

## اضطراب، جرات ورزی و سبک دلبستگی در افراد وابسته به مواد و افراد عادی

سید روح الله حسینی<sup>۱</sup>

تاریخ دریافت: ۹۹/۰۷/۱۲

تاریخ پذیرش: ۹۹/۰۹/۲۵

از صفحه ۱۲۱ تا ۱۴۶

### چکیده

پژوهش حاضر با هدف بررسی اضطراب، جرات ورزی و سبک دلبستگی در افراد وابسته به مواد مخدر و محرک و عادی انجام شده است. روش تحقیق علمی مقایسه‌ای بوده و جامعه آماری پژوهش را تمامی افراد سالم (از نظر مصرف مواد مخدر و محرک) و افراد مصرف کننده مواد مخدر و محرک تشکیل داده اند. نمونه آماری از این جامعه براساس اندازه نمونه پیشنهاد شده در پژوهش‌های علمی مقایسه‌ای ۱۰۰ نفر برای هر گروه تعیین شده است. ابزار جمع آوری داده‌ها در این پژوهش، پرسشنامه خودآزمایی اضطراب زانگ (۱۹۷۰)، پرسشنامه سبک‌های دلبستگی هازن و شیور (۱۹۸۷) و پرسشنامه جرات ورزی کمبریل و ریچی (۱۹۷۵) بوده است که داده‌ها با استفاده از روش تحلیل واریانس چند متغیری و آزمون تی مستقل تجزیه و تحلیل شدند. نتایج نشان داد اضطراب در بین افراد وابسته به مواد و افراد عادی، تفاوت معناداری دارد ( $p < 0/006$ ). همچنین نتایج نشان داد جرات ورزی در بین افراد وابسته به مواد مخدر و محرک و افراد عادی، تفاوت معناداری وجود دارد ( $p < 0/007$ ). از طرفی سبک دلبستگی ایمن، اجتنابی و دوسوگرا در افراد عادی و افراد وابسته به مواد مخدر به طور معناداری با هم متفاوت هستند  $p < 0/05$ . نتایج تحلیل واریانس نیز نشان داد همه مؤلفه‌های اضطراب، جرات ورزی و سبک دلبستگی ایمن، اجتنابی و دوسوگرا در افراد عادی و وابسته به مواد مخدر به طور معناداری با هم متفاوت هستند ( $p < 0/05$ ). در نتیجه می‌توان گفت افرادی که از ویژگی‌های شخصیتی جرات ورزی بایینی برخوردارند و دارای اضطراب بالا نسبت به دیگران هستند و یا از سبک دلبستگی منفی (اجتنابی و دوسوگرا) برخوردارند بیشتر در معرض مصرف مواد مخدر و محرک قرار می‌گیرند.

واژگان کلیدی: اضطراب، جرات ورزی، سبک‌های دلبستگی، افراد وابسته، مواد و افراد عادی

## مقدمه

مسئله اعتیاد و مصرف مواد، امروزه پا از مرزهای بهداشتی و درمانی فراتر گذاشته و به یک معضل اجتماعی تبدیل شده است. افزایش مصرف مواد مخدر طی قرون گذشته نگرانی روزافزونی را برای جوامع در پی داشته است. نگاهی به برخی از آمار مربوط به اعتیاد، نشان‌دهنده گسترش وسیع این معضل اجتماعی از دیدگاه‌های مختلف است. از آغاز دهه ۱۹۹۰، مصرف سالیانۀ مواد افیونی، از سال ۱۹۸۰ تا ۱۹۹۶، ۵ برابر شده است (معاونت امور فرهنگی و پیشگیری بهزیستی، ۱۳۸۸؛ به نقل از خوراها، ۱۳۹۳). یکی از مدل‌های بررسی معضلات جوامع اجتماعی، همگرایی سه دیدگاه زیست‌شناختی (بیولوژیکی)، روان‌شناختی (روانی) و جامعه‌شناختی (محیطی) است. اعتیاد به عنوان یکی از غم‌انگیزترین معضلات جوامع امروزی، یک بیماری مزمن و عودکننده است که شروع و تداوم آن متأثر از تمام عوامل مختلف ژنتیکی، روانی، اجتماعی و محیطی می‌باشد. این بیماری نیز همانند سایر بیماری‌های روانی، از چندین عامل نشأت می‌گیرد که در هر فرد، ممکن است گروه خاصی از آنها شرکت داشته باشند (مک‌ال‌روی، هادسون، یوپ، ۲۰۰۰؛ به نقل از خوراها، ۱۳۹۳).

در کشور ایران نیز، تعداد مبتلایان به مواد رو به افزایش داشته است که به دلایل مختلفی از قبیل نابسامانی‌های اجتماعی اقتصادی، فشارهای روانی شدید ناشی از جنگ و موقعیت ژئوپلیتیکی منطقه است (ظهورالدین، سیف‌الهی و ایرانبور، ۱۳۸۶). اهمیت این مسئله و نقش آن در جوانان و تأثیر آن بر آینده هر جامعه‌ای از یک طرف و هزینه اقتصادی ناشی از آن انگیزه‌های پژوهشگران در جوامع مختلف بوده است تا عوامل دقیق‌تری و از جنبه‌های مختلف در بروز مصرف مواد مورد مطالعه و بررسی قرار دهند. از این رو، پژوهش حاضر در راستای شناخت هرچه بیشتر عوامل زمینه‌ساز اعتیاد به مواد مخدر، و اندک‌بودن پژوهش‌هایی که به بررسی فرآیندهای تحول‌مانند دلبستگی در درمان سوءمصرف پرداخته‌اند، پژوهش حاضر به دنبال پاسخ علمی به این سوال است که آیا اضطراب، جرأت‌ورزی و سبک دلبستگی در افراد وابسته به مواد و عادی متفاوت است؟

با توجه به مطالب فوق می‌توان گفت انجام این پژوهش در مشخص نمودن نقش فرایندهای تحول که در پیشگیری و موفقیت و افراد تحت درمان اعتیادرامی تواند پیش‌بینی کند و در صورت

معناداری، دانشی را در اختیار برنامه‌ریزان و تصمیم‌گیران قرار دهد که هم برای پیشگیری و هم برای نظارت بر مصرف اهمیت فوق‌العاده‌ای خواهد داشت. از دیگر نکات مهم در ارتباط با پژوهش حاضر جنبه نو و جدید بودن آن است به طوری که تاکنون، پژوهش در این خصوص در کشور در ۳ متغیر فوق‌انجام نشده است و در این پژوهش ۳ ویژگی متفاوت همچون عوامل محیطی (اضطراب)، ویژگی شخصیتی (جرات و ورزشی) و عوامل خانوادگی (سبک دلبستگی) به طور همزمان در این جامعه آماری بررسی می‌شوند. بنابراین پژوهش حاضر در این راستا می‌تواند اطلاعات مفید و سودمند علمی را در اختیار پژوهشگران آتی قرار دهد تا خلاءهای موجود در این زمینه پیدا و حل شوند. از طرفی نیز بررسی سه ویژگی مختلف (عوامل محیطی، ویژگی شخصیتی و عوامل خانوادگی) همزمان با هم می‌تواند پدیدآورنده راه حلی جامع و سریع در روند درمان اعتیاد و پیشگیری از آن را فراهم کند.

از جمله ضرورت‌های دیگر برای انجام این پژوهش می‌توان به کمبود پیشینه پژوهش اشاره کرد که در زمینه متغیرهای پژوهش به صورت منفرد اندک پژوهشی صورت گرفته که جای خالی پژوهش در زمینه این متغیرها را می‌توان درک کرد.

## اهداف تحقیق

### هدف اصلی

۱- بررسی اضطراب و جرات و ورزشی و سبک دلبستگی به مواد در افراد وابسته و عادی

### اهداف فرعی

- بررسی اضطراب در بین افراد وابسته به مواد و افراد عادی
- بررسی جرات و ورزشی در بین افراد وابسته به مواد و افراد عادی
- بررسی سبک‌های دلبستگی در بین افراد وابسته به مواد و افراد عادی
- بررسی اضطراب، جرات و ورزشی و سبک‌های دلبستگی در بین افراد وابسته به مواد و

افراد عادی

## فرضیه‌های تحقیق

### فرضیه اصلی

اضطراب و جرأت ورزی و سبک دلبستگی مواد مخدر در افراد وابسته به مواد و عادی تفاوت معناداری دارد.

### فرضیه‌های فرعی

- اضطراب در بین افراد وابسته به مواد و افراد عادی، تفاوت دارد.
- جرأت ورزی در بین افراد وابسته به مواد و افراد عادی، تفاوت دارد.
- سبک‌های دلبستگی در بین افراد وابسته به مواد و افراد عادی، تفاوت دارد.
- اضطراب، جرأت ورزی و سبک‌های دلبستگی در بین افراد وابسته به مواد و افراد عادی، تفاوت دارد.

### مبانی نظری پژوهش

#### اضطراب

زندگی بشر طی قرون متمادی دست‌خوش تغییرات و دگرگونی‌ها بوده است که در کنترل انسان و گاه خارج از کنترل انسان بوده است که به نحوی سازگاری و آرامش آدمی را بر هم زده، فشار و اضطراب مفهوم جدیدی نیست، حتی در آثار مصریان باستان نیز از آن سخن به میان آمده است. واژه Anxiety مشتق از کلمه لاتین Anxious است که در سال‌های ۱۹۲۵ به معنی بی‌قراری و پریشانی به کار رفته است. اضطراب نه تنها پدیده‌ای جهانی و فراگیر است بلکه نشانه‌ای از انسان‌بودن ابناء بشری است. نویسندگانی چون آلبر کامو (۱۹۴۷) که دوران ما را قرن ترس نامیده و آبودن<sup>۱</sup> (۱۹۴۷) که در اشعارش عصر اضطراب را مطرح کرده است و کلاس رود (۱۹۶۰) که کتابی به نام «عصر اضطراب» نوشته است همگی اهمیت اضطراب را در زندگی معاصر به خوبی بیان کرده‌اند (نقل از مشاک، ۱۳۸۵).

اضطراب یک علامت هشداردهنده است، خبری از خطر قریب الوقوع می‌دهند و

شخص را برای مقابله با تهدید آماده می‌سازد. اضطراب و ترس اغلب به جای یکدیگر به کار برده می‌شوند. واکنش‌های فیزیولوژی بدن در مقابل اضطراب و ترس، خیلی شبیه به هم می‌باشد. ترس با اضطراب از این جهت تفاوت دارد که ترس، اختصاصی است و منبع مشخص و عینی دارد. فرد می‌داند که چیزی می‌باشد که ریشه در زمان حال دارد. یا چیزی می‌باشد که پیش بینی در آینده است. در مقابل منبع اضطراب، مشخص و عینی نبوده و می‌تواند غیرمنطقی باشد که با ترس و هراس همراه است و فرد اغلب، قادر به توضیح و تفسیر آن نیست. (محطاط، ۱۳۹۵)

### رویکردهای نظری اضطراب

به طور کلی، دیدگاه‌های متفاوتی برای توجیه علت و ماهیت اضطراب مطرح گردیده است که برخی از آنها اشاره می‌شود:

فروید<sup>۱</sup> (۱۹۳۶) بین سه نوع اضطراب تفاوت قائل شد. اضطراب عینی یا واقعی که هرکس به آن دچار می‌شود که مراد از آن توانایی پاسخ‌دهی در برابر وقوع خطر واقعی در دنیای بیرونی است که این اضطراب از نظر فروید هم منطقی است و هم با محرک ترس آور تناسب دارد: اضطراب اخلاقی، که ترس از تنبیهی است که از جانب فراخود به خاطر ناتوانی در فرمان‌برداری از معیارهای رایج و پیروی از رفتارهایی که به فرمان نهاد هستند که به شکل احساس گناه و شرمساری بروز می‌کند. اضطراب روان رنجوری، که در اثر خطر تسلط نهاد بر خود ایجاد می‌شود که در نتیجه آن رفتارهایی ناپسند اجتماعی از جمله لذت‌جوئی و پرخاشگری تجلی می‌یابند (کاپلان<sup>۲</sup> و همکاران ۲۰۰۷، ترجمه پورافکاری، ۱۳۹۲). کلاین<sup>۳</sup> (۱۹۹۳) بیان می‌کند که خطری را که از فعالیت درونی غریزه مرگ به وجود می‌آید نخستین علت اضطراب می‌باشد. او معتقد به دو نوع اضطراب عینی و نوروتیک است که اضطراب عینی را مولد وابستگی کامل کودک به مادر به منظور ارضای نیازها و تقلیل تنش‌های خود می‌داند و اضطراب نوروتیک را ناشی از تصورات کودک در مورد ویران‌سازی مادر به وسیله برانگیخته‌های آزارنده با خطر تخریبی تلقی می‌کند. فروید بیان می‌کند که در دیدگاه روانکاوی هدف درمان ضرورتاً این نیست که تمام اضطراب از بین

1- Freud

2- Kaplan

3- Klein

برود بلکه تحمل اضطراب بیشتر شود، یعنی توانایی تجزیه اضطراب و استفاده از آن به عنوان هشدار برای جستجوی تعارض پنهان به وجود آورنده آن است (کاپلان و همکاران ۲۰۰۷، ترجمه پورافکاری، ۱۳۹۳).

نظریه نوفرویدی این نظریه‌ها در دهه ۱۹۳۰ و ۱۹۴۰، عمدتاً در نتیجه مخالفت با تأکید بیش از اندازه فروید بر اهمیت تکانه‌های زیستی، مخصوصاً تکانه‌های چشمی و تهدیدی که این تکانه‌ها متوجه فرد می‌کردند مطرح می‌شدند. نوفرویدی‌ها رشد شخصیت انسان را عمدتاً پیامد تأثیرات اجتماعی می‌دانند. آنها معتقدند که اضطراب اولیه در هنگام تولد به وجود نمی‌آید بلکه بعد از آن هنگامی که کودک می‌فهمد به والدینش وابسته است تجزیه می‌شود. کودک نه تنها برای امتناع نیازهای فیزیولوژیکی بنیادی بلکه همچنین برای حفاظت و حمایت وابسته به والدینش است. اضطراب در پی ناکامی واقعی بالقوه این نیازهای وابستگی بروز می‌کند. اگر کودک بدرفتاری کند، والدین ممکن است از محبت و حمایت وی دریغ بورزند. این تهدید کودک را به تمکین در برابر انتظارات والدین وادار می‌سازد. با وجود این، تداوم نیاز کودک به سرکوبی این تکانه‌ها سبب ناکامی و سپس پرخاشگری نسبت به مراقبت کننده می‌شود. پس واضح است که اگر کودک این پرخاشگری را ابراز کند منجر به طرد شدن و اضطراب اولیه نمی‌گردد و بنابراین برای فرونشانی آن باید مکانیسم‌های دفاعی را به کار ببرد. اضطراب ثانوی در سال‌های بعد زندگی فرد اتفاق می‌افتد. یعنی هنگامی که این مکانیسم‌های دفاعی کاملاً تثبیت شده که در آغاز زندگی برای فرونشانی اضطراب اولیه بکار می‌رفته‌اند به چالش طلبیده می‌شوند (پاول و انرایت<sup>۱</sup>، ۱۹۹۱؛ ترجمه بخشی پور رودسری و صبوری مقدم، ۱۳۹۳).

نشریه زیست شناختی اضطراب، جای شک نیست که فرایند زیستی در ارتباط با اضطراب وجود دارد. نظریه زیست شناختی، معمولاً بر معیارهای عینی متکی است که کارکرد مغز در بیماران مبتلا به اختلال اضطراب را با افراد عادی مقایسه می‌کند. مطالعات انجام شده زمینه‌های ژنتیک در اختلال اضطرابی را تأیید می‌کنند، به طوری که هر فرد برای نا استواری هیجانی اندک یا زیاد، آمادگی پیدا می‌کند. آیزنگک، از این پیش‌زمینه اولی، به عنوان گرایش برای واکنش شدید یا ضعیف در برابر محرکی خاص که ممکن است موجب آشفتگی شود، یاد می‌کند. آیزنگک، همچنین خاطر نشان می‌سازد که در افراد

معینی زمینه ارثی برای پاسخ‌های کاملاً شرطی شده، وجود دارد؛ بدین طریق، نظریه‌های زیستی پزشکی با نظریه‌های رفتاری ترکیب می‌شوند (به نقل از پاول و انرایت، ۱۹۹۱؛ ترجمه صبوری و بخش‌ی پور، ۱۳۹۳).

نظریه‌های رفتاری اضطراب، در نظریه آمادگی سلیگمن (۱۹۷۱) عنوان می‌شود که آن دسته از محرک‌هایی که برای آن‌ها نوعی آمادگی زیستی در ما وجود دارد، سریع‌تر از محرک‌هایی که برای آن‌ها آمادگی زیستی نداریم، شرطی می‌شوند و فرض بر این است که اختلال‌های اضطرابی فراگیر نیز به شیوه‌ای همچون هراس‌ها ایجاد می‌شوند. دوستان و افراد نیز ممکنست در پی آن باشند تا به فرد مضطرب کمک کنند. این اقدام موجب افزایش روابط اجتماعی و مراقبتی شده و ممکنست به مثابه عامل تقویت‌کننده یا پاداش‌دهنده‌ای برای مضطرب‌بودن عمل کند (محطاط، ۱۳۹۵).

واتسون و رینو (۱۹۲۰) پیشگامان نظریه رفتاری معتقدند فرایند شرطی‌شدن کلاسیک از طریق ارائه همزمان مکرر محرک غیرشرطی و همچنین تعمیم آن‌ها، مسئول پیدایش و تداوم اضطراب می‌باشد. بنابراین پیش‌بینی محرک‌های محیطی برانگیزاننده اضطراب، پاسخ‌های اضطرابی را ایجاد می‌نمایند. ماورر<sup>۱</sup> (۱۹۴۷) بیان می‌کند که در آغاز ترس‌ها از طریق شرطی‌سازی کلاسیک شکل می‌گیرد و به دنبال آن فرد می‌آموزد که با اجتناب و دوری کردن، از ترس خود بکاهد و نیز مرحله دوم این فرایند شرطی‌سازی ابزاری است که اجتناب از عامل ترس موجب کاهش اضطراب می‌شود (محطاط، ۱۳۹۵).

- نظریه یادگیری اجتماعی، بندورا (۱۹۷۷) این نظریه را درست می‌داندست که ترس و اضطراب فراگرفته می‌شوند، ولی برای یادگیری چهار مکانیسم اجتماعی را برشمرد. اول: ترس و اضطراب ممکنست از طریق شرطی‌سازی کلاسیک فراگرفته شود. دوم، از طریق تجربه‌ی جانشینی (سرمشق‌گیری). سوم آموزش نمادین که به یادگیری از طریق آموزش اشاره دارد. چهارم، منطق نمادین، که به طور بالقوه در ایجاد اضطراب مهم می‌باشد. شخص ممکن است استنباط کند چیزی خطرناک است. باندورا<sup>۲</sup> (۱۹۷۷) اظهار داشت که انتظارات کارآمدی (خود کارآمدی) شخص است که تعیین می‌کند آیا رفتارهای مقابله با مشکل به اجرا درخواهند آمد و به چه میزان شخصی به این رفتارها دست خواهد زد.

1- Mawrir

2- Bandura

- نظریه شناختی اضطراب، بک (۱۹۷۶) معتقد است که منشأ اضطراب بیمارگون، برآوردهای بیش از اندازه و مکرر خطر در یک یا چند بعد است که عبارتند از (محطاط، ۱۳۹۵):

- برآورد بیش از اندازه‌ی احتمال وقوع یک حادثه خطرناک
- تخمین بیش از اندازه شدت حادثه‌ی خطرناک
- برآورد پایین توانایی خود برای مواجهه با آن
- برآورد پایین احتمال کمک شخص دیگر

الیس (۱۹۷۶) با اظهار این نظر که علل اولیه آشفتگی آدمی بلورهای هسته‌ای غیرمنطقی هستند، نظریه شناختی را گسترش داد. الیس معتقد است که افراد، زمانی احساس رضایتمندی می‌کنند که قادر باشند هدف‌ها و مفاسد مهم زندگی را انتخاب و آن‌گاه فعالانه آنها را دنبال کنند. باورهای غیرمنطقی، به عنوان باورهایی تعریف می‌شوند که در مسیر دستیابی به این هدف‌ها، مانع ایجاد می‌کنند. به اعتقاد الیس (۱۹۷۶) عمل کردن براساس باورهای غیرمنطقی، موجب بروز اضطراب در فرد می‌گردد. همچنین بک و همکاران (۱۹۸۵) معتقدند که شخص در جریان اضطراب تمایل به پردازش انتخابی دارد. شخص مضطرب، ظرفیت و توانایی زیادی برای بازسازی حوادث تروماتیک به صورت تصویری دارد (به نقل از شمشادی، ۱۳۹۵).

- نظریه پدیدار شناختی اضطراب، براساس نظریه پدیدارشناختی اضطراب انسان می‌تواند از طریق انکار یا تحریف، مانع آگاهی از تجربه‌هایی شود که برای ساختار فعلی خویشتن تهدیدکننده است. اضطراب واکنش ارگانیک است به ادراک نیمه هوشیار تجربه‌ای که می‌تواند هوشیار شود و با ساختار خویش ناهمخوان گردد و بنابراین تغییری را بر خودپنداره تحمیل می‌کند. ناهمخوانی بین خویشتن و تجربه به عنوان یک منبع دائمی و تنش و تهدید باقی می‌ماند و فرد برای کاهش تنش به مکانیسم‌های دفاعی متوسل می‌شود. راجرز معتقد است که اضطراب، نتیجه ناهماهنگی و تمارض بین تجربه‌های واقعی و ادراک ما از خویشتن می‌باشد و با هر تجربه‌ای که با سازمان یا ساخت خود در تضاد باشد، ممکن است به عنوان یک تهدید ادراک شود (شفیع آبادیو ناصری، ۱۳۹۵).

- نظریه اصالت وجودی و انسان‌گرایی، مفهوم مرکزی نظریه اصالت وجودی این است



که شخص از پوچی عمیق در زندگی خود آگاهی می‌یابد که برای او بسیار دردناک است. اضطراب، واکنش شخص به این پوچی وسیع، بی‌وجودی و فقدان معنی است. پیروان این نظریه معتقدند که اضطراب یک واقعیت زندگی است و از موقعیت موجود پدید می‌آید. پیروان این نظریه اضطراب را به مثابه تشویشی می‌دانند که ناشی از به خطر افتادن ارزش‌هایی است که فرد آنها را برای زندگی خود، مهم و اساسی فرض می‌کند. شرایطی که موجب تسریع ظهور واکنش اضطرابی می‌شوند. یکی از آنها، معمولاً با انتخاب فرد گره خورده است. رواومی بر این باور است که اضطراب هنگامی ظاهر می‌شود که شخص با مشکل اساسی انتخاب رو به رو شود. به عبارت دیگر اضطراب پاسخ فرد در برابر شکست در انتخاب است. اگر این شکست مربوط به انتخاب ارزش‌ها باشد، شخص احساس پوچی و خلاء می‌کند (محطاط، ۱۳۹۵).

مارلو (۱۹۷۰) معتقد است افراد مبتلا به اختلالات، کسانی هستند که از دستیابی به نیازهای اساسی خود، خواه توسط خودشان و خواه توسط دیگران محروم شده‌اند و از کوشش آنان برای رسیدن به کمال و تحقق خویش جلوگیری شده است. در نتیجه آنان احساس تهدید و عدم امنیت می‌کنند (نقل از شمشادی، ۱۳۹۵).

## جرات ورزی

ولپی (۱۹۵۸)، اولین دانشمندی بود که اصطلاح جرات ورزی و آموزش آن را بکار برد. وی افرادی که قدرت نه گفتن و گرفتن حق خود را ندارند و از اضطراب اجتماعی رنج می‌برند، با عنوان افراد بدون جرات معرفی کرد (کارخانه، جزایری، بهرامی و فاتحی‌زاده، ۱۳۹۴). زیرا جرات ورزی یک مهارت اجتماعی مهم است که ضمن بهبودی سلامتی فردی و روابط بین فردی حمایت‌گرانه موجب بر خورداری فرد از سلامت هیجانی بهتر می‌شود (گیسون، ۲۰۱۰). این در حالی است که افراد کم جرات پایین‌ترین سطح خود کارآمدی را در روابط بین فردی دارند. این امر علاوه بر درگیری و ناسازگاری اجتماعی، آنها را از هرگونه ابراز عقیده‌ای بازمی‌دارد. (ویلیامز، ۲۰۱۲). مبحث آموزش ابراز وجود یا رفتار جرات‌مندانه در رفتاردرمانی سابقه طولانی دارد و سرآغاز آن به کارهای سالتر<sup>۲</sup> (۱۹۴۹) و وایی (۱۹۵۸) برمی‌گردد. اینان متوجه شدند برخی انسان‌ها نمی‌توانند حق خود را بگیرند،

1- Williams

2- Saltar

عرض وجود کنند یا خود را نشان دهند. در دو دهه اخیر، توجه بیشتری به این مبحث شده است که خود، نشانگر اهمیت این جنبه تعامل اجتماعی است. ابراز وجود در همه فرهنگ‌ها یکسان تلقی نمی‌شود، مثلاً در آمریکا به فردیت بها داده نمی‌شود و بعضی از جنبه‌های ابراز وجود در آمریکا بیشتر از فرهنگ‌های دیگر قابل قبول است اما با این وجود برخی از انواع ابراز وجود را بیشتر متناسب مردان تشخیص داده‌اند و آن را مردانه می‌دانند و زن‌ها هنوز در بسیاری از موارد حق ابراز وجود ندارند. این در حالی است که همه فرهنگ‌های به اندازه ما به ابراز وجود بها نمی‌دهند (کارخانه و همکاران، ۱۳۹۴).

### انواع رفتار جرات‌مندانه

- رد جرات‌مندانه، زمانی که با درخواست‌های نادرست و نامعقول دیگران مواجه می‌شویم می‌توانیم با روش رد قاطعانه (جرات‌مندانه) به درخواست آنان پاسخ منفی بدهیم. مثال: اگر به میهمانی دعوت شدیم که اعضای شرکت‌کننده در آن را نمی‌شناسیم و نمی‌خواهیم در آن میهمانی شرکت کنیم، می‌گوییم: متأسفم من در میهمانی‌ای که اعضای آن را نمی‌شناسم، شرکت نمی‌کنم.

- درخواست جرات‌مندانه، از این روش در مواقعی که نیازمند کمک گرفتن از دیگران هستیم، استفاده می‌کنیم. مثال: اگر برای حل یک مشکل بخواهیم از والدین یا دوستی کمک بگیریم، می‌گوییم: من برای حل مشکلم نیازمند کمک و همفکری شما می‌باشم. آیا می‌توانید به من کمک کنید؟

- بیان جرات‌مندانه، از این روش برای بیان احساس و افکار خود در تقدیر و تشکر از دیگران استفاده می‌کنیم. شما می‌توانستید بهتر به این موضوع پردازید. از دعوت شما سپاسگزارم. غذایی که درست کردید فوق‌العاده خوش مزه است (آرام، ۱۳۹۴).

- دل‌بستگی، دل‌بستگی یک رابطه هیجانی خاص است که مستلزم تبادل لذت، مراقبت و آسایش می‌باشد. ریشه پژوهش‌ها در زمینه دل‌بستگی به نظریه فروید درباره عشق بازمی‌گردد اما غالباً از پژوهشگر دیگری به نام پدر نظریه دل‌بستگی نام برده می‌شود. بالبی پژوهش‌های گسترده‌ای درباره مفهوم دل‌بستگی به عمل آورد. او دل‌بستگی را چنین توصیف کرده است. «ارتباط و پیوند روانی پایدار بین دو انسان» (بالبی<sup>۱</sup>، ۱۹۶۹؛ به نقل از نوری، ۱۳۹۳). بالبی با

این دیدگاه روانکاوانه موافق بود که تجربیات اولیه کودک، تأثیر مهمی بر رشد و رفتارهای بعدی در زندگی دارد. به عقیده او، سبک‌های دلبستگی اولیه ما در دوران کودکی و از طریق رابطه کودک / پرستار شکل می‌گیرد. بالبی همچنین عقیده داشت که دلبستگی دارای مؤلفه‌ای تکامل‌یابنده است و به بقای انسان کمک می‌کند. «گرایش به ایجاد پیوندهای عاطفی قوی به افراد بخصوص، یک مؤلفه اصلی طبیعت انسان است» (بالبی، ۱۹۸۸؛ به نقل از نوری، ۱۳۹۳).

### نظریه دلبستگی و نظریات دیگر

نظریه روان تحلیل‌گری، به گفته فروید اگر کودک شیرخواری می‌توانست فکر خود را بیان کند، بی‌شک اعتراف می‌کرد که مکیدن پستان مادر مهم‌ترین چیز در زندگی است. از نظر روان تحلیل‌گری رابطه بین کودک و مادر ناشی از توان برآورده کردن نیازهای بیولوژیکی کودک از سوی مادر است. نیاز کودک به غذا و کاهش درد، نمایانگر «لذت جوی حسی است» فروید می‌گفت در دوران شیرخواری هر چیز که به غذا خوردن کودک مربوط باشد از مهم‌ترین سرچشمه‌های کسب رضایت برای او قلمداد می‌شود. هنگامی که از کودکان مراقبت با غذایشان تأمین می‌شود، بر کسی که این لذایز را فراهم می‌کند متمرکز می‌شود، فروید این فرایند را «نیروگذاری روانی» نامید. از این دیدگاه نیروگذاری صورت گرفته توسط نوزاد موجب ایجاد رابطه عمیق و پایدار می‌شود که می‌تواند در شکل‌گیری شخصیت وی نقش داشته باشد و زندگی آینده وی را متأثر سازد. این شکل‌گیری رابطه بین کودک و مراقب را می‌توان تحت عنوان روابط با دیگران یا به اصطلاح دقیق‌تر «روابط موضوعی» نیز توضیح داد. «موضوع» یکی از نیازهای غریزی است که به وسیله شخص دیگری می‌توان به آن نیاز دست یافت. همچنین اکثر روان تحلیل‌گران معتقدند که شروع این رابطه اساساً ماهیت‌رهایی دارد و روابط موضوعی در نخستین سال‌های زندگی فرد شکل می‌گیرد (ماسن و همکاران، ۲۰۱۳؛ ترجمه یاسایی، ۱۳۹۳).

برحسب نظریه روان تحلیل‌گری، اولین موضوع عشق هر فرد مادرش است. نوزاد نمی‌تواند خود را از دیگران تشخیص دهد، او هیچ تجسمی از مادرش به عنوان یک فرد ندارد. شناسایی مادر با یک فرایند تدریجی انجام می‌شود. تصور می‌شود نخستین تجسم‌های کودک راجع به اشیایی هستند که به او رضایت می‌دهند و در عین حال موقتاً از نظر او غایب هستند؛ از جمله پستان‌های مادر یا پستانک، شخص مادر یا قسمت‌هایی از بدن خود

کودک. درک واقعی یک شخص هنوز برای او وجود ندارد بعد کودک یاد می‌گیرد که میان تأثرات خود فرق بگذارد؛ احتمالاً نخستین تمیز بین اشیاء «مورد اعتماد و اشیاء خارجی» است. اشیاء خارجی را چیز خطرناکی حس می‌کند؛ در حالی که از مراجع اعتماد، غذا انتظار دارد. او قسمت‌های مورد اعتماد مادرش را دوست دارد و تدریجاً آن را به صورت یک کل تشخیص می‌دهد. آن وقت وحدت دهانی با مادر برای او یک هدف نهایی می‌گردد. از روانکاوان بعد از فروید می‌توان به ملانی کلاین، سالیوان و اریکسون اشاره کرد که در این باره به نظریه پردازی پرداخته‌اند. ملانی کلاسن هماهنگ با نظریه اساسی اش درباره طرز تشکیل من و رشد روانی جنسی معتقد است که کودک خیلی زود با دیگران رابطه برقرار می‌سازد. او می‌گوید یکی از برداشت‌های اساسی ما این فرضیه است که نخستین تجربه‌های کودک درباره تغذیه و حضور مادر، موجب ایجاد یک رابطه موضوعی بین او و مادرش می‌شود (یلوم، ترجمه حق نویس، ۱۳۶۲، به نقل از شبانی، ۱۳۹۳). نظریه اریکسون این فرضیه پایه‌ای را حفظ کرده است که کنش‌های متقابل اولیه بین مادر و فرزند کیفیت خاصی دارد که برای رشد اولیه کودک لازم است، ولی این نظریه پرداز بر پیامدهای مراقبتی که با مهر و محبت و رفتاری آرام و اطمینان بخش همراه باشد تأکید بیشتری دارد تا بر عملکردهای بیولوژیکی مانند تغذیه کودک یا آب توالت رفتن او، مثلاً اریک اریکسون متذکر شد که آنچه از لحاظ رشد در دوران شیرخوارگی مهم و حساس تلقی می‌شود این است که در کودکان نسبت به فردی دیگر نوعی احساس اطمینان ایجاد می‌شود. کودکانی که از لحاظ پرورش تجارب رضایت بخشی داشته‌اند، این اولین مرحله رشد را با موفقیت می‌گذرانند اگر غیر از این باشد به دیگران احساس عدم اطمینان خواهند کرد (ماسن و همکاران، ۲۰۱۳، ترجمه یاسایی، ۱۳۹۴).

نظریه رفتارگرایی، اصطلاح وابستگی در اکثر موارد از سوی دیدگاه یادگیری به کار گرفته می‌شود. نظریه پردازان یادگیری نیز از روان تحلیل‌گری تبعیت نموده و بر این عقیده که نخستین رابطه شخص از وابستگی نوزاد به مادرش به وجود می‌آید. طرفداران نظریه یادگیری وابستگی را شکلی از درماندگی می‌دانند، به عقیده آنها کودک وابسته نه تنها درصدد جستجوی تماس با مادرش است، بلکه دائماً درصدد کسب تأیید و پذیرش از جانب دیگران است و چنین ویژگی در بزرگسالی، بیمارگونه است. (شبانی، ۱۳۹۳).

رفتار گریبان نیز فرض را بر این گذاشته‌اند که گرسنگی، تشنگی و درد غریزی اساسی هستند که کودکان را به عمل و امی‌دارند، ولی آنها مفهوم لیبدو را که قابلیت اندازه‌گیری نداشت نپذیرفتند و نیروگذاری روانی را که فروید مطرح کرده بود چون قابل مشاهده نبود قبول نکرده و به جای آن سائق‌های بیولوژیکی کودک را ارضا می‌کند (یعنی سائق را کاهش می‌دهد) تقویت‌کننده اولیه نامیده می‌شود مثلاً غذا برای کودک گرسنه تقویت‌کننده اولیه محسوب می‌شود. از این نظر مادر کودک به عنوان منشاء همیشگی تأمین غذا و آسایش، تقویت‌کننده ثانویه محسوب می‌شود. بنابراین کودک نه فقط به هنگام گرسنگی و درد به دنبال او است، بلکه در مواقع بسیار دیگری نیز وابستگی عمومی خود را به او نشان می‌دهد. در همین راستا نظریه پردازان یادگیری اجتماعی فرض بر این دارند که شدت وابستگی کودک به مادر بستگی دارد به این که مادر تا چه حد نیازهای کودک را تأمین می‌کند، یعنی مادر تا چه اندازه وجودش با لذت و کاهش درد و ناراحتی همراه است (ماسن و همکاران، ۲۰۱۳؛ ترجمه یاسایی، ۱۳۹۴).

دیدگاه کردارشناسی، کردارشناسان آن دسته از طبیعت‌گرایانی بودند که تأکید داشتند لازم است حیوانات در محیط طبیعی خود مورد مطالعه قرار گیرند و نباید محیط مطالعه را به آزمایشگاه محدود نمود. از جمله این افراد می‌توان به داروین، لورنس، تین برگن و بولی اشاره کرد. در واقع این افراد می‌خواستند رفتار موجود زنده را در یک زمینه تکاملی بررسی نمایند. طبق نظر کردارشناسان هر یک از انواع حیوانات با مجموعه‌ای از «الگوهای عاملی ثابت» به دنیا می‌آیند. الگوی عملی ثابت عبارت است از رفتاری کلیشه‌ای و متوالی که در صورت وجود محرک محیطی مناسب که به آن «رهاکننده» می‌گویند بروز می‌کند. بعضی از الگوهای عملی ثابت فقط در فاصله زمانی محدودی در دوران رشد حیوان فرصت بروز دارد که به آن، دوره حساس یا بحرانی می‌گویند. محرک‌های رهاکننده‌ای که قبل یا بعد از دوره بحرانی ظاهر می‌شوند، در رفتار حیوان تأثیر نگذاشته و یا تأثیر کمی می‌گذارند. «نقش‌پذیری» الگوی عملی ثابتی است که کمی بعد از تولد در اردک، غاز و بعضی دیگر از انواع حیوانات دیده می‌شود. جوجه اردک تازه از تخم درآمده، فطرتاً آماده است که به دنبال هر شی در حال حرکتی که می‌بیند راه بیافتد یا به او نزدیک شود (ماسن و همکاران، ۲۰۱۳؛ ترجمه یاسایی،

(۱۳۹۴).

این موضوع که نوزاد انسان به هنگام تولد آمادگی بروز رفتارهایی دارد که نه نتیجه رفتارهای قبلی است، توجه «جان بولبی» را به خود جلب کرد، بولبی متذکر شد که از نوزاد انسان رفتارهایی سر می‌زند که باعث می‌شود اطرافیان از او مراقبت کنند و در کنارش بمانند؛ این رفتارها شامل گریه کردن، خندیدن و سینه‌خیز رفتن به سمت کسی می‌شود. از نظر تکاملی این الگوها از لحاظ انطباق پذیری ارزش دارند، زیرا همین رفتارها باعث می‌شود که از کودکان مراقبت لازم به عمل آید تا زنده بمانند. واژه دلبستگی را نخستین بار بالبی در مورد پیوند مادر کودک به کار گرفت. بالبی مایل بود جهت پیوند مادر کودک واژه‌ای به کار برد که با واژه وابستگی متفاوت باشد. از نظر بولبی دلبستگی کودک به مادر تنها جهت برآورده شدن نیازهای تغذیه‌ای نمی‌باشد (شبانلی، ۱۳۹۳).

روانشناسان نیز نخست این نظریه را پیش کشیدند که کودک به این دلیل به مادر دلبستگی پیدا نمی‌کند که مادر منبع تغذیه برای برآورده ساختن یکی از نیازهای کودک است؛ اما این نظریه پاسخ‌گوی برخی واقعیت‌ها نبود. برای مثال جوجه اردک‌ها و جوجه مرغ‌ها هر چند از بدو تولد غذایشان را خودشان تأمین می‌کنند ولی در عین حال دنبال مادر راه می‌روند و وقت زیادی را با او صرف می‌کنند. آرامشی که آن‌ها از حضور مادر به دست می‌آورند نمی‌توانند از نقش مادر در غذا دادن به آن‌ها نشأت گرفته باشد. سلسله آزمایش‌های معروفی که با میمون‌ها صورت گرفته نشانگر آن است که در دلبستگی مادر فرزند چیزی فراتر از نیاز به غذا در کار است. در واقع تأکیدی که روان تحلیل‌گران و رفتارگراها بر اهمیت فوق‌العاده مبنابودن تغذیه به عنوان تعیین‌کننده رشد عاطفی و اجتماعی می‌کردند، از طریق پژوهش‌های بعدی تأیید نشد که نمونه‌اش را می‌توان در کار «مارلو» مشاهده نمود. بالبی و اینسورت همانند دیگر نظریه پردازان روان تحلیل‌گری معتقد بودند که تبیین رفتارهای بزرگسالی ریشه در دوران کودکی دارد؛ با این تفاوت که به نظر آن‌ها انگیزش انسان توسط «سیستم‌های رفتاری ذاتی» به جای سائق‌های زیستی مثل میل جنسی و گرسنگی راهنمایی می‌شود که سازش یافتگی و بقا در فرآیند انتخاب طبیعی تسهیل می‌شود (ماسن و همکاران، ۲۰۱۳؛ ترجمه یاسایی، ۱۳۹۴).

روش تحقیق مورد استفاده در این پژوهش، روش علی مقایسه‌ای و طرح پژوهش دو گروهی از نوع گروه‌های مقایسه‌ای (مقابله‌ای یا ایستا) یا گروه به‌هنگار است.

### جامعه آماری، گروه نمونه و روش نمونه‌گیری

جامعه آماری این پژوهش شامل تمامی افراد سالم (از نظر مصرف مواد) و افراد مصرف‌کننده مواد مخدر و محرک هستند که در سه ماهه دوم سال ۱۳۹۷ به مراکز ترک اعتیاد شهرستان ورامین مراجعه کرده‌اند. به دلیل عدم دسترسی دقیق به اطلاعات مربوط به تعداد افراد وابسته به مواد زیر نظر مراکز ترک اعتیاد، نمونه انتخابی از این جامعه براساس اندازه نمونه پیشنهاد شده در پژوهش‌های علی مقایسه‌ای ۱۰۰ نفر (دلاور، ۱۳۹۱)، افراد وابسته به مواد مخدر و محرک (تریاک، شیشه و هروئین) صورت گرفت که به روش نمونه‌گیری در دسترس انتخاب شدند. گروه مقایسه شامل ۱۰۰ نفر از افراد عادی (از میان همراهان بیماران) که از لحاظ سن، جنس و تحصیلات با گروه هدف هم‌تاسازی شدند.

جدول ۱- توزیع ویژگی‌های جمعیت‌شناختی اعضای نمونه (۲۲۸-۱)

جنسیت	افراد معتاد	افراد عادی	نسبت
	N	N	%
مرد	۷۱	۶۸	۶۸
زن	۲۹	۲۲	۲۲
کل	۱۰۰	۱۰۰	۱۰۰
وضعیت تاهل			
مجرد	۳۹	۴۲	۳۲
متاهل	۵۱	۵۸	۵۸
کل	۱۰۰	۱۰۰	۱۰۰
گروه سنی			
۲۰-۲۵	۱۵	۲۰	۲۰
۲۵-۳۰	۶۵	۵۹	۵۹
۳۰-۳۵	۲۰	۳۱	۲۱
کل	۱۰۰	۱۰۰	۱۰۰

مقطع تحصیلی				
۳۵	۳۵	۳۸	۲۸	زیر دیپلم
۲۶	۲۶	۲۹	۲۹	دیپلم
۱۹	۱۹	۱۳	۱۲	لیسانس
۱۰۰	۱۰۰	۱۰۰	۱۰۰	کل

جدول ۱ وضعیت ویژگی‌های جمعیت شناختی دو گروه نمونه را نشان می‌دهد. همانطور که مشاهده می‌شود بیشترین تعداد شرکت‌کنندگان در هر دو گروه افراد معتاد (۷۱ درصد) و افراد عادی (۶۸ درصد) را مردان تشکیل می‌دهد. همچنین بیشترین تعداد شرکت‌کنندگان در هر دو گروه افراد معتاد (۵۱ درصد) و افراد عادی (۵۸ درصد) را متاهلین تشکیل می‌دهد. بیشترین گروه سنی شرکت‌کننده نیز در گروه افراد معتاد (۶۵ درصد) و گروه افراد عادی (۵۹ درصد) را گروه سنی ۲۵-۳۰ سال تشکیل می‌دهد. از طرفی نیز تعداد شرکت‌کنندگان در هر دو گروه افراد معتاد (۴۹ درصد) و افراد عادی (۴۶ درصد) را گروه با تحصیلات دیپلم تشکیل می‌دهد.

### ابزار جمع‌آوری داده‌ها

ابزار جمع‌آوری داده‌ها در این پژوهش علاوه بر مطالعه سوابق و مطالعات علمی گذشته استفاده از پرسشنامه اضطراب (زانگ ۱۹۷۰) و پرسشنامه جرأت‌ورزی (گمبریل و ریجی ۱۹۷۵) و پرسشنامه سبک‌های دلبستگی هازن و شیور می‌باشد.

### روش اجرا

بعد از اخذ مجوزهای لازم به مراکز درمانی اعتیاد شهر ورامین مراجعه شد. بعد از مراجعه به این مراکز، از مراجعه‌کنندگانی که برای درمان به این مراکز رجوع کرده بودند خواسته شد تا در صورت تمایل در پژوهش شرکت کنند. سپس با توجه به میزان حجم نمونه انتخابی و همچنین ملاک‌های ورود، نمونه‌های آماری از بین معتادان مراجعه‌کننده برای درمان به صورت در دسترس انتخاب شدند، برای گروه مقابل نیز از بین همراهان این افراد با



توجه به ملاک‌های ورود نمونه‌ها انتخاب شدند. بعد از انتخاب نمونه‌ها در هریک از مراکز توضیحاتی در مورد پژوهش و روش کار برای نمونه‌ها داده شد. سپس به آنها پرسشنامه‌ها داده شد و پس از ۹۰ دقیقه پرسشنامه‌ها جمع آوری شد. این کار ۸ روز به طول انجامید. در پایان به تجزیه و تحلیل آماری پرسشنامه‌ها با استفاده از نرم افزار SPSS پرداخته شد که نتایج در فصل ۴ پژوهش آمده‌اند.

### روش تجزیه و تحلیل داده‌ها

برای تحلیل داده‌ها و مقایسه میانگین دو گروه افراد وابسته به مواد و افراد بهنجار در متغیرهای وابسته از روش تحلیل واریانس چند متغیری (MANOVA) و آزمون تی مستقل با کمک نرم افزار SPSS استفاده خواهد شد. داده‌های به دست آمده از پرسشنامه با توجه به فرضیه‌های پژوهش طبق جدول صفحه بعد تحلیل شده است.

فرضیه ۱ پژوهش اضطراب در بین افراد وابسته به مواد و افراد عادی، تفاوت دارد. جهت بررسی این فرضیه از آزمون مقایسه میانگین دو جامعه (افراد عادی و افراد معتاد) استفاده می‌شود. در جدول زیر نتایج این آزمون نشان داده شده است.

جدول ۱- نتایج آزمون مقایسه اضطراب دو جامعه افراد معتاد و عادی

اختلاف میانگین‌ها	درجه آزادی	اضطراب
۵/۷۸	۱۹۸	۲/۷۶

با توجه به نتایج این جدول می‌توان گفت که سطح معنی‌داری آزمون برابر  $0/006$  و کمتر از خطای آماری است. ( $p - \text{value} > 0/05$ ) بنابراین می‌توان گفت که میانگین اضطراب در بین افراد وابسته به مواد و افراد عادی، به طور معنی‌داری تفاوت دارد و میانگین میزان اضطراب، افراد معتاد  $5/78$  نمره بیشتر از افراد عادی است. بنابراین فرضیه نخست پژوهش پذیرفته می‌شود.

فرضیه ۲ پژوهش جرأت و رزی در بین افراد وابسته به مواد و افراد عادی، تفاوت دارد. جهت بررسی این فرضیه نیز از آزمون مقایسه میانگین دو جامعه (افراد عادی و افراد معتاد) استفاده می‌شود. در جدول نیز نتایج این آزمون نشان داده شده است.

جدول ۲- نتایج آزمون مقایسه اضطراب دو جامعه افراد معتاد و عادی

اختلاف میانگین‌ها	سطح معنی داری	درجه آزادی		
-۷/۸۸	۰/۰۰۷	۱۹۸	-۲/۷	اضطراب

با توجه به نتایج این جدول می‌توان گفت که میانگین اضطراب در بین افراد وابسته به مواد و افراد عادی، به طور معنی داری تفاوت دارد (  $p - value = ۰/۰۰۷ > ۰/۰۵$  ). همچنین با توجه به مقدار اختلاف میانگین‌ها می‌توان گفت که میانگین میزان اضطراب افراد معتاد کمتر از افراد عادی است (۷/۸۸) بنابراین این فرضیه پذیرفته می‌شود.

فرضیه ۳ پژوهش سبک‌های دل‌بستگی در بین افراد وابسته به مواد و افراد عادی، تفاوت دارد. به علت سه متغیره بودن سبک‌های دل‌بستگی و نیز وجود همبستگی بین این متغیرها، استفاده از روش تحلیل واریانس چندمتغیره (MANOVA) اجتناب ناپذیر است. لذا ابتدا به منظور بررسی تفاوت سبک‌های دل‌بستگی در افراد معتاد و عادی، جدول آزمون‌های چندمتغیره نشان داده شده است.

جدول ۳: نتایج تحلیل واریانس چند متغیری (MANOVA) روی نمرات متغیرهای پژوهش بین دو گروه.

آزمون	مقدار	درجه آزادی فرضیه	درجه آزادی خطا	
اثر پیلاپی	۰/۳۷	۳	۱۹۶	۰/۰۰۱
لاندام و پیک	۰/۶۳	۳	۱۹۶	۰/۰۰۱
اثر هنلینک	۰/۵۹	۳	۱۹۶	۰/۰۰۱
بزرگترین ریشه روی	۰/۵۹	۳	۱۹۶	۰/۰۰۱

با توجه به نتایج جدول فوق مشاهده می‌شود که برای هر چهار آزمون آورده شده،  $p - value$  برابر ۰/۰۰۱ و کمتر از خطای آماری است (  $p - value > ۰/۰۵$  ). بنابراین می‌توان گفت که بین حداقل یکی از سبک‌های دل‌بستگی در افراد عادی و افراد وابسته به مواد متفاوت است، از نتایج تحلیل واریانس استفاده می‌شود که در جدول زیر ارائه شده است.

جدول ۴: نتایج تحلیل واریانس یک متغیری در متن (MANOVA) روی نمرات متغیرهای پژوهش بین دو گروه

مجموع مربعات	درجه آزادی	میانگین مربعات		
۱۶۵/۶۲	۱	۱۶۵/۶۲	۲/۹۸	۰/۰۴۸
۱۱۲/۵	۱	۱۱۲/۵	۳/۱۲	۰/۰۴۲

سبک دوسوگرا	۲۲۱۱/۱۳	۱	۲۲۱۱/۱۳	۸۳/۰۳	۰/۰۰۰۱
-------------	---------	---	---------	-------	--------

با توجه به مقادیر جدول فوق می‌توان گفت که هر سه سبک دلبستگی ایمن، اجتنابی و دوسوگرا در افراد عادی و وابسته به مواد مخدر به طور معنی‌داری با هم متفاوت است (  $p - value > 0/05$  ). همچنین با توجه به اینکه اماره F سبک دوسوگرا بیشترین مقدار را داراست می‌توان نتیجه گرفت که میزان استفاده از سبک دوسوگرا در دو گروه افراد معتاد و عادی بسیار متفاوت است و با استفاده از جدول ۴ می‌توان گفت که افراد معتاد بیشتر از سبک دلبستگی دوسوگرا استفاده می‌کنند.

فرضیه ۴ پژوهش جرات و رزی در بین افراد وابسته به مواد و افراد عادی، تفاوت دارد.

سبک‌های دلبستگی در بین افراد وابسته به مواد و افراد عادی، تفاوت دارد.

اضطراب، جرات و رزی و سبک‌های دلبستگی در بین افراد وابسته به مواد و افراد عادی، تفاوت دارد. جهت بررسی این فرضیه نیز از روش تحلیل واریانس چند متغیره (MANOVA) استفاده می‌شود. ابتدا به منظور بررسی تفاوت سبک‌های دلبستگی در افراد معتاد و عادی، جدول آزمون‌های چند متغیره نشان داده شده است.

جدول ۵: نتایج تحلیل واریانس چند متغیری (MANOVA) روی نمرات متغیرهای پژوهش بین دو گروه

آزمون	مقدار	F	درجه آزادی فرضیه	درجه آزادی خطا	P-value
اثر پیلاپی	۰/۴	۲۶/۱۱	۵	۱۹۴	۰/۰۰۰۱
لانداى وبلک	۰/۶	۲۶/۱۱	۵	۱۹۴	۰/۰۰۰۱
اثر هتلینگ	۰/۶۷	۲۶/۱۱	۵	۱۹۳	۰/۰۰۰۱
بزرگترین ریشه روی	۰/۶۷	۲۶/۱۱	۵	۱۹۴	۰/۰۰۰۱

با توجه به نتایج جدول فوق مشاهده می‌شود که برای هر چهار آزمون آورده شده، P-value برابر ۰/۰۰۰۱ و کمتر از خطای آماری است (  $p - value > 0/05$  ). بنابراین می‌توان گفت که بین حداقل یکی از سبک‌های دلبستگی، اضطراب و جرات و رزی در افراد عادی و افراد وابسته به مواد متفاوت است. از نتایج تحلیل واریانس استفاده می‌شود که در جدول زیر ارائه شده است.

جدول ۶- نتایج تحلیل واریانس یک متغیری در متن (MANOVA) روی نمرات متغیرهای پژوهش بین دو گروه

p-value	F	میانگین مربعات	درجه آزادی	مجموع مربعات	
۰/۰۰۶	۷/۵۹	۱۶۷۰/۲۲	۱	۱۶۷۰/۴۳	اضطراب
۰/۰۰۷	۷/۳۱	۳۱۰۴/۷۲	۱	۳۱۰۲/۷۲	جرات ورزی
۰/۰۴۸	۳/۹۸	۱۶۵/۶۲	۱	۱۶۵/۶۲	سبک ایمن
۰/۰۴۳	۳/۱۲	۱۱۲/۵	۱	۱۱۲/۵	سبک اجتنابی
۰/۰۰۰۱	۸۴/۰۳	۲۲۱۱/۱۳	۱	۲۲۱۱/۱۳	سبک دوسوگرا

با توجه به مقادیر جدول فوق می توان گفت که همه مؤلفه های اضطراب، جرات ورزی و سبک دلبستگی ایمن، اجتنابی و دوسوگرا در افراد عادی و وابسته به مواد مخدر به طور معناداری با هم متفاوت است ( $p - value > ۰/۰۵$ ) در نتیجه فرضیه پژوهش تأیید می شود.

### نتیجه گیری تحقیق

اعتیاد یک بیماری جسمی، روانی، اجتماعی و معنوی است (گالاتر، ۲۰۰۶)، اعتیاد به عنوان یک بیماری جسمانی و روانی تعداد قابل ملاحظه ای از افراد جهان و بویژه ایران را مبتلا ساخته است. مهمتر اینکه کیفیت زندگی و ارزش های مورد قبول همه جامعه را مورد تهدید قرار می دهد. از آثار مخرب اعتیاد و مصرف مواد می توان به پرخاشگری و حالات عصبی شناختی فرد، عدم رضایت زناشویی معتادان و زندگی خانوادگی و روابط جنسی، همسرانشان، اضطراب و افسردگی و سلامت عمومی اشاره کرد. (بیگی، شیرازی و پسندیده، ۱۳۹۲).

عوامل متفاوتی در بروز و گرایش به مواد مخدر تأثیر گذارند از جمله این موارد که در پژوهش حاضر بررسی شد سبک های دلبستگی، اضطراب و جرات ورزی می باشد. الگوی مقابله معتادان، غیر سازنده و غیر انطباقی است (بخشی پور رودسری و صبوری مقدم، ۱۳۹۳). البته تجربه اعتیاد، شکل گیری این الگوهای مقابله ای را آسان و تسریع می کند. مقابله عاملی است که به افراد کمک می کند تا آرامش روانی خود را در دوره های استرس حفظ کنند. مقابله دربرگیرنده تلاش های شناختی و رفتاری است که شرایط استرس زا و ناراحتی هیجانی همبسته با آن شرایط را کاهش یا افزایش می دهند. شیوه مقابله اگر انطباقی

باشد موجب چیرگی بر مشکلات می‌گردد و اگر غیرانطباقی باشد، اثرات زیان‌بار بلندمدت به دنبال دارد (لازاروس و فولکمن، ۱۹۸۴)، در همین راستا، مصرف مواد خود یک راهبرد مقابله‌ای غیرانطباقی است (بخشی پور رودسری و صبوری مقدم، ۱۳۹۳).

گسترده‌گی رفتارهای غیرقاطعانه در افرادی که تحت تأثیر موقعیت‌های پرخطر هستند (مانند گروه‌هایی از دوستان که مواد مخدر و یا رفتارهای جنسی پرخطر را پیشنهاد می‌کنند) مطرح است. افرادی که به علت فقدان مهارت‌های مهم بین فردی و اجتماعی نمی‌توانند خود را ابراز کنند، در نتیجه جرأت رد کردن درخواست‌های نامعقول و توان دفاع از حقوق خود را ندارند (وجودی و همکاران، ۱۳۹۳). وجودی و همکاران (۱۳۹۳). اظهار داشتند با توجه به مهارت جرأت ورزی می‌توان انتظار داشت افرادی که از میزان جرات ورزی پایین‌تری برخوردارند هنگام رویارویی با درخواست‌های نامعقول دیگران از قبیل امتحان نمودن مواد مخدر بیشتر در حالت منعفل قرار بگیرند و برخلاف میل باطنی خود به این درخواست‌ها جواب مثبت بدهند. رفتارهای قاطعانه در روابط بین فردی و درون فردی در موقعیت‌های بحران‌زا مؤثر هستند.

بالبی پیوند عاطفی نوزاد به مادر را تشریح کرد و نشان داد که تشکیل چنین پیوندی و تجربه امنیت در چارچوب این پیوند سنگ بنای تحول و کنش‌وری در افراد غیر مبتلا است. از سوی دیگر، تجربه ناامنی در رابطه دلستگی با مشخصه‌های بی‌اعتمادی، آسیب‌پذیری، حساسیت و مشکلات ارتباطی همبستگی دارد. سبک‌های دلستگی، روش‌های مواجهه فرد با موقعیت‌های استرس‌زا را متأثر می‌سازند (بشارت، غفوری و رستمی، ۱۳۸۶). مطابق نظریه خودشیفتگی کوهات (۱۹۹۲) به نقل از بشارت و همکاران، (۱۳۸۶). معتادان افرادی هستند که از تجربیات دردناک ناشی از سرخوردگی‌های شدید در ارتباط با مادر رنج می‌برند. بی‌توجهی مادر نسبت به نیازهای فرزند باعث می‌شود خودتنظیم‌گری با موفقیت انجام نشود و ساختارهای روانی مرتبط با کنترل درونی رفتار شکل‌نگیرند. در نتیجه، این افراد به امور و اشیای بیرونی وابستگی پیدا می‌کنند و مصرف مواد یکی از شیوه‌های جبران کمبودهای درونی آنها محسوب می‌شود. بر این اساس می‌توان گفت تجربیات آسیب‌زای دوران کودکی که مربوط به سرخوردگی‌های شدید در ارتباط با مادر است یکی از مکانیسم‌های تأثیرگذار بر سبک دلستگی می‌باشد.

به طور کلی با توجه به نتایج این پژوهش و پژوهش‌های دیگر می‌توان نتیجه گرفت که اضطراب و تنش‌ها، روابط نادرست و فشارهای محیطی و خانوادگی و همچنین نداشتن جرات کافی باعث می‌شوند فرد در مقابله با مشکلات و تنش‌ها به عملی غیرمنطقی و استفاده از راهبردی اشتباه همچون مصرف مواد مخدر روی آورند.

### پیشنهادات تحقیق

- با توجه به معنی‌دار بودن تفاوت سبک‌های دلبستگی و نوع و میزان استفاده از سبک‌های مختلف توسط نمونه‌ها، پیشنهاد برگزاری دوره‌های آموزش به خانواده‌ها در مورد اهمیت رابطه والد فرزندی و سبک‌های دلبستگی داده می‌شود.
- با توجه معنادار بودن تفاوت اضطراب در دو گروه و نقش مهم اضطراب در روی آوردن افراد به مصرف مواد مخدر، پیشنهاد می‌گردد در مدارس، خانواده و محیط نوجوانان عوامل تنش‌زا و اضطراب آور را تا حد ممکن حذف کرد.
- با توجه به معنادار بودن تفاوت جرات و رزی در دو گروه و نقش مهم جرات و رزی و قاطع بودن فرد در روی آوردن افراد به مصرف مواد مخدر، پیشنهاد می‌گردد در مدارس، خانواده و محیط نوجوانان مهارت‌های جرات و رزی و دوست‌یابی را آموزش داده تا قدرت نه گفتن به مواد مخدر و محرک را یاد بگیرند.
- بکاربردن و استفاده از نتایج اینگونه پژوهش‌ها در کارگاه‌های آموزشی، مراکز تربیتی و ... به منظور ارتقاء سطح اطلاعات و آگاهی‌های مربیان، مشاوران والدین و کلیه دست‌اندرکاران مسائل تربیتی.

## منابع

- آرام، (۱۳۹۳)، تأثیر آموزش مهارت‌های جرات ورزی بر مهارت حل مسأله و بهزیستی روان‌شناختی نوجوانان. پایان‌نامه کارشناسی ارشد روانشناسی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد تهران مرکزی.
- امانی، اعتمادی، فاتحی زاده، و بهرامی (۱۳۹۱)، رابطه میان سبک‌های دلبستگی و سازگاری اجتماعی، *دوفصلنامه علمی پژوهشی دانشگاه شاهد*، ۱۹ (۱۷-۵).
- امانی، اعتمادی، فاتحی زاده، و بهرامی (۱۳۹۱)، رابطه میان سبک‌های دلبستگی و سازگاری اجتماعی، *دوفصلنامه علمی پژوهشی دانشگاه شاهد*، ۱۹ (۳۳-۳۲).
- بخشی پور رودسری، محمود علیلو، و ایرانی (۱۳۸۷)، مقایسه ویژگی‌ها و اختلال‌های شخصیت راهبردهای مقابله‌ای معنادان خودمعرف و گروه به‌هنجار، *مجله روانپزشکی و روانشناسی بالینی ایران*، ۱۴ (۳)، ۲۹۷-۲۸۹.
- بشارت، غفوری، و رستمی، (۱۳۸۶)، مقایسه سبک‌های دلبستگی بیماران مبتلا به اختلال‌های مصرف مواد و غیرمبتلا، *مجله پژوهشی دانشکده پزشکی شهید بهشتی*، ۳۱ (۳)، ۲۶۵-۲۷۱.
- بهادری خسروشاهی، و خانجانی (۱۳۹۳)، ارتباط راهبردهای مقابله‌ای و خودکارآمدی با گرایش به مصرف مواد در دانشجویان. *فصلنامه دانش و پژوهش در روانشناسی کاربردی*. سال چهاردهم، شماره ۳، پیاپی ۵۳. ۹۰-۸۰.
- بهزاد، (۱۳۹۰)، تأثیر آموزش مهارت جرات ورزی بر خودکارآمدی و انتخاب رشته دانشگاهی دانش آموزان دختر منطقه ورامین، پایان‌نامه کارشناسی ارشد رشته مشاوره و راهنمایی دانشگاه الزهرا (س).
- پاول، و انرایت، (۱۹۷۸)، *کنترل اضطراب و استرس*، ترجمه حسن تونزنده جانی و نسرين کمال پور (۱۳۷۶)، دانشگاه آزاد اسلامی واحد نیشابور، نشر موندیز.
- پاول، و انرایت، (۱۹۹۱)، *فشار روانی، اضطراب و راه‌های مقابله با آن*، ترجمه عباس بخشی پور رودسری و حسن صبوری مقدم. (۱۳۹۳). مشهد؛ انتشارات آستان قدس رضوی.
- خوش لهجه صدق، و صلیبی (۱۳۹۳)، بررسی رابطه سبک‌های دلبستگی و سلامت عمومی با رضایتمندی زناشویی در کارکنان زن متاهل دانشگاه تربیت مدرس. *نشریه جامعه*

- پژوهی فرهنگی، پژوهشگاه علوم انسانی و مطالعات فرهنگی، ۶ (۱). ۱۰۷-۷۵.
- خیری، عبداللهی، و شاهقلیان، (۱۳۹۲)، مقایسه هوش هیجانی، سبک دلبستگی و عزت نفس در افراد معتاد و غیرمعتاد، **نشریه روان‌شناسی سلامت**. ۳ (۷) ۶۹-۸۱.
- زارعی، (۱۳۹۳)، **بررسی اثربخش آموزش مهارت رفتار جرأت‌مندانه بر تصمیم‌گیری و کمالگرایی دانش‌آموزان دختر**، مقطع سوم دبیرستان منطقه ۸ شهر تهران. پایان‌نامه کارشناسی ارشد روانشناسی، دانشگاه علامه طباطبایی.
- شبانی، (۱۳۹۳)، **تدوین مدل ساختاری بهزیستی روانی براساس سبک دلبستگی به والدین با میانجی‌گری دلبستگی بزرگسالی**، دلبستگی به خدا و شفقت به خود. پایان‌نامه دکترای تخصصی روانشناسی عمومی و میان‌رشته‌ای، دانشگاه آزاد اسلامی واحد تهران مرکزی.
- شمشادی، (۱۳۹۵)، **اثربخشی آموزش برنامه مبتنی بر سپاسگزاری بر کاهش اضطراب وجودی و افزایش سپاسگزاری**، پایان‌نامه کارشناسی ارشد روانشناسی، دانشگاه الزهراء (س).
- کارخانه، جزایری، بهرامی، ف و فاتحی زاده، (۱۳۹۴)، **بررسی تأثیر آموزش مبتنی بر خودتمایزسازی بوئن بر جرأت‌ورزی زنان متأهل اصفهان**، **نشریه شخصیت و تفاوت‌های فردی**. ۷ (۴). ۱۸۳-۱۶۷.
- ماسن، کیگان، هوستون، ا و کانجر، (۱۳۹۴)، **رشد و شخصیت کودک**، ترجمه مهشید یاسایی، تهران: نشر مرکز.
- مشاک، (۱۳۸۵). **مقایسه باورهای غیرمنطقی، حمایت اجتماعی و اضطراب اجتماعی دانش‌آموزان دختر دارای مادران شاغل و غیرشاغل دبیرستان‌های شهر اهواز**، پایان‌نامه کارشناسی ارشد روانشناسی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد اهواز.
- Abbott, (2016). **Mitigating the Effects of Test Anxiety through a Relaxation Technique Called Sensory Activation**, Thesis of Doctor Education. Lindenwood University.
- Bao, Zhang, W, & Wang, Y. (2015). School climate and delinquency among Chinese adolescents: analyses of effortful control as a moderator and deviant peer affiliation as a mediator, **Journal of Abnormal**



**Child Psychology**, 43, 81- 93.

- Knfelsios, (2004). Attnchment and emotional intelligence abilitics across the life course, **Journal of personality and individual differences**, 37: 129-45.

