

پیش‌بینی تکانشگری بر اساس سبک‌های دلبستگی و استرس ادراک شده در دانش‌آموزان دوره دوم متوسطه

Impulsive Prediction Based on Attachment Styles and Perceived Stress in Secondary School Students

Faezeh Sadat Arbabi (Corresponding author)

Master of Educational Psychology, Central Tehran Azad
University

Email: faezearbabi@gmail.com

Susan Saber

Assistant Professor of Roudehen Azad University

Abstract

Aim: The purpose of this study was to predict impulsiveness based on attachment styles and perceived stress in second grade high school students in Mashhad in the academic year of 98-97. **Method:** The research method was descriptive-correlation. The statistical population of this study was all second-grade students in which sample size was selected by multi-stage sampling of four high schools and based on the proposal of Topachen and Fidel (2007) with an estimated over 230 people. In order to collect information, Hazan and Shire (1987), Perceived Stress Questionnaire (1983) and Bart's impulsiveness questionnaire (1995) were used. After collecting data, descriptive statistics, Pearson correlation coefficient and regression analysis and SPSS software were used to analyze the data. **Results:** Findings indicated that: the regression coefficient between the two variables of perceived stress and impulsiveness showed that perceived stress positively predicts impulsiveness of 0.01 ($p < 0.01$, $\beta = 0.36$). Also, the study of regression coefficients between two variables of attachment styles and impulsiveness showed that safe attachment style ($P < 0.01$, $\beta = 0.222$) negatively predict the impulsiveness in the level of 0.01. **Conclusion:** The results of this study provide a better understanding of predictive factors of impulsiveness and it was found that perceived stress and attachment style are two important predictors of individuals' impulsive behaviors.

Keywords: impulsiveness, Attachment Styles, Perceived Stress

فائزه سادات اربابی (نویسنده مسئول)

کارشناس ارشد روانشناسی تربیتی، واحد تهران، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران

مرکزی، ایران

Email: faezearbabi@gmail.com

سوسن صابر

استادیار، واحد رودهن، دانشگاه آزاد اسلامی، رودهن، ایران

چکیده

هدف: هدف از انجام پژوهش حاضر، پیش‌بینی تکانشگری بر اساس سبک‌های دلبستگی و استرس ادراک‌شده در دانش‌آموزان دوره دوم متوسطه شهر مشهد در سال تحصیلی ۹۸-۹۷ بود. **روش:** روش پژوهش، توصیفی-همبستگی بود. جامعه آماری این پژوهش عبارت بود از کلیه دانش‌آموزان دوره دوم متوسطه که حجم نمونه به شیوه نمونه‌گیری چند مرحله‌ای از چهار دبیرستان و براساس پیشنهاد تاپاچنیک و فیدل (۲۰۰۷) با بیش برآورد ۲۳۰ نفر انتخاب شد. به‌همین منظور برای جمع‌آوری اطلاعات از پرسشنامه‌های سبک دلبستگی هازان و شایور (۱۹۸۷)، استرس ادراک‌شده (۱۹۸۳) و تکانشگری بارت (۱۹۹۵) استفاده شد. پس از جمع‌آوری اطلاعات نیز، برای تجزیه و تحلیل داده‌ها از شاخص‌های آمار توصیفی و روش‌های آماری ضریب همبستگی پیرسون و تحلیل رگرسیون با نرم افزار SPSS استفاده شد. **یافته‌ها:** ضریب رگرسیون بین دو متغیر استرس ادراک‌شده و تکانشگری نشان داد که استرس ادراک‌شده به‌صورت مثبت و در سطح معناداری ۰/۰۱ تکانشگری را پیش‌بینی می‌کند ($p < 0/01$, $\beta = 0/36$). همچنین ضرایب رگرسیون بین دو متغیر سبک‌های دلبستگی و تکانشگری نیز نشان داد که از بین سبک‌های دلبستگی، سبک دلبستگی ایمن ($p < 0/01$, $\beta = -0/222$) به‌صورت منفی و در سطح ۰/۰۱ تکانشگری را پیش‌بینی می‌کند. **نتیجه‌گیری:** نتایج این پژوهش درک بهتری از عوامل پیش‌بینی‌کننده تکانشگری را فراهم می‌کند و مشخص شد استرس ادراک‌شده و سبک دلبستگی دو پیش‌بین مهم برای اقدام افراد به تکانشگری محسوب می‌شوند.

واژه‌های کلیدی: تکانشگری، سبک‌های دلبستگی، استرس ادراک‌شده.

مقدمه

سبک‌های دلبستگی از منابع درون فردی هستند که می‌توانند سطوح تنش و ناتوانی را در شرایط ناگوار تعیین کنند و اثرات منفی تنش را کم رنگ تر جلوه دهند. بنابر نتایج پژوهش‌ها، سبک‌های دلبستگی اهمیت پیش‌بینی‌کننده زیادی در بهداشت روانی افراد دارد (لینلی و جوزف^۱، ۲۰۰۴). همچنین سبک‌های دلبستگی قادر به پیش‌بینی مشکلات صمیمیت و عملکردهای بین فردی و درون فردی و تکانشگری در افراد است (توربرگ و لیورز^۲، ۲۰۱۰). بر اساس نظریات بالبی، دلبستگی به معنای پیوند عاطفی است که در کودکی بین کودک و مراقب اصلی وی شکل می‌گیرد و بر رشد اجتماعی و احساس کودک در کل زندگی مؤثر است (گوردون^۳، ۲۰۰۸). به نظر وی اکثر مشکلات دوران کودکی و بزرگسالی منتج از تجربیات واقعی دوران کودکی است (بالبی، ۲۰۰۶). اینسورث و همکاران (۱۹۷۸) سه سبک اصلی دلبستگی بزرگسالی را تعریف می‌کنند:

ایمن^۴: سبک دلبستگی ایمن بزرگسالی با دلبستگی عاطفی ایمن مشخص می‌شود. افراد دلبسته ایمن بیشتر احتمال دارد که خود را دوست داشتنی و خوش مشرب بدانند، قادر باشند درماندگی خود را اعلام کنند و درخواست حمایت نمایند و به نحو سازنده‌ای احساس‌های منفی خود را در حل مساله تعدیل نمایند (هازان و شیور، ۱۹۸۷؛ بروماریو و کرنز، ۲۰۰۸).

مضطرب / دوسوگرا^۵: سبک مضطرب / دوسوگرا با وابسته بودن، محتاج بودن و احساس‌های دوسوگرا در روابط مشخص می‌شود. مهم‌ترین ویژگی افراد اضطرابی، سطح بالای اضطراب و وسواس در مورد همسر، یا مشغولیت ذهنی در مورد او و تردید در مورد خود است (کوباک و سیری^۶، ۱۹۸۸؛ به نقل از خجسته مهر و همکاران، ۱۳۹۰؛ موره و لیونگ^۷، ۲۰۰۲).

اجتنابی^۸: سبک دلبستگی اجتنابی بزرگسالان با تکیه بر خود و بی‌نیازی از دیگران مشخص می‌شود. این افراد آسیب‌پذیری را انکار و ادعا می‌کنند که نیازی به روابط نزدیک ندارند و تمایل به اجتناب از صمیمیت را نشان می‌دهند. همچنین افراد دلبسته اجتنابی نگرش منفی و توانایی کمی در بخشیدن همسر دارند (برنت^۹ و همکاران، ۲۰۰۹؛ وردن^{۱۰} و همکاران، ۲۰۰۸).

تکانشگری به‌طور کلی به صورت فقدان توانایی در به تاخیر انداختن کامرواسازی تعریف شده است (بشارپور، ۲۰۱۵). تکانشگری از زندگی در زمان حال، دشواری در انجام امور و ناتمام رها کردن آنان، ایجاد دردسر برای خود و دیگران و پرخاش به دیگران مشخص می‌شود (دیکمن^{۱۱}، ۱۹۹۰). رفتارهای تکانشی که در برخی رویکردها، رفتارهای

¹. Linley & Joseph

². Thorberg & Lyvers

³. Gordon

⁴. Safe

⁵. Anxious & Ambivalent

⁶. Kubak & Siri

⁷. Moore & Leung

⁸. Avoid

⁹. Burnette

¹⁰. Wearden

¹¹. Dickman

مخاطره‌آمیز نیز خوانده می‌شوند، به عملکردهایی گفته می‌شود که اگرچه تا اندازه‌ای با آسیب یا زیان‌های احتمالی همراهند، امکان دستیابی به گونه‌ای پاداش را نیز فراهم می‌کنند (اختیاری و همکاران، ۱۳۸۲). این رفتارها باید دارای سه عامل زیر باشند:

- برگزیدن یک گزینه از میان دو یا چند گزینه با پاداش احتمالی،

- همراهی یکی از گزینه‌ها با احتمال پیامدهای ناگوار،

- روشن نبودن احتمال پیامد ناگوار در زمان رخداد رفتار (لن و چرک، ۲۰۰۰).

تکانشگری هسته اصلی بروز علائم گوناگون در طیف گسترده‌ای از اختلالات روان‌پزشکی است (اختیاری و همکاران، ۱۳۸۳؛ لن و چرک^۱، ۲۰۰۰؛ هلندر و ایورس^۲، ۲۰۰۱) والداک^۳ و میلر (۱۹۹۷) حتی ارتباط معنی‌داری میان تکانشگری و اضطراب و استرس گزارش نمودند. برخی از نشانه‌های رفتار تکانشی عبارتند از:

ناتوانی در برنامه‌ریزی یا آماده‌سازی: به دلیل تحریک‌پذیری، فرد دارای رفتارهای منطقی نیست و برعکس، عجله و صبر نکردن مشخصه اصلی این رفتار است و در طی این رفتار، هر چیزی می‌تواند اتفاق بیفتد.

عدم کنترل: فردی که رفتار تکانشی دارد معمولاً بر روی رفتار خود کنترلی ندارد.

پایداری: در رفتار تکانشی معمولاً نوعی پایداری وجود دارد زیرا فرد فکر می‌کند که کار او طبیعی است و ممکن است به این رفتار ادامه دهد.

جستجو برای تجربیات جدید: با توجه به احساسات شدید مثبت یا منفی، مهارت‌های شناختی فرد برای برنامه‌ریزی و ارزیابی جایگزین‌های مختلف دچار تغییر شده و تصمیمات او در لحظه گرفته می‌شود (مقدس زاده، ۱۳۹۵).

مطالعه گالوان^۴ و همکاران (۲۰۰۷) نشانگر همبستگی منفی معنادار بین سن تقویمی و تکانشگری بود. این مطالعه که با استفاده از مقیاس تکانشگری کانرز و بر روی نمونه‌ای از افراد گستره سنی ۷ تا ۲۹ سال انجام گرفت نشان داد کنترل تکانه در طول نوجوانی و اوایل بزرگسالی رشد می‌کند. مطالعه لشم و گلیکسان (۲۰۰۷) نیز نشانگر کاهش معنادار پرخاشگری از سن ۱۶-۱۴ تا ۲۲-۲۰ هم در مقیاس تکانشگری آیزنک و هم مقیاس تکانشگری بارات بود.

مفهوم استرس ادراک‌شده برگرفته از نظریه لازاروس و فولکمن^۵ (۱۹۸۴) درباره نقش ارزیابی در فرآیند استرس است. بر اساس یافته‌های لازاروس (لازاروس، ۱۹۹۹؛ لازاروس و فولکمن، ۱۹۸۴) فرآیند استرس به وسیله تفسیر یک رویداد به‌عنوان رویدادی که فشار را بر فرد تحمیل می‌کند، ایجاد می‌شود. این تفسیر از رویداد استرس‌زا بیانگر مفهوم ارزیابی است که تهدیدآمیز یا بی‌خطر بودن موقعیت را مشخص می‌کند (لازاروس و فولکمن، ۱۹۸۴). افراد معمولاً رویدادها را به اشکال متفاوتی ارزیابی می‌کنند و این موضوع بعضی از آن‌ها را نسبت به پیامدهای ناخوشایند استرس آسیب‌پذیر می‌سازد (ولراث و تورگرسن^۶، ۲۰۰۰). در حقیقت استرس ادراک‌شده به درجه‌ای که افراد رویدادهای

¹. Lane & Cherek

². Hollander & Evers

³. Hadd

⁴. Galvan

⁵. Lazarus & Folkman

⁶. Vollrath & Torgersen

زندگیشان را غیرقابل پیش‌بینی، غیرقابل کنترل و پرفشار ارزیابی می‌کنند، اشاره دارد (کوهن و ویلیامسون، ۱۹۸۸). استرس سیستم روان‌شناختی فرد را به صورت اختلال در عملکرد شناختی (هت، راملو و ولف^۱، ۲۰۰۵؛ اسمیتز و همکاران، ۲۰۰۸)، کاهش خلاقیت، افزایش نگرانی، به فکر فرو رفتن و انعطاف ناپذیری (بارلو و همکاران، ۲۰۰۱) تحت تأثیر قرار می‌دهد.

سال‌های نوجوانی مرحله مهم و برجسته رشد و تکامل اجتماعی و روانی فرد به‌شمار می‌رود. تغییرات ناگهانی و گسترده‌ای که در تمامی جنبه‌های زندگی نوجوانی ایجاد می‌شود، مرحله‌ای بحرانی را ایجاد می‌کند که طبعاً مشکلات و ناسازگاری‌هایی را به همراه خواهد داشت. دوره نوجوانی زمان خطرپذیری و فرصت طلبی است. در این دوره تغییرات بسیاری در فرآیندهای زیست‌شناختی، روانی و اجتماعی به وقوع می‌پیوندد و تمایل برای برقراری رابطه صمیمانه و خودافشایی افزایش می‌یابد (شهرآرای، ۱۳۸۴). همچنین احساس ناپیوستگی باعث بروز تنهایی و در برخی همراه با مشکلات شدید سازگاری می‌شود (کالپ و کلیمن^۲، ۱۹۹۵؛ به نقل از آقامحمدیان و حسینی، ۱۳۸۴). شواهد علمی حاکی از آن است که بین دلبستگی با آسیب‌شناسی روانی در دوران کودکی، نوجوانی و بزرگسالی رابطه وجود دارد. سبک دلبستگی قادر به پیش‌بینی مشکلات صمیمیت و عملکردهای بین فردی و درون فردی و تکانشگری در نوجوانان است (توربرگ و لیورز^۳، ۲۰۱۰). با آن که در بسیاری از دیدگاه‌های نظری بر وجود استرس‌های دوره نوجوانی تأکید شده است، پژوهشگران علوم اجتماعی و مردم‌شناسان به این نتیجه رسیده‌اند که اساساً مشکلات نوجوانان از شرایط فرهنگی - اجتماعی متأثر است؛ زیرا رشد و تحول آنان به ویژه در زمینه‌ها و صحنه‌های اجتماعی و هیجانی تحت تأثیر چرخش‌ها و تغییرات جامعه قرار دارد (براون^۴ و همکاران، ۲۰۱۱). بر این اساس روش‌هایی که بزرگسالان و نوجوانان برای مقابله با نگرانی‌هایشان استفاده می‌کنند، در سطح وسیعی متأثر از جامعه است. وقتی که نوجوانان قادر نیستند به‌طور مؤثری با نگرانی‌ها و استرس‌های خود مقابله کنند، رفتارشان نه تنها می‌تواند تأثیرات مضری بر زندگی آنان داشته باشد، بلکه می‌تواند آثار زیان‌باری در خانواده یا اجتماع بزرگ تری که آن‌ها تابع آنند، برجای گذارد (براون و همکاران، ۲۰۱۱). روش‌هایی که نوجوانان برای مقابله با مشکلات و استرس‌هایشان به‌کار می‌گیرند، ممکن است الگویی کلی را برای زندگی آنان ایجاد کند. به علاوه این که نوجوانان چگونه برای آینده‌شان برنامه‌ریزی می‌کنند، کاملاً تحت تأثیر جامعه‌ای است که در آن زندگی می‌کنند. رفتارهای سازگارانه نوجوانان تعیین خواهد کرد که در آینده برای آنان چه پیش خواهد آمد. به نظر سلیگمن (۱۹۷۵) استرس‌هایی چون از دست دادن والدین در نحوه تبیین فرد از رویدادهای بعدی و در نتیجه برای ابتلا به افسردگی و اضطراب مؤثر واقع می‌شود. همچنین لوینسون، راد و سیلی^۵ (۱۹۹۴) معتقدند فقدان توانایی حل مساله و مهارت‌های رویارویی مناسب با استرس هاس مختلف می‌تواند در شمار عوامل مهم آسیب‌پذیری برای اقدام به خودکشی در بعضی از نوجوانان محسوب شود. از آن جایی که دانش‌آموزان به‌عنوان آینده‌سازان جامعه نقش ارزنده‌ای را در چارچوب توسعه ایفا می‌کنند و

^۱. Het & Ramlow & Wolf

^۲. Calp & Clyman

^۳. Thorberg & Lyvers

^۴. Brown

^۵. Lovinson & rad & sily

به‌عنوان گروهی فعال و پرتحرک و برخوردار از انرژی و توانایی قابل‌ملاحظه، می‌توانند در جریان فعالیت‌های جامعه برای نیل به پیشرفت و ترقی روز افزون در کلیه حوزه‌های فرهنگی، صنعتی و اقتصادی نقش مهمی را بر عهده گیرند. از این رو توجه به موقعیت آنان در ابعاد مختلف زیستی-محیطی باید در اولویت قرار بگیرد (آزاد، ۱۳۷۴). استرس‌های دانش‌آموزان گستره‌ای از وقایع روزمره‌ای همچون انجام ندادن تکالیف، عدم آمادگی کافی برای امتحان، اختلاف با دوستان و همکلاسی‌ها تا وقایع عمده‌ای همچون اختلاف والدین، اعتیاد یکی از والدین یا مرگ یکی از اعضای خانواده را به‌همراه دارد (اکبری، ۱۳۸۱). لذا تجربه تنیدگی و استرس در این دوران اجتناب‌ناپذیر است (ویندل، ۱۹۹۶؛ به نقل از کافی، ۱۳۷۸). پژوهش‌های اخیر، استرس را به‌عنوان عامل خطری برای ظهور تکانشگری می‌دانند (وردجو^۱ و همکاران، ۲۰۰۸). از طرفی بین سبک دلبستگی و رفتارهای تکانشی رابطه وجود دارد. مطالعه نیکل^۲ و همکاران (۲۰۰۲) نشان داد که بین سبک دلبستگی ناایمن دوسوگرا و سازمان‌نیافته و رفتارهای تکانشی رابطه مثبت وجود دارد. دانش‌آموزانی که سبک دلبستگی ناایمن دارند، تحمل پایینی نسبت به ابهام دارند، رفتار و تصمیمات آن‌ها تحت تأثیر موقعیت می‌باشد و دارای سطح بالای راهبردهای تصمیم‌گیری و شناختی ناکارآمد هستند (برزونسکی و کاک^۳، ۲۰۰۵). از این رو پژوهش حاضر به دنبال پیش‌بینی تکانشگری براساس سبک‌های دلبستگی و استرس ادراک‌شده دانش‌آموزان دوره دوم متوسطه می‌باشد و فرضیه‌های زیر را مورد سنجش قرار می‌دهد.

- استرس ادراک‌شده، تکانشگری را در دانش‌آموزان مقطع متوسطه دوم پیش‌بینی می‌کند.
- سبک‌های دلبستگی، تکانشگری را در دانش‌آموزان مقطع متوسطه دوم پیش‌بینی می‌کند.

روش

پژوهش حاضر از نوع توصیفی-همبستگی و سبک‌های دلبستگی و استرس ادراک‌شده به‌عنوان متغیر پیش‌بین و تکانشگری به‌عنوان متغیر ملاک بود. جامعه آماری پژوهش شامل کلیه دانش‌آموزان دوره دوم متوسطه منطقه ۶ شهر مشهد در سال تحصیلی ۹۷-۹۸ بود. به منظور انتخاب نمونه مورد نیاز با استفاده از روش نمونه‌گیری تصادفی خوشه‌ای چند مرحله‌ای، ابتدا از بین دبیرستان‌های دخترانه منطقه ۶ شهر مشهد دو دبیرستان و از بین دبیرستان‌های پسرانه آن شهر نیز دو دبیرستان به‌صورت تصادفی انتخاب شد. سپس از هر دبیرستان دو کلاس به‌صورت تصادفی انتخاب شد. حجم نمونه براساس پیشنهاد تاپاچنیک و فیدل^۴ (۲۰۰۷) محاسبه شده و با بیش برآورد به ۲۳۰ نفر (۱۱۵ دختر و ۱۱۵ پسر) بالغ شد و کلیه دانش‌آموزان این کلاس‌ها مورد آزمون قرار گرفتند. پس از تشریح نحوه اجرای پژوهش برای دانش‌آموزان و عوامل همکار، آزمودنی‌ها پرسشنامه‌های سبک دلبستگی هازان و شیور (۱۹۸۷)، استرس ادراک‌شده (۱۹۸۳) و تکانشگری بارت (۱۹۹۵) را تکمیل کردند.

^۱. Verdejo-Garcia

^۲. Nickell

^۳. Berzonskey & Kuk

^۴. Tapanic & Fidel

ابزار

پرسشنامه سبک دلبستگی هازان و شیور: این مقیاس توسط هازان و شیور (۱۹۸۷) ساخته شده و در ایران توسط رحیمیان بوگر و همکاران (۱۳۸۳) در شهر اصفهان هنجاریابی شده است. این پرسشنامه دارای ۱۵ گویه است که به هر یک از سه سبک دلبستگی ایمن، اجتنابی و دوسوگرا، ۵ گویه تعلق می‌گیرد.

نمره گذاری در مقیاس لیکرت از هرگز (نمره ۰) تا تقریباً همیشه (نمره ۴) صورت می‌گیرد. کمترین و بیشترین نمره آزمودنی در خرده مقیاس‌های آزمون به ترتیب ۵ و ۲۵ می‌باشد (هازان و شیور، ۱۹۸۷). هازان و شیور پایایی بازآزمایی کل این پرسشنامه را ۰/۸۱ و پایایی با آلفای کرونباخ ۰/۷۸ به دست آوردند. کولینز ورید هم پایایی بالایی با آلفای کرونباخ ۰/۷۸ در مورد این ابزار به دست آوردند. پایایی آلفای کرونباخ این پرسشنامه در پژوهش رحیمیان بوگر و همکاران (۱۳۸۳) برای کل آزمون، سبک دوسوگرا، سبک اجتنابی و سبک ایمن به ترتیب ۰/۷۵، ۰/۸۳، ۰/۸۱ و ۰/۷۷ به دست آمد که پایایی مطلوبی را نشان می‌دهد. همچنین روایی محتوایی این مقیاس با سنجش همبستگی بین نمره‌های گروهی از متخصصان روان‌شناسی مورد بررسی قرار گرفت که ضرایب همبستگی از ۰/۷۳ تا ۰/۷۶ برای سبک دلبستگی ایمن، ۰/۶۰ تا ۰/۷۶ برای سبک دلبستگی اجتنابی و از ۰/۶۳ تا ۰/۷۸ برای سبک دلبستگی دوسوگرا به دست آمد که همگی در سطح ۰/۰۱ معنی دار هستند. آلفای کرونباخ در این پژوهش برای گویه‌های این پرسشنامه به ترتیب سبک دلبستگی اجتنابی ۰/۶۲۱، سبک دلبستگی دوسوگرا ۰/۶۱۸ و سبک دلبستگی ایمن ۰/۶۳۹ به دست آمد که بیانگر آن است ابزار به کار گرفته شده برای سنجش متغیر سبک‌های دلبستگی از همسانی درونی قابل قبولی برخوردار است.

پرسشنامه استرس ادراک شده (PSS): پرسشنامه استرس ادراک شده در سال ۱۹۸۳ توسط کوهن و همکاران تهیه شده و دارای ۱۴ سوال است و برای سنجش استرس عمومی ادراک شده در یک ماه گذشته به کار می‌رود و افکار و احساسات درباره حوادث استرس زا، کنترل، غلبه، کنار آمدن با فشار روانی و استرس‌های تجربه شده را مورد سنجش قرار می‌دهد. این پرسشنامه بر روی یک طیف لیکرت ۵ گزینه‌ای از کاملاً مخالفم تا کاملاً موافقم قرار دارد و بالاترین نمره‌ای که فرد می‌تواند در این پرسشنامه اخذ نماید ۵۶ و پایین ترین نمره صفر می‌باشد. در پژوهش بهروزی و همکاران (۱۳۹۱) برای محاسبه پایایی پرسشنامه استرس ادراک شده از ضرایب آلفای کرونباخ و تصنیف استفاده شد که به ترتیب مقادیر ۰/۷۳ و ۰/۷۴ به دست آمد. روایی سازه این پرسشنامه با استفاده از محاسبه همبستگی ساده با یک سوال ملاک محقق ساخته ۰/۶۳ محاسبه شد که در سطح ۰/۰۵ معنی دار است. ضریب همسانی گویه‌های این پرسشنامه در جمعیت ایرانی توسط آگاه هریس و موسوی تایید شده است و آلفای کرونباخ گویه‌ها برابر ۰/۸۴ محاسبه شده است. همچنین تحلیل عاملی با روش مولفه‌های اصلی به استخراج دو عامل توانایی مقابله با استرس و احساس منفی از استرس انجامید که با هم ۴۸/۲٪ از واریانس کل را تبیین می‌کردند. آلفای کرونباخ پرسشنامه در این پژوهش ۰/۷۹۷ به دست آمد که بیانگر آن است ابزار به کار گرفته شده برای سنجش متغیر استرس ادراک شده از همسانی درونی قابل قبولی برخوردار است.

پرسشنامه تکانشگری بارت: پرسشنامه تکانشگری بارت توسط پاتون، استانفورد و بارت^۱ در سال ۱۹۹۵ تهیه شده و محتوای این پرسشنامه حاوی سه عامل عدم برنامه‌ریزی، تکانشگری حرکتی و تکانشگری شناختی می‌باشد. مقیاس تکانشگری بارت شامل ۳۰ گویه مدرج چهار نمره‌ای لیکرت بود که از هرگز = ۱ تا همیشه = ۴ نمره‌گذاری می‌گردد. در پژوهش جاوید و همکاران (۱۳۹۱) آلفای کرونباخ گویه‌ها به ترتیب، تکانشگری عدم برنامه‌ریزی ۰/۸۰، تکانشگری حرکتی ۰/۶۷، تکانشگری شناختی ۰/۷۰ و کل مقیاس ۰/۸۱ به دست آمد. همچنین جاوید و همکاران (۱۳۹۱) روایی این پرسشنامه را با محاسبه ضریب همبستگی زیر مقیاس‌های این پرسشنامه با یکدیگر تایید کردند ($P < 0/05$). ضریب همبستگی نمره کل مقیاس تکانشگری با عامل عدم برنامه‌ریزی ۰/۸۰، با عامل تکانشگری حرکتی ۰/۷۴ و با عامل تکانشگری شناختی ۰/۴۷ بود که همبستگی معنادار بین خرده مقیاس‌ها نشانگر روایی مناسب این ابزار می‌باشد. آلفای کرونباخ پرسشنامه در این پژوهش ۰/۷۳۳ به دست آمد که بیانگر آن است ابزار به‌کار گرفته شده برای سنجش متغیر تکانشگری از همسانی درونی قابل‌قبولی برخوردار است.

در اجرای این تحقیق با همکاری مدیریت و معاونین مدارس، پرسشنامه‌ها توزیع و جمع‌آوری گردید. با تاکید بر اصل امانت داری به دانش‌آموزان توضیح داده شد که نیازی به درج نام نیست و اطلاعات پرسشنامه در اختیار مسئولین مدرسه قرار نمی‌گیرد. برای تحلیل داده‌ها از ضریب همبستگی پیرسون و تحلیل رگرسیون چند متغیره با کمک نرم افزار SPSS استفاده شد.

یافته‌ها

در مجموع داده‌های مربوط به ۲۳۰ آزمودنی (۱۱۵ دانش‌آموز دختر و ۱۱۵ دانش‌آموز پسر) تحلیل شد. میزان تحصیلات پدر ۵۳ نفر (۲۳ درصد) از شرکت‌کنندگان زیر دیپلم، ۶۳ نفر (۲۷/۴ درصد) دیپلم، ۲۱ نفر (۹/۱ درصد) فوق دیپلم، ۴۶ نفر (۲۰ درصد) لیسانس و ۴۵ نفر (۱۹/۶ درصد) فوق لیسانس و بالاتر از فوق لیسانس بود. گفتنی است که دو نفر از شرکت‌کنندگان میزان تحصیلات پدر خود را تعیین ننمودند و شغل پدر ۱۴۰ نفر (۶۰/۹ درصد) از شرکت‌کنندگان آزاد و شغل پدر ۸۵ نفر (۳۷ درصد) دولتی بود. گفتنی است که پدر دو شرکت‌کننده بی‌کار و ۳ نفر از شرکت‌کنندگان شغل پدر خود را تعیین ننمودند. میزان تحصیلات مادر ۴۴ نفر (۱۹/۱ درصد) از شرکت‌کنندگان زیر دیپلم، ۷۵ نفر (۳۲/۶ درصد) دیپلم، ۲۵ نفر (۱۰/۹ درصد) فوق دیپلم، ۵۹ نفر (۲۵/۷ درصد) لیسانس و ۲۶ نفر (۱۱/۳ درصد) فوق لیسانس و بالاتر از فوق لیسانس بود. گفتنی است که یک نفر از شرکت‌کنندگان میزان تحصیلات مادر خود را تعیین ننمودند و شغل مادر ۲۵ نفر (۱۰/۹ درصد) از شرکت‌کنندگان آزاد، شغل مادر ۴۹ نفر (۲۱/۳ درصد) دولتی بود. گفتنی است که مادر ۱۵۵ نفر (۶۷/۴ درصد) از شرکت‌کنندگان خانه‌دار بودند و یک نفر از شرکت‌کنندگان شغل مادر خود را تعیین ننمودند. در جدول (۱) شاخص‌های توصیفی و ضریب آلفای کرونباخ متغیرهای پژوهش ارائه شده است.

¹. Patton & Stanford & Barrat

جدول ۱. میانگین، انحراف استاندارد و ضریب آلفای کرونباخ سبک‌های دل‌بستگی، استرس ادراک‌شده و تکانشگری

متغیر	میانگین	انحراف استاندارد	آلفای کرونباخ
سبک دل‌بستگی - اجتنابی	۱۱/۷۴	۳/۴۵	۰/۶۲۱
سبک دل‌بستگی - دوسوگرا	۸/۹۲	۳/۲۳	۰/۶۱۸
سبک دل‌بستگی - ایمن	۱۲/۰۹	۴/۰۲	۰/۶۳۹
استرس ادراک‌شده	۲۵/۴۶	۸/۲۰	۰/۷۹۷
تکانشگری	۲۸/۷۷	۷/۸۰	۰/۷۳۳

ماتریس همبستگی متغیرهای پژوهش در جدول (۲) ارائه شده است.

جدول ۲. ماتریس همبستگی متغیرهای پژوهش

۵	۴	۳	۲	۱	
				-	۱. سبک دل‌بستگی - اجتنابی
			-۰/۳۳۹ ^{oo}		۲. سبک دل‌بستگی - دوسوگرا
		۰/۱۱۹	۰/۲۱۵ ^{oo}		۳. سبک دل‌بستگی - ایمن
	-۰/۲۵۷ ^{oo}	۰/۱۴۹ ^o	-۰/۱۷۵ ^{oo}		۴. استرس ادراک‌شده
-۰/۳۷۹ ^{oo}	-۰/۲۹۳ ^{oo}	۰/۰۲۸	۰/۰۳۹		۵. تکانشگری

^{oo}P < ۰/۰۵ ^oP < ۰/۰۱

همانطور که جدول (۲) نشان می‌دهد، از بین سبک‌های دل‌بستگی تنها سبک دل‌بستگی ایمن به صورت منفی و در سطح معناداری ۰/۰۱ با تکانشگری همبسته است. همچنین استرس ادراک‌شده به صورت مثبت و در سطح معناداری ۰/۰۱ با تکانشگری همبسته بود.

نتایج حاصل از رگرسیون چند متغیری در جدول (۳) ارائه شده است.

جدول ۳. نتایج تحلیل رگرسیون چند متغیری: پیش‌بینی تکانشگری بر اساس سبک‌های دل‌بستگی و استرس ادراک‌شده

متغیرهای	b	SE	β	t	سطح معناداری
گام اول (استرس ادراک‌شده)					
استرس ادراک‌شده	۰/۳۲۰	۰/۰۶۰	۰/۳۳۶	۵/۳۴۲	۰/۰۰۱
P < ۰/۰۰۱					
F(۱, ۲۲۸) = ۳۸/۱۳					
R ² = ۰/۱۴۳ و adjR ² = ۰/۱۴۰					
گام دوم (سبک‌های دل‌بستگی)					
دل‌بستگی اجتنابی	۰/۱۲۹	۰/۱۴۷	۰/۰۵۷	۰/۸۷۹	۰/۳۸۱
دل‌بستگی دوسوگرا	-۰/۰۷۱	۰/۱۵۵	-۰/۰۲۹	-۰/۴۵۶	۰/۶۴۸
دل‌بستگی ایمن	-۰/۴۳۲	۰/۱۲۳	-۰/۲۲۲	-۳/۵۱۸	۰/۰۰۱
P < ۰/۰۰۱					
F(۳, ۲۲۵) = ۱۳/۱۲					
ΔF = ۴/۲۴, P = ۰/۰۰۶					
R ² = ۰/۱۸۹ و adjR ² = ۰/۱۷۵					
ΔR ² = ۰/۰۴۶					

در جدول (۳) استرس ادراک‌شده در گام اول و سبک‌های دلبستگی در گام دوم به‌عنوان متغیرهای پیش‌بین وارد معادله پیش‌بینی تکانشگری شدند. جدول (۳) نشان می‌دهد، استرس ادراک‌شده که در گام اول وارد معادله پیش‌بینی تکانشگری شد، در سطح معناداری ۰/۰۱ آن را پیش‌بینی نمود ($p < ۰/۰۱$, $F(۱,۲۲۸) = ۳۸/۱۳$). بررسی مجذور همبستگی چندگانه بدست آمده نشان داد که ارزش ضریب همبستگی‌های چندگانه (R^2) برابر با ۰/۱۴۳ است. این موضوع نشان می‌دهد که استرس ادراک‌شده ۱۴/۳ درصد از واریانس تکانشگری را تبیین نموده است. بررسی ضریب رگرسیون بین دو متغیر نیز نشان داد که استرس ادراک‌شده به‌صورت مثبت و در سطح معناداری ۰/۰۱ تکانشگری را پیش‌بینی می‌کند ($\beta = ۰/۳۳۶, p < ۰/۰۱$). بدین ترتیب در آزمون فرضیه اول چنین نتیجه‌گیری شد که استرس ادراک‌شده به‌صورت مثبت و معنادار تکانشگری را در دانش‌آموزان مقطع متوسطه دوم پیش‌بینی می‌کند.

همچنین با ورود سبک‌های دلبستگی به معادله پیش‌بینی تکانشگری در گام دوم، ارزش R^2 به ۰/۱۸۹ رسید. این یافته بدان معناست که ورود سبک‌های دلبستگی به معادله پیش‌بینی، باعث شده تا ۱۸/۹ درصد از واریانس تکانشگری تبیین شود. ارزش تغییرات R^2 (ΔR^2) برابر با ۰/۰۴۶ بود. این یافته بدان معناست که با ورود سبک‌های دلبستگی در معادله پیش‌بینی و با کنترل اثر استرس ادراک‌شده، مقدار واریانس تبیین شده تکانشگری ۴/۶ درصد افزایش یافته است که به لحاظ آماری در سطح ۰/۰۱ معنادار است ($\Delta F = ۴/۲۴, p < ۰/۰۱$). بررسی ضرایب رگرسیون نیز نشان داد که از بین سبک‌های دلبستگی سبک دلبستگی ایمن ($\beta = -۰/۲۲۲, p < ۰/۰۱$) به‌صورت منفی و در سطح ۰/۰۱ تکانشگری را پیش‌بینی می‌کند. بدین ترتیب در آزمون فرضیه دوم چنین نتیجه‌گیری شد که از بین سبک‌های دلبستگی، سبک دلبستگی ایمن به‌صورت منفی و معنادار تکانشگری را در دانش‌آموزان مقطع متوسطه دوم پیش‌بینی می‌کند.

بحث و نتیجه‌گیری

پژوهش حاضر با هدف پیش‌بینی تکانشگری بر اساس سبک‌های دلبستگی و استرس ادراک‌شده در دانش‌آموزان دوره دوم متوسطه انجام شد. در پی یافته‌های به‌دست آمده از فرضیه اول تحقیق مشخص شد که استرس ادراک‌شده به‌صورت مثبت و معنادار تکانشگری را در دانش‌آموزان مقطع متوسطه دوم پیش‌بینی می‌کند. دانش‌آموزانی که سطوح بالایی از استرس را دریافت می‌کنند، اغلب افسردگی بالایی را تجربه می‌کنند که این افسردگی منجر به دیگر مشکلات در سلامت روانی از قبیل تکانشگری می‌شود و در خیلی از موارد هم اقدام به رفتارهای تکانشی را به دنبال خواهد داشت (هیرج و الیشا^۱، ۱۹۹۶). همچنین این دانش‌آموزان در تنوعی از عوامل زندگی از قبیل معدل و سطوح سازگاری، رضایت کمتری دارند و این نارضایتی‌ها منجر به پایین آمدن اعتماد به نفس آنان می‌شود. از آن جایی که استرس ادراک‌شده اشاره به باور فرد در زمینه جدی بودن استرس دارد، وقتی استرس به‌صورت منفی ادراک می‌شود، فرد به جای تجزیه و تحلیل مسائل و مشکلات در هنگام مواجهه با استرس تسلیم آن شده و به‌صورت غیر منطقی و تکانشی با مسائل برخورد خواهد کرد. در مجموع می‌توان گفت شواهد فراوانی درباره همراهی استرس با نشانه‌های مختلف تکانشگری همچون کاهش ارزش تعویقی، نوجویی، حس ماجراجویی و خطرپذیری وجود دارد. همسو با

^۱. Hieraj & Elisha

این یافته می‌توان به نتایج مطالعات موسوی و همکاران (۱۳۹۳)، عیدی و همکاران (۱۳۹۱)، تیانگ‌زین و همکاران (۲۰۱۸) اشاره کرد.

نتیجه پژوهش در ارتباط با فرضیه دوم نشان داد که از بین سبک‌های دلبستگی، سبک دلبستگی ایمن به صورت منفی و معناداری تکانشگری را در دانش‌آموزان مقطع متوسطه دوم پیش‌بینی می‌کند. نتایج نشان می‌دهد که تجربیات بین فردی اولیه نقش مهمی در کارکرد شخصیتی و بین فردی بعدی افراد در زندگی شان دارد. این عامل می‌تواند خود را به صورت یک الگوی فراگیر از کاستی‌های اجتماعی و بین فردی نشان دهد. الگویی که علاوه بر تحریف‌های شناختی یا ادراکی و رفتارهای تکانشی و ظرفیت اندک در برقراری روابط صمیمانه است (بارلو و دوراند، ۲۰۰۲). داشتن روابط ایمن در گرفتن اطلاعات جدید و تمایل افراد به اصلاح طرحواره‌های خود در صورت ورود اطلاعات جدید نیز باعث می‌شود که با تغییرات سازگار شوند و طرح‌های مقابله‌ای واقع بینانه‌ای را ایجاد کنند. در دسترس بودن والدین و پاسخ گو بودن آن‌ها به نیازهای کودک می‌تواند زمینه تحول سبک دلبستگی ایمن را در کودک فراهم کند. شکل‌گیری دلبستگی ایمن در فرد موجب رشد عزت نفس، عاطفه مثبت، ارتباط رضایت بخش با دیگران و استقلال شخصی خواهد شد (بالبی، ۱۹۶۹). رشد دلبستگی ایمن در ۲ سال اول زندگی با جامعه پذیری کودک، پذیرش والدین و نظم دهی مؤثرتر هیجانات رابطه تنگاتنگی دارد (گرینبرگ^۱، ۱۹۹۹). افرادی که سبک دلبستگی ایمن دارند به نظر می‌رسد یک الگوی درونی کاری از مراقب خود تشکیل می‌دهند که بر اساس آن از مراقبشان انتظار دارند برایشان در دسترس و پاسخ گو باشند. این افراد در برابر استرس مقاوم ترند بهتر می‌توانند تجارب نامناسب زندگی خود را مدیریت کنند و کمتر احتمال دارد دست به رفتارهای تکانشی بزنند. این افراد از اضطراب یا خشم زیربنایی رفتار خود آگاه هستند و بدین جهت می‌توانند به طور مناسبی با هیجانات برخورد کنند. همچنین پیامد فرآیند دلبستگی ایمن ایجاد احساس ایمنی در فرد و سوگیری مثبت است. همسو با این یافته می‌توان به نتایج قمری گیوی و مجرد (۱۳۹۵)، اروزکان (۲۰۰۹) و پارادا و همکاران (۲۰۱۰) اشاره کرد.

از محدودیت‌های این مطالعه می‌توان به حالات روحی و روانی دانش‌آموزان حین اجرای آزمون مانند اضطراب، عدم تمرکز، درگیری در مسائل تحصیلی و خانوادگی اشاره کرد، همچنین محدود بودن جامعه آماری به دانش‌آموزان دختر و پسر مقطع متوسطه دوم شهر مشهد، خودداری دانش‌آموزان از ارائه پاسخ واقعی و عدم افشای خود اشاره نمود. با در نظر گرفتن نتایج به دست آمده به عنوان پیشنهاد پژوهشی توصیه می‌شود در پژوهش‌های بعدی به متغیرهای مؤثر مانند سبک‌های دلبستگی معلمان و متغیر آمادگی برای تغییر در دانش‌آموزان تکانشگر پرداخته شود. به عنوان پیشنهاد کاربردی توصیه می‌شود دانش‌آموزانی که دچار استرس هستند توسط مربیان و معلمان شناسایی شوند و تحت درمان‌های مختلف قرار گیرند تا احتمال بروز رفتارهای تکانشگرانه در آنان کاهش یابد. همچنین برای کنترل تکانشگری در کودکان، آموزش صحیح به والدین به خصوص مادران برای ایجاد سبک دلبستگی ایمن در فرزندان داده شود و کارگاه‌ها و دوره‌های آموزش لازم در زمینه‌های مهارت‌های زندگی، حل مساله و تصمیم‌گیری برگزار شود.

¹. Barlow & Durand

². Greenberg

منابع

- اختیاری، حامد، بهزادی، آرین، جنتی، علی، مکرری، آذرخش. (۱۳۸۳). کدام یک تأثیر منفی بیشتری بر ما می‌گذارد؟ دفعات باخت یا مقادیر آن: بررسی استراتژی تصمیم‌گیری مخاطره‌آمیز به وسیله نسخه‌های متفاوت از آزمون قمار ایووا. *تازه‌های علوم شناختی*، ۶ (۳ و ۴)، ۲۵-۱۷.
- اختیاری، حامد، بهزادی، آرین، مکرری، آذرخش. (۱۳۸۲). تأثیر شیوه ارائه انتخاب‌ها در فرآیند کاهش ارزش تعویقی بررسی دو نسخه متفاوت آزمون فارسی در گروه‌های سنی و جنسی از آزمودنی‌ها. *مجله تازه‌های علوم شناختی*، سال ۵ (۴)، ۴۹-۲۷.
- اکبری، ابوالقاسم. (۱۳۸۱). *مشکلات نوجوانی و جوانی*. تهران: نشر ساوالان.
- آزاد، ح. (۱۳۷۴). *آسیب شناسی روانی*. تهران: نشر بعثت.
- آقا محمدیان، حمید رضا. (۱۳۸۴). بررسی خصوصیات روانی نوجوانان دختر دانش آموز شهرستان مشهد. *مجله علوم تربیتی و روان شناسی دانشگاه سیستان و بلوچستان*، ۲، ۱۶۳-۱۴۳.
- خجسته مهر، ر، عباسپور، ذ، کرایبی، ا، کوچکی، ر. (۱۳۹۰). نقش دلبستگی اضطرابی و اجتنابی و اسناد برگذشت همسران: آزمون یک مدل میانجی. *فصلنامه تازه‌ها و پژوهش‌های مشاوره*، ۲، ۷۲-۵۱.
- عبدی، علی، آریا پوران، سعید، اکبری، مریم، رستمی، مریم. (۱۳۹۱). *بررسی رابطه استرس ادراک‌شده با سبک‌های مقابله‌ای دانشجویان*. نخستین همایش ملی شخصیت و زندگی نوین، سندج، دانشگاه آزاد اسلامی واحد سندج.
- قمری گیوی، حسین، مجرد، آرزو. (۱۳۹۵). پیش‌بینی گرایش به اعتیاد با استفاده از سبک دلبستگی و تکانشگری. *مجله سلامت و مراقبت*، ۱۸(۱)، ۲۷-۱۸.
- کافی، موسی (۱۳۷۸). *مقایسه نوجوانان دختر و پسر در میزان ناراحتی از انواع استرس‌ها و چگونگی روش‌های رویارویی*. مقاله ارائه شده در چهارمین کنگره سراسری استرس. دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی ایران.
- مقدس زاده، حسین (۱۳۹۵). *درمان رفتار تکانشی چیست؟ سایت مدیسین نت*.
- موسوی، الهام، علی پور، احمد، آگاه هریس، مژگان، زارع، حسین. (۱۳۹۳). تأثیر برنامه جدید لرن (Learn) در کاهش استرس ادراک‌شده و نگرانی دانشجویان. *فصلنامه علمی - پژوهشی روان‌شناسی سلامت*، ۳(۲)، ۶۳-۴۸.
- Barlow, D.H.; Rapee, R.M. & Reisner, L.C. (2001). *Mastering Stress*. American Health Publishing Company.
- Bashar Poor S. & M. Shafiee (2015). Psychometric Properties of Persian Version of Short Form Scale of Dark Triad Personality Traits in University Students. *Research on Psychological Health*; 9(1), 1-11. (In Persian)
- Berant E, Mikulincer M, Florian V. (2001). Attachment style and mental health: A one-year follow up study of mothers of infants with congenital heart disease. *Pers Soc Psychol Bull*; 8, 956-68.
- Berzonsky MD, Kuk L. (2005). Identity style, psychosocial maturity, and academic performance. *Personal Individ Difference*; 39:235-47.
- Bowlby, J. (1969). *Attachment and Loss*. London: The Hogarth press.
- Bowlby, J. (1978). *Attachment and loss: sadness and depression*. New York: Basic Books.
- Bowlby, J. (2006). Attachment theory, Elite psychology and education. Safarzadeh Khoshabi K, Abohamzeh E. (translators). *1st ed. Tehran: Danjeh*, 32-135. (Persian)
- Brown, L. A., Forman, E. M., Herbert, J. D., Hoffman, K. L., Yuen, E. K., & Goetter, E. M. (2011). A randomized controlled trial of acceptance- based behavior therapy and cognitive therapy for test anxiety: *A pilot study. Behavior Modification*, 35 (1), 31-53.
- Brumariu, L. E., & kerns, K. A. (2008). Mother child attachment and social anxiety symptoms in middle childhood. *Journal of Applied T Developmental Psychology*, 29, 393-402.
- Burnette, J., Davis, D. E., Green, J. D., Worthington, E., & Bradfield, E. (2009). Insecure attachment and depressive symptoms; the mediating role of rumination empathy, and forgiveness. *Personality and Individual Differences*, 46, 276-280.
- Cohen, S. & Williamson, G., (1988). "Preceived stress in a probability of the united states. In: Spacapan S, Oskamp S. (Eds)". *the social psychology of health*. Newbury park, California: sage, 31-67.
- Dickman, S. J. (1990). Functional and dysfunctional impulsivity, personality and cognitive correlates. *Journal of Personality and Sociological Psychology*, 58, 95-102.
- Erozkan, A., Dogan, U & Adiguzel, A. (2009). Self-efficacy, self-esteem and subjective happiness of teacher candidates at the pedagogical formation certificate program. *Journal of Education and Training Studies*, 4(8), 72-82.
- Gordon KW. (2008). *The multidimensionality of peer victimization and patterns of relating in attachment*. Ph.D. Dissertation. USA: University of Mississippi: 15-28.

- Greenberg MT. (1999). *Attachment and psychopathology in childhood*. [cited 2016 Apr 14]; Available from: <http://psycnet.apa.org/psycinfo/1999-02469-021>.
- Hazan C, Shaver F. (1987). Romantic Love Conceptualized as an Attachment Process, *Journal of Personality and Social Psychology*, 52 (3), 511-524.
- Het, S.; Ramlow, G.; Wolf, O.T. (2005). A meta-analytic review of the effects of acute cortisol administration on human memory. *Psychoneuroendocrinology*, 30, 771-784.
- Hollander, E., & Evers, E. (2001). New developments in impulsivity. *Lancet*, 358, 949-950.
- Lane, S. D., & Cherek, D. R. (2000). Analysis of risk in adults with a history of high risk behavior. *Drug and Alcohol Dependence*, 60, 179-187.
- Lazarus, R.S. & Folkman, S. (1984). Stress, appraisal, and coping. *New York: Springer*.
- Lazarus, R.S. (1999). Stress and Emotion. A New Synthesis. *New York: Springer*.
- Linley PA, Joseph S. (2004). Positive change following trauma and adversity: A review. *J Trauma Stress*; 17, 11-21.
- Moore, S., & Leung, C. (2002). Young people's romantic attachment styles and their associations with well-being. *Journal of Adolescence*, 25, 243-255.
- Priceputu M. (2012). Attachment style-from theory to the integrative intervention in anxious and depressive symptomatology. *Procedia Soc Behav Sci*. 33, 934-8.
- Smeets, T.; Otgaar, H.; Candel, I. & Wolf, O. T. (2008). True or false? Memory is differentially affected by stress-induced cortisol elevations and sympathetic activity at consolidation and retrieval. *Psychoneuroendocrinology*, 33, 1378-1386.
- Thorberg FA, Lyvers M. (2010). Attachment in relation to affect regulation and interpersonal functioning among substance use disorder in patients. *Addiction Research and Theory* 2010; 18 (4), 464-478.
- Tianxin, Mao., Weigang, Pan., Yingying, Zhu., Jian, Yang., Qiaoling, Dong., Guofu, Zhou. (2018). Self-control mediates the relationship between personality trait and impulsivity. *Journal : Personality and Individual Differences*, 129, 70-75.
- Verdejo-Garcia A, Lawrence AJ, Clark L. (2008). Impulsivity as a vulnerability marker for substance-use disorders: Review of findings from high risk research, problem gamblers and genetic association studies. *Neuroscience and Biobehavioral Reviews*; 32, 777-810.
- Vollrath, M. & Torgersen, S. (2000). Personality types and coping. *Personality and Individual Differences*, 29, 367-378.
- Windle, M. & Windle, R. e. (1996). Coping strategies, drinking motives, and stressor life events among middle adolescents: associations with emotional and behavioral problem and academic functioning. *Journal of Abnormal Psychology*, 105 (4), 551, 56.