



## Studying The Relationship Between Attachment Styles And Early Maladaptive Schemas With Self-Handicapping 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](mailto: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-handicapping in 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.

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.

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

علی افشاری

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

\*نویسنده مسؤول: 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 دلستگی 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 ای اماری این پژوهش شامل کلیه دانشجویان دانشگاه مراغه در سال تحصیلی ۹۸-۱۳۹۷ 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 دلستگی هازن و شیور، طرحواره های ناسازگار اولیه یانگ و مقیاس خود ناتوان سازی جونز و رودولت 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 دلستگی، بین سبک دلستگی نا ایمن اجتنابی و نا ایمن دوسوگرا با خودناتوان سازی رابطه معناداری وجود دارد ( $P < 0.01$ ). اما بین سبک دلستگی نا ایمن با خود ناتوان سازی رابطه معنادار وجود ندارد.

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

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

## مقدمه

مثل فشارهای روانی، خستگی یا اضطراب امتحان. خودناتوان سازی رفتاری به موقعیت های فعالهای اشاره دارد که فرد بطور فعال موانع را ایجاد می کند تا شناس موفقیت خود را کاهش دهد. زمانی فرد از راهبردهای خودناتوان سازی رفتاری بهره می گیرد، که احساس کند تلاش برای مقابله با مشکلی که موقعیت در آن تضمین شده نیست بی فایده است، لذا ترجیح می دهد در موقعیت خود اخلاق ایجاد کند تا بدین ترتیب حداقل بهانهای برای شکست خود داشته باشد. خودناتوان سازی در بعد رفتاری به اشکال مختلف دیده می شود 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، موانع را برای خود ایجاد می کنند تا اینکه بعداً عملکرد ناطلوب خود را به این موانع نسبت دهند [۹]. وقتی افراد به راهبردهای خودناتوان سازی فوق دست می زنند، به شیوه ای رفتار نمی کنند که به طور مستقیم مزاحم عملکردشان شود، بلکه عامل تعدیل کننده ای را می یابند تا بتوانند به عنوان توجیهی برای عملکرد ضعیف خود از آن استفاده کنند [۸]. هیگینز، بینیان های اصلی رفتارهای خود ناتوان ساز را در گذشته افراد می داند که بر آن اساس، انگیزه های افراد از نیاز به جریان احساسات ذهنی، خatarت 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 مدل های نظری و نیز بررسی های مختلف در این زمینه، بیانگر وجود برخی تجاری است که از گذشته های دور در فرد نهادهای شده است [۱۰]. بسیاری از افراد با آسیب ها و محرومیت های گوناگون کودکی، آنها را همراه با خود و به گونه های مختلفی به دوران بزرگسالی منتقل می نمایند. از این موضوع بنا بر نظر یانگ [۱۱] در قالب طرحواره های ناسازگار اولیه یاد می شود. در این زمینه بالی [۱۲] معتقد است که عملکرد والدین در دوران کودکی، سبب ایجاد و گسترش مدل هایی در درون سازمان شناختی فرد می شود که از آن به عنوان طرح واره یا اسکیما یاد می شود. این طرحواره ها بعد ها در زندگی آتی فرد، به عنوان عدسی هایی عمل می کنند که تفسیر، انتخاب و ارزیابی فرد از تجربه وی را شکل می دهند. طرحواره ها از ابتدای زندگی شکل گرفته و در تمام طول زندگی، فرد را تحت تاثیر قرار می دهند [۱۳]. این طرحواره ها به شخص کمک می کنند تا تجرب خود را راجع به جهان پیرامون سازمان دهن و اطلاعات دریافتی را پردازش کنند [۱۴]. طرحواره های ناسازگار اولیه

یکی از ویژگی های شخصیتی که روی عملکرد دانشجویان تاثیر می گذارد، خود ناتوان سازی است. خود ناتوان سازی از راهبردهای کمتر شناخته شده ای است که برای تبیین شکست بکار می رود [۱]. این اصطلاح برای اولین بار توسط جونز و برگلاس به کار رفته است. به نظر می رسد این راهبرد برای دستکاری باورهای دیگران بکار برد می شود [۲]. این استراتژی فعال، فرصت ها را برای بیرونی جلوه دادن شکست (در امتحان شکست خوردم یا مريض بودم توانستم مطالعه کنم) و موقعیت را برای دورنی جلوه دادن (من باهوش هستم و زياد مطالعه نمی کنم ولی همیشه خوب عمل می کنم) افزایش می دهد [۳]. افراد در موقع شکست یا ترس از شکست مجموعه ای از راهبردها 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 تعصیف عملکرد بینجامد. راهبردهای خودناتوان سازی پیشاندهایی هستند که افراد به کار میگیرند به این امید که جاشین 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 می دهد تا شکست را به عوامل بیرونی (بهانه) و موقعیت را به عوامل درونی (به منظور کسب افتخار) نسبت دهد. خودناتوان سازی راهبردی دفاعی است که در آن فرد قبل از عملکرد، موانع را ایجاد می کند تا به وسیله آن استنادهایش را بعد از آن عملکرد دستکاری کند [۵]. اجتناب از استنادهای 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 می کند در دسترس نباشد موانع را برای انجام کار ایجاد می کنند [۶]. افرادی که ترس از شکست دارند، برخی مواقع مجموعه هایی از حالات فیزیکی و روانی و یا نشانه های مرضی را مطرح می کنند، به نحوی که بتوان شکست را به این نشانه ها و نه عدم شایستگی آنها استناد داد. به عبارتی، آنها از این نشانه های مرضی و حالات روانی به عنوان خودناتوان سازی استفاده می کنند [۷].

فراری و تامسون عقیده دارند که خودناتوان سازی به دو صورت انجام می گیرد: خودناتوان سازی ادعایی و خودناتوان سازی رفتاری. خودناتوان سازی ادعایی به موقعیت های منفعلانه ای اشاره دارد که فرد ناتوان کننده آنرا ادعا می کند،

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 معهده 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 نامنی 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 خرسنده 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 بسته 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 داده‌ها تحقیق توصیفی از نوع همبستگی است. جامعه آماری تحقیق کلیه دانشجویان دانشگاه مراغه در سال تحصیلی ۹۸-۹۷ بود. از جامعه مذکور با توجه به جدول کرجسی و مورگان و با روش نمونه‌گیری بصورت تصادفی خوش ای چند مرحله ایی تعداد ۳۰۰ نفر از دانشجویان به عنوان نمونه انتخاب شدند. از معیارهای ورود به پژوهش رضایت کامل چهت شرکت در پژوهش بود و ملاک خروج آزمودنی‌ها، عدم رضایت برای شرکت در پژوهش بود. در پژوهش حاضر از پرسشنامه‌های زیر استفاده شد:

### پرسشنامه سبک‌های دلبستگی هازن و شیور:

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

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 طرحواره‌های ناسازگار اولیه در طول زندگی ثابت و پابرجا هستند و اساس ساختهای شناختی فرد را تشکیل می‌دهند. عملکرد والدین یا آنچه که کودک به گونه مثبت یا منفی در چهت رشد فردی تجربه می‌کند منجر به چهت گیری طرح واره‌های او به سوی سازگار یا ناسازگار شدن است [۱۱]. مطابق با نظر یانگ شکل گیری طرحواره‌های ناسازگار اولیه بر شیوه تفکر، احساس و رفتار آن‌ها در روابط صمیمانه بعدی و سایر جنبه‌های زندگی‌شان تاثیر می‌گذارد [۱۱]. همچنین طرحواره‌ها 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 هیجان‌های سالم، خودانگیختگی و تفریح، محدودیت‌های واقع بینانه و خویشتن داری [۱۶]. پژوهش‌های صورت گرفته در رابطه با طرحواره‌های ناسازگار اولیه و علایم آسیب شناسی روانی همواره بر اهمیت وجود این طرحواره‌ها در شکل گیری علایم صحه می‌گذارد [۱۶]. پلاتس، تایسون و ماسون [۱۷] همسویی آشکاری را بین طرحواره‌های توصیف شده به وسیله بک و همکاران [۱۸] و نمودهای دلبستگی بالبی [۱۹] یاد آور شدند. بنابراین، نظریه دلبستگی ممکن است برخی بینش‌ها را نسبت به ایجاد طرحواره‌های شناختی ناسازگار فراهم کند [۲۰]. جان بالبی و یانگ معتقدند که تجارب اولیه دوران کودکی، کارکردهای روانشناسی جدی را تحت تاثیر قرار می‌دهد. بالبی معتقد است که الگوهای فعل درونی و سبک‌های دلبستگی مولفه‌های اصلی شخصیت هستند. پلاتس پیشنهاد می‌کند که سبک‌های دلبستگی ممکن است به عنوان یک پل ارتباطی مفهومی بین تجارب اولیه و توسعه سبک‌های 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]. سبک‌های دلبستگی بر روی تفکر، احساس و خاطرات افراد بزرگسال تاثیر می‌گذارد. همچنین الگوی دلبستگی از دوران کودکی شکل می‌گیرد و در گستره زندگی نسبتاً پایدار می‌ماند [۲۱]. طرحواره‌های ناسازگار اولیه که یانگ مشخص کرده است می‌تواند در پنج حوزه طرحواره گروه بندی شود: طرد/بریدگی، خودگردانی و عملکرد مختلط، محدودیت‌های مختلط، دیگر چهت‌مندی، گوش به زنگی بیش از حد و بازداری که تاکنون جمما 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 آنی فرد اثرگذار است. بر اساس نظریات بالبی، دلبستگی به معنای پیوند عاطفی

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 ۷۰٪ تا ۶٪ و همسانی درونی از ۳۸٪ 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 امده 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 ۴۷٪ برای عامل تلاش تا ۸۶٪ برای نمره کل است که با نتایج حاصل از پژوهش استروب، در مورد تحلیل مقیاس خود ناتوان سازی در ۱۹۸۶ که پایایی مقیاس را با روش ازمون مجدد ۷۶٪ گزارش کرده بود همخوانی داشت. بررسی اعتبار مقیاس خود ناتوان سازی با روش همسانی درونی نشان دهنده آلفای ۶٪ برای عوامل تلاش و عذر تراشی تا 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 امده آلفای ۷۴٪ گزارش شده در پژوهش استروب 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 پرسون و تحلیل رگرسیون چند متغیری استفاده شد. برای تحلیل داده ها نرم افزار اماری (spss-24) مورد استفاده قرار گرفت.

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

در مقیاس ۵ درجه ای لیکرت(کاملاً مخالفم، 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 مقیاس های این، اجتنابی و دو سوگرا در مورد یک نمونه داشتجویی به ترتیب ۰/۸۶، ۰/۸۵، ۰/۸۴ گزارش شده است. همچنین ضرایب توافق کنдал(روایی) برای سبک های دلستگی این، اجتنابی و دو سوگرا به ترتیب ۰/۸۰، ۰/۷۵ و ۰/۶۱ محسوب شد [۲۴].

**پرسشنامه طرحواره یانگ:** برای اندازه گیری طرحواره های ناسازگار، از شکل کوتاه پرسشنامه طرحواره یانگ استفاده شد. این پرسشنامه یک ابزار ۹۰ سوالی برای سنجش طرحواره های ناسازگار اولیه می باشد که با طیف لیکرت بر روی یک مقیاس شش درجه ای از (کاملا درست) تا (کاملا 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 های مختلف، دیگر جهت مندی و گوش به زنگی بیش از حد. مالک پور [۳۱] روایی ان را تایید کرد و با استفاده از روش محاسبه ای الفای کرونباخ پایایی ۸۳٪ را بدست اورد.

**مقیاس خود ناتوان سازی جونز و رودولت :** مقیاس خود ناتوان سازی در سال ۱۹۸۲ توسط جونز و رودولت ساخته شد. این مقیاس ۲۳ ماده ای، گرایش افراد را به خود ناتوان سازی با پاسخ های کاملا موافق تا کاملا 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
خود ناتوان سازی	۴۶/۵۵	۱۰/۷۱
سبک دلستگی این	۲۲/۷۲	۱/۶۹
سبک دلستگی نا این اجتنابی	۱۳/۲۵	۳/۸۰
سبک دلستگی نا این دو سوگرا	۱۰/۲۸	۳/۲۳
طرد و بریدگی	۳۲/۰۶	۱۷/۸۲
خود گردانی و عملکرد	۱۸/۵۸	۱۵/۴۸
حدود دیت های مختلف	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 زنگی	ایمن	نا ایمن اجتنابی	عملکرد	بریدگی	طرد و خودگردانی و های مختلف	محدودیت مندی	دیگر جهت	سبک دلبستگی	سبک دلبستگی	سبک دلبستگی	خودناتوان سازی
خودناتوان سازی											-
-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
سبک دلبستگی ایمن											
سبک دلبستگی نا ایمن دوسوگرا											
سبک دلبستگی اجتنابی											
طرد و بریدگی											
خودگردانی و عملکرد											
محدودیت های مختلف											
دیگر جهت مندی											
گوش به زنگی بیش											

ها نشان داد که در زمینه حوزه‌ی طرد و بریدگی ( $r = 0.308$ ) ، حوزه‌ی خودگردانی و عملکرد مختلف ( $r = 0.277$ ) ، حوزه‌ی محدودیت‌های مختلف ( $r = 0.424$ ) ، حوزه‌ی دیگر جهت مندی ( $r = 0.308$ ) و حوزه‌ی 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 می‌توان این گونه استنبط کرد که همبستگی بین سبک دلبستگی نایمن اجتنابی ( $r = 0.254$ ) و سبک دلبستگی نایمن 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 طرحواره‌های ناسازگار اولیه با خود ناتوان سازی یافته

جدول ۳. نتایج ضرایب رگرسیون برای پیش‌بینی خود ناتوان سازی بر مبنای سبک‌های دلبستگی و طرحواره‌های ناسازگار اولیه

P	t	ضرایب استاندارد شده	ضرایب استاندارد نشده		متغیرهای پیش‌بین
			Beta(ta)	خطای معیار	
.0001	3/31		11/74	38/94	مقدار ثابت
.0427	-0/450	-0/07	.0/50	.0/23	سبک دلبستگی ایمن
.0001	1/91	.0/17	.0/29	.0/55	دلستگی نایمن اجتنابی
.0001	.0/843	.0/10	.0/73	.0/61	دلستگی نایمن دوسوگرا
.0001	16/438		2/12	34/98	مقدار ثابت
.0001	.0/842	.0/10	.0/73	.0/61	بریدگی و طرد
.0001	.0/708	.0/077	.0/73	.0/51	خودگردانی و عملکرد
.002	.0/422	-0/058	.0/17	-.0/72	محدودیت مختلف
.0001	.0/190	.0/002	.0/138	.0/003	دیگر جهت مندی
.0001	3/991	.0/405	.0/134	.0/536	گوش به زنگی بیش از حد

نا ایمن اجتنابی و نایمن دوسوگرا می‌توانند ناتوان سازی را به طور معناداری پیش‌بینی نمایند. در زمینه طرحواره‌های ناسازگار اولیه ضریب رگرسیون متغیر بریدگی و طرد ( $\beta = 0.10$ )، خودگردانی و عملکرد ( $\beta = 0.07$ )، محدودیت مختلف ( $\beta = 0.06$ )، دیگر جهت مندی ( $\beta = 0.02$ ) و گوش به زنگی بیش از حد ( $\beta = 0.40$ ) بر روی ناتوان سازی با توجه به مقدار آزمون t بروند نبوده اما ضریب رگرسیون دلبستگی نایمن اجتنابی ( $\beta = 0.17$ ) و ضریب رگرسیون دلبستگی نایمن دوسوگرا ( $\beta = 0.10$ ) بر روی ناتوان سازی با توجه به مقدار آزمون t معنادار است و نشان می‌دهد که طرحواره‌های ناسازگار اولیه می‌توانند ناتوان سازی را به طور معناداری پیش‌بینی نمایند.

با توجه به نتایج جدول ۳، رابطه سبک‌های دلبستگی و طرحواره‌های ناسازگار اولیه با ناتوان سازی داشت آموزان در سطح معناداری ( $P < 0.001$ ) ضریب رگرسیون دلبستگی نایمن ( $\beta = -0.07$ ) بر روی ناتوان سازی با توجه به مقدار آزمون t معنادار نبوده اما ضریب رگرسیون دلبستگی نایمن اجتنابی ( $\beta = 0.17$ ) و ضریب رگرسیون دلبستگی نایمن دوسوگرا ( $\beta = 0.10$ ) بر روی ناتوان سازی با توجه به مقدار آزمون t معنادار است و نشان می‌دهد که سبک‌های دلبستگی

جدول ۴. خلاصه مدل پیش‌بینی ناتوان سازی بر مبنای سبک‌های دلبستگی و طرحواره‌های ناسازگار اولیه

مدل	مجموع مجذورات	df	میانگین مجذورات	R	F	sig	R2
رگرسیون	780/0.90	3	390/0.45	.0/526	12/970	.0001	.0/282
خطا	10254/933	297	30/0.73	-	-	-	-
کل	11035/0.23	300	-	-	-	-	-

سازی دانش آموزان در سطح معناداری  $p < 0.001$  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 تعیین می شود.

های دانشگاهی گروهی نمی توانند آنگونه که مناسب است مشارکت و تعامل داشته باشند و همین انزوا و عدم اعتماد در روابط و نیز ناباوری به توان دخل و تصرف خود در امور می تواند با ناسازگاری در فرد به ویژه در زمینه آموزشی و تحصیلی همراه بوده و منجر به ناتوان سازی در فرد می شود. بنا به زعم یانگ [۲۲] افرادی که در طرحواره های طرد و بریدگی و محدودیتهای مختلف مشکل دارند نمی توانند دلبستگی های این و رضایت بخشی با دیگران برقرار کنند. آنها معتقدند که نیاز آن ها به ثبات، امنیت، محبت، عشق و تعلق خاطر برآورده نمی شود. این افراد دارای ویژگی های بی ثباتی یا بی اعتمادی نسبت به دریافت محبت و برقراری ارتباط با اطرافیان بوده و از لحاظ هیجانی، بی ثبات، غیرقابل پیش بینی، اعتماد ناپذیر و نامنظم اند. آنها معتقدند که ناتوان در مهار تکانه های خود هستند، نمی توانند ارضاء نیازهای آنی را به خاطر دستیابی به منافع آنی به تأخیر بیندازید و نمی توانند از اشتباہات دیگران چشم پوشی کنند. به علت داشتن اینگونه طرحواره ها این افراد به سوی خودناتوان سازی سوق پیدا می کنند زیرا به علت ناتوانی در برقراری ارتباط با دیگران آنها را به عنوان عوامل بیرونی موثر در ناتوان سازی خود قلمداد می کنند.

عوامل متعددی وجود دارند که در خودناتوان سازی دانشجویان تاثیر گذار می باشند. از جمله متغیرهای تاثیر گذار که نقش موثری بر ناتوان سازی دانشجویان دارند می توان 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 می باشند. لذا پیشنهاد می گردد در پژوهش های آتی از متغیرهای دیگر نظریه عوامل زیست شناختی، خلقی، فراشناختی و سایر متغیرهای تاثیرگذار بر ناتوان سازی نیز استفاده کرد. هر پژوهشی دارای محدودیت هایی می باشد که این پژوهش نیز از این قائله مستثنی نیست. یکی از محدودیت های پژوهش تک جنسیتی بودن نمونه ها بود که تعمیم مهارت های آموزش دیده به محیط های واقعی که دختران نیز در آن حضور دارند را با مشکل مواجه می کند برای رفع این محدودیت پیشنهاد می شود پژوهش مشابه بر روی دختران انجام شود. همچنین به دلیل وجود پرسش های زیاد پیشنهاد می شود 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 می دهد. 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 می توانند جزو پیش بین های خود ناتوان سازی در دانشجویان باشند. نتایج این یافته با یافته های رئیسی و همکاران [۸] همسو می باشد. در تبیین این یافته می توان گفت ذهن مملو از طرحواره ها می باشد و گر نه با حجم اطلاعاتی که در اطرافمان است بدون شک دچار بار اضافی شناختی می شدیم و در نتیجه ذهن ما توانایی توجه کردن به این اطلاعات را از دست می داد [۱۱]. اما وقتی ذهن اطلاعات را دسته بندی می کند و از آنها یک طرحواره می سازد از حجم اطلاعات کاسته شده و دچار بار اضافی نمی شود در نتیجه زندگی در این دنیای اطلاعات برای ما ممکن می شود. 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 می توانند پیش بینی کننده قوی برای خود ناتوان سازی باشند یعنی می توانند این احتمال را بیشتر کنند که فرد پیشرفت های خود را در زندگی به عوامل درونی و خویشتن و شکست ها را به عوامل بیرونیربط دهنند [۱۳].

در زمینه رابطه بین سبک های دلبستگی و ناتوان سازی، یافته های پژوهش نشان داد که بین سبک دلبستگی نا اینمن 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 می باشد. در تبیین این یافته می توان گفت افرادی که دارای سبک دلبستگی نایمن (اجتنابی و دو سوگرا) هستند نمی توانند 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 نارامی 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، استاید و سایر دستاندرکاران تعلیم و تربیت قرار دهد تا شرایط و موقعیتها را طوری تمارک 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 محترمانه بودن نتایج اطمینان داده شده است.

### تضاد منافع

تعارض منافعی 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.

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

### نتیجه‌گیری

راهبردهای ناتوان سازی از جمله متغیرهای رایج در دانشجویان می‌باشد که به وسیله آن تعلل خود را توجیه پذیر می‌سازند. برای کمک به دانشجویان جهت مقابله با تعلل ورزی و موفقیت تحصیلی لازم است که ریشه‌های ناتوان سازی شناسایی شده و در جهت رفع آن الگوها و پیشنهاداتی ارائه گردد. از بین انواع سبک‌های دلبلستگی بین سبک دلبلستگی ناایمن اجتنابی و دوسوگرا و همچنین بین تمامی مولفه‌های مرتبط با طرحواره های ناسازگار اولیه با ناتوان سازی در دانشجویان رابطه معنا داری بدست آمد. پژوهش حاضر از لحاظ بنیادی و کاربردی می‌تواند حائز اهمیت باشد: از لحاظ بنیادی و طرحواره‌های پژوهش حاضر رابطه بین سبک‌های دلبلستگی و طرحواره‌های ناسازگار اولیه با خودناتوان سازی را بررسی می‌کند انتظار می‌رود که نتایج پژوهش حاضر بتواند پاره‌ای از متغیرهای مرتبط با خودناتوان سازی را شناسائی کند. از لحاظ کاربردی نیز انتظار می‌رود که نتایج پژوهش حاضر با آشکار ساختن رابطه بین انواع سبک‌های دلبلستگی و انواع طرحواره‌های ناسازگار اولیه با

### 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, Urdan 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, Hruda LZ, Anderman E, Anderman L, Freeman KE, and Urdan 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 respons 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, Blumenfeld 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,
- 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 contexts 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 Beck Depression Inventory, san Antonio, T90: psycholosical 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. Hosseini fard 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.