

رابطه میان سبک‌های دلبستگی و سازگاری اجتماعی

نویسندگان: رزیتا امانی^{۱*}، دکتر عذرا اعتمادی^۲،
دکتر مریم فاتحی‌زاده^۳ و دکتر فاطمه بهرامی^۳

۱. دانشجوی دکترای مشاوره خانواده دانشگاه اصفهان
۲. استادیار گروه مشاوره خانواده دانشگاه اصفهان
۳. دانشیار گروه مشاوره خانواده دانشگاه اصفهان

* E-mail: ramani@basu.ac.ir

چکیده

پژوهش حاضر به منظور تعیین رابطه سبک‌های دلبستگی و سازگاری انجام شده است. روش پژوهش توصیفی از نوع همبستگی بود. نمونه‌گیری به روش چندمرحله‌ای و نمونه شامل ۱۵۰ نفر از دانشجویان دانشگاه بوعلی سینا بود. سبک‌های دلبستگی به وسیله مقیاس دلبستگی بزرگسال (AAS) هازن و شاور و سازگاری به وسیله پرسش‌نامه سازگاری بزرگسال بل سنجیده شد. یافته‌ها نشان داد که بین سبک‌های دلبستگی و میزان سازگاری رابطه معنی‌داری وجود دارد، به این ترتیب که رابطه مثبت معنی‌داری بین سبک دلبستگی ایمن و سازگاری ($r = 0/16$)، رابطه منفی معنی‌دار بین سبک دلبستگی ناایمن اجتنابی و سازگاری ($r = -0/23$) و رابطه منفی معنی‌دار بین سبک دلبستگی ناایمن دوسوگرا و سازگاری وجود دارد ($r = -0/35$). سبک دلبستگی ایمن توان پیش‌بینی میزان سازگاری را دارد. در تبیین یافته‌ها، بار دیگر بر نقش بنیادی و پویای کیفیت پیوندهای عاطفی نخستین بین کودک و مادر در شکل‌گیری، استقرار و تداوم اعتماد اساسی تأکید شده است و در دسترس بودن و پاسخگویی عاطفی، بلوک‌های سازنده روابط ایمن و سازگارانه دوره‌های رشدی بعدی تلقی بودند.

کلید واژه‌ها: سبک دلبستگی، سازگاری، دانشجو

روان‌شناسی بالینی و شخصیت

دانشور
رفتار

• دریافت مقاله: ۱۳۸۹/۷/۸

• پذیرش مقاله: ۱۳۹۰/۴/۱۸

Scientific-Research Journal
Of Shahed University
Nineteenth Year, No.6
Spring & Summer 2012

Clinical Psy & Personality

دوفصلنامه علمی- پژوهشی

دانشگاه شاهد

سال نوزدهم- دوره جدید- شماره ۶
بهار و تابستان ۱۳۹۱

مقدمه

هر انسانی می‌کوشد تا خود را با محیط فیزیکی و روانی‌اش سازگار کند، زیرا انطباق با شرایط مختلف، از سلامت روانی آدمی حکایت دارد؛ البته این سازگاری^۱ به معنای هم‌رنگی و پیروی ناهشیار نیست بلکه می‌تواند دگرگونی را نیز به همراه داشته باشد. گاهی به لحاظ بروز عوامل تنش‌زا، سازگاری انسان دچار اشکال شده، به بروز رفتارهای ناسازگار منجر می‌شوند؛ بنابراین سازگاری، مجموعه کنش‌ها و رفتارهایی است که فرد در موقعیت‌ها و شرایط جدید به منظور ارائه پاسخ‌های مناسب به محرک‌های موجود از خود برومی‌دهد (۱).

یکی از مهم‌ترین مسائل و مشکلات اجتماعی امروزه در جوامع گوناگون، نابهنجاری‌های رفتاری و روانی و روش‌های مقابله با آنهاست، تردیدی نیست که در مسئله بهداشت روانی، سازگاری روزبه‌روز، بیشتر اهمیت می‌یابد.

در دیدگاه راجرز، شخصیت ناسازگار، همان فردی است که مورد تهدید درونی واقع شده‌است و برعکس افراد سازگار، شخصیت‌هایی به‌نظر می‌رسند که در وجودشان هیچ نشانی از احساس تهدید نمی‌توان یافت (۱).

از آنجاکه سازگاری می‌تواند واجد طیف گسترده‌ای باشد و ابعادی مانند اجتماع، خانواده، عواطف، شغل، بهداشت و ازدواج را شامل شود، برخی از صاحب‌نظران، سازگاری اجتماعی را رأس سایر ابعاد تلقی می‌کنند. ابعاد مسئله سازگاری ممکن است در هر دوره از زمان و در هر مرحله از تحولات اجتماعی تغییر کنند؛ اما جامعه‌ای نیست که با مسئله ناسازگاری افراد خود مواجه نباشد. خوشبختانه بیشتر افراد با محیط خود هماهنگ هستند و بدون برخورد و اصطکاک با دیگران، خود را با گروهی که با آن وابسته‌اند، تطبیق می‌دهند ولی افراد دیگری نیز هستند که با عادات و خصوصیات فکری و رفتاری خاص و نابهنجار، سازگاری اجتماعی خود را به اختلال دچار می‌کنند. فرایند سازگاری و ناسازگاری را باید خطی پیوسته، طولانی و مدرج تجسم کرد که هر نقطه از آن، درجه‌ای از سازگاری را بیان می‌کند.

عوامل اجتماعی مهمی در بروز سازگاری نقش دارند که یکی از این عوامل، پاسخ‌دهی والد به نیازهای

کودک در دوران کودکی است و به تشکیل سبک‌های دلبستگی^۲ در کودک منجر می‌شود (۲).

بالبی^۳ بیان می‌کند که روابط کودک با مراقبان (مادر یا جانشین مادر) در سال‌های اولیه زندگی به تشکیل الگوهای روانی خاصی منجر می‌شود که مبنای روابط بین‌فردی در بزرگسالی است (۲).

دلبستگی، رابطه هیجانی خاصی است که مستلزم تبادل لذت، مراقبت و آسایش است. جان بالبی، پژوهش‌هایی گسترده درباره مفهوم دلبستگی به‌عمل آورده و دلبستگی را چنین توصیف کرده‌است: «ارتباط و پیوند روانی پایدار میان دو انسان» (۲). ویژگی‌های بهنجار و نابهنجار روابط بین‌فردی به گونه‌ای عمیق از سبک دلبستگی اشخاص تأثیر می‌پذیرد؛ بنابراین نتایج پژوهش‌ها، دلبستگی ایمن با ویژگی‌های ارتباطی مثبت، شامل صمیمیت و خرسندی، دلبستگی اجتنابی با سطوحی پایین‌تر از صمیمیت و تعهد و دلبستگی دوسوگرا با شور و هیجان و دل‌مشغولی درباره روابط توأم با خرسندی کم، مرتبط است (۳).

به‌نظر می‌رسد که سبک‌های دلبستگی در ایجاد سازگاری روانی و اجتماعی فرد، نقشی بسزا داشته باشد. بررسی ادبیات پژوهشی از ارتباط میان سبک‌های دلبستگی و سازگاری در موقعیت‌های مختلف حاکی است. در پژوهش نیگل و ساندرین^۴، میان سبک دوسوگرا در زنان بیوه و کاهش میزان سازگاری، ارتباطی معنادار گزارش شده‌است (۴). نتایج پژوهش آلن^۵ و همکاران نشان داد که سبک دلبستگی ناایمن در کودکان و نوجوانان با عملکرد روان شناختی ناکارآمد آنها ارتباط دارد (۵). یافته‌های مطالعه نیکلسون^۶ از ارتباط الگوهای رفتاری سازش‌نیافته و کنش‌وری روانی-اجتماعی با سبک دلبستگی ناایمن حکایت داشت (۶). نتایج تحقیق مارش^۷ و همکاران از ارتباط دلبستگی ناایمن با مشکلات رفتاری و نشانه‌های رفتار پرخطر در سال‌های بعدی زندگی حکایت می‌کند (۷). پژوهش رایس و میرزاده^۸ از رابطه دلبستگی با عملکرد و رفتار سازگاران در مدرسه حاکی بوده‌است (۸).

1- Adjustment
3- Bowlby
5- Allen
7- Marsh

2- Attachment Styles
4- Nigel & Sundin
6- Nicholson
8- Rice & Mirzadeh

روش

این پژوهش توصیفی، از نوع همبستگی است که در آن رابطه میان سبک‌های دلبستگی و سازگاری سنجیده می‌شود.

جامعه آماری، روش نمونه‌گیری و نمونه

جامعه آماری در این پژوهش، همه دانشجویان ورودی دانشگاه بوعلی سینا در سال تحصیلی ۸۹-۱۳۸۸ بوده‌اند که بنا بر اطلاعات کسب‌شده از اداره آموزش دانشگاه هزار نفر بوده‌اند. در این پژوهش برای تعیین حجم نمونه از فرمول کوکران
$$n = \frac{Nz^2p(1-p)}{d^2(N-1) + z^2p(1-p)}$$
 استفاده شد که در آن N معرف جامعه آماری، Z سطح اطمینان ۹۵ درصد است که معادل آن در جدول توزیع Z برابر ۱/۹۶ است، P میزان شیوع صفت موردنظر است که در این پژوهش با توجه به نتایج مطالعه انجام‌شده پیشین، ۲۰ درصد دانشجویان دارای سازگاری اجتماعی پایین و بیشتر دانشجویان (۸۰ درصد) دارای سازگاری اجتماعی بالا بوده‌اند (۱۱) و d برابر با میزان دقت است که پژوهشگران، اغلب آن را ۰/۰۵ در نظر می‌گیرند (۱۲) و بدین صورت محاسبه می‌شود.
$$196 = \frac{1000 \times 1/96^2 \times 0.2(0.8)}{0.5^2(999) + 1/96^2 \times 0.2(0.8)}$$
 تکمیل‌نشدن تعدادی از پرسش‌نامه‌ها در نهایت، تعداد نمونه ۱۵۰ نفر در نظر گرفته شد. روش نمونه‌گیری در این پژوهش از نوع نمونه‌گیری چندمرحله‌ای بود. نمونه مورد بررسی در دو مرحله و به صورت تصادفی از جامعه پژوهش انتخاب شد بدین صورت که در مرحله اول، تعداد پنج دانشکده از مجموع دانشکده‌های دانشگاه بوعلی سینا و سپس یک کلاس از هر دانشکده به صورت تصادفی انتخاب شدند؛ بدین ترتیب، ۱۵۰ نفر (۶۹ دانشجوی دختر و ۸۱ دانشجوی پسر) به‌عنوان نمونه برگزیده شدند.

روش اجرا

پس از هماهنگی‌های لازم با مسئولان مرتبط و بعد از جلب مشارکت و همکاری آزمودنی‌ها، پرسش‌نامه‌های دلبستگی بزرگسال و مقیاس سازگاری بل، میان آنها توزیع شد و از آنها خواسته شد تمامی ماده‌های آزمون‌ها را با دقت بخوانند و پرسش‌نامه‌ها را

برانفیلد و تامسون^۱ در مطالعه خود، ارتباط میان دلبستگی ناپایمن با گروه همسال و رفتار بزهکارانه را گزارش داده‌اند (۹). نتایج پژوهش روزن اشتهاین و هرویتز^۲ نشان‌دهنده رابطه میان دلبستگی نوجوانی و آسیب‌های روان‌شناختی مانند افسردگی، اضطراب، اختلال شخصیت ضداجتماعی و اختلال سازگاری بوده‌است (۱۰).

با توجه به اینکه سازگاری یکی از اصلی‌ترین نشانه‌های سلامت روانی محسوب شده‌است و اهمیت آن در تمام جنبه‌های زندگی اعم از فردی، خانوادگی، تحصیلی، شغلی و اجتماعی روشن است و این موضوع که انسان از طریق سازش‌یافتگی با شرایط جدید، اضطراب، تنیدگی و افسردگی را در خود کاهش می‌دهد و سلامت روانی خود را حفظ می‌کند و زمینه را برای موفقیت خود فراهم می‌آورد.

هرچند برای شناسایی عوامل مرتبط با سازگاری تلاش‌های نظری و تجربی زیادی صورت گرفته‌است اما تلاش کمتری متوجه شناسایی نقش سبک‌های دلبستگی در سازگاری بوده‌است و همچنین مطالعات انجام‌شده بیشتر درباره جمعیت عمومی و نه اقشاری خاص از جامعه به‌ویژه دانشجویان بوده‌است. از آنجاکه به‌نظر می‌رسد پژوهش‌هایی محدود در زمینه بررسی ارتباط میان سبک‌های دلبستگی و میزان سازگاری انجام شده‌است، انجام پژوهشی در این زمینه دارای اهمیتی بسزا است؛ بنابراین هدف اصلی پژوهش حاضر، بررسی رابطه میان این دو متغیر است؛ از اهداف دیگر می‌توان به بررسی انواع سبک‌های دلبستگی و میزان سازگاری دانشجویان، تفاوت‌های جنسیتی در زمینه دلبستگی و سازگاری در میان آنها و نیز پیش‌بینی میزان سازگاری از طریق سبک‌های دلبستگی آنها اشاره کرد. با توجه به اهمیت سازگاری در حیطه‌های فردی، خانوادگی و اجتماعی و تأثیرهای آن در عرصه زندگی، در این پژوهش، این مسئله اساسی مطرح است که سبک دلبستگی و میزان سازگاری در دانشجویان چگونه است و چه ارتباطی میان سبک دلبستگی و میزان سازگاری وجود دارد؟

دو سوگرا محاسبه شد که همه در سطوح $\alpha=0/05$ و $\alpha=0/01$ معنی دار هستند.

۲- پرسش نامه سازگاری بزرگسال بل^۳: برای سنجش سازگاری از فرم کوتاه پرسش نامه بل^۴ استفاده شده است که دارای ۳۱ پرسش بوده و در پنج سطح (سازگاری در خانه، تندرستی، اجتماعی، عاطفی و شغلی) سازگاری فرد را می‌سنجد؛ دلاور، این آزمون را در ایران هنجاریابی کرده است. ضرایب اعتبار هر یک از قسمت‌های پرسش نامه و کل نمرات به روش همبستگی موارد فرد و زوج و استفاده از فرمول اسپیرمن، براون به ترتیب ۹۱، ۸۱، ۸۸ و ۹۴ درصد بوده است. ضریب اعتبار این پرسش نامه با استفاده از شیوه بازآزمایی روی ۱۰۵ دختر و پسر تهران ۹۷ درصد گزارش شده است.

پایایی پرسش نامه از طریق ضریب آلفای کرونباخ برای کل پرسش نامه روی یک گروه ۳۰ نفری برابر ۹۴ درصد و برای پنج مقیاس آن بدین شرح؛ سازگاری در خانه ۷۰ درصد، تندرستی ۷۲ درصد، اجتماعی ۷۳ درصد، عاطفی ۸۱ درصد و شغلی ۸۵ درصد بوده است. روایی این پرسش نامه نیز مناسب گزارش شده است. اجرای این پرسش نامه به صورت فردی و گروهی است. در این پژوهش، نمره کلی سازگاری گزارش شده است که در آن هر چه نمره فرد بالاتر باشد، میزان سازگاری وی پایین تر است (۱۴).

روش‌های آماری در این پژوهش، «آزمون همبستگی پیرسون، آزمون t مستقل، آزمون تحلیل واریانس یک راهه و رگرسیون» را دربرمی‌گیرد که با استفاده از نرم افزار spss 16 انجام شده است.

نتایج

توصیف اطلاعات

الف) مشخصات جمعیت شناختی دانشجویان

از مجموع نمونه آماری مورد مطالعه، ۶۹ نفر (۶۷ درصد) دختر و ۸۱ نفر (۵۴ درصد) پسر بودند. رشته تحصیلی ۹۶ نفر (۶۴ درصد) علوم انسانی، ۳۱ نفر (۲۰/۷ درصد) علوم پایه و ۱۰ نفر (۶/۷ درصد) فنی و مهندسی بود. ۱۳ نفر (۸/۷ درصد) رشته تحصیلی خود

در کلاس‌های دانشگاه تکمیل کنند؛ همچنین به منظور کنترل تأثیر ترتیب آزمودنی‌ها، در نیمی از پرسش نامه‌ها، سبک دلبستگی و در نیمی دیگر سازگاری در ابتدا قرار داده شده بود. میانگین وقت لازم برای تکمیل پرسش نامه‌ها ۲۵ دقیقه بود.

ابزارهای تحقیق

در این پژوهش از دو ابزار استاندارد برای سنجش متغیرها استفاده شد که عبارت‌اند از:

۱- مقیاس دلبستگی بزرگسال^۱: سبک دلبستگی آزمودنی‌ها در این پژوهش به وسیله مقیاس دلبستگی بزرگسال تعیین شد؛ این مقیاس با استفاده از مواد آزمون دلبستگی هازان و شاور^۲ ساخته و سپس درباره دانشجویان دانشگاه تهران هنجاریابی شده است (۱۳).

این ابزار، پرسش نامه‌ای دو قسمتی است که در قسمت اول، سه سبک دلبستگی ایمن، اجتنابی و دوسوگرا با ۲۱ پرسش در مقیاس پنج درجه لیکرت (هیچ=۱، کم=۲، متوسط=۳، زیاد=۴ و خیلی زیاد=۵) از هم متمایز می‌شوند. ضریب آلفای کرونباخ پرسش‌های هر یک از زیرمقیاس‌های ایمن، اجتنابی، دوسوگرا، درباره یک نمونه دانشجویی (N=۲۴۰) برای کل آزمودنی‌ها به ترتیب ۷۴، ۷۲ و ۷۲ درصد برای دانشجویان دختر و برای دانشجویان پسر ۷۳، ۷۱ و ۷۲ درصد بود که نشانه هماهنگی درونی مقیاس دلبستگی بزرگسال است؛ در قسمت دوم، آزمودنی با انتخاب یک گزینه از سه گزینه‌ای که نوع دلبستگی را توصیف می‌کنند، سبک دلبستگی خود را مشخص می‌کند. ضریب همبستگی میان نمره‌های آزمودنی‌ها در دو قسمت پرسش نامه برای آزمودنی‌های دختر و پسر به ترتیب ۸۵ و ۸۷ درصد بود. ضریب قابلیت بازآزمایی مقیاس دلبستگی بزرگسال برای یک نمونه ۳۰ نفری در دو نوبت با فاصله دو هفته برای کل آزمودنی‌ها $r=0/92$ ، آزمودنی‌های پسر $r=0/93$ و آزمودنی‌های دختر $r=0/90$ محاسبه شد. اعتبار محتوای مقیاس دلبستگی بزرگسال با سنجش ضرایب همبستگی میان نمره‌های ۴ نفر از متخصصان روان‌شناسی بررسی شد براساس نتایج به دست آمده، ضرایب همبستگی از ۷۳ تا ۷۶ درصد برای سبک دلبستگی ایمن از ۶۰ تا ۷۶ درصد برای سبک دلبستگی اجتنابی ۶۳ تا ۸۷ درصد برای سبک دلبستگی

1- Adult Attachment Scale

2- Hazan & Shaver

3- Bell Adult Adjustment Inventory

4- Bell

دانشجویان با سبک دلبستگی دوسوگرا ۲۵/۹۳ است. به‌نظرمی‌رسد میان سازگاری دانشجویان با سبک‌های دلبستگی مختلف تفاوت وجود دارد. برای بررسی بیشتر از آزمون تحلیل واریانس یک‌طرفه استفاده شد.

نتایج آزمون تحلیل واریانس با $f(۲/۱۴۷)=۱۴/۳۹$ با مقدار بحرانی $sig=0/000$ تفاوتی معنادار را میان میزان سازگاری دانشجویان با سبک‌های دلبستگی مختلف نشان می‌دهد ($p<0/05$)؛ بنابراین نتیجه‌می‌گیریم که میان سبک‌های دلبستگی و میزان سازگاری، تفاوتی معنادار وجود دارد. نتایج آزمون تعقیبی توکی نشان داد که میزان سازگاری دانشجویانی که دارای سبک دلبستگی ایمن هستند از سازگاری دانشجویانی که دارای سبک دلبستگی دوسوگرا یا اجتنابی هستند، بیشتر است که در جدول گزارش نشده است.

فرضیه دوم: میان سبک دلبستگی ایمن و سازگاری، رابطه وجود دارد.

فرضیه سوم: میان سبک دلبستگی ناایمن اجتنابی و سازگاری، رابطه وجود دارد.

فرضیه چهارم: میان سبک دلبستگی ناایمن دوسوگرا و سازگاری، رابطه وجود دارد.

را بیان‌نکرده بودند. میانگین سن دانشجویان ۲۰/۹۵ سال، کم‌سن‌ترین ۱۸ سال و مسن‌ترین ۲۶ سال بود. انحراف استاندارد سن دانشجویان ۱/۸۷ بود.

ب) متغیرهای پژوهش

میانگین سبک دلبستگی ایمن دانشجویان ۱۴/۳۶، سبک دلبستگی اجتنابی ۱۱/۹۴ و سبک دلبستگی دوسوگرا در دانشجویان ۱۲/۹۴ است؛ بنابراین سبک دلبستگی ایمن، سبک دلبستگی غالب در میان دانشجویان است. از مجموع نمونه آماری مورد مطالعه، سبک دلبستگی ۷۷ نفر (۵۱/۳ درصد) ایمن، ۲۵ نفر (۱۶/۷ درصد) اجتنابی، ۴۸ نفر (۳۲ درصد) دوسوگراست؛ بنابراین سبک بیشتر دانشجویان دارای سبک دلبستگی ایمن است و سبک‌های دلبستگی دوسوگرا و اجتنابی به‌ترتیب در اولویت‌های بعدی قرار دارد.

ج) تحلیل اطلاعات

فرضیه اول: میان سبک‌های دلبستگی و میزان سازگاری تفاوت وجود دارد.

همچنان‌که در جدول ۱ مشاهده می‌شود، میانگین نمره سازگاری دانشجویان با سبک دلبستگی ایمن ۲۰/۴۴، دانشجویان با سبک دلبستگی اجتنابی ۲۴/۴۸ و

جدول ۱. توصیف اطلاعات میزان سازگاری دانشجویان با توجه به نوع سبک دلبستگی

سبک‌های دلبستگی	تعداد	میانگین نمره سازگاری	انحراف معیار
دلبستگی ایمن	۷۷	۲۰/۴۴	۶/۱۱
دلبستگی اجتنابی	۲۵	۲۴/۴۸	۵/۲۸
دلبستگی دوسوگرا	۴۸	۲۵/۹۳	۵/۵۴

جدول ۲. نتایج تحلیل واریانس یک‌طرفه میزان سازگاری دانشجویان با توجه به سبک دلبستگی

سبک دلبستگی					متغیر مستقل
Sig	F	MS	d.f	SS	متغیر وابسته
۰/۰۰۰	۱۴/۳۹	۴۸۵/۲۷	۲	۹۷۰/۵۵	سازگاری
		۳۳/۷۱	۱۴۷	۴۹۵۶/۰۴	بین‌گروهی
			۱۴۹	۵۹۲۶/۵۹	درون‌گروهی (خطا)
					کل

جدول ۳. بررسی رابطه میان سبک دلبستگی ایمن، اجتنابی و دوسوگرا با سازگاری دانشجویان

تعداد	r	سطح معنی‌داری
۱۵۰	۰/۱۶۶	۰/۰۴۲
۱۵۰	-۰/۲۳۱	۰/۰۰۴
۱۵۰	-۰/۳۵۴	۰/۰۰۰

وجود دارد ($p < 0/05$)؛ بنابراین با افزایش سبک دلبستگی ناایمن دوسوگرا در دانشجویان، میزان سازگاری آنان کاهش می‌یابد.

فرضیه پنجم: میان سازگاری و سبک‌های دلبستگی دختران و پسران، تفاوت وجود دارد.

نتایج آزمون t-test (جدول ۴) بیانگر آن است که هر چند میانگین سبک‌های دلبستگی دانشجویان پسر بیشتر از میانگین سبک‌های دلبستگی دانشجویان دختر است، این تفاوت از نظر آماری معنادار نیست ($p > 0/05$)؛ به عبارت دیگر، میان سبک‌های دلبستگی دختران و پسران تفاوت معناداری وجود ندارد؛ اما نتایج آزمون t-test نشان داد که میانگین نمره سازگاری دانشجویان دختر (۲۱/۰۲) بیشتر از میانگین نمره سازگاری دانشجویان پسر (۲۵/۰۴) بوده، این تفاوت از نظر آماری معنادار است ($p < 0/05$)؛ بنابراین تفاوت معنی‌داری میان میزان سازگاری دانشجویان دختر و پسر وجود دارد و میزان سازگاری دانشجویان دختر، بیشتر از دانشجویان پسر است.

نتایج آزمون همبستگی پیرسون (جدول ۳) نشان می‌دهد که میان سبک دلبستگی ایمن و میزان سازگاری رابطه مثبت معناداری وجود دارد ($p < 0/05$)؛ بنابراین نتیجه می‌گیریم که میزان سازگاری دانشجویانی که دارای سبک دلبستگی ایمن بالاتری بوده‌اند، بیشتر است؛ یعنی با افزایش سبک دلبستگی ایمن در دانشجویان، میزان سازگاری آنان افزایش می‌یابد. میان سبک دلبستگی ناایمن اجتنابی و میزان سازگاری، رابطه منفی معناداری وجود دارد ($p < 0/05$)؛ بنابراین با افزایش سبک دلبستگی ناایمن اجتنابی در دانشجویان، میزان سازگاری آنان کاهش می‌یابد. میان سبک دلبستگی ناایمن دوسوگرا و میزان سازگاری رابطه منفی معناداری

جدول ۴. مقایسه میانگین سازگاری و سبک‌های دلبستگی در میان دانشجویان دختر و پسر

سطح معنی‌داری	درجه آزادی	مقدار t	خطای معیار میانگین	انحراف معیار	میانگین	تعداد	شاخص دلبستگی / جنسیت	
							دختر	پسر
۰/۱۸	۱۴۸	-۱/۳۴	۰/۴۴	۳/۷۱	۱۳/۹۲	۶۹	ایمن	
			۰/۳۹	۳/۵۷	۱۴/۷۲	۸۱	پسر	
۰/۱۶	۱۴۸	-۱/۴	۰/۴۱	۳/۴۸	۱۱/۴۶	۶۹	ناایمن اجتنابی	
			۰/۴۵	۴/۰۹	۱۲/۳۴	۸۱	پسر	
۰/۰۸۹	۱۴۸	-۱/۷۱	۰/۶۷	۵/۵۸	۱۲/۰۸	۶۹	ناایمن دوسوگرا	
			۰/۶۲	۵/۶۵	۱۳/۶۶	۸۱	پسر	
۰/۰۰۰	۱۴۸	۴/۰۹	۰/۶۶	۵/۹	۲۱/۰۲	۶۹	سازگاری	
			۰/۷۲	۶/۰۵	۲۵/۰۴	۸۱	پسر	

جدول ۵. نتایج تحلیل رگرسیون چندمتغیره و ضرایب مرتبط

t	خطای معیار	Beta	B	سطح معنی‌داری	آماره F	میانگین مجموع مربعات	مجموع مربعات	درجه آزادی	منبع تغییرها	
				۰/۰۰۰	۲۱/۱۷	۷۴۱/۷۳	۷۴۱/۷۳	۱	رگرسیون	مرحله ۱
							۳۵/۰۳	۱۴۸	باقی‌مانده	
							۵۹۲۶/۵۹	۱۴۹	مجموع	
				۰/۰۰۰	۱۶/۴۱	۵۴۱/۰۸	۱۰۸۲/۱۶	۲	رگرسیون	مرحله ۲
							۳۲/۹۵	۱۴۷	باقی‌مانده	
							۵۹۲۶/۵۹	۱۴۹	مجموع	
۱۱/۳۲	۲/۰۴		۲۳/۱۵	۰/۰۰۰					مقدار ثابت	
۵/۲	۰/۰۸	۰/۴	-۰/۴۴	۰/۰۰۰					دلبستگی دوسوگرا	
۳/۲	۰/۱۳	۰/۲۴	۰/۴۲	۰/۰۰۲					دلبستگی ایمن	

۲۳/۱۵ + دلبستگی دوسوگرا ۰/۴۴ - دلبستگی ایمن
 $Y = ۰/۴۲$ سازگاری

ضریب مدل رگرسیون نشان می‌دهد که میان سبک دلبستگی ایمن و سازگاری رابطه مثبت و میان سبک دلبستگی دوسوگرا و سازگاری رابطه منفی وجود دارد و می‌توان از طریق سبک دلبستگی، میزان سازگاری فرد را پیش‌بینی کرد.

بحث و نتیجه‌گیری

سازگاری با خود و محیط برای هر موجودی ضرورتی حیاتی به‌شمار می‌رود؛ در واقع، سازگاری، مجموعه کنش‌ها و رفتارهایی است که فرد در موقعیت‌ها و شرایط جدید به‌منظور ارائه پاسخ‌های مناسب به محرک‌های موجود از خود بروزمی‌دهد (۱).

از مجموع نمونه آماری مورد مطالعه، ۷۷ نفر (۵۱/۳ درصد) دارای سبک دلبستگی ایمن، ۲۵ نفر (۱۶/۷ درصد) اجتنابی، ۴۸ نفر (۳۲ درصد) دوسوگرا بودند؛ بنابراین سبک بیشتر دانشجویان ایمن است و سبک

فرضیه ششم: میان سبک‌های دلبستگی و سازگاری دانشجویان، رابطه وجود دارد.

نتایج جدول تحلیل واریانس از مدل رگرسیون چندمتغیره در جدول بالا بیانگر آن است که مدل رگرسیون اعمال‌شده معنی‌دار بوده، مجازیم از آن استفاده کنیم ($p < ۰/۰۰۱$).

به‌منظور ارزیابی تأثیر سبک‌های دلبستگی بر سازگاری دانشجویان، به آنالیز رگرسیون چندگانه اقدام شد. در ابتدا سبک‌های دلبستگی ایمن، ناایمن اجتنابی و ناایمن دوسوگرا به‌عنوان متغیرهای پیش‌بین و میزان سازگاری به‌عنوان متغیر ملاک در نظر گرفته شد؛ سپس با استفاده از روش گام‌به‌گام ابتدا سبک دلبستگی دوسوگرا بیشترین تأثیر را در رگرسیون چندگانه داشته، به مدل وارد شد و سپس سبک دلبستگی ایمن به مدل وارد و مشخص شد که سبک دلبستگی اجتنابی در رابطه رگرسیون چندگانه نقش نداشته‌است و از مدل حذف شد. نتایج نهایی آنالیز رگرسیون چندگانه، به همراه ضریب متغیر مؤثر در مدل، در زیر آمده‌است. مدل نهایی عبارت‌است از:

سبک دلبستگی و سازگاری وجود دارد؛ برای نمونه، کوباک و اسکری^۳ (۲۰) به این موضوع پی بردند که افراد دارای سبک دلبستگی ایمن مشکلات سازگاری کمتری دارند؛ این الگو در زنان بزرگسال (۲۱)، دانشجویان (۲۲) و افرادی که با بیماری‌های گوناگون دست‌وپنجه‌نرم می‌کردند (۲۳)، صادق بوده است.

از طرف دیگر، نتایج آزمون همبستگی پیرسون نشان داد که «میان سبک دلبستگی نایمن اجتنابی و سازگاری، رابطه منفی معناداری وجود دارد». به عبارتی، میزان ناسازگاری دانشجویانی که دارای سبک دلبستگی نایمن اجتنابی بالاتری بوده‌اند، بیشتر است؛ بنابراین با افزایش سبک دلبستگی نایمن اجتنابی در دانشجویان، میزان سازگاری آنان کاهش می‌یابد.

«میان سبک دلبستگی نایمن دوسوگرا و سازگاری رابطه منفی معناداری وجود دارد». نتایج آزمون همبستگی پیرسون نشان داد که میان سبک دلبستگی نایمن دوسوگرا و میزان ناسازگاری رابطه معنادار و مثبت وجود دارد؛ به عبارتی، میزان ناسازگاری دانشجویانی که دارای سبک دلبستگی نایمن دوسوگرای بالاتری بوده‌اند، بیشتر است؛ بنابراین با افزایش سبک دلبستگی نایمن دوسوگرا در دانشجویان، میزان سازگاری آنان کاهش می‌یابد. تعدادی از مطالعات از این، حاکی بوده است که دانشجویان دارای سبک دلبستگی نایمن در مقایسه با افراد ایمن، از سازگاری روانی، اجتماعی و هیجانی کمتر بهره‌مند بوده‌اند و از پریشانی روانی (مانند افسردگی و استرس) بیشتری رنج می‌برده‌اند (۲۴، ۲۵، ۲۶ و ۲۷).

در تبیین نتایج بالا، طبق مبانی نظری دلبستگی بالبی، دلبستگی ایمن، اساس ایمنی را برای افراد مهیامی‌سازد که به واسطه آن می‌توانند دنیایشان را کشف کرده، پاسخ‌های سازگارانه‌تری به محیط اطرافشان ارائه بدهند؛ وجود چنین اساس ایمنی، افراد را به اکتشاف و گشودگی شناختی نسبت به اطلاعات جدید،

دلبستگی دوسوگرا و اجتنابی به ترتیب در اولویت‌های بعدی قرار دارند؛ این یافته همسو با بیشتر پژوهش‌های انجام‌شده در داخل و خارج بوده، نشانگر این است که در گروه‌های عادی و غیربالینی، بیشترین میزان دلبستگی از نوع ایمن است؛ این نتایج با یافته‌های پژوهشی بشارت (۱۵)، شاور، هازن و برادشاو^۱ (۱۶)، کسیدی و برلین^۲ (۱۷) و هازن و شاور (۱۸) همسویی دارد که ۶۵ تا ۷۰ درصد از جمعیت کلی را دارای سبک دلبستگی ایمن، ۱۵ تا ۲۵ درصد اجتنابی و ۷ تا ۱۵ درصد را دو سوگرا گزارش کرده‌اند. همسویی یافته‌ها در زمینه چگونگی توزیع سبک‌های دلبستگی در فرهنگ‌های متفاوت را می‌توان براساس دو احتمال تبیین کرد؛ اول آنکه دلبستگی به‌عنوان یک نیاز نخستین آمادگی‌های زیستی لازم را در زمینه رفتارهای دلبستگی در دو سوی این رابطه (یعنی کودک و مادر) فراهم می‌سازد؛ دوم آنکه درحالی که متغیرهای زیست شناختی، ارزش‌های حیاتی و تعامل سازنده رابطه مادر- کودک در خدمت شکل‌گیری و تقویت دلبستگی ایمن فعالیت می‌کنند، فراهم‌آمدن شرایطی که براساس آن، آمادگی‌های زیستی در دو سوی رابطه مختل شود و مهم‌تر از آن، ارزش حیاتی و رفتارهای دلبستگی ایمن کاهش یابد، همواره دشوار و نادر خواهد بود؛ این وضعیت، کاهش فراوانی سبک‌های نایمن (اجتنابی و دوسوگرا) را توجیه می‌کند (۱۹).

نتایج این پژوهش نشان داد که میان سبک دلبستگی و سازگاری رابطه معناداری وجود دارد؛ به این ترتیب که «میان سبک‌های دلبستگی ایمن و میزان سازگاری رابطه مثبت معناداری وجود دارد». سازگاری دانشجویانی که دارای سبک دلبستگی ایمن بوده‌اند، بیشتر است؛ یعنی با افزایش سبک دلبستگی ایمن در دانشجویان، میزان سازگاری آنان افزایش می‌یابد؛ این یافته با نتایج پژوهش‌هایی که براساس آنها افراد دارای سبک دلبستگی ایمن نسبت به افراد نایمن سازگاری بهتری با موقعیت‌های استرس‌زای مختلف داشته‌اند، همسو است. مطالعاتی متعدد نشان داده‌اند که رابطه‌ای معنادار، میان

1- Shaver, Hazan & Bradshaw
2- Cassidy & Berlin
3- Kobak & Sceery

وجود ندارد». در تبیین این یافته می‌توان بیان کرد که عدم تفاوت سبک‌های دلبستگی در دختران و پسران، افزون‌بر اصالت زیست‌شناختی دلبستگی، بر نقش تعیین‌کننده اوایل کودکی (مرحله عدم تمایز نقش‌های جنسیتی) و استمرار و پایداری سبک‌های دلبستگی دلالت دارد؛ یافته‌های این مطالعه، همچنین از این حاکی بود که میان سازگاری دختران و پسران تفاوت وجود دارد و میزان سازگاری دانشجویان دختر بیشتر از دانشجویان پسر است؛ این یافته با پژوهش بشارت همسو است (۱۳). در تبیین نتایج به‌دست‌آمده می‌توان بیان کرد که به‌احتمال، دختران، پیوند عاطفی نیرومندی با نگاره‌های دلبستگی داشته‌اند و پسران نسبت به دختران، پیوند عاطفی ضعیفی را با نگاره‌های دلبستگی دارند و از آنجا که کیفیت نگهداری و تعامل با دو جنس در خانواده‌ها متفاوت است، کیفیت و سبک تربیتی به همراه انتظارات خانوادگی از کودک در میزان سازگاری فرد در دوره‌های آتی رشد نمایان می‌شود.

بالبی معتقد بود که نخستین روابط دلبستگی باعث رشد الگوهای فعال درونی^۱ می‌شود که شامل اطلاعاتی درباره خود، دیگران و ارتباطات است؛ او فرض کرد که این الگوها عملکرد فرد، به‌خصوص عملکرد بین‌شخصی، را در طول زندگی و در انجام کاری، هدایت می‌کند و پایه‌های شخصیت را شکل می‌دهد (۱). مطابق دیدگاه بالبی، دلبستگی، مهم‌ترین دلیل تداوم و پیوستگی میان تجربه دلبستگی کودکی و دلبستگی در دوران نوجوانی و بزرگسالی، همین الگوهای فعال درونی است. الگوهای فعال درونی، مدل‌هایی هستند که از تجربیات کودک با مراقبت‌کننده‌ها به‌وجود آمده‌اند و نشان‌دهنده وضعیت فعلی شناختی است که افراد را به‌سوی این راهبردها و تجربه‌های منطبق با این مدل‌ها هدایت می‌کند. الگوهای فعال درونی به‌عنوان یک عامل در بسیاری از عواطف و مشکلات رفتاری افراد ناایمن در طول تحول فردی نقش دارد.

تشویق می‌کند (۲۹)؛ این اساس ایمن، اعتماد به نفس لازم را برای ریسک‌کردن، آموختن و به‌روز کردن مستمر مدل‌های خود، دیگران و دنیا فراهم می‌سازد. اعتماد به خود و اعتماد به دیگران دو ویژگی اساسی افراد ایمن به‌حساب می‌آیند (۳۰ و ۳۱). از آنجا که اعتماد به خود به‌عنوان یکی از مبانی درون روانی فرد دلبسته ایمن است، به وی این توانایی را می‌بخشد که در روابط میان‌فردی؛ با مهارت، اطمینان و آرامش بیشتر به تعامل بپردازد؛ از سوی دیگر اعتماد فرد ایمن به دیگران که جزء مکمل اعتماد به خود است نیز، وی را در جلب کمک دیگران یاری می‌کند؛ بنابراین، سازگاری فرد با بافت‌های جدید را تسهیل می‌کند.

دلبستگی ایمن، توانایی به‌عقب‌برگشتن و واکنش نشان دادن به رفتار و وضعیت روانی دیگری را افزایش می‌دهد (۳۲). هنگامی که در روابط، احساس امنیت وجود داشته‌باشد؛ افراد بهتر می‌توانند دست نیاز به‌سوی دیگران دراز کرده، از آنها حمایت کنند و با تعارض و استرس به‌گونه‌ای مثبت مواجه شوند؛ این‌گونه روابط؛ شادتر، پایدارتر و سازگارانه‌ترند.

همچنین نتایج به‌دست‌آمده از این مطالعه نشان‌دهنده مشکلات سازگاری کمتر افراد دلبسته اجتنابی نسبت به افراد دوسوگرا بود. در تبیین این یافته می‌توان بیان کرد که اجتناب‌گری، آرمان‌گرایی و اعتماد به خود جبرانی که از ویژگی‌های اصلی دلبسته‌های اجتنابی است به آنها امکان می‌دهد که با کناره‌گیری از موقعیت‌های تعارضی، مشکلات سازگاری کمتری در مقایسه با دوسوگراها داشته‌باشند (۲۷). در مقابل ویژگی‌های اصلی دوسوگراها یعنی تردید، تعارض، تخاصم، درماندگی، آشفتگی و تکانشوری آنها را به‌شدت در معرض درگیری، تضاد، درماندگی و رفتار ناسازگارانه در موقعیت‌های تنش‌زا و روابط اجتماعی قرار می‌دهد (۱۵)؛ بدین ترتیب مشکلات سازگاری بیشتر دوسوگراها قابل توجه‌اند.

از یافته‌های دیگر پژوهش، این بود که «میان سبک‌های دلبستگی دختران و پسران، رابطه‌ای معنادار

احساس آرامش، آسودگی و ایمنی داشته باشد (۱۷). علاوه بر آن، فرد می‌تواند خود را ارزشمند و خاص تعبیر کرده، احساس ارزشمندی، محبوبیت و پذیرفته شدن توسط مظهر دل‌بستگی را در خود ایجاد کند و می‌تواند روابطی صمیمانه و رضایت‌بخش با دیگران شکل داده، حمایت دیگران را در هنگام نیاز فراهم آورد که خود در ارتقای سازگاری، بسیار مؤثر است.

در نهایت با توجه به نظریه دل‌بستگی، اساس ایمنی هر فرد در خصوص نگاره‌های دل‌بستگی^۱ در کودکی گذاشته می‌شود، در دسترس بودن و پاسخگویی عاطفی، بلوک‌های سازنده روابط ایمن هستند. در پی آن، دل‌بستگی ایمن، اساس ایمنی را برای افراد مہیامی‌سازد که به واسطه آن، افراد می‌توانند دنیایشان را کشف کرده، پاسخ‌های سازگارانه‌تری به محیط اطرافشان بدهند؛ از این دیدگاه، بهداشت روانی در زمینه سازگاری، در بعد پیشگیرانه، مستلزم فراهم‌سازی زمینه‌های لازم برای شکل‌گیری دل‌بستگی ایمن در چارچوب روابط کودک-مادر است؛ از سوی دیگر، درک و فهم آثار نسبی کیفیت دل‌بستگی می‌تواند در موقعیت‌های آموزشی، بالینی و درمانی برای مشاوران، روان‌شناسان و درمانگران مفید باشد.

تقدیر و تشکر

بدین وسیله از همکاری مسئولان دانشگاه بوعلی سینا و تمامی دانشجویان و همکارانی که در انجام این تحقیق مساعدت‌های لازم را ارائه دادند، صمیمانه قدردانی می‌شود.

طبق نظریه دل‌بستگی، توانایی تکیه بر مظاهر دل‌بستگی بیرونی یا درونی شده مهم‌ترین پیامد امنیت دل‌بستگی است که در کسب تدریجی مهارت‌های تنظیم عواطف و مهارت‌های فردی و اجتماعی کمک می‌کند و این مهارت‌ها با همدیگر شخصیتی سازگار و خودمختار را تشکیل می‌دهند. به این دلیل که از یک سو، تعامل با مظاهر دل‌بستگی که در دسترس و پاسخگوی نیازهای فرد هستند، عملکرد بهینه سیستم دل‌بستگی را تسهیل کرده، احساس دل‌بستگی ایمن را افزایش می‌دهد، این احساس شامل ۱- انتظارات مثبت درباره دسترسی به دیگران در موقعیت‌های مخاطره‌آمیز؛ ۲- دید مثبت از خود به عنوان توانا و باارزش و ۳- اعتماد فزاینده به حمایت‌جویی به عنوان ابزارهای حمایتی است (۱). پژوهش‌های دل‌بستگی نشان داده‌است که احساس دل‌بستگی ایمن در «سلامتی ذهنی، عزت‌نفس، ادراک مثبت نسبت به دیگران، شناخت و رفتارهای بین‌فردی و سازگاری افزا» دخیل است (۳۳ و ۳۴).

از سوی دیگر، تعامل با افراد مهمی که به نیازهای دل‌بستگی فرد پاسخگو نباشند باعث احساس ناامنی در خصوص حسن نیت دیگران و احساس تردید درباره تأثیر نزدیکی‌جویی می‌شود؛ در حین این تعامل‌های رنج‌آور، پریشانی به درستی مدیریت نمی‌شود، احساس دل‌بستگی ایمن به دست نمی‌آید؛ الگوهای منفی از خود و دیگران تشکیل می‌شود و میزان سازگاری کاهش می‌یابد. نوع مهمی از بازنمایی‌های خود، حول محور جنبه‌های خود (مانند نقش‌ها، صفات، رفتارها و انتظارات) سازماندهی می‌شود که طی تعامل‌های ایمنی افزا با مظاهر دل‌بستگی رمزگشایی می‌شوند. بر اساس نظریه دل‌بستگی، این تعامل‌ها منبع مهمی از اطلاعات مثبت درباره خود شخص هستند؛ طی چنین تعامل‌هایی، یک فرد می‌تواند خود را به عنوان فعال، قدرتمند و شایسته بر اساس سازگاری مؤثر با رویدادهای تهدیدزایی تعبیر و تفسیر کند که در اصل، سیستم دل‌بستگی را فعال کرده‌اند. وی همچنین می‌تواند به سبب در دسترس بودن هیجانی یک فرد دیگر «قوی‌تر و داناتر»

منابع

16. Shaver, P., Hazan, C., & Bradshaw, D. (1988). Love as attachment: the integration of three behavioral systems. In RJ Strenberg and M.L. Barnes (Eds). The psychology of love, (p.p69-99). New Haven,CT: Aale University Press.
17. Cassidy, J., & Berlin, L.J. (1994). The insecure ambivalent pattern of attachment: theory and research. Child development, 65, 971-991.
18. Hazan, C., and Shaver, P. R. (1987). "Romantic Love Conceptualized as an Attachment Process." Journal of Personality and Social Psychology 52:511-524.
19. Bowlby, J (1973). Attachment and loss: Vol.2. Separation, anxiety and anger. New York: basic books.
20. Kobak, R. R., & Sceery, A. (1988). Attachment in late adolescence: Working models, affect regulation, and representations of self and others. Child Development. 59, 135-146.
21. Ciechanowski, P.S., Taxer, E.A., Katon, W.J., & Russo, J.E., (2002). Attachment theory: A model for health care utilization and somatization. Psychosomatic Medicine, 64, 660-667.
22. Priel, B., & Shamai, D. (1995). Attachment style and perceived social support: Effects on affect regulation. Personal Individual Differences, 19, 235-241.
23. Bohachick, P., Taylor, M.V., Sereika S., Reeder, S., & Anton, B.B. (2002). Social support, personal control, and psychosocial recovery following heart transplantation. Clinical Nursing Research, 11(1), 34-51.
24. Bradford, E., & Lyddon, W. (1993). Current parental attachment: Its relation to perceived psychological distress and relationship satisfaction in college students. Journal of College Student Development, 34, 256- 260.
25. Holmbeck, G. N., & Wandrei, M. L. (1993). Individual and relational predictors of adjustment in first-year college students. Journal of Counseling Psychology, 40, 73-78.
26. Larose, S., & Boivin, M. (1998). Attachment to parents, social support expectations, and socioemotional adjustment during the high school/college transition. Journal of Research on Adolescence, 8, 1-27.
27. Schultheiss, D., & Blustein, D. (1994b). Role of adolescent-parent relationships in college student development and adjustment. Journal of Counseling Psychology, 41, 248-255.
28. Vivona, J. (2000). Parental attachment styles of late adolescents: Qualities of attachment relationships and consequences for adjustment. Journal of Counseling Psychology, 47, 316-329.
۱. آقامحمدیان شعر باف، حمیدرضا (۱۳۷۳)؛ «ناسازگاری»، مجله **پیوند**؛ ص ۱۷۳.
2. Bowlby, J (1980). Attachment and loss: Vol.3. loss. New York: basic books.
3. Feeney, J. A.; Noller, P.; and Patty, J. (1999). "Adolescents' Interactions with the Opposite Sex: Influence of Attachment Style and Gender." Journal of Adolescence 16:169-186.
4. Nigel P. Field, Eva C. Sundin(2001), Attachment Style in Adjustment to Conjugal Bereavement, Journal of Social and Personal Relationships, Vol. 18, No. 3, 347-361.
5. Allen, J p. & et al. (1998). Attachment and adolescent psychosocial functioning. Child development, 76, 1-14.
6. Nicholson, T. (2000). Attachment style in young offender. Ph. D Dissertation: University of Victoria. <http://WWW.libumi.com>
7. Marsh, P. & et al. (2003). Attachment, autonomy and multi finality adolescent: internalizing and risky behavioral symptoms. Development and Psychopathology, 15,451-467.
8. Rice, K G. & Mirzadeh, S. A. (2000). Perfectionism, attachment, and adjustment. Journal counseling psychology, 47(2), 238-250.
9. Browndfield, D. & thompson, K. (2003). Attachment to peers and Delinquent behavior. Early indicator of future delinquency, 3(3), 203-218.
10. Rosenstain, D. S. & Horowitz, H. A. (1996). Adolescent attachment and psychopathology. Journal of Consulting and Clinical Psychology, 64, 244-253.
۱۱. امانی، رزیتا (۱۳۸۹)؛ **بررسی وضعیت سلامت روان و میزان سازگاری اجتماعی دانشجویان ورودی سال ۸۸-۸۹ دانشگاه بوعلی سینا**؛ گزارش نهایی طرح پژوهشی.
12. Naing, L., Winn, T., & Rusli B.N. (2006). Practical issues in calculating the sample size for prevalence studies, Archives of Orofacial Sciences.
۱۳. بشارت، محمدعلی (۱۳۷۹)؛ **ساخت و هنجاریابی مقیاس دلبستگی بزرگسالان**؛ دانشگاه تهران.
۱۴. دلاور، علی (۱۳۷۵)؛ **ساخت و هنجاریابی مقیاس سازگاری بل**؛ دانشگاه علامه طباطبایی تهران.
۱۵. بشارت، محمدعلی، محمد گلی نژاد و علی اصغر احمدی (۱۳۸۲)؛ «بررسی رابطه سبک‌های دلبستگی و مشکلات بین شخصی»؛ مجله **اندیشه و رفتار**؛ صص ۷۴ تا ۸۱ (۴) ۸.

32. Fonagy, P., & Target, M. (1997). Attachment and reflective function: Their role in self-organization. *Development and Psychopathology*, 9, 679-700.
33. 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.
34. Collins, N. L. (1996). Working models of attachment: Implications for explanation, emotion, and behavior. *Journal of Personality and Social Psychology*, 71, 810-832.
29. Mikulincer, M. (1997). Adult attachment style and information processing: Individual differences in curiosity and cognitive closure. *Journal of personality and Social psychology*, 72, 1217-1230.
30. Tidwell, C., Reis, H. T., Shaver, P. (1996). Attachment, attractiveness and social interaction: A diary study. *Journal of Personality and Social psychology*, 71, 729-745.
31. Cassidy, J. (1988). Child-mother attachment and the self in six-year olds. *Child Development*, 59, 121-134.