درمان تحلیل رفتار متقابل با درمان شناختی - رفتاری در بهبود علائم مرضی شکست عاطفی دانشجویان. *مجله روان‌شناسی بالینی*. ۹۸-۱۰۱، (۳)۴.

امیری پیچا کلایی، احمد؛ خانجانی، زینب؛ پورشریفی، حمید؛ عظیمی، زینب؛ فهیمی، صمد؛ اکبری، ابراهیم؛ محمود علیلو، مجید و قاسم‌پور، عبدالله. (۱۳۹۱). بررسی مقدماتی علل تداوم نشانگان بالینی شکست عاطفی دانشجویان با تأکید بر سبک‌های دلبستگی و طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه. *اندیشه و رفتار*. ۲۱-۳۰، (۲۳)۶.

برک، لورا. (۲۰۰۷). *روان‌شناسی رشد (از لقاح تا کودکی)* (جلد اول). ترجمه یحیی سیدمحمدی (۱۳۸۹). تهران: نشر ارسباران بشارت، محمدعلی. (۱۳۹۰). نقش واسطه‌ای مکانیزم‌های دفاعی در رابطه بین سبک‌های دلبستگی و ناگویی هیجانی. *فصلنامه روان‌شناسی کاربردی*. ۶ (۱)، ۲۲-۷.

پاتو، مژگان. (۱۳۸۵). *بررسی رابطه خود پنداره و نگرش‌های مربوط به عشق*. پایان‌نامه کارشناسی ارشد. دانشکده روان‌شناسی و علوم تربیتی دانشگاه شهید بهشتی.

پاکدامن، شهلا. (۱۳۸۰). *بررسی ارتباط بین دلبستگی و جامعه‌طلبی در نوجوانی*. پایان‌نامه دکتری. دانشکده روان‌شناسی و علوم تربیتی دانشگاه تهران.

تردست، کوثر. (۱۳۹۳). *پیش‌بینی نشانگان ضربه عشق براساس خودشفقتی، سبک‌های دلبستگی و تمایز یافتگی در دانشجویان دختر دانشگاه‌های شهر اهواز*. پایان‌نامه کارشناسی ارشد. دانشکده روان‌شناسی و علوم تربیتی دانشگاه چمران اهواز.

خدابخش پیرکلانی، روشنک و رحیم جمارونی، هانیه. (۱۳۹۲). اثربخشی درمان ترکیبی شناختی - رفتاری و کاهش استرس مبتنی بر ذهن آگاهی در درمان یک مورد مبتلا به اختلال

اضطراب فراگیر. *فصلنامه روان‌شناسی بالینی*. ۴ (۱۳)، ۱۴۷-۱۲۱.

دادستان، پریخ. (۱۳۷۸). *روان‌شناسی مرضی تحول از کودکی تا بزرگسالی*. تهران: انتشارات رشد.

دوست محمدی، یحیی. (۱۳۸۹). *بررسی رابطه سبک‌های دلبستگی و ابعاد سه گانه عشق اشتهزبرگ با سازگاری زناشویی در بین معلمان متاهل شهرستان شهریار*. پایان‌نامه کارشناسی ارشد. دانشکده روان‌شناسی و علوم تربیتی دانشگاه علامه طباطبائی.

راسل، میچل. (بی تا). *افسردگی*. ترجمه غلامرضا خواجه‌پور (۱۳۸۰). تهران: انتشارات سینا.

رسولی، زینب. (۱۳۷۸). *بررسی رابطه سبک‌های دلبستگی و منبع کنترل با میزان سازگاری زناشویی مراجعه کنندگان به مرکز مشاوره*. پایان‌نامه کارشناسی ارشد. دانشکده روان‌شناسی و علوم تربیتی دانشگاه علامه طباطبائی.

رفیعی، محمد و سیفی، اکرم. (۱۳۹۲). *بررسی پایایی و اعتبار مقیاس اضطراب بک در دانشجویان*. *اندیشه و رفتار*. ۷ (۲۷)، ۳۷-۴۶.

ساردویی، غلامرضا. (۱۳۷۳). *مقدمه‌ای بر هنجاریابی پرسشنامه تجدیدنظر شده بک*. پایان‌نامه کارشناسی ارشد. دانشکده روان‌شناسی و علوم تربیتی دانشگاه علامه طباطبائی.

کرامتی، راضیه؛ شعاع کاظمی، مهرانگیز و حسینیان، سیمین. (۱۳۹۱). *اثربخشی آموزش گروهی تحلیل رفتار متقابل بر افزایش تمایز یافتگی مشاوران مدارس*. *فصلنامه مشاوره شغلی و سازمانی*. ۴ (۱۱)، ۸۷-۱۱۴.

کرین، ویلیام سی. (۱۹۴۳). *پیشگامان روان‌شناسی رشد*. ترجمه فرید فدایی (۱۳۸۲). تهران: انتشارات اطلاعات.

نادری، عزت‌اله و سیف نراقی، مریم. (۱۳۹۰). *روش‌های تحقیق و چگونگی ارزشیابی آن در علوم انسانی (با تأکید بر علوم تربیتی)*. تهران: نشر ارسباران.

نظری چگنی، اکرم؛ بهروزی، ناصر؛ شیخ شبانی هاشمی، سید اسماعیل و مهرابی‌زاده هنرمند، مهناز. (۱۳۹۱). *رابطه سبک‌های دلبستگی ایمن و نایمن اجتنابی با افسردگی و رضایت از زندگی با میانجیگری خوش‌بینی و حمایت اجتماعی در دانشجویان*. *دست‌آوردهای روان‌شناختی*. ۱۹ (۲)، ۸۱-۱۰۰.

هالجنین، ریچارد پی و سوزان کراس، ویتورن. (بی تا). *آسیب‌شناسی روانی (جلد دوم)*. ترجمه یحیی سیدمحمدی (۱۳۸۶). تهران: نشر روان.



- Le, B., Dove, N. L., Agnew, C. R., Korn, M. S., & Mutso, A. A. (2010). Predicting nonmarital romantic relationship dissolution: A meta-analytic synthesis. *Personal Relationships, 17*(3), 377-390.
- Lee, A., & Hankin, B. L. (2009). Insecure attachment, dysfunctional attitudes, and low self-esteem predicting prospective symptoms of depression and anxiety during adolescence. *Journal of Clinical Child & Adolescent Psychology, 38*(2), 219-231.
- Lopez, F. G., Mitchell, P., & Gormley, B. (2002). Adult attachment orientations and college student distress: Test of a mediational model. *Journal of Counseling Psychology, 49*(4), 460-467.
- MacDonald, K., Patch, E. A., & Figueredo, A. J. (2016). Love, trust, and evolution: Nurturance/love and trust as two independent attachment systems underlying intimate relationships. *Psychology, 7*(02), 238-253.
- Muris, P., & Meesters, C. (2002). Attachment, behavioral inhibition, and anxiety disorders symptoms in normal adolescents. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment, 24*(2), 97-106.
- Muris, P., Meesters, C., van Melick, M., & Zwambag, L. (2001). Self-reported attachment style, attachment quality, and symptoms of anxiety and depression in young adolescents. *Personality and Individual Differences, 30*(5), 809-818.
- Rosse, R. B. (2007). *The love trauma syndrome: free yourself from the pain of a broken heart*. Da Capo Press.
- Sbarra, D. A. (2006). Predicting the onset of emotional recovery following nonmarital relationship dissolution: Survival analyses of sadness and anger. *Personality and Social Psychology Bulletin, 32*(3), 298-312.
- Simpson, J. A. (1990). Influence of attachment styles on romantic relationships. *Journal of Personality and Social Psychology, 59*(5), 971-980.
- Suzuki, H., & Tomoda, A. (2015). Roles of attachment and self-esteem: impact of early life stress on depressive symptoms among Japanese institutionalized children. *BMC Psychiatry, 15*(1), 8.
- یادگاری، نسرین؛ مقامی شریف، زهرا و برجعلی، احمد. (۱۳۹۴). رابطه بین سبک‌های دلبستگی، میزان اضطراب و میزان افسردگی. کنفرانس بین‌المللی پژوهش در علوم رفتاری و اجتماعی. ترکیه: استانبول.
- Amani, R., Majzooobi, M. R., & Azadi Fard, S. (2017). Mother-Infant Attachment Style as a Predictor of Depression among Female Students. *Journal of Midwifery and Reproductive Health, 5*(1), 834-841.
- Beck, A. T., & Steer, R. A. (1990). Manual for the Beck anxiety inventory. *San Antonio, TX: Psychological Corporation*.
- Bifulco, A., Moran, P. M., Ball, C., & Lillie, A. (2002). Adult attachment style. II: Its relationship to psychosocial depressive-vulnerability. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology, 37*(2), 60-67.
- Cassidy, J. (1988). Child-mother attachment and the self in six-year-olds. *Child Development, 59*(1), 121-134.
- 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), 644-663.
- Davis, D., Shaver, P. R., & Vernon, M. L. (2003). Physical, emotional, and behavioral reactions to breaking up: The roles of gender, age, emotional involvement, and attachment style. *Personality and Social Psychology Bulletin, 29*(7), 871-884.
- Erozkan, A. (2011). The attachment styles bases of loneliness and depression. *International Journal of Psychology and Counselling, 3*(9), 186-193.
- Fogel, A. (1991). *Infancy: Infant, family, and society*. West Publishing Co.
- Haaga, D. A., Yarmus, M., Hubbard, S., Brody, C., Solomon, A., Kirk, L., & Chamberlain, J. (2002). Mood dependency of self-rated attachment style. *Cognitive Therapy and Research, 26*(1), 57-71.
- Hazan, C., & Shaver, P. (1987). Romantic love conceptualized as an attachment process. *Journal of Personality and Social Psychology, 52*(3), 511-524.
- Hinde, R. A., & Stevenson-Hinde, J. (1976). Towards understanding relationships: Dynamic stability.