



Studying The Relationship Between Attachment Styles And Early Maladaptive Schemas With Self-Handicappingin Students

Ali Afshari

Department of Psychology, University of Maragheh, Maragheh, Iran

*Corresponding author: Ali Afshari, Department of Psychology, University of Maragheh, Maragheh, Iran. Email: a_afshari@maragheh.ac.ir

Article Info

Keywords: Attachment styles, Early maladaptive schemas, Self-disability

Abstract

Introduction: Self-malformation is one of the defense mechanisms for maintaining self-esteem during failure. The purpose of this study was to investigate the relationship between attachment styles and early maladaptive schemas with self-handicappingin Maragheh University students.

Methods: In this research, the correlation descriptive method was used. The statistical population of this study included all students of Maragheh University in the academic year of 2018. A random sample of 300 students was selected as the sample from this society. For collecting information, Hazen and Shire's attachment style letters, early Young's maladaptive schemas, and Jones and Rodwell's self-maladaptation scale were used. In order to analyze the findings, multivariate regression and Pearson correlation coefficient were used using SPSS 24 software.

Results: The results of the study showed that there is a significant relationship between early maladaptive schemas and self-handicapping ($P < 0.01$). Moreover, there is a significant relationship ($P < 0.01$) between attachment styles, unsafe anxiety attachment style and unsafe ambiguity with self-maladaptation. However, there is no significant relationship between safe attachment style and disability.

Conclusion: Unsafe and ambivalent attachment styles and early maladaptive schemas can lead to self-malformation in students.

بررسی رابطه بین سبک های دلبستگی و طرحواره های ناسازگار اولیه با خود ناتوان سازی در دانشجویان

علی افشاری

گروه روانشناسی، دانشکده علوم انسانی، دانشگاه مراغه، مراغه، ایران

*نویسنده مسؤل: علی افشاری، گروه روانشناسی، دانشکده علوم انسانی، دانشگاه مراغه، مراغه، ایران ایمیل: a_afshari@maragheh.ac.ir

چکیده

مقدمه: خودناتوان سازی از جمله مکانیسم های دفاعی جهت حفظ اعتماد به نفس هنگام شکست خوردن می باشد. هدف این تحقیق بررسی رابطه بین سبک های دلبستگی و طرحواره های ناسازگار اولیه با خود ناتوان سازی در دانشجویان دانشگاه مراغه بود. **روش ها:** در این پژوهش از روش تحقیق توصیف همبستگی استفاده شد. جامعه آماری این پژوهش شامل کلیه دانشجویان دانشگاه مراغه در سال تحصیلی ۱۳۹۷-۹۸ بود. از جامعه مذکور با استفاده از روش نمونه گیری تصادفی خوشه ای تعداد ۳۰۰ نفر از دانشجویان به عنوان نمونه انتخاب شدند. برای جمع آوری اطلاعات از پرسش نامه های سبک دلبستگی هازن و شیور، طرحواره های ناسازگار اولیه یانگ و مقیاس خود ناتوان سازی جونز و رودالت استفاده شد. به منظور تحلیل یافته ها از رگرسیون چند متغیره و ضریب همبستگی پیرسون با استفاده از نرم افزار SPSS 24 استفاده شد.

یافته ها: نتایج پژوهش نشان داد که بین طرحواره های ناسازگار اولیه با خود ناتوان سازی رابطه معناداری دارند ($P < 0/01$) و همچنین از بین سبک های دلبستگی، بین سبک دلبستگی نا ایمن اجتنابی و نا ایمن دوسوگرا با خودناتوان سازی رابطه معناداری وجود دارد ($P < 0/01$). اما بین سبک دلبستگی ایمن با خود ناتوان سازی رابطه معنادار وجود ندارد.

نتیجه گیری: سبک های دلبستگی نا ایمن و دوسوگرا و طرحواره های ناسازگار اولیه می توانند منجر به خودناتوان سازی در دانشجویان شوند.

واژگان کلیدی: سبک های دلبستگی، طرحواره های ناسازگار اولیه، خود ناتوان سازی

مقدمه

یکی از ویژگی‌های شخصیتی که روی عملکرد دانشجویان تاثیر می‌گذارد، خود ناتوان سازی است. خود ناتوان سازی از راهبرد های کمتر شناخته شده‌ای است که برای تبیین شکست بکار می‌رود [۱]. این اصطلاح برای اولین بار توسط جونز و برگلاس به کار رفته است. به نظر می‌رسد این راهبرد برای دستکاری باورهای دیگران بکار برده می‌شود [۲]. این استراتژی فعال، فرصت‌ها را برای بیرونی جلوه دادن شکست (در امتحان شکست خوردن یا مریض بودن نتوانستم مطالعه کنم) و موفقیت را برای دورنی جلوه دادن (من باهوش هستم و زیاد مطالعه نمی‌کنم ولی همیشه خوب عمل می‌کنم) افزایش می‌دهد [۳]. افراد در مواقع شکست یا ترس از شکست مجموعه‌ای از راهبرد ها را به کار می‌گیرند تا به آنها به عنوان قربانیان شرایط و نه قربانیان ناتوانی نگریسته شود. برگلاس و جونز [۴] این راهبردها را خودناتوان سازی نامیدند زیرا استفاده از آنها ممکن است به تضعیف عملکرد بینجامد. راهبردهای خودناتوان سازی پیشایندهایی هستند که افراد به کار می‌گیرند به این امید که جانشین عواملی شوند که در آینده ممکن است شایستگی آنان را مورد تردید قرار دهد. آرمانی آن است که افراد این شرایط را در عوامل بیرونی جست و جو کنند نه در عوامل درونی. به عبارتی دیگر خودناتوان سازی عبارت است از هر عمل یا زمینه عملی که به فرد امکان می‌دهد تا شکست را به عوامل بیرونی (بهبانه) و موفقیت را به عوامل درونی (به منظور کسب افتخار) نسبت دهد. خودناتوان سازی راهبردی دفاعی است که در آن فرد قبل از عملکرد، موانعی را ایجاد می‌کند تا به وسیله آن اسنادهای را بعد از آن عملکرد دستکاری کند [۵]. اجتناب از اسنادهای درونی هنگام شکست برای خودناتوان سازان بسیار مهم است. این افراد هنگامی که نتایج آینده نامعین است یا زمانی که یک منبع بیرونی که عملکرد ضعیف را توجیه می‌کند در دسترس نباشد موانعی را برای انجام کار ایجاد می‌کنند [۶]. افرادی که ترس از شکست دارند، برخی مواقع مجموعه‌هایی از حالات فیزیکی و روانی و یا نشانه‌های مرضی را مطرح می‌کنند، به نحوی که بتوان شکست را به این نشانه‌ها و نه عدم شایستگی آنها اسناد داد. به عبارتی، آنها از این نشانه‌های مرضی و حالات روانی به عنوان خودناتوان سازی استفاده می‌کنند [۷].

فراری و تامسون عقیده دارند که خودناتوان سازی به دو صورت انجام می‌گیرد: خودناتوان سازی ادعایی و خودناتوان سازی رفتاری. خودناتوان سازی ادعایی به موقعیت‌های منفعلانه‌ای اشاره دارد که فرد ناتوان کننده آنرا ادعا می‌کند،

مثل فشارهای روانی، خستگی یا اضطراب امتحان. خودناتوان سازی رفتاری به موقعیت‌های فعالانه‌ای اشاره دارد که فرد بطور فعال موانعی را ایجاد می‌کند تا شانس موفقیت خود را کاهش دهد. زمانی فرد از راهبردهای خودناتوان سازی رفتاری بهره می‌گیرد، که احساس کند تلاش برای مقابله با مشکلی که موفقیت در آن تضمین شده نیست بی فایده است، لذا ترجیح می‌دهد در موقعیت خود اخلال ایجاد کند تا بدین ترتیب حداقل بهانه‌ای برای شکست خود داشته باشد. خودناتوان سازی در بعد رفتاری به اشکال مختلف دیده می‌شود مثل استفاده از الکل یا مواد، طفره روی یا به تعویق انداختن کارها، خود داری عمدی از تلاش و امتناع از انجام وظایف تحصیلی، تظاهر به عدم تلاش، و رفتار از هم گسیخته [۸]. در واقع خود ناتوان سازی رفتاری یک استراتژی دفاعی است که بوسیله آن، افراد قبل از انجام تکلیف، موانعی را برای خود ایجاد می‌کنند تا اینکه بعدا عملکرد نامطلوب خود را به این موانع نسبت دهند [۹]. وقتی افراد به راهبردهای خودناتوان سازی فوق دست می‌زنند، به شیوه‌ای رفتار نمی‌کنند که به طور مستقیم مزاحم عملکردشان شود، بلکه عامل تعدیل کننده‌ای را می‌یابند تا بتوانند به عنوان توجیهی برای عملکرد ضعیف خود از آن استفاده کنند [۸]. هیگینز، بنیان‌های اصلی رفتارهای خود ناتوان ساز را در گذشته افراد می‌داند که بر آن اساس، انگیزه‌های افراد از نیاز به جبران احساسات ذهنی، حقارت و ضعف نشأت می‌گیرند. وجود برخی عوامل زمینه ساز، سبب این گردیده است که بسیاری از انسان ها در رویارویی با مسایل و مشکلات آتی در زندگی آسیب پذیری بیشتری را تجربه کنند. همچنین جهت گیری بسیاری از مدل‌های نظری و نیز بررسی‌های مختلف در این زمینه، بیانگر وجود برخی تجاربی است که از گذشته‌های دور در فرد نهادینه شده است [۱۰]. بسیاری از افراد با آسیب‌ها و محرومیت‌های گوناگون کودکی، آنها را همراه با خود و به گونه‌های مختلفی به دوران بزرگسالی منتقل می‌نمایند. از این موضوع بنا بر نظر یانگ [۱۱] در قالب طرحواره‌های ناسازگار اولیه یاد می‌شود. در این زمینه بالبی [۱۲] معتقد است که عملکرد والدین در دوران کودکی، سبب ایجاد و گسترش مدل‌هایی در درون سازمان شناختی فرد می‌شود که از آن به عنوان طرح‌واره یا اسکیمای یاد می‌شود. این طرحواره‌ها بعد ها در زندگی آتی فرد، به عنوان عدسی‌هایی عمل می‌کنند که تفسیر، انتخاب و ارزیابی فرد از تجارب وی را شکل می‌دهند. طرحواره‌ها از ابتدای زندگی شکل گرفته و در تمام طول زندگی، فرد را تحت تاثیر قرار می‌دهند [۱۳]. این طرحواره‌ها به شخص کمک می‌کنند تا تجارب خود را راجع به جهان پیرامون سازمان دهند و اطلاعات دریافتی را پردازش کنند [۱۴]. طرحواره‌های ناسازگار اولیه

باورهایی هستند که افراد در مورد خود، دیگران و محیط دارند و به طور معمول از ارضاء نشدن نیازهای اولیه به خصوص نیازهای عاطفی در دوران کودکی سرچشمه می‌گیرند [۱۵]. در واقع طرحواره های ناسازگار اولیه در طول زندگی ثابت و پابرجا هستند و اساس ساخت های شناختی فرد را تشکیل می‌دهند. عملکرد والدین یا آنچه که کودک به گونه مثبت یا منفی در جهت رشد فردی تجربه می‌کند منجر به جهت گیری طرح واره های او به سوی سازگار یا ناسازگار شدن است [۱۱]. مطابق با نظر یانگ شکل گیری طرحواره های ناسازگار اولیه بر شیوه تفکر، احساس و رفتار آن ها در روابط صمیمانه بعدی و سایر جنبه های زندگیشان تاثیر می‌گذارد [۱۱]. همچنین طرحواره ها به دلیل ارضاء نشدن نیازهای هیجانی اساسی دوران کودکی به وجود می‌آیند که این نیازها عبارتند از : دلبستگی ایمن به دیگران، خودگردانی، کفایت و هویت، آزادی در بیان نیازها و هیجان های سالم، خودانگیزگی و تفریح ، محدودیت های واقع بینانه و خویشتن داری [۱۶]. پژوهش های صورت گرفته در رابطه با طرحواره های ناسازگار اولیه و علایم آسیب شناسی روانی همواره بر اهمیت وجود این طرحواره ها در شکل گیری علایم صحه می‌گذارد [۱۶]. پلاتس، تایسون و ماسون [۱۷] همسویی آشکاری را بین طرحواره های توصیف شده به وسیله یک و همکاران [۱۸] و نمود های دلبستگی بالبی [۱۹] یاد آور شدند. بنابراین، نظریه دلبستگی ممکن است برخی بینش ها را نسبت به ایجاد طرحواره های شناختی ناسازگار فراهم کند [۲۰]. جان بالبی و یانگ معتقدند که تجارب اولیه دوران کودکی، کارکردهای روانشناختی جدی را تحت تاثیر قرار می‌دهد. بالبی معتقد است که الگوهای فعال درونی و سبک های دلبستگی مولفه های اصلی شخصیت هستند. پلاتس پیشنهاد می‌کند که سبک های دلبستگی ممکن است به عنوان یک پل ارتباطی مفهومی بین تجارب اولیه و توسعه سبک های شناختی باشد. الگوی این ارتباط که در نتیجه تعامل با مراقبان اولیه بوجود می‌آید، کارکردهای عاطفی و شناختی بعدی را تحت تاثیر قرار می‌دهد [۱۷]. سبک های دلبستگی بر روی تفکر، احساس و خاطرات افراد بزرگسال تاثیر می‌گذارد. همچنین الگوی دلبستگی از دوران کودکی شکل می‌گیرد و در گستره زندگی نسبتا پایدار می‌ماند [۲۱]. طرحواره های ناسازگار اولیه که یانگ مشخص کرده است می‌تواند در پنج حوزه طرحواره گروه بندی شود: طرد/بریدگی، خودگردانی و عملکرد مختل، محدودیت های مختل، دیگر جهت مندی، گوش به زنگی بیش ازحد و بازداری که تاکنون جمعا ۱۸ طرحواره ناسازگار اولیه تشخیص داده شده است [۲۲]. دلبستگی در جریان زندگی، از مادر و نزدیکان ایجاد شده و عامل مهمی برای ساخت دهی شخصیت فرد می‌باشد و در روابط صمیمانه آتی فرد اثرگذار است. بر اساس نظریات بالبی، دلبستگی به معنای پیوند عاطفی

است که در کودکی، بین کودک و مراقب اصلی وی شکل می‌گیرد و بر رشد اجتماعی و احساس کودک در کل زندگی موثر است [۲۳]. الگوی دلبستگی کودکان اولین بار توسط بالبی مطرح شد و توسط اینسورث گسترش پیدا کرد و توسط هازن و شیور در سال ۱۹۸۷ در سه گروه دلبستگی ایمن، اجتنابی و دوسوگرا برای روابط دلبستگی بزرگسالان تقسیم بندی شد [۲۴]. در اصطلاح نظریه کلاسیک دلبستگی، بزرگسالان دارای دلبستگی ایمن آن دسته از افرادی هستند که نسبت به خود نگرش مثبت دارند، در ارتباطشان متعهد هستند و در روابطشان احساس صمیمیت می‌کنند [۲۵] و در وابسته شدن به دیگران و وابسته کردن دیگران به خود، مشکلات اندکی دارند. این افراد از ویژگی راحتی، نزدیکی و صمیمیت در روابط بین فردی برخوردارند [۲۶]. بزرگسالان با سبک دلبستگی دوسوگرا با عدم تعادل در احساسات و تعارضات بیشتر مشخص می‌شوند [۲۷]. این افراد دچار تعارض میان نیاز قوی خود برای روابط صمیمانه از یک سو و احساس ناامنی از پاسخگویی دیگران به نیازهای خود و احتمال طرد شدن از سوی دیگران هستند همچنین کمتر به داشتن دیدگاهی مثبت در مورد خودشان گرایش دارند. این سبک با شور و هیجان و دل مشغولی در مورد روابط همراه با خرسندی کم مرتبط است [۲۸]. بزرگسالان دارای سبک اجتنابی دارای هراس از نزدیکی و صمیمیت هستند و به هیچ وجه خواهان نزدیکی هیجانی نبوده و خودمختاری را ترجیح می‌دهند [۲۹]. آنها خودشان را بصورت خود بسنده می‌بینند. افراد دارای این سبک، آسیب پذیری را انکار می‌کنند و ادعا می‌کنند که نیازی به روابط نزدیک ندارند و تمایل به اجتناب از صمیمیت دارند [۳۰]. در این راستا؛ پژوهش حاضر به رابطه بین طرحواره های ناسازگار اولیه و سبک های فرزندپروری با خودناتوان سازی پرداخته است.

روش‌ها

پژوهش حاضر براساس هدف از نوع کاربردی و براساس نحوه گردآوری داده ها تحقیق توصیفی از نوع همبستگی است. جامعه آماری تحقیق کلیه دانشجویان دانشگاه مراغه در سال تحصیلی ۹۸-۱۳۹۷ بود. از جامعه مذکور با توجه به جدول کرجسی و مورگان و با روش نمونه گیری بصورت تصادفی خوشه ای چند مرحله ایی تعداد ۳۰۰ نفر از دانشجویان به عنوان نمونه انتخاب شدند. از معیارهای ورود به پژوهش رضایت کامل جهت شرکت در پژوهش بود و ملاک خروج آزمودنی‌ها، عدم رضایت برای شرکت در پژوهش بود. در پژوهش حاضر از پرسشنامه‌های زیر استفاده شد :

پرسشنامه سبک های دلبستگی هازن و شیور:

پرسشنامه سبک های دلبستگی هازن و شیور [۲۴] دارای ۱۵ سوال است که سه سبک دلبستگی ایمن، اجتنابی و دو سوگرا را

سنجد. همبستگی مقیاس خود ناتوان سازی با سازه های مرتبط با ان مانند عذر تراشی و کمی سعی و تلاش در یک نمونه ۲۴۵ نفری از ۰.۲۷٪ تا ۰.۶٪ و همسانی درونی از ۰.۳۸٪ تا ۰.۷۰٪ گزارش شده است. در پژوهش حیدری و همکاران [۳۲] همبستگی بالا و معنی دار عوامل، زیر مقیاس ها و نمره کل خود ناتوان سازی با عزت نفس نشان دهنده روایی توافقی مقیاس خود ناتوان سازی است. ضریب همبستگی بدست آمده از اجرای مقیاس خود ناتوان سازی با فاصله زمانی ۱۵ روز نشان داد که عوامل، زیر مقیاس ها و نمره کل خود ناتوان سازی در دو اجرا دارای همبستگی بالا و معنی داری از ۰.۴۷٪ برای عامل تلاش تا ۰.۸۶٪ برای نمره کل است که با نتایج حاصل از پژوهش استروپ، در مورد تحلیل مقیاس خود ناتوان سازی در ۱۹۸۶ که پایایی مقیاس را با روش آزمون مجدد ۰.۷۶٪ گزارش کرده بود همخوانی داشت. بررسی اعتبار مقیاس خود ناتوان سازی با روش همسانی درونی نشان دهنده آلفای ۰.۶٪ برای عوامل تلاش و عذر تراشی تا ۰.۷۷٪ برای نمره کل خود ناتوان سازی است و با توجه به سایر ویژگی های روان سنجی مقیاس حاکی از همسانی درونی قابل قبولی است که با نتیجه بدست آمده آلفای ۰.۷۴٪ گزارش شده در پژوهش استروپ همخوانی داشت.

برای تجزیه و تحلیل داده ها از روش های آماری (توصیفی، استنباطی) استفاده شد. بدین منظور برای آزمون فرضیه های پژوهش از همبستگی پیرسون و تحلیل رگرسیون چند متغیری استفاده شد. برای تحلیل داده ها نرم افزار آماری (SPSS-24) مورد استفاده قرار گرفت.

بودند. همچنین تعداد ۲۴۶ نفر از آنها در رده سنی ۱۸-۲۲ و ۳۴ نفر از آنها رده ۲۳-۲۸ قرار داشتند.

در مقیاس ۵ درجه ای لیکرت (کاملاً مخالفم ۱، مخافم ۲، نظری ندارم ۳، موافقم ۴، کاملاً موافقم ۵) می سنجد. حداقل و حداکثر نمره آزمودنی در خرده مقیاس های آزمون به ترتیب ۵ و ۲۵ می باشد. ضریب آلفای کرونباخ (پایایی) برای خرده مقیاسهای ایمن، اجتنابی و دو سوگرا در مورد یک نمونه دانشجویی به ترتیب ۰/۸۶، ۰/۸۴، ۰/۸۵، گزارش شده است. همچنین ضرایب توافق کندال (روایی) برای سبک های دلبستگی ایمن، اجتنابی و دو سوگرا به ترتیب ۰/۸۰، ۰/۶۱، و ۰/۷۵ محاسبه شد [۲۴].

پرسش نامه طرحواره یانگ: برای اندازه گیری طرحواره های ناسازگار، از شکل کوتاه پرسشنامه طرحواره یانگ استفاده شد. این پرسش نامه یک ابزار ۹۰ سوالی برای سنجش طرحواره های ناسازگار اولیه می باشد که با طیف لیکرت بر روی یک مقیاس شش درجه ای از (کاملاً درست) تا (کاملاً غلط)، درجه بندی شده است. این پرسشنامه ۵ حوزه طرح واره های ناسازگار اولیه را می سنجد و دارای ۵ حوزه می باشد که عبارتند از: حوزه اول بریدگی و طرد، خودگردانی و عملکرد مختل، محدودیت های مختل، دیگر جهت مندی و گوش به زنگی بیش از حد. مالک پور [۳۱] روایی ان را تایید کرد و با استفاده از روش محاسبه ی آلفای کرونباخ پایایی ۰.۸۳٪ را بدست آورد.

مقیاس خودناتوان سازی جونز و رودالت : مقیاس خودناتوان سازی در سال ۱۹۸۲ توسط جونز و رودالت ساخته شد. این مقیاس ۲۳ ماده ای، گرایش افراد را به خود ناتوان سازی با پاسخ های کاملاً موافق تا کاملاً مخالف (۰ تا ۵) می

یافته ها

نمونه پژوهشی حاضر شامل ۳۰۰ نفر از دانشجویان بودند که از بین آنها تعداد ۲۸۴ نفر کارشناسی و ۱۶ نفر کارشناسی ارشد

جدول ۱. میانگین و انحراف معیار متغیرهای پژوهش

متغیر	میانگین	انحراف استاندارد
خودناتوان سازی	۴۶/۵۵	۱۰/۷۱
سبک دلبستگی ایمن	۲۲/۷۲	۱/۶۹
سبک دلبستگی نا ایمن اجتنابی	۱۳/۲۵	۳/۸۰
سبک دلبستگی نا ایمن دو سوگرا	۱۰/۲۸	۳/۲۳
طرد و بریدگی	۳۲/۰۶	۱۷/۸۲
خودگردانی و عملکرد	۱۸/۵۸	۱۵/۴۸
محدودیت های مختل	۱۴/۷۰	۸/۴۴
دیگر جهت مندی	۱۸/۶۰	۹/۵۲
گوش به زنگی بیش	۱۷/۶۳	۸/۲۰

جدول ۲. ماتریس ضرایب همبستگی بین سبک های دلبستگی و طرحواره های ناسازگار اولیه با خودناتوان سازی

خودناتوان سازی	سبک دلبستگی ایمن	سبک دلبستگی نا ایمن دوسوگرا	سبک دلبستگی نا ایمن اجتنابی	طرد و بریدگی	خودگردانی و عملکرد	محدودیت های مختل	دیگر جهت مندی	گوش به زنگی
خودناتوان سازی	-	-	-	-	-	-	-	-
سبک دلبستگی ایمن	-	-	-	-	-	-	-	-
سبک دلبستگی نا ایمن دوسوگرا	۰/۲۴۳	-	-	-	-	-	-	-
سبک دلبستگی اجتنابی	۰/۲۵۴	۰/۱۱۱	-	-	-	-	-	-
طرد و بریدگی	۰/۳۰۸	-	-	-	-	-	-	-
خودگردانی و عملکرد	۰/۲۷۷	۰/۴۲۷	۰/۲۳۱	۰/۴۷۵	-	-	-	-
محدودیت های مختل	۰/۲۴۲	-	۰/۳۵۴	۰/۳۷۸	۰/۷۲۹	۰/۶۴۸	-	-
دیگر جهت مندی	۰/۳۰۸	۰/۳۴۸	۰/۴۷۵	۰/۴۷۶	۰/۵۴۹	۰/۴۶۲	۰/۷۰۴	-
گوش به زنگی بیش	۰/۴۶۳	۰/۲۸۳	۰/۷۴۷	۰/۳۲۴	۰/۴۱۰	۰/۴۲۸	۰/۶۲۵	-

ها نشان داد که در زمینه حوزه ی طرد و بریدگی ($r=0/308$)، حوزه ی خودگردانی و عملکرد مختل ($r=0/277$)، حوزه ی محدودیت های مختل ($r=0/424$)، حوزه ی دیگر جهت مندی ($r=0/308$) و گوش به زنگی بیش از حد ($r=0/463$) با خود ناتوان سازی در سطح ($P < 0/01$) رابطه معناداری بدست آمد.

با توجه به جدول ۲ می توان این گونه استنباط کرد که همبستگی بین سبک دلبستگی ناایمن اجتنابی ($r=0/254$) و سبک دلبستگی ناایمن دوسوگرا ($r=0/243$) با خود ناتوان سازی در سطح ($P < 0/01$) معنی دار است. ولی بین سبک دلبستگی ایمن ($r=-0/15$) با خود ناتوان سازی در سطح ($P < 0/01$) رابطه معناداری بدست نیامد. همچنین در زمینه رابطه بین طرحواره های ناسازگار اولیه با خودناتوان سازی یافته

جدول ۳. نتایج ضرایب رگرسیون برای پیش بینی خود ناتوان سازی بر مبنای سبک های دلبستگی و طرحواره های ناسازگار اولیه

p	t	ضرایب استاندارد شده		خطای معیار	B	متغیرهای پیش بین
		Beta(بتا)	ضرایب استاندارد نشده			
۰/۰۰۱	۳/۳۱			۱۱/۷۴	۳۸/۹۴	مقدار ثابت
۰/۴۲۷	-۰/۴۵۰	-۰/۰۷		۰/۵۰	۰/۲۳	سبک دلبستگی ایمن
۰/۰۰۱	۱/۹۱	۰/۱۷		۰/۲۹	۰/۵۵	دلبستگی نا ایمن اجتنابی
۰/۰۰۱	۰/۸۴۲	۰/۱۰		۰/۷۳	۰/۶۱	دلبستگی نا ایمن دوسوگرا
۰/۰۰۱	۱۶/۴۳۸			۲/۱۲	۳۴/۹۸	مقدار ثابت
۰/۰۰۱	۰/۸۴۲	۰/۱۰		۰/۷۳	۰/۶۱	بریدگی و طرد
۰/۰۰۱	۰/۷۰۸	-۰/۰۷۷		۰/۷۳	۰/۵۱	خودگردانی و عملکرد
۰/۰۲	-۰/۴۲۲	-۰/۰۵۸		۰/۱۷	-۰/۷۲	محدودیت مختل
۰/۰۰۱	۰/۰۱۹	۰/۰۰۲		۰/۱۳۸	۰/۰۰۳	دیگر جهت مندی
۰/۰۰۱	۳/۹۹۱	۰/۴۰۵		۰/۱۳۴	۰/۵۳۶	گوش به زنگی بیش از حد

نا ایمن اجتنابی و نا ایمن دو سوگرا می توانند ناتوان سازی را به طور معناداری پیش بینی نمایند. در زمینه طرحواره های ناسازگار اولیه ضریب رگرسیون متغیر بریدگی و طرد ($\beta = 0/10$)، خودگردانی و عملکرد ($\beta = 0/07$)، محدودیت مختل ($\beta = 0/06$)، دیگر جهت مندی ($\beta = 0/02$) و گوش بزنگی بیش از حد ($\beta = 0/40$) بر روی ناتوان سازی با توجه به مقدار آزمون t معنادار است و نشان می دهد که طرحواره های ناسازگار اولیه می توانند ناتوان سازی را به طور معناداری پیش بینی نمایند.

با توجه به نتایج جدول ۳، رابطه سبک های دلبستگی و طرحواره های ناسازگار اولیه با ناتوان سازی دانش آموزان در سطح معناداری $p < 0/001$ معنادار است. ضریب رگرسیون دلبستگی ایمن ($\beta = -0/07$) بر روی ناتوان سازی با توجه به مقدار آزمون t معنادار نبوده اما ضریب رگرسیون دلبستگی ناایمن اجتنابی ($\beta = 0/17$) و ضریب رگرسیون دلبستگی ناایمن دوسوگرا ($\beta = 0/10$) بر روی ناتوان سازی با توجه به مقدار آزمون t معنادار است و نشان می دهد که سبک های دلبستگی

جدول ۴. خلاصه مدل پیش بینی ناتوان سازی بر مبنای سبک های دلبستگی و طرحواره های ناسازگار اولیه

مدل	مجموع مجزورات	df	میانگین مجزورات	F	R	R2	sig
رگرسیون	۷۸۰/۰۹۰	۳	۳۹۰/۰۴۵	۱۲/۹۷۰	۰/۵۲۶	۰/۲۸۲	۰/۰۰۱
خطا	۱۰۲۵۴/۹۳۳	۲۹۷	۳۰/۰۷۳	-	-	-	-
کل	۱۱۰۳۵/۰۲۳	۳۰۰	-	-	-	-	-

سازی دانش آموزان در سطح معناداری $p < 0/001$ معنادار است. طبق مدل و با توجه به آماره R^2 (ضریب تعیین)، ۲۸ درصد از واریانس ناتوان سازی بر اساس سبک های دلبستگی و طرحواره های ناسازگار اولیه تبیین می‌شود.

های دانشگاهی گروهی نمی‌توانند آنگونه که مناسب است مشارکت و تعامل داشته باشند و همین انزوا و عدم اعتماد در روابط و نیز ناباوری به توان دخیل و تصرف خود در امور می‌تواند با ناسازگاری در فرد به ویژه در زمینه آموزشی و تحصیلی همراه بوده و منجر به ناتوان سازی در فرد می‌شود. بنا به زعم یانگ [۲۲] افرادی که در طرحواره های طرد و بریدگی و محدودیتهای مختل مشکل دارند نمی‌توانند دلبستگی های ایمن و رضایت بخشی با دیگران برقرار کنند. آنها معتقدند که نیاز آن‌ها به ثبات، امنیت، محبت، عشق و تعلق خاطر برآورده نمی‌شود. این افراد دارای ویژگی های بی‌ثباتی یا بی‌اعتمادی نسبت به دریافت محبت و برقراری ارتباط با اطرافیان بوده و از لحاظ هیجانی، بی‌ثبات، غیرقابل پیش بینی، اعتماد ناپذیر و نامنظم اند. آنها معتقدند که ناتوان در مهار تکانه های خود هستند، نمی‌توانند ارضاء نیازهای آتی را به خاطر دستیابی به منافع آتی به تأخیر بیندازید و نمی‌توانند از اشتباهات دیگران چشم‌پوشی کنند. به علت داشتن اینگونه طرحواره ها این افراد به سوی خودناتوان سازی سوق پیدا می‌کنند زیرا به علت ناتوانی در برقراری ارتباط با دیگران آنها را به عنوان عوامل بیرونی موثر در ناتوان سازی خود قلمداد می‌کنند.

عوامل متعددی وجود دارند که در خودناتوان سازی دانشجویان تاثیر گذار می‌باشند. از جمله متغیرهای تاثیر گذار که نقش موثری بر ناتوان سازی دانشجویان دارند می‌توان به سبک های دلبستگی و طرحواره های ناسازگار اولیه اشاره کرد. البته باید متذکر شد که علاوه بر عوامل ذکر شده متغیرهای دیگری نیز وجود دارد که بر ناتوان سازی تاثیر گذار می‌باشند. لذا پیشنهاد می‌گردد در پژوهش های آتی از متغیرهای دیگر نظیر عوامل زیست شناختی، خلقی، فراشناختی و سایر متغیرهای تاثیرگذار بر ناتوان سازی نیز استفاده کرد. هر پژوهشی دارای محدودیت هایی می‌باشد که این پژوهش نیز از این قائله مستثنی نیست. یکی از محدودیت های پژوهش تک جنسیتی بودن نمونه ها بود که تعمیم مهارتهای آموزش دیده به محیطهای واقعی که دختران نیز در آن حضور دارند را با مشکل مواجه می‌کند برای رفع این محدودیت پیشنهاد می‌شود پژوهش مشابه بر روی دختران انجام شود. همچنین به دلیل وجود پرسش های زیاد پیشنهاد می‌شود که در تحقیقات آتی برای جمع آوری اطلاعات حتی الامکان از فرم های کوتاه پرسش نامه ها استفاده گردد. پیشنهاد دیگر این است که در پژوهش های

نتایج جدول ۴، خلاصه مدل پیش بینی ناتوان سازی بر مبنای سبک های دلبستگی و طرحواره های ناسازگار اولیه را نشان می‌دهد. طبق نتایج فوق، مقدار آماره F برای بررسی رابطه سبک های دلبستگی و طرحواره های ناسازگار اولیه با ناتوان

بحث

هدف این تحقیق بررسی رابطه بین سبک های دلبستگی و طرحواره های ناسازگار اولیه با خود ناتوان سازی در دانشجویان دانشگاه مراغه بود. طبق نتایج بدست آمده رابطه معناداری بین طرحواره های ناسازگار اولیه با خودناتوان سازی وجود دارد.

یعنی طرحواره های ناسازگار اولیه با خود ناتوان سازی، از نظر آماری رابطه مثبت و معنادار دارند و طرحواره های ناسازگار اولیه در تمامی پنج حوزه می‌توانند جزء پیش بین های خود ناتوان سازی در دانشجویان باشند. نتایج این یافته با یافته های رئیسی و همکاران [۸] همسو می‌باشد. در تبیین این یافته می‌توان گفت ذهن مملو از طرحواره ها می‌باشد و گر نه با حجم اطلاعاتی که در اطرافمان است بدون شک دچار بار اضافی شناختی می‌شویم و در نتیجه ذهن ما توانایی توجه کردن به این اطلاعات را از دست می‌داد [۱۱]. اما وقتی ذهن اطلاعات را دسته بندی می‌کند و از آنها یک طرحواره می‌سازد از حجم اطلاعات کاسته شده و دچار بار اضافی نمی‌شود در نتیجه زندگی در این دنیای اطلاعات برای ما ممکن می‌شود. اما نکته قابل توجه اینجاست که این طرحواره ها در صورتی برای ما مفید هستند که بصورت سازگار رشد کنند و در صورتی که طرحواره ها ناسازگار باشند می‌توانند پیش بینی کننده قوی برای خود ناتوان سازی باشند یعنی می‌توانند این احتمال را بیشتر کنند که فرد پیشرفت های خود را در زندگی به عوامل درونی و خویشتن و شکست ها را به عوامل بیرونی ربط دهند [۱۳].

در زمینه رابطه بین سبک های دلبستگی و ناتوان سازی، یافته های پژوهش نشان داد که بین سبک دلبستگی نا ایمن اجتنابی و دوسوگرا با خودناتوان سازی رابطه وجود دارد. نتایج این یافته با یافته های ملک پور [۳۱]، محمدی و همکاران [۳۳] و حسینی فرد و کاویانی [۳۴] همسو می‌باشد. در تبیین این یافته می‌توان گفت افرادی که دارای سبک دلبستگی نا ایمن (اجتنابی و دو سوگرا) هستند نمی‌توانند به درستی به دیگران اعتماد کنند، و تکیه کردن در روابط برایشان دشوار است. همچنین، این افراد همواره نگران این هستند که طرد شوند. زمانی که فرد در نگرانی و ناآرامی باشد و ثبات و امنیت را در روابط عاطفی و بین فردی نداشته باشد، از تلاش و تمرکز جهت برقراری روابط سالم و بین فردی و حضور آگاهانه در موقعیت های اجتماعی و تحصیلی ناتوان خواهد بود. به عنوان مثال، این افراد در فعالیت

خودناتوان سازی، اطلاعات مفیدی را در اختیار والدین، اساتید و سایر دست‌اندرکاران تعلیم و تربیت قرار دهد تا شرایط و موقعیتها را طوری تدارک ببینند که در آن دانشجویان کمتر از راهبردهای ناتوان سازی استفاده کنند.

ملاحظات اخلاقی

مقاله حاضر برگرفته از طرح دانشگاه مراغه با شماره ۹۸/د/۳۳۸۲ بوده و به منظور رعایت اصول اخلاقی رضایت دانشجویان جلب شد و همچنین به افراد شرکت کننده در مورد محرمانه بودن نتایج اطمینان داده شده است.

تضاد منافع

تعارض منافی بین نویسنده مقاله وجود ندارد.

سپاسگزاری

از همکاری مسئولین دانشگاه مراغه و تمامی دانشجویانی که در این پژوهش شرکت کردند، کمال تشکر و قدردانی به عمل می‌آید.

منابع

1. Smederevac-Stokić S, Novović Z, Milin P, Janičić BB, Pajić D, Biro M. Tendency to self-handicapping in the situation of expected failure. *Psihologija*, 2003; 36 (1):39-58.
2. Midgley C, Arunkumar R, Urđan TC. "If I don't do well tomorrow, there's a reason": Predictors of adolescents' use of academic self-handicapping strategies. *Journal of Educational Psychology*, 1996; 88 (3): 423.
3. Midgley C, Maehr ML, Hrudá LZ, Anderman E, Anderman L, Freeman KE, and Urđan T. Manual for the patterns of adaptive learning scales. Ann Arbor, 2000; 101(2):1248-1259.
4. Berglas s, Jones EE. Drug choice as a self-handicapping strategy responds to noncontingent success. *Journal of personality and social psychology*, 1978; 36(1): 405-417.
5. Uysal A, Knee CR. Low trait selfcontrol predicts self-handicapping. *Journal of Personality*, 2012; 80(5): 59-78.
6. Fredricks JA, Blumenfeild PC, Paris AH. School engagement: potential of the concept, state of the evidence. *Review of Educational Research*, 2004; 74(1): 59-109.
7. Smith JL, Hardy T, Arkin R. When practice does not make perfect: Effort expenditure as an active behavioral self-handicapping strategy. *Journal of Research in Personality*, 2009; 43 (1): 95-98.
8. Raeesi F, Hashemi Sheikh Shabani, Fatehizadeh, M. Students' self-handicapping relationship with goals of mastery, performance-oriented and student, parent's,

بعدی با به کار بستن روش های آزمایشی و شبه آزمایشی و با استفاده از ابزارهایی هم چون مشاهده و مصاحبه روابط علی بین متغیرهای این پژوهش بررسی شوند.

نتیجه گیری

راهبردهای ناتوان سازی از جمله متغیرهای رایج در دانشجویان می باشد که به وسیله آن تعلل خود را توجیه پذیر می سازند. برای کمک به دانشجویان جهت مقابله با تعلل ورزی و موفقیت تحصیلی لازم است که ریشه های ناتوان سازی شناسایی شده و در جهت رفع آن الگوها و پیشنهاداتی ارائه گردد. از بین انواع سبک های دلبستگی بین سبک دلبستگی نا ایمن اجتنابی و دوسوگرا و همچنین بین تمامی مولفه های مرتبط با طرحواره های ناسازگار اولیه با ناتوان سازی در دانشجویان رابطه معنا داری بدست آمد. پژوهش حاضر از لحاظ بنیادی و کاربردی می تواند حائز اهمیت باشد: از لحاظ بنیادی با توجه به این که پژوهش حاضر رابطه بین سبک های دلبستگی و طرحواره های ناسازگار اولیه با خودناتوان سازی را بررسی می کند انتظار می رود که نتایج پژوهش حاضر بتواند پاره ای از متغیرهای مرتبط با خودناتوان سازی را شناسائی کند. از لحاظ کاربردی نیز انتظار می رود که نتایج پژوهش حاضر با آشکار ساختن رابطه بین انواع سبک های دلبستگی و انواع طرحواره های ناسازگار اولیه با

teacher's and student's goals. *New Developments in Cognitive Science*, 2004; 6(3): 93-101.

9. Uysal A, Lu Q. Self-handicapping and pain catastrophizing. *Personality and Individual Differences*, 2010; 49(5): 502-505.
10. Harris, C. Parental Perception, Early Maladaptive Schemas and Depressive Symptoms in Young Adult, *Cognitive Therapy and Research*, 2002; 26(3): 405-416.
11. Young JE. *Cognitive therapy for personality disorders: A schema-focused approach* (3rd Ed.). Sarasota, FL: Professional Resource Press. 1999.
12. Bowlby J. *Attachment and loss, Vol. 3. Loss*. New York: Basic Books. 1980.
13. Yang J, McCrae RR., Costa PT, Dai X, Yao S, Cai T, Gao B. Cross-cultural personality assessment in psychiatric populations: The NEO-PI—R in the people's Republic of China. *Psychological Assessment*, 1999; 11(3): 359-368.
14. Maltby J, Day L, Barber L. Forgiveness and happiness: the differing onttexts of forgiveness using the distinction between hedonic and eudaimonic happiness. *Journal of Happiness Studies*, 2005; 6, 1-13.
15. Zhang DH, He HL. Personality traits and life satisfaction: A Chinese case study. *Social Behavior and Personality*, 2010; 38(8):1119-1122.
16. Young JE, Klosko JS, Weishaar, ME. *Schema Therapy: A practitioners Guide*, New York: The Guilford presses. 2003.

17. Platts H, Tyson M, and Mason O. Adult attachment style and core beliefs: Are they linked? *Clinical Psychology & Psychotherapy*, 2002; 9, 332-348.
18. Beck AT, Sateer RA, Brown GK, manual for the Bock Depression Inventory, san Antonio, T90: psychological coporation 2000.
19. Bowlby J. Separation, anxiety and anger. New York: Basic Books. 1973.
20. Platts H, Mason O, Tyson, M. Early maladaptive schemas and adult attachment in a UK clinical sample. *Psychology and Psychotherapy: Theory Research and Practice*. regulation of stress-related emotions in a college examination". *Basic & Applied Social Psychology*, 2005; 10, 311-327.
21. Erdman P, Caffery T. Attachment and family systems conceptual, empirical, and therapeutic relatedness. NY: Brunner- Routt edg. 2003.
22. Young JE. Young Schema Questionnaire– Short Form. New York: Schema Therapy Institute. 2005.
23. Gordon KW. The multidimensionality of peer victimization and patterns of relating in attachment. Ph.D. Dissertation. USA: University of Mississippi, 2008: 15-28.
24. Hazan C, Shaver P. Romantic love conceptualized as an attachment process. *Journal of Personality and Social Psychology*, 1987; 42, 511- 542.
25. Mikulincer, M., & Shaver, P. R. Attachment in adulthood: Structure, dynamics, and change. The University of Michigan: Guilford Press. 2010.
26. Mikulincer M, Shaver, PP. Attachment in adulthood: structure, dynamics and change. Available from //www.amazoon.com. 2007.
27. Collins NL, Cooper LM, study of attachment style different. 2002.
28. Morley TE, Moran G. The origins of cognitive vulnerability in early childhood: Mechanisms linking early attachment to later depression. *Clinical Psychology Review*, 2011; 31(7): 1071-1082.
29. Ragsdal JD, Brandau-Brown F. Who are the restorers? Attachment style gender and relational repair among the remarried. Conference Germany, Available from ww.Allacademic.com. 2006.
30. Wearden A, Peters I, Berry K, Barrowclough Ch, Liversidge T. Adult attachment, parenting experiences, and core beliefs about self and others. *Personality and Individual Differences*, 2008; 44: 1246–1257.
31. Maleckpour M. Effect of attachment on early and later development. *The British Journal of Developmental Disabilities*, 2007; 53(105):81-95.
32. Heydari M, Dehghani M, Khodapanahi, MK. Investigating the effect of perceived parenting and gender on self-management. *Quarterly Journal of Family Studies*. 2012; 5 (18):137-125.
33. Mohammadi SD, Nouruzinejad GH, Rahmatinejad P. Correlation between attachment styles and early maladaptive schemas in students. *Qom Univ Med Sci J* 2017;11(9):42-51. [Persian]
34. Hosseinifard SM, Kaviani N. Comparing the Early Maladaptive Schemas, Attachment and Coping Styles in Opium and Stimulant Drugs Dependent Men in Kerman, Iran. *Addict Health* 2015; 7(1-2): 30-6.