

رابطه سبک‌های دلبستگی و کمال‌گرایی

دانشور

رفتار

نویسندگان: دکتر محمدعلی بشارت^۱، محسن جوشن‌لو^۲ و دکتر سیدمحمود میرزمانی^۳

۱. استاد دانشگاه تهران
۲. کارشناس روانشناسی دانشگاه تهران
۳. دانشیار دانشگاه علوم پزشکی بقیه... (عج)

چکیده

هدف پژوهش حاضر بررسی رابطه سبک‌های دلبستگی و کمال‌گرایی بود. یکصد و هفتاد دانشجوی دانشگاه تهران (۹۷ دختر، ۷۳ پسر) با پرکردن مقیاس دلبستگی بزرگسال و مقیاس کمال‌گرایی مثبت و منفی در این پژوهش شرکت کردند. برای تحلیل داده‌های پژوهش از شاخص‌ها و روش‌های آماری شامل فراوانی، درصد، میانگین، انحراف معیار، آزمون t، ضرایب همبستگی، و تحلیل رگرسیون استفاده شد. نتایج پژوهش نشان داد که بین سبک‌های دلبستگی و کمال‌گرایی مثبت و منفی رابطه معنادار وجود دارد. سبک دلبستگی ایمن با کمال‌گرایی مثبت همبستگی مثبت و با کمال‌گرایی منفی همبستگی منفی دارد. سبک‌های دلبستگی ناایمن (اجتنابی، دوسوگرا) با کمال‌گرایی مثبت همبستگی منفی و با کمال‌گرایی منفی همبستگی مثبت داشتند. تحلیل آماری داده‌ها نشان داد که این همبستگی‌ها برای سبک دلبستگی ایمن فقط نسبت به کمال‌گرایی مثبت و برای سبک‌های دلبستگی اجتنابی و دوسوگرا فقط نسبت به کمال‌گرایی منفی توان پیش‌بینی دارند. سبک دلبستگی از طریق «مدل‌های درونکاری»، مکانیسم «تنظیم عواطف» و «جبران ناایمنی» با استفاده از مکانیسم‌های «سرکوبی»، «انکار» و «آرمانی‌سازی»، کیفیت کمال‌گرایی را مشخص می‌کند.

واژه‌های کلیدی: نظریه دلبستگی، سبک‌های دلبستگی، کمال‌گرایی

دوماهانامه علمی - پژوهشی

دانشگاه شاهد

سال چهاردهم - دوره جدید

شماره ۲۵

آبان ۱۳۸۶

مقدمه

شیوه‌های تنظیم عواطف و برقراری ارتباط با دیگران در افراد متفاوت است. نظریه دلبستگی (attachment theory)، این تفاوت‌های فردی را در کودکان و بزرگسالان تبیین می‌کند [۱، ۲، ۳]. بالبی [۲] مدعی شد که پاسخ‌گویی والدین به نشانه‌های رفتار دلبستگی کودک و در دسترس بودن آن‌ها در موقعیت‌های استرس‌زا، پایگاهی امن

(secure base) برای کودک فراهم می‌سازد که بر اساس آن انتظارات وی از محیط سازماندهی می‌شود. اینسورث، بلهار، واترز و وال [۵] با این فرض که سبک‌های دلبستگی (attachment styles) محصول تجربه‌های کودک از رابطه کودک - مادر هستند، به مشاهده رفتار کودکان در آزمایش «موقعیت ناآشنا (strangesituation)» پرداختند و سه سبک دلبستگی ایمن (secure)، اجتنابی (aviodant) و دوسوگرا

[۲۰] و خودشان را موفق بدانند حتی اگر استانداردهای شخصی آن‌ها کاملاً محقق نشود [۱۰].

تری-شورت، اوئنز، اسلند و دیویی [۱۷] بر اساس تقسیم‌بندی بهنجارنوروتیک کمال‌گرایی در چارچوب یک مدل نظری، دو نوع کمال‌گرایی مثبت و منفی را متمایز کردند. کمال‌گرایی مثبت (positive perfectionism) به آن دسته از شناخت‌ها و رفتارها اطلاق می‌شود که هدفشان کسب موفقیت‌ها و پیشرفت‌های سطح بالا به منظور دستیابی به پیامدهای مثبت است [۲۱]. کمال‌گرایی منفی (negative perfectionism) به شناخت‌ها و رفتارهایی گفته می‌شود که هدفشان کسب موفقیت‌ها و پیشرفت‌های سطح بالا به منظور اجتناب یا فرار از پیامدهای منفی است [۲۱].

بعضی از محققان تاثیر کیفیت تعامل‌های والد-کودک را بر شکل‌گیری کمال‌گرایی مورد تأیید قرار داده‌اند [۱۰ و ۲۲]، اما در این زمینه صرفاً ویژگی‌های کمال‌گرایانه والدین مانند سخت‌گیری، انتقادگری و وضع معیارهای عالی غیرمنطقی برای کودکان را مورد بررسی قرار داده‌اند. سبک دلبستگی کودک به والدین، که گستره وسیعی از تعامل‌های والد-کودک را به خود اختصاص می‌دهد، کمتر مورد توجه قرار گرفته است. در تنها پژوهش انجام شده در این زمینه، رایس و میرزاده [۲۳] نشان دادند که دلبستگی ایمن با کمال‌گرایی بهنجار و دلبستگی نایمن با کمال‌گرایی نوروتیک همبستگی دارد. هدف اصلی پژوهش حاضر مطالعه نوع رابطه سبک‌های دلبستگی در سه سطح ایمن، اجتنابی و دوسوگرا و کمال‌گرایی مثبت و منفی (به ترتیب معادل کمال‌گرایی بهنجار و نوروتیک) بود. برای تحقق این هدف، چهار فرضیه مورد بررسی قرار گرفت:

۱- بین سبک دلبستگی ایمن و کمال‌گرایی مثبت همبستگی مثبت وجود دارد.

۲- بین سبک دلبستگی ایمن و کمال‌گرایی منفی همبستگی منفی وجود دارد.

۳- بین سبک دلبستگی نایمن (اجتنابی، دوسوگرا) و کمال‌گرایی مثبت همبستگی منفی وجود دارد.

۴- بین سبک دلبستگی نایمن (اجتنابی، دو سوگرا) و کمال‌گرایی منفی همبستگی مثبت وجود دارد.

(ambivalent) را متمایز کردند. اینسورث و همکاران [۵] معتقدند که سبک‌های دلبستگی، انتظارات کودک را در مورد این که آیا مادر (مراقب) از نظر عاطفی دسترس‌پذیر (available) و پاسخگو هست یا نه شکل می‌دهند و تعیین می‌کنند که آیا خود (self)، ارزش عشق و محبت دارد یا نه. کودکان ایمن به دسترس‌پذیری مادر بیش‌تر اعتماد دارند و بیش از کودکان نایمن (اجتنابگر و دوسوگرا) از وی به عنوان پایگاه امن استفاده می‌کنند. هنگام بازگشت مادر پس از جدایی کوتاه مدت، کودکان ایمن با وی به سهولت تماس و تعامل برقرار می‌کنند، کودکان اجتناب‌گر با گسستن و اجتناب ورزیدن واکنش نشان می‌دهند، و کودکان دوسوگرا با افزایش تردید و دوسوگرایی بین دلبستگی و عصبانیت.

کمال‌گرایی (perfectionism) در اصل به عنوان تمایل پایدار فرد به وضع معیارهای کامل و دست نیافتنی و تلاش برای تحقق آن‌ها است [۶] که با خود ارزشیابی‌های انتقادی از عملکرد شخصی همراه می‌باشد [۸،۷ و ۹]. هماچک [۱۰] با تمایز کمال‌گرایی بهنجار (normal perfectionism) و نوروتیک (neurotic perfectionism)، معتقد است که کمال‌گرای بهنجار از تلاش و رقابت برای برتری و کمال لذت می‌برد و در عین حال محدودیت‌های شخصی را به رسمیت می‌شناسد؛ و کمال‌گرای نوروتیک به دلیل انتظارات غیر واقع‌بینانه هرگز از عملکرد خود خشنود نخواهد شد. به طور کلی دو بعد بهنجار و نابهنجار کمال‌گرایی مورد تأیید قرار گرفته است [۱۱،۱۲،۱۳،۱۴ و ۱۵].

نتایج پژوهش‌های مربوط به کمال‌گرایی [۱۰،۱۶،۱۷،۱۸ و ۱۹] تأثیرات مثبت و منفی کمال‌گرایی را بر افکار، عواطف و رفتارها تأیید کرده‌اند. بلت [۲۰] معتقد است که کمال‌گرای سازش‌نا یافته (نوروتیک) شدیداً از شکست اجتناب می‌کنند و در مقابل احتمال انتقادگری دیگران آسیب‌پذیرند. این گروه از کمال‌گراها، حوزه‌های مختلف فعالیت و روابط اجتماعی را تهدید کننده، تحمیلی و ناحمایت‌گر تلقی می‌کنند.

برعکس، افراد دارای کمال‌گرایی بهنجار در عین حال که استانداردهای شخصی بالا برای خود وضع می‌کنند، می‌توانند محدودیت‌های شخصی و محیطی را بپذیرند

روش پژوهش

جامعه آماری، نمونه و روش نمونه‌گیری

جامعه آماری این پژوهش را همه دانشجویان مقطع کارشناسی که در سال تحصیلی ۸۳-۱۳۸۲ در یکی از دانشکده‌های دانشگاه تهران مشغول تحصیل بودند تشکیل می‌داد. یکصد و هفتاد دانشجو (۹۷ دختر، ۷۳ پسر) از رشته‌های مختلف تحصیلی در حوزه‌های علوم انسانی، علوم پایه، پزشکی، فنی و هنر به صورت داوطلب در این پژوهش شرکت کردند. پس از تشریح اهداف پژوهش و جلب مشارکت و همکاری آزمودنی‌ها، مقیاس دلبستگی بزرگسال (Adult Attachment Inventory) [۲۴] و مقیاس کمال‌گرایی مثبت و منفی (Positive and Negative Perfectionism Scale) [۲۵] در مورد آن‌ها اجرا شد. میانگین سنی کل آزمودنی‌ها ۲۱/۹۷ سال (دامنه = ۱۹-۲۸، $sd=2/22$)، میانگین سن دانشجویان دختر ۲۱/۸۹ سال (دامنه = ۱۹-۲۷، $sd=2/40$) و میانگین سن دانشجویان پسر ۲۲/۰۶ سال (دامنه = ۱۹-۲۸، $sd=1/96$) بود. پژوهش حاضر، پژوهشی توصیفی از نوع همبستگی است و برای تحلیل داده‌های آن از شاخص‌ها و روش‌های آماری شامل فراوانی، درصد، میانگین، انحراف معیار، آزمون t ، ضرایب همبستگی و تحلیل رگرسیون استفاده شده است.

ابزارهای سنجش

الف. مقیاس دلبستگی بزرگسال: سبک دلبستگی آزمودنی‌ها در این پژوهش با استفاده از مقیاس دلبستگی بزرگسال تعیین شد. این مقیاس که با استفاده از مواد آزمون دلبستگی هازن و شیور [۴] توسط مؤلف نخست ساخته و در مورد دانشجویان دانشگاه تهران هنجاریابی شده است، یک پرسشنامه دو قسمتی می‌باشد. در قسمت اول سه سبک دلبستگی ایمن، اجتنابی و دوسوگرا بر حسب ۲۱ سوال در مقیاس ۵ درجه‌ای لیکرت (هیچ=۱؛ کم=۲؛ متوسط=۳؛ خیلی زیاد=۵) از هم متمایز می‌شوند. ضریب آلفای کرونباخ پرسش‌های هر یک از زیرمقیاس‌های ایمن، اجتنابی و دوسوگرا در مورد یک نمونه دانشجویی ($n=240$)، [۲۴] برای کل آزمودنی‌ها به ترتیب ۰/۷۴، ۰/۷۲، ۰/۷۲؛ برای دانشجویان دختر ۰/۷۴، ۰/۷۱، ۰/۷۱؛ و برای دانشجویان پسر ۰/۷۳، ۰/۷۱، ۰/۷۱

بود که نشانه همسانی درونی (internal consistency) مقیاس دلبستگی بزرگسال می‌باشد. در قسمت دوم، آزمودنی با انتخاب یک گزینه از سه گزینه‌ای که سه نوع دلبستگی را توصیف می‌کنند، سبک دلبستگی خود را مشخص می‌کند. ضریب همبستگی بین نمره‌های آزمودنی‌ها در دو قسمت پرسشنامه برای آزمودنی‌های دختر و پسر به ترتیب ۰/۸۵ و ۰/۸۷ بود. ضریب پایایی بازآزمایی (test-retest reliability) مقیاس دلبستگی بزرگسال برای یک نمونه ۳۰ نفری در دو نوبت با فاصله ۲ هفته برای کل آزمودنی‌ها $r=0/92$ ؛ آزمودنی‌های پسر $r=0/93$ ؛ و آزمودنی‌های دختر $r=0/90$ محاسبه شد.

اعتبار محتوایی (content validity) مقیاس دلبستگی بزرگسال با سنجش ضرایب همبستگی بین نمره‌های چهار نفر از متخصصان روان‌شناسی مورد بررسی قرار گرفت. براساس نتایج به دست آمده، ضرایب همبستگی از ۰/۷۳ تا ۰/۷۶ برای سبک دلبستگی اجتنابی و از ۰/۶۳ تا ۰/۸۷ برای سبک دلبستگی دوسوگرا محاسبه شد که همه در سطوح $\alpha=0/05$ و $\alpha=0/01$ معنادار هستند. اعتبار هم‌زمان (concurrent validity) مقیاس دلبستگی بزرگسال با مقایسه نتایج آزمون عزت‌نفس کوپراسمیت [۲۶] بررسی شد. ضرایب همبستگی بین نمره کلی آزمودنی‌ها در آزمون عزت‌نفس با سبک دلبستگی نشان دهنده همبستگی مثبت معنی‌دار سبک دلبستگی ایمن با عزت‌نفس عمومی ($p=0/002$ و $r=0/39$)، عزت‌نفس تحصیلی ($p=0/002$ و $r=0/39$)، عزت‌نفس خانوادگی ($p=0/002$ و $r=0/39$) و عزت‌نفس اجتماعی ($p=0/001$ و $r=0/41$) بود. این ضرایب برای آزمودنی‌های دختر و پسر به تفکیک نیز در سطح $\alpha=0/01$ معنی‌دار بود. ضرایب همبستگی بین نمره آزمودنی‌ها در همه زیرمقیاس‌های عزت‌نفس با سبک‌های دلبستگی اجتنابی و دوسوگرا برای کل آزمودنی‌ها، آزمودنی‌های دختر و آزمودنی‌های پسر منفی اما از نظر آماری معنادار نبودند.

ب. مقیاس کمال‌گرایی مثبت و منفی: این مقیاس یک آزمون ۴۰ سؤالی است که ۲۰ ماده آن کمال‌گرایی مثبت و ۲۰ ماده دیگر کمال‌گرایی منفی را می‌سنجد. پرسش‌ها در مقیاس ۵ درجه‌ای لیکرت، کمال‌گرایی آزمودنی‌ها را از نمره یک تا نمره پنج در دو زمینه مثبت و منفی می‌سنجد.

دلبستگی و کمال‌گرایی با هم تفاوت معنی‌دار نداشتند (سبک دلبستگی ایمن: $t=0.73$, $df=168$, $p<0.46$ ؛ سبک دلبستگی اجتنابی: $t=1.07$, $df=168$, $p<0.28$ ؛ سبک دلبستگی دوسوگرا: $t=1.31$, $df=168$, $p<0.19$ ؛ کمال‌گرایی مثبت: $t=0.61$, $df=168$, $p<0.54$ ؛ کمال‌گرایی منفی: $t=0.89$, $df=168$, $p<0.37$).

به همین دلیل ضرایب همبستگی بین متغیرهای پژوهش برای آزمودنی‌های دختر و پسر روی هم انجام شد. نتایج آزمون همبستگی پیرسون نشان داد که بین نمره سبک دلبستگی ایمن و کمال‌گرایی مثبت همبستگی مثبت معنادار ($r=0.88$, $p=0.001$)، بین نمره سبک دلبستگی ایمن و کمال‌گرایی منفی همبستگی منفی معنادار ($r=-0.57$, $p=0.000$) و کمال‌گرایی مثبت همبستگی منفی معنی‌دار ($p=0.000$) و $r=-0.59$ ، بین نمره سبک دلبستگی اجتنابی و کمال‌گرایی منفی همبستگی مثبت معنی‌دار ($p=0.000$)، $r=0.44$ ، بین نمره سبک دلبستگی دوسوگرا و کمال‌گرایی مثبت همبستگی منفی معنی‌دار ($r=-0.43$, $p=0.000$)، و بین نمره سبک دلبستگی دوسوگرا و کمال‌گرایی منفی همبستگی مثبت معنی‌دار ($r=0.40$, $p=0.000$) وجود دارد. این همبستگی‌ها در جهت تأیید چهار فرضیه پژوهش هستند.

سپس برای تعیین تأثیر هر یک از متغیرهای دلبستگی ایمن، اجتنابی و دوسوگرا بر واریانس کمال‌گرایی، سبک‌های دلبستگی به عنوان متغیرهای پیش‌بین و کمال‌گرایی مثبت و منفی به عنوان متغیرهای ملاک در معادله رگرسیون وارد شدند. نتایج تحلیل واریانس مشخصه‌های آماری رگرسیون بین میانگین نمره کمال‌گرایی مثبت با سبک‌های دلبستگی در جدول شماره ۲ ارائه شده‌اند.

حداقل نمره آزمودنی‌ها در هر یک از مقیاس‌های آزمون ۲۰ و حداکثر آن ۱۰۰ خواهد بود. در فرم فارسی این پرسشنامه [۲۵] آلفای کرونباخ پرسش‌های هر یک از زیرمقیاس‌ها در یک نمونه ۲۱۲ نفری از دانشجویان، به ترتیب ۰/۹۰ و ۰/۸۷ برای کل آزمودنی‌ها؛ ۰/۹۱ و ۰/۸۸ برای دانشجویان دختر ۰/۸۶ و ۰/۸۹ و برای دانشجویان پسر بود که نشانه هم‌سانی درونی بالایی مقیاس می‌باشد. ضرایب همبستگی بین نمره‌های ۹۰ نفر از آزمودنی‌ها در دو نوبت با فاصله چهار هفته برای کل آزمودنی‌ها $r=0.86$ ؛ برای آزمودنی‌های دختر $r=0.84$ و برای آزمودنی‌های پسر $r=0.87$ محاسبه شد که نشانه پایایی بازآزمایی رضایت‌بخش مقیاس می‌باشد.

اعتبار مقیاس کمال‌گرایی مثبت و منفی از طریق محاسبه ضرایب همبستگی بین زیرمقیاس‌های این آزمون با زیرمقیاس‌های پرسش‌نامه سلامت عمومی (General Health Questionnaire) [۲۷] و مقیاس عزت نفس کوپراسمیت [۲۶]؛ و با روش تحلیل مؤلفه‌های اصلی (principal components) آزمون بررسی شد. ضرایب و نتایج به دست آمده، اعتبار مقیاس کمال‌گرایی مثبت و منفی را تأیید می‌کنند [۲۵].

یافته‌ها

جدول شماره ۱ شاخص‌های آماری آزمودنی‌ها را در مورد نمره‌های سبک‌های دلبستگی و کمال‌گرایی مثبت و منفی نشان می‌دهد.

برای تحلیل داده‌ها و آزمون فرضیه‌های پژوهش، ابتدا نتایج آزمون t برای مقایسه دانشجویان دختر و پسر در مورد نمره‌های سبک‌های دلبستگی و کمال‌گرایی مثبت و منفی بررسی شد. خلاصه نتایج آزمون t نشان داد که دانشجویان دختر و پسر در هیچ‌یک از زیرمقیاس‌های

جدول ۱: میانگین و انحراف معیار نمره‌های سبک‌های دلبستگی و کمال‌گرایی مثبت و منفی دانشجویان

متغیر	شاخص	دانشجویان دختر		دانشجویان پسر		کل
		میانگین	انحراف معیار	میانگین	انحراف معیار	
سبک دلبستگی ایمن		۲۱/۹۵	۹/۳۸	۲۰/۹۱	۸/۷۷	۹/۱۱
سبک دلبستگی اجتنابی		۱۶/۱۰	۷/۸۸	۱۴/۸۴	۷/۱۰	۷/۵۶
سبک دلبستگی دوسوگرا		۱۲/۶۸	۵/۸۱	۱۴/۰۲	۷/۵۸	۶/۶۴
کمال‌گرایی مثبت		۶۸/۶۲	۱۷/۴۵	۶۷/۰۰	۱۶/۶۴	۱۷/۰۷
کمال‌گرایی منفی		۵۷/۷۷	۱۲/۸۳	۵۵/۹۰	۱۴/۱۹	۱۳/۴۲

جدول ۲: خلاصه مدل رگرسیون، تحلیل واریانس و مشخصه‌های آماری رگرسیون کمال‌گرایی مثبت بر سبک‌های دلبستگی

شاخص	SS	df	Ms	F	P	R	R ²	SE
مدل رگرسیون	۲۸۶۱۲/۶۶	۳	۱۲۸۷۰/۸۸	۲۰۰/۰۴	۰/۰۰۰	۰/۸۸	۰/۷۸	۸/۰۲۱
باقیمانده	۱۰۶۸۰/۴۹	۱۶۶	۶۴/۳۴					

متغیر	شاخص	B	SEB	Beta	t	P
سبک دلبستگی ایمن		۱/۵۹	۰/۱۵۴	۰/۸۵۲	۱۰/۳۴	۰/۰۰۰
سبک دلبستگی اجتنابی		-۴/۸۵	۰/۱۶۶	-۰/۰۲۲	-۰/۲۹۲	۰/۷۷
سبک دلبستگی دوسوگرا		-۹/۶۰	۰/۱۵۷	-۰/۰۳۷	-۰/۶۱۳	۰/۵۴

کمال‌گرایی منفی با سبک‌های دلبستگی در جدول شماره ۳ ارائه شده‌اند. این نتایج نشان می‌دهند که میزان F مشاهده شده معنادار است ($P < ۰/۰۰۱$) و $۰/۴۲$ واریانس مربوط به کمال‌گرایی منفی به وسیله سبک‌های دلبستگی تبیین می‌شود ($R^2 = ۰/۴۲$). ضرایب رگرسیون هر یک از سه متغیر پیش بین نشان می‌دهند که سبک‌های دلبستگی می‌توانند واریانس کمال‌گرایی منفی را به صورت معنی‌دار تبیین کنند. ضرایب تأثیر سبک دلبستگی اجتنابی ($B = -۰/۹۷$) و دوسوگرا ($B = ۱/۰۳$) با توجه به آماره‌های t نشان می‌دهند که سبک‌های دلبستگی اجتنابی و دوسوگرا می‌توانند با اطمینان $۰/۹۹$ تغییرات مربوط به کمال‌گرایی منفی را پیش بینی کنند؛ یعنی افزایش سطح نایمی دلبستگی باعث افزایش سطح کمال‌گرایی منفی می‌شود. این یافته‌ها فرضیه چهارم پژوهش را تایید می‌کنند.

بر اساس این نتایج، میزان F مشاهده شده معنی‌دار است ($p < ۰/۰۰۱$) و $۰/۷۸$ واریانس مربوط به کمال‌گرایی مثبت به وسیله سبک‌های دلبستگی تبیین می‌شود ($R^2 = ۰/۷۸$). ضرایب رگرسیون هر یک از سه متغیر پیش بین نشان می‌دهند که تنها سبک دلبستگی ایمن می‌تواند واریانس کمال‌گرایی مثبت را به صورت معنادار تبیین کند. ضریب تأثیر سبک دلبستگی ایمن ($B = ۱/۵۹$) با توجه به آماره t نشان می‌دهد که سبک دلبستگی ایمن می‌تواند با اطمینان $۰/۹۹$ تغییرات مربوط به کمال‌گرایی مثبت را پیش بینی کند؛ یعنی افزایش سطح ایمنی دلبستگی باعث افزایش سطح کمال‌گرایی مثبت می‌شود. این یافته‌ها فرضیه اول پژوهش را تأیید می‌کنند.

تحلیل‌های مشابه برای بررسی رابطه سبک‌های دلبستگی با کمال‌گرایی منفی انجام گرفت. نتایج تحلیل واریانس و مشخصه‌های آماری رگرسیون بین میانگین نمره

جدول ۳: خلاصه مدل رگرسیون، تحلیل واریانس و مشخصه‌های آماری رگرسیون کمال‌گرایی منفی بر سبک‌های دلبستگی

شاخص	SS	df	Ms	F	P	R	R ²	SE
مدل رگرسیون	۱۲۹۶۰/۷۷	۳	۴۳۲۰/۲۵	۴۰/۹۶	۰/۰۰۰	۰/۶۵	۰/۴۲	۱۰/۲۶
باقیمانده	۱۷۵۰۶/۰۸	۱۶۶	۱۰۵/۴۵					

متغیر	شاخص	B	SEB	Beta	t	P
سبک دلبستگی ایمن		۶/۶۴	۰/۱۹۸	۰/۰۴۵	۰/۳۳۶	۰/۷۳۷
سبک دلبستگی اجتنابی		۰/۹۷۹	۰/۲۱۳	۰/۵۵۲	۴/۶۰۴	۰/۰۰۰
سبک دلبستگی دوسوگرا		۱/۰۳۵	۰/۲۰۰	۰/۵۱۲	۵/۱۶۵	۰/۰۰۰

بحث و نتیجه‌گیری

نتایج این پژوهش نشان داد که سبک دلبستگی ایمن با کمال‌گرایی مثبت همبستگی مثبت و با کمال‌گرایی منفی همبستگی منفی دارد. سبک‌های دلبستگی اجتنابی و دوسوگرا، به عکس، با کمال‌گرایی مثبت همبستگی منفی و با کمال‌گرایی منفی همبستگی مثبت داشتند. این یافته‌ها گرچه همسو با چهار فرضیه پژوهش هستند، تحلیل آماری داده‌ها نشان داد که این همبستگی‌ها برای سبک دلبستگی ایمن فقط نسبت به کمال‌گرایی مثبت و برای سبک‌های دلبستگی اجتنابی و دوسوگرا فقط نسبت به کمال‌گرایی منفی توان پیش‌بینی دارند. این بدان معنی است که با افزایش سطح ایمنی دلبستگی، کمال‌گرایی مثبت افزایش می‌یابد و با افزایش سطح نایمنی دلبستگی، کمال‌گرایی منفی افزایش پیدا می‌کند. این یافته‌های پژوهش را که با یافته‌های رایس و میرزاده [۲۳] مطابقت می‌کنند، می‌توان بر حسب چند احتمال در رابطه با فرضیه‌های اول و چهارم پژوهش تبیین کرد:

سبک دلبستگی در چارچوب روابط والدین- کودک شکل می‌گیرد و طبق نظر بالبی [۱]، این تجربه‌های تعاملی نخستین درون‌سازی (internalize) می‌شوند و با تشکیل مدل‌های درون‌کاری (internal working models) تداوم می‌یابند. مدل‌های درون‌کاوی به عنوان معادل‌های درونی ویژگی‌های والدین، بازخوردها و انتظارات فرد از «خود» و «دیگران» را سازمان می‌دهند. «اعتماد» به خود و دیگران و «انتظارات واقع بینانه» از خود و دیگران، که از ویژگی‌های سبک دلبستگی ایمن محسوب می‌شوند، باعث تقویت کمال‌گرایی مثبت در افراد ایمن می‌شوند (فرضیه اول). این افراد می‌توانند جنبه‌های مطلوب و نامطلوب خود را بپذیرند و خودشان را با القاب مثبت توصیف کنند و در عین حال به «کمتر از کامل» بودن خود اذعان کنند [۲۹، ۲۸ و ۳۰]. در نقطه مقابل، سبک‌های دلبستگی نایمن (اجتنابی، دوسوگرا) با ویژگی‌های «بی‌اعتمادی» به خود و دیگران و «انتظارات غیرواقع بینانه» از خود و دیگران، به تقویت کمال‌گرایی منفی در افراد نایمن کمک می‌کنند (فرضیه چهارم). این افراد، ناتوان از پذیرش محدودیت‌های شخصی، خود را «کامل» توصیف می‌کنند و به منظور پنهان ساختن احساسات ناراضح‌مند، خود و دیگران را آرمانی‌سازی می‌کنند [۳۰]. بر این اساس، سبک

دلبستگی فرد از طریق مدل‌های درون‌کاری کیفیت کمال‌گرایی را مشخص می‌کند.

سبک دلبستگی از طریق مکانیسم تنظیم عواطف (affect regulation) [۲، ۳] کیفیت کمال‌گرایی را تحت تأثیر قرار می‌دهد. افراد دارای سبک دلبستگی نایمن آموخته‌اند که برای حفظ تماس با نگاره دلبستگی (attachment figure) (معمولاً والدین، مخصوصاً مادر)، نیازهای عاطفی خود را نادیده بگیرند [۲۲ و ۳۱] و عواطف منفی را فرونشاندند [۳۲ و ۳۳]. هدف مکانیسم تنظیم عواطف از این «نادیده‌انگاری» نیازهای عاطفی و فرونشانی (suppression) عواطف منفی، کامل‌نمایی است: خصیصه‌ای که بر ناتوانی فرد در پذیرش محدودیت‌های شخصی تکیه می‌زند (فرضیه چهارم). این وضعیت که با ویژگی‌های کمال‌گرایی منفی مطابقت می‌کند، در افراد دارای سبک دلبستگی تقریباً معکوس شکل می‌گیرد. مکانیسم تنظیم عواطف در این افراد تحت تأثیر الزام «نادیده‌انگاری» نیازهای عاطفی و «فرونشانی» عواطف منفی به منظور حفظ تماس با نگاره دلبستگی عمل نمی‌کند و کامل‌نمایی به مثابه یک ضرورت بر فرد تحمیل نمی‌شود (فرضیه اول). 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 می‌سازد؛ مکانیسم‌هایی که به صورت مستقیم یا از طریق مشکلات روان‌شناختی باعث پیدایش و تداوم کمال‌گرایی منفی می‌شوند (فرضیه چهارم). برعکس، افراد دارای سبک دلبستگی ایمن، بی‌نیاز از به‌کارگیری این مکانیسم‌ها برای «جبران» نایمنی و کمبودهای مرتبط با پیوندهای دلبستگی، نه تنها از کمال‌گرایی منفی فاصله می‌گیرند که فارغ از مشکلات روان‌شناختی پیامد به‌کارگیری مکانیسم‌های پیش‌گفته، به تقویت کمال‌گرایی مثبت می‌پردازند (فرضیه اول).

محدودیت جامعه آماری پژوهش و نوع پژوهش، محدودیت‌هایی را در زمینه تعمیم یافته‌ها، تفسیرها و اسنادهای علت‌شناختی متغیرهای مورد بررسی مطرح می‌کند که باید در نظر گرفته شوند. به علاوه، مشکلات احتمالی مربوط به اعتبار ابزار مورد استفاده در این پژوهش را نباید از نظر دور داشت. برای بررسی دقیق‌تر رابطه سبک‌های دلبستگی با کمال‌گرایی، انجام پژوهش‌هایی که

پژوهش‌های بالینی در مورد نمونه‌های مبتلا به اختلالات روان‌شناختی مختلف برای تکمیل دانش بالینی در زمینه نقش آسیب‌زای اختلالات دلبستگی و کمال‌گرایی، و پیامد آن تدارک روش‌های مناسب برای پیشگیری و درمان، یک ضرورت محسوب می‌شود.

بر اساس آن‌ها رابطه سبک‌های دلبستگی با ابعاد کمال‌گرایی از جمله کمال‌گرایی خویش‌نمون (self-oriented perfectionism)، کمال‌گرایی دیگرمدار (other-oriented perfectionism) و کمال‌گرایی جامعه‌مدار (socially prescribed perfectionism) مورد بررسی قرار گیرد، پیشنهاد می‌شود. علاوه بر یافته‌های غیربالینی، انجام

منابع

1. Bowlby, J. (1969) *Attachment and loss: Vol. I. Attachment*. New York: Basic Books.
2. Bowlby, J. (1973). *Attachment and loss: separation*. New York: Basic Books.
3. Bowlby, J. (1980) *Attachment and loss: sadness and depression*. New York: Basic Books.
4. Hazan, C., & Shaver, P. R. (1987) Romantic love conceptualized as an attachment process. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52, 511-524.
5. Ainsworth, M. D. S., Blehar, M. C., Waters, E., & Wall, S. (1978) *Patterns of attachment: a psychological study of the strange situation*. Hillsdale, NJ: Erlbaum.
6. Burns, D. D. (1980) The perfectionist's script for self-defeat. *Psychology Today*, 14, 34-52.
7. Dunkley, D. M., Zuroff, D. C., & Balnkstein, K. R. (2006) Specific perfectionism components versus self-criticism in predicting maladjustment. *Personality and Individual Differences*, 40, 665-676.
8. Frost, R. O., Marten, P., Lahart, C., & Rosenblate, R. (1990) The dimensions of perfectionism. *Cognitive Therapy and Research*, 14, 449-468.
9. Flett, G. L., & Hewitt, P. L. (2002) Perfectionism and maladjustment: an overview of theoretical, definitional, and treatment issues. In G. L. Flett & P. L. Hewitt (Eds.), *Perfectionism: theory, research and treatment* (pp. 5-32). Washington, DC, USA: APA.
10. Hamachek, D. E. (1978) Psychodynamics of normal and neurotic perfectionism. *Psychology*, 15, 27-33.
11. Stumpf, H., Parker, W. D. (2000) A hierarchical structural analysis of perfectionism and its relation to other personality characteristics. *Personality and Individual Differences*, 28, 837-852.
12. Stoeber, J., & Otto, K. (2006) Positive conceptions of perfectionism: approaches, evidence, challenges. *Personality and Social Psychology Review*, 10, 295-319.
13. Ashby, J. S., Rice, K. G., & Martin, J. L. (2006) Perfectionism, shame, and depressive symptoms. *Journal of Counseling and Development*, 84, 148-156.
14. Fedewa, B. A., Burns, L. R., & Gomez, A. A. (2005) Positive and negative perfectionism and the shame/guilt distinction: adaptive and maladaptive characteristics. *Personality and Individual Differences*, 38, 1609-1619.
15. Suddarth, B. H., & Slaney, R. B. (2001) An investigation of the dimensions of perfectionism in college students. *Measurement and Evaluation in Counseling and Development*, 34, 157-165.
16. Parker, W. D. (1997) An empirical typology of perfectionism in academically talented children. *American Educational Research Journal*, 34, 545-562.
17. Terry-short, L. A., Owens, R. G., Slade, P. D., & Dewey, M. E. (1995) Positive and negative perfectionism. *Personality and Individual Differences*, 18, 663-668.
18. Davis, C. (1997) Normal and neurotic perfectionism in eating disorders: an interactive model. *International Journal of Eating Disorders*, 22, 421-426.
19. Frost, R. O., Heimberg, R. G., Holt, C. S., Mattia, J. I., & Neubauer, A. L. (1993) A comparison of two measures of perfectionism. *Personality and Individual Differences*, 14, 119-126.
20. Blatt, S. J. (1995) The destructiveness of perfectionism: implications for the treatment of depression. *American Psychologist*, 50, 1003-1020.
21. Slade, P. D., & Owens, R. G. (1998) A dual process model of perfectionism based on reinforcement theory. *Behavior Modification*, 22, 372-390.
22. Sorotzkin, B. (1998) Understanding and treating perfectionism in religious adolescents. *Psychotherapy*, 35, 87-95.
23. Rice, K. G., & Mirzadeh, S. S. (2000) Perfectionism, attachment, and adjustment. *Journal of Counseling Psychology*, 47, 238-250.
- ۲۴- بشارت محمدعلی (۱۳۷۹) هنجاریابی مقیاس دلبستگی بزرگسال. گزارش پژوهشی. دانشگاه تهران.
- ۲۵- بشارت، محمدعلی (۱۳۸۲) قابلیت اعتماد (پایایی) و درستی (اعتبار) مقیاس کمال‌گرایی مثبت و منفی. *مجله علوم روانشناختی*، ۸، صص ۳۵۹-۳۴۶.
26. Coopersmith, S. (1967) *The Antecedents of Self-Esteem*. San Francisco: Freeman.
27. Goldberg, D. P. (1972) The detection of psychiatric illness by questionnaire. *Maudsley Monograph*, 21. Oxford: Oxford University Press.
28. Crittenden, P. M. (1994) Peering in to the black box: an exploratory treatise on the development of self in young children. In D. Cicchetti & S. L. Toth (Eds.), *Rochester Symposium on Developmental Psychopathology: disorders and dysfunctions of the self* (vol. 5, pp. 79-148). Rochester, NY: University of Rochester Press.

29. Cassidy, J., & Shaver, P. (1999) *Handbook of attachment: theory, research and clinical applications*. New York: Guilford Press.
30. Harter, S. (1998) The development of self-representations. In W. Damon & N. Eisenberg (Eds.), *Handbook of child psychology: vol. 3*. (pp. 553-617). New York; Wiley.
31. Miller, S. B. (1996) *Shame in context*. Hillsdale, NJ: Analytic Press.
32. Saarni, C., Mumme, D. L., & Campos, J. J. (1998) Emotional development: action, communication, and understanding. In W. Damon & N. Eisenberg (Eds.), *Handbook of child psychology: vol. 3*. (pp. 237-309). New York; Wiley.
33. Cassidy, J. (1994) Emotion regulation: influences of attachment relationships. In N. Fox (Ed.), *Biological and behavioral foundations of emotion regulation*. Monographs of the Society for Research in Child Development, 59 (240).