

رابطه مکانیزم‌های دفاعی با سبک‌های دلبستگی و تاب‌آوری دانشجویان

مهديه ترصفي^{۱*}، سارا رجبی مقدم^۲

^۱ کارشناس ارشد مشاوره، دانشگاه علامه طباطبایی m.tarsafi@yahoo.com

^۲ کارشناس ارشد روانشناسی تربیتی، دانشگاه الزهرا(س)

چکیده

علیرغم پژوهش‌های متعدد درباره هریک از متغیرهای مکانیزم‌های دفاعی، سبک‌های دلبستگی و تاب‌آوری، تاکنون به همبندی این سه متغیر در مواجه شدن با استرس توجه چندانی نشده است. براساس پژوهش‌های انجام شده، مکانیزم‌های دفاعی از سبک دلبستگی تأثیر می‌پذیرد (شیور، میکولینسر، ۲۰۰۴؛ شیور، کسیدی و میکولینسر، ۲۰۰۷). سبک دلبستگی فرد، از طریق تأثیر بر تاب‌آوری، بر نحوه رویارویی با اضطراب و چالش‌ها، اثر می‌گذارد (تراویس و کومبوس-ارم، ۲۰۰۷). پژوهش حاضر، با هدف بررسی رابطه بین سبک‌های دلبستگی، مکانیزم‌های دفاعی و تاب‌آوری انجام شده است. روش: برای سنجش مکانیزم‌های دفاعی از پرسشنامه حسینی و عبداله‌زاده (۱۳۸۶)، سبک‌های دلبستگی از پرسشنامه سبک‌های دلبستگی بزرگسالان هازان و شیور (۱۹۸۷)، تاب‌آوری از پرسشنامه تاب‌آوری جوکار و هاشمی (۱۳۸۶) استفاده شد. افراد نمونه را ۳۰ نفر از دانشجویان ۲۲ تا ۳۶ ساله دوره کارشناسی دانشگاه الزهرا تشکیل می‌دادند که به روش تصادفی انتخاب شده بودند. یافته‌ها: میزان همبستگی بین مکانیزم دفاعی جبران و سبک دلبستگی ناایمن (۰.۳۶)، میزان همبستگی بین سبک دلبستگی ایمن با مکانیزم‌های دفاعی واپس‌رانی (۰.۸۸-)، همانندسازی (۰.۴۷-)، انکار (۰.۵۲-)، والایش (۰.۴۸-)، تبدیل (۰.۵۸-)، توجیه عقلی (۰.۶۵-)، میزان همبستگی سبک دلبستگی دوسوگرا با مکانیزم‌های دفاعی دلیل‌تراشی (۰.۶۳)، جبران (۰.۴۴)، بازگشت (۰.۵)، جایجایی (۰.۵۸)، والایش (۰.۴۳) به دست آمد. میزان همبستگی تاب‌آوری نیز با مکانیزم‌های جبران (۰.۶-)، همانندسازی (۰.۵۵-)، درون‌فکنی (۰.۸۷-)، فرافکنی (۰.۹۴-)، دلیل‌تراشی (۰.۵۵-)، واکنش وارونه (۰.۸۱-)، جایجایی (۰.۵۹-)، انکار (۰.۶-)، خیالبافی (۰.۸۵)، والایش (۰.۷۸-)، تبدیل (۰.۵۸-) و توجیه عقلی (۰.۵۲-) به دست آمد. نتیجه‌گیری: دانشجویان دارای نمره بالا در سبک ناایمن بیشتر از مکانیزم جبران، افراد دارای نمره بالا در سبک ایمن، بیشتر از مکانیزم والایش و کمتر از مکانیزم‌های واپس‌رانی، همانندسازی، انکار، تبدیل و توجیه عقلی، افراد با نمره بالا در سبک دوسوگرا بیشتر از مکانیزم‌های دلیل‌تراشی، جبران، بازگشت، جایجایی و والایش استفاده می‌کردند. دانشجویان با نمره بالای تاب‌آوری کمتر از مکانیزم‌های جبران، همانندسازی، درون‌فکنی، فرافکنی، دلیل‌تراشی، واکنش وارونه، جایجایی، انکار، خیالبافی، والایش، تبدیل و توجیه عقلی استفاده کردند.

کلیدواژه‌ها: مکانیزم‌های دفاعی؛ سبک دلبستگی؛ تاب‌آوری

مقدمه

افزون بر نیازهایی که تاکنون بعنوان نیازهای نخستین در فرد آدمی شناسایی شده‌اند، یک نیاز دیگر نیز وجود دارد که تاکنون آن را ثانوی می‌پنداشتند و آن نیاز دلبستگی است. هرچند که نظریه پیوند عاطفی در اصل برای تبیین واکنش‌های عاطفی کودکان در هنگام جدایی از مادر ابداع شده است، لیکن پیش فرض‌های گسترده‌ای در این نظریه وجود دارد که می‌توان با آن‌ها واقعیت عاطفی بنیادین روابط انسانی را در طول چرخه زندگی تبیین کرد (بالبی، ۱۹۸۲). اینزورث (۱۹۷۸) با ابداع یک موقعیت آزمایشگاهی معروف به موقعیت ناآشنا جهت مطالعه تفاوت‌های فردی عملکرد نظام دلبستگی سه الگوی دلبستگی ایمن، ناایمن-اجتنابگر و ناایمن-مقاوم (مضطرب-دوسوگرا) را توصیف کردند. توجه به این الگوها از آن جهت اهمیت دارد که ساختار و حفظ رابطه دلبستگی بر کل روابط شخص در طول زندگی وی اثر می‌گذارد (بالبی، ۱۹۸۲). به این

ترتیب انتظار می‌رود که سبک دلبستگی فرد بر نحوه رویارویی و کنارآمدن وی با مشکلات یعنی تاب‌آوری فرد در ارتباط باشد. تاب‌آوری چگونگی برخورد موفقیت‌آمیز فرد با چالش‌های زندگی در هنگام رویارویی با استرس و یا آسیب است. لازاروس (۱۹۹۳) تاب‌آوری را بعنوان ظرفیت افراد برای مقاومت کردن در برابر سختی‌ها، برای برگشتن از ناملایمات و حرکت برای زندگی سالم همراه با رفاه و خوشی برای آینده مشخص کرده‌است.

در تلاش برای رویارویی با تعارض‌های روانی، مکانیزم‌های دفاعی نقش مهمی را ایفا می‌نمایند و می‌توانند رفتارهای مقابله‌ای را تسهیل کنند اما استفاده نادرست از آن‌ها می‌تواند رشد روانی را مختل کند و از پاسخ‌های مقابله‌ای مفید جلوگیری نماید. با توجه به نقش مکانیزم‌های دفاعی بر نحوه رویارویی افراد با مشکلات، پژوهش حاضر با هدف بررسی رابطه بین هریک از مکانیزم‌های دفاعی با تاب‌آوری و سبک دلبستگی آنان انجام شد. با توجه به مشکلات، استرس‌ها و شرایط خاص دوران دانشجویی این پژوهش بر روی دانشجویان انجام شد. دانشجویان بودن، دانشگاه و جنسیت به عنوان متغیرهای تعدیل کننده در نظر گرفته شدند.

روش

شرکت‌کنندگان و طرح پژوهش

افراد نمونه را ۳۰ نفر از دانشجویان ۲۲ تا ۳۶ ساله دوره کارشناسی دانشگاه الزهرا (س) تشکیل می‌دادند که به روش تصادفی انتخاب شده بودند. ۱۲ نفر از شرکت‌کنندگان مجرد و ۱۸ نفر متأهل بودند. همچنین ۷ نفر از آنان شاغل بودند. شرکت‌کنندگان دانشجویانی بودند که در سال تحصیلی ۱۳۹۰-۱۳۹۱ در دانشگاه الزهرا مشغول به تحصیل بودند. این پژوهش از نوع همبستگی بود.

ابزار

پرسشنامه سبک دلبستگی: مقیاس سبک‌های دلبستگی بزرگسالان که برای اولین بار توسط هازان و شیور (۱۹۸۷) ساخته شد، یک مقیاس خودگزارشی است که بر مبنای سبک‌های دلبستگی سه گانه اینزورث (ایمن، اجتنابی و دوسوگرا) با این فرض که میتوان در روابط بزرگسالان نیز سبک‌های مشابه سبک‌های دلبستگی کودکان یافت، طراحی و تهیه شده است. این مقیاس مشتمل بر ۱۵ عبارت از احساسات فرد درباره روابط میان فردی است که هر پنج سوال یکی از سبک‌های دلبستگی (ایمن، اجتنابی و دوسوگرا) را ارزیابی می‌کند. به شیوه آزمون مجدد ۰.۷۰ و آزمون مجدد برای درجه بندی متغیرهای سه گانه برآورد شده است ۰.۶۰ در طول محدوده زمانی ۱ تا ۸ هفته بوده است.

پرسشنامه مکانیزم‌های دفاعی: برای سنجش مکانیزم‌های دفاعی از پرسشنامه حسینی و عبداله‌زاده (۱۳۸۶) استفاده شد. این پرسشنامه دارای ۷۷ ماده بود و برای سنجش مکانیزم‌های دفاعی افراد بالای ۱۶ سال تدوین شده بود. هدف این پرسشنامه ارزیابی میزان استفاده از مکانیزم‌های دفاعی بود و شامل ۱۶ زیر مقیاس واپس‌رانی، جبران، همانندسازی، درون‌فکنی، فرافکنی، انکار، دلیل‌تراشی، واکنش وارونه، بازگشت، والایش، تبدیل، توجیه عقلانی، جابجایی و خیالبافی بود. نمره‌گذاری این پرسشنامه با مقیاس لیکرت انجام شد. روایی این پرسشنامه توسط محققان در سطح بالایی گزارش شده بود و پایایی آن نیز با استفاده از آلفای کرونباخ ۰.۷۲ به دست آمد.

پرسشنامه تاب‌آوری: ابزار سنجش تاب‌آوری پژوهش حاضر، مقیاس تاب‌آوری کانر و دیویدسون (۲۰۰۳) بود. برای بررسی ویژگی‌های روانسنجی این مقیاس در ۶ گروه از جمله جمعیت عمومی انجام شده‌است و تهیه‌کنندگان این مقیاس بر این باورند که پرسشنامه بخوبی قادر به تفکیک افراد تاب‌آور از غیر تاب‌آور در گروه‌های بالینی و غیر بالینی است و می‌تواند در موقعیت‌های پژوهشی و بالینی مورد استفاده قرار گیرد. این پرسشنامه ۲۵ گویه دارد و در یک مقیاس لیکرتی بین صفر (کاملاً نادرست) و چهار (همیشه درست) نمره‌گذاری می‌شود. این مقیاس اگرچه ابعاد مختلف تاب‌آوری را می‌سنجد ولی دارای یک نمره کل می‌باشد. روایی (به روش تحلیل عوامل و روایی همگرا و واگرا) و پایایی (به روش آلفای کرونباخ) مقیاس توسط سازندگان آزمون در گروه‌های مختلف احراز گردیده است. در ایران برای احراز پایایی از روش آلفای کرونباخ و برای

تعیین روایی از روش تحلیل عاملی استفاده شد. پایایی مقیاس برابر ۰.۸۹ گزارش شده است که توسط جوکار (۱۳۸۶) هنجاریابی شده است و که هماهنگ با پایایی گزارش شده توسط سازندگان مقیاس بود.

شیوه اجرا

پس از انتخاب آزمودنی‌ها به صورت تصادفی به آنان اطمینان داده شد که این کار جنبه پژوهشی دارد و اطلاعات آنان در اختیار کس دیگری قرار نمی‌گیرد. پرسشنامه‌ها به طور همزمان در اختیار شرکت‌کنندگان قرار داده شد تا به پرسش‌های آن‌ها پاسخ دهند. با توجه به تعداد پرسشنامه‌ها و همچنین طولانی بودن پرسشنامه مکانیزم‌های دفاعی پرکردن پرسشنامه‌ها توسط هر شرکت‌کننده حدود ۴۵ تا ۶۰ دقیقه طول کشید. به شرکت‌کنندگان گفته شد که در صورت تمایل نتیجه پرسشنامه‌های آنان در اختیارشان قرار می‌گیرد. برای محاسبه آماری از برنامه SPSS، نسخه ۱۳ استفاده شد.

نتایج

میانگین هر یک از متغیرها عبارت بود از: سبک دلبستگی ایمن ۱۶.۱، دلبستگی ۹.۳، سبک دلبستگی دوسوگرا ۱۰.۸۳، واپس‌رانی ۹.۷، جبران ۱۰.۶، همانندسازی ۶.۹۷، درون‌فکنی ۱۰.۵، فرافکنی ۵.۵۷، انکار ۹.۳۳، دلیل‌تراشی ۵.۷۳، واکنش وارونه ۷.۵۷، بازگشت ۹.۱۷، والایش ۶.۰۷، تبدیل ۸.۷، توجیه عقلانی ۱۱.۷۷، جابجایی ۵.۳، خیالبافی ۶.۹۳، تاب‌آوری ۱۶.۲، انحراف استاندارد هر یک از متغیرها نیز عبارت بود از: سبک دلبستگی ایمن ۲.۱، دلبستگی ۲.۵۵، سبک دلبستگی دوسوگرا ۳.۱۲، واپس‌رانی ۲.۵۱، جبران ۴.۲۶، همانندسازی ۳.۴۴، درون‌فکنی ۳.۵، فرافکنی ۲.۸۹، انکار ۳.۲۶، دلیل‌تراشی ۲.۵۲، واکنش وارونه ۳.۰۵، بازگشت ۴.۰۶، والایش ۲.۰۱، تبدیل ۳.۸۳، توجیه عقلانی ۳.۰۹، جابجایی ۳.۴۸، خیالبافی ۳.۱۷، تاب‌آوری ۱۴.۷۹.

با توجه به هدف پژوهش از آزمون ضریب همبستگی پیرسون استفاده شد. میزان همبستگی بین مکانیزم‌های دفاعی جبران و سبک دلبستگی نایمن (۰.۳۶)، میزان همبستگی بین سبک دلبستگی ایمن با مکانیزم‌های دفاعی واپس‌رانی (۰.۸۸-)، همانندسازی (۰.۴۷-)، انکار (۰.۵۲-)، والایش (۰.۴۸)، تبدیل (۰.۵۸-)، توجیه عقلی (۰.۶۵-) به دست آمد که در سطح ۰.۰۱ معنادار بودند. میزان همبستگی سبک دلبستگی دوسوگرا با مکانیزم‌های دفاعی دلیل‌تراشی (۰.۶۳)، بازگشت (۰.۵)، جابجایی (۰.۵۸) در سطح ۰.۰۱ و با مکانیزم‌های دفاعی جبران (۰.۴۴) و والایش (۰.۴۳) در سطح ۰.۰۵ معنادار به دست آمد. میزان همبستگی تاب‌آوری نیز با مکانیزم‌های جبران (۰.۰۶-)، همانندسازی (۰.۵۵-)، درون‌فکنی (۰.۸۷-)، فرافکنی (۰.۹۴-)، دلیل‌تراشی (۰.۵۵-)، واکنش وارونه (۰.۸۱-)، جابجایی (۰.۵۹-)، انکار (۰.۰۶-)، خیالبافی (۰.۸۵)، والایش (۰.۷۸-)، تبدیل (۰.۵۸-) و توجیه عقلی (۰.۵۲-) در سطح ۰.۰۱ معنادار بود.

بحث

دانشجویان دارای نمره بالا در سبک نایمن بیشتر از مکانیزم جبران، افراد دارای نمره بالا در سبک ایمن، بیشتر از مکانیزم والایش و کمتر از مکانیزم‌های واپس‌رانی، همانندسازی، انکار، تبدیل و توجیه عقلی، افراد با نمره بالا در سبک دوسوگرا بیشتر از مکانیزم‌های دلیل‌تراشی، جبران، بازگشت، جابجایی و والایش استفاده می‌کردند. دانشجویان با نمره بالای تاب‌آوری کمتر از مکانیزم‌های جبران، همانندسازی، درون‌فکنی، فرافکنی، دلیل‌تراشی، واکنش وارونه، جابجایی، انکار، خیالبافی، والایش، تبدیل و توجیه عقلی استفاده کردند. با توجه به ویژگی‌های هر یک از سبک‌های دلبستگی، همبندی سبک ایمن با مکانیزم والایش و همبستگی منفی این سبک با مکانیزم‌های واپس‌رانی، همانندسازی، انکار،

تبدیل و توجیه عقلی و همچنین همایندی فرایند سبک دوسوگرا با مکانیزم‌های دلیل‌تراشی، جبران، بازگشت و جابجایی قابل توجیه است؛ اما همایندی مکانیزم‌والایش و سبک دوسوگرا با وجود میزان پایین همبستگی نیاز به بررسی‌های بیشتر دارد.

تاب‌آوری در پاسخ به تجربه تنیدگی ظاهر می‌شود. زمانی که تجربه تنیدگی رخ می‌دهد، تاب‌آوری به عنوان یک مکانیزم، مقابله فرد را ممکن می‌سازد و امکان بازیابی از اثرات خطرناک ارزیابی‌های هیجانی منفی را که اغلب با تنیدگی همراه است را فراهم می‌سازد. تاب‌آوری ابتدا با کنترل هیجانی منفی و با انجام واکنش‌های رفتاری تحقق می‌یابد تا شرایط تنش‌زا بهبود یابد. بنابراین تاب‌آوری برای مقابله با رویدادهای تنش‌زای زندگی و انجام کنش‌های رفتاری پیش‌گستر به فرد کمک می‌کند تا امکان ارزیابی‌های هیجانی مثبت‌تر رویدادها فراهم شود (فولکمن و لازاروس، ۱۹۸۵). نتایج به دست آمده در این پژوهش نیز بر همین نکته تأکید می‌نماید. والر (۲۰۰۱)، معتقد است که تاب‌آوری ظرفیتی انسانی در همه افراد برای تغییر، صرف نظر از خطر تهدید کننده است و تاب‌آوری را بعنوان سازگاری مثبت در واکنش به شرایط ناگوار تعریف می‌کند. تنها یک نکته متفاوت در نتایج وجود دارد و آن، این که در این پژوهش، افراد دارای نمره بالای تاب‌آوری، حتی از مکانیزم‌والایش نیز به میزان کم استفاده می‌کردند که جای تأمل دارد. در حالی که می‌دانیم تاب‌آوری تنها پایداری در برابر آسیب‌ها یا شرایط تهدیدکننده نیست؛ بلکه شرکت فعال و سازنده در محیط پیرامونی خود و توانمندی فرد در برابر تعامل زیستی- روانی در شرایط سخت است؛ این احتمال وجود دارد که این امر به علت نقش جنسیت افراد باشد و نیاز به بررسی‌های بیشتر در پژوهش‌های آتی دارد. بنابراین پیشنهاد می‌گردد که در پژوهش‌های بعدی، دانشجویان دانشگاه‌های غیرتک‌جنسیتی مورد بررسی قرار گیرند و مقایسه‌ای بین دانشجویان دانشگاه‌های تک‌جنسیتی و غیرجنسیتی انجام شود.

منابع

- Ainsworth ,M.(1978). *Patterns of Attachment: A study of the strange situation*.Oxford UK: Eribaum
- Bowlby, J.(1982). *Attachment and Loss*.New York: Basic Book.
- Folkman, S & Lazarus, R.S.(1985). An analysis of coping in a middle-aged community sample. *Journal of Health and Social behavior*, 21, 219- 239.
- Lazarus, R.S. (1993). From psychological stress to the emotions: A history if changing outlooks. *Annual Review of psychology*, 4, 3, 44-50.
- Walle, M.A. (2001).Resilience in ecosystem context: Evolution of the child. *American journal of psychology*, 71, 290-297.