www.edcbmj.ir e-ISSN: 2345-5284

Education Strategies in Medical Sciences (ESMS)

Journal homepage: www.edcbmj.ir/en e-ISSN: 2345-5284

Baqiyatallah University of Medical Sciences

Mediating the Dimensions of Self-compassion on Attachment Styles and High-risk Behaviors of Students: Improving Educational Strategies

Fariba Salimi [1], Shima Shahyad[2*], Fahimeh Ghahvehchi-Hosseini[3], Rahim Davari[4]

[1] *Islamic Azad University Electronic Branch, Psychology, Tehran, Iran*
[2*] *Neuroscience Research Center, Baqiyatallah University of Medical Sciences, Tehran, Iran*
[3] *Behavioral Sciences Research Center, Life Style Institute, Baqiyatallah University of Medical Sciences, Tehran, Iran*
[4] *Islamic Azad University, Roodehen Branch, Iran*

**Corresponding author: Shima Shahyad, Neuroscience Research Center, Baqiyatallah University of Medical Sciences, Tehran, Iran*

Email:shima.shahyad@gmail.com

Article Info

Keywords: *High-risk behavior, Self-compassion, Attachment style, Isolation, Students, Educational strategies*

Abstract

Introduction: The prevalence of high-risk behaviors is one of the serious health threats that have been considered in recent years. The aim of this study was to investigate the mediation of self-compassion dimensions on attachment styles and high-risk behaviors of students.

Methods: The present study was a descriptive-correlational study with hierarchical regression method by Baron and Kenny method. The statistical population included all Islamic Azad and Payame Noor students of Karaj branch, which was estimated at about 15,000 people. Using Morgan table, 374 single students were selected by convenience sampling method. The participants answered the questionnaires of Hazen and Shaver attachment style, high-risk behavior and compassion. The results were analyzed using SPSS 21 statistical software.

Results: The results showed that among the three dimensions of attachment style, ambivalent style predicts high-risk behaviors ($F = 77.4$, $P < 0.03$). The results of attachment and compassion style regression showed that only the ambivalent attachment component has the power to predict compassion ($p < 0.00$ $F = 172, 11$). The results of hierarchical regression analysis showed that only the isolation dimension of the dimensions of self-compassion has a mediating role in the relationship between ambivalent attachment style and high-risk behaviors. The Sobel test was used to evaluate the significance of the mediating effect, which showed the significance of this test.

Conclusion: Due to the importance of ambivalent attachment style in predicting high-risk behaviors and the mediating role of isolation dimension in relation to ambivalent attachment style and high-risk behaviors of students, it is necessary to pay more attention to these two variables in intervention and preventive programs, So that students can act more appropriately in their fields of study. Therefore, it is possible to improve educational processes and strategies by basing them on the underlying components.

Copyright © 2020, Education Strategies in Medical Sciences (ESMS). This is an open-access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License (http://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/) which permits copy and redistribute the material just in noncommercial usages, provided the original work is properly cited.

مجله راهبردهای آموزش در علوم پزشکی
دوره ۱۵، شماره ۶، ۱۴۰۱
صفحات: ۶۲۲-۶۲۹

بررسی نقش میانجی ابعاد شفقت به خود در رابطه با سبک‌های دلبستگی و رفتارهای پرخطر دانشجویان: بهبود راهبردهای آموزشی

فریبا سلیمی[۱]، شیما شهیاد[۲]، فهیمه قهوه چی الحسینی[۳]، رحیم داوری[۴]

[۱] دانشگاه آزاد اسلامی، واحد الکترونیکی، روان‌شناسی، تهران، ایران
[۲*] مرکز تحقیقات علوم اعصاب، دانشگاه علوم پزشکی بقیه الله، تهران، ایران
[۳] مرکز تحقیقات علوم رفتاری، پژوهشکده سبک زندگی، دانشگاه علوم پزشکی بقیه الله، تهران، ایران
[۴] دانشگاه آزاد اسلامی، واحد رودهن، ایران

[*] نویسنده مسوول: .شیما شهیاد، مرکز تحقیقات علوم اعصاب، دانشگاه علوم پزشکی بقیه الله، تهران، ایران
ایمیل: shima.shahyad@gmail.com

چکیده

مقدمه: شیوع رفتارهای پرخطر، یکی از موضوع های جدی تهدید کننده سلامت است مخصوصا اینکه رفتارهای پرخطر بر شیوه های و فرایند آموزشی که فرد با آن درارتباط است تاثیر منفی دارد. لذا مطالعه حاضر با هدف بررسی واسطه گری ابعاد شفقت به خود بر سبک های دلبستگی و رفتارهای پرخطر دانشجویان انجام شد.

روش ها: پژوهش حاضر از نوع توصیفی-همبستگی با روش رگرسیون سلسه مراتبی به روش بارون و کنی انجام شد. جامعه آماری شامل تمامی دانشجویان آزاداسلامی و پیام نور واحد کرج بوده است که حدودا ۱۵۰۰۰ نفر تخمین زده شده بود. با استفاده از جدول مورگان ۳۷۴ نفر از دانشجویان مجرد با روش نمونه گیری در دسترس انتخاب شدند. شرکت کنندگان پژوهش به پرسشنامه‌های سبک دلبستگی هازن و شاور، رفتار پرخطر و شفقت به خود پاسخ دادند. نتایج در SPSS۲۱ تحلیل شد.

یافته ها: نتایج نشان داد، از میان ابعاد سه گانه سبک دلبستگی، سبک دوسوگرا، رفتارهای پرخطر را پیش‌بینی می‌کند (F=4/77, P<0/03). نتایج رگرسیون سبک دلبستگی و شفقت به خود نشان داد که فقط مولفه دلبستگی دوسوگرا قدرت پیش‌بینی‌کنندگی شفقت به خود را دارد(F= 11/172 , p<0/00). نتایج تحلیل رگرسیون سلسله مراتبی نشان داد که تنها بعد انزواگزینی از ابعاد شفقت به خود در رابطه بین سبک دلبستگی دوسوگرا و رفتارهای پرخطر نقش میانجی دارد. برای بررسی معناداری اثر میانجی(واسطه‌گری) از آزمون سوبل استفاده شد، که نتایج حاکی از معناداری این آزمون بود (Z=2.4, P<۰.۰۰۱).

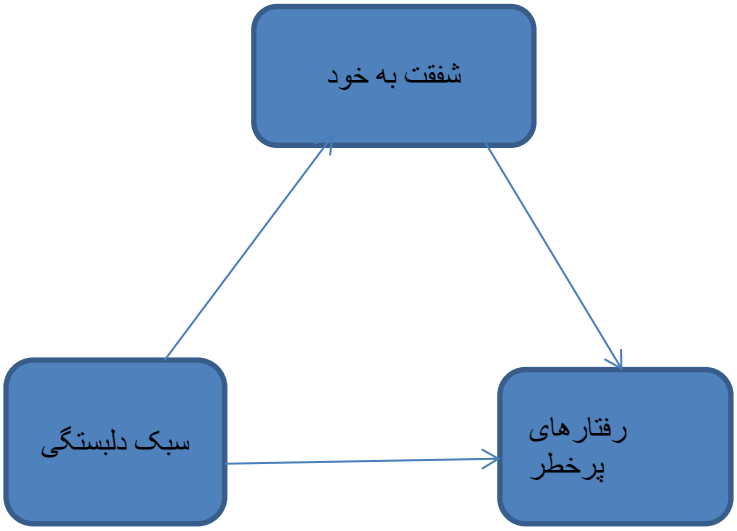
نتیجه گیری: با توجه به اثرات منفی شیوع رفتارهای پرخطر در بین جوانان که منجر به مرگ و میر نیز گردیده است لازم است در راهبردهای آموزشی فعلی برخی بازنگری ها انجام گیرد، از این رو غربالگری دانشجویان و به دنبال آن ارائه راهبردهای آموزشی مناسب امری ضروری می باشد.

واژگان کلیدی: رفتار پرخطر، شفقت به خود، سبک دلبستگی، انزواگزینی، دانشجویان، راهبردهای آموزشی

مقدمه

مفهوم رفتارهای پر خطر(High Risk Behavior)، سلسله ای از رفتارها را در بر می‌گیرد که نه تنها برای فرد درگیر در این رفتار و افراد مهم زندگی وی، زیان‌های جدی به بار می‌آورد، بلکه باعث صدمه غیر عمدی به افراد بی‌گناه دیگر نیز می‌شود [۱]. رفتارهایی را می توان پرخطر دانست که احتمال نتایج منفی و مخرب جسمی، روانشناختی و اجتماعی را برای افراد افزایش می‌دهند [۲] . رفتارهای پرخطر رفتارهایی هستند که سلامت و بهزیستی نوجوانان و جوانان را در معرض خطر قرار می‌دهند. بر این اساس رفتارهای پر خطر دو گروه هستند، گروهی که شامل رفتارهایی می‌شوند که سلامت خود فرد را به خطر می‌اندازد و گروه دوم رفتارهایی هستند که سلامت و تندرستی دیگر افراد جامعه را تهدید می‌کند [۳]. گرایش به رفتارهای پرخطر در واقع نوعی گریز از مواجهه موثر با موقعیت‌های تنش‌زا است [۴]. سنین جوانی و به ویژه دوران دانشجویی، به دلیل مشارکت بیشتر جوان در گروه همسالان و قرار گرفتن در موقعیت‌های ا جتماعی متنوع‌تر و نیز مسئولیت‌های تحصیلی، اجتماعی و اقتصادی بیشتری که از او انتظار می‌رود، می‌تواند بیشتر مستعد ارتکاب رفتارهای پرخطر باشد [۴]. ساختار جوان دانشجویان از یک طرف و آسیب‌پذیر بودن آنان از طرف دیگر در برابر رفتارهای پر خطر مانند خشونت، مصرف الکل، سیگار، مواد و ... سبب شده است این گروه در معرض مستقیم و غیرمستقیم این عوامل قرار گرفته و در نهایت توانایی این قشر در شفقت به خود به شدت کاهش یابد و بر سایر کارکردهای آنان به خصوص در امر تحصیلی اثر می‌گذارد. از سویی دیگر نسل جوانان به خصوص دانشجویان به دلیل تحرک اجتماعی، خلاقیت و داشتن تفکر نو و سازنده نقش محوری خاص را در توسعه همه جانبه کشورها ایفا می‌کنند. لذا شناسایی عوامل موثر بر رفتارهای پرخطر در دانشجویان امری ضروری محسوب می‌گردد تا پروتکل‌ها و راهبردهای آموزشی که به منظور کاهش رفتارهای پرخطر در دانشجویان تدوین می شود مبتنی بر یافته‌های پژوهشی موثق باشد. یکی از متغیرهایی که بر بروز رفتارهای پرخطر دانشجویان تأثیر می گذارد سبک های دلبستگی(Attachment Style) است. [۵].دلبستگی یکی از برجسته‌ترین مفاهیم روان شناسی معاصر است که به تکوین پیوندهای عاطفی اشاره دارد. پژوهش‌های متعدد نشان داده اند که سبک‌های دلبستگی، به عنوان یک عامل تحول در شکل‌گیری شخصیت، تعیین کننده مهم هستند. کارلستون و سروف (۱۹۹۵) معتقدند که سیستم دلبستگی سبب یکپارچه شدن مولفه‌های عاطفی، انگیزشی، شناختی و رفتاری می‌شود و اثرات منفی تنش را کم رنگ تر جلوه دهند و دارای اهمیت پیش‌بینی کننده زیادی در بهداشت روانی هستند [۶]. دلبستگی پاسخ های رفتاری در هنگام به هم پیوستگی و جدایی و تنظیم هیجانات و سایر راهبردهای ارتباطی در دوره بزرگسالی که بر اساس بازنمایی‌های پایدار از روابط عاطفی اولیه بین مادر و کودک(الگوهای فعال درونی) انجام می‌گردد [۷]. دلبستگی در طول زمان نحوه روابط بعدی فرد را با همسالان، دوستان همجنس و غیر همجنس پیش‌بینی می‌کند و در رشد سالم و تامین بهداشت روانی فرد اهمیت ویژه‌ای دارد [۸]. سبک دلبستگی می‌تواند در طیف وسیعی از رفتارهای پرخطر [۹]، مصرف مواد [۱۰] نقش داشته اند. شفقت (compassion) یکی دیگر از متغیرهایی که می تواند بر بروز رفتارهای پرخطر در دانشجویان تأثیر گذارد شفقت به خود است [۱۱]. شفقت به خود به رنجشی اشاره دارد که فرد در مقابل اجتناب از شرایط نامطلوب متحمل شده و در جهت تسکین رنجش و بهبودی خودش با مهربانی عمل می‌کند [۱۲]. شفقت به خود به معنای مراقبت و مهربانی نسبت به خود در مواجه با سختی ها و نارسایی های ادراک شده است [۱۳]. شفقت به خود می تواند به افراد کمک کند تا به صورت موثرتری سلامت خود را حفظ کنند[۱۲]. همچنین شفقت به خود، رفتارهای مقابله ای (Coping) سالم و بهبود خود را که در برابر احساس‌های منفی محافظت می‌کند و بهزیستی را تسهیل می‌کند، افزایش می‌دهد [۱۴].

بنابراین با توجه اینکه نسل جوان نقش محوری را در توسعه همه جانبه کشورها ایفا می‌کنند [۱۵] و همان طور که ذکر شد سبک‌های دلبستگی و شفقت به خود در بروز رفتار پرخطر دانشجویان نقش دارند، سوال پژوهشگران این است که کدام یک از مولفه‌های شفقت بر خود می‌تواند رابطه بین سبک‌های دلبستگی و رفتار پر خطر در دانشجویان را میانجی گیری کند تا به عنوان یک راهبرد آموزشی برای دانشجویان درجهت کاهش بروز رفتارها پر خطر در نظر گرفته شود(شکل۱). لذا هدف پژوهش حاضر بررسی نقش میانجی ابعاد شفقت به خود به عنوان یک راهبرد آموزشی در رابطه سبک های دلبستگی و بروز رفتار پرخطر در دانشجویان است.



شکل۱. مدل مورد آزمون

روش ها

پژوهش حاضر از لحاظ هدف، پژوهش کاربردی و از لحاظ جمع آوری داده‌ها و تحلیل از از نوع توصیفی–همبستگی با روش رگرسیون سلسه مراتبی به روش بارون و کنی [۱۶] است.جامعه آماری شامل تمامی دانشجویان آزاداسلامی و پیام نور واحد کرج بوده است که ۱۵۰۰۰ هزار نفر بودند. با استفاده از جدول مورگان ۳۷۴ نفر از دانشجویان مجرد با روش نمونه گیری در دسترس انتخاب شدند. از ابزارهای ذیل جهت گردآوری داده ها استفاده شد. **مقیاس خود شفقت ورزی:** این مقیاس دارای ۲۶ ماده است که شش بعد مختلف خود شفقت ورزی(مهربانی با خود، قضاوت خود، اشتراکات بشری، انزواگزینی، بهشیاری و همانندسازی افراطی) را اندازه گیری می کند. پاسخ ها در یک طیف ۵ درجه ای از یک(تقریبا هرگز) تا پنج (تقریبا همیشه) نمره–گذاری می‌شوند. اعتبار کلی مقیاس خود شفقت ورزی به روش آلفای کرونباخ ۰/۹ و اعتبار زیر مقیاس های آن بین ۰/۷ تا ۰/۸۳ به دست آمده است[۱۷] .در پژوهش حاضر آلفای کرونباخ ۰.۵است. **پرسشنامه رفتارهای پرخطر:** پرسشنامه بررسی شیوع رفتارهای پرخطر(نظیر اعتیاد، ایدز، رفتارهای ناهنجار، استعمال، دخانیات، خشونت و ...) توسط احمدپور ترکمان [۱۸] ساخته شده که دارای ۲۴ سوال است. این پرسشنامه در مقیاس لیکرت از پنج(خیلی زیاد) تا صفر(اصلا) نمره‌گذاری می‌شوند. پایایی این پرسشنامه با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ در مطالعه احمدپور، برابر با ۰/۸۹ گزارش شده است. در پژوهش حاضر الفای کرونباخ ۰.۸۵ به دست آمد.

مقیاس سبک دلبستگی هازن و شاور[۱۹]: این پرسشنامه یک مقیاس خود گزارش‌دهی است که دارای ۱۵ گویه بوده و سه نوع سبک‌های دلبستگی ایمن، اجتنابی و دوسوگرا را اندازه‌گیری می‌کند. نمره‌گذاری پرسشنامه برروی یک طیف لیکرت از هرگز(۰) تا تقریبا همیشه(۴) قرار دارد. نمره‌های هر خرده مقیاس با جمع و میانگین گرفتن از ۵ گویه مربوط به خود به دست می آیند. ضرایب اعتبار پرسشنامه برای کل آزمون، سبک دوسوگرا، سبک اجتنابی و سبک ایمن با استفاده از روش الفای کرونباخ به ترتیب ۰/۷۵، ۰/۸۳، ۰/۸۱ و ۰/۷۷ گزارش کردند [۲۰]. تجزیه و تحلیل داده ها: تحلیل و بررسی داده‌های مدل پیشنهادی با استفاده از روش رگرسیون سلسله مراتبی بارون و کنی [۱۶] از طریق نرم افزار آماری SPSS-21 و آزمون سوبل انجام گرفت. در پژوش حاضر الفای کرونباخ ۰.۵۹ به دست آمد.

یافته ها

مشخصات دموگرافیک شرکت‌کنندگان در پژوهش در جدول ۱ خلاصه شده است.

جدول۱. مشخصات دموگرافیک شرکنندگان در پژوهش

متغیر		فراوانی
جنسیت	مرد	۱۰۸
	زن	۲۶۱
	اعلام نشده	۱۵
سن	کمتر از ۲۵ سال	۲۱۴
	۲۵–۳۴ سال	۱۰۴
	۳۵–۴۴ سال	۳۸
	۴۵ و بالاتر	۶
	اعلام نشده	۲۲
تحصیلات	کاردانی	۶۳
	کارشناسی	۲۷۱
	کارشناسی ارشد	۲۲
	دکتری	۴
	اعلام نشده	۲۴

اطلاعات توصیفی متغیرهای پژوهش به شرح جدول ۲ می‌باشد.

جدول۲. ویژگی های توصیفی متغیرهای پژوهش

متغیر	مولفه	میانگین	انحراف معیار
سبک‌های دلبستگی	سبک ایمن	۳/۱۸	۰/۴۰۹
	سبک اجتنابی	۲/۸۱	۰/۴۴۷
	سبک دوسوگرا	۳/۳۲	۰/۴۵۱
شفقت به خود	مهربانی با خود	۳/۰۵	۰/۴۸۲
	قضاوت خود	۳/۱۸	۰/۶۲۴
	اشتراکات انسانی	۲/۹۸	۰/۶۳۴
	انزوا گزینی	۳/۰۳	۰/۵۰۴
	ذهن آگاهی	۳/۱۷	۰/۶۸۸

همانندسازی افراطی	۲/۹۹	۰/۵۱۰	
رفتارهای پرخطر	۰/۸۸۲	۰/۶۵۰	

برای بررسی وضعیت همبستگی شفقت به خود و سبک های دلبستگی با رفتارهای پرخطر از همبستگی پیرسون استفاده گردید که نتایج آن در جدول ۳ قابل مشاهده است.

جدول۳. نتایج آزمون همبستگی پیرسون

متغیرها	سبک ایمن	سبک اجتنابی	سبک دوسو گرا	شفقت به خود	رفتارهای پرخطر
سبک ایمن	۱				
سبک اجتنابی	۰/۲۱۷-**	۱			
سبک دوسوگرا	۰/۲۴۴-**	۰/۳۰۲-**	۱		
شفقت به خود	۰/۰۴۵	۰/۰۴۱-	۰/۳۰۳-*	۱	
رفتارهای پرخطر	۰/۰۹۵-	۰/۱۰۱-*	۰/۱۶۶**	۰/۱۱۵-*	۱

*سطح معناداری ۰/۰۵، **سطح معناداری ۰/۰۱

همان طور که همبستگی پیرسون نشان می دهد رفتارهای پرخطر و شفقت به خود به صورت معکوس و معنادار با یکدیگر رابطه دارند. رفتارهای پرخطر با سبک دلبستگی اجتنابی و دوسوگرا به ترتیب ارتباط معکوس و مستقیم دارد. شفقت به خود نیز با سبک دلبستگی دوسوگرا ارتباط معکوس و معنادار دارد. برای آزمون نقش واسطه‌گری ابعاد شفقت به خود بر رابطه سبک های دلبستگی با رفتارهای پرخطر از روش بارون و کنی [۱۶] به روش رگرسیون سلسله مراتبی استفاده شد. مراحل اجرا بدین ترتیب است که باید ۴ شرط برقرار باشد: در شرط اول ضریب رگرسیون سبک های دلبستگی و رفتار پرخطر و در شرط دوم رگرسیون سبک‌های دلبستگی بر شفقت به خود و درشرط سوم رگرسیون شفقت به خود و رفتارهای پرخطر معنادار باشد و تایید گردد، که نتایج آن درجداول ۴، ۵ و ۶ گزارش شده است.

جدول۴. نتایج رگرسیون سبک های دلبستگی و رفتارهای پرخطر

متغیرها	ابعاد	R	R^2	F	P	B	T	P
سبک دلبستگی	دلبستگی ایمن	۰/۱۹۱	۰/۰۳۶	۴/۷۷۷	۰/۰۰۳	۰/۰۸۴-۰	۱/۵۴-	۱/۲۴
	دلبستگی اجتنابی					۰/۰۸۳	۱/۵۰	۱/۳۵
	دلبستگی دوسوگرا					۰/۱۲۰	۲/۱۴	۰/۰۳۳

جدول۵. نتایج رگرسیون سبک دلبستگی دوسوگرا و شفقت به خود

متغیرها	ابعاد	R	R^2	F	P	B	T	P
دلبستگی	دلبستگی ایمن	۰/۲۸۵	۰/۰۸۱	۱۱/۱۷۲	۰/۰۰۱	۰/۰۰۴	۰/۰۸۲-۰	۰/۹۳۵
	دلبستگی اجتنابی					۰/۰۶۲	۱/۱۴	۰/۲۵۲
	دلبستگی دوسوگرا					۰/۲۹۹	۵/۴۵-	۰/۰۰۱

همان طور که نتایج جدول ۴ نشان می دهد، از میان ابعاد سه گانه سبک دلبستگی، سبک دوسوگرا، رفتارهای پرخطر را پیش بینی می‌کند ($F=4/77,\ P<0/03$). نتایج رگرسیون (جدول۵) سبک دلبستگی و شفقت به خود نشان داد که فقط مولفه دلبستگی دوسوگرا قدرت پیش‌بینی کنندگی شفقت به خود را دارد(, $F= 11/172\ p<0/00$).

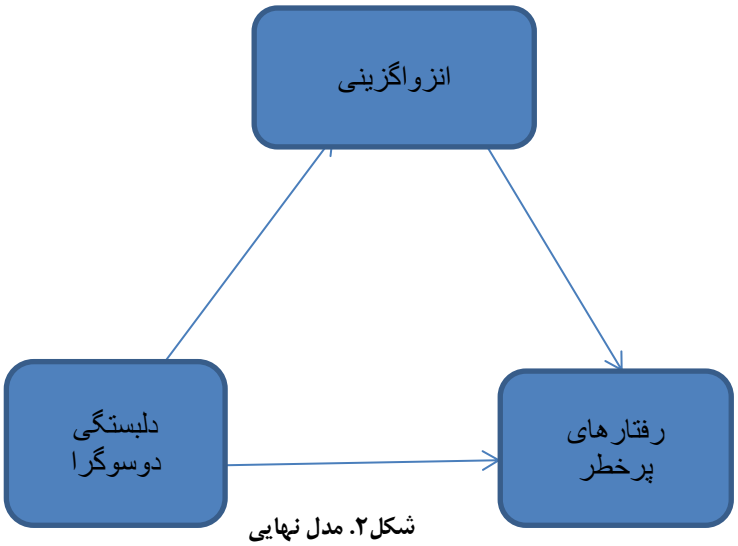
شرط چهارم روش بارون و کنی این است که با ورود متغیر میانجی به معادله رگرسیون، ضریب متغیر مستقل به سمت صفر یا کاهش میل کند، میانجی‌گری یا واسطه‌گری مورد تایید قرار می‌گیرد. در صورتی که ضریب رگرسیون استاندارد مربوط به رابطه متغیر مستقل و متغیر وابسته معناداری خود را کامل از دست بدهد، می‌توان گفت که متغیر مدنظر بر رابطه بین متغیر مستقل و وابسته اثر میانجیگری کامل داشته است. در صورتی که ضریب رگرسیون مربوط به متغیر مستقل و وابسته همچنان معنادار باقی بماند، ولی مقدار آن نسبت به همین ضریب در معادله اول به نحو معناداری کاهش یابد، می توان گفت متغیر مدنظر در رابطه بین متغیر مستقل و وابسته نقش میانجی دارد.

جدول ۶: نتایج تحلیل رگرسیون به منظور آزمون نقش میانجیگری انزواگزینی در رابطه بین سبک دلبستگی دوسوگرا و رفتارهای پرخطر

معادله رگرسیون	متغیر ملاک	متغیرهای مستقل	B	SE	R^2	F	P	B	T	P
معادله اول	رفتارهای پرخطر	سبک دلبستگی دوسوگرا	۰/۵۸	۱۴/۶	۰/۰۲	۱۰/۷۷	۰/۰۰۱	۰/۱۶	۳/۲۸	۰/۰۰۱

معادله دوم	انزواگزینی	سبک دلبستگی دوسوگرا	-۰/۲۷	۲/۷۷	۰/۱۴	۶۵/۲	۰/۰۰۱	-۰/۳۸	-۸/۰۷	۰/۰۰۱
معادله سوم	رفتارهای پر خطر	سبک دلبستگی دوسوگرا	۰/۳۹	۱۴/۵	۰/۰۴	۸/۵	۰/۰۰۱	۰/۱۱	۲/۱	۰/۰۳
		انزواگزینی	-۰/۶۷					-۰/۱۳	-۲/۵	۰/۰۱

نتایج تحلیل رگرسیون سلسله مراتبی (جدول ۶) نشان داد که بعد انزواگزینی در رابطه بین سبک دلبستگی دوسوگرا و رفتارهای پرخطر نقش میانجی دارد. از جمله دلایل این موضوع می توان به این نکات اشاره کرد: ۱- سبک دلبستگی دوسوگرا با رفتارهای پرخطر رابطه دارد($\beta=0.16, P<0.001$).۲- سبک دلبستگی دوسوگرا با انزواگزینی رابطه معنادار دارد ($\beta=-0.38, P<0.000$)۳-پس از کنترل متغیر سبک دلبستگی دوسوگرا متغیر انزواگزینی با رفتارهای پرخطر رابطه دارد($\beta=-0.13, P<0.01$) ۴- پس از کنترل متغیر انزواگزینی، رابطه سبک دلبستگی دوسوگرا از۰/۱۶ به ۰/۱۱ کاهش یافت، گرچه معناداری خود را معناداری خود را حفظ کرده است اما این کاهش بیشتر از ۰/۱ بود. برای بررسی معناداری اثر میانجی(واسطه گری) از آزمون سوبل استفاده شد. اگر مقدار Z حاصل از این آزمون بالاتر از ۱.۹۶ باشد مقدار اثر میانجی معنادار است، که نتایج حاکی از معناداری این آزمون بود ($Z=2.4, P<۰.۰۰۱$). بنابراین با توجه به یافته-های حاصل شده، می‌توان گفت انزواگزینی رابطه بین سبک دلبستگی دوسوگرا و رفتارهای پرخطر را میانجی‌گری می-کند(شکل۲).



شکل۲. مدل نهایی

بحث

این مطالعه با هدف بررسی نقش واسطه گری انزوا گزینی در رابطه با سبک‌های دلبستگی دوسوگرا بر رفتارهای پرخطر انجام شد. نتایج نشان داد که سبک دلبستگی دوسوگرا پیش‌بین رفتارهای پرخطر می‌باشد. ویژگی‌های اصلی دوسوگراها یعنی تردید، تعارض، تخاصم، درماندگی، آشفتگی و تکانشوری آن ها را به شدت در معرض درگیری، تضاد و درماندگی قرار می‌دهد [۲۱]. در افراد دوسوگرا فقدان اعتماد به خود با تحلیل بنیادهای درون روانی، توان رویارویی با موقعیت های استرس‌زا را کاهش می‌دهد و درماندگی روان شناختی را بر آن ها تحمیل می‌کند که این پریشانی و درماندگی که به نوبه خود بر حسب تجربه‌های نامطلوب به احساس حقارت و اضطراب شخص دامن می‌زند. ناتوانی وی را در ایجاد روابط بین شخصی سالم و گرایش به رفتارهای پرخطر توجیه می‌کند. در تبیین این یافته می‌توان گفت که افراد دوسوگرا از رفتارهای پرخطر برای سرکوب کردن و چیره شدن بر طغیان درونی خود به کار می‌برند. از طرفی رفتارهای پرخطر این افراد سبب می‌شود که از جانب دوستان و همتایان مثبت که در رویارویی با مشکلات و مسائل زندگی واکنشی معقولانه و خویشتن دارانه نشان می دهند طرد شده و سبب پیوستن آن‌ها به گروه‌های منحرف می‌گردد که این نیز به نوبه خود می‌تواند زمینه مساعدی را برای گرایش بیشتر به سمت رفتارهای پرخطر فراهم نماید[۲۲]. همچنین سبک دلبستگی دوسوگرا با کاهش عزت نفس همراه است، و از آنجایی که داشتن ارتباطات سالم، ویژگی مهم شخصیت سالم است، هر گونه اختلال در عزت نفس منجر به روی آوردن به رفتارهای پرخطر می‌شود تا بتواند ناکارآمدی و احساس تنش را تسکین دهد [۲۳]. این مطالعه همسو با نتایج آقاجانی [۲۴]، علیپور و همکاران[۹] بود.

از دیگر یافته مطالعه حاضر این است که سبک دلبستگی دوسوگرا پیش بین شفقت به خود می‌باشد. این نتایج با مطالعات شبانی و همکاران [۲۵]، میکینتوس و همکاران [۲۶] همخوانی دارد. شفقت به خود، هدایت شفقت به درون است. شفقت به خود احساس گشودگی نسبت به رنج خود و همچنین تمایل به تسکین این رنج با مهربانی است [۲۷]. بالبی [۲۸] معتقد است که که افراد اغلب با خودشان و دیگران به شیوه ای رفتار می‌کنند که در دوران کودکی توسط مراقبان اولیه شان با آن‌ها رفتار شده است. اگر افراد در محیطی که مراقبان حضور دارند و موجبات تغذیه آن‌ها فراهم شود تربیت شوند، توانایی ارتباط با خودشان را در یک حالت شفقت‌گری رشد می‌دهند [۲۹]. افراد با دلبستگی دوسوگرا حساسیت بش از حد نسبت به عواطف منفی و چهره‌های دلبستگی نشان می‌دهند [۳۰]. بنابراین این افراد به دلیل حساسیت بیش از حد به عواطف، نمی‌توانند نسبت به رنج‌ها با گشودگی بخورد کنند.

همچنین مطالعه حاضر نشان داد که شفقت به خود در بعد انزوا-گزینی، رابطه دلبستگی دوسوگرا با رفتارهای پرخطر را میانجی-گری می‌کند. این یافته با مطالعات حجت خواه و همکاران [۳۱]، باری و همکاران [۳۲]، جسیکا و همکاران[۳۳] و خدابخشی کولایی و همکاران [۱۱] همسو می‌باشد. برینس و چین [۱۴] دریافتند که افرادی که نسبت به خود شفقت بالاتری دارند قدرت بهبود بخشیدن ضعف‌ها، اصلاح مشکلات اخلاقی و چالش‌های خودشان در آن ها بیشتر بوده است. همچنین روابط اجتماعی برای رفاه شخصی و اجتماعی افراد مهم هستند، احترام به خود را افزایش می دهند و نقش مهمی را در حل مشکلات ایفا می‌کند. فاصله گرفتن فرد از شبکه ها و روابط اجتماعی مورد نیاز و مورد انتظارش که احساس تنهایی و انزوا را نیز به وجود می‌آورد، با سلامت فرد و درگیری او با رفتارهای پرخطر تاثیر می گذارد [۳۴]. اگر دانشجویان در گذر از بحران‌ها و غلبه بر چالش‌های تحصیلی عاجز شوند و عوامل نامساعد شخصی و رفتاری، توان چیرگی بر بحران را از او سلب کند، و اختلال قابل ملاحظه ای در جریان بهنجار زندگی روزمره و جنبه های عاطفی، اجتماعی و شناختی بروز می‌کند که به دنبال آن شخصیت‌شان دچار مشکل خواهد شد که زمینه برای بروز رفتارهای پرخطر فراهم می‌شود.

پژوهش حاضر در شهر کرج انجام شد، بدیهی است تعمیم نتایج به دیگر شهرهای ایران باید با احتیاط صورت گیرد. با توجه به ماهیت مقطعی تحقیق، نتیجه‌گیری در مورد اثر طولانی مدت آن دشوار است. با وجود این محدودیت‌ها، پژوهش حاضر اطلاعات مفیدی در مورد وضعیت بهداشت روان، دانشجویان فراهم کرده است. سنجش جامع وضعیت متغیر شفقت بر خود در شش بعد و سبک های دلبستگی در سه بعد در احتمال بروز رفتارهای پرخطر دانشجویان از نقاط قوت پژوهش حاضر است. در نظر گرفتن سطوح مختلف تحصیلی دانشجویان از کاردانی تا دکترا از نقاط قوت دیگر پژوهش حاضر است. برگزاری کارگاه‌های آموزشی انواع سبک‌های دلبستگی و لزوم شفقت برخود و ارایه برنامه‌ریزی مناسب از سوی مدیران به منظور کاهش رفتارهای پرخطر در دانشجویان پیشنهاد می‌شود.

نتیجه گیری

امروزه شیوع رفتارهای پرخطر در بین جوانان به یکی از مهمترین نگرانی‌های جوامع بشری تبدیل شده است. برخی ازاین رفتارها عامل بعضی مرگ و میرها در نوجوانان و جوانان بوده و اثرات منفی روی جوامع دارد. لذا بازنگری راهبردهای آموزشی فعلی و تدوین پروتکل‌های آموزشی مناسب ضرورت دارد. پژوهش حاضر نشان داد بعد انزواگزینی رابطه بین سبک‌های دلبستگی دوسوگرا و رفتارهای پرخطر در دانشجویان را میانجیگری می‌کند، لذا لزوم غربالگری دانشجویان با سبک‌های دلبستگی دوسوگرا و لزوم راهبردهای آموزشی مربوط به حد مطلوب انزواگزینی را برجسته می‌سازد.

ملاحظات اخلاقی

این مقاله برگرفته از پایان نامه دوره کارشناسی ارشد نویسنده اول دانشگاه آزاد اسلامی با شماره نامه ۹۵۰۲۵۷۰۷۶ است.

سپاسگزاری

از تمامی افراد شرکت کننده در این پژوهش قدردانی می‌شود.

تضاد منافع

نویسندگان اعلام می‌دارند در این مطالعه تضاد منافعی وجود نداشته است.

منابع

1.Boyer TW. The development of risk-taking: A multi-perspective Review. Dev Rev. 2006, 26: 291-345.

2.Ahern NR, Kemppainen J, Thacker P. Awareness and knowledge of child and adolescent risky behaviors: a parent's perspective. J child Adoles Psychiatr Nurs. 2016, 29(1): 6-14.

3.Ghasemi F. Predicating of high risk behavior based on safe Attachment toward parent and Excitement among Students[Dissertation]. Clinical Psychology: University of Rehabilitation Sciences and Social Welfare, 2014.[Persian]

4. Barikani A. High Risk Behaviors In Adolescent Students In Tehran. *Iranian J Psychiatr Clin Psychol.2008, 14*(2 (53)):192-198.

5. Jahan Bakhsh M, Amiri S, Molavi H, Bahadori M. The Relationship of the Attachment Problems of Girls with the Attachment Style of Mothers. J Clin Psychol. 2010;3(2):15-24. [Persian]

6. Linley PA, Joseph S. Positive change following trauma and adversity: A review. J Trauma Stress. 2004, 17, 11-21.

7.Mikulincer M. Shaver PR. Attachment in adulthood: structure, dynamics, and change [Electronic version]. New York: The Guilford Press, 2007.

8. Moosavi F. The mediating role of attachment styles between parenting styles and social development[Dissertaion]. Azad University: Marvdasht Branch, 2019. [Persian]

9. Mohammd-Alipoor Z, Rostami M, Qaem-maqami M. Relation between Attachment style and high risk behavior. Quarter J Res Addiction. 2010, 4(15), 15. 83-90. [Persian]

10. Bahr SJ, Suzanne L, Anastasios C, Bingdao L. Family, religiosity and the risk of adolescent drug use. J Marriage Fam.1998, 6, 979-992.

11. Khodabakhshi A, Eskandari M, Eqlima M, Mojarab M, Barzegar-Khezri R. Comparison of the level of self-compassion and attachment to God in women prisoners with a history of denial and non-prisoner women. Nurs J Vulnerable. 2018, 4(11):46-60.[Persian]

12.Breines JG, Thoma MV, Gianferante D, Hanlin L, Chen X, Rohleder N. Self-compassion as a predictor of interleukin-6 response to acute psychosocial stress. Brain Behav Immun. 2014, 37: 109–114.
13. Van Dam, NT, Sheppard SC, Forsyth JP, Earleywine, JP. Self-compassion is a better predictor than mindfulness of symptom severity and quality of life in mixed anxiety and depression. J Anxiety Diseale, 2011,25:123-130.
14. Breines JG, Chen S. Self-compassion increases self-improvement motivation. Pers Soc Psychol Bulletin.2012, 38(9): 1133–1143.
15. Mohammadi K, Refahi J, Samani S. Mediating Role of Self-esteem for Quality of Life and at Risk Behavior. Psychol Methods Models. 2014,4(14): 29-43.[Persian]
16. Baron RM, Kenny DA. The moderator mediator variable distinction in social psychological research: conceptual, strategic, and statistical considerations. *J Pers Soc Psychol*, 1986, 51, 1173-1182.
17. Zarei A, Fooladvand Kh. A Mediating Role of Hope in the Relationship between Self-Compassion and Life Satisfaction; a non-Interventional Study. Health Res J.2019, 4(3): 159-163.[Persian] .
18. Ahmadpoor-Torkaman E. Prevalence of high-risk behaviors in high school students in the 18th district of Tehran [Dissertation]: Psychology Faculty: Tabriz University, 2011.[Persian]
19. Hazan C, Shaver P. Romantic love conceptualized as an attachment process. J Pers Soc Psychol. 1987,42: 511- 542.
20. Rahimian E, Noorim A, Arizim H, Moolavim H, Mobarakeh A. The relationship between adult attachment styles and job satisfaction and job stress in nurses of public hospitals in Isfahan. Iranian Psychiatr Clin Psychol. 2007,13(2):148-157.[Persian]
21. Mikulincer M, Horesh N, Eilati H, Kotler M. The association between adult attachment style and mental health in extreme life end angering conditions. Pers Indiv Dif. 1999, 27, 831- 42.
22. Rezaei H, Hasani J, Noormohamadim M. The Role of Attachment in risky behaviors of male high school adolescent students. Knowledge Res Applied Psychol. 2019, 20(1): 112-121.[Persian]
23. Besharat M, Golinejad M, Ahmadi A. Relationship between attachment styles and interpersonal problems. Andishe va Raftar. 2003;8(4). [Persian]
24. Aghajani, T. Relation between attachment style and parenting style with high risk behavior[Dissertation]. Psychology Faculty, Tabriz University, 2018.[Persian]
25. Sha'ebanim R, Mahmoodi Gh, Ghobari-bonab B, Emami-poor S, Sepah-mansoor M. Predicting psychological well-being based on attachment and self-compassion styles in mothers of primary school students in Urmia. J Women Stud Fam. 2016, 7(27): 73-94.[Persian]
26. -Mackintosh K, Power K. Schwannauer, M., Chan, S. The Relationships Between Self-Compassion, Attachment and Interpersonal Problems in Clinical Patients with Mixed Anxiety and Depression and Emotional Distress. Mindfulness. 2018, 9:961–971.
27. Neff K, Germer C. Self-Compassion and Psychological. The Oxford handbook of compassion science. 2017 Sep 26:371.
28. Bowlby J. A secure base: parent-child attachment and healthy human development. New York, NY: Basic Books, 1988.
29.Neff KD, McGehee P. Self-compassion and psychological resilience among adolescents and young adults. Self-Identity. 2010, 9: 225-240.
30. Besharat MA, Shal Chi B. Attachment Styles And Coping With Stress. *Dev Psychol (J Iranian Psychol .2007, 3*(11):225-235.[Persian]
31. Hojatkhah M, Bookani A, Abasim S, Rostami M. Self-Compassion in High Risk behavior of Student. J Youth Stud.2017, 37:61-72.
32. -Barry CT, Loflin DC, Doucette H. Adolescent self-compassion: Associations with narcissism, self-esteem, aggression, and internalizing symptoms in at risk males. Pers Indiv Diff. 2015,77:118-123.
33.Kelliher Rabon J, Sirois FM, Hirsch JK. Self-compassion and suicidal behavior in college students: Serial indirect effects via depression and wellness behaviors. J Am College Health. 2018 ,17; 66(2):114-22.
34.Rahmani M, Qasemi V, Hashemeian Far A. The Relationship between Loneliness and High-risk Behaviors among Adolescents of Bojnourd . Health Dev J. 2016; 5(4):313-323.[Persian]