

مروری بر رابطه بین سبک‌های دل‌بستگی و اضطراب جدایی

زهرا فردی*^۱، ثنا اصلانی^۲

۱. دانشجوی کارشناسی راهنمایی و مشاوره، دانشگاه فرهنگیان، پردیس فاطمه الزهرا، ایران (نویسنده مسئول).

۲. دانشجوی کارشناسی راهنمایی و مشاوره، دانشگاه فرهنگیان پردیس فاطمه الزهرا، ایران.

فصلنامه راهبردهای نو در روان‌شناسی و علوم تربیتی، دوره هفتم، شماره بیست و ششم، تابستان ۱۴۰۴، صفحات ۱۶۴-۱۵۵

چکیده

بدون شک نظریه دل‌بستگی یکی از برجسته‌ترین و مهم‌ترین دستاوردهای روانشناسی معاصر و الگوی مناسبی برای شناخت روش‌های سازش یافته و سازش نیافته است که افراد از طریق آن‌ها با چالش‌های تحولی متعدد زندگی مواجه می‌شوند. اساس نظریه دل‌بستگی ارتباط اولیه و ایمن مادر-کودک است که لازمه تحول سالم و ارتباط اجتماعی مناسب است و از آنجایی که سبک‌های سه‌گانه دل‌بستگی پیش‌بینی کننده مهمی برای بهداشت روانی هستند، هدف پژوهش حاضر بررسی رابطه سبک‌های سه‌گانه دل‌بستگی با اضطراب جدایی است و نتایج مرور پژوهش‌ها حاکی از این است که سبک‌های سه‌گانه دل‌بستگی، احساس اضطراب و رفتار مضطربانه مادر و فرزندپروری در اضطراب جدایی اثرگذار است.

واژگان کلیدی: نظریه دل‌بستگی، سبک‌های دل‌بستگی، اضطراب جدایی.

مقدمه

اضطراب به منزله بخشی از زندگی هر انسان، در همه افراد در حدی اعتدال آمیز وجود دارد و در این حد به عنوان پاسخی سازش یافته تلقی می شود به گونه ای که می توان گفت: بدون آن، همه ما با مشکلات و خطرات قابل ملاحظه ای مواجه خواهیم شد. در مقابل اضطراب مرضی نیز وجود دارد. اگر اضطراب جنبه مزمن و مداوم پیدا کند در این صورت نمی توان آن را پاسخی سازش یافته دانست، بلکه باید آن را به منزله منبع شکست، سازش نیافتگی و استیصال گسترده ای تلقی کرد که فرد را از بخش عمده ای از توانایی ها و امکاناتش محروم می کند و طیف گسترده ای از اختلالات اضطرابی و بدنی تا ترس های غیرموجه و وحشت زدگی ها را به وجود آورد. مشکلات اضطرابی شامل اختلال اضطراب فراگیر، اضطراب اجتماعی و هراس ها، اضطراب جدایی و اختلال استرس پس از سانحه، رایج ترین اختلال های سلامت روان در کودکان به شمار می روند. در این بین، اختلال اضطراب جدایی رایج ترین اختلال اضطراب دوران کودکی است که به طور متوسط در سن هفت سالگی ظاهر می شود. برخی از اضطراب ها در دوران کودکی معمول بوده و قابل پذیرش است، همین امر تشخیص سطوح اضطراب را مشکل می سازد. اضطراب جدایی به صورت تحولی برای نوزادان و کودکان نوپا به هنجار محسوب می شود، اما این امر زمانی می تواند تشخیص اختلال دریافت نماید که به دوران بعد از کودکی ادامه یابد. موسسه ملی سلامت اختلال اضطراب جدایی را تجربیات ترس شدید، توان فرسا و افراطی می داند که با سطح تحولی کودک تناسب ندارد و زمانی اتفاق می افتد که کودک از مراقب خود جدا می شود (میر صادقی و همکاران، ۱۳۹۷).

آنچه که تمایز بین اضطراب سالم و اضطراب غیر انطباقی را مشخص می سازد نسبتاً ذهنی است و از کودکی به کودک دیگر و از موقعیتی به موقعیت دیگر متفاوت است. تجربه احساس های اضطرابی، بخشی لازم در فرایند رشد می باشد که منجر به تغییر از یک نوزاد وابسته که نسبتاً از خطرها ناآگاه است به سوی بزرگسالی توانا در حمایت از خود و واکنش های متناسب با موقعیت های خطرناک می شود. پژوهشگران تأکید بسیاری بر تأثیر روابط دلبستگی دوران کودکی و شیوه مراقبت کودکی بر رشد اضطراب و خط سیر تحولی اختلال های اضطرابی داشته اند. نوزادان دلبسته مضطرب به طور مستمر از تنها ماندن می ترسند، زیرا مراقبت کننده آن ها قابل اطمینان در ارضاء نیازهای آنان نیست. اضطراب کودک در رابطه با مادر متأثر از رفتار مادرانه، حساسیت و پاسخ دهی وی و شیوه ابراز هیجان ها در وی می باشد؛ بنابراین نظریه دلبستگی، نظریه ای فرایندی است و اختلال های دلبستگی را ناشی از وجود یک تجربه خاص به تنهایی در گذشته نمی داند. این موضوع وقتی اهمیت و گستردگی خود را نمایان می سازد که به یاد می آوریم، این کودکان والدین آینده می باشند و خود نیز بر اساس واکنش های هیجانی به کودکان خود، احتمالاً در آنان اختلال دلبستگی ایجاد می کنند. رفتار مادرانه و واکنش های مادر تحت تأثیر سبک دلبستگی وی قرار می گیرد؛ بنابراین بررسی رابطه سبک دلبستگی مادر با اختلال های دلبستگی کودک موضوعی بسیار مهم است (ذوالفقاری مطلق و همکاران، ۱۳۸۶).

سبک دلبستگی می تواند نحوه برخورد فرد را با مشکلاتی که در جنبه های مختلف زندگی از قبیل تحصیل، مسائل عاطفی، مسائل شغلی و یا غیره ایجاد می شود را مشخص کند و همچنین واکنش ها و عکس العمل های او را در برابر معضلات اجتماعی و ناکامی ها و شیوه نگرش را نسبت به مسائل و... را تعیین کند. در زمینه انواع دلبستگی سه سبک دلبستگی توصیف شده است که

عبارتنداز: دلبسته ایمن، دلبسته ناایمن اجتنابی و دلبسته ناایمن اضطرابی-دوسوگرا (دمیرچی، بیگ زاده و عبادی راد، ۱۳۹۷). دلبستگی از راه حفظ نزدیکی نوزاد به مادر، سلامتی و امنیت وی را تضمین می‌کند به همین دلیل است که بالبی^۱ پیوند دلبستگی را در کودک انسان یک نیاز اولیه و اساسی می‌داند. به بیان دیگر، همه انسان‌ها تحت تأثیر پیوندهای دلبستگی خود قرار دارند، اما اینکه این تأثیرات مثبت یا منفی، سالم یا بیماری‌زا باشند، به کیفیت پیوند دلبستگی در یک رابطه خاص وابسته است. بالبی تصریح می‌کند که یک پیوند دلبستگی اختصاصی و قطع نشده با یک شخص خاص لازمه تحول سالم و غیر مرضی فرد است و تجربه ایمنی در کودک پایه و زیربنای کنش وری سالم روانی و ذهنی است. از سوی دیگر، یک رابطه دلبستگی ناایمن در نهایت، منجر به شخصیتی می‌شود که مشخصه آن بی‌اعتمادی، شکنندگی و مشکلاتی در زمینه‌های مربوط به همدردی با دیگران، حساسیت، خشنودی و ارضاء هیجانی در روابط عاطفی نزدیک می‌باشد (مظاهری، ۱۳۷۶؛ به نقل از سروقد و همکاران، ۱۳۹۱).

به عقیده بالبی هنگامی که منابع دلبستگی اولیه اطمینان‌بخش نیستند، کودک مراقب خود را بی‌عاطفه می‌بیند و نیازهایش توسط وی برطرف نمی‌شود، الگوهای درونی منفی‌ای نسبت به خود و دیگران ایجاد می‌کند، عواطف و برداشتهای منفی را افزایش می‌دهد، نسبت به تعامل با دیگران و اجتماع دید منفی پیدا می‌کند و در موقعیت‌های اجتماعی اضطراب بیشتری را تجربه می‌کند. لذا، سبک‌های دلبستگی نقش مهمی در الگوهای ارتباطی سالم، سلامت روان‌شناختی و میزان آسیب‌پذیری در برابر آسیب‌های روانی دارند. به طوری که حتی به نظر می‌رسد تمام اختلال‌های اضطرابی با سبک دلبستگی مرتبط باشند (زارعی بیدسکان، ۱۴۰۱).

تنیدگی همواره یکی از مهم‌ترین جنبه‌های زندگی آدمی بوده است. از آنجاکه انسان و جهان پدیده و مادی به شمار می‌روند و محدودیت یکی از ضروریات ماده است، بنابراین همواره در معرض شرایط ناخوشایند و ناکام ساز قرار داریم. محدوده اختلال اضطرابی به‌ویژه اختلال اضطرابی در میان کودکان و نوجوانان بسیار شایع است. به گونه‌ای که برخی مطالعات میزان شیوع اختلال اضطراب جدایی را تا ۴۲ درصد نیز گزارش کرده‌اند. بیشتر اوقات اضطراب صرفاً یک اختلال و گرفتاری است، اما در مواقعی می‌تواند زندگی فرد را فلج کند و اجازه نمی‌دهد آن‌گونه که می‌خواهد زندگی کند، اما می‌توان امیدوار بود که واقعیت‌هایی وجود دارد مبنی بر اینکه شخص می‌تواند احساساتش را تغییر دهد. رفتار مادرانه تأثیر مستقیم بر واکنش‌های اضطرابی نوزاد دارد؛ بنابراین، ریشه اضطراب کودک را باید در روابط وی با مادر جستجو کرد. پژوهشگران تأکید بسیاری بر تأثیر روابط دلبستگی دوران کودکی دارند زیرا اضطراب کودک و اختلال‌های آن، مبتنی بر اختلال‌های دلبستگی تعریف می‌شود (سروقد و همکاران، ۱۳۹۱). اضطراب یکی از رایج‌ترین اختلالات در بین دانش‌آموزان است که می‌توان به‌عنوان ریشه بعضی از مشکلات از آن نام برد. بسیار شنیده‌ایم که کودکان به دلیل اضطراب به مدرسه نرفته‌اند یا اضطراب از امتحان باعث افت درسی آن‌ها شده است یا یک اضطراب اجتماعی به کناره‌گیری آنان انجامیده است، کم نیستند دانش‌آموزانی که حتی یک کلمه سر کلاس حرف نمی‌زنند و یا در یک بازی دسته‌جمعی شرکت نمی‌کنند، اگر به همه این رفتارها توجه کنیم ریشه‌هایی از اضطراب را در آن‌ها می‌بینیم، قرن بیستم را قرن "اضطراب" نامیده‌اند. در جوامع صنعتی انسان‌ها دائماً در معرض حوادث گوناگون قرار دارند و نگران حال و آینده خود هستند به عبارت دیگر زندگی مدرن امروزی با پیچیدگی خاص خود شرایط زیستی بشر را تغییر داده و موجب شده است تا

¹ Balby

آدمی شیوه زندگی گذشته را رها کند و برای سازگاری با شرایط جدید تلاش نماید. کودکان و نوجوانان که بیش از هر گروه دیگر در معرض خطر روزافزون ناشی از اضطراب قرار گرفته اند و اثر آن را می‌توان در رفتارهای اجتماعی و فعالیت های ذهنی آنها مشاهده کرد (یوسفی و همکاران، ۱۳۹۸). اگرچه برخی از ترس ها و اضطراب‌ها در دوران کودکی به‌عنوان بخشی از تحول بهنجار کودک محسوب می‌شوند، اما برخی از مشکلات اضطرابی در طول زمان نسبتاً پایدارند و ممکن است تا نوجوانی و بزرگسالی تداوم یابند؛ بنابراین بسیاری از اختلال‌های اضطرابی که در دوران بزرگسالی مشاهده می‌شوند، معمولاً شروع زودرسی دارند. پژوهش‌ها در قلمرو سبب‌شناسی اختلال‌های اضطرابی دوران کودکی و آغاز زودهنگام نشانگان اضطراب در نوزادان و کودکان، بر نقش سبک دلبستگی تأکید کرده‌اند (خداپناهی و همکاران، ۱۳۹۱). نظریه پردازان دلبستگی در چارچوب دیدگاه‌های تحولی که البته ریشه‌های روان تحلیلی‌گراانه دارد، معتقدند که تبیین رفتارهای بزرگسالی ریشه در دوران کودکی دارد؛ با این تفاوت که به نظر آنها انگیزش انسان توسط سیستم‌های رفتاری ذاتی راهبری می‌شوند و تمایلات زیستی مثل میل جنسی و گرسنگی که سازش یافتگی و بقا را در فرایند انتخاب طبیعی تسهیل می‌کند، کمتر در این خصوص دخیل هستند. بالبی و اینزورث علاوه بر توجه به فرایندهای ناهشیار پویایی، توجه خاصی هم بر تجارب بین فردی واقعی و پیامدهای هیجانی و شناختی این روابط به‌عنوان عوامل مؤثر بر روابط بعدی نشان دادند (سلطانی، دانشورپور و کریمی، ۱۳۹۰). افزون بر آن، در این نظریه تأکید بر آن است که سبک دلبستگی میزان آسیب‌پذیری در برابر آسیب‌های روانی را تعیین می‌کند و دلبستگی کودکان به مراقبان اولیه بر بهزیستی روان‌شناختی نیز تأثیر می‌گذارد (حسنی و همکاران، ۱۳۹۲).

مبانی نظری

در جدیدترین کتاب راهنمای تشخیصی و آماری اختلال‌های روانی - ویرایش پنجم انواع اختلال‌های اضطرابی در ۹ طبقه تشخیصی مجزا طبقه‌بندی شده‌اند. این طبقه‌ها شامل اختلال اضطراب جدایی، گنگی انتخابی، هراسی اختصاصی، اضطراب اجتماعی، اختلال وحشت‌زدگی، گذر هراسی، اضطراب فراگیر، اختلال اضطراب ناشی از مواد/دارو، اختلال اضطراب ناشی از یک بیماری طبی، سایر اختلالات اضطرابی و اختلال اضطرابی نامعین هستند. ویژگی‌ها و علائم اختلال اضطراب جدایی در کودکان عموماً به‌صورت ترس و نگرانی مفرط هنگام جدا شدن از خانه یا افراد دلبسته، نگرانی نسبت به آسیب دیدن خود و یا افراد دلبسته، بروز رفتارهای اجتنابی در موقعیت‌های جدایی از افراد دلبسته یا منزل و گاهی بروز برخی مشکلات و شکایت‌های بدنی مانند سرگیجه، سردرد، مشکلات گوارشی خود را نشان می‌دهد. شدت این اضطراب با سطح رشدی و سن تقویمی کودک نامتناسب است؛ به‌گونه‌ای که میزان اجتناب و بی‌قراری و اضطراب کودک در موقعیت‌های جدایی با سطح سنی وی هماهنگ نیست و واکنش‌های ناسازگار به شکل افراطی و مشکل‌ساز در این موقعیت‌ها بروز پیدا می‌کند (پیرزادی، ۱۳۹۷). استفاده از خیالات رویاها، محتوی بازی‌ها و مشاهده مستقیم کودک کمک زیادی برای تشخیص اختلال اضطراب جدایی می‌کند. نه تنها محتوای تفکر اضطرابی بلکه نحوه ابراز آنها نیز از علائم نشانگر هستند که باید موردتوجه قرار گیرد؛ مثلاً بعضی از کودکان ممکن است مرگ پدر و مادر خود را ابراز کنند، گرچه حتی رفتار آنها شواهد اضطرابی راهم نشان ندهد. همچنین اشکال و حالاتی که کودکان در توصیف حوادث یا انکار ملایم آنها در مقابل حوادث اضطراب برانگیز نشان می‌دهند ممکن است حاکی از

وجود اضطراب جدایی باشد. خصوصیت اساسی اضطراب جدایی، اضطراب شدیدی است که هنگام جدایی از پدر و مادر، خانه یا سایر محیط‌های آشنا ظاهر می‌گردد. میزان اضطراب کودکان ممکن است به حد وحشت یا هراس باشد. ناراحتی کودک بیش از آن است که به‌طور طبیعی و در سطح رشد از او انتظار می‌رود، ضمناً این علائم ربطی به سایر بیماری‌های روانی یا اختلالات دیگر ندارد. ترس‌ها و اشتغالات ذهنی و افکاری که دائماً به ذهن خطور می‌کنند و بیمارگونه هستند، از ویژگی‌های این بیماری است. این کودکان از این می‌ترسند که یکی از افراد نزدیکشان در غیاب آن‌ها دچار صدمه شده یا اتفاق وحشتناکی به هنگام دوری از مراقبین مهمشان برای آن‌ها پیش آید. بسیاری از کودکان می‌ترسند که خود یا پدر و مادرشان دچار تصادف شده یا مریض بشوند. ترس از گم‌شدن و دزدیده شدن و هرگز دوباره پدر و مادر را ندیدن از ترس‌های شایع هستند (جعفری، ۱۳۸۶).

ریشه دلبستگی از یک مفهوم یونانی که بیانگر نوعی عشق بین والدین و کودک است اقتباس شده است. دلبستگی از دید بالبی پیوند عاطفی پایداری است که ویژگی آن گرایش به جستجو و نزدیکی به فرد و حفظ این رابطه به ویژه در مواقعی است که موقعیت تهدید کننده وجود داشته باشد و در توضیح شکل گیری دلبستگی میان نوزاد و مادر بیان داشته که دلبستگی سنگ بنای تحول و کنش وری است. (مروتی، ۱۴۰۰). جان بالبی که اولین دیدگاه کردارشناسی دلبستگی را در مورد نوباوه - مراقبت‌کننده مطرح کرد از تحقیقات کنرادلورنز در مورد نقش‌پذیری بچه‌ها الهام گرفت که معتقد بود بچه‌ی انسان مانند بچه‌ی حیوانات از یک‌رشته رفتارهای فطری برخوردار است که به نگره‌داشتن والد نزدیک او کمک می‌کند و احتمال محفوظ ماندن بچه را افزایش می‌دهد. در ضمن تماس با والد، تضمین می‌کند که بچه تغذیه خواهد شد، اما بالبی محتاطانه اشاره کرد که تغذیه، مبنای دلبستگی نیست. در عوض پیوند دلبستگی، خودش مبنای زیستی قدرتمندی دارد و می‌توان آن را در بشر تکاملی بهتر شناخت، بشری که بقای گونه در آن اهمیت زیادی دارد (سروقد، رضایی و ایرانی، ۱۳۹۱). سبک دلبستگی ایمن، اکثریت کودکان را تشکیل می‌دهند که مراقب را پایگاهی امن جهت کاوش در محیط دانسته، در غیاب وی اضطراب جدایی نداشته یا به‌سرعت با برگشتن وی آرام می‌شوند. والدین این کودکان به‌طورکلی در دسترس، پاسخگو و نسبت به نیازهای کودک حساس می‌باشند. البته دلبستگی ایمن در کودک معیار متغیری محسوب می‌شود که ممکن است در طول زمان و در واکنش نسبت به تعاملات والد - کودک و شرایط استرس‌زا دچار تغییر گردد. طبقه دلبستگی نایمن اجتناب‌گر، کمترین تعاملات فیزیکی و صمیمی را با مراقبشان دارند، از جدایی مراقب بی‌تفاوت‌اند و در تجدیدیدار با وی از او اجتناب می‌کنند. والدین این کودکان اغلب طردکننده، گوشه‌گیر و درون‌گرا هستند و در تعامل با کودک احساس راحتی نمی‌کنند، در نتیجه عملکرد ناهماهنگ والدین سبک دلبستگی نایمن دو سوگرا نیز در کودک ایجاد می‌شود. عدم پاسخگویی به‌موقع و گاهی پاسخگویی بی‌جا شک و تردید نسبت به مراقب را در کودک به وجود می‌آورد و در آینده شخصیتی هیستریایی از وی می‌سازد (جهان بخش و همکاران، ۱۳۸۹).

مروتی (۱۴۰۰) در پژوهش خود با عنوان بررسی تأثیر سبک‌های سه‌گانه دلبستگی بر اضطراب جدایی در دانش‌آموزان پایه اول ابتدایی به این نتیجه دست‌یافت که بین سبک‌های دلبستگی ایمن با اضطراب جدایی دانش‌آموزان رابطه منفی و معنادار وجود دارد و بین سبک دلبستگی نایمن اجتنابی و سبک دلبستگی نایمن اضطرابی - دوسوگرا رابطه منفی، و با اضطراب جدایی دانش‌آموزان رابطه مثبت و معنادار وجود دارند. همچنین، نتایج تحلیل رگرسیون نشان داد که متغیرهای سبک دلبستگی نایمن

اضطرابی-دوسوگرا به صورت منفی و سبک دل‌بستگی ایمن به صورت مثبت و در مجموع ۲۷ درصد تغییرات دانش آموزان را پیش‌بینی می‌کنند. همین‌طور، سبک دل‌بستگی نایمن اضطرابی-دوسوگرا به صورت مثبت و سبک دل‌بستگی ایمن به صورت منفی و در مجموع ۱۶ درصد تغییرات اضطراب جدایی دانش آموزان را پیش‌بینی می‌کنند. بر این اساس می‌توان نتیجه گرفت سبک‌های دل‌بستگی با اضطراب جدایی دانش آموزان رابطه داشته و قادر به پیش‌بینی معنی‌دار آن‌ها می‌باشد.

یوسفی و همکاران (۱۳۹۸) در پژوهش خود با عنوان ارتباط سبک دل‌بستگی و اختلال اضطراب جدایی در دانش آموزان ابتدایی به این نتیجه دست یافتند که تلاش برای جستجو و حفظ تماس با افراد مهم زندگی یک قاعده برانگیزاننده اولیه و ذاتی بشر است که در تمام طول زندگی با وی همراه خواهد بود به‌بیان‌دیگر وابستگی یکی از بخش‌های ذاتی بشر است که با گذشتن از دوران کودکی از وی جدا نمی‌شود؛ اما در باگذشت زمان این دل‌بستگی‌ها اگر به صورت افراطی در افراد باقی بماند، اختلالی اضطراب جدایی را ایجاد می‌کند که از اصلی‌ترین علامت این اختلال در کودکان گریزان بودن از مدرسه است که خود سبب عقب‌افتادگی از درس و پیشرفت می‌شود. پس شایسته است خانواده‌ها با برافراشتن چتر حمایتی خود از فرزندان، باعث جلوگیری از چنین رفتارهای نابهنجاری در آن‌ها شوند.

پیرزاده (۱۳۹۷) در پژوهش خود با عنوان پیش‌بینی اضطراب جدایی بر اساس سبک‌های دل‌بستگی در کودکان پایه اول ابتدایی به این نتیجه دست‌یافت که سبک‌های دل‌بستگی نایمن اجتنابی، دو سوگرا و آشفته با اضطراب جدایی کودکان رابطه معنی‌دار در سطح ۰/۰۵ دارند اما بین سبک‌های دل‌بستگی ایمن و اضطراب جدایی کودکان رابطه معنی‌داری مشاهده نگردید.

برج علی، مدیگی و گلشنی (۱۳۹۵) در پژوهش خود با عنوان رابطه طرحواره های ناسازگار اولیه و سبک‌های دل‌بستگی مادران با اختلالات اضطرابی دانش آموزان به این نتیجه دست یافتند که میان طرحواره های ناسازگار اولیه ی مادران با نمره کل اختلال اضطرابی فرزندان نشان همبستگی مثبت معنادار وجود دارد؛ یعنی با افزایش حیطه طرد و بریدگی طرحواره های ناسازگار اولیه در مادران، نمرات اختلال اضطرابی در فرزندان نشان افزایش می یابد و فقط میان نمرات سبک دل‌بستگی ایمن مادران با اختلال اضطرابی همبستگی منفی معنادار وجود دارد. به‌طورکلی می‌توان بیان کرد با افزایش سبک دل‌بستگی ایمن مادران، اختلال اضطرابی فرزندان نشان کاهش می‌یابد یا به عکس.

پژوهی نیا، فرجی و فاطمی اردستانی (۱۳۹۳) در پژوهش خود با عنوان بررسی رابطه‌ی بین سبک‌های دل‌بستگی با جسمانی سازی و اضطراب به این نتیجه دست یافتند که رابطه معناداری بین سبک دل‌بستگی با آسیب‌پذیری نسبت به اختلالات اضطراب و جسمانی سازی وجود دارد و سبک‌های نایمن دل‌بستگی (دوسوگرا و اجتنابی) می‌توانند نقش مهمی را در ایجاد و حفظ اختلالات اضطراب و جسمانی سازی ایفاء نمایند؛ بنابراین، ارزیابی این عوامل آسیب‌زا می‌تواند منجر به جهت‌گیری تازه‌ای در پیشگیری، تشخیص و درمان اختلالات فوق‌الذکر گردد.

خدایپناهی و همکاران (۱۳۹۱) در پژوهش خود با عنوان کیفیت روابط مادر-کودک و نشانگان اضطرابی در کودکان پیش‌دبستانی به این نتیجه دست یافتند که روابط مثبت مادر-کودک، پیش‌بینی کننده مثبت نشانگان اضطرابی به‌ویژه اضطراب تعمیم‌یافته، اضطراب

اجتماعی و ترس از جراحات‌های جسمانی در کودکان است. همچنین وابستگی مادر-کودک پیش‌بینی کننده مثبت نشانگان اضطرابی به‌خصوص در مورد اضطراب جدایی است.

روش پژوهش

پژوهش ما برحسب هدف از نوع تحقیقات کاربردی است که از طریق روش توصیفی _ تحلیلی به دنبال این هستیم که رابطه بین سبک‌های دل‌بستگی و اضطراب جدایی را موردبررسی قرار دهیم. جهت دستیابی به هدف پژوهش از مطالعات کتابخانه‌ای و منابعی از قبیل مقاله‌ها، ژورنال‌ها، سایت‌های MAGIRAN, SID و... استفاده خواهیم کرد.

یافته‌ها

جدول ۱. مرور یافته‌ها

ردیف	نویسنده/نویسندگان	موضوع	یافته‌های پژوهش
۱	بشارت و همکاران (۱۳۸۵)	بررسی رابطه سبک‌های دل‌بستگی و احساس غربت	نتایج پژوهش نشان داد که سبک دل‌بستگی ایمن از طریق مکانیسم‌های «تنظیم عواطف»، «ایمنی بخشی» و «جانشین‌سازی» روابط و پیوندهای عاطفی جدید به فرد کمک می‌کند تا در مواجهه با اضطراب و استرس جدایی از خانواده سازش یافته تر عمل کند و کمتر دچار احساس غربت شود.
۲	ساعدی و خانجانی (۱۳۹۶)	مطالعه مقایسه‌ای سبک‌های سه‌گانه دل‌بستگی (ایمن، دوسوگرا، اجتنابی) در نوجوانان دارای نشانه‌های درونی سازی افسردگی و اضطراب	نتایج نشان داد از بین سه سبک دل‌بستگی سبک دوسوگرا توان کافی برای پیش‌بینی افسردگی و اختلال اضطرابی را ندارد، اما سبک اجتنابی و ایمن سهم مهمی در پیش‌بینی این دو اختلال دارند. یافته‌های به‌دست‌آمده از این مطالعه تا حدودی با این ایده که عامل‌های محیطی مانند سبک‌های دل‌بستگی نقش مهمی در بروز اختلالات اضطرابی و افسردگی نوجوانان دارند، هماهنگ است.
۳	شایق و همکاران (۱۴۰۰)	پیش‌بینی اضطراب جدایی کودک بر اساس سبک‌های دل‌بستگی مادرو اختلال دل‌بستگی در دانش آموزان دختر پایه‌های اول و دوم مدارس ابتدایی شهر اصفهان	نتایج پژوهش نشان داد که رفتارهای مضطربان مادریه تدریج منجر به ایجاد سبک دل‌بستگی ناپایمن یا اجتنابی شده و جدایی از مادر را در نظر کودک دشوارتر می‌سازد. همچنین در مورد تأثیر سبک دل‌بستگی ایمن مادر بر روی علائم اضطراب جدایی می‌توان چنین استنباط کرد که مادران با دل‌بستگی ایمن بیشتر از مادران ناپایمن، گرم، حمایت‌کننده و حساس هستند و در حل مسائل به کودک خود کمک بیشتری می‌کنند. همچنین مادران با دل‌بستگی ایمن بیشتر از مادران ناپایمن، کودک خود را در آغوش می‌کنند، از سرزنش و توبیخ کمتری استفاده می‌کنند و به راحتی قادرند تا کودکان خویش را آرام سازند؛ آنها بیشتر از دو گروه دیگر (مادران ناپایمن اجتنابی و دوسوگرا) به ارزیابی و کنترل هیجان‌های خود می‌پردازند. در نتیجه کودکان این دسته از مادران (دل‌بسته ایمن) در روابط خانوادگی، احساس امنیت می‌کنند.
۴	ذوالفقاری مطاق و همکاران (۱۳۸۶)	مقایسه سبک دل‌بستگی، ویژگی‌های شخصیتی و خصیصه اضطراب در مادران کودکان دارای اختلال اضطراب جدایی و سالم	نتایج پژوهش نشان داد که مادران با دل‌بستگی ناپایمن در ابراز هیجانی خود بی‌ثبات، تحریک پذیر، نوسان خلقی و عدم حساسیت نسبت به دیگران را نشان دادند. رفتار و خلق عصبی و نامتعادل، بی‌فرازی، تکانشوری، تحریک پذیری هیجانی، کم بودن فعالیت روان‌شناختی، توجه طمی، احساس ملال یا ناکامی، احساس رقابت جویی و ترس از دست دادن قدرت، رابطه بیشتری با دل‌بستگی ناپایمن مادر و میزان بالانتری از توان پیش‌بینی‌کنندگی را در اضطراب جدایی کودک داشتند. این مادران در رفتار مادرانه خود کمتر حساس و حمایت‌کننده و در حل مسائل با کودک خود کمتر کمک‌کننده بودند. در ابراز هیجان‌ها به کودک خود بی‌تعالف تر بوده و سریع تر تحریک می‌گردند. بیشتر توجه طلب هستند تا توجه‌کننده و ممکن است با کودک خود در دست آوردن قدرت یا تسلط، رقابت کنند. رابطه میان سبک دل‌بستگی، خصیصه اضطراب و ویژگی‌های شخصیتی مادر با اختلال اضطراب جدایی و سطح رشد اجتماعی کودک می‌تواند نشان از تأثیرپذیری بالای تنظیم، درک و ابراز هیجان‌ها در کودک از شیوه درک و تنظیم هیجان‌های مادر باشد. بدین ترتیب شیوه درک، مواجهه و ابراز هیجان نسبت به محرک هائوسط مادر، الگوی ارتباط کودک با دنیای درون و بیرون می‌گردد.
۵	ساعدی و نقی اقدسی (۱۳۹۷)	رابطه سبک‌های سه‌گانه دل‌بستگی با افسردگی و اضطراب در بین دانش آموزان دختر پایه هفتم و هشتم شهر تبریز	نتایج پژوهش نشان داد اضطراب و احساس ناپایمنی در مادر از طریق ایجاد محیط عاطفی- تربیتی ناسالم، روابط تعاملی ناپه‌نجان بین مادر- کودک، کاهش حساسیت مادری، از طریق مادر به کودک منتقل شده و کودک را در معرض خطر دل‌بستگی ناپایمن و انواع مشکلات روان‌شناختی و رفتاری قرار می‌دهد. یافته دیگر پژوهش مورد نظر نشان داد که سبک دل‌بستگی دوسوگرا فقط اضطراب جدایی را به همراه دارد و با اختلالات اضطرابی دیگر رابطه‌ای ندارد و سبک دل‌بستگی اجتنابی اضطراب کلی، اختلال اضطراب تعمیم یافته، اضطراب اجتماعی و افسردگی را افزایش می‌دهد.
۶	یوسفی (۱۳۹۸)	ارتباط سبک دل‌بستگی و اختلال اضطراب جدایی در دانش آموزان ابتدایی	نتایج این بررسی نشان داد که تلاش برای جستجو و حفظ تماس با افراد مهم زندگی یک قاعده برانگیزاننده اولیه و ذاتی بشر است که در تمام طول زندگی با وی همراه خواهد بود؛ اما در با گذشت زمان این دل‌بستگی‌ها اگر به‌صورت افراطی در افراد باقی بماند، اختلال اضطراب جدایی را ایجاد می‌کند که از اصلی‌ترین علامت این اختلال در کودکان گریزان بودن از مدرسه است که خود سبب عقب افتادگی از درس و پیشرفت می‌شود. پس شایسته است خانواده‌ها با برافراشتن چتر حمایتی خود از فرزندان، باعث جلوگیری از چنین رفتارهای ناپه‌نجاری در آن‌ها شوند.

باتوجه به جدول ۱ به این نتیجه دست یافتیم که سبک‌های سه‌گانه دلبستگی، احساس اضطراب و رفتار مضطربانه مادر و فرزندپروری در اضطراب جدایی اثرگذار است.

بحث و نتیجه‌گیری

هدف پژوهش ما بررسی رابطه سبک‌های دلبستگی با اضطراب جدایی بود. نتایج بر اساس مرور یافته‌ها نشان داد که سه عامل سبک‌های سه‌گانه دلبستگی، احساس اضطراب و رفتار مضطربانه مادر و وابستگی به خانواده بر اضطراب جدایی تاثیرگذار است. در تبیین یافته‌های پژوهش می‌توان گفت که بین سبک‌های سه‌گانه دلبستگی با اضطراب جدایی ارتباط وجود دارد. همان‌طور که نتایج تحقیقات شایق و همکاران (۱۴۰۰) نشان داد نتایج حاصل از ضریب همبستگی بیانگر این است که تحصیلات والدین و نمرات دلبستگی ایمن مادر با علائم اضطراب جدایی، رابطه معکوس و معناداری دارند. بدین معنا که پایین بودن تحصیلات والدین و نمرات دلبستگی ایمن مادر با افزایش علائم اضطراب جدایی همراه است. همچنین مشاهده شد که سبک‌های دلبستگی ناایمن و اجتنابی مادر، شاخص‌های آسیب‌شناسی روانی مادر از قبیل اضطراب، افسردگی، حساسیت بین فردی، پرخاشگری و بدبینی، رابطه مستقیم و معناداری با علائم اضطراب جدایی کودک دارند. بدین معنا که افزایش گرایش‌های دلبستگی ناایمن و اجتنابی، بالا بودن نمرات اضطراب، افسردگی، حساسیت بین فردی، پرخاشگری و بدبینی مادر، بالا بودن نمره اختلال دلبستگی کودک با بالا رفتن علائم اضطراب جدایی کودکان دختر همراه است.

احساس اضطراب و رفتار مضطربانه مادر بر اضطراب جدایی تاثیرگذار است. همان‌طور که نتایج تحقیقات خدایانی و همکاران (۱۳۹۱) نشان داد که افزایش میزان تعارض بین مادران و کودکان با افزایش نشانه‌های اضطرابی همراه است و به‌صورت خاص این مقیاس پیش‌بینی‌کننده مثبت نشانه‌های اضطراب تعمیم یافته، اضطراب اجتماعی و ترس از جراحات‌های جسمانی در کودکان پیش‌دبستانی است. به نظر می‌رسد رابطه مبتنی بر ناتوانی مادر در پاسخ‌دهی به نیازهای کودک و عدم حساسیت به نیازهای زیربنایی کودک به‌مثابه عدم دسترس‌پذیری هیجانی و جسمانی مادر برای کودک است. به‌عبارت‌دیگر، این تعارض که در مقابل روابط مثبت قرار می‌گیرد، مبین روابط منفی و تعارض‌آمیز بین مادر و کودک است. بنابراین همراه بودن آن با نشانه‌های اضطرابی قابل توجه است.

عامل فرزندپروری هم در اضطراب جدایی تأثیرگذار است. همچنان که نتایج تحقیق عموشاهی (۱۳۹۵) نشان داد، به‌طورکلی خانواده نقش بسیار مهمی در رشد و سلامت روانی کودک ایفا می‌کند، در این بین شیوه‌های فرزندپروری و جو عاطفی خانواده یکی از مهم‌ترین و مؤثرترین ارکان خانواده در تربیت و رشد روانی کودک است. عدم توجه والدین به سالم‌سازی محیط روانی و عاطفی کودکان و نوجوانان و فقدان روابط مناسب در بیشتر موارد آنان را با کمبودهای عاطفی و انگیزش و مشکلات روانی از جمله اختلالات اضطرابی روبرو می‌سازد.

منابع

- احمدی طهورسلطانی، محسن؛ دانشورپور، زهره؛ کریمی، لطف الله (۱۳۹۰). رابطه سبک‌های دلبستگی و افسردگی در دانشجویان، مجله دانشگاه علوم پزشکی سبزوار، ۱۸(۳)، ۲۱۷-۲۲۳.
- برجعلی، محمود؛ مدیگی، زهرا؛ گلشنی، فاطمه (۱۳۹۵). رابطه طرحواره های ناسازگار اولیه و سبک‌های دلبستگی مادران با اختلالات اضطرابی دانش آموزان، فصلنامه خانواده پژوهش، ۱۴(۲)، ۳۱-۴۸.
- بشارت، محمدعلی؛ فرهادی، مهران؛ گیلانی، بیژن (۱۳۸۵). بررسی رابطه سبک‌های دلبستگی واحساس غربت، فصلنامه علمی پژوهشی روان شناسی دانشگاه تبریز، ۱(۳)، ۳۳-۵۶.
- پژوهی نیا، شیماء؛ فرجی، رضا؛ فاطمی اردستانی، محمدحسن (۱۳۹۳). بررسی رابطه بین سبک‌های دلبستگی با جسمانی سازی و اضطراب، مجله علوم شفای خاتم، ۲(۴)، ۱-۸.
- پیرزاده، فاطمه (۱۳۹۷). پیش‌بینی اضطراب جدایی براساس سبک‌های دلبستگی در کودکان پایه اول ابتدایی، اولین کنفرانس ملی پژوهش‌های کاربردی در فرایندهای تعلیم و تربیت.
- پیرزادی، حجت (۱۳۹۷). اختلال اضطراب جدایی: ویژگی‌ها، سبب‌شناسی و راهکارهای درمانی، نشریه علمی تعلیم و تربیت استثنایی، ۱۸(۴)، ۱-۱۰.
- جهان بخش، مرضیه؛ امیری، شعله؛ مولوی، حسین؛ بهادری، محمدحسین (۱۳۸۹). رابطه مشکلات دلبستگی دختران با سبک دلبستگی مادران، مجله روان شناسی بالینی، ۲(۳)، ۱۵-۲۴.
- حسنی، جعفر؛ شیخان، ریحانه؛ آریاناکیا، المیرا؛ محمودزاده، اکبر (۱۳۹۲). اضطراب اجتماعی نوجوانان: نقش سبک‌های دلبستگی و راهبردهای نظم جویی شناختی هیجان، روان شناسی تحولی: روان شناسان ایرانی، ۹(۳۶)، ۳۶۳-۳۷۵.
- خداپناهی، محمدکریم؛ قنبری، سعید؛ نادعلی، حسین؛ سیدموسوی، پریسا (۱۳۹۱). کیفیت روابط مادر-کودک و نشانگان اضطرابی در کودکان پیش دبستانی، روان شناسی تحولی: روان شناسان ایرانی، ۹(۳۳)، ۱۳-۵.
- ذوالفقاری مطلق، مصطفی؛ جزایری، علیرضا؛ مظاهری، محمدعلی؛ خوشابی، کتابون؛ کریملو، مسعود (۱۳۸۶). مقایسه سبک دلبستگی، ویژگی‌های شخصیتی و خصیصه اضطراب در مادران کودکان دارای اختلال اضطراب جدایی و سالم، فصلنامه خانواده پژوهی، ۳(۱۱)، ۷۰۹-۷۲۶.
- زارعی بیدسکان، نرگس (۱۴۰۱). بررسی رابطه سبک‌های دلبستگی و اختلال اضطراب اجتماعی با اثر واسطه ای تنظیم هیجان در دانشجویان، ایده های نو در تعلیم و تربیت، ۲(۳)، ۱-۱۰.
- ساعدی، فاطمه؛ خانجانی، زینب (۱۳۹۶). مطالعه مقایسه ای سبک‌های سه‌گانه دلبستگی (ایمن، دوسوگرا، اجتنابی) در نوجوانان دارای نشانه های درونی سازی افسردگی و اضطراب، زن و مطالعات خانواده، ۱۰(۳۸)، ۱۵۴-۱۳۷.
- ساعدی، فاطمه؛ نقی اقدسی، علی (۱۳۹۷). رابطه سبک‌های سه‌گانه دلبستگی با افسردگی و اضطراب در بین دانش آموزان دختر پایه هفتم و هشتم شهر تبریز، زن و مطالعات خانواده، ۱۰(۴۰)، ۱۶۵-۱۸۹.
- سروقد، سیروس؛ رضایی، آذرمیدخت؛ ایرانی، فرزانه (۱۳۹۱). رابطه سبک‌های دلبستگی و ویژگی‌های شخصیتی با اضطراب، فصلنامه علمی پژوهشی جامعه شناسی زنان، ۳(۲)، ۱۱۷-۱۳۶.
- شایق، سمیرا؛ امیری، شعله؛ مهربانی، حسینعلی (۱۴۰۰). نشریه مطالعات روانشناسی و علوم تربیتی (مرکز توسعه آموزشهای نوین ایران)، ۷(۱)، ۷۹۸-۸۰۹.
- صادری دمیرچی، اسماعیل؛ نصرتی بیگ زاده، مریم؛ عبادی راد، محمد (۱۳۹۷). بررسی رابطه بین سبک‌های دلبستگی با افسردگی، اضطراب و استرس در دانشجویان، نشریه علمی رویش روانشناسی، ۷(۹)، ۲۹۱-۳۰۸.

- عموشاهی، محسن (۱۳۹۵). بررسی رابطه فرزندپروری و اضطراب جدایی، پنجمین کنفرانس ملی توسعه پایدار در علوم تربیتی و روانشناسی، مطالعات اجتماعی و فرهنگی
- گنجی، مهدی (۱۳۹۲). آسیب شناسی روانی بر اساس DSM_5، تهران: نشر ساوالان
- مروتی، ندا (۱۴۰۰). بررسی تأثیر سبک‌های سه‌گانه دل‌بستگی بر اضطراب جدایی در دانش آموزان پایه اول ابتدایی (مطالعه موردی: ناحیه یک سنندج)، دهمین کنفرانس بین المللی روانشناسی، مشاوره و علوم تربیتی.
- میرصادقی، سودابه؛ سهرابی، فرامرز؛ اسکندری، حسین؛ برجعلی، احمد؛ فرخی، نورعلی (۱۳۹۷). مقایسه سبک‌های فرزندپروری و کیفیت روابط موضوعی مادران کودکان با اختلال اضطراب جدایی و مادران کودکان عادی، فصلنامه روان شناسی افراد استثنایی، ۷(۲۹)، ۲۰۱-۲۱۲.
- یوسفی، شهربانو؛ اشکنانی، فرشته؛ عالی نژاد، فهیمه؛ اکبری، صدیقه (۱۳۹۸). ارتباط سبک دل‌بستگی و اختلال اضطراب جدایی در دانش آموزان ابتدایی، چهارمین کنفرانس ملی رویکردهای نوین در آموزش و پژوهش.