

رابطه سبک‌های دلبستگی و مکانیسم‌های دفاعی

The Relationship between Attachment Styles and Defense mechanisms

محمدعلی بشارت^۱، فرزانه رنجبر شیرازی^{۲*}، فاطمه دهقانی آرانی^۳

Mohammad Ali Besharat⁴, Farzane Ranjbar Shirazi⁵, Fateme Dehghani Arani⁶

Abstract

Aim: Attachment styles and defense mechanisms are the major determinants of psychological problems. Early relationships in childhood influence the formation of these two psychological concepts. Thus, the aim of the present study was to investigate the relationship between attachment styles and defense mechanisms.

Method: This is a correlational study. The population of the study is all of the students of University of Tehran, studying in the academic year of 1394-95. A total of 400 students (184 females, 216 males) from University of Tehran participated in this study. Participants were asked to complete the Adult Attachment Inventory (AAI) and Defense Styles Questionnaire (DSQ).

Results: The data of the study were analyzed by using Pearson's correlation coefficient. The results demonstrated that: (a) secure attachment style had a significant positive association with mature defense style and significant negative association with neurotic and immature defense styles; (b) insecure attachment styles had significant negative association with mature defense style and significant positive association with neurotic and immature defense styles.

Conclusions: According to the results of the present study, it can be concluded that attachment styles has an important role in the formation of defense mechanisms. Hence, prevent the formation of insecure attachment styles by providing parenting training for parents, can inhibit the development of dysfunctional defense mechanisms.

Keywords: attachment, defense mechanism, mental disorder

چکیده

هدف: سبک‌های دلبستگی و مکانیسم‌های دفاعی از عوامل تعیین‌کننده اصلی مشکلات روانشناختی هستند. هر دوی این مفاهیم روانشناختی تحت تاثیر روابط اولیه دوران کودکی شکل می‌گیرند. لذا هدف پژوهش حاضر بررسی رابطه بین سبک‌های دلبستگی و مکانیسم‌های دفاعی بود.

روش: پژوهش حاضر از نوع همبستگی است. جامعه آماری پژوهش کلیه دانشجویان مشغول به تحصیل دانشگاه تهران در سال تحصیلی ۱۳۹۵-۱۳۹۴ است. تعداد ۴۰۰ نفر از دانشجویان (۱۸۴ دختر، ۲۱۶ پسر) در این پژوهش شرکت کردند. از شرکت‌کنندگان خواسته شد که مقیاس دلبستگی بزرگسال (هازن و شیور، ۱۹۸۷) و پرسشنامه سبک‌های دفاعی (اندروز و همکاران، ۱۹۹۳) را تکمیل کنند. برای تحلیل داده‌های پژوهش از شاخص‌ها و روش‌های آماری شامل فراوانی، درصد، میانگین، انحراف استاندارد و ضرایب همبستگی پیرسون استفاده شد.

یافته‌ها: نتایج پژوهش نشان داد که سبک دلبستگی ایمن با مکانیسم‌های دفاعی رشدیافته رابطه مثبت و با مکانیسم‌های دفاعی نوروٹیک و رشدنا یافته رابطه منفی معنادار دارد. سبک‌های دلبستگی نایمن با مکانیسم‌های دفاعی رشدیافته رابطه منفی و با مکانیسم‌های دفاعی نوروٹیک و رشدنا یافته رابطه مثبت معنادار داشتند.

نتیجه‌گیری: براساس یافته‌های این پژوهش می‌توان نتیجه گرفت که سبک‌های دلبستگی منجر به شکل‌گیری مکانیسم‌های دفاعی می‌شوند. لذا ارائه آموزش‌هایی به والدین در زمینه فرزندپروری می‌تواند با جلوگیری از ایجاد سبک‌های دلبستگی نایمن در دوره کودکی از بسیاری از آسیب‌های روانشناختی دوره بزرگسالی مانند شکل‌گیری سبک‌های دفاعی ناسازگار، پیشگیری کند.

واژه‌های کلیدی: دلبستگی، مکانیسم دفاعی، اختلال روانی

farzananranjbar1991@gmail.com

۱. عضو هیئت علمی گروه روانشناسی بالینی، دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی، دانشگاه تهران، ایران

۲. کارشناس ارشد گروه روانشناسی بالینی، دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی، دانشگاه تهران، ایران (نویسنده مسئول)

۳. عضو هیئت علمی گروه روانشناسی بالینی، دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی، دانشگاه تهران، ایران

4 Department of Clinical Psychology, Faculty of Psychology and Educational Sciences, Tehran University, Tehran, Iran

5 MA Clinical Psychology, Faculty of Psychology and Educational Sciences, Tehran University, Tehran, Iran.

6 Department of Clinical Psychology, Faculty of Psychology and Educational Sciences, Tehran University, Tehran, Iran

مقدمه

یک پیوستار بر اساس نوع کنش‌وری از رشدناپافتگی تا رشدیافتگی شناخته می‌شوند و از طریق آن‌ها می‌توان پایداری شخصیت و آسیب‌شناسی روانی را شناسایی کرد (سالا، تستا، پونز و مولینا^{۱۰}، ۲۰۱۵؛ گانا و دلانت^{۱۱}، ۲۰۱۱).

اندروز، سینگ و باند^{۱۲} (۱۹۹۳؛ به نقل از ریبادیر و وارسکان^{۱۳}، ۲۰۱۷) سه نوع سبک دفاعی رشدیافته^{۱۴}، نوروتیک^{۱۵} و رشدیافته^{۱۶} را براساس بیست مکانیسم دفاعی مطرح شده توسط وایلانته (۱۹۷۶) طبقه‌بندی کرده‌اند. سبک دفاعی رشدیافته به مکانیسم‌های بهنجار و انطباقی اشاره دارد، در مقابل سبک‌های دفاعی رشدیافته و نوروتیک، مکانیسم‌های ناکارآمد و غیرانطباقی‌اند که با بسیاری از مشکلات جسمی و روانشناختی مرتبط هستند (وایلانته، ۲۰۰۰).

روابط اولیه خانوادگی مخصوصاً رابطه والد-کودک بر رشد تنظیم عواطف کودکان شامل تنظیم هیجان و مکانیسم‌های دفاعی اثر می‌گذارد. روابط اولیه کارآمد کودک با مراقبان منجر به شکل‌گیری تنظیم هیجان سازش‌یافته می‌شود و هر اندازه فرد توانایی بیشتری در مدیریت و تنظیم هیجان‌های منفی خود داشته باشد از مکانیسم‌های دفاعی رشدیافته‌تری به عنوان وسیله‌ای برای تنظیم هیجان خود استفاده می‌کند و بالعکس روابط ناکارآمد پیش‌بین استفاده از مکانیسم‌های دفاعی ناسازگار و غیرانطباقی در اواسط کودکی است. اوایل کودکی دوره حساس برای رشد مکانیسم‌های دفاعی است و میزان رشدیافتگی مکانیسم‌های دفاعی تحت تاثیر تجارب اولیه اجتماعی و هیجانی دوران کودکی است (لیندبلوم، پوناماکا، فلایکت، وانسکا، نومی و همکاران^{۱۷}، ۲۰۱۶).

فروید مشاهدات خود را درباره تعدادی از بیمارانش شرح داد که راهکارهای روانی ناهشیار زیادی را در مقابل مسائل غیرقابل تحمل و عواطف همراه آن‌ها به کار می‌بستند (فروید، ۱۸۹۶؛ به نقل از گرانبیری، لامارکا، مانینو، گیونا، گوگلیموکی و همکاران^{۱۸}، ۲۰۱۷). الگوهایی که در برقراری روابط با افراد مهم زندگی بروز می‌نمایند، از

افراد برای غلبه بر شرایط تنیدگی‌زا معمولاً از سه گروه راهبردهای دفاعی استفاده می‌کنند. اولین راهبرد جستجوی حمایت اجتماعی است. دومین گروه راهبردهای دفاعی هشیار است که به صورت آگاهانه و عمدی برای چیره شدن بر استرس استفاده می‌شود و سومین گروه مکانیسم‌های دفاعی^۱، راهبردهای روانی غیرآگاهانه و غیرارادی هستند (وایلانته^۲، ۲۰۱۲). مکانیسم‌های دفاعی منابع ناهشیری هستند که ذهن برای حفاظت فرد از احساسات ناهشیری که توسط منابع بیرونی و درونی ایجاد می‌شود، استفاده می‌کند (فروید^۳، ۱۹۸۶؛ به نقل از میراندا و لوزا^۴، ۲۰۱۵). کارکرد مکانیسم‌ها مقابله با تعارض‌های دنیای درونی فرد و همچنین تحریف ادراک فرد از واقعیت است. در واقع دفاع‌ها به طور دائم در تلاشند تا پایداری روانشناختی فرد را حفظ کنند (مالون، کوهن، لیو، وایلانته و والدینگر^۵، ۲۰۱۳). مکانیسم‌های دفاعی تکانه‌های انگیزشی و نیازها را تنظیم می‌کنند و هدف آن‌ها حفظ احساس امنیت روانی به وسیله ایجاد تحریف شناختی و محدود کردن تجارب هشیار هیجان‌های منفی است (هارت^۶، ۲۰۱۴). کرامر^۷ (۲۰۱۵) مکانیسم‌های دفاعی را به عنوان نیرویی تعریف کرده است که مانع فشار غرایز برای ارضاشدن می‌شوند. مکانیسم‌های دفاعی به عنوان قسمتی از عملکرد شخصیت بهنجار محسوب می‌شوند، اما استفاده فزاینده و نامناسب از دفاع‌های خاص، می‌تواند به آسیب روانی منجر شود (جون، لی، لی، یو، سانگ و همکاران^۸، ۲۰۱۵). انتخاب دفاع اختیاری است اما منجر به تفاوت‌های بسیار بزرگی در سلامت روانی می‌شود. هر چه مکانیسم دفاعی انتخابی انعطاف‌پذیرتر و سازگارانه‌تر باشد، تحریف کمتری در واقعیت درونی و بیرونی ایجاد می‌کند و هر چه مکانیسم غیرمنعطف‌تر و ناسازگارانه‌تر باشد تحریف بیشتری در واقعیت ایجاد می‌کند (وایلانته، ۱۹۹۲؛ به نقل از فوناگی^۹، ۲۰۱۸). براساس نظریه فروید، سبک‌های دفاعی به کاربرد یکسری از مکانیسم‌های دفاعی مربوط به فرد اشاره دارد که با قرارگیری روی

10. Sala, Testa, Pons & Molina

11. Gana & K'Delant

12. Andrews, Singh, M., & Bond

13. Ribadier & Varescon

14. mature

15. neurotic

16. immature

17. Lindblom, Punamäki, Flykt, Vänskä & Nummi

18. Granieri, La Marca, Mannino, Giunta & Guglielmucci

1. defense styles

2. Vaillant

3. Freud

4. Miranda & Louzā

5. Malone, Cohen, Liu, Vaillant & Waldinger

6. Hart

7. Cramer

8. Jun, Lee, Lee, Yoo & Song

9. Fonagy

افراد بیشتر می‌شود به سمت استفاده از مکانیسم‌های دفاعی پیچیده‌تر پیش می‌روند. اما زمانی که رشد من کامل می‌شود استفاده از مکانیسم‌های دفاعی می‌تواند عواقب منفی در پی داشته باشد و سازگاران نباشد (کرامر، ۲۰۱۵). هر دوی مکانیسم‌های دفاعی نوروتیک و رشدنا یافته با شاخص‌های منفی سلامت مانند انواع اختلالات خلقی و اضطرابی ارتباط دارند (کرامر، ۲۰۱۲). همچنین درجات شدید و مزمن این مکانیسم‌های دفاعی در دوره نوجوانی می‌تواند، پیش‌بینی‌کننده اختلالات شخصیت در دوران بزرگسالی باشند (استرندهولم، کیوروسو، کارلسون، میتون و مارتون، ۲۰۱۶). کیپر، بلایا، تروچکین، هلدت، ایزولان و همکاران^۶ (۲۰۰۵) در مطالعه خود نشان دادند استفاده بیشتر از مکانیسم‌های دفاعی نوروتیک و رشدنا یافته در طیف وسیعی از اختلالات روانی مانند اختلال وحشت‌زدگی، اختلال وسواسی-جبری، اضطراب اجتماعی و افسردگی اساسی گزارش شده است. سایر یافته‌های تجربی نیز ارتباط بین استفاده از مکانیسم‌های دفاعی مختلف و میزان سلامت روانشناختی و جسمانی را نشان می‌دهند (بشارت و خجوی، ۲۰۱۳؛ بشارت و شهیدی، ۲۰۱۱؛ پوهالا، مک کلوکسی، بریکمن، فوبر و کوکارو^۷، ۲۰۱۶؛ جون و همکاران، ۲۰۱۵؛ لیندلوم و همکاران، ۲۰۱۶؛ مالون و همکاران، ۲۰۱۳؛ نوارز، موریل و والدینگر^۸، ۲۰۱۸؛ هالوی، بولهار و اسشوته^۹، ۲۰۱۷؛ هیفانتیس، گولیا، کاروالهو^{۱۰}، ۲۰۱۳).

پژوهش‌ها نشان داده‌اند که استفاده از مکانیسم‌های دفاعی نوروتیک و رشدنا یافته در مقابله با تجارب ناگوار دوران کودکی (فینزی-دوتون و کارو^{۱۱}، ۲۰۰۶)، باور به رهاشدگی (والبرگ و چپاراملو^{۱۲}، ۲۰۱۵)، عدم پذیرش هیجان‌های فرد توسط دیگران (سالا و همکاران، ۲۰۱۵) و دلبستگی ناایمن (بشارت و خجوی، ۲۰۱۳؛ لاکزکویک، فونزو، بندیکسن، اشپیگل، لی و همکاران^{۱۳}، ۲۰۱۸؛ میراندا و لوزا، ۲۰۱۵) شدت می‌یابد. فروید تاکید می‌کرد تجارب و روابط اولیه و نحوه‌ای که بازنمایی‌های ذهنی اوایل زندگی بر رشد

حرمت نفس فرد محافظت می‌کنند و در سازش‌یافتگی او نقش بازی می‌کنند و فقدان آن‌ها در لحظه مناسب توان فرد را کاهش می‌دهد و سازش او را بر هم می‌زند (هوروویتز^۱، ۱۹۹۸؛ به نقل از کرامر، ۲۰۱۲). مکانیسم‌های دفاعی سازگاران به طور مثبتی با حمایت اجتماعی و سلامت جسمی ارتباط دارند و هرچه میزان انطباقی بودن دفاع‌ها بیشتر باشد منجر به برقراری روابط و تجارب اجتماعی بهتر می‌شود (اسمیت و اسپيرو^۲، ۲۰۰۲). به این ترتیب تا جایی که مکانیسم‌های دفاعی اضطراب را کاهش دهند و منجر به سازگاری روانشناختی شوند، عملکردی مثبت دارند و بخشی از فرآیند رشدی بهنجار افراد محسوب می‌شوند. از آنجایی که مرز بین آسیب‌شناسی و بهنجاری مبهم است نمی‌توان دفاع‌ها را به طور کامل آسیب‌زا دانست. آنا فروید (۱۹۶۵)؛ به نقل از برلین و مونت گومری^۳، ۲۰۱۷) هم بر این نکته تاکید کرده است که دفاع‌ها الزاما نابهنجار نیستند و زمانی که میزان نابهنجاری استفاده از دفاع‌ها سنجیده می‌شود هم توازن استفاده از دفاع‌ها (یعنی استفاده از چند دفاع مختلف به جای یکی) و هم شدت استفاده از آن‌ها باید سنجیده شود. به علاوه، تناسب سنی استفاده از دفاع هم باید بررسی شود. در بعضی موارد دفاع بهنجار است مخصوصاً زمانی که از فرد در مقابل اضطراب شدید محافظت می‌کند و "من" و حرمت خود وی را حفظ می‌کند.

طبق نظر فروید (۱۹۳۷)؛ به نقل از کوتلر^۴، ۲۰۱۷) جای تردید دارد که "من" بدون مکانیسم‌های دفاعی بتواند عملکرد مناسبی داشته باشد. زمانی که "من" کودک هنوز ضعیف است، مکانیسم‌های دفاعی از آن در برابر عواطف دردناکی که می‌توانند در رشد و عملکردش خلل ایجاد کنند محافظت می‌کنند. مکانیسم‌های دفاعی بخشی از الگوی ارتباطی و رشد شناختی بهنجار هستند که از حرمت خود فرد محافظت می‌کنند و در سازش‌یافتگی فرد نقش دارند (دراپو، تامپسون، پترaglia، تیجسن و لیکورس^۵، ۲۰۱۱).

بسیاری از مکانیسم‌های دفاعی با ترتیب مشخص و طی مراحل رشد کودک شکل می‌گیرند که با توجه به سن فرد می‌توانند متناسب یا نامتناسب باشند. هر چه توانایی شناختی و خودآگاهی

6. Strandholm, Kivuruusu, Karlsson, Miettunen & Marttunen
7. Kipper, Blaya, Teruchkin, Heldt & Isolan
8. Puhalla, McCloskey, Brickman, Fauber & Coccaro
9. Nevarez, Morrill & Waldinger
10. Holloway, Bhullar & Schutte
11. Hyphantis, Goulia & Carvalho
12. Finzi-Dottan & Karu
13. Walburg & Chiaramello
14. Laczkovics, Fonzo, Bendixsen, Shpigel, Lee, Skala & Huemer

1. Horowitz
2. Smith & Spiro III
3. Berlin & Montgomery
4. Kottler
5. Drapeau, Thompson, Petraglia, Thygesen & Lecours

همکاران^۹، ۲۰۱۵). از سوی دیگر مراقبت غیرحساس منجر به نقص در رشد شناختی و رفتاری کودک و احساس ایمنی وی می‌شود (برنبر و همکاران، ۲۰۱۲؛ لیرکس، سو، کالکینز، اوبرین و ساپل^{۱۰}، ۲۰۱۷). در این شرایط است که افراد با سبک دلبستگی ناایمن جهان پیرامون خود را تهدیدآمیز و پراسترس درک می‌کنند (بروماریو و کرنز^{۱۱}، ۲۰۰۸).

نظریه دلبستگی برای اینکه بتواند شکل‌گیری پیوندهای عاطفی را که برای بقا، عملکرد حفاظتی، تنظیم هیجان و رشد اجتماعی لازم هستند تبیین کند بر تعادل بین طبیعت و تربیت و رفتارهای غریزی و یادگیری محیطی متکی است. پیوند مادر-کودک یک نیروی اولیه و اساسی در رشد کودک است. در طول ماه‌های اولیه زندگی، میزان امنیتی که کودک تجربه می‌کند به نشانه‌های بیرونی زیادی مانند مجاورت دایمی و پاسخگویی مراقبان اولیه بستگی دارد. در طی تکرار زیاد تعاملات با مراقب، کودکان مجموعه‌ای از ساختارهای اطلاعاتی یا مدل‌های درون‌کاری را گسترش می‌دهند که تعاملات گذشته را بازنمایی می‌کنند و به تنظیم سیستم دلبستگی کمک می‌کنند (برترتون و مان هلند^{۱۲}، ۲۰۰۸). مدل‌های درون‌کاری به صورت خودکار به روابط با افراد جدید و نگاره‌های دلبستگی بالقوه مورد فرافکنی دفاع‌های ناهشیار انعطاف‌ناپذیر قرار می‌گیرند و در طول زندگی فرد ثابت هستند (راویتز، ماندر، هاتر، استانکیا و لانس^{۱۳}، ۲۰۱۰؛ زیلچامانو، میکولینسر و شیور^{۱۴}، ۲۰۱۱).

پیوند با مراقب از کودک در مقابل ترس و آسیب محافظت می‌کند و منجر به شکل‌گیری مراقب به عنوان پایگاه امن می‌شود که تاثیر مادام‌العمر دارد و بر تعامل‌های اجتماعی تاثیرگذار است و از طریق آن کودک در حال رشد می‌تواند به اکتشاف^{۱۵} دنیا بپردازد و به توانایی حل مساله، قابلیت شناختی، تنظیم هیجان مناسب و برقراری روابط اجتماعی با دیگران دست یابد (بشارت، ۱۳۹۱؛ دویواردانی، هیل، بولینگر، لشی، مارکس و همکاران^{۱۶}، ۲۰۱۴؛ فیتون^{۱۷}، ۲۰۱۲؛

بعدی اثر می‌گذارند بسیار مهم است. وی بر نقشی که دفاع‌ها در تنظیم هیجان دارند نیز تاکید کرد. فرد در زمان احساس تهدید و ناایمنی که ناشی از تجارب آسیب‌پذیری و کمبود اعتماد فرد به توانایی‌هایش در مقابله با تهدیدها است با تکیه بر مکانیسم‌های رشدنا یافته و نوروتیک می‌تواند بر این احساس تهدید و ناایمنی غلبه کند. ناایمنی می‌تواند در منابع زیادی از جمله حرمت خود، تعارض در باورها و روابط دلبستگی ریشه داشته باشد. با وجود اینکه سبک‌های دلبستگی و مکانیسم‌های دفاعی مفاهیم مجزایی از نحوه مقابله ما با شرایط استرس‌زا هستند اما هر دو نوعی پردازش اطلاعات محسوب می‌شوند و به موازات هم از دوران کودکی رشد می‌کنند (سیوکا، توزیاک، لیمونسین، مولایولی، کاپوتانو و همکاران^۱، ۲۰۱۷). بر این اساس می‌توان تصور کرد که میزان رشدیافتگی مکانیسم‌های دفاعی به میزان ایمنی دلبستگی افراد بستگی دارد.

بر اساس نظر بالبی^۲ (۱۹۶۹)، هنگام تهدید، نظام دلبستگی، افراد را به سمت موضوع دلبستگی آن‌ها هدایت می‌کند تا از پریشانی و رنج روانی آن‌ها کاسته شود. هماهنگی مادر با کودک در شرایط استرس‌زا است که خودتنظیمی کودک را به وجود می‌آورد. در دوران کودکی، کودکان شدیداً به والدین خود متکی هستند تا بتوانند برانگیختگی و درماندگی‌هایشان را تنظیم کنند و بر بدتنظیمی غلبه کنند (پورتر^۳، ۲۰۰۳؛ ایکاس، برونگارت-ریکر، لیکنبروک، زنتال و مکسول^۴، ۲۰۱۱). مراقبت حساس و پاسخگو، رشد شناختی کودک مانند توجه و مهارت‌های اجرایی را تسهیل می‌کند و منجر به توانایی تنظیم هیجان مناسب در کودک می‌شود (برنبر، کارلسون، دشنس و مت گاگن^۵، ۲۰۱۲؛ ایزنبرگ، اسپینراد و ایگیوم^۶، ۲۰۱۰). مراقبان حساس احساس ایمنی کودک را با فراهم آوردن پذیرش هیجانی، مهارت و حمایت دایمی از کودک که می‌تواند به آن متکی باشد پرورش می‌دهند (تامپسون و میر^۷، ۲۰۰۷). این شرایط به رشد آگاهی هیجانی و تنظیم هیجانی موثر کودک کمک می‌کند که در نهایت منجر به اثرات مثبت بر رشد بعدی کودک می‌شود (دیکاس و کسیدی^۸، ۲۰۱۱؛ موتسیانا، جان استوک، کورای، فیرون، کوپر و

9. Moutsiana, Johnstoke, Murray, Fearon & Cooper
10. Leerkes, Su, Calkins, O'Brien & Supple
11. Brumariu & Kerns
12. Bretherton & Munholland
13. Ravitz, Maunder, Hunter, Sthankiya & Lancee
14. Zilcha-Mano, Mikulincer & Shaver
15. explore
16. Dwiwardani, Hill, Bollinger, Lashley & Marks
17. Fitton

1. Ciocca, Tuziak, Limoncin, Mollaioli & Capuano
2. Bowlby
3. Porter
4. Ekas, Braungart-Rieker, Lickenbrock, Zentall & Maxwell
5. Bernier, Carlson, Deschênes & Matte-Gagné
6. Eisenberg, Spinrad & Eggum
7. Thompson & Meyer
8. Dykas & Cassidy

هیجان‌های منفی توسط مکانیسم‌های دفاعی یا رفتارهای دلبستگی جویانه برمی‌آید (سادوک و سادوک، ۲۰۱۱).

افراد نایمن ممکن است بیان درماندگی‌های هیجانی خود را تشدید و یا سرکوب کنند تا از تعارضات بین‌فردی اجتناب کنند. زیرا تعارضات بین‌فردی بدتنظیمی هیجانی و اجتناب انتخابی از محرک‌های استرس‌زا را افزایش می‌دهد (دو روخر شودلیخ، وایت، فلیشهور و فیتزگرالد، ۲۰۱۱). براساس مطالعه دیکاس و کسیدی (۲۰۱۱) کودکان و بزرگسالان نایمن برای جلوگیری از رنج روانشناختی اطلاعات مرتبط با دلبستگی را به صورت دفاعی پردازش می‌کنند و دست به دامان استفاده از مکانیسم‌های دفاعی با تحریف‌آمیزی بیشتری می‌شوند. والدینی که حساس و پاسخگو هستند با احتمال بیشتری پذیرش هیجانی دارند و در حمایت از رشد تنظیم هیجان کودک مهارت دارند اما والدینی که نسبت به نیازهای کودک حساس و پاسخگو نیستند در تعاملاتشان به شکلی نامناسب رفتار می‌کنند که کودک را مجبور می‌کند تا تجارب و حالاتش را به صورت دفاعی بیان کند (یبب، لاجمن، مارکس و باهریک، ۲۰۱۲). همچنین اسنادهایی که افراد بزرگسال با دلبستگی نایمن در زمان بروز تعارض در ارتباط‌هایشان می‌سازند، به جای آنکه ناامنی آن‌ها را تخفیف دهد، آن را تشدید می‌کند و منجر به افزایش اضطراب می‌شود و سازگاری با محیط و اکتشاف‌گری را کاهش می‌دهد (اوسالیوان و رایان، ۲۰۰۹؛ کروئل، فریلی و شیور، ۲۰۰۸). اسکیمنتی و بیفولکو^{۱۲} (۲۰۱۵) هم در پژوهش خود به نتایج مشابهی دست یافتند و نشان دادند دلبستگی نایمن نقش پررنگی در بروز اختلالات اضطرابی در مراحل بعدی زندگی دارد. افراد دارای دلبستگی نایمن در مدیریت اضطراب و سایر هیجان‌های منفی ناتوان هستند (بشارت، ۲۰۱۰؛ لوئیس-مورارتی، دگنان، کرونیس-توسکانو، بین، هندرسون و همکاران^{۱۳}، ۲۰۱۵). نتایج پژوهش‌های پیشین (بشارت، شریفی و ایروانی، ۱۳۸۰؛ سیمون، پهودا، کونیل، نوتلسکا، پوتنام و همکاران^{۱۴}، ۲۰۰۷؛ کرامر و کلی^{۱۵}، ۲۰۱۰) نشان

گیلات، کارانتزاس، فریلی^۱، ۲۰۱۶؛ ویدوم، زاجا، کوزاکوفسکی و شوهان^۲، ۲۰۱۷). براساس پژوهش دیویس و مارتین^۳ (۲۰۱۳) کودکان راهبردهای خودتنظیمی خود را با کیفیت روابط خانوادگی مانند تعارضات بین‌فردی و تعامل‌ها سازگار می‌کنند و راهبردهای منحصر به فردی را برای حفظ احساس ایمنی در بستر روابط بین‌فردی و خانوادگی شکل می‌دهند. هیجان‌ها و تنظیم هیجان در خلال روابط دلبستگی ایجاد می‌شوند (سروف^۴، ۲۰۰۳). کودکان بزرگتر می‌توانند با توجه به شناختی که نسبت به پاسخ‌های رفتاری والدین پیدا کرده‌اند، رفتارهای دلبستگی خود را تنظیم کنند (گلدبرگ^۵، ۲۰۱۴). روابط دلبستگی کودک - مراقب و الگوهای تعامل مستقیماً بر رشد فرآیندهای ذهنی در کودکی اثر می‌گذارد. تجربه اعتماد کودک به دسترس‌پذیری جسمی و روانی مراقب اساس اکتشاف‌گری مستقل دنیای اطراف و حل مساله را فراهم می‌کند. دلبستگی نقش اساسی در شکل‌گیری ساختارهای مغزی و سازماندهی سیستم عصبی، رشد زبان، دستیابی به قابلیت عقلانی کامل، کسب وجدان و افزایش کفایت بازی می‌کند (هارت، ۲۰۰۸). پژوهش‌های مداوم نشان می‌دهند که احساس امنیت دلبستگی، در ارتباط با تجسم‌های ذهنی مثبت از دیگران، یک احساس ثبات خودکارآمدی و حرمت خود و اعتماد به راه‌های سودمند مقابله است که در مجموع سلامت روان و عملکرد روانی را، حتی در موقع استرس، تسهیل می‌کند (میکولینسر و شیور، ۲۰۰۷). کودکان با دلبستگی ایمن نسبت به کودکان نایمن، هیجان‌هایشان را بهتر تنظیم می‌کنند و از راهبردهای مقابله‌ای سازنده‌تری مثل حل مساله و جستجوی حمایت از دیگران استفاده می‌کنند (فینی و تراش^۶، ۲۰۱۰؛ میکولینسر و شیور، ۲۰۱۸). نقش مهم دلبستگی ایمن در شکل‌گیری سرمایه‌های روانشناختی مورد تأکید قرار گرفته است (دویوردانی و همکاران، ۲۰۱۴). در دلبستگی ایمن، مادر آرامش-بخشی و تسکین‌دهندگی اولیه را فراهم می‌کند و می‌تواند به صورت مشابه با مکانیسم‌های دفاعی من عمل کند و هیجان‌های ناخوشایند مانند اضطراب و درماندگی را کاهش دهد. وقتی هیجان‌های منفی توسط افراد تجربه می‌شوند، فرد در پی کاهش این

7. Sadock & Sadock
8. Du Rocher Schudlich, White, Fleischhauer & Fitzgerald
9. Beebe, Lachmann, Markese & Bahrck
10. O'Sullivan & Ryan
11. Crowell, Fraley & Shaver
12. Schimmenti & Bifulco
13. Lewis-Morrarty, Degan, Chronis-Tuscano, Pine & Henderson
14. Simeon, Yehuda, Cunill, Knutelska & Putnam
15. Kelly

1. Gillath, Karantzas & Fraley
2. Widom, Czaja, Kozakowski & Chauhan
3. Davies & Martin
4. Sroufe
5. Goldberg
6. Feeney & Thrush

مقیاس‌های ایمن، اجتنابی و دوسوگرا در مورد یک نمونه ۱۴۸۰ نفری از ۰/۸۳ تا ۰/۸۶، همسانی درونی مقیاس دلبستگی بزرگسال را تایید کرد. نتایج تحلیل عوامل نیز با تعیین سه عامل سبک دلبستگی ایمن، سبک دلبستگی اجتنابی و سبک دلبستگی دوسوگرا، روایی سازه^۲ مقیاس دلبستگی بزرگسال را مورد تایید قرار داد (بشارت، ۱۳۸۴، ۲۰۱۱).

پرسشنامه سبک‌های دفاعی^۳ (DSQ): پرسشنامه سبک‌های دفاعی (اندروز و همکاران، ۱۹۹۳)، یک ابزار ۴۰ سوالی است که در مقیاس ۹ درجه‌ای لیکرت (از کاملاً موافق تا کاملاً مخالف) بیست مکانیسم دفاعی را بر حسب سه سبک دفاعی رشد یافته، نورتیک و رشدنا یافته می‌سنجد. سبک دفاعی رشد یافته شامل مکانیسم‌های والایش^۴، شوخ طبعی^۵، پیش‌بینی^۶ و فرونشانی^۷ است. مکانیسم‌های مربوط به سبک دفاعی نورتیک عبارتند از: ابطال^۸، نوع‌دوستی کاذب^۹، آرمانی‌سازی^{۱۰} و واکنش متضاد^{۱۱}. سبک دفاعی رشدنا یافته نیز از دوازده مکانیسم دفاعی به این شرح تشکیل شده است: فرافکنی^{۱۲}، پرخاشگری نافع^{۱۳}، عملی‌سازی^{۱۴}، مجزاسازی^{۱۵}، نارزنده‌سازی^{۱۶}، خیال‌پردازی اوتیستیک^{۱۷}، انکار^{۱۸}، جابجایی^{۱۹}، تفرق^{۲۰}، دوپارگی^{۲۱}، دلیل تراشی^{۲۲} و بدنی‌سازی^{۲۳}. ضریب آلفای کرونباخ برای پرسش‌های هر یک از سبک‌های دفاعی رضایت‌بخش توصیف شده‌اند (اندروز و همکاران، ۱۹۹۳). ویژگی‌های روانسنجی نسخه فارسی پرسشنامه سبک‌های دفاعی در چندین پژوهش، که در خلال سال‌های

داده است که سبک دلبستگی ایمن با استفاده فرد از مکانیسم‌های دفاعی رشد یافته و سبک‌های دلبستگی نایمن با مکانیسم‌های دفاعی رشدنا یافته و نورتیک در موقعیت‌های استرس‌زا همراه است. همچنین لاکزکویک و همکاران (۲۰۱۸) در مطالعه خود به این نتیجه رسیدند که سبک‌های دلبستگی که مشخصه اصلی آن‌ها مدل‌های درون‌کاری مثبت از خود است پیش‌بین سطوح بالاتر مکانیسم‌های دفاعی رشد یافته هستند. به عبارتی سبک دلبستگی فرد نشان‌دهنده نوع مکانیسم دفاعی‌ای است که برای حفظ پایداری روانشناختی توسط فرد استفاده می‌شود. با توجه به آنچه گفته شد، هدف پژوهش حاضر، تعیین رابطه سبک‌های دلبستگی با مکانیسم‌های دفاعی بود.

روش

روش پژوهش از نوع همبستگی بود. جامعه آماری پژوهش حاضر دانشجویان دختر و پسر کارشناسی، کارشناسی ارشد و دکتری دانشگاه تهران بود. از بین این دانشجویان، ۴۰۰ نفر (۲۱۶ پسر، ۱۸۴ دختر) به روش نمونه‌گیری در دسترس انتخاب و به شرط نداشتن سابقه بیماری روانی یا بستری در بیمارستان و عدم استفاده از داروی روانپزشکی، با مقیاس دلبستگی بزرگسال (AAI) و پرسشنامه سبک‌های دفاعی (DSQ) مورد پرسش قرار گرفتند. برای کنترل اثر خستگی و ترتیب، پرسشنامه‌ها به دو صورت متفاوت تنظیم شد. میانگین سنی کل نمونه ۲۴/۳۲ سال، با انحراف استاندارد کل ۳/۶۳ و دامنه سنی بین ۱۸ تا ۴۱ سال بود؛ شامل ۱۸۴ دختر و ۲۱۶ پسر، که میانگین سن دختران ۲۵/۵۹ سال با انحراف استاندارد ۳/۴۵ و میانگین سن پسران ۲۳/۲۳ سال با انحراف استاندارد ۳/۴۳ بود. ابزارهای مورد استفاده در این پژوهش عبارت بودند از:

مقیاس دلبستگی بزرگسال^۱ (AAI): این مقیاس با استفاده از مواد آزمون دلبستگی هازن و شیور (۱۹۸۷) ساخته و در مورد نمونه‌های دانشجویی، دانش‌آموزی و جمعیت عمومی ایرانی هنجاریابی شده است (بشارت، ۱۳۸۴؛ ۲۰۱۱). این مقیاس با ۱۵ ماده، سه سبک دلبستگی ایمن، اجتنابی و دوسوگرا را در مقیاس ۵ درجه‌ای لیکرت (خیلی کم = ۱، کم = ۲، متوسط = ۳، زیاد = ۴، خیلی زیاد = ۵) می‌سنجد. حداقل و حداکثر نمره آزمودنی در زیرمقیاس‌های آزمون به ترتیب ۵ و ۲۵ خواهد بود. ضرایب آلفای کرونباخ پرسش‌های زیر

2. construct validity
3. Defense Styles Questionnaire
4. sublimation
5. humor
6. anticipation
7. suppression
8. undoing
9. psedu-altruism
10. idealisation
11. reaction formation
12. projection
13. passive-aggressive
14. acting-out
15. isolation
16. devaluation
17. autistic fantasy
18. denial
19. displacement
20. dissociation
21. splitting
22. rationalization
23. somatization

1. Adult Attachment Inventory

یافته‌ها

۱۳۷۸ تا ۱۳۸۵ در نمونه‌های بیمار ($n=423$) و بهنجار ($n=1397$) انجام شده‌اند، مورد بررسی و تایید قرار گرفته‌اند (بشارت، ۱۳۸۶، ۱۳۹۴؛ بشارت و همکاران، ۱۳۸۰).

یافته‌های توصیفی مربوط به میانگین و انحراف استاندارد اعضای نمونه در متغیرهای مورد مطالعه به تفکیک جنس در جدول ۱ گزارش شده است.

جدول ۱. میانگین و انحراف استاندارد سبک‌های دلبستگی، سبک‌های دفاعی و روان‌سازهای ناسازگار اولیه

متغیرها و شاخص‌ها	پسر	دختر	کل
	میانگین	انحراف استاندارد	میانگین
سن	۲۳/۲۳	۳/۴۳	۲۴/۳۲
دلبستگی ایمن	۱۳/۹۳	۳/۷۸	۱۴/۰۱
دلبستگی اجتنابی	۱۴/۹۶	۴/۳۱	۱۴/۴۳
دلبستگی دوسوگرا	۱۵/۴۲	۴/۲۰	۱۴/۶۹
مکانیسم‌های دفاعی رشدیافته	۳۷/۳۱	۱۴/۳۶	۳۸/۹۲
مکانیسم‌های دفاعی رشدنیافته	۱۱۰/۴۰	۳۴/۴۰	۱۰۹/۱۵
مکانیسم‌های دفاعی نوروتیک	۳۸/۲۷	۱۰/۸۸	۳۹/۱۰

ماتریس ضرایب همبستگی متغیرها در جدول ۲ نشان داده شده است. نتایج آزمون همبستگی نشان داد که سبک دلبستگی ایمن با مکانیسم‌های دفاعی رشدیافته و سبک‌های دلبستگی نایمن با مکانیسم‌های دفاعی نوروتیک و رشدنیافته رابطه مثبت معنادار

داشتند. همچنین سبک دلبستگی ایمن با مکانیسم‌های دفاعی نوروتیک و رشدنیافته رابطه منفی معنادار و سبک‌های دلبستگی نایمن با مکانیسم‌های دفاعی رشدیافته رابطه منفی معنادار داشتند.

جدول ۲. ماتریس ضرایب همبستگی متغیرهای پژوهش

متغیر	۱	۲	۳	۴	۵	۶
دلبستگی ایمن	۱					
دلبستگی اجتنابی	-.۰۶۷**	۱				
دلبستگی دوسوگرا	-.۰۴۱**	.۰۵۰**	۱			
مکانیسم‌های دفاعی رشدیافته	.۰۵۲**	-.۰۵۳**	-.۰۴۸**	۱		
مکانیسم‌های دفاعی رشدنیافته	-.۰۵۴**	.۰۵۴**	.۰۵۳**	-.۰۵۳**	۱	
مکانیسم‌های دفاعی نوروتیک	-.۰۲۶**	.۰۱۸**	.۰۲۲**	-.۰۱۶**	-.۰۶۲**	۱

**ضرایب در سطح معنادار $p < 0.01$ هستند.

*ضرایب در سطح معنادار $p < 0.05$ هستند.

بحث و نتیجه‌گیری

همچنین، مطابق با نظر فیتون (۲۰۱۲) و ویدوم و همکاران (۲۰۱۷) پیوند کودک با مراقب از وی در برابر ترس و اضطراب محافظت می‌کند، بدین صورت که مراقب به پایگاه امن برای کودک تبدیل می‌شود و کودک از طریق این پایگاه امن به اکتشاف در جهان پیرامون را می‌پردازد. و از این طریق توانایی حل مساله و قابلیت‌های شناختی را به دست می‌آورد. بنابراین، چنین کودکی از همان ابتدا جهان پیرامون خود را تهدیدآمیز و سرشار از اضطراب تلقی نمی‌کند و از این رو تجارب وی در موقعیت‌های مختلف مبتنی بر واقعیت بیرونی خواهد بود. در چنین حالتی، شکل‌گیری مکانیسم‌های دفاعی رشدیافته، قابل انتظار است زیرا این مکانیسم‌ها با تحریف اساسی واقعیت همراه نیستند و به فرد برای مدیریت هیجان‌های منفی کمک می‌کنند. به علاوه، سبک دلبستگی ایمن با مدل‌های درون‌کاری مثبت همراه است که فرد دیدگاه مثبتی به خود دارد و خود را فردی ارزشمند می‌داند که لایق احترام و دوست داشته شدن است. در این شرایط احساس کفایت، خودکارآمدی و حرمت خود فرد رشد می‌کند (میکولینسر و شیور، ۲۰۰۷؛ هارت، ۲۰۰۸). از این رو، در زمان‌های خطر و تهدید اطمینان لازم به توانایی‌های خود خواهد داشت و نیازی به استفاده از مکانیسم‌هایی که تحریف اساسی در واقعیت ایجاد می‌کنند وجود نخواهد داشت.

همچنین مطابق با نظر تامپسون و میر (۲۰۰۷) مراقبان حساس و پاسخگو با فراهم آوردن بستری که حمایت اجتماعی کافی را برای کودک فراهم می‌کند منجر به شکل‌گیری دلبستگی ایمن در وی می‌شوند. بدین صورت افراد با دلبستگی ایمن از راهبردهای مقابله‌ای کارآمدتری مانند دریافت حمایت از دیگران (میکولینسر و شیور، ۲۰۱۸) در شرایط استرس‌زا استفاده می‌کنند. دلبستگی ایمن، این امکان را به آن‌ها داده است که از کودکی، دامنه روابط بین‌فردی و اجتماعی (گیلات و همکاران، ۲۰۱۶) گسترده‌تری داشته باشند. بنابراین، وسعت شبکه اجتماعی و در نتیجه برخورداری از حمایت اجتماعی بالاتر در هنگام مواجهه با استرس‌های روزمره، برای افراد دارای دلبستگی ایمن این امکان را فراهم می‌آورد تا در هنگام مواجهه با استرس‌ها و هیجان‌های منفی شدید از حمایت اجتماعی برای غلبه بر تجارب هیجانی منفی خود استفاده کنند که نیاز آن‌ها به استفاده از مکانیسم‌های ناکارآمد را از بین می‌برد.

یافته‌های پژوهش حاضر نشان داد که بین سبک دلبستگی ایمن و مکانیسم‌های دفاعی رشدیافته رابطه مثبت معنادار و بین سبک دلبستگی ایمن و مکانیسم‌های دفاعی نوروپیک و رشدنیافته رابطه منفی معنادار وجود دارد. این یافته با نتایج پژوهش‌های پیشین (بشارت و خجوی، ۲۰۱۳؛ بشارت و همکاران، ۱۳۸۰؛ لاکزکویک و همکاران، ۲۰۱۸؛ میراندا و لوزا، ۲۰۱۵؛ هارت، ۲۰۱۴) همسو است و برحسب چند احتمال تبیین می‌شود. مطابق نظر سادوک و سادوک (۲۰۱۱) در دلبستگی ایمن، مادر منبع آرامش‌بخشی برای کودک است که عملکردی مشابه مکانیسم‌های دفاعی من دارد و باعث کاهش هیجان‌های ناخوشایند و درماندگی می‌شود. هنگامی که هیجان‌های منفی توسط فرد تجربه می‌شود، وی تلاش می‌کند تا این هیجان‌های منفی را به وسیله مکانیسم‌های دفاعی یا رفتارهای دلبستگی‌جویانه کاهش دهد. اگرچه در سنین بالاتر کودکان ظاهراً مستقل از نگاره‌های دلبستگی رفتار می‌کنند، اما سبک‌های دلبستگی اولیه آن‌ها در تمامی موقعیت‌ها بر الگوهای رفتاری آن‌ها تاثیر می‌گذارد (گلدبرگ، ۲۰۱۴). در واقع وقتی فرد بازنمایی مناسبی از نگاره‌های دلبستگی خود در دوران کودکی ندارد پس در زمان تجربه هیجان‌های منفی به استفاده از مکانیسم‌های دفاعی تحریف‌آمیزی روی می‌آورد که درماندگی را کاهش دهند. بر اساس نظر سیوکا و همکاران (۲۰۱۷) سبک‌های دلبستگی و مکانیسم‌های دفاعی از دوران کودکی به موازات هم رشد می‌کنند. به میزانی که نگاره دلبستگی در دسترس و پاسخگو باشد ایمنی دلبستگی افزایش می‌یابد و فرد در زمان احساس خطر و تهدید به پایگاه امن تکیه می‌کند و در این شرایط فرصت مناسبی برای رشدیافتگی دفاع‌ها در بستر روابط ایمن به دست می‌دهد. هماهنگی مناسب مادر با کودک در شرایط استرس‌زا خودتنظیمی هیجانی کودک را بهبود می‌بخشد و کودک در تنظیم درماندگی‌ها و هیجان‌های منفی توانمند می‌شود (برنیر و همکاران، ۲۰۱۲؛ پورتر، ۲۰۰۳؛ ایکاس و همکاران، ۲۰۱۱؛ ایزنبرگ و همکاران، ۲۰۱۰). در چنین حالتی، شکل‌گیری مکانیسم‌های دفاعی رشدیافته، قابل انتظار است. پس فرد در زمان مواجهه با مشکلات و استرس از مکانیسم‌های دفاعی رشدیافته استفاده می‌کند.

روابط اجتماعی کارآمد در دوران کودکی توانایی لازم در کسب حمایت اجتماعی را به دست نیاورده‌اند (بروماریو و کرنز، ۲۰۰۸؛ فینی و تراش، ۲۰۱۰؛ گیلان و همکاران، ۲۰۱۶). از این رو در زمان‌های استرس‌زا هیجان‌های منفی شدیدی را تجربه می‌کنند که برای کاهش تجربه این هیجان‌های منفی و مقابله با احساس ناایمنی مجبور به استفاده از مکانیسم‌های دفاعی رشدنیافته و نوروپیک به عنوان سبک‌های مقابله‌ای ناکارآمد می‌شوند تا درد و رنج ناشی از طرد شدن و عدم پذیرش هیجان‌هایشان را از جانب مراقبان احساس نکنند.

مطابق نظر دیویس و مارتین (۲۰۱۳) کودکان راهبردهای خودتنظیمی خود را با کیفیت روابط خانوادگی سازگار می‌کنند و راهبردهای منحصربه‌فردی برای حفظ احساس امنیت خود شکل می‌دهند. به عبارتی هیجان‌ها و تنظیم هیجان در خلال روابط دلبستگی شکل می‌گیرد (سروف، ۲۰۰۳). مشکلات تنظیم هیجان با سبک‌های دلبستگی ناایمن همراه هستند (لاکزکویک و همکاران، ۲۰۱۸). افراد ناایمن در مدیریت هیجان‌های منفی خود ناتوان هستند که منجر به تشدید اضطراب و ناایمنی می‌شود (لوئیس و همکاران، ۲۰۱۵). آن‌ها در بیان حالات هیجانی خود یا اغراق می‌کنند و یا آن‌ها را سرکوب می‌کنند و در نهایت هم در تنظیم هیجان‌های منفی خود شکست می‌خورند که منجر به تجربه‌های دردناک هیجانی می‌شود و احساس ایمنی دلبستگی را تهدید می‌کند. در این شرایط است که شکل‌گیری مکانیسم‌های دفاعی رشدیافته بازداری می‌شود.

بر اساس نظر گلدبرگ (۲۰۱۴) با افزایش سن کودکان یاد می‌گیرند که با توجه به شناختی که از پاسخ‌های رفتاری والدین پیدا کرده‌اند رفتارهای دلبستگی خود را تنظیم کنند تا میزان مجاورت و اکتشاف‌گری به تعادل برسد. همچنین آن‌ها راهبردهای مقابله‌ای خود را با کیفیت تعامل‌های بین‌فردی و خانوادگی خود وفق می‌دهند تا اطمینان حاصل کنند که حمایت و مجاورت مراقب خود را از دست نمی‌دهند (لیندبلوم و همکاران، ۲۰۱۶). به علاوه، سبک دلبستگی افراد مبانی شناختی و راهبردهای مقابله‌ای آن‌ها را شکل می‌دهد (شیور و همکاران، ۲۰۰۵) و افراد با دلبستگی ناایمن رشد روانی و شناختی بهینه‌ای را در دوران رشد خود به دست نیاورده‌اند (برنیر و همکاران، ۲۰۱۲). بدین ترتیب توانایی حل مساله به عنوان راهبرد مقابله-

یافته‌های پژوهش نشان داد که بین سبک‌های دلبستگی ناایمن و مکانیسم‌های دفاعی رشدیافته رابطه منفی معنادار و بین سبک‌های دلبستگی ناایمن و مکانیسم‌های دفاعی نوروپیک و رشدنیافته رابطه مثبت معنادار وجود دارد. این یافته همسو با نتایج پژوهش‌های پیشین (بشارت و خجوی، ۲۰۱۳؛ بشارت و همکاران، ۱۳۸۰؛ لاکزکویک و همکاران، ۲۰۱۸؛ میراندا و لوزا، ۲۰۱۵؛ هارت، ۲۰۱۴) است که نشان داده‌اند سبک‌های دلبستگی ناایمن با دفاع‌های رشدنیافته در حوزه‌های سلامت روان و روابط اجتماعی ارتباط دارند. در تبیین این یافته می‌توان گفت که سبک دلبستگی ناایمن زمانی شکل می‌گیرد که مراقبان از کودک غفلت می‌کنند، درماندگی وی را نارزنده‌سازی می‌کنند و نسبت به نیازهای دلبستگی وی حساس نیستند که این شرایط منجر به شکل‌گیری مدل‌های درونکاری منفی می‌شود (لبرکس و همکاران، ۲۰۱۷). مدل‌های درونکاری منفی باعث می‌شوند که فرد دیدگاهی منفی نسبت به خود داشته باشد و خود را به عنوان فردی بشناسد که ارزش دوست داشته شدن و حمایت ندارد. در این شرایط احساس کفایت و حرمت خود فرد رشد نمی‌کند (لاکزکویک و همکاران، ۲۰۱۸). از آنجایی که مکانیسم‌های دفاعی به وسیله تحریف شناختی و محدود کردن تجارب هشیار هیجان‌های منفی احساس امنیت روانی را حفظ می‌کنند (هارت، ۲۰۱۴)، در موقعیت‌های استرس‌زا شکل‌گیری مکانیسم‌های دفاعی با تحریف‌آمیزی بالا قابل انتظار است.

همچنین، رفتار جستجوگرانه و اکتشاف‌گری محدود افراد با دلبستگی ناایمن (گلدبرگ، ۲۰۱۴) باعث ناسازگاری آن‌ها در موقعیت‌های اجتماعی می‌شود. در واقع افراد ناایمن به این نتیجه می‌رسند که در زمان‌های نیاز منبع اتکایی وجود ندارد که بتوانند به آن اعتماد کنند. از آنجایی که کودک نمی‌تواند با تکیه بر دلبستگی ایمن با مراقب خود، به حس امنیت و اعتماد دست یابد، به صورت ناهشیار به سبک دفاعی بسیار تحریف‌آمیز شامل رشد نیافته و نوروپیک روی می‌آورد. کودکان ناایمن از غیر قابل پیش‌بینی بودن نگاره دلبستگی و رهاسدن می‌ترسند (والبرگ و چپاراملو، ۲۰۱۵) پس تعارض بیشتری را تجربه می‌کنند. اسنادهای دلبستگی افراد ناایمن، ناایمنی آن‌ها را تشدید می‌کند و اضطراب را افزایش می‌دهد (اوسالیوان و همکاران، ۲۰۰۹؛ کروئل و همکاران، ۲۰۰۸). همچنین، به دلیل نداشتن

تشکر و قدردانی

از همه دانشجویانی که داوطلبانه به عنوان آزمودنی در این پژوهش شرکت کردند، تشکر و قدردانی می‌شود.

منابع

- بشارت، م. ع. (۱۳۸۴). هنجاریابی مقیاس دلبستگی بزرگسال. گزارش پژوهشی، دانشگاه تهران.
- بشارت، م. ع. (۱۳۸۵الف). تبیین اختلال‌های شخصیت بر اساس نظریه دلبستگی. روانشناسی معاصر، ۹، ۴۸-۴۱.
- بشارت، م. ع. (۱۳۸۶). بررسی ویژگی‌های روانسنجی پرسشنامه سبک‌های دفاعی. گزارش پژوهشی، دانشگاه تهران.
- بشارت، م. ع. (۱۳۹۰). بررسی پایایی، روایی و تحلیل عاملی پرسشنامه سبک‌های دفاعی. روانشناسی معاصر، ۱۲، زیر چاپ.
- بشارت، م. ع. (۱۳۹۱). مبانی درمانی نظریه دلبستگی. فصلنامه رویش روانشناسی، ۱، ۳۸-۱۵.
- بشارت، م. ع. (۱۳۹۲ب). مقیاس دلبستگی بزرگسال: شیوه اجرا و کلید نمره گذاری. روانشناسی تحولی (روانشناسان ایرانی)، ۳۵، ۳۱۷-۳۲۰.
- بشارت، م. ع.، شریفی، م. و ایروانی، م. (۱۳۸۰). بررسی رابطه سبک‌های دلبستگی و مکانیسم‌های دفاعی. مجله روانشناسی، ۵، ۲۸۹-۲۷۷.

- Beebe, B., Lachmann, F. M., Markese, S., Buck, K. A., Bahrack, L. E., Chen, H., ... & Jaffe, J. (2012). On the origins of disorganized attachment and internal working models: Paper II. An empirical microanalysis of 4-month mother-infant interaction. *Psychoanalytic Dialogues*, 22, 352-374.
- Berlin, H. A., & Montgomery, J. (2017). Neural basis of intra psychic and unconscious conflict and repetition compulsion in *Psychoanalytic Perspectives on Conflict*, eds Christian, C., Eagle, N. M., & Wolitzky, L. D. New York, NY: Routledge, 260-278.
- Bernier, A., Carlson, S. M., Deschênes, M., & Matte-Gagné, C. (2012). Social factors in the development of early executive functioning: A closer look at the caregiving environment. *Developmental Science*, 15, 12-24.

ای کارآمد (فینی و تراش، ۲۰۱۰) در زمان بروز مشکل در افراد با دلبستگی ناایمن به کار نخواهد رفت. از این رو این افراد برای سرکوب ناراحتی‌ها و رنج روانی موجود از مکانیسم‌های دفاعی نوروتیک و رشدنایافته استفاده می‌کنند.

یافته‌های این پژوهش پیامدهای نظری و عملی مهمی دارد. در سطح نظری، نتایج پژوهش کنونی می‌تواند به افزایش دانش نظری در مورد اثرات منفی و مثبت بلندمدت سبک‌های دلبستگی بر سلامت روانی کمک کند. در واقع، این پژوهش در راستای پیشینه نظری و پژوهشی، مبین نقش مهم کیفیت روابط دلبستگی در سال‌های اولیه، در فرآیندهای بلندمدت شناختی و ناهشیار در سراسر عمر بود. در سطح پیامدهای عملی، یافته‌های پژوهش حاضر می‌تواند اهمیت مداخله در بهبود سبک‌های دلبستگی برای مداخلات پیشگیرانه را نشان دهند. در واقع، یافته‌های این پژوهش به طور ضمنی نشان می‌دهد که بسیاری از آسیب‌های روانشناختی دوره بزرگسالی می‌توانند با جلوگیری از ایجاد سبک‌های دلبستگی ناایمن در دوره کودکی، پیشگیری شوند. بر این اساس، کمک به شکل‌گیری دلبستگی ایمن در سال‌های کودکی، می‌تواند در حکم نوعی واکنش‌یابی روانی در برابر بسیاری از آسیب‌ها همچون سبک‌های دفاعی ناسازگار که مشخص‌کننده اختلالات روانی هستند، باشد. از این رو یافته‌های پژوهش حاضر می‌تواند مبنای تجربی مناسب برای تدوین برنامه‌های آموزشی و بهداشتی جزئی و کلان در چهارچوب روابط مادر-کودک، برنامه‌های مداخله و درمان مبتنی بر سبک‌های دلبستگی قرار گیرد.

جامعه آماری پژوهش و نوع پژوهش، محدودیت‌هایی را در زمینه تعمیم یافته‌ها، تفسیرها و اسنادهای علت‌شناختی متغیرهای مورد بررسی مطرح می‌کند که باید در نظر گرفته شوند. نمونه مورد بررسی در این پژوهش یک نمونه دانشجویی بود بنابراین در تعمیم نتایج به سایر جمعیت‌ها باید احتیاط شود. از سوی دیگر، پژوهش حاضر از نوع همبستگی است و این امر برقراری اسنادهای علت‌شناختی بین متغیرهای پژوهش را ناممکن می‌سازد و لزوم تکرار پژوهش‌های بیشتری در این حوزه و نیز انجام پژوهش‌های مداخله‌محور را برای تایید روابط به دست آمده، ضروری می‌سازد.

- applications. New York, Guilford Press, 599-634.
- Davies, P. T., & Martin, M. J. (2013). The reformulation of emotional security theory: The role of children's social defense in developmental psychopathology. *Development and Psychopathology*, 25, 1435-1454.
- Drapeau, M., Thompson, K., Petraglia, J., Thygesen, K. L., & Lecours, S. (2011). Defense mechanisms and gender: An examination of two models of defensive functioning derived from the Defense Style Questionnaire. *International Journal of Psychology and Psychological Therapy*, 11, 149-155.
- Du Rocher Schudlich, T. D., White, C. R., Fleischhauer, E. A., & Fitzgerald, K. A. (2011). Observed infant reactions during live interparental conflict. *Journal of Marriage and Family*, 73, 221-235.
- Dykas, M. J., & Cassidy, J. (2011). Attachment and the processing of social information across the life span: theory and evidence. *Psychological Bulletin*, 137, 19-46.
- Dwiwardani, C., Hill, P. C., Bollinger, R. A., Marks, L. E., Steele, J. A., Doolin, H. N., ... & Davis, D. E. (2014). Virtues Develop From a Secure Base: Attachment and Resilience as Predictors of Humility, Gratitude, and Forgiveness. *Journal of Psychology & Theology*, 42, 83-90.
- Eisenberg, N., Spinrad, T. L., & Eggum, N. D. (2010). Emotion-related self-regulation and its relation to children's maladjustment. *Annual review of clinical psychology*, 6, 495-525.
- Ekas, N. V., Braungart-Rieker, J. M., Lickenbrock, D. M., Zentall, S. R., & Maxwell, S. M. (2011). Toddler emotion regulation with mothers and fathers: Temporal associations between negative affect and behavioral strategies. *Infancy*, 16, 266-294.
- Feeney, B. C., & Thrush, R. L. (2010). Relationship influences on exploration in adulthood: the characteristics and function of a secure base. *Journal of Personality and Social Psychology*, 98, 57-76.
- Fonagy, P. (2018). *Attachment theory and psychoanalysis*. Routledge.
- Finzi-Dottan, R., & Karu, T. (2006). From Emotional Abuse in Childhood to Psychopathology in Adulthood. *The Journal of Nervous and Mental Disease*, 194, 616-621.
- Besharat, M. A. (2010). Relationship of alexithymia with coping styles and interpersonal problems. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 5, 614-618.
- Besharat, M. A., & Shahidi, S. (2011). What is the relationship between alexithymia and ego defense styles? A correlational study with Iranian students. *Asian Journal of Psychiatry*, 4, 145-149.
- Besharat, M. A., & Khajavi, Z. (2013). The relationship between attachment styles and alexithymia: Mediating role of defense mechanisms. *Asian Journal of Psychiatry*, 6, 571-576.
- Bowlby, J. (1969). Attachment and loss (Vol. 1), Attachment. New York: Basic Books.
- Bretherton, I., & Munholland, K. A. (2008). *Internal working models in attachment relationships: Elaborating a central construct in attachment theory*. In J. Cassidy & P. R. Shaver (Eds.), *Handbook of attachment: Theory, research, and clinical applications*. New York, Guilford Press. 102-127.
- Brumariu, L. E., & Kerns, K. A. (2008). Mother-child attachment and social anxiety symptoms in middle childhood. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 29, 393-402.
- Cassidy, J., & Berlin, L. J. (1994). The insecure/ambivalent pattern of attachment: Theory and Research. *Child Development*, 65, 971-991.
- Ciocca, G., Tuziak, B., Limoncin, E., Mollaioli, D., Capuano, N., Martini, A., ... & Siracusano, A. (2015). Psychoticism, immature defense mechanisms and a fearful attachment style are associated with a higher homophobic attitude. *The Journal of Sexual Medicine*, 12, 1953-1960.
- Cramer, P. (2012). *Understanding defense mechanisms*. New York: Guilford Press.
- Cramer, P. (2015). IQ and defense mechanisms assessed with the TAT. *Journal of the International Society for the Rorschach*, 36, 40-57.
- Cramer, P., & Kelly, F. D. (2010). Attachment style and defense mechanisms in parents who abuse their children. *The Journal of Nervous and Mental Disease*, 198(9), 619-627.
- Crowell, J. A., Fraley, R. C., & Shaver, P. R. (2008). *Measurement of individual differences in adolescent and adult attachment*. In J. Cassidy & P. R. Shaver (Eds.), *Handbook of attachment: Theory, research, and clinical*

- insecure attachment on adolescent mental health. *Current Psychology*, 1-9.
- Leerkes, E. M., Su, J., Calkins, S.D., O'Brien, M., & Supple, A. J. (2017). Maternal physiological dysregulation while parenting poses risk for infant attachment disorganization and behavior problems. *Development and Psychopathology*, 29, 245-257.
- Lewis-Morrarty, E., Degnan, K. A., Chronis-Tuscano, A., Pine, D. S., Henderson, H. A., & Fox, N. A. (2015). Infant attachment security and early childhood behavioral inhibition interact to predict adolescent social anxiety symptoms. *Child Development*, 86, 598-613.
- Lindblom, J., Punamäki, R. L., Flykt, M., Vänskä, M., Nummi, T., Sinkkonen, J., ... & Tulppala, M. (2016). Early family relationships predict children's emotion regulation and defense mechanisms. *SAGE Open*, 6, 1-18.
- Malone, J. C., Cohen, S., Liu, S. R., Vaillant, G. E., & Waldinger, R. J. (2013). Adaptive midlife defense mechanisms and late-life health. *Personality and Individual Differences*, 55, 85-89.
- Mikulincer, M., & Shaver, P. R. (2007). Boosting attachment security to promote mental health, prosocial values, and inter-group tolerance. *Psychological Inquiry*, 18, 139-156.
- Mikulincer, M., & Shaver, P. R. (2018). Attachment orientations and emotion regulation. *Current Opinion in Psychology*, 25, 6-10.
- Miranda, B., & Louzã, M. R. (2015). The physician's quality of life: Relationship with ego defense mechanisms and object relations. *Comprehensive Psychiatry*, 63, 22-29.
- Moutsiana, C., Johnstone, T., Murray, L., Fearon, P., Cooper, P. J., Pliatsikas, C., ... & Halligan, S. L. (2015). Insecure attachment during infancy predicts greater amygdala volumes in early adulthood. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 56, 540-548.
- Nevarez, M. D., Morrill, M. I., & Waldinger, R. J. (2018). Thriving in midlife: The roles of childhood nurturance and adult defense mechanisms. *Journal of Research in Personality*, 74, 35-41.
- O'Sullivan, L., & Ryan, V. (2009). Therapeutic limits from an attachment perspective. *Clinical Child Psychology and Psychiatry*, 14, 215-235.
- Fitton, V. A. (2012). Attachment theory: History, research, and practice. *Psychoanalytic Social Work*, 19, 121-143.
- Gana, K., & K'Delant, P. (2011). The effects of temperament, character, and defense mechanisms on grief severity among the elderly. *Journal of Affective Disorders*, 128, 128-134.
- Gillath, O., Karantzas, G. C., & Fraley, R. C. (2016). *Adult attachment: A concise introduction to theory and research*. Academic Press.
- Goldberg, S. (2014). *Attachment and development*. New York: Routledge.
- Granieri, A., La Marca, L., Mannino, G., Giunta, S., Guglielmucci, F., & Schimmenti, A. (2017). The relationship between defense patterns and DSM-5 maladaptive personality domains. *Frontiers in Psychology*, 8, 43-48.
- Hart, J. (2014). Toward an integrative theory of psychological defense. *Perspectives on Psychological Science*, 9, 19-39.
- Hart, S. (2008). *Brain, attachment, personality: An introduction to neuroaffective development*. Karnac books.
- Holloway, K., Bhullar, N., & Schutte, N. S. (2017). A latent profile analysis of dispositional hope and defense styles. *Personality and Individual Differences*, 114, 151-154.
- Hyphantis, T., Goulia, P., & Carvalho, A. F. (2013). Personality traits, defense mechanisms and hostility features associated with somatic symptom severity in both health and disease. *Journal of Psychosomatic Research*, 75, 362-369.
- Jun, J. Y., Lee, Y. G., Lee, S., Yoo, S. Y., Song, J., & Kim, S. J. (2015). Association between defense mechanisms and psychiatric symptoms in North Korean refugees. *Comprehensive Psychiatry*, 56, 179-187.
- Kipper, L., Blaya, C., Teruchkin, B., Heldt, E., Isolan, L., Mezzomo, K., ... & Manfro, G. G. (2005). Evaluation of defense mechanisms in adult patients with panic disorder: before and after treatment. *The Journal of nervous and mental disease*, 193, 619-624.
- Kottler, J. (2017). *On being a therapist*. Oxford University Press.
- Laczkovics, C., Fonzo, G., Bendixsen, B., Shpigel, E., Lee, I., Skala, K., ... & Huemer, J. (2018). Defense mechanism is predicted by attachment and mediates the maladaptive influence of

- adjustment. *Archives of General Psychiatry*, 33, 535-545.
- Vaillant, G. E. (2000). Adaptive mental mechanisms: Their role in a positive psychology. *American Psychologist*, 55, 89-98.
- Vaillant, G. E. (2012). Positive mental health: is there a cross-cultural definition?. *World Psychiatry*, 11, 93-99.
- Walburg, V., & Chiaramello, S. (2015). Link between early maladaptive schemas and defense mechanisms. *Revue Européenne de Psychologie Appliquée/European Review of Applied Psychology*, 65, 221-226.
- Widom, C. S., Czaja, S. J., Kozakowski, S. S., & Chauhan, P. (2017). Does adult attachment style mediate the relationship between childhood maltreatment and mental and physical health outcomes?. *Child Abuse & Neglect*, 76, 533-545.
- Zilcha-Mano, S., Mikulincer, M., & Shaver, P. R. (2011). An attachment perspective on human-pet relationships: Conceptualization and assessment of pet attachment orientations. *Journal of Research in Personality*, 45, 345-357.
- Porter, L. L. (2003). The science of attachment: The biological roots of love. *Mothering Magazine*, 119, 1-11.
- Puhalla, A. A., McCloskey, M. S., Brickman, L. J., Fauber, R., & Coccaro, E. F. (2016). Defense styles in Intermittent Explosive Disorder. *Psychiatry Research*, 238, 137-142.
- Ravitz, P., Maunder, R., Hunter, J., Sthankiya, B., & Lancee, W. (2010). Adult attachment measures: A 25-year review. *Journal of Psychosomatic Research*, 69, 419-432.
- Ribadier, A., & Varescon, I. (2017). Study of defense styles, defenses and coping strategies in alcohol-dependent population. *L'Encephale*, 43, 223-228.
- Sadock, B. J., & Sadock, V. A. (2011). *Kaplan and Sadock's synopsis of psychiatry: Behavioral Sciences/Clinical Psychiatry*: Lippincott Williams & Wilkins.
- Sala, M. N., Testa, S., Pons, F., & Molina, P. (2015). Emotion regulation and defense mechanisms. *Journal of Individual Differences*, 36, 19-29.
- Schimmenti, A., & Bifulco, A. (2015). Linking lack of care in childhood to anxiety disorders in emerging adulthood: the role of attachment styles. *Child and Adolescent Mental Health*, 20, 41-48.
- Smith, T. W., & Spiro III, A. (2002). Personality, health, and aging: Prolegomenon for the next generation. *Journal of Research in Personality*, 36, 363-394.
- Simeon, D., Yehuda, R., Cunill, R., Knutelska, M., Putnam, F. W., & Smith, L. M. (2007). Factors associated with resilience in healthy adults. *Psycho Neuroendocrinology*, 32, 1149-1152
- Sroufe, J. W. (2003). Applications of attachment theory to the treatment of latency age children. *Attachment Theory and the Psychoanalytic Process*, 21, 204-226.
- Strandholm, T. L., Kiviruusu, O., Karlsson, L., Miettunen, J., & Marttunen, M. (2016). Defense mechanisms in adolescence as predictors of adult. *Journal of Nervous & Mental Disease*, 204, 349-354.
- Thompson, R. A., & Meyer, S. (2007). *Socialization of emotion regulation in the family Handbook of emotion regulation*. Nueva York, The Guilford Press. 249-268.
- Vaillant, G. E. (1976). Natural history of male psychological health: V. the relation of choice of ego mechanisms of defense to adult