

پیش‌بینی مشکلات بین شخصی افراد بر اساس سبک‌های دلبستگی با توجه به نقش واسطه‌ای شفقت خود در زوجین شهر تهران

سعیداصلانی^۱، حسین اسکندری^۲

و احمد برجلی^۳

مشکلات بین شخصی نتیجه تاریخچه دلبستگی افراد است. در نظریه‌ی دلبستگی، انسانها با نیازهای ارتباطی پایه برای شکل دادن پیوند قوی با یک موضوع دلبستگی که امنیت، صمیمیت و حمایت را فراهم می‌کند، هدف گذاری شده‌اند. پژوهش‌های قبلی نشان داده است که شکل‌های مختلف مشکلات بین شخصی با سبک‌های متفاوت دلبستگی مطابقت دارد. هدف پژوهش حاضر بررسی مشکلات بین شخصی افراد بر اساس سبک‌های دلبستگی با توجه به نقش واسطه‌ای شفقت در زوجین بود. برای این منظور طی یک پژوهش توصیفی از نوع همبستگی، ۲۰۰ زوج از شهر تهران به شیوه‌ی نمونه‌گیری در دسترس انتخاب و از نظر سبک‌های دلبستگی، خود شفقت ورزی، مشکلات بین فردی مورد ارزیابی قرار گرفتند. نتایج تحلیل رگرسیون نتایج نشان داد که خود شفقت ورزی در رابطه بین دلبستگی اضطرابی و مشکلات بین شخصی و خود شفقت ورزی در رابطه بین دلبستگی ایمن و مشکلات بین شخصی نقش واسطه‌ای دارند. هر سه متغیر سبک دلبستگی دارای رابطه خطی با مشکلات بین شخصی و خود شفقت ورزی است. همچنین ضریب بتای استاندارد نشده برای این متغیرها نشان می‌دهد که وزن متغیر دلبستگی اضطرابی بیشتر از دیگر متغیرهاست. به عبارتی می‌توان گفت که ۴۱ درصد از تغییرات متغیر وابسته در مشکلات بین شخصی و ۶۱ درصد این تغییرات در متغیر خود شفقت ورزی بوسیله این متغیر قابل پیش‌بینی است. نتایج این پژوهش از نقش واسطه‌ای شفقت بین سبک‌های دلبستگی و میزان مشکلات شخصی حمایت می‌کند. کلمات کلیدی: سبک‌های دلبستگی، شفقت خود، زوجین.

مقدمه

ازدواج در همه جوامع امری مهم شمرده می‌شود و داشتن زندگی زناشویی موفق تقریباً برای هر کسی یک هدف مهم به شمار می‌رود (میرز، مادائیل و تینگل، ۲۰۰۵). امروزه، قابلیت شرکت موثر در تعامل با دیگران، چه در زندگی خصوصی و چه در زندگی حرفه‌ای، از اهمیت حیاتی برخوردار است

۱. دپارتمان روان شناسی، دانشگاه علامه طباطبایی، تهران، ایران (نویسنده ی مسؤل) saeidaslani23@yahoo.com

۲. دپارتمان روان شناسی، دانشگاه علامه طباطبایی، تهران، ایران

۳. دپارتمان روان شناسی، دانشگاه علامه طباطبایی، تهران، ایران

و به نظر می‌رسد همه انسانها برای حفظ سازش یافتگی روان‌شناختی، به تماس اجتماعی با دیگران محتاج اند و محرومیت از رابطه برای همگان تجربه‌ای ناراحت کننده است (فرگاس، ۱۹۴۷). اگرچه شناسایی ماهیت بین فردی مشکلات روان‌شناختی سابقه‌ای طولانی دارد، تا پیش از کار هرویتز جهت بررسی و سازماندهی این مشکلات به گونه‌ای که برای پژوهشگران مفید باشد، تلاشی انجام نشده بود. مشکلات بین شخصی نتیجه تاریخچه دل بستگی افراد است (هوروویتز، روزنبرگ و بارتالامیو، ۱۹۹۳). نظریه دل بستگی فرض می‌کند که انسانها با نیازهای ارتباطی پایه برای شکل دادن پیوند قوی با یک موضوع دل بستگی که امنیت، صمیمیت و حمایت را فراهم می‌کند، هدف گذاری شده اند (بالبی و بالبی، ۲۰۰۵). بالبی (۱۹۸۸) در نظریه دل بستگی خود بیان کرد که کودک بر اساس تجربیات زودرس خود با مراقب، به تدریج نظامی از افکار، خاطرات، عقاید، انتظارات، هیجانات و رفتارها را در مورد خود و دیگران شکل می‌دهد که این نظام را مدل کارکردی درونی می‌نامد که با گذشت زمان و کسب تجربه‌های بیشتر گسترش می‌یابد (کسیدی و شیور، ۲۰۰۸).

مدل کارکردی درونی از خود، باورهای فرد در مورد خودش، در مورد دوست داشتنی بودن و مقبول بودن برای موضوع عشق را انعکاس می‌دهد در حالی که مدل کارکردی از دیگری، انعکاس دهنده باورها در مورد دسترس پذیری و پاسخگو بودن مراقب در زمانهای پریشانی است. بر اساس این نظریه کودکان راهبردهای گوناگونی در پاسخ به جدایی و بازگشت موضوع دل بستگی از خود نشان می‌دهند که در سبک‌های مختلف دل بستگی قابل پیش‌بینی است (ایمن، اجتنابی، اضطرابی - دوسوگرا) (اینثورث، بلها، واترز، و هال، ۱۹۷۸). در اکثر پژوهش‌ها، دل بستگی ایمن با حداقل مشکلات بین شخصی و کمترین سطوح نشانه‌های روان‌شناختی مرتبط است. بنابراین در حالی که دل بستگی نایمن ممکن است یک آسیب پذیری برای اختلالات هیجانی را تشکیل دهد، به نظر می‌رسد دل بستگی ایمن یک عامل حمایتی را ارائه می‌دهد. دل بستگی نایمن با سطوح بالایی از افسردگی، اضطراب و علامت‌های آسیب شناسی در ارتباط است (بیفالكو، موران، استنفورد، بینس و همکاران، ۲۰۰۲). یافته‌های حاصل از پژوهش‌ها نشان می‌دهد که آسیب های دل بستگی از طریق بروز مشکلات بین شخصی بر پدیدایی نشانه‌های اضطراب نیز تاثیر می‌گذارند (بشارت، هدایتی و کردمیرزا نیکوزاده، ۲۰۱۴). همچنین، سبک دل بستگی با اختلال در روابط بین فردی، خشم و خصومت، اضطراب، افسردگی و اختلالات شخصیت رابطه دارد. یافته‌ها نشان می‌دهد آزمودنی‌های دارای سبک‌های ایمن در مقایسه با آزمودنی‌های دارای سبک دل بستگی نایمن اجتنابی، دوسوگرا مشکلات بین شخصی کمتری دارند. همچنین افرادی که در دل بستگی خود آسیب دیده اند (دوسوگرا) در روابط خود در

دوران بزرگسالی دچار تردید، تعارض، تخاصم، درماندگی، آشفتگی و تکانشوری هستند و همین موضوع باعث می‌شود به شدت در معرض درگیری، تضاد، درماندگی و رفتار تابهنجار در موقعیت‌های تنش‌زا و روابط اجتماعی قرار گیرند (فینی و نولر ۱۹۹۰). بالبی (۱۹۸۲/۱۹۶۹، ۱۹۸۰، ۱۹۸۸؛ به نقل از میکولینسر و گودمن، ۲۰۰۶) بر این باور بود که گرچه سیستم دلبستگی غالباً در دوران کودکی فعال است ولی در سرتاسر عمر به فعالیت خود ادامه می‌دهد، و نیازهای بزرگسالان به نزدیکی، حمایت و واکنش‌های هیجانی طولانی‌مدت آنها در مواجهه با از دست دادن نگاره‌های دلبستگی، این موضوع را نشان می‌دهد (فرالی و دیویس، ۱۹۹۷؛ هیزن و زیفمن، ۱۹۹۹؛ به نقل از میکولینسر و گودمن، ۲۰۰۶).

رابطه بین دلبستگی و مشکلات بین شخصی در پژوهش‌های مختلف نشان داده شده است اما آنچه کمتر مورد بررسی قرار گرفته است نقش متغیرها و عوامل تعدیل‌کننده‌ای است که بر این رابطه تاثیر می‌گذارند. یکی از مفاهیمی که اخیراً مورد توجه زیادی قرار گرفته است، شفقت خود است. شفقت خود به عنوان سازه‌ای سه مولفه‌ای شامل مهربانی با خود در مقابل قضاوت کردن خود، اشتراکات انسانی در مقابل انزوا و به‌شیری در برابر همانندسازی فزاینده، تعریف می‌شود (نف، ۲۰۰۳). ترکیب این سه مولفه مرتبط، مشخصه فردی است که با خود شفقت دارد. شفقت شامل در تماس بودن با رنج دیگران، آگاه شدن از درد دیگران و اجتناب نکردن از آن، احساس مهربانی نسبت به دیگران و تمایل برای کاهش رنج آنهاست (ویسپ، ۱۹۹۱) که نیازمند یک فهم بدون قضاوت از شکست یا اشتباه است، پس اعمال یا رفتارها در یک زمینه مشترک جایز الخطا بودن انسانی در نظر گرفته می‌شوند (میلر، ۱۹۹۹).

تجربه نشان می‌دهد که افراد نسبت به خودشان تا دیگرانی که برای آنها اهمیت قائل هستند یا افراد غریبه سخت‌گیرتر و نامهربان‌تر هستند. در حالی که چنین سخت‌گیری نسبت به خود، ممکن است در ترس از خودخواهی یا خود مرکز بینی ریشه داشته باشد (روبین، ۱۹۷۵ نقل از نف، ۲۰۱۱)، مشفق بودن نسبت به خود، منجر به خود مرکز بینی نخواهد شد. بلکه شفقت خود منجر به افزایش شفقت و دغدغه نسبت به دیگران می‌شود. شفقت خود باعث می‌شود فرد تجربیات خود را در منظر تجربیات مشترک انسانی ببیند و دریابد که رنج، شکست و نقص اقتضای انسان بودن است و همه‌ی افراد - که من هم یکی از آنها هستم - ارزش شفقت کردن دارند. کمتر قضاوت کردن خود، منجر به کمتر قضاوت کردن دیگران می‌شود، پس مانند مقایسه‌ی خود با دیگران نیازی به افزایش یا دفاع از ارزش خود وجود ندارد. شفقت به خاطر اینکه خود برتر یا شایسته‌تر است او را بزرگ نمی‌کند، بلکه افراد، ارتباطشان با یکدیگر و برابری‌شان را تشخیص می‌دهند (براون، ۲۰۰۹). وتس، دایر، لی، و وکرل

(۲۰۱۱) در پژوهش خود نشان دادند افرادی که سابقه مورد بدرفتاری قرار گرفتن دارند، از شفقت خود پایین تری برخوردارند، در تنظیم هیجانات خود با مشکل مواجه می‌شوند، نسبت به خود قضاوت منفی داشته و مشکلات را درونی سازی می‌کنند. نگرش حمایت گرانه نسبت به خود با بسیاری از پیامدهای روان‌شناختی مثبت مانند انگیزه بیشتر برای حل تعارضات بین شخصی، حل مساله سازنده، ثبات زندگی زناشویی (بیکر و مک نالتی، ۲۰۱۱)، افسردگی، اضطراب و کمال گرایی کمتر و رضایت از زندگی بیشتر ارتباط دارد (ریس، ۲۰۱۱). فلدمن، و کویکن (۲۰۱۱) در مقاله مروری خود شواهدی قوی بر رابطه بین خود شفقت ورزی و آسیب‌شناسی آورده‌اند و بیان کرده‌اند که افراد شفقت‌ورز در زمان حل تعارضات بین شخصی احساس اعتماد بیشتری را نسبت به آنهایی که نسبت به خود شفقت‌ورز نبودند گزارش کردند.

خزاعی، نوایی نژاد، فرزاد و زهراکار (۲۰۱۷) نیز در پژوهشی به مطالعه رابطه سبک‌های دلبستگی و پرخاشگری ارتباطی پنهانی زناشویی با میانجی‌گری عاطفه خودآگاه (احساس شرم و گناه) پرداختند. بررسی مدل مفهومی این پژوهش نشان داد احساس شرم و گناه در رابطه‌ی سبک دلبستگی اضطرابی و سازه‌های پرخاشگری پنهان (کناره‌گیری عاطفی و خراب کردن وجهی اجتماعی) نقش میانجی‌گری معناداری دارد. سهرابی و رسولی (۲۰۰۸) نشان دادند بین سبک دلبستگی ناایمن و روابط فرازناشویی رابطه‌ی مثبت معناداری وجود دارد. زنانی که سبک دلبستگی ناایمن خصوصاً سبک دلبستگی ناایمن اجتنابی دارند، رابطه‌ی فرازناشویی بیشتری دارند مولر، هوآنگ، و ویک برگ (۲۰۱۶) نیز، رابطه‌ی سبک‌های دلبستگی و روابط زوج‌ها را پس از والدشان، بررسی کرده و نشان دادند مادران و پدرانی که دلبستگی اضطرابی بیشتری گزارش داده بودند، از روابط زناشویی نیز رضایت کمتری داشتند. میلاد، اوتنبرگر، و آرتیگاس (۲۰۱۴) نشان دادند که سبک دلبستگی دوسوگرا و اجتنابی، رضایت جنسی و رضایت زناشویی، ارتباط تنگاتنگی با هم دارند. نف و برتوز (۲۰۱۴) نیز نشان دادند که کسانی که در شفقت خود نمره بالاتری کسب کردند علاوه بر احساس شادکامی بیشتر رابطه محبت آمیز، و حمایت‌گرانه بیشتری در ارتباط با همسر خود داشتند. افرادی که شفقت خود بالاتری داشتند در مقایسه با کسانی که نمرات پایین‌تری در شفقت خود کسب کردند، همسران خود را مهربان‌تر، صمیمانه‌تر، پذیرا‌تر توصیف می‌کردند. همچنین این افراد به همسران خود آزادی و استقلال بیشتری می‌دهند. در مقابل کسانی که نمرات پایین‌تری در شفقت خود کسب کردند، در رابطه با همسر خود کنترل‌گر، غیر صمیمی و ارتباط کلامی پرخاشگرانه بودند. لویس و اوتلی (۲۰۱۵) نشان دادند که شفقت خود یکی از مهم‌ترین عوامل پیش‌بینی‌کننده سازگاری و رضایت در زندگی زوجین است.

وقتی که فرد از شفقت خود بالاتر و احساس گناه کمتر برخوردار است، حمایت عاطفی، صمیمیت و همدلی بیشتری نسبت به همسر خود ابراز می‌دارد و متقابلاً از جانب همسر نیز حمایت عاطفی، صمیمیت و همدلی بیشتری نیز دریافت می‌کند و این چرخه مثبت ادامه پیدا می‌کند. با توجه به آنچه گفته شد، هدف پژوهش حاضر پاسخ به این سوال بود که آیا شفقت خود می‌تواند نقش واسطه‌ای بین سبک‌های دلبستگی و میزان مشکلات شخصی داشته باشد؟

روش

پژوهش حاضر یک پژوهش توصیفی از نوع همبستگی بود. جامعه آماری در پژوهش حاضر زوجین شهر تهران بودند از این جامعه، ۲۰۰ نفر با استفاده از روش نمونه‌گیری در دسترس انتخاب شد. ملاک‌های ورود سن ۱۸ تا ۴۵ سال، عدم وجود سومصرف و وابستگی به مواد، عدم ابتلا به اختلالات حاد روانی و اعلام رضایت و تمایل برای شرکت در پژوهش و تکمیل پرسشنامه‌ها بود. گروه نمونه بعد از اعلام آمادگی و رضایت با مقیاس سبک‌های دلبستگی^۱، مقیاس شفقت خود^۲ (SCS) و پرسشنامه مشکلات بین فردی^۳ (HIP-32) مورد آزمون قرار گرفتند.

مقیاس سبک‌های دلبستگی با بهره‌گیری از مواد آزمون دلبستگی هازن و شیور (۱۹۸۷) ساخته و روی دانشجویان دانشگاه تهران هنجاریابی شده (لطیفیان و دلاورپور، ۲۰۱۲) و دارای دو بخش است. بخش نخست سه سبک دلبستگی ایمن، اجتنابی و دو سوگرا به کمک ۲۱ ماده در مقیاس ۵ درجه‌ای لیکرت را می‌سنجد. بخش دوم، آزمودنی با انتخاب یک گزینه از سه گزینه‌ای که سه نوع دلبستگی را توصیف می‌کند، 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 گزارش شده است. ضریب پایایی بازآزمایی مقیاس دلبستگی بزرگسال برای یک نمونه ۳۰ نفری در دو نوبت با فاصله ۲ هفته برای کل آزمودنی‌ها ۰/۹۲ بوده است (بشارت، ۲۰۰۰؛ به نقل از لطیفیان و همکاران، ۲۰۱۲).

مقیاس شفقت خود (SCS): این مقیاس در سال ۲۰۰۳ توسط نف ساخته شده و با ۲۶ سوال مهربانی با خود، قضاوت و داوری نسبت به خود، انسانیت مشترک، انزوا، بهشیاری و همانند سازی افراطی را در یک طیف لیکرت پنج درجه‌ای می‌سنجد. علاوه بر این، یک نمره کلی شفقت خود نیز به دست می‌آید. ویژگی‌های روانسنجی این مقیاس در پژوهش خارجی مورد تایید قرار گرفته است. ضریب همبستگی عامل‌های شش گانه این مقیاس نیز مورد تایید قرار گرفته است (نف، ۲۰۰۳). نف ضریب

آلفای کرونباخ نسخه اولیه این آزمون را ۰/۹۲ گزارش کرده است. در ایران مومنی، شهیدی، موتابی و حیدری (۲۰۱۴)، شهبازی، رجبی، مقامی، جلوداری (۲۰۱۵) و حسنی و پاسدار (۲۰۱۷) ویژگی‌های روانسنجی نسخه فارسی این مقیاس را تایید کرده اند.

پرسشنامه مشکلات بین فردی ۳۲ سوالی (IIP-32) یک ابراز خود گزارش دهی است که توسط بارخام، هاردی و استارتاپ (۱۹۹۶) به عنوان یک نسخه کوتاه از فرم اصلی (فرم ۱۲۷ سوالی) به منظور استفاده از این ابزار در خدمات بالینی طراحی شده و دارای ۸ خرده مقیاس مردم آمیزی، جرات ورزی، مشارکت با دیگران، حمایت از دیگران، پرخاشگری، گشودگی، در نظر گرفتن دیگران و وابستگی به دیگران است. فتح، آزادفلاح، رسول زاده طباطبایی، و رحیمی (۲۰۱۳) اعتبار و پایایی این پرسشنامه را تایید کرده اند.

برای تحلیل آماری داده‌ها از روش‌های همبستگی پیرسون و روش تحلیل مسیر انجام شد. برای تحلیل داده‌ها از نرم افزارهای SPSS و LISREL استفاده شد.

یافته‌ها

جدول شماره ۱ اطلاعات توصیفی متغیرهای پژوهش را نشان می‌دهد.

جدول ۱. مولفه‌های توصیفی متغیرهای پژوهش

۳	۲	۱	sd	M	
۰/۵۷۴	-۰/۲۷۲	۱	۳/۹۱	۲۲/۸۷	۱. دل بستگی ایمن
-۰/۴۹۱	۱	-۰/۲۷۲	۳/۳۷	۱۶/۱۶	۲. مشکلات بین شخصی
۱	-۰/۴۹۱	۰/۵۷۴	۴/۳۳	۱۸/۲۲	۳. خودشفقت ورزی
-۰/۲۵۹	۰/۲۶۰	-۰/۲۰۸	۱۲/۴۹	۸۹/۹۲	۴. دل بستگی اجتنابی
-۰/۳۱۶	۰/۴۶۶	-۰/۴۸۳	۶/۹۴	۳۵/۹۸	۵. دل بستگی اضطرابی

روابط علی بین متغیرها با استفاده از روش تحلیل مسیر انجام شد. در جدول ۲ و ۳ خلاصه‌ی نتایج تحلیل مسیر برای متغیرها ارائه شده است. سطح معناداری جدول نشان می‌دهد هر سه متغیر سبک دل بستگی دارای رابطه خطی با مشکلات بین شخصی می‌باشد. همچنین ضریب بتای استاندارد نشده برای این متغیرها نشان می‌دهد که وزن متغیر دل بستگی اضطرابی بیشتر از دیگر متغیرهاست. به عبارتی می‌توان گفت که ۰/۴۱ درصد از تغییرات متغیر وابسته بوسیله‌ی این متغیرها قابل پیش بینی می‌باشد.

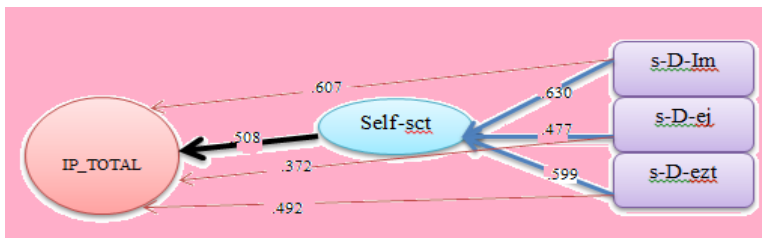
جدول ۲. ضرایب رگرسیون تاثیر سبک دلبستگی بر مشکلات بین شخصی

Sig.	t	ضرایب استاندارد نشده		مدل
		ضرایب استاندارد شده	خطای انحراف استاندارد	
۰/۰۰۱	۱۹/۱۳	۰/۴۶	۳/۴۳	۱ (مستقل)
۰/۰۰۱	۷/۳		۰/۱۸	دلبستگی دوسوگرا

جدول ۳. ضرایب رگرسیون تاثیر سبک دلبستگی بر خودشفقت ورزی

Sig.	t	ضرایب استاندارد نشده		مدل
		ضرایب استاندارد شده	خطای انحراف استاندارد	
۰/۰۰۱	۲۷/۶۱	۰/۵۱	۱/۸۴	۱ (مستقل)
۰/۰۰۱	۸/۲۸		۰/۱	دلبستگی دوسوگرا

یافته‌ها نشان می‌دهد هر سه متغیر سبک دلبستگی دارای رابطه خطی با خود شفقت ورزی است. همچنین ضریب بتای استاندارد نشده برای این متغیر نشان می‌دهد که وزن متغیر سبک اضطرابی آن بیشتر از دیگر متغیرهاست. به عبارتی می‌توان گفت که ۰/۶۱ درصد از تغییرات متغیر وابسته بوسیله این متغیرها قابل پیش‌بینی می‌باشد. شکل زیر خروجی نرم افزار لیزرل را در حالت معناداری نشان می‌دهد.



نمودار ۱. سطح معناداری روابط متغیرهای اصلی تحقیق

مدل از نظر اکثر شاخص‌ها دارای برازش مناسبی می‌باشد ($X^2=2/63$, $RMSE=0/09$, $NFI=0/95$, $GFI=0/95$, $IFI=0/92$, $RFI=0/93$, $CFI=0/94$, $NNFI=0/96$). به عبارت دیگر تقریباً داده‌های گردآوری شده حمایت‌کننده مدلی است که به لحاظ نظری تدوین شده است.

بحث و نتیجه‌گیری

نتایج به دست آمده به صورت زیر قابل تبیین است. دینر و سلیگمن (۲۰۰۲) دریافتند که داشتن روابط نزدیک شخصی با دیگران در شادمانی نقش موثری دارد و بنابراین لازم است که عوامل موثر بر آن مورد توجه فروانی قرار گیرد. نظریه دلبستگی، چهارچوب قانع کننده‌ای برای فهم ظرفیت افراد برای ارتباط با دیگران و تحول روابط حمایت کننده به عنوان منابع مقابله‌ای فراهم می‌کند (لوپز و برنان، ۲۰۰۰). نظریه دلبستگی (بالبی، ۱۹۷۳) توضیح می‌دهد که تجارب اولیه زندگی با مراقبت کنندگان اولیه به طور قوی بر شکل مدل‌های کار درونی که شامل ادراک ارزش خود و ادراک از دیگران (توانایی فراهم کردن مراقبت در هنگام نیاز) است، به طور قوی تاثیر می‌گذارد. مدل‌های کار درونی اساس جهت‌گیری دلبستگی بزرگسالی را شکل می‌دهند که در دو بعد اضطراب و اجتناب مفهوم سازی شده‌اند (شیور و فریلی، ۲۰۰۰). افرادی که در دلبستگی اضطرابی نمره بالایی دارند با آشفتگی ارتباطی، احساس بی‌ارزشی و نگرانی بیش از حد در مورد در دسترس بودن و پاسخدهی دیگران دلمشغولی دارند. افرادی که در دلبستگی اجتنابی بالا هستند با صمیمیت احساس راحتی ندارند و در زمان آشفتگی به صورت افراطی به خود تکیه می‌کنند.

یافته‌های پژوهش حاضر نشان داد که خود شفقت ورزی در رابطه بین سبک‌های دلبستگی ایمن، اضطرابی و اجتنابی با مشکلات بین شخصی در زوجین نقش واسطه‌ای دارد. یافته‌های به دست آمده، پیامدهای نظری و عملی مهمی به دنبال دارد. در سطح نظری، رابطه بین خود شفقت ورزی به عنوان سازه‌ای نسبتاً جدید با انواع سبک‌های دلبستگی و مشکلات بین شخصی روشن می‌شود. علاوه بر این، نتایج حاضر سوال‌ها و فرضیه‌های جدیدی را مطرح می‌سازد که می‌توانند بعدها مورد بررسی قرار گیرند. برای مثال آیا می‌توان با تغییر و تعدیل میزان خود شفقت ورزی به اصلاح روابط زوجین و کاهش مشکلات بین شخصی آنها پرداخت؟ چه متغیرهای دیگری ممکن است در رابطه بین سبک‌های دلبستگی و مشکلات بین شخصی نقش واسطه‌ای را بازی کنند؟ به طور کلی نتایج پژوهش حاضر می‌تواند رهنمون پژوهش‌های جدیدتر به منظور گسترش دانش روان‌شناختی در زمینه عوامل موثر بر مشکلات بین شخصی زوجین شود و به گسترش تبیین‌های روان‌شناختی این مشکلات کمک کند. علاوه بر این، در سطح عملی و به خصوص بالینی، نتایج پژوهش کنونی می‌تواند به متخصصان بالینی به ویژه زوج درمانگران در مدیریت و کاهش شدت اختلافات بین فردی زوجین کمک کند. به طور خلاصه شفقت خود می‌تواند هدف مداخلات درمانی قرار گیرد. بالینگران می‌توانند به مراجعان

کمک کنند تا خود مهربانی، بهوشیاری و حس اشتراکات انسانی را به عنوان ابزاری برای تصدیق و حذف الگوهای بین فردی مشکل زا را گسترش داده و از آن استفاده کنند.

References :

- 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.
- Blatt, S.J. Zuroff, D.C. Lance, L. Hawley, L.L. & Auerbach, J.S. (2010). Predictors of sustained therapeutic change. *Psychotherapy Research*, 20, 37-54.
- Baker, L. R., & McNulty, J. K. (2011). Self-compassion and relationship maintenance: The moderating roles of conscientiousness and gender. *Journal of Personality and Social Psychology*, 100(5), 853-873.
- Barkham, M., Hardy, G. E., & Startup, M. (1996). The IIP-32: A short version of the Inventory of Interpersonal Problems. *British Journal of Clinical Psychology*, 32, 21-35.
- Besharat, M., Hedayati, M., & Kordmirza Nikuzadeh, E. (2014). Mediating role of interpersonal problems in the relationship between attachment pathologies and anxiety symptoms. *Developmental psychology*, 10(39), 225-236.(Persian)
- Brown, B. (2009). *Soul without shame: A guide to liberating yourself from the judge within* B oston: Shamble.
- Bifulco, A., Moran, P., Stanford, M., Baines, K. & Bunn, R. (2000). Psychological abuse in childhood II: Association with adult major depression. Submitted for publication.
- Bowlby, J., & Bowlby, R. (2005). *The Making and Breaking of affectional Bonds*. London: Routledge.
- Cassidy, J., & Shaver, P. R. (2008). *Handbook of attachment: Theory, research, and clinical applications*. New York: Guilford Press.
- Collins, N., & Read, S. (1994). Cognitive representations of attachment: The content and function of working models. In K. Bartholomew, & D. Perlman (Eds.), *Advances in personal relationships* (pp. 53-90). London: Jessica Kingsley.
- Diener, E., & Seligman, M. E. (2002)**. Very Happy People. *Psychological Science*, 13, 81-84.
- Fath, N., Azadfallah, P., Rasoolzadeh Tabatabaee, K., & Rahimi, C. (2013). Validity and reliability of the Inventory of Interpersonal Problems (IIP-32). *Journal of Clinical Psychology*, 5(19), 69-80.(Persian)
- Feldman, S.S. & Cauffman, E. (1999). Your cheatin' heart: Attitudes, behaviours, and correlates of sexual betrayal in late adolescents. *Journal of Research on Adolescence*. 9,227-253.
- Feldman, C., & Kuyken, W. (2011). Compassion in the landscape of suffering. *Contemporary Buddhism*, 12(1), 143-155.
- Raes, F. (2011). The effect of self-compassion on the development of depression symptoms in a Non-clinical Sample. *Mindfulness*, 2(1), 33-36.
- Feeney, J. A. & Noller, P. (1990). Attachment style and verbal descriptions of romantic partners. *Journal of Social and Personal Relationships*, 9, 187-215.
- Feeney, J. A., & Noller, P. (1990)**. Attachment style as a predictor of adult romantic relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 58(2), 281-291
- Forgas, J. P. (1947). *Interpersonal behaviour: The psychology of social interaction* (2 ed.). (K. Beigi, & M. Firuzbakht, Trans.) Tehran: Abjad.(Persian)
- Fralely, R. C., & Shaver, P. R. (2000). Adult Romantic Attachment: Theoretical Developments, Emerging Controversies, and Unanswered Questions. *Review of General Psychology*, 4(2), 132-154.
- Gottman, John.M. (1999). *The Marriage Clinic: A scientifically based marital therapy*. New York.
- Hasani, J., & Pasdar, K. (2017). The assessment of confirmatory factor structure, validity, and reliability of Persian version of self-compassion scale (SCS-P) in Ferdosi University of Mashhad in 2013. *Journal of Rafsanjan University of Medical Sciences and Health Services*, 16(8), 727-742.(Persian)
- Horowitz, L. M., Rosenberg, S. E., & Bartholomew, K. (1993). Interpersonal problems, attachment styles ,and outcome in brief psychotherapy. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 61, 549-560.
- Khazai, S., NavabiNejad, S., Valialah, F., & Zahrakar, K. (2017). Prediction of covert relational aggression (social sabotage and love withdrawal) based on attachment styles in married women in Birjand, with shame and guilt as mediator variables. *Biannual Journal of Woman and Family Studies*, 5(1), 103-129.(Persian)
- Lattifian, M., & Delavarpour, M. (2012). An investigation into the relationship between attachment style and mental health by the mediating role of emotional creativity. *Advances in Cognitive Sciences*, 14(2), 45-62.(Persian)

- Leaviss, J., & Uttley, L. (2015). Psychotherapeutic benefits of compassion-focused therapy: an early systematic review. *Psychological medicine*, 45(05), 927-945.
- Lopes, P.N., and Salovey, P. (2000). *Toward a broader education: social, emotional, and practical skills*, In J. E. Zins, R. P. Weissberg, and H. Walberg (Eds.), *Social and emotional learning and school success*, (pp. 76-93). New York: Teachers College Press.
- Lopez, F. G., & Brennan, K. A. (2000). Dynamic processes underlying adult attachment organization: Toward an attachment theoretical perspective on the healthy and ineffective self. *Journal of Counseling Psychology*, 47(3), 283-300.
- Momeni, F., Shahidi, S., Mootabi, F., & Heydari, M. (2014). Psychometric properties of a Farsi version of the Self-Compassion Scale (SCS). *Contemporary Psychology*, 8(16), 27-40. (Persian)
- Moller, K., Hwang, C. P., Wickberg, B. (2016). Couple relationship and transition to parenthood: Does workload at home matter? *Journal of Reproductive and Infant Psychology*, 26, 57-68.
- Milad, E. H., Ottenberger, D. R., & Artigas, D. H. (2014). Associations Among Attachment, Sexuality, and Marital Satisfaction in Adult Chilean Couples: A Linear Hierarchical Models Analysis. *Journal of Sex & Marital Therapy*, 40, 259-274.
- Miller, D.T. (1999). The norm of self-interest. *American Psychologist*, 54, 1053-1060.
- Mikulincer, M., Arad, D. (1999). Attachment working models and cognitive openness in close relationships: A test of chronic and temporary accessibility effects. *Journal of Personality and Social Psychology*, 77, 710-725
- Mikulincer, M. (2006). *Attachment, Caregiving, and Sex within Romantic Relationships: A Behavioral Systems Perspective*. In Mikulincer, M., Goodman, G. S. (Eds.), *Dynamics of Romantic Love: Attachment, Caregiving, and Sex*. (p.p. 23-44) New York London: The Guilford Press.
- Mikulincer, M. (1998). Attachment working models and the sense of trust: An exploration of interaction goals and affect regulation. *Journal of Personality and Social Psychology*, 74(5), 1209-1224.
- Myers, J. E., Madathil, J., & Tingle, L. R. (2005). Marriage satisfaction and wellness in India and the U.S.: A preliminary comparison of arranged marriages and marriages of choice. *Journal of Counseling and Development*, 83, 183-190.
- Neff, K. D. (2011). Self-compassion, self-esteem, and well-being. *Social and personality psychology compass*, 5(1), 1-12.
- Neff, K. D. (2009). *Self-compassion*. Handbook of individual differences in social behavior, 561-573.
- Neff, K. D., & Beretvas, S.N. (2014). The role of self-compassion in romantic relationships. *Self and Identity*, 12(1): 1-21.
- Neff, K. D. (2003b). Self-compassion: An alternative conceptualization of a healthy attitude toward oneself. *Self and Identity*, 2, 85-102.
- Shahbazi, M., Rajabi, G., Maghami, E., & Jelodari, A. (2015). Confirmatory factor analysis of the Persian version of the self-compassion Rating Scale-Revised. *Journal of Psychological Models and Methods*, 6(19), 31-46. (Persian)
- Sohrabi, F., & Rasoli, F. (2008). The relationship between the attachment style and the extramarital sex relationship among married women in residential center for deviant women. *Journal of Family Research*, 4(2), 133-143. (Persian)
- Vettese, L. C., Dyer, C. E., Li, W. L., & Wekerle, C. (2011). Does self-compassion mitigate the association between childhood maltreatment and later emotion regulation difficulties? A preliminary investigation. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 480(9), 9340-7.
- Watts, Shirley, Markham, Ramona (2010). Etiology of depression in children. *Journal of Instructional psychology*, 32(3).
- Wispé, L. (1991). *Perspectives in social psychology*. The psychology of sympathy. New York, NY, US: Plenum Press.

Journal of
Thought & Behavior in Clinical Psychology
Vol. 13 (No. 51), pp.37-46, 2019

Predicting interpersonal problems based on the attachment styles regarding the meditating role of self-compassion in couples in Tehran.

Aslani, Saeid

Dept. of Psychology, Allameh Tabatabaei University, Tehran, Iran

Eskandari, Hossein

Dept. of Psychology, Allameh Tabatabaei University, Tehran, Iran

Borjali, Ahmad

Dept. of Psychology, Allameh Tabatabaei University, Tehran, Iran

Received:11.010.2018

Accepted: 17.03.2019

Interpersonal problems are the result of the people's attachment history. In the attachment theory, humans have been designed to aim for basic relationship needs needed for forming a strong bond with an attachment subject that provides security, intimacy and support. Earlier studies show that different interpersonal problems adapt with different attachment styles. The aim of this study is to investigate the interpersonal problems of people based on their attachment styles regarding the moderating role of compassion in couples. Therefore, as a descriptive correlational study, 200 couples were chosen from Tehran through convenient sampling and their attachment styles, self-compassion, and interpersonal problems were evaluated. The results of the regression analysis demonstrated that self-compassion played as a mediator in the relationships between anxious attachment and interpersonal problems and also secure attachment and interpersonal problems. All three variables of attachment style have a linear relationship with interpersonal problems and self-compassion. What's more, the non-standard beta coefficient for these variables show that the anxious attachment variable weighs more than the rest of the variables. In other words, it can be said that 41% of the changes in the interpersonal problems variable and 61% of them in the self-compassion variable are predicted by this very variable. The result of this study supports the mediating role of compassion amongst attachment styles and the amount of personal problems.

Keywords: Attachment styles, Self-compassion, Couples

Electronic mail may be sent to: saeidaslani23@yahoo.com