

مجله علوم تربیتی و روانشناسی

دانشگاه سیستان و بلوچستان

سال اول- شماره اول - اسفند ۱۳۸۳

رابطه سبک های دلبستگی و کمال‌گرایی مثبت و منفی

دکتر محمدعلی بشارت* محسن جوشن لو** و دکتر سید محمود میرزمانی***

چکیده

هدف پژوهش حاضر بررسی رابطه سبک های دلبستگی و کمال‌گرایی است. 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 داده های پژوهش از شاخص ها و روش های آماری شامل فراوانی، درصد، میانگین، انحراف معیار، آزمون t ، ضرایب همبستگی، و تحلیل رگرسیون استفاده شد. نتایج پژوهش نشان داد که بین سبک های دلبستگی و کمال‌گرایی مثبت و منفی رابطه معنی دار وجود دارد. سبک دلبستگی ایمن با کمال‌گرایی مثبت همبستگی مثبت و با کمال‌گرایی منفی همبستگی منفی دارد. سبک های دلبستگی ناایمن (اجتنابی، دوسوگرا) با کمال‌گرایی مثبت همبستگی منفی و با کمال‌گرایی منفی همبستگی مثبت دارند. تحلیل آماری داده ها نشان داد که این همبستگی ها برای سبک دلبستگی ایمن فقط نسبت به کمال‌گرایی مثبت و برای سبک های دلبستگی اجتنابی و دوسوگرا فقط نسبت به کمال‌گرایی منفی توان پیش بینی دارند. سبک دلبستگی از طریق «مدل های درونکاری»،

* دانشیار دانشگاه تهران

** کارشناس روانشناسی

*** دانشیار دانشگاه علوم پزشکی بقیه الله (عج)

مکانیسم «تنظیم عواطف» و «جبران ناایمنی» با استفاده از مکانیسم های «سرکوبی»، «انکار» و «آرمانی سازی»، کیفیت کمال گرایی را مشخص می کند.

واژه های کلیدی: نظریه دلبستگی، سبک های دلبستگی، کمال گرایی



مقدمه

شیوه های تنظیم عواطف و برقراری روابط با دیگران در افراد متفاوت است. نظریه دلبستگی^۱، این تفاوت های فردی را در کودکان و بزرگسالان تبیین می کند (بالبی^۲، ۱۹۶۹، ۱۹۷۳، ۱۹۸۰ هازن^۳ و شیور^۴، ۱۹۸۷). بالبی (۱۹۷۳) مدعی شد که پاسخگویی والدین به نشانه های رفتار دلبستگی کودک و در دسترس بودن آنها در موقعیت های استرس زا، "پایگاهی امن"^۵ برای کودک فراهم می سازد که بر اساس آن انتظارات وی از محیط سازماندهی می شود. اینزورث^۶، بلهار^۷، واترز^۸ و وال^۹ (۱۹۷۸) با این فرض که سبک های دلبستگی^{۱۰} محصول تجربه های کودک از رابطه کودک-مادر هستند، به مشاهده رفتار کودکان در آزمایش "موقعیت ناآشنا"^{۱۱} پرداختند و سه سبک دلبستگی ایمن^{۱۲}، اجتنابی^{۱۳} و دوسوگرا^{۱۴} را متمایز کردند. اینزورث و همکاران (۱۹۷۸) معتقدند که سبک های دلبستگی، انتظارات کودک را در مورد این

¹. Attachment theory

². Bowlby

³. Hazan

⁴. shaver

⁵. Secure base

⁶. Ainsworth

⁷. Blehar

⁸. Waters

⁹. Wall

¹⁰. Attachment styles

¹¹. Strange situation

¹². secure

¹³. aviodant

¹⁴. ambivalence

که آیا مادر (مراقب) از نظر عاطفی دسترس پذیر^{۱۵} و پاسخگو هست یا نه شکل می دهند و تعیین می کنند که آیا خود^{۱۶}، ارزش عشق و محبت دارد یا نه. کودکان ایمن به دسترس پذیری مادر بیشتر اعتماد دارند و بیش از کودکان نا ایمن (اجتنابگر و دوسوگرا) از وی به عنوان پایگاه امن استفاده می کنند. هنگام بازگشت مادر پس از جدایی کوتاه مدت، کودکان ایمن با وی به سهولت تماس و تعامل برقرار می کنند، کودکان اجتنابگر با گسستن و اجتناب ورزیدن واکنش نشان می دهند، و کودکان دوسوگرا با افزایش تردید و دوسوگرایی بین دلبستگی و عصبانیت واکنش نشان می دهند.

کمال‌گرایی^{۱۷} در اصل به عنوان تمایل پایدار فرد به وضع معیارهای کامل و دست نیافتنی و تلاش برای تحقق آنها (برنز^{۱۸}، ۱۹۸۰) که با خود ارزشیابی‌های انتقادی از عملکرد شخصی همراه می‌باشد (فروست^{۱۹}، مارتن^{۲۰}، لهارت^{۲۱} و روزنبلت^{۲۲}، ۱۹۹۰) تعریف شده است. هماچک^{۲۳} (۱۹۷۸) با تمایز کمال‌گرایی بهنجار^{۲۴} و نورویتیک^{۲۵}، 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 نورویتیک به دلیل انتظارات غیرواقع‌بینانه هرگز از عملکرد خود خشنود نخواهد شد. نتایج پژوهش‌های مربوط به کمال‌گرایی (پارکر^{۲۶}، ۱۹۹۷؛ تری-شورت^{۲۷}، اوئنز^{۲۸}، اسلد^{۲۹} و دیویی^{۳۰}، ۱۹۹۵؛

¹⁵. available

¹⁶. self

¹⁷. perfectionism

¹⁸. Burns

¹⁹. Frost

²⁰. Marten

²¹. Lahart

²². Rosenblat

²³. Hamachek

²⁴. normal perfectionism

²⁵. neurotic perfectionism

²⁶. Parker

²⁷. Terry-Short

²⁸. Owens

²⁹. Slad

³⁰. Dewey

دیویس^{۳۱}، ۱۹۹۷؛ فروست، هیمبرگ^{۳۲}، هلت^{۳۳}، ماتیا^{۳۴} و نیوبائر^{۳۵}، ۱۹۹۳؛ هماچک، ۱۹۷۸) تأثیرات مثبت و منفی کمال‌گرایی را بر افکار، عواطف و رفتارها تأیید کرده‌اند. بلت^{۳۶} (۱۹۹۵) معتقد است که کمال‌گرایان سازش نایافته (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 (بلت، ۱۹۹۵) و خودشان را موفق بدانند حتی اگر استانداردهای شخصی آنها کاملاً محقق نشود (هماچک، ۱۹۷۸).

تری - شورت، اوئنز، اسلد و دیویی (۱۹۹۵) بر اساس تقسیم‌بندی بهنجار- نوروتیک کمال‌گرایی در چارچوب یک مدل نظری، دو نوع کمال‌گرایی مثبت و منفی را متمایز کردند. کمال‌گرایی مثبت^{۳۷} به آن دسته از شناخت‌ها و رفتارها اطلاق می‌شود که هدفشان کسب موفقیت‌ها و پیشرفت‌های سطح بالا به منظور دستیابی به پیامدهای مثبت است (اسلد و اوئنز، ۱۹۹۸). کمال‌گرایی منفی^{۳۸} به شناخت‌ها و رفتارهایی گفته می‌شود که هدفشان کسب موفقیت‌ها و پیشرفت‌های سطح بالا به منظور اجتناب یا فرار از پیامدهای منفی است (اسلد و اوئنز، ۱۹۹۸).

بعضی از محققان تاثیر کیفیت تعامل‌های والد- کودک را بر شکل‌گیری کمال‌گرایی مورد تأیید قرار داده‌اند (سوروزکین^{۳۹}، ۱۹۹۸، هماچک، ۱۹۷۸)، اما در این زمینه صرفاً ویژگی‌های کمال‌گرایانه والدین مانند سخت‌گیری، انتقادگری و وضع معیارهای عالی غیر منطقی برای کودکان را مورد بررسی قرار داده‌اند. سبک دلبستگی کودک به والدین، که گستره وسیعی از

31 . Davis

32 . Heimberg

33 . Holt

34 . Mattia

35 . Neubauer

36 . Blatt

37 . positive perfectionism

38 . negative perfectionism

39 . Sorotzkin

تعامل های والد- کودک را به خود اختصاص می دهد، کمتر مورد توجه قرار گرفته است. در تنها پژوهش انجام شده در این زمینه، رایس^{۴۰} و میرزاده^{۴۱} (۲۰۰۰) نشان دادند که دلبستگی ایمن با کمال گرایی بهنجار و دلبستگی نایمن با کمال گرایی نورووتیک همبستگی دارد. هدف اصلی پژوهش حاضر مطالعه نوع رابطه سبک های دلبستگی در سه سطح ایمن، اجتنابی و دوسوگرا و کمال گرایی مثبت و منفی (به ترتیب معادل کمال گرایی بهنجار و نورووتیک) بود. برای تحقق این هدف، چهار فرضیه مورد بررسی قرار گرفت:

- ۱- بین سبک دلبستگی ایمن و کمال گرایی مثبت همبستگی مثبت وجود دارد.
- ۲- بین سبک دلبستگی ایمن و کمال گرایی منفی همبستگی منفی وجود دارد.
- ۳- بین سبک دلبستگی نایمن (اجتنابی، دوسوگرا) و کمال گرایی مثبت همبستگی منفی وجود دارد.
- ۴- بین سبک دلبستگی نایمن (اجتنابی، دو سوگرا) و کمال گرایی منفی همبستگی مثبت وجود دارد.

روش

جامعه آماری این پژوهش را همه دانشجویان مقطع کارشناسی که در سال تحصیلی ۱۳۸۲-۸۳ در یکی از دانشکده های دانشگاه تهران مشغول تحصیل بودند تشکیل می داد. یکصد و هفتاد دانشجو (۹۷ دختر، ۷۳ پسر) از رشته های مختلف تحصیلی در حوزه های 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 آزمودنی ها، مقیاس دلبستگی بزرگسال^{۴۲} (بشارت، ۱۳۷۹) و مقیاس کمال گرایی مثبت و منفی^{۴۳} (بشارت، ۱۳۸۲) در مورد آنها اجرا شد. میانگین سنی کل آزمودنی ها ۲۱/۹۷ سال (دامنه = ۱۹-۲۸، $sd=2/22$)، میانگین سن دانشجویان

⁴⁰. Rice

⁴¹. Mirzadeh

⁴². Adult Attachment Inventory

⁴³. Positive and Negative Perfectionism Scale

دختر ۲۱/۸۹ سال (دامنه = ۲۷-۱۹، $sd=۲/۴۰$) و میانگین سن دانشجویان پسر ۲۲/۰۶ سال (دامنه = ۲۸-۱۹، $sd=۱/۹۶$) بود.

پژوهش حاضر، پژوهشی توصیفی از نوع همبستگی است و برای تحلیل داده های آن از شاخص ها و روش های آماری شامل فراوانی، درصد، میانگین، انحراف معیار، آزمون t ، ضرایب همبستگی و تحلیل رگرسیون استفاده شده است.

ابزارهای سنجش

مقیاس دلبستگی بزرگسال- سبک دلبستگی آزمودنی ها در این پژوهش با استفاده از مقیاس دلبستگی بزرگسال تعیین شد. این مقیاس که با استفاده از مواد آزمون دلبستگی هازن و شیور (۱۹۸۷) توسط مؤلف نخست ساخته و در مورد دانشجویان دانشگاه تهران هنجاریابی شده است، یک پرسشنامه دو قسمتی می باشد. در قسمت اول سه سبک دلبستگی ایمن، اجتنابی و دوسوگرا بر حسب ۲۱ سوال در مقیاس ۵ درجه ای لیکرت (هیچ = ۱؛ کم = ۲؛ متوسط = ۳؛ خیلی زیاد = ۵) از هم متمایز می شوند. ضریب آلفای کرونباخ پرسشهای هر یک از زیرمقیاسهای ایمن، اجتنابی و دوسوگرا در مورد یک نمونه دانشجویی (۲۴۰ n)، بشارت، (۱۳۷۹) برای کل آزمودنیها به ترتیب ۰/۷۴، ۰/۷۲، ۰/۷۲؛ برای دانشجویان دختر ۰/۷۴، ۰/۷۱، ۰/۶۹؛ و برای دانشجویان پسر ۰/۷۳، ۰/۷۱، ۰/۷۲ بود که نشانه همسانی درونی^{۴۴} مقیاس دلبستگی بزرگسال می باشد. در قسمت دوم، آزمودنی با انتخاب یک گزینه از سه گزینه ای که سه نوع دلبستگی را توصیف می کنند، سبک دلبستگی خود را مشخص می کند. ضریب همبستگی بین نمره های آزمودنی ها در دو قسمت پرسشنامه برای آزمودنی های دختر و پسر به ترتیب ۰/۸۵ و ۰/۸۷ بود. ضریب پایایی بازآزمایی^{۴۵} مقیاس دلبستگی بزرگسال برای یک نمونه ۳۰ نفری در دو نوبت با فاصله ۲ هفته برای کل آزمودنی ها ۰/۹۲ $r=$ ؛ آزمودنی های پسر ۰/۹۳ $r=$ ؛ و آزمودنی های دختر ۰/۹۰ $r=$ محاسبه شد. اعتبار محتوایی^{۴۶} مقیاس دلبستگی بزرگسال با سنجش ضرایب همبستگی بین نمره های چهار نفر از متخصصان روانشناسی مورد بررسی قرار

1. internal consistency
2. test-retest reliability
3. content validity

گرفت. براساس نتایج به دست آمده، ضرایب همبستگی از ۰/۷۳ تا ۰/۷۶ برای سبک دلبستگی ایمن، از ۰/۶۰ تا ۰/۷۶ برای سبک دلبستگی اجتنابی و از ۰/۶۳ تا ۰/۸۷ برای سبک دلبستگی دوسوگرا محاسبه شد که همه در سطوح $\alpha = ۰/۰۵$ و $\alpha = ۰/۰۱$ معنی‌دار هستند.

اعتبار همزمان^{۴۷} مقیاس دلبستگی بزرگسال با مقایسه نتایج آزمون عزت نفس کوپراسمیت^{۴۸} (۱۹۶۷) بررسی شد. ضرایب همبستگی بین نمره کلی آزمودنی‌ها در آزمون عزت نفس با سبک دلبستگی نشان دهنده همبستگی مثبت معنی‌دار سبک دلبستگی‌ایمن با عزت نفس عمومی ($r = ۰/۳۹$ و $p = ۰/۰۰۲$)، عزت نفس تحصیلی ($r = ۰/۳۹$ و $p = ۰/۰۰۲$)، عزت نفس خانوادگی ($r = ۰/۳۹$ و $p = ۰/۰۰۲$) و عزت نفس اجتماعی ($r = ۰/۴۱$ و $p = ۰/۰۰۱$) بود. این ضرایب برای آزمودنی‌های دختر و پسر به تفکیک نیز در سطح $\alpha = ۰/۰۱$ معنی‌دار بود. ضرایب همبستگی بین نمره آزمودنی‌ها در همه زیرمقیاس‌های عزت نفس با سبک‌های دلبستگی اجتنابی و دوسوگرا برای کل آزمودنی‌ها، آزمودنی‌های دختر و آزمودنی‌های پسر منفی اما از نظر آماری معنی‌دار نبودند.

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. حداقل نمره آزمودنی‌ها در هر یک از مقیاس‌های آزمون ۲۰ و حداکثر آن ۱۰۰ خواهد بود. در فرم فارسی این پرسشنامه (بشارت، ۱۳۸۲) 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 ۰/۸۹ و ۰/۸۶ و برای دانشجویان پسر بود که نشانه همسانی درونی ۴۹ بالای مقیاس می‌باشد. ضرایب همبستگی بین نمره‌های ۹۰ نفر از آزمودنی‌ها در دو نوبت با فاصله چهار هفته برای کل آزمودنی‌ها $r = ۰/۸۶$ ؛ برای آزمودنی‌های دختر $r = ۰/۸۴$ و برای آزمودنی‌های پسر $r = ۰/۸۷$ محاسبه شد که نشانه پایایی بازآزمایی ۵۰ رضایت بخش مقیاس می‌باشد. اعتبار مقیاس کمال‌گرایی مثبت و منفی از طریق محاسبه ضرایب همبستگی بین زیرمقیاس‌های این

4. concurrent validity

48. Coopersmith Self-Esteem Inventory

49. internal consistency

50. test-retest reliability

آزمون با زیرمقیاس‌های رسش‌نامه سلامت عمومی ۵۱ (گلدبرگ ۵۲، ۱۹۷۲) و مقیاس عزت نفس کوپراسمیت (کوپر اسمیت، ۱۹۶۷)؛ و با روش تحلیل مؤلفه‌های اصلی ۵۳ آزمون بررسی شد. ضرایب و نتایج به دست آمده، اعتبار مقیاس کمال‌گرایی مثبت و منفی را تأیید می‌کنند (بشارت، ۱۳۸۲).

نتایج

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

جدول ۱- میانگین و انحراف معیار نمره‌های سبک‌های دلبستگی و

کمال‌گرایی مثبت و منفی دانشجویان

کل	دانشجویان پسر		دانشجویان دختر		گروه و شاخص متغیر	
	میانگین	انحراف معیار	میانگین	انحراف معیار		
۹/۱۱	۲۱/۵۱	۸/۷۷	۲۰/۹۱	۹/۳۸	۲۱/۹۵	سبک دلبستگی ایمن
۷/۵۶	۱۵/۵۶	۷/۱۰	۱۴/۸۴	۷/۸۸	۱۶/۱۰	سبک دلبستگی اجتنابی
۶/۶۴	۱۳/۲۵	۷/۵۸	۱۴/۰۲	۵/۸۱	۱۲/۶۸	دلبستگی سبک دوسوگرا
۱۷/۰۷	۶۷/۹۲	۱۶/۶۴	۶۷/۰۰	۱۷/۴۵	۶۸/۶۲	کمال‌گرایی مثبت
۱۳/۴۲	۵۶/۹۷	۱۴/۱۹	۵۵/۹۰	۱۲/۸۳	۵۷/۷۷	کمال‌گرایی منفی

برای تحلیل داده‌ها و آزمودن 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 هیچ یک از زیرمقیاس‌های دلبستگی و کمال‌گرایی با هم تفاوت معنی‌دار نداشتند (سبک دلبستگی ایمن: $P < 0/46$ ، $t = 1/73$ ؛ سبک دلبستگی اجتنابی: $P < 0/28$ ، $t = 1/07$ ؛ سبک دلبستگی

⁵¹ . General Health Questionnaire

⁵² . Goldberg

⁵³ . principal components

دوسوگرا: $P < 0/19$, $t_{1/31} = 168$ ؛ کمال‌گرایی مثبت: $P < 0/54$, $t_{1/61} = 168$ ؛ کمال‌گرایی منفی: $P < 0/37$, $t_{1/89} = 168$.

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 معنی‌دار ($r = 0/88$, $P = 0/001$)، بین نمره سبک دلبستگی ایمن و کمال‌گرایی منفی همبستگی منفی معنی‌داری ($r = -0/57$, $P = 0/000$)، بین نمره سبک دلبستگی اجتنابی و کمال‌گرایی مثبت همبستگی منفی معنی‌دار ($r = -0/59$, $P = 0/000$)، بین نمره سبک دلبستگی دوسوگرا و کمال‌گرایی مثبت همبستگی منفی معنی‌دار ($r = 0/44$, $P = 0/000$)، و بین نمره سبک دلبستگی دوسوگرا و کمال‌گرایی منفی همبستگی مثبت معنی‌دار ($r = 0/43$, $P = 0/000$) 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 تحلیل شدند. نتایج تحلیل واریانس و مشخصه‌های آماری رگرسیون بین میانگین نمره کمال‌گرایی مثبت با سبک‌های دلبستگی در جدول شماره ۲ ارائه شده‌اند. بر اساس این نتایج، میزان F مشاهده شده معنی‌دار است ($P < 0/001$) و $0/78$ واریانس مربوط به کمال‌گرایی مثبت به وسیله سبک‌های دلبستگی تبیین می‌شود ($R^2 = 0/78$). ضرایب رگرسیون هر یک از سه متغیر پیش‌بین نشان می‌دهند که تنها سبک دلبستگی ایمن می‌تواند واریانس کمال‌گرایی مثبت را به صورت معنی‌دار تبیین کند. ضریب تأثیر سبک دلبستگی ایمن ($B = 1/59$) با توجه به آماره t نشان می‌دهد که سبک دلبستگی ایمن می‌تواند با اطمینان $0/99$ تغییرات مربوط به کمال‌گرایی مثبت را پیش‌بینی کند؛ یعنی افزایش سطح ایمنی دلبستگی باعث افزایش سطح کمال‌گرایی مثبت می‌شود. این یافته‌ها فرضیه اول پژوهش را تأیید می‌کنند.

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

شاخص مدل	SS	Df	Ms	F	P	R	R ^۲	SE
رگرسیون	۳۸۶۱۲/۶۶	۳	۱۲۸۷۰/۸۸	۲۰۰/۰۴	۰/۰۰۰	۰/۸۸	۰/۷۸	۸/۰۲۱
باقیمانده	۱۰۶۸۰/۴۹	۱۶۶	۶۴/۳۴					

شاخص متغیر	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

تحلیل‌های مشابه برای بررسی رابطه سبک‌های دلبستگی با کمال‌گرایی منفی انجام گرفت. نتایج تحلیل واریانس و مشخصه‌های آماری رگرسیون بین میانگین نمره کمال‌گرایی منفی با سبک‌های دلبستگی در جدول شماره ۳ ارائه شده‌اند.

این نتایج نشان می‌دهند که میزان F مشاهده شده معنی‌دار است ($P < ۰/۰۰۱$) و 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 ناایمنی دلبستگی باعث افزایش سطح کمال‌گرایی منفی می‌شود. این یافته‌ها فرضیه چهارم پژوهش را تایید می‌کنند.

جدول ۳- خلاصه مدل رگرسیون، تحلیل واریانس و مشخصه های آماری رگرسیون کمال گرایی

شاخص مدل	SS	df	Ms	F	P	R	R ^۲	SE
رگرسیون	۱۲۹۶۰/۷۷	۳	۴۳۲۰/۲۵	۴۰/۹۶	۰/۰۰۰	۰/۶۵	۰/۴۲	۱۰/۲۶
باقیمانده	۱۷۵۰۶/۰۸	۱۶۶	۱۰۵/۴۵					

منفی بر سبک های دل بستگی

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

بحث و نتیجه گیری

نتایج این پژوهش نشان داد که سبک دل بستگی ایمن با کمال گرایی مثبت همبستگی مثبت و با کمال گرایی منفی همبستگی منفی دارد. سبک های دل بستگی اجتنابی و دوسوگرا، به عکس، با کمال گرایی مثبت همبستگی منفی و با کمال گرایی منفی همبستگی مثبت داشتند. این یافته ها گرچه همسو با چهار فرضیه پژوهش هستند، تحلیل آماری داده ها نشان داد که این همبستگی ها برای سبک دل بستگی ایمن فقط نسبت به کمال گرایی مثبت و برای سبک های دل بستگی اجتنابی و دوسوگرا فقط نسبت به کمال گرایی منفی توان پیش بینی دارند. این بدان معنی است که با افزایش سطح ایمنی دل بستگی، کمال گرایی مثبت افزایش می یابد، و با افزایش سطح نایمنی دل بستگی، کمال گرایی منفی افزایش پیدا می کند. این یافته های پژوهش را که با یافته های رایس و میرزاده (۲۰۰۰) مطابقت می کنند، می توان بر حسب چند احتمال در رابطه با فرضیه های اول و چهارم پژوهش تبیین کرد: سبک دل بستگی در چارچوب روابط والدین-کودک شکل می گیرد و طبق نظر بالبی (۱۹۶۹)، این تجربه های تعاملی نخستین درونسازی^{۵۴} می شوند

⁵⁴ . internalize

و با تشکیل مدل های درونکاری^{۵۵} تداوم می یابند. مدل های درونکاوی به عنوان معادل های درونی ویژگی های والدین، بازخوردها و انتظارات فرد از «خود» و «دیگران» را سازمان می دهند. «اعتماد» به خود و دیگران و «انتظارات واقع بینانه» از خود و دیگران، که از ویژگیهای سبک دلبستگی ایمن محسوب می شوند، باعث تقویت کمال گرایی مثبت در افراد ایمن می شوند (فرضیه اول). این افراد می توانند جنبه های 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 (کریتندن، ۱۹۹۴؛ کسیدی، ۱۹۸۸؛ هارتر، ۱۹۹۸).

در نقطه مقابل، سبک های دلبستگی نایمن (اجتنابی، دوسوگرا) با ویژگیهای «بی اعتمادی» به خود و دیگران و «انتظارات غیرواقع بینانه» از خود و دیگران، به تقویت کمال گرایی منفی در افراد نایمن کمک می کنند (فرضیه چهارم). این افراد، ناتوان از پذیرش محدودیت های شخصی، خود را «کامل» توصیف می کنند و به منظور پنهان ساختن احساسات نارزشمند، خود و دیگران را آرمان سازی می کنند (هارتر، ۱۹۹۸). بر این اساس، سبک دلبستگی فرد از طریق مدل های درونکاری کیفیت کمال گرایی را مشخص می کند.

سبک دلبستگی از طریق مکانیسم «تنظیم عواطف»^{۵۶} (بالبی، ۱۹۶۹، ۱۹۷۳، ۱۹۸۰) کیفیت کمال گرایی را تحت تاثیر قرار می دهد. افراد دارای سبک دلبستگی نایمن آموخته اند که برای حفظ تماس با نگاره دلبستگی^{۵۷} (معمولاً والدین، مخصوصاً مادر)، نیازهای عاطفی خود را نادیده بگیرند (سروزکین، ۱۹۹۸؛ میلر، ۱۹۹۶) و عواطف منفی را فرو نشانند (سارنی، مام و کمپوس، ۱۹۹۸؛ کسیدی، ۱۹۹۴). هدف مکانیسم تنظیم عواطف از این «نادیده انگاری» نیازهای عاطفی و «فرونشانی»^{۵۸} عواطف منفی، کامل نمایی است: خصیصه ای که بر ناتوانی فرد در پذیرش محدودیت های شخصی تکیه می زند (فرضیه چهارم). این وضعیت که با ویژگی های کمال گرایی منفی مطابقت می کند، در افراد دارای سبک دلبستگی تقریباً معکوس شکل می گیرد. مکانیسم تنظیم عواطف در این افراد تحت تاثیر الزام «نادیده انگاری» نیازهای عاطفی و «فرونشانی» عواطف منفی به منظور حفظ تماس با نگاره دلبستگی عمل نمی کند و کامل

⁵⁵ . internal working models

⁵⁶ . affect regulation

⁵⁷ . attachment figure

⁵⁸ . suppression

نمایی به مثابه یک ضرورت بر فرد تحمیل نمی‌شود (فرضیه اول). ضرورت «جبران» نایمنی و کمبودهای افراد دارای سبک های دلبستگی نایمن، این افراد را برای استفاده ناکارآمد از مکانیسم های دفاعی مانند سرکوبی، انکار و آرمانی سازی آماده می‌سازد؛ مکانیسم هایی 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 به کارگیری این مکانیسم ها برای «جبران» نایمنی و کمبودهای مرتبط با پیوندهای دلبستگی، نه تنها از کمال‌گرایی منفی فاصله می‌گیرند که فارغ از مشکلات روانشناختی پیامد به کارگیری مکانیسم های پیش‌گفته، به تقویت کمال‌گرایی مثبت می‌پردازند (فرضیه اول).

محدودیت جامعه آماری پژوهش و نوع پژوهش، محدودیت هایی را در زمینه تعمیم یافته ها، تفسیرها و اسنادهای علت شناختی 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 دقیق تر رابطه سبک های دلبستگی با کمال‌گرایی، انجام پژوهش هایی که بر اساس آنها رابطه سبک های دلبستگی با ابعاد کمال‌گرایی از جمله کمال‌گرایی خویش‌نهاد مدار^{۵۹}، کمال‌گرایی دیگرمدار^{۶۰} و کمال‌گرایی جامعه مدار^{۶۱} مورد بررسی قرار گیرد، پیشنهاد می‌شود. علاوه بر یافته های غیربالینی، انجام پژوهشهای بالینی در مورد نمونه های مبتلا به اختلالات روانشناختی مختلف برای تکمیل دانش بالینی در زمینه نقش آسیب‌زای اختلالات دلبستگی و کمال‌گرایی، و پیامد آن تدارک روش های مناسب برای پیشگیری و درمان، یک ضرورت محسوب می‌شود.



⁵⁹ . self-oriented perfectionism

⁶⁰ . other-oriented perfectionism

⁶¹ . socially prescribed perfectionism

منابع

۱. بشارت محمدعلی (۱۳۷۹). هنجاریابی مقیاس دلبستگی بزرگسال. گزارش پژوهشی. انشگاه تهران.
۲. بشارت، محمدعلی (۱۳۸۲). قابلیت اعتماد (پایایی) و درستی (اعتبار) مقیاس کمال‌گرایی مثبت و منفی. مجله علوم روانشناختی، ۸، ص ۳۵۹-۳۴۶.
3. 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
4. American Psychiatric Association (1994). *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders* (4th ed.). Washington, DC: Author.
5. Blatt, S. J. (1995). *The Destructiveness of Perfectionism: Implications for the Treatment of Depression*. *American Psychologist*, 50, 1003-1020.
6. Bowlby, J. (1969). *Attachment and Loss: Vol. I. Attachment*. New York: Basic Books.
7. Bowlby, J. (1973). *Attachment and Loss: Separation*. New York: Basic Books.
8. Bowlby, J. (1980). *Attachment and Loss: Sadness and Depression*. New York: Basic Books.
9. Burns, D. D. (1980). *The Perfectionist's Script for Self-Defeat*. *Psychology Today*, 14, 34-52.
10. 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).
11. Cooper, M. L., Shaver, P. R., & Collins, N. L. (1998). Attachment Styles, Emotion Regulation and Adjustment in Adolescence. *Journal of Personality and Social Psychology*, 74, 1380-1397.
12. Coopersmith, S. (1967). *The Antecedents of Self-Esteem*. San Francisco: Freeman.
13. 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.
14. Davis, C. (1997). Normal and Neurotic Perfectionism in Eating Disorders: an Interactive Model. *International Journal of Eating Disorders*, 22, 421-426.
 15. 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.
 16. Frost, R. O., Marten, P., Lahart, C., & Rosenblate, R. (1990). The Dimensions of Perfectionism. *Cognitive Therapy and Research*, 14, 449-468.
 17. *Psychology*, 68, 518-530.
 18. Goldberg, D. P. (1972). *The Detection of Psychiatric Illness by Questionnaire*. Maudsley Monograph, 21. Oxford: Oxford University Press.
 19. Hamachek, D. E. (1978). *Psychodynamics of Normal and Neurotic Perfectionism*. *Psychology*, 15, 27-33.
 20. 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.
 21. Hazan, C., & Shaver, P. R. (1987). Romantic Love Conceptualized as an Attachment Process. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52, 511-524.
 22. Hewitt, P. L., & Dyck, D. G. (1986). Perfectionism, stress, and Vulnerability to Depression. *Cognitive Therapy and Research*, 10, 137-142.
 23. Hewitt, P. L., & Flett, G. L. (1991a). Perfectionism in the Self and Social Contexts: Conceptualization, Assessment and Association with Pology, 60, 456-470.
 24. Hewitt, P. L., & Flett, G. L. (1991b). Dimensions of Perfectionism in Unipolar Depression. *Journal of Abnormal Psychology*, 100, 98-101.
 25. Mikulincer, M., Florian, V., & Weller, A. (1993). Attachment Styles, Coping Strategies, and Post Traumatic Distress: the Impact of the Gulf war in Israel. *Journal of Personality and Social Psychology*, 64, 817-826.
 26. Mikulincer, M., Orbach, I., & Iavnieli, D. (1998). Adult Attachment Style and Affect Regulation: Strategies

- Variations in Subjective Self-Other Similarities. *Journal of Personality and Social Psychology*, 75, 436-448.
27. Miller, S. B. (1996). *Shame in Context*. Hillsdale, NJ: Analytic Press.
 28. Parker, W. D. (1997). An Empirical Typology of Perfectionism in Academically Talented Children. *American Educational Research Journal*, 34, 545-562.
 29. Rice, K. G., & Mirzadeh, S. S. (2000). Perfectionism, Attachment, and Adjustment. *Journal of Counseling Psychology*, 47, 238-250.
 30. 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.
 31. Slade, P. D., & Owens, R. G. (1998). A Dual Process Model of Perfectionism Based on Reinforcement Theory. *Behavior Modification*, 22, 372-390.
 32. Sorotzkin, B. (1998). *Understanding and treating Perfectionism in Religious Adolescents*. *Psychotherapy*, 35, 87-95.
 33. 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